

Estrategias prácticas en el aula para el desarrollo emocional

Maestro/a en Educación Infantil

Proyecto de innovación

Haridian Farrais Dóniz

alu0101422190@ull.edu.es

Tutor: Daniel Álvarez Durán

Correo del tutor: dalvarez@ull.edu.es

Convocatoria: Mayo

Curso: 2023-2024

RESUMEN

Este Trabajo de Fin de Grado (TFG) es un proyecto de innovación que surge por la necesidad de fomentar la educación emocional dada la carencia que presenta en las aulas de Educación Infantil. Para ello, se ha realizado una revisión teórica mediante la investigación y el análisis de las obras de diferentes autores como Daniel Goleman o Rafael Bisquerra, quienes han indagado sobre la educación emocional y sus posibles beneficios. Esta investigación nos permitirá diseñar la propuesta de innovación necesaria que ofrezca las habilidades necesarias para conseguir una formación íntegra del alumnado. La propuesta presentada se centrará en diversas actividades y metodologías que permitan adquirir un conocimiento emocional necesario para desarrollarse en todos los ámbitos.

Palabras clave: Educación emocional, Educación Infantil, formación íntegra, conocimiento emocional.

ABSTRACT

This Final Degree Project is an innovation project that arises from the need to promote emotional education given the lack of it in Early Childhood Education classrooms. To this end, a theoretical review has been carried out through research and analysis of the works of different authors such as Daniel Goleman or Rafael Bisquerra, who have investigated emotional education and its possible benefits. This research will allow us to design the necessary innovation proposal that offers the necessary skills to achieve a comprehensive education of students. The proposal presented will focus on various activities and methodologies that allow the acquisition of the emotional knowledge necessary to develop in all areas.

Keywords: Emotional education, Early Childhood Education, comprehensive education, emotional knowledge.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	4
MARCO TEÓRICO	5
CONTEXTUALIZACIÓN	11
OBJETIVOS DE LA PROPUESTA	12
PROPUESTA METODOLÓGICA	13
CRONOGRAMA Y ACTIVIDADES	13
EVALUACIÓN DEL PROYECTO	22
PRESUPUESTO	23
CONCLUSIÓN	23
BIBLIOGRAFÍA	25
ANEXOS	27

INTRODUCCIÓN

La propuesta de innovación presentada en este Trabajo de Fin de Grado surge tras la necesidad y carencia de trabajar la educación emocional en las aulas, en este caso, de Educación Infantil. Dada esta urgencia observada en el centro, se plantea una propuesta de innovación donde el trabajo de las emociones sea igual de importante que lo es el cognitivo y social en las aulas. Esto surge tras la observación directa y la ausencia de educación emocional con la que cuenta el equipo docente actualmente, por lo que considero necesario un proyecto que mejore esta carencia.

El Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, regula las emociones en la etapa de Educación Infantil desde la legislación, por la que establece las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil, “el currículo se orienta a lograr un desarrollo integral y armónico de la persona en los distintos planos: físico, motórico, emocional, afectivo, social y cognitivo, y a procurar los aprendizajes que contribuyen y hacen posible dicho desarrollo”.

La propuesta se llevará a cabo en el segundo ciclo de Educación Infantil, aunque cabe destacar la importancia de trabajar las emociones en cualquier etapa educativa dada la necesidad de conocer, expresar, identificar y gestionar sus emociones, permitiendo así al alumnado numerosos beneficios a lo largo de la vida.

Como bien sabemos, la educación emocional no ha tenido ni tiene aún la importancia que se merece en los centros educativos. Por ello, mediante la implementación de este Trabajo de Fin de Grado se pretenderá desarrollar un cambio mediante diferentes actividades y metodologías que permitan un avance significativo en los infantes. Las actividades propuestas estarán adaptadas a la edad trabajada para ajustarlas a las necesidades e intereses del estudiantado.

MARCO TEÓRICO

Entre los tres y los seis años de edad, los infantes inician su desarrollo en el que los intereses y necesidades estarán presentes en su día a día, desarrollando nuevas maneras de expresarse así como formas de relacionarse con los demás.

El lenguaje será el método en el que el infante expresará sus necesidades e intereses, siendo necesario para el estudiante para llevar a cabo la resolución de problemas que se puedan presentar a lo largo de su desarrollo. Para ello, se debe alentar el lenguaje a través de un clima cálido y afectuoso para lograr un desarrollo óptimo del mismo.

El Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, regula las emociones en la etapa de Educación Infantil desde la legislación, por la que establece las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil, “el currículo se orienta a lograr un desarrollo integral y armónico de la persona en los distintos planos: Físico, motórico, emocional, afectivo, social y cognitivo, y a procurar los aprendizajes que contribuyen y hacen posible dicho desarrollo”.

Cabe mencionar a Peter Salovey y John Mayer (1990), quienes definieron por primera vez el concepto de inteligencia emocional y lo incorporaron en el currículo. Además, trabajan la inteligencia emocional destacando la importancia de dominar esta inteligencia para poseer la habilidad de manejar tanto nuestros sentimientos como nuestras emociones. Existen cuatro ramas derivadas de esta inteligencia emocional, entre las que encontramos:

1. Percepción emocional: Percibir, identificar, valorar y expresar las emociones.
2. Facilitación emocional del pensamiento: Las emociones sentidas pasan al sistema cognitivo denotando que repercuten en la cognición.
3. Comprensión emocional: Utilizar el conocimiento emocional para comprender y analizar las diferentes emociones.
4. Regulación emocional: Destreza para regular las emociones propias así como las de los demás.

Más tarde, Goleman se encargó de difundir la importancia de la inteligencia emocional mundialmente a través de numerosos trabajos, definiendo así la inteligencia emocional como la capacidad para reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos, de automotivarnos, y de manejar de manera positiva nuestras emociones. Para Goleman, la inteligencia emocional consiste en una manera de actuar en el mundo, interviniendo en ella los sentimientos y siendo necesario el dominio de determinadas habilidades. Esta manera de entender la inteligencia emocional se fundamenta en la Teoría de las Inteligencias Múltiples de Gardner (1983), defendiendo que las personas poseen ocho tipos de inteligencia: lingüística,

lógico-matemática, espacial, musical, corporal y cinestésica, intrapersonal, interpersonal y naturalista.

Asimismo, Daniel Goleman (1995) sostiene que la inteligencia emocional determina la capacidad potencial de la que dispondremos para el aprendizaje de habilidades prácticas. Por ello, ha defendido que la Inteligencia Emocional abarca cinco competencias principales: el conocimiento de las propias emociones, la capacidad de controlar las emociones, la capacidad de motivarse a uno mismo, el reconocimiento de las emociones ajenas y el control de las relaciones.

1. Conciencia de uno mismo: Consiste en una facultad clave dividida en tres competencias:
 - Conciencia emocional: Se trata de la capacidad de reconocer la forma en que las emociones afectan a las acciones, así como la capacidad de utilizar los valores como guía en la toma de decisiones.
 - Valoración adecuada de uno mismo: Es el reconocimiento de los puntos fuertes y debilidades de las personas, la visión de lo que se debe fortalecer y la capacidad de aprender de la experiencia.
 - Confianza en uno mismo: El coraje que se deriva de la certeza de las capacidades, los valores y objetivos de las personas.
2. Autorregulación: Capacidad de controlar los impulsos y sentimientos conflictivos.
3. Motivación: Según Goleman (1995) son necesarias tres competencias motivacionales: logro, compromiso e iniciativa y optimismo.
4. Empatía: Las diferencias en el grado de dominio de las habilidades sobre la conciencia social determinan las correspondientes diferencias en las competencias laborales que dependen de la empatía.
5. Capacidad de relación: Es la habilidad social de movilizar las emociones de los demás de manera adecuada. Para ello, se necesitan varias competencias como: influencia, comunicación, gestión de conflictos, liderazgo y catalizadores del cambio.

La evidencia empírica demuestra que esta inteligencia consiste en un importante predictor del éxito y el bienestar psicológico general. Tal y como afirma Goleman (1995), su descuido puede arruinar muchas carreras y, en el caso de infantes y adolescentes, conducir a la depresión, trastornos alimentarios, agresividad, delincuencia.

En 1998, el Informe Delors definió la educación emocional como un eje indispensable para el desarrollo integral del ser humano, introduciéndola así en sus cuatro pilares educativos: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a convivir y aprender a ser. Asimismo, el

Informe Delors reconoce que la educación emocional tiene un papel fundamental en el desarrollo cognitivo, siendo una herramienta importante de prevención, puesto que una gran variedad de problemas tienen su origen en el ámbito emocional. Por ello, el principal objetivo de la educación emocional es ayudar a las personas a descubrir, conocer y regular sus emociones e incorporarlas como competencias.

Es evidente la necesidad de desarrollar las emociones y la inteligencia emocional tanto en un ámbito educativo y profesional como en el ámbito familiar y en el entorno que nos rodea, ya que un buen desarrollo de esta inteligencia fomenta la evolución plena de las personas. Por este motivo se debe trabajar la educación emocional desde una edad temprana. Según Doudin et al. (2005), tras el nacimiento el infante comienza a desarrollar las emociones básicas, que consistirán en la alegría, el miedo, la tristeza y el enfado, aprendiendo a identificarlas sobre los dos años de edad. Posteriormente, sobre los tres o cuatro años de edad, el estudiante comenzará a descubrir las emociones complejas que serán la culpa, la vergüenza, el orgullo y la timidez. Así, se destaca la importancia de trabajar la educación emocional desde la etapa infantil, puesto que debería ser tratada desde los primeros años ya que es cuando los niños y las niñas comienzan a tener conciencia de sus emociones.

Sin embargo, según Chías y Zurita (2009), para llevar a cabo una adecuada educación emocional es necesario contar con la presencia de una figura adulta que ayude al infante a regular sus emociones, evitando a través de una correcta educación emocional que las emociones de los infantes se conviertan en emociones negativas.

Son diversos los estilos de apego existentes en la primera infancia que se asocian a ciertas emociones y se relacionan con la expresión y regulación de las mismas. Así, las estrategias que se utilizan para expresar y regular emociones estarán actuando en función del estilo de apego existente desde la primera infancia (Kobak y Sceery, 1988; Lecannelier, 2002; Valdés, 2002).

Sroufe (2000) defendía que los niños y las niñas con apego seguro expresan directamente sus emociones, desarrollan una curiosidad notable por el entorno y todo aquello que les rodea, cuentan con un gusto adecuado por la exploración y expresividad afectiva. Por el contrario, Sroufe (2002) destaca que los sujetos con apego ansioso expresan en numerosas ocasiones dificultades para controlar los desafíos emocionales de las relaciones con sus iguales.

Existen determinados objetivos generales de la educación emocional según Bisquerra (2003):

- Adquirir un mejor conocimiento de las emociones.
- Identificar las emociones propias, así como las de los demás.

- Prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas.
- Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas, así como automotivarse.
- Desarrollar una mayor competencia emocional.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.
- Aprender a fluir.

Por consecuencia, los efectos de la educación emocional cuentan con una serie de resultados según Bisquerra (2003), entre los que destacan: el aumento de las habilidades sociales y de las relaciones interpersonales satisfactorias, la disminución de pensamientos autodestructivos y mejora de la autoestima, la disminución en el índice de violencia y agresiones, una menor conducta antisocial o socialmente desordenada, un menor número de expulsiones de clase, la mejora del rendimiento académico, la disminución en la iniciación al consumo de drogas, una mejor adaptación escolar y social, una disminución de la tristeza y sintomatología depresiva como la ansiedad y el estrés, y la disminución de los desórdenes relacionados con la comida.

Es necesario que el profesorado cuente con un gran conocimiento y dominio para regular sus emociones, para que así el alumnado aprenda de manera equitativa con el equipo docente. Así, autores como Bisquerra et al. (2015) y Pedrera (2016) defienden la necesidad de incorporar habilidades socioemocionales en la formación inicial del profesorado, para que se conviertan en referentes educativos de la Inteligencia Emocional. Además, para afirmar la idea de estos autores, según del Rosal-Sánchez et al. (2018) dichas habilidades socioemocionales deben ser evaluadas desde el principio con el fin de comprobar si los equipos docentes están capacitados para educar al alumnado en emociones. Es importante que este sea competente emocionalmente para poder así desarrollar en el alumnado tanto competencias cognitivas como socioemocionales. Sin embargo, son bastantes las investigaciones que demuestran que la escuela busca desarrollar la razón del alumnado mucho más que desarrollar las emociones del mismo. Por ello, lo ideal sería lograr un trabajo en conjunto entre razón y emoción, favoreciendo el rendimiento escolar así como el bienestar psicológico.

Asimismo lo indican Extremera y Fernández-Berrocal (2005), defendiendo que el dominio de las habilidades emocionales por parte del docente es necesario para que su alumnado aprenda y desarrolle dichas competencias, puesto que mediante la enseñanza implícita de la misma, el alumnado aprenderá las habilidades correspondientes, así como dominar las habilidades

socio-emocionales le permitirá al alumnado enfrentarse mejor a su ejercicio profesional. Aun así, tal y como defienden Palomera, Fernández Berrocal y Brackett (2008), las habilidades socio-emocionales no deben ser aprendidas únicamente de forma implícita, sino también de forma explícita a través de la inclusión en los planes de estudio de los futuros docentes el conocimiento y dominio de las mismas, tanto como unas competencias transversales como también unas competencias específicas necesarias para dominar y favorecer el desarrollo emocional de sus alumnos, generando contextos de enseñanza-aprendizaje más adecuados.

Son varios los autores que defienden que el profesorado conoce la importancia de trabajar el aspecto emocional en el aula. Entre ellos se encuentra Cejudo et al. (2016), quien expresa que aunque sea consciente de esta importancia, muchos no cuentan con recursos o formación suficiente para desarrollar dicho conocimiento. Todo ello va respaldado por numerosos estudios que demuestran, además, que unos buenos niveles de inteligencia emocional permitirían a la persona afrontar con éxito los contratiempos existentes (pp.47-48).

El conocimiento sobre cómo gestionar nuestras emociones incide bastante en el desarrollo emocional del alumnado. Según Morales (2006), los docentes y las docentes con un mayor nivel de inteligencia emocional son quienes muestran empatía por sus estudiantes, además de respetar el ritmo del alumnado y reconocen la importancia de sus estados de ánimo. Sin embargo, tal y como lo recalcan varias investigaciones existe una relación entre educación emocional y acoso escolar, por lo que es necesario ofrecer al alumnado todas las herramientas que le permitan contar con una habilidad para identificar sus emociones a tiempo. Este es el caso de un estudio llevado a cabo por Muñoz-Prieto (2017), donde se evidencia que aquellos infantes con buena autoestima que saben gestionar sus emociones, tienen menor probabilidad de experimentar casos de acoso escolar ya que cuentan con los conocimientos necesarios para paliarlo.

La educación emocional se puede desarrollar a través de muchas maneras. Cruz (2014) defiende que el lenguaje corporal, musical, verbal, no verbal y plástico, junto al juego son grandes caminos para trabajar la educación emocional. Son numerosos los autores que defienden el lenguaje plástico como un buen medio para lograr un correcto desarrollo emocional, ya que a través del dibujo el alumnado es capaz de expresar todo aquello que no son capaces de decir con palabras.

Corman (1967) explica que existen tres planos que permiten analizar los dibujos de los infantes:

1. El plano gráfico: Permite observar su tamaño y ubicación. Si el trazo es amplio se muestra seguridad, si por el contrario el dibujo es más pequeño se trata de una inhibición. Además, si el trazo es fuerte puede indicar audacia, y si es flojo puede indicar timidez.
2. El plano de las estructuras formales: La perfección del dibujo muestra la madurez del alumno o la alumna. Además, si la figura está incompleta refleja inseguridad, si existe una desproporción entre alto y ancho demuestra una falta de control ante los impulsos, y confusión en los rasgos referentes al sexo puede indicar confusión en la propia identificación sexual.
3. El plano del contenido: Se considera el más complejo de interpretar. Los niños y las niñas suelen reflejar en los dibujos mundos donde se sientan seguros y seguras.

Asimismo, una adecuada fuente a partir de la cual se puede trabajar la educación emocional es, tal y como defiende Montijano (2019) la lectura, ya que a través de la misma los alumnos y las alumnas muestran empatía por los personajes de la lectura, así como pueden expresar sus emociones o sentimientos durante la lectura, trabajando así tanto los aspectos emocionales como los sociales.

Ibarrola (2009) destaca en su publicación “Crecer en emociones” cinco competencias para trabajar en las aulas para que el alumnado sea competente emocionalmente:

1. Autoconciencia: Se trata de la capacidad de diferenciar los sentimientos cuando se expresan. Por ello es importante saber identificar las emociones y comunicarlas.
2. Autocontrol: Consiste en la capacidad de controlar las emociones y ajustarlas al momento y al lugar en el que nos encontramos.
3. Automotivación: Ofrece la oportunidad de obtener habilidades relacionadas con la autogestión emocional.
4. Empatía: Para desarrollar esta habilidad es necesario trabajar la escucha activa y la comunicación, de modo que el alumno o la alumna sepa reconocer las situaciones desde otro punto de vista.

5. Destreza social: La destreza social guarda relación con saber relacionarnos con otras personas, más allá de entender su punto de vista y dirigirnos hacia ellas.

Se debe destacar la importancia que tiene trabajar la educación emocional desde las primeras etapas de la vida para que así los infantes logren desarrollarse en todas sus capacidades. Para ello, las emociones pueden ser trabajadas de numerosas maneras, como por ejemplo a través de la expresión del alumnado para que verbalicen sus sentimientos, reconociendo los distintos tipos de emociones en el resto de personas, la relación entre emociones y situaciones y establecer rutinas diarias para la expresión emocional.

CONTEXTUALIZACIÓN

El CEIP Tomás de Iriarte es un Centro Público dependiente de la Consejería de Educación, Cultura, Deportes y Universidades del Gobierno de Canarias. Se encuentra situado en Puerto de la Cruz, una localidad turística considerada así desde los años sesenta del pasado siglo. Esta característica de la localidad se ha mantenido hasta la actualidad y ha propiciado el aumento de inmigrantes extranjeros, dando lugar a una población con diversidad idiomática que tiene su reflejo en el perfil socio-familiar y cultural de una tercera parte del alumnado del centro. Se trata de la tercera localidad más habitada del norte de Tenerife, con 32000 habitantes aproximadamente.

El centro está ubicado en un núcleo urbano creado como destino turístico, convirtiéndose posteriormente en un espacio turístico-residencial, donde convive una población flotante hospedada en hoteles y apartamentos, con una población fija que vive en viviendas unifamiliares o en espacios residenciales.

Cabe destacar que el 75% de los progenitores de este núcleo tienen nacionalidad española, de los cuales menos del 40% cuenta con estudios secundarios y aproximadamente un 20% tiene estudios universitarios. Asimismo, existe una gran diversidad idiomática y cultural en el centro, por lo que se han desarrollado numerosos proyectos de multiculturalidad que permiten a la comunidad educativa formarse interculturalmente, facilitando una plena integración social y educativa.

El centro se ha caracterizado por desarrollar proyectos y experiencias educativas innovadoras y de investigación, que desarrollen la exploración, la experimentación, el conocimiento y las potencialidades y competencias del alumnado, dando un mayor peso a la creatividad, siendo este uno de los aspectos principales a trabajar tanto desde el enfoque metodológico colaborativo del profesorado como de los valores y enseñanzas a transmitir al alumnado.

Sin embargo, el centro no cuenta con proyectos que permitan al alumnado llevar a cabo el desarrollo emocional dentro del mismo; por lo que no se está teniendo en cuenta el Real Decreto 183/2008 de 29 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo del 2º ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad Autónoma de Canarias, donde se resalta que se debe lograr un desarrollo integral y armónico de la persona en los distintos planos: físico, cognitivo, emocional, afectivo y social. A través de la observación directa en el centro se ha podido comprobar la escasez de educación emocional con la que cuenta, dejando fuera del entorno escolar los sentimientos del estudiantado así como sus necesidades más primarias. Así surge la necesidad de desarrollar proyectos educativos en los que la educación emocional sea el medio y el fin del mismo, permitiendo así un desarrollo íntegro de los infantes, tal y como recoge el Real Decreto 183/2008 de 29 de julio.

OBJETIVOS DE LA PROPUESTA

El objetivo general de este proyecto de innovación para el desarrollo emocional en Educación Infantil es desarrollar y promover estrategias y técnicas que permitan al alumnado aprender a identificar, comprender y regular sus propias emociones de manera saludable y constructiva.

Los objetivos específicos de este proyecto se fundamentan en:

1. Fomentar el desarrollo de la inteligencia emocional en el alumnado, ayudándolos a identificar y gestionar sus emociones de forma adecuada.
2. Potenciar la autoestima y la autoconfianza para que se sientan capaces de afrontar los retos y desafíos que se les presenten.
3. Brindar herramientas para afrontar situaciones de estrés y ansiedad, enseñando técnicas de relajación y gestión emocional.
4. Enseñar habilidades de comunicación efectiva, favoreciendo la expresión de sentimientos y pensamientos de manera clara y respetuosa.

5. Promover la inclusión y el respeto a la diversidad emocional, reconociendo y aceptando las diferentes formas de sentir y expresar las emociones.

PROPUESTA METODOLÓGICA

La educación emocional en la etapa de Educación Infantil es fundamental para el desarrollo integral de los infantes. A través de esta propuesta metodológica, se pretende brindar herramientas y estrategias efectivas para fomentar la educación emocional desde una edad temprana. A través de actividades lúdicas, cuentos, juegos y diversas dinámicas, se procura que aprendan a identificar, comprender y gestionar sus emociones. Además, se promoverá la empatía, la resiliencia y el autoconocimiento como pilares fundamentales en el proceso de enseñanza-aprendizaje. El objetivo principal de esta propuesta metodológica es cultivar un ambiente emocionalmente seguro y enriquecedor que favorezca el bienestar emocional y el desarrollo socioemocional en la etapa infantil.

La propuesta que se llevará a cabo estará dirigida al alumnado del segundo ciclo de Educación Infantil, más concretamente a la etapa de 4 años. Se reflejará la descripción de actividades así como su temporalización y recursos necesarios para su correcto desarrollo, que estarán dirigidas a desarrollar la educación emocional en esta etapa educativa.

CRONOGRAMA Y ACTIVIDADES

1ª actividad	Se desarrollará cada día durante el curso.
2ª actividad	La actividad será desarrollada una vez cada dos semanas.
3ª actividad	Su creación será el segundo día del inicio del proyecto, y estará presente en el aula los viernes de cada semana, pudiendo así mostrar sus sentimientos durante la semana.
4ª actividad	Se llevará a cabo el tercer día de cada dos semanas.
5ª actividad	Estará presente en el aula los viernes de cada semana, pudiendo así mostrar sus sentimientos durante la semana.
6ª actividad	El cuarto día tras el inicio del proyecto se desarrollará la misma.
7ª actividad	Cada quince días se desarrollará la aplicación.
8ª actividad	Una vez al trimestre.

9ª actividad	Cada 20 días para compartir pensamientos con sus iguales.
10ª actividad	Se desarrollará durante la última hora de todo el curso, de modo que los problemas encontrados durante el día puedan ser solucionados antes de volver a sus casas.

1. ¿Cómo me siento hoy?

Objetivo:	Reconocer y expresar sus emociones.
Descripción:	En la asamblea se creará un semáforo de las emociones en el que cada color representará una emoción: alegría, tristeza y enfado. Además se crearán flashcards con una imagen y el nombre de cada alumno y alumna que estarán presentes junto al semáforo. Durante el desarrollo de la asamblea, se irá preguntando a cada infante cómo se sienten, y será él quien coloque su foto en la emoción correspondiente. Una vez ha colocado su imagen en la emoción que ha elegido, se preguntará sobre esta emoción y por qué se siente así.
Duración:	10 minutos cada día aproximadamente.
Materiales:	Semáforo de las emociones, flashcard con la imagen del alumnado (ANEXO 1).
Agentes:	Docente.
Criterio de evaluación:	El alumno reconoce sus emociones. El infante expresa sus emociones.

2. ¿Cómo me hace sentir?

Objetivo:	Identificar y expresar sus emociones.
Descripción:	Se preparará un tablero con flashcards que representen de manera visual las diferentes emociones que se van a trabajar. Posteriormente se proporcionará al alumnado tarjetas que reflejen situaciones variadas que puedan desembocar esas emociones, de modo que cada estudiante deberá unir cada situación con la emoción que le hace sentir. Una vez haya identificado la emoción que sintió con la situación propuesta, se hablará sobre por qué se sienten así, y cómo podrían manejarla si se trata de una emoción negativa.
Duración:	20 minutos aproximadamente.
Materiales:	Flashcards con emociones, flashcards de situaciones, tablero (ANEXO 2).
Agentes:	Docente.
Criterio de evaluación:	El infante identifica sus emociones. El estudiante expresa sus emociones.

3. Nuestro árbol emocional.

Objetivo:	Conocer las emociones.
------------------	------------------------

Descripción:	Se dibujará en papel kraft un árbol de gran tamaño con tantas hojas como emociones se quieran trabajar, de modo que el alumnado deberá colorear cada hoja del color que represente cada emoción. Por ejemplo: el rojo para el enfado, el azul para la tristeza, el amarillo para la alegría,... Una vez finalizado, cada infante podrá acercarse al árbol cuando lo desee y dibujar o escribir cómo se siente y cuál es el motivo por el que se encuentra así. De este modo, compartirán con sus compañeros y compañeras sus emociones trabajando también la empatía al mostrar su alegría con el resto o buscar ayuda ante las emociones negativas con el estudiantado.
Duración:	20 minutos para su creación.
Materiales:	Papel kraft, colores. (ANEXO 3)
Agentes:	Docente.
Criterio de evaluación:	El alumnado conoce las emociones.

4. Mi tejo de recuerdos.

Objetivo:	Reconocer las emociones.
Descripción:	Se realizará un tejo en el suelo con diferentes emociones asociadas a cada número del mismo. Con ayuda de un dado, cada infante deberá tirarlo y saltar el número que le ha tocado en el

	dado. Al caer en la emoción correspondiente deberá decir qué emoción es y contar una vivencia en la que estuvo presente esta emoción. A través de esta actividad, se podrá indagar si esa emoción sigue persistiendo aún en el recuerdo.
Duración:	20 minutos.
Materiales:	Tejo, dado. (ANEXO 4)
Agentes:	Docente.
Criterio de evaluación:	Reconoce las emociones.

5. Mis recuerdos y emociones.

Objetivo:	Reconocer y expresar las emociones.
Descripción:	Se repartirá una tarjeta a cada estudiante con diferentes emociones para cada uno. Cada infante deberá dibujar en una hoja en blanco una situación que le haya provocado esa emoción. Seguidamente se les pedirá que lo compartan con sus iguales y expliquen por qué esa situación les ha provocado esa emoción. Se podrán realizar varias repeticiones para que el alumnado explore y exprese una variedad de sentimientos.
Duración:	20 minutos.

Materiales:	Tarjetas con emociones, hojas blancas, colores. (ANEXO 5)
Agentes:	Docente.
Criterio de evaluación:	El alumno reconoce las emociones. El infante expresa sus emociones.

6. Nuestra caja de las emociones.

Objetivo:	Identificar y gestionar sus emociones.
Descripción:	Contaremos con una caja con diferentes objetos que representen las distintas emociones, como caras de cartón con diferentes expresiones faciales, los monstruos de colores, o tarjetas que representen cada emoción. El alumnado deberá elegir un objeto de la caja y expresará cómo se siente en ese momento, compartiendo con el grupo la razón de su elección.
Duración:	15-20 minutos.
Materiales:	Caja, caras de cartón, monstruos de colores, tarjetas con emociones.
Agentes:	Docente.
Criterio de evaluación:	Identifica las emociones. Gestiona sus emociones adecuadamente.

7. ¿Cómo me expreso?

Objetivo:	Fomentar la capacidad de comprensión y expresión emocional.
Descripción:	La docente susurrará una situación que provoque una emoción determinada y el infante deberá representarla a sus compañeros mediante gestos, de manera que el resto del alumnado deberá adivinar la situación que se está gestualizando y la emoción que le corresponde. Así, el infante que realiza los gestos deberá expresarse correctamente para que sus iguales puedan comprender la situación de manera correcta.
Duración:	30 minutos.
Materiales:	No se precisan.
Agentes:	Docente.
Criterio de evaluación:	El alumnado comprende la emoción expresada por el compañero. El alumno expresa la emoción correctamente.

8. ¡Nos visita mi familia!

Objetivo:	Fomentar la autoestima y valorarse positivamente.
Descripción:	La familia de cada alumno y alumna acudirá al centro para dar un mensaje positivo a cada uno fomentando así su autoestima. Cada

	familia le dirá un mensaje al infante que le servirá para valorarse positivamente y fomentar su autoestima. Finalmente, familias e hijos/as realizarán un mensaje en conjunto en unas tarjetas en blanco que les haga felices para colgarlo posteriormente en el aula, de modo que cuando el infante tenga un mal día pueda ver su mensaje y sentirse mejor.
Duración:	1 hora aproximadamente
Materiales:	Colores, tarjetas en blanco.
Agentes:	Docente, familias.
Criterio de evaluación:	El infante se valora positivamente.

9. Mi hilo rojo.

Objetivo:	Desarrollar y potenciar la autoestima.
Descripción:	El alumnado se pondrá en un círculo, y deberán pasarse un ovillo de lana roja entre ellos para crear una especie de tela de araña. Cada vez que un infante le pase el hilo rojo a otro, deberá decirle algo positivo al mismo que refuerce su autoestima, y deberá quedarse con una parte del ovillo para crear la tela de araña final. El alumnado deberá pasar el ovillo a aquellos que aún no tienen su parte, de modo que cada uno reciba su mensaje positivo. Una vez el ovillo haya pasado por todo el estudiantado, se explicará la

	importancia de trabajar todos juntos y ayudarse mutuamente para así crear momentos y vivencias maravillosas como el que se ha creado con el ovillo de lana, haciendo referencia al hilo rojo de la vida.
Duración:	15 minutos.
Materiales:	Ovillo de lana roja.
Agentes:	Docente.
Criterio de evaluación:	El alumnado fomenta su autoestima, valorándose positivamente.

10. Te quiero, te valoro y te respeto.

Objetivo:	Expresar sus emociones y aceptar y valorar la de sus iguales.
Descripción:	Se creará un rincón de mediación en el aula que será utilizado por el alumnado cada vez que alguien tenga un problema con un compañero o compañera. De este modo, los infantes implicados en el enfado deberán acudir al rincón a explicarle al otro alumno qué le ha molestado y por qué, mostrando así sus sentimientos y emociones mediante flashcards que representen la emoción correspondiente a su compañero. Asimismo, la otra persona también explicará cómo se siente y podrán llegar a un acuerdo

	para solucionar el problema. Así se trabaja también la empatía ya que tienen que ponerse en el lugar de la otra persona.
Duración:	Cada vez que sea necesaria para el alumnado.
Materiales:	Una mesa, dos sillas, flashcards de emociones. (ANEXO 5)
Agentes:	Docente.
Criterio de evaluación:	El infante expresa cómo se siente de manera clara. El alumno acepta los sentimientos de sus compañeros, valorándolos y aceptando que tiene derecho de sentirse así.

EVALUACIÓN DEL PROYECTO

La evaluación de esta propuesta tiene como finalidad comprobar el avance del estudiantado a lo largo del tiempo que se implementará, identificando el grado en el que han alcanzado los objetivos propuestos.

Se plantea una evaluación continua en la que se recolectará información en cada sesión mediante instrumentos en los que la observación sistemática será el medidor principal, permitiendo así elaborar una rúbrica de evaluación informando los criterios que se han superado con éxito y los que necesitan un refuerzo.

Se utilizará una rúbrica para evaluar al alumnado antes de comenzar y al finalizar la programación, permitiéndonos observar las dificultades que presentan antes de comenzar y los avances que adquieren al realizar esta propuesta. La tabla contendrá una variedad de ítems que se calificarán teniendo en cuenta cuatro niveles: “Nada conseguido” (1), “Poco conseguido” (2), “Conseguido” (3), “Totalmente conseguido (4)”.

Nombre del alumno:	1	2	3	4
Reconoce las emociones que experimenta				
Expresa las emociones adecuadamente.				
Identifica cómo se siente en cada momento.				
Desarrolla un control óptimo de gestión de sus emociones.				
Comprende los sentimientos de sus compañeros y compañeras.				
Expresa sus emociones a través de gestos.				
Expresa sus sentimientos a través de expresiones faciales.				

PRESUPUESTO

Tras atender a las características del proyecto y tomando en consideración el lugar donde se va a desarrollar la implementación del mismo, cabe destacar que contamos con recursos humanos y recursos materiales a disposición del centro; por tanto no nos es necesaria financiación para la implementación de dicha innovación.

CONCLUSIÓN

La finalidad de este proyecto es crear un plan de intervención destinado a la etapa de Educación Infantil, de modo que el alumnado que se encuentre en esta etapa educativa sea capaz de expresar, reconocer e identificar las emociones y sentimientos tanto propios como de otras personas, fomentando así su desarrollo emocional mediante técnicas que ayuden a su progreso. Si hacemos mención de los objetivos específicos, cabe destacar fundamentalmente el de fomentar el desarrollo de la inteligencia emocional en el alumnado, ayudándolos a identificar y gestionar sus emociones de forma adecuada.

Mediante la implicación de esta propuesta, se pretenderá también que las emociones sean partícipes dentro del aula desde edades tempranas, de modo que el profesorado también aprenda a validar las emociones de los infantes, dando especial importancia a los sentimientos del alumnado.

Trabajar las emociones y tenerlas presentes tanto dentro como fuera del aula, permitirá grandes beneficios como aumentar la autoestima y la empatía del alumnado, así como se evitará el acoso gracias a la capacidad de expresión del estudiantado. Plantear un proyecto de innovación que se enfoque en las emociones en la etapa de Educación Infantil tiene numerosos beneficios para los niños y para el desarrollo de sus habilidades emocionales, tales como favorecer el desarrollo emocional de los infantes de modo que aprendan a expresar y regular sus emociones, mejorar la inteligencia emocional desarrollando habilidades como la empatía y la autoconciencia, promover la resiliencia mediante habilidades para superar situaciones difíciles, y mejorar el clima emocional en el aula al fomentar un ambiente emocionalmente seguro y positivo.

BIBLIOGRAFÍA

- Bisquerra, R. (2003). *Educación emocional y competencias básicas para la vida*. Revista de Investigación Educativa, 21(1), 7–43.
- Bisquerra, R. (2003). *Los objetivos de la educación emocional*. Red Internacional de Educación Emocional y Bienestar. <https://n9.cl/0jpbju>
- Caballero, A. (2015). *La educación emocional, un beneficio para la escuela, la persona y la sociedad* [Archivo PDF]. <https://n9.cl/5bmu04>
- Canals, C. (2019). Cinco aprendizajes de Daniel Goleman sobre la Inteligencia Emocional. <https://n9.cl/knhz0>
- Cejudo, J., López-Delgado, M. L., Rubio, M. J., y Latorre, J. M. (2016). *La formación en educación emocional de los docentes: una visión de los futuros maestros*. REOP - Revista Española De Orientación Y Psicopedagogía, 26(3), 45–62. <https://n9.cl/5oeu5>
- Corman, L. (1967). *El test del dibujo de la familia en la práctica médico-pedagógica*. Editorial Kapelusz.
- Cruz Cruz, P. (2014). *Creatividad e Inteligencia Emocional. (Cómo desarrollar la competencia emocional, en Educación Infantil, a través de la expresión lingüística y corporal)*. Historia y Comunicación Social. 19 (Especial Enero), 107-118. <https://n9.cl/73opyc>
- Delors, J. (1996). Los cuatro pilares de la educación [Archivo PDF]. <https://n9.cl/i5jhr>
- Fernández Berrocal, P. (2005). *La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey* [Archivo PDF]. <https://n9.cl/gf896>
- Fernández Berrocal, P. y Extremera Pacheco, N. (2005). *La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey*. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 19(3), 63-93.
- Garrido-Rojas, L. (2006). Apego, emoción y regulación emocional. Implicaciones para la salud. Revista Latinoamericana de Psicología, 38(3), 493-507. <https://n9.cl/p88o>
- Goleman, D. (2010). *Inteligencia emocional*. Kairos. <https://n9.cl/a28hs>
- Ibarrola, B. (2009). *Crecer en emociones*. S.M.
- Mejía, J. (2012). *Reseña teórica de la inteligencia emocional: modelos e instrumentos de medición*, Revista Científica. 17(1), <https://n9.cl/jgglp>

- Montijano Serrano, B. (2019). *Leer y sentir: la educación emocional y literaria en educación infantil*. Aula de Encuentro, 21(2), 79-92.
- Muñoz-Prieto, MM (2017). *Desarrollar la inteligencia emocional para prevenir el acoso escolar*. Escuela abierta: revista de Investigación Educativa, 20, 35-46.
- Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación infantil. BOE, 4, de 4 de enero de 2007.
- Real Decreto 183/2008, de 29 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo del 2º ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad Autónoma de Canarias.
- Rosal-Sánchez del, I., Moreno-Manso, J.M. y Bermejo- García, M.L. (2018). *Inteligencia emocional y rendimiento académico en futuros maestros de la Universidad de Extremadura*. Profesorado, Revista de Currículum y Formación del Profesorado, 22(1), 273-291.

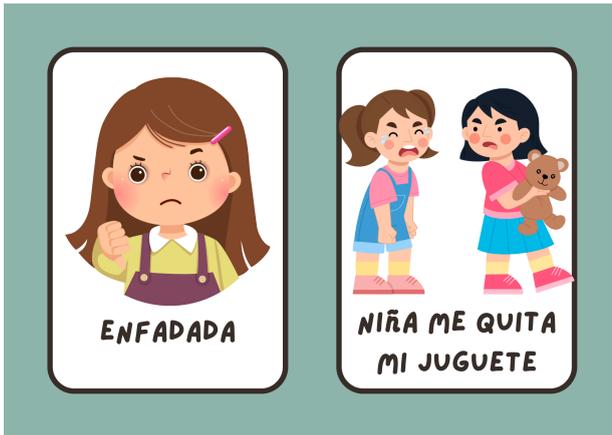
ANEXOS

1. Anexo 1: Semáforo de las emociones.

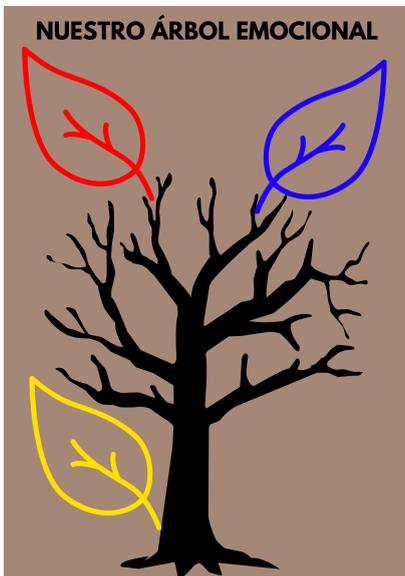


2. Flashcards con las emociones y su situación correspondiente.

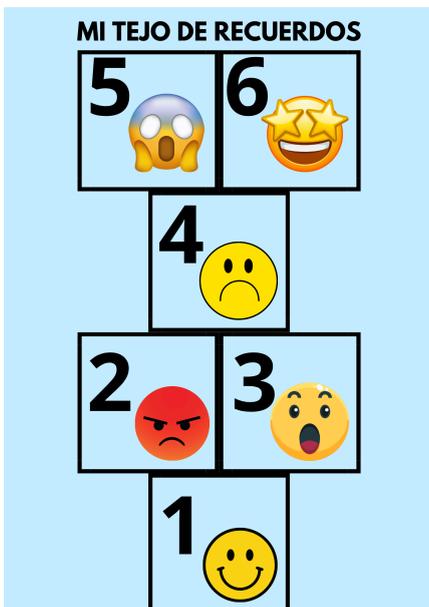




3. Anexo 3: Nuestro árbol emocional.



4. Anexo 4: Mi tejo de recuerdos.



5. Anexo 5: Tarjetas con emociones.

