

TRABAJO DE FIN DE GRADO
DE MAESTRO EN EDUCACIÓN PRIMARIA

MODALIDAD: PROYECTO PROFESIONALIZADOR

LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LAS AULAS

MARÍA SAMANTA PÉREZ PÉREZ

NOMBRE DEL TUTOR/A:

FRANCISCO JAVIER AMADOR MORERA

CURSO ACADÉMICO 2014/2015

CONVOCATORIA: SEPTIEMBRE

LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LAS AULAS

➤ Resumen

Las emociones son estados afectivos que experimentamos ante un estímulo, y nos ayudan a responder o a tomar decisiones según el contexto en el que nos encontramos. La base de la educación emocional es enseñar a canalizar y responder de forma correcta a esas emociones que nos surgen de forma inesperada. La aceptación de la LOMCE en la comunidad educativa da paso a una asignatura de libre configuración, donde en Canarias se ha creado la asignatura de Educación Emocional y para la Creatividad cuya finalidad es enseñar al alumno a alcanzar su mayor desarrollo personal y social. La práctica de la Educación Emocional requiere la formación adecuada del profesorado, para que este pueda ayudar al alumnado a alcanzar las competencias emocionales. Para apoyar la labor del docente son necesarios diferentes y diversos recursos curriculares (metodología, actividades y evaluación) que aplique en el aula para alcanzar los objetivos marcados en la LOMCE. Los objetivos que este trabajo persigue son elaborar una serie de recursos que ayude al maestro/a a trabajar la Educación Emocional y para la Creatividad en el aula. Por otro lado, proponer una serie de pautas metodológicas que le ayudaran a abordar las clases de Educación Emocional y para la Creatividad (EMOCREA) durante todo el año escolar.

Palabras claves: Emociones, educación emocional, LOMCE, EMOCREA, formación profesorado, recursos, metodología actividades, evaluación.

THE EMOTIONAL EDUCATION IN THE CLASSROOMS

➤ Abstract:

Emotions are the affective states we experience in the presence of an incentive, and they help us to answer or to take decisions depending on the context we are. Emotional Education base is to teach children to canalize and respond to these emotions, which come up in an unexpected form, in the correct way. The 'LOMCE' approval in the Educational Community gives ways to a subject of free configuration. In the Canary Islands, the subject 'Emotional Education and for the Creativity' has been created, whose purpose is teach pupils to reach its ideal personal and social development. The practice of Emotional Education requires an appropriate training of professorship, so they can help their pupils to reach the emotional competences. To support the teacher labour, different and diverse curricular resources are required (methodology, activities and evaluation), in order to use them in the classroom to reach the LOMCE targets. The objectives pursued in this work are to create a series of resources that helps the teacher at working the 'Emotional Education and for the Creativity' subject in the classroom and to prepare a methodological guide that assist the teacher in order to deal with the 'Emotional Education and for the Creativity' subject (EMOCREA) during all the school year.

Índice:

1.	Introducción	4
2.	Conceptualizando la Educación Primaria	
2.1.	¿Qué son las emociones?	5
2.2.	¿Qué es la educación emocional?	6
3.	La Educación Primaria en el Currículo	8
4.	Limitaciones del marco legal	9
4.1.	El papel de las familias	9
4.2.	Formación del profesorado	10
5.	Educación emocional y para la Creatividad en la práctica: problemas observados.	11
5.1.	Observación descriptiva	11
5.2.	Observación interactiva	12
5.2.1.	Entrevista profesorado	12
5.2.2.	Conclusión entrevista	13
6.	Recursos para la Educación Emocional y para la Creatividad: una propuesta.	
6.1.	Metodología	14
6.2.	Actividades	15
7.	Conclusión/valoración personal	25
8.	Bibliografía	27
9.	Anexos	29

1. Introducción:

La educación emocional es un tema de actualidad y de gran importancia para el desarrollo personal y social de las personas. Por esta razón, he decidido realizar mi Trabajo Fin de Grado, sobre la educación emocional, ya que creo indispensable que el alumnado desarrolle las competencias emocionales, para ser en un futuro unos profesionales creativos y felices, que se planteen metas reales y que tengan un buen desarrollo psíquico y emocional.

En mi experiencia como alumna en la Educación Primaria, no recuerdo que el/ la maestro/a nos instruyeran en la educación emocional hacia un desarrollo creativo y emocional íntegro, sino que en ese momento lo más importante era el contenido que se debía aprender. Las clases que se nos impartían eran tradicionales y el docente no daba relevancia al tan importante desarrollo psíquico y emocional, sino a ese otro, el desarrollo intelectual.

Por otro lado, en mi formación como futura maestra, se nos ha mencionado que es necesario favorecer la creatividad del alumno y formar las emociones de cada una de ellos. Nos decían una y otra vez que era necesario incluir en las aulas los aspectos sociales y emocionales de los discentes. Sin embargo, a pesar de haber entrado ya en vigor la nueva Ley de Educación, la Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa (La LOMCE), que fija asignaturas de libre configuración para cada Comunidad Autónoma, siendo Canarias la que ha acogido la asignatura de Educación Emocional y para la Creatividad, en el transcurso de mis prácticas docentes en las aulas de Primaria, en muchos casos los alumnos siguen sin beneficiarse de una enseñanza emocional y creativa durante su aprendizaje.

Para que el alumnado adquiera las capacidades emocionales y creativas previstas en el DECRETO 89/2014, de 1 de agosto, por el que se establece la ordenación y el currículum de la Educación Primaria en la Comunidad autónoma de Canarias, para la asignatura de Educación Emocional y para la Creatividad, el profesor cumple un gran papel. Este debe tener una buena inteligencia emocional y que de forma natural y experimental la lleve al aula, para evitar trabajar dichas emociones desde la teoría o el concepto, que no provoca en el alumno ningún tipo de conocimiento experimental, ni práctico. El profesor no debe llevar al aula nada que no conozca profundamente o que no haya experimentado antes. Partiendo de esta premisa, el profesor no debe introducir en el aula la inteligencia emocional sin antes conocer bien sus componentes y para qué sirven estos.

Por ello, para que el alumno pueda llegar a ser en un futuro un gran profesional, no solo es necesario memorizar una serie de conceptos, datos o fechas, sino que también es imprescindible saber actuar y comportarse adecuadamente con la sociedad en cada momento, aparte de haber llegado a su desarrollo integral óptimo.

Es por ello, que las escuelas deben ayudar en el desarrollo socioemocional, brindando al alumno la posibilidad, no solo de adquirir y aplicar sus conocimientos, sino también sus emociones.

“Se dice que la escuela ha pasado de ser un lugar para saber, a un lugar para saber pensar y que, en la actualidad se quiere que sea también un lugar para aprender a vivir” (Hernández, P. 2002).

Los objetivos que persigo con este trabajo son elaborar una serie de recursos que ayude al maestro/a a trabajar la Educación Emocional y para la Creatividad en el aula. Por otro lado, proponer una serie de pautas metodológicas que le ayudaran a abordar las clases de Educación Emocional y para la Creatividad (EMOCREA) durante todo el año escolar.

El resto del trabajo se ha estructurado de la siguiente manera. En primer lugar se revisa el concepto de emoción y el de educación emocional, desde el punto de vista de varios autores, acabando con una breve síntesis de ambas nociones. A continuación, se describe la educación emocional en el currículo, donde se compara lo expuesto en la Ley Orgánica de Educación ante el lugar que ocupa ahora la Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa, proporcionando en este apartado la visión de un mundo ideal donde la educación se acompaña de una formación familiar y de una formación del docente. En el siguiente apartado, se presenta la justificación de haber llevado a cabo este trabajo, describiendo para ello la problemática encontrada a la hora de impartir la asignatura de Educación Emocional y para la creatividad. Por último, se realiza una propuesta de recursos didácticos y metodológicos de ayuda al profesorado aplicable a las clases de Educación Emocional y para la Creatividad de primero de primaria. Finalmente se expone una conclusión y valoración personal del proyecto realizado, a través de la experiencia personal.

2. Conceptualizando con la educación emocional

2.1. ¿Qué son las emociones? :

Es ineludible, definir el concepto de emoción, ya que esta va a ser nuestra principal herramienta de trabajo.

Desde la Antigüedad, las emociones han sido de gran importancia, muchos pensadores tanto en el ámbito científico, como en el psicológico y educativo lo han puesto de manifiesto en sus escritos. Aunque en dicha época, se le daba un sentido más amplio a este concepto. Los primeros conceptos de la emoción se dan en filósofos distinguidos, como son:

- Platón (427-347 a. de C.) para Platón las emociones están presentes a través de términos como el dolor y el placer (el exceso de alguno de estos afecta a la razón del hombre)
- Aristóteles (384-422 a. de C.): habla en el libro I, de su tratado *Del Alma*, de la emoción como pasión, que estas eran fenómenos corporales. Decía que las emociones eran afecciones del alma que provocaban un cambio o efecto en el cuerpo, tanto en las emociones negativas como en las positivas.

El pensamiento religioso consideraba el concepto de emoción (pasión) de esa época, como un pecado. Fue en el Renacimiento, cuando este concepto se separo de la teología y empezó a tomar nombre propio, reconociéndose su valor emocional.

Los autores de las últimas décadas han aportado diversas definiciones llegando a un concepto más sólido.

Según D. Goleman (1996), se refiere con emoción “a un sentimiento y sus pensamientos característicos, a las condiciones psicológicas u biológicas que lo caracterizan, así como a una serie de inclinaciones a la actuación. Todas las emociones son esencialmente impulsos a la acción; cada una de ellas conlleva un cierto tipo de conducta.” Para Vallés (2000) “La emoción involucra al pensamiento, al estado psicofisiológico, al afecto y a la acción (reacción) expresiva”. Bisquerra (2000) aporta una definición más integra de la emoción, definiéndola como “reacciones a las informaciones (conocimientos) que recibimos en nuestras relaciones con el entorno. La intensidad está en función de las evaluaciones subjetivas que realizamos sobre cómo la información recibida va a afectar a nuestro bienestar. En estas evaluaciones subjetivas intervienen conocimientos previos, creencias, objetivos personales, percepción de ambiente provocativo, etc. Una emoción depende de lo que es importante para nosotros. Si la emoción es muy intensa puede producir disfunciones intelectuales o trastornos emocionales (fobia, estrés, depresión)”.

Realizando una breve sinopsis de los enunciados de estos autores, podemos deducir que las emociones son impulsos que nos surgen desde nuestro interior, a raíz de un fenómeno que es provocado desde el exterior de nuestro entorno, al cual nuestro cuerpo reacciona de manera involuntaria.

2.2.¿Qué es la Educación emocional?:

Respeto a la educación, aparece por primera vez el concepto de educación emocional, en la revista *Journal of Emotional Education*, en el año 1973, definiéndola como “la aplicación educativa de los principios de la terapia racional-emotiva, la cual, da patrones para controlar los pensamientos irracionales o inconscientes que poseemos y que obstaculizan nuestro bienestar emocional, y nos llevan a tomar malas decisiones”.

A medida que avanzamos en la historia de la educación, este concepto va variando y cogiendo cada vez más fuerza e importancia en la enseñanza educativa. En 1996, el informe Delours (UNESCO), reconoce que la educación emocional “es un complemento indispensable en el desarrollo cognitivo y una herramienta fundamental de prevención, ya que muchos problemas tiene su origen en el ámbito emocional”.

El concepto de educación emocional e Inteligencia emocional van de la mano en la educación. La Inteligencia emocional es definida por primera vez por los autores P. Soley y S. Mayer, cuando describen las cualidades emocionales. Más tarde, es D. Goleman en 1997 quien progresa en la definición de este término, aportando lo siguiente: “La Inteligencia emocional es la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos”.

Por otro lado, el concepto de educación emocional es definido por Bisquerra (2003), como “un complemento indispensable en el desarrollo cognitivo y una herramienta fundamental de prevención, ya que muchos problemas tienen su origen en el ámbito emocional. La educación emocional tiene como objetivo ayudar a las personas a descubrir, conocer y regular sus emociones e incorporarlas como competencias”

Por lo tanto, la educación emocional desarrolla las competencias emocionales del alumnado, que debe ser un proceso de enseñanza continuo a lo largo de la vida del alumnado, indispensable en el Currículo académico, siendo el aula un lugar idóneo para el desarrollo de la Inteligencia Personal y la Inteligencia Interpersonal, siempre desde la experiencia y vivencia del alumnado.

Puedo concluir, afirmando desde mi punto de vista que la educación emocional es un recurso educativo para prevenir la falta de control emocional que se pueda detectar desde la educación primaria, proporcionando al alumnado una serie de herramientas que le ayuden a manejar los impulsos inesperados que nos provocan las emociones.

3. La Educación emocional en el Curriculum

Veremos a continuación, el rol que juega la antigua Ley de Educación y la nueva en las aulas de la educación Primaria.

En el Preámbulo de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE), expresa: *“Se trata de conseguir que todos los ciudadanos alcancen el máximo desarrollo posible de todas sus capacidades, individuales y sociales, intelectuales, culturales y **emocionales** para lo que necesitan recibir una educación de calidad adaptada a sus necesidades.”* Por lo que deducimos que en esta ley las emociones del alumno serán tratadas de forma profunda en las aulas, pero esto no es así, ya que la educación emocional es aplicada de forma abstracta y como un tema transversal en las asignaturas de Educación Primaria.

Centrémonos en nuestra comunidad autónoma para identificar el giro que se espera que de la Educación Emocional en nuestros centros educativos con los recientes cambios en la educación.

En el DECRETO 126/2007, de 24 de mayo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Canarias, queda establecida la educación emocional en el aprendizaje de los dicentes. Esta se desarrollada en las competencias básica, acentuando la acción del profesor. La educación emocional aparece en el DECRETO 126/2007, en diferentes ámbitos, como en las competencias, entre ellas: la **Competencia en la comunicación lingüística** describiendo el lenguaje como la “(...) autorregulación del pensamiento, las emociones y la conducta”. Por otro lado, encontramos el desarrollo emocional dentro de la **Competencia para aprender a aprender** cuando habla de la adquisición de las propias capacidades, donde nombra las “intelectuales, emocionales, físicas”.

Dentro de las asignaturas de la educación Primaria, las emociones se nombran en distintos puntos (Conocimiento del medio natural, social y cultural, en la Educación artística, en la Lengua castellana y literatura...), dándole generalmente un valor abstracto. La materia, que pone más de manifiesto de forma clara las emociones dentro de la educación Primaria, es la **Educación para la ciudadanía**, en el tercer ciclo de primaria.

Siendo la educación emocional un tema transversal para ser aplicado en las aulas, en mi opinión, quedaba en manos de cada profesor trabajar las emociones en cada una de las asignaturas. Este era el responsable de impartir en sus sesiones la educación

emocional, de una forma directa. Esto provocaba grandes carencias, ya que un gran número de profesores centraba su actividad en la transmisión de contenidos conceptuales y abandonaban un aspecto muy importante de la educación, las emociones.

El nuevo marco educativo que proporciona la Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE) trae consigo el cambio más importante para ayudar al alumnado a alcanzar su desarrollo integral. Estableciendo las asignaturas de libre configuración, que corresponde a la Consejería de Educación de cada comunidad la definición de las áreas de libre configuración autonómica y el establecimiento de su currículo, así como la determinación de las condiciones para su autorización e impartición incluida, en su caso, la oferta de los centros docentes. La Consejería de Educación de la Comunidad Canaria establece que la asignatura de libre configuración es la Educación Emocional y para la Creatividad (EMOCREA), teniendo el privilegio de ser la única Comunidad Autónoma en todo España que cuenta con esta asignatura en nuestras aulas.

Gracias a la LOMCE y a la determinación de la Consejería de Educación del Gobierno de Canarias la educación emocional da la oportunidad de desarrollar las capacidades afectivas y sociales del alumnado, para conseguir su desarrollo integral. La asignatura de Educación Emocional y para la creatividad se impartirá dos horas a la semana, aunque es importante resaltar la transversalidad y globalidad de la asignatura permitiendo a los alumnos saber distinguir las diferentes emociones que está sintiendo (rabia, miedo, tristeza, felicidad...) y desarrollar al máximo la creatividad para conseguir mayor rendimiento académico.

Antonio Rodríguez, profesor de Psicología Educativa de la Universidad de La Laguna, afirma que la es un proyecto educativo “innovador y valiente”, donde “los niños más felices son los más productivos” (ABC.ES, 2014) pues, por primera vez, se brindan los instrumentos necesarios para que entiendan su mundo emocional y para poder crear proyectos emprendedores. Siendo competentes para identificar y regular sus emociones evitando sentimientos negativos como, la culpa, la furia, la vergüenza o el miedo. También se quiere evitar con esto, el abandono temprano y el fracaso escolar relacionado con el ámbito emocional del alumno.

Como ya he mencionado la LOMCE persigue, que los alumnos descubran sus propias emociones y aprendan a dominarlas para que estas no les desorienten y poder dar respuesta a lo que ocurre a su alrededor y estimular por otro lado, la creatividad, permitiéndoles idear soluciones innovadoras, aplicables en un futuro.

Algunos de los objetivos presentes en el DECRETO 89/2014, de 1 de agosto, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria de la Comunidad Autónoma de Canarias y que se pretenden alcanzar a lo largo del curso académico, con esta nueva asignatura son:

- Comprender y valorar las expresiones emocionales tanto propias como ajenas.
- Capacidad de relacionarse activamente y saber comprender a los demás.
- Conocer y entender qué están sintiendo y comunicando en determinados momentos.

- Descubrir y ejecutar procesos creativos que contribuyen a la consolidación de su propia identidad.
- Actuar conforme a valores propios y democráticos, desde el respeto a las demás personas y a uno mismo.
- Ser responsable de sus propias acciones.

La LOMCE ha entrado en vigor en el curso 2014/2015 para los cursos impares, es decir, primero, tercero y quinto de Primaria. La nueva asignatura ha sido implantada en los cursos de primero y tercero de Primaria. Los alumnos verán esta asignatura dos horas a la semana, aunque para una mayor adquisición de competencias emocionales y creativas esta asignatura no solo debe ser vista en un tiempo y un espacio, sino que se debe considerar como un tema transversal para todas las asignaturas.

4. Limitaciones del Marco Legal.

No obstante, A pesar del completo desarrollo emocional que puede alcanzar el alumno durante la escolarización, como prevé la LOMCE, hay al menos dos elementos que no se abordan satisfactoriamente en Ley y que son relevante para la enseñanza del alumnado: El papel que juegan las familias en la educación emocional del discente y la formación del profesorado para impartir la asignatura de EMOCREA en las aulas.

4.1.Papel de las familias:

Las familias tienen un gran papel en la adquisición de las competencias emocionales que el niño debe adquirir a lo largo de su vida, ya que desde los primeros meses, se muestran diversas emociones (miedo, tristeza, sorpresa, felicidad, rabia) y ante la respuesta de las familias a estas emociones del niño, se irán creando en él una serie de pautas de comportamiento cuyas consecuencias se pueden dejar apreciar a los largo de toda la vida. Que unido a un apego seguro, contribuirá al desarrollo emocional equilibrado del niño.

“Las lecciones emocionales más importantes se aprenden durante los seis primeros años tanto en casa como en la escuela, siendo el educador un importante modelo en su forma de reaccionar ante cada acontecimiento, para su adecuado desarrollo. Cualquier intercambio entre educadores y niños se da en un contexto emocional que facilita o dificulta la actitud y capacidad emocional del niño” (Cuadro Gamarra, 1998).

La educación es un trabajo en equipo en el que está implicada las familias y el profesorado en una acción que debe estar coordinada desde el centro educativo. Por lo que, en muchos casos, el centro educativo y el AMPAs debería de preocuparse por proporcionar la formación necesaria, a través, de charlas, talleres, cursos, etc a los padres. Para que esos, tengan unos conocimientos prácticos necesarios para contribuir en el desarrollo emocional adecuado de sus hijos.

La educación emocional tiene como objetivo principal lograr el desarrollo de las competencias emocionales de los alumnos. Entendemos por competencia emocional “la

capacidad para movilizar adecuadamente un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y “(Bisquerra y Pérez, 2007). Este aprendizaje de las competencias emocionales es permanente durante la etapa educativa del alumnado.

Una vez que los alumnos entran en las escuelas, los profesores comparten con las familias la responsabilidad de buscar el desarrollo emocional de cada uno de los alumnos. Por esta razón, los profesores deben tener una formación previa sobre la educación emocional, para que esta pueda ser transmitida de una forma adecuada y ayuden a los alumnos a desarrollar sus competencias.

4.2. Formación del profesorado.

La nombrada Ley de Educación no especifica quien es el profesorado encargado de aplicar a los alumnos la asignatura de Educación Emocional y para la Creatividad (EMOCREA). Por esta razón y como ya se ha nombrado, creo indispensable, la formación del profesorado ante el control y desarrollo de las propias emociones, para después poder brindar a los alumnos una formación exhaustiva sobre el mundo emocional. Además, con dicha formación el profesorado puede ser ayudado ante la ansiedad, estrés, depresión, etc. que sufren gran parte de ellos, pudiendo ser aliviados, en parte, con la adquisición de mayores competencias emocionales. Y como es lógico, un profesor formado puede contribuir, de mayor manera, a la formación del alumnado.

En la literatura de la educación existen varios programas para la formación del profesorado ante la educación emocional, entre ellos se encuentra el de Rafael Bisquerra, publicado, en la *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado* (2005), donde se plantea un programa para la formación inicial del docente. En dicho programa se presenta los objetivos y contenidos generales que se aplicarán en la enseñanza al profesorado. El objetivo general de la educación emocional es “*adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones; identificar las emociones de los demás; desarrollar la habilidad para regular las propias emociones; prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas; desarrollar la habilidad para generar emociones positivas...etc.*” (Bisquerra, 2005). Desde mi punto de vista, este programa es bastante completo ya que se adquieren las capacidades emocionales desde un marco teórico y práctico, establece algunas bases metodológicas, recursos para el profesorado y el alumnado...

Los contenidos que se presentan en esta formación del profesorado son varios, siempre empezando desde el marco conceptual de las emociones donde trabajaran (las emociones, la afectividad, el estado de ánimo...), con ello favorecerán el desarrollo de las competencias emocionales, siendo estas: **La conciencia emocional** (con la conocemos nuestras propias emociones y las de los demás), **la regulación de las emociones** (es la competencia con la que controlamos todas nuestras emociones, según el momento y la situación donde nos encontremos), **la autonomía emocional** (con ella se busca la autonomía emocional de la persona y una actividad productiva por la propia voluntad), **las habilidades socio-emocionales** (es aquella competencia que facilita las relaciones sociales, y las actitudes que tomamos frente a otras personas), **la competencia para la vida y bienestar** (capacidad para obtener conductas adecuadas y responsables para alcanzar favorablemente los retos diarios de la vida) .

Competencias emocionales



(Bisquerra y Pérez, 2007: 9)

Para Bisquerra, es importante en la formación del profesorado que este cuente con unas bases teóricas (diferentes autores sobre las emociones, la teoría de las inteligencias múltiples y la inteligencia emocional), conocimientos sobre *“el cerebro emocional y las relaciones entre emoción y salud.”* (Bisquerra y Pérez, 2007)

Muy importante es la metodología a utilizar en dicho programa, *“la metodología de la educación emocional es eminentemente práctica (dinámica de grupos, autorreflexión, razón dialógica, juegos, etc.)”* (Bisquerra 2005)

En este programa, Bisquerra da mucha importancia no solo a formación inicial del profesorado en la educación emocional, sino también, la formación permanente y continuada de este, siempre desde la práctica docente, y desde el mismo centro de implantación de las clases.

“El profesor ideal para este nuevo siglo tendrá que ser capaz de enseñar la aritmética del corazón y la gramática de las relaciones sociales [...] Para ser un profesor eficaz es necesario serlo a través de las emociones”. (Extrema, N y Fernandez-Berrocal, P. 2002).

5. La Educación Emocional y para la Creatividad en la práctica: problemas observados.

Este trabajo de fin de Grado encuentra su justificación en la deficiencia observada de la actuación en el profesorado (poca o nula preparación, falta de información o poca coordinación) a la hora de impartir esta asignatura a los alumnos. A continuación paso a describir las carencias que he podido observar, concretamente en una clase de primero de Primaria.

5.1. Observación descriptiva

He podido observar durante seis meses de prácticas la realidad en un colegio del sur de la isla, concretamente, en un aula de primero de Primaria, con 21 alumnos. La responsable de impartir la asignatura era la tutora del curso. Lo primero es resaltar que la maestra no cumple con el horario impuesto para la asignatura de EMOCREA, aunque en este quede establecido que la asignatura debe ser impartida durante dos sesiones de cuarenta y cinco minutos semanales, por lo que los alumnos de dicha aula son privados de su desarrollo emocional, como bien queda establecido en el currículo oficial del Gobierno de Canarias.

Las horas en las que debía impartirse la asignatura de EMOCREA, son utilizadas para dar otras materias que se creen más importantes y a las que se le debe dar, según un gran número de personas, mayor número de horas (Lengua y Matemáticas). Por lo que, para la profesora es más importante el aspecto cognitivo (que los alumnos sepan realizar problemas matemáticos) antes que prepararlos para la vida y que aprendan a resolver sus propios conflictos, además de lograr un desarrollo emocional completo.

Otro aspecto a resaltar, es que durante esos seis meses compartiendo la enseñanza de los alumnos, únicamente se aplicaron dos sesiones de “EMOCREA”. En una de ellas se trabajó la asimilación y detección de las emociones en sus compañeros, de una forma teórica y en la otra sesión, los alumnos trabajaron la creatividad y la expresión oral sin miedo, ni vergüenza, de una forma práctica., siendo una muy buena actividad, donde los alumnos desarrollan la creatividad que se está buscando. Pero el problema, es que este tipo de ejercicios no son habituales en el aula.

Aún sigue siendo responsabilidad del profesor desarrollar esta asignatura, por lo que los alumnos de muchas aulas siguen sin tener la oportunidad de desarrollar de forma plena sus habilidades emocionales y creativas, ya sea por poca preparación del profesorado, por no tener una guía, por no saber cómo actuar, o simplemente porque dan otras materias en estas horas.

5.2. Observación Interactiva

Para disponer de más información de lo que ocurría en el centro educativo, con respecto a la impartición de la asignatura se diseña una entrevista que paso a discutir a continuación:

5.2.1. Entrevista al profesorado (anexo 1 y 2):

El resultado obtenido puede no ser completamente fiable, ni representativo, puesto que, en el centro solo han colaborado para realizarla dos profesores, de los cuatro docentes que imparten la asignatura. A pesar de ello, de la entrevista he podido concluir lo siguiente:

Ambas profesoras imparten la asignatura de Educación Emocional, en Educación Primaria, una de ella es la tutora de primero de primaria (e imparte la asignatura a su clase) y la otra es la directora del centro y la imparte en tercero de primaria.

Las dos maestras del mismo centro se enteraron que debían impartir la nueva asignatura de EMOCREA a los alumnos a principio del curso 2014/2015, por lo que no tuvieron el tiempo necesario e imprescindible para buscar e obtener información para preparar correctamente las clases de Educación emocional y para la Creatividad.

Aunque una de ellas afirma haber recibido información sobre una metodología adecuada para impartir la clase de tercero de Primaria, la otra profesora asegura no haber recibido ningún tipo de información, que le ayudara en su formación metodológica para impartir una nueva asignatura, que nunca antes habían dado. Por otro

lado, ambas profesoras afirman haber recibido información para realizar un curso formativo de forma online, pero ninguna de ella ha decidido realizarlo.

Ambas se han visto en la necesidad de buscar por internet la información necesaria sobre la Educación Emocional para poder enfrentar la asignatura, además de la información recibida de la Consejería de Educación, para poder alcanzar los logros y metas que establece la ley.

La metodología que ambas dicen utilizar es muy similar, parten de las experiencias vitales del alumnado y buscan una metodología activa y basada siempre en situaciones reales de la vida cotidiana del alumnado. Utilizando como recursos fotocopias, música, juegos de roles, cuentos, etc.

En cuanto a la pregunta sobre la formación sobre la asignatura que les hubiese gustado tener, la maestra de segundo ciclo ha comentado que le gustaría tener una instrucción sobre una metodología activa y motivadora, para que esta pueda ser aplicada en las clases de EMOCREA. La maestra del primer ciclo, no cree necesario saber más de lo que ya sabe sobre las emociones de los alumnos, ya que aplica la clase a un grupo de corta edad.

5.2.2. Conclusión entrevista.

Aún siendo el mismo centro en el que se ha realizado la entrevista hay disparidad de metodología y opiniones.

Ambas maestras, fueron conocedoras con muy poco tiempo de antelación que debían impartir la asignatura de Educación Emocional y para la Creatividad, en sus respectivas clases, por lo que el período de información y formación sobre la propuesta de educación emocional orientada al desarrollo y bienestar personal y social del alumnado, da a pensar que fue escasa. Las docentes no tuvieron el tiempo suficiente para poder desarrollar las competencias emocionales básicas, para adquirir el control de sus emociones, y luego poder ser estas enseñadas, pudiendo ocasionarles un estrés o ansiedad que influyen de forma negativa en las clases, llegando a no saber cómo actuar ante nuevas circunstancias en su docencia.

A pesar de no haber sido enseñados los contenidos de la asignatura nunca antes como una materia propia, y de no tener experiencia en la asignatura, los docentes no han querido realizar el curso de formación sobre la asignatura de libre configuración. La maestra encarga del grupo de tercer ciclo de Primaria, recibió información metodológica para afrontar esta nueva asignatura, para tener una visión nueva y derivar sus clases a un ámbito más experimental y vivencial, mientras que la maestra del primer ciclo de Primaria, afirma no haber recibido ningún tipo de información previa que le sirviera de apoyo en sus clases. Es ella misma, quien no cree necesario tener una información o formación previa para impartir la asignatura, ya que imparte la asignatura a edades muy temprana (6-7 años). Para dicha profesora, no es necesario saber mucho más de lo que ya sabe, y de lo que su experiencia le ha enseñado, ya que alega que a esas edades “los alumnos aún no entienden las emociones y están en su desarrollo”.

Como ya he mencionado, a pesar de ser una asignatura que aparece en el Currículo de Canarias, sigue quedando en manos del profesorado, que los alumnos tengan una correcta formación sobre sus propias emociones y puedan aprender otras

habilidades no cognitivas para una correcta inserción en la sociedad. Ante la negación del profesorado para formarse, es el alumnado quien sufre las consecuencias. Por lo tanto es un desafío para la escuela actual, formar a los alumnos tanto académica como emocionalmente.

6. Recursos para le Educación Emocional y para la Creatividad: una propuesta.

A continuación, se expondrá una propuesta de recursos, de elaboración propia o recopilada de diferentes autores, que ayudara al profesorado en la implantación de la asignatura. Contendrá una serie de recursos que servirán para impartir algunos de los contenidos que se deben tratar en el aula y cuál es la mejor manera de trabajarlos. Quedara establecida la metodología a utilizar, contenidos, recursos, actividades que trabajaran las emociones desde la experiencia y la realidad del alumnado, siendo de esta manera un aprendizaje vivencial para el docente y la evaluación de cada una de ellas.

6.1. Metodología:

La metodología, como bien expone el DECRETO 89/2014, no puede ser marcada de forma concreta, ya que, todo depende del momento, del clima de la clase, de la actitud del alumnado y del profesorado, etc.

Según Bisquerra (2005), la metodología “es eminentemente práctica a través de diversas dinámicas de trabajo” aquellas que más destaca son las actividades en grupo, que ayuden al alumnado a poner en práctica las actividades que se les proponen.

El DECRETO 89/2014, propone “desde un punto de vista metodológico, la aplicación de aprendizajes basado en las experiencias vitales, la interacción y el lenguaje corporal”. El alumnado aprenderá a través de sus vivencias emocionales. Un punto importante que se destaca en el DECRETO 89/2014, es trabajar la educación emocional de forma transversal, integrándolas en la demás áreas. Otro aspecto relevante es el trabajo corporal del alumnado. Por último se destaca que “el profesorado juega un papel fundamental en la interacción establecida con os niños y las niñas, utilizando a claridad en las directrices: valoración crítica de lo original, lo novedoso...”

Las metodologías utilizadas en el aula son diversas, en mi opinión, idealmente se deben seguir las siguientes características para trabajar en el aula, destacamos las siguientes:

Se debe llegar a una metodología activa, dinámica, donde el profesor mantenga un entorno motivador, partiendo en todo momento de los intereses de los alumnos y de situaciones cotidianas, es decir, siempre empezar desde los conocimientos previos y las experiencias vividas del docente (buenas o malas, pequeños conflictos con sus iguales, diferencias de opiniones...). Para lograr que el alumno sea un agente social que se integre en la sociedad correctamente, que alcance su desarrollo integral y fomente el desarrollo de la creatividad. Esta metodología activa, atractiva y dinámica, basada en la búsqueda de la estimulación del alumnado para su desarrollo, trabajando desde proyectos, vivencias, tareas en grupo... es la mejor forma de llegar a la formación integral del alumno. El docente debe adoptar un papel de guía, haciendo que el

alumnado reflexione, plantee retos, soluciones y tengan un pensamiento crítico que le ayude a regular y elaborar de forma autónoma sus emociones.

Por otro lado, si queremos formar a alumnos autónomos, en su aprendizaje, se debe trabajar con una metodología abierta, donde el alumnado sea el propio artífice de su aprendizaje, lográndolo a partir de *feedback*, trabajo en grupo, cambios de rol, etc.

Ambas metodologías deben ser suplementada con una metodología cooperativa y de interacción, favoreciendo un buen clima en el aula, siendo este tolerante, de respeto y de autovaloración.

Las estrategias de enseñanza que el docente debe utilizar en el aula son diversas, desde mi punto de vista, las más adecuadas para lograr los objetivos propuestos en cada sesión y obtener un clima favorecedor en el aula son: el dialogo fluido, las dramatizaciones, las exposiciones de historias de vida, trabajos en pequeños y grandes grupos, los cambios de rol, la mímica, los ejercicios de relajación y posturales (que ayuda al lenguaje verbal y no verbal), crear ámbitos de relaciones forzadas, las investigaciones, las lluvia de ideas, la resolución de problemas e imposibles de la vida cotidiana, etc.

Por último los recursos que favorecen al profesor para llevar a cabo cada una de estas estrategias son infinitos, dependerá de la creatividad del profesor para elaborar material necesario para abordar sus clases. Entre la infinidad de recursos podemos destacar : las películas con un fin sentimental o emocional, la música, textos poéticos y literarios cargados de sentimientos, fábulas, imágenes, diarios de clase, teatro, marionetas, juegos gestuales, debates, etc.

6.2. Actividades:

La asignatura de Educación Emocional y para la Creatividad está dividida en tres bloques de contenidos, como queda recogido en el DECRETO 89/2104. El bloque I trabaja la *Conciencia Emocional*, desarrollando la capacidad afectiva para percatarse de sus propias emociones y reconocer la de las demás, el bloque II trabaja la *Regulación Emocional*, prepara al alumno para manejar y modificar emociones (en diferentes contextos) y por último el bloque III trabaja la *Creatividad*, incrementando el potencial creativo, atendiendo a si dimensión cognitiva, afectiva y procedimental.

A continuación, se presentarán una serie de recursos y materiales a modo de ejemplo para cada uno de los bloques, donde se trabajaran alguno de los contenidos para la EMOCREA. Estas actividades van dirigidas a primero de Primaria. Los recursos y materiales propuestos, que se componen de cuatro recursos de diferentes autores y el resto de ellos propios, servirán de ayuda para la aplicación de la Educación Emocional en el aula.

Recurso I: Conocimientos previos:

Antes de comenzar cualquier asignatura es necesario identificar los conocimientos previos del alumno, esta actividad fue diseñada para reconocer en el

alumno las nociones sobre las emociones. El alumno podrá identificar del amplio abanico de emociones aquellas que reconozca, a través, de un pequeño juego.

Recurso I: Conocimientos previos:	
<p>❖ Contenidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificación de las emociones básicas. - Vocabulario básico emocional. 	
<p>❖ Actividad:</p> <p>Antes de empezar cualquier actividad, es necesario saber que emociones reconocen los alumnos en sí mismo y en los demás. Por ello, con un pequeño juego veremos cuales reconocen del gran abanico que a diario sentimos y expresamos. Creando también de esta manera un vocabulario nuevo en el alumnado. Ya que deben saber como se denomina a la emoción que están sintiendo para luego reconocerla.</p> <p>Utilizando la PDI o imágenes, les mostraremos a los alumnos diferentes tipos de emociones o situaciones mostrando la gran variedad y los discentes deben observarlas y reconocer las emociones que se les presentan.</p> <p>De esta manera, le da una idea al profesor/a del conocimiento que tiene n sus alumnos sobre sus emociones y sentimientos.</p> <p>A lo largo de las siguientes actividades el profesor enseña al alumnado a identificar, expresar sus emociones y sentimientos abiertamente, a analizar sus propias emociones y las de sus compañeros.</p>	
<p>❖ Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - PDI - Imágenes de emociones 	<p>❖ Temporalización:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 15 minutos

Recurso II: Actividad a largo plazo “Emocionario”:

“Emocionario” es una actividad a largo plazo y que creo muy interesante para la interpretación, conocimiento y aceptación de las emociones. Esta actividad es la modificación de un itinerario diseñado por Nuñez Pereira y Romero, plasmado en su libro *Emocionario* (2013) y que modifica Pintado Málaga. Actividad completa en el Anexo 3.

Bloque I: La conciencia emocional.

Recurso III: “Imítalo”:
<p>❖ Contenidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificación de las propias emociones. - Interpretación de las emociones. - Identificación y comprensión de señales emocionales en las demás personas. - Observación de las emociones en función de las sensaciones corporales causantes.
<p>❖ Actividad:</p>

Haremos que los alumnos se levanten de sus sillas, y se sienten en el suelo en forma de coro, cambiando el entorno de trabajo, siendo el nuevo más acogedor y motivador. Pondremos en el suelo una serie de cartas (anexo 4) que contiene cada una de estas, una emoción (tristeza, miedo, rabia, amor, alegría, sorpresa, preocupación, humor, venganza, ira). Un alumno cogerá una de esas cartas, reflexionara sobre esa emoción que ha elegido y luego debe representarla.

El resto de los alumnos deben reconocer la emoción que está representando su compañero, pero haremos que el alumno llegue a esta, a partir, de una reflexión, siguiendo una serie de preguntas que se le realizaran, como: *¿Qué emoción representa tu compañero?*, *¿La has vivido alguna vez?*, *¿Cuándo?* *¿Cómo la has reconocido?* Repetiremos lo mismo hasta que no queden más cartas con emociones.

A continuación los alumnos volverán a sus mesas, y elegirán de todas las emociones que hemos visto, una de ellas. Repartiremos una vez elegida la emoción, un folio a cada alumno dividido a la mitad, en una de las partes dibujaran una situación que ellos han vivido, donde han experimentado dicho sentimiento. Y en la otra mitad dibujaran una situación donde hayan reconocido que sus padres han expresado la emoción elegida. Después los alumnos deben exponer sus dibujos a sus compañeros, explicando a los demás en qué tipo de situaciones han experimentado o han visto la emoción elegida.

<p>❖ Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cartas con el nombre de las emociones - Hoja de dibujo 	<p>❖ Temporalización:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 45 minutos
---	---

❖ **Evaluación:**

- 1) Percibir las sensaciones corporales asociadas a las experiencias emocionales básicas personales, identificando estas y nombrándolas para favorecer la conciencia emocional.
- 2) Reconocer las emociones propias y las de las demás personas como medio para desarrollar la capacidad de autodescubrimiento personal.
- 7) Detectar e identificar los obstáculos sociales (lo establecido, lo lógico...) y emocionales (miedo, vergüenza...) que limitan el potencial creativo mediante la vivencia con el fin de poner las bases de la autoconfianza en las propias capacidades creativas.

Los instrumentos de evaluación en esta sesión será en primer lugar la observación directa de los alumnos, observando que todos reconocen las emociones y no tienen ningún problema para identificarlas o expresarlas. Para ello, utilizaremos una hoja de registro (anexo 5). También será evaluable los dibujos elaborados por los alumnos, que nos pondrán de manifiesto si han entendido la emoción que han elegido y si la reconocen en una situación real. La ponderación de la hoja de registro será la siguiente:

Tipo de evaluación	Criterio	Ponderación
Posición corporal a la hora de representar la emoción	Posición del cuerpo, movimientos gestuales a la hora de representar, ayuda a la emoción con posiciones posturales que indiquen dicha emoción	20%
Expresión facial.	Realiza todos los signos que faciales que indican la emoción.	20%

Representación correcta de la emoción	Reconoce la emoción que se indica y la realiza forma correcta. Realiza una buena relación entre palabra y gesto.	20%
Identificación de la emoción en sí mismo.	Reconoce e identifica que ha sentido dicha emoción en algún momento. La reconoce de forma correcta en la realidad en sí mismo	20%
Reconocimiento de la emoción en los demás.	Identifica de forma correcta la emoción cuando el compañero la representa, la reconoce en los demás en situaciones reales.	20%

Recurso IV: “Déjate llevar”:

❖ **Contenido:**

- Percepción de las sensaciones corporales.
- Identificación de emociones.
- Indagación y reconocimientos de la percepción de las sensaciones y emociones propias.
- Percepción y expresión de emociones adecuadas mediante el uso de diferentes lenguajes.
- Observación de sus emociones ante las creaciones y producciones propias.

❖ **Actividades:**

La música hace que dejemos soltar todas las emociones que sentimos en ese momento, o que experimentemos diferentes emociones que nos puedan transmitir la música que escuchamos.

Debemos despejar la clase, para que los alumnos puedan expresar con sus cuerpos lo que la música les trasmite y así, buscar en su interior el sentimiento que les provoca la música. Pondremos a los alumnos una serie de canciones, ellos deben dejarse llevar por la música y expresar lo que sienten con su cuerpo, moviéndose por todo el espacio libre que podamos utilizar de la clase. Una vez que hayan escuchado la primera canción los alumnos deben parar a pensar y buscar de entre las emociones que conocen y que ya han trabajado, cuál de ellas acaba de experimentar, llegando a la reflexión. Elegimos a un alumno al azar y lo hacemos reflexionar, a través de preguntas como: *¿Qué emoción/sentimiento has experimentado al escuchar esta canción?, ¿Qué rasgos has detectado en ti para saber que es esa emoción?, ¿En qué otro momento de esta semana has sentido esta emoción?* Preguntaremos si todos los alumnos están de acuerdo con lo que el compañero ha dicho. Así lo haremos sucesivamente con todas las canciones que pondremos a los alumnos.

Podemos encontrar una canción para cada uno de los sentimientos, como por ejemplo (Anexo 6)

- Felicidad: <https://youtu.be/TxRWQHCSmUg> “Quimbara” de Celia Cruz, esta eleva el ánimo y da alegría a la hora de bailar.
- Tristeza: <https://youtu.be/OGvd6Pmn5WA> “Secrag” provoca un estado de tristeza profundo.
- Miedo: <https://www.youtube.com/watch?v=p2iLYhr8nJo> “Dead silence” provoca un ambiente de tensión.
- Amor: <https://youtu.be/AS5DOyyoXJI> “Mi princesa” de David Bisbal, hay muchos tipos de baladas que nos transmiten que se siente al estar enamorado.

<ul style="list-style-type: none"> Relajación: https://youtu.be/GyevjEqLVs4 , el sonido de la naturaleza te induce a un estado de relajación profundo. Estrés: https://youtu.be/_ynMnLTzyA “Estridente de Beethoven, sus sonidos persistentes y altos provocan en muchos un estado de estrés. <p>Una vez hemos acabado, realizaremos el ejercicio contrario. Cogemos las emociones que hemos deducido de lo que nos ha transmitido la música y crearemos un baile, con gestos corporales, mímica, sonidos... que al bailarlo y representarlo nos transmita dicha emoción. Grabaremos con una cámara, estas cortas representaciones o bailes y las expondremos en clase, para que los alumnos vean lo que ellos han creado, y si al verlo, en ese momento, les transmite la emoción que ellos querían emitir.</p>	
<p>❖ Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Equipo de música - Canciones - Cámara 	<p>❖ Temporalización:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 45 minutos
<p>❖ Evaluación:</p> <p>1) Percibir las sensaciones corporales asociadas a las experiencias emocionales básicas personales, identificando estas y nombrándolas para favorecer la conciencia emocional.</p> <p>2) Reconocer las emociones propias y las de las demás personas como medio para desarrollar la capacidad de autodescubrimiento personal.</p> <p>Los instrumentos de evaluación que se utilizaran para evaluar dicha sesión es, la observación ya que esta es la más adecuada para este tipo de actividades. Y el instrumento con el que se va a evaluar son las rubricas (anexo 7), aplicando las rubricas que nos aporta el Gobierno de Canarias (resolución de 13 de mayo de 2015, rúbricas de los criterios de evaluación de la Educación Primaria) siendo modificada estas rubricas, con el objetivo de evaluar solo los contenidos que se trabajan en la actividad. También evaluaremos el material que los alumnos han creado como el mural y la grabación que realizamos a los alumnos (valorando la expresión emocional y la creatividad). Para establecer la nota final del trabajo, realizamos la suma de la nota dada en cada una de los criterios y la dividimos entre 3. Adjuntado también en el anexo 6.</p>	

Bloque II: La Regulación Emocional.

<p>Recurso V: “Decide tú”:</p>
<p>❖ Contenidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Iniciación al sentido crítico. Autonomía e iniciativa en la toma de decisiones.
<p>❖ Actividad:</p> <p>El alumno debe elegir una opción entre las disponibles, independientemente del momento, el lugar o la situación, para solucionar un problema que le plantea la vida, por ello es necesario que ayudemos al alumno a ser autónomo en la toma de decisiones.</p> <p>A partir del siguiente vídeo https://www.youtube.com/watch?v=vWKY4XbRqZo (anexo 8) donde se representa por parte de los protagonistas una elección entre dos opciones (el personaje debe decidir qué hacer), tiene que tomar una decisión sin perjudicar a las otras partes. Una vez, el vídeo ha terminado haremos reflexionar a los alumnos planteándole cuestiones, como: <i>¿Cuáles eran las decisiones a tomar? ¿Ha tomado la mejor decisión?, ¿Qué</i></p>

decisión hubiesen tomado ustedes en su lugar?, ¿crees que ha sido fácil? ¿Qué crees que hubiera cambiado si hubiera tomado la otra decisión?

A continuación meteremos al niño en una situación vivencial y haremos que tomen una decisión, eligiendo de la mejor manera posible. Pediremos a los alumnos que nos cuenten en qué situación han tenido que elegir entre dos o varias opciones, y si le ha parecido difícil tomarla. Una vez tengamos algunas vivencias, elegiremos tres de ellas, las que nos parezcan más oportunas y nos den más juego. Entonces dividiremos a la clase en tres subgrupos y a cada grupo debe representar una de esas vivencias. Serán los propios alumnos quienes organicen la representación, buscando el protagonista, el narrador, los personajes que marcan las opciones y finalmente serán representadas delante de sus compañeros.

❖ **Recursos:**

- Video

❖ **Temporalización:**

- 45 minutos

❖ **Evaluación:**

5) Actuar en diferentes contextos asumiendo la responsabilidad de la propia conducta y reparando, si fuera necesario, los daños causados en la estima de sus iguales y de los adultos y adultas, y en los objetos, como muestra del desarrollo de su capacidad de autorregulación emocional de manejo correcto de las relaciones interpersonales.

El instrumento de evaluación a utilizar es una hoja de registro (anexo 9) que se basará en la observación en la representación de los alumnos ante la toma de decisión que deben tomar y si esta es la más adecuada para todas las partes, evitando cualquier tipo de conflicto. El porcentaje para evaluar al alumno será el siguiente:

Tipo de evaluación	Criterio	Ponderación
Habilidades de trabajo cooperativo	El alumno muestra respeto ante la opinión de sus compañeros, resuelve conflictos, responsabilidad.	20%
Autonomía y capacidad de toma de decisiones	Es capaz de tomar decisiones por sí solo,	30%
Comprensión de toma de decisiones sin provocar daños	Estudia las opciones que tiene y elige la mejor, evitando el daño a sí mismo y a otras personas, se responsabiliza de las consecuencias al tomar la decisión.	30%
Representa correctamente el contexto de la situación	Se mete en el papel de las opciones a representar y las defiende correctamente. Entiende que son situaciones de la vida real y hay que buscar la solución correcta.	10%
Posición corporal en la representación (gesto, mirada, posiciones...)	Acompaña a la representación con las posiciones corporales adecuadas, deja ver sus sentimientos en el momento de la situación y con su cuerpo dice lo que su mente está pensando.	10%

Recurso VI: “El espejo mágico del maestro/a”

Esta actividad es una modificación de Gasten y Carothers (1996) plasmado en su libro Juegos de autoestima.

Recurso VI: “El espejo mágico del maestro/a”

❖ **Contenidos:**

- Desarrollo de la autoestima y de la motivación para perseverar en los actos.

❖ **Actividades:**

Es necesario desarrollar en el alumno la autoestima, que busquen, reconozcan y acepten sus cualidades y se encuentren a gusto consigo mismo, además de reconocer las cualidades de otras personas y las respeten.

Los alumnos se deben colocar en círculo en un lugar amplio de la clase, la maestra se pondrá dentro de este círculo con un espejo en las manos. Los alumnos deben ir pasando por el espejo, mirándose en él, y haciendo alusión a la frase del cuento de Blancanieves y los siete enanitos, los alumnos deben repetir en este caso: “Espejito, Espejito dime lo que más te gusta de mí”. Entonces el alumno acercando el oído al espejo, piensa, reflexiona lo que le gusta de sí mismo, y lo comunica al grupo diciendo la siguiente frase “El Espejo Mágico me ha dicho que lo que más le gusta de mí es...”. Todos los alumnos deben realizar esta actividad buscando así su cualidad más óptima y expresándola al resto de sus compañeros.

Una vez, que todos los alumnos hayan acabado de pasar por el espejo, cambiaremos la actividad y ahora de la misma manera se acercaran al espejo, pero dirán la siguiente frase: “Espejito, Espejito que es lo que más te gusta de mi amiguito”, refiriéndose al compañero que tienen a la derecha. Deben comunicar lo que el espejo les a “revelado” de su compañero a los demás, y entonces haremos una reflexión preguntando al resto del grupo, si están de acuerdo con la cualidad que el espejo acaba de “revelar” y preguntar también al propio alumno si es verdad lo que acaban de decir de él. Así con todos los alumnos.

Como reflexión final, preguntaremos al grupo, si tienen alguna otra cualidad. Para dejar constancia de ello, cada alumno debe escribir con ayuda de la profesora en un folio las cualidades que el espejo ha revelado de él en ambas actividades. Una vez tengamos todas las cualidades de los niños, realizaremos un árbol con papel Kraft y las hojas de ese árbol serán las cualidades de los alumnos.

❖ **Recursos:**

- Espejo
- Papel kraft

❖ **Temporalización:**

- 45 minutos

❖ **Evaluación:**

4) Regular la experiencia y la expresión emocional a través de la reflexividad, la tolerancia a la frustración y la superación de dificultades, de modo que se desarrolle la autorregulación de la impulsividad emocional.

El instrumento que utilizaremos para evaluar dicha actividad, será un pequeño cuestionario (anexo 10) de cómo se sienten ellos, y la autoestima que tienen. Pero como los alumnos de esta edad aún están aprendiendo a escribir, lo realizaremos a través de dibujos. Las preguntas propuestas para descubrir como el alumno se siente consigo mismo son las siguientes: ¿Quién soy yo? (para descubrir como el niño se ve a sí mismo), ¿Qué es lo que más me gusta? (para descubrir su mayor afición y si esta puede ser un problema), ¿Qué se me da bien? (observar donde el alumno se siente cómodo y si piensa que hay algo que el sepa realizar correctamente) ¿Qué me gustaría cambiar? (para conocer donde el alumno no está cómodo y que aquello que le puede llegar a frustrar) , ¿Quién es mi familia? (observar que el alumno tiene un apoyo familiar detrás, y a quien el alumno valora con mayor intensidad), ¿Quiénes son mis amigos) (corroborar que el alumno juega en el colegio y no está solo o se siente desplazado del grupo de clase, pudiéndole causar una baja autoestima o frustración emocional)

A continuación expongo dos actividades educativas que he podido realizar y poner en práctica durante mi proceso de aprendizaje como futura docente. El recurso VII y VIII, son actividades que corresponde a niveles más elevados.

Recurso VII: “Metáfora vivencial”:

Es un recurso metodológico, que expone Antonio Rodríguez Hernández, profesor de Educación Emocional en la Universidad de La Laguna, afirmando que *“es una metodología educativa – terapéutica consistente en la vivencia simbólica de un aspecto socioafectivo del sujeto, con el objetivo de promover cambios/aprendizajes”*.

Partiendo de su recurso genérico de la metáfora vivencial he personalizado este recurso, adaptándolo al primer ciclo y partiendo de un problema del aula que muchos alumnos aun no dominan, la autoconfianza. Para conseguir el desarrollo integral del alumnado y evitar que este pueda llegar a no aceptarse a sí mismo. Actividad completa en el Anexo 11.

Recurso VIII: “Receta socio – afectiva”:

La Receta socio – afectiva es otro recurso que nos brinda el profesor Antonio Rodríguez Hernández, profesor de la Universidad de La Laguna, donde *“se aprenderá, a través de la cocina, a conocerse a sí mismo, a valorarse de forma ajustada, a regular sus propias emociones...”*

Desde el recurso que Antonio Rodríguez nos brinda, he realizado mi receta socio – afectiva para alimentar socioafectivamente a los alumnos de primero de Primaria, con la finalidad de aportar a los alumnos la autoconfianza que aún no tienen y que necesitan para su vida diaria, consiguiendo alumnos tengan una fuerte conciencia para desarrollarse completamente y afrontar todos sus problemas. Actividad completa en el Anexo 12.

Bloque III: La creatividad

La creatividad es provoca en el alumno un espíritu investigador, haciéndole ser original en sus respuestas y en su integración a la sociedad, además analiza su entorno de una manera más audaz, desintegrando las partes y dándoles un nuevo sentido. En definitiva, habiendo que los alumnos creen productos de calidad.

Recurso IX: “Tu mundo al revés”:

❖ **Contenidos:**

- Uso del pensamiento divergente. Búsqueda de ideas alternativas, diferentes e inusuales.
- Valoración positiva de las creaciones propias.
- Desarrollo del espíritu emprendedor en sus diferentes vertientes.
- Habilidades de trabajo cooperativo
- Iniciación a la práctica del pensamiento divergente aplicado al proceso de elaboración e implementación de proyectos sencillos.

<p>❖ Actividad: Explicaremos a los alumnos que en esta sesión de clase viviremos en el mundo al revés, donde las situaciones, toman el sentido contrario al que tienen. Por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El alumno explica la lección al profesor. - El trabajador riñe al jefe de la empresa. - Los peces corren por el monte <p>Una vez explicado esto, dividiremos al gran grupo de clase en cuatro subgrupos, cada subgrupo debe representar una situación que ellos mismo creen, siendo estas de vivencias cotidianas, en la representación deben elegir los personajes y los acontecimientos que desean ejemplificar y cambiar.</p> <p>Una vez listos todos los grupos, estos deben representar las situaciones frente a sus compañeros.</p> <p>Por último reflexionaremos sobre sus creaciones, con una serie de preguntas: <i>¿Cuáles han sido las acciones que han cambiado?, ¿Cómo son en el mundo “al derecho”?, ¿Por qué han elegido esta situación?</i></p>	
<p>❖ Recursos: - No es necesario ningún tipo de recurso material.</p>	<p>❖ Temporalización: - 45 minutos</p>
<p>❖ Evaluación:</p> <p>6) Experimentar principios y estrategias de pensamientos divergente y analógico, utilizando los múltiples lenguajes de forma sencilla como medio para autoafirmar el propio potencial creativo.</p> <p>9) Experimentar con el diseño y ejecución de proyectos sencillos de carácter emprendedor en sus diferentes vertientes, poniendo en uso las capacidades vinculadas al pensamiento divergente y las actitudes innovadoras que lo acompaña con el fin de implementar iniciativas en el ámbito escolar que promuevan el bienestar personal y social.</p> <p>Los instrumentos de evaluación que se utilizaran para evaluar dicha sesión es, la observación ya que esta es la más adecuada para este tipo de actividades. Y el instrumento con el que se va a evaluar son las rubricas (anexo 13), aplicando las rubricas que nos aporta el Ministerio de Educación del Gobierno de Canarias (resolución de 13 de mayo de 2015, rúbricas de los criterios de evaluación de la Educación Primaria) siendo modificada estas rubricas, con el objetivo de evaluar solo los contenidos que se trabajan en la actividad. Para establecer la nota final del trabajo, realizamos la suma de la nota dada en cada uno de los criterios y la dividimos entre dos. Adjuntado también en el anexo 13.</p>	

<p>Recurso X: “El Cuento que suena”:</p>	
<p>❖ Contenidos: - Sonorización, composición plástica y dramatizaciones a partir de cuentos, vivencias, temática infantiles. - Combinación de lenguaje de forma inusual y novedosa.</p>	
<p>❖ Actividad: Los alumnos elegirán un cuento, aquel que más les guste. A continuación, debemos representar dicho cuento añadiéndole mímica y sonidos que les sean acorde a la historia que se está contando. Será los propios alumnos los encargados de elegir los elementos que se van a representar mediante mímica (saltar, cara de susto, cara de sorpresa, dar un vuelta, tocarse la nariz, etc.) y aquellos que llevaran un sonido al ser nombrado (dar una palmada, gritar, llorar, hacer el sonido de la lluvia, etc.).</p>	

<p>Después se repartirán los papeles del cuento entre la clase y se representara el cuento elegido. Todos los alumnos al unisonó deben hacer la mímica cuando corresponda y el sonido elegido en el momento que pertenezca.</p> <p>A continuación, dividiremos a la clase en cuatro grupos. Cada uno de los grupos debe pensar un final alternativo del cuento que acaban de representar. En el grupo deben participar todos los alumnos, realizando un debate de ideas y eligiendo la mejor opción. Una vez, hayan decidido el final alternativo del cuento, lo expondrán al resto de sus compañeros. Como reflexión, comentaremos los tres finales y tras un debate elegiremos el mejor final alternativo del cuento, y harán un dibujo de este en sus blogs de clase.</p>	
<p>❖ Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diversos cuentos - Material de clase 	<p>❖ Temporalización:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 45 minutos
<p>❖ Evaluación:</p> <p>6) Experimentar principios y estrategias de pensamientos divergente y analógico, utilizando los múltiples lenguajes de forma sencilla como medio para autoafirmar el propio potencial creativo.</p> <p>El instrumento de evaluación que utilizaremos en esta sesión son las rúbricas, va hacer la misma rúbrica que la actividad anterior, siendo pero solo trabajando con el sexto criterio de evaluación. (Anexo 14)</p>	

7. Conclusión:

Es un privilegio ser la única comunidad Autónoma en toda España que cuenta con la asignatura de Educación emocional y para la Creatividad, es realmente importante garantizar su cumplimiento y respetar el horario establecido por la ley de Educación, en todos los centros del archipiélago. Si queremos contribuir de manera positiva en la vida de nuestros alumnos y que estos consigan sus máximas potencialidades, creo necesario que el alumno conozca, investigue y entienda todos los aspectos que integren su desarrollo, sobre todo sus emociones y sentimientos, ya que, condicionan su manera de actuar. En mi opinión, la labor de todo docente debe ser la creación de una base donde los alumnos asienten su madurez y sean capaces de identificar, regular y dominar todas sus emociones, para llegar a un desarrollo pleno de la personalidad.

Hemos visto como es imprescindible impartir la educación emocional en las aulas y formar al alumno en este tema de gran relevancia.

Se hace gran hincapié en la formación de las familias, que preparan al alumnado en sus primeros años de vida hacia la adquisición de las competencias emocionales, ayudando más tarde al profesorado durante el aprendizaje de los discentes. El docente debe también estar preparado para impartir estas clases, por esta razón es de gran importancia la formación emocional del docente para que este controle sus propias emociones y ayude al alumnado a desarrollar sus competencias emocionales, para ser en un futuro unos profesionales creativos, que se planteen metas reales y que tengan un buen desarrollo psíquico y emocional.

Es primordial el conocimiento emocional del docente para el aprendizaje emocional de los alumnos, pero también lo es, proporcionarle a este los recursos necesarios que le ayuden a conseguir unos alumnos emocionalmente más preparados proporcionándoles recursos necesarios para afrontar y manejar de forma más adecuada las respuestas emocionales que le puedan surgir en diferentes contextos.

Por ello, el objetivo de este trabajo ha sido facilitar al profesorado una serie de recursos que le ayuden a impartir la asignatura, con la finalidad de ayudar al completo desarrollo emocional y creativo del alumnado.

En este trabajo de fin de Grado se presenta una lista de diez recursos para facilitar al profesorado la aplicación de la asignatura de Educación Emocional y para la Creatividad. De estos recursos, seis de ellos son una propuesta propia y los cuatro restantes son recopilados de propuestas de trabajo de otros autores. Este conjunto de recursos facilitara al profesor la impartición de algunos de los contenidos mencionados en cada una de las actividades.

Los recursos se presentan en formato ficha para facilitar al profesorado el uso de las actividades presentadas, al igual que las evaluaciones propuestas.

Para que este proyecto de mejora llegue a ser lo más efectivo posible, no solo es necesario que el profesorado utilice los recursos expuestos, sino que también se necesita la colaboración familiar que ayude al alumnado y al profesorado a alcanzar las competencias emocionales que se pretenden obtener y la colaboración de los docente que busquen la formación permanente sobre la educación emocional, utilizando este proyecto como una ayuda para aplicar la metodología y recursos expuestos. No solo son

importantes los recursos que vamos a utilizar en el aula, para alcanzar el desarrollo integro del alumnado, sino el conjunto que forman las familias, el profesorado y el alumnado.

Con este trabajo fin de Grado, sobre la educación emocional he adquirido una serie de competencias generales y específicas. Entre las generales puedo destacar la reflexión sobre la práctica de aula para innovar y mejorar la labor docente, he aprendido a observar el entorno de aprendizaje, destacando la buena práctica docente y mejorando con nuevos métodos y recursos aquellas prácticas que tienen algún tipo de limitación y aplicando a esta labor docente nuevos métodos de enseñanza que mejoraran el aprendizaje del alumnado, partiendo de las experiencias vividas. Otra competencia que he desarrollado a medida que realizaba este proyecto es diseñar, planificar y evaluar procesos de enseñanza-aprendizaje, tanto individualmente como en colaboración con otros docentes y profesionales del centro, durante el proceso de prácticas y de observación de la educación emocional en las aulas, evalué los procesos de enseñanza que los maestros/as aplicaban a los alumnos, señalando aquellos que surtían efecto en los alumnos. Este trabajo también me ha ayudado a diseñar y planificar actividades que ayuden al alumno a desarrollar sus competencias emocionales y la creatividad, siendo un recurso práctico para el profesorado. Por otro lado, he desarrollado competencias específicas como la reflexión del proceso formativo vivido y la reflexión sobre la práctica educativa, con este trabajo de fin de Grado he realizado una regresión en mi formación como docente, para poner en práctica todo aquello que he aprendido y todos los recursos que me han aportado durante estos cuatro años, también he puesto de manifiesto una reflexión sobre la práctica del profesorado encargado de la asignatura de Educación Emocional y para la Creatividad, buscando las limitaciones de estos y aportándole un programa que le ayude en la práctica de esta asignatura y poder aportar al alumnado la mejor formación emocional.

8. Bibliografía:

Álvarez, M., & Bisquerra, R. (1998). *Manual de orientación y tutoría*. Barcelona: Praxis.

Aristóteles (1988), *Acerca del alma*, traducción de Tomás Calvo Martínez, Madrid, Gredos.

Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.

Bisquerra, R. (2001). *Educación emocional y competencias básicas para la vida*. Revista de Investigación Educativa, 21(1), 7-43. Recuperado en: <http://revistas.um.es/rie/article/viewFile/99071/94661>

Bisquerra, R. (2005). *La educación emocional en la formación del profesorado*. Revista Interuniversitaria de Formación del profesorado, 19, 95 – 114. Recuperado en: <http://www.redalyc.org/pdf/274/27411927006.pdf>

Bisquerra, R., & Pérez, N. (2007). *Las competencias emocionales*. Educación XXI, 10, 61-82. Recuperado en: <http://www.ub.edu/grop/catala/wp-content/uploads/2014/03/Las-competencias-emocionales.pdf>

Bisquerra, R. (2011). *Educación emocional. Propuesta para educadores y familias*. Bilbao: Desclee de Brouwer.

Cuadro Gamarra, M. (1998). *Los Programas de Desarrollo de la Inteligencia Emocional*. Madrid. Recuperado en: <http://www.waece.org/biblioteca/pdfs/d071.pdf>

Delours, J (1996), *La educación encierra un tesoro*, Madrid. Santillana, ed. UNESCO

Extrema, N. y Fernández-Berrocal, P. (2002). *La inteligencia emocional en el contexto educativo: Hallazgos científicos de sus efectos en el aula*. Málaga. EOS. Recuperado en: <http://www.mecd.gob.es/dctm/revista-de-educacion/articulosre332/re3320611443.pdf?documentId=0901e72b81256ae3>

Gasten, R. y Carothers, J. (1999) *Juegos de Autoestima*. Madrid: Ed, El Manglar.

Goleman, D. (1997). *La Inteligencia Emocional*. Barcelona. Kairós.

Hernández, P. (2002). *Los Moldes de la Mente. Más allá de la de la Inteligencia Emocional*. Tenerife. Tafor.

Núñez Pereira, C. y Romero, R. (2013) *Emocionario*. Madrid. Palabras aladas.

Pintado Málaga, E. Blog: *Proyecto Emocionario*
<http://www.auladeelena.com/p/proyecto-emocionario.html>

Salovey, P. y Mayer, J.D. (1997). *¿Qué es la Inteligencia emocional?* New York.

Vallés, A y Vallés, C. (2002). *Inteligencia Emocional: Aplicaciones educativas*. Madrid: EOS.

Legislación:

DECRETO 126/2007, de 24 de mayo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Canaria.

DECRETO 49/2014, 1 de agosto, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad de Canarias.

Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de *Educación*. Boletín Oficial del Estado, 4 de mayo de 2006, núm. 106.

Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, *para la Mejora de la Calidad Educativa*, 10 de diciembre de 2013, núm.295.

Anexo 1: Entrevista maestra 1

Entrevistas sobre la formación del profesorado en la nueva asignatura de Educación Emocional.

Estamos realizando un proyecto de mejora sobre la implantación metodológica de la asignatura conocida como “EMOCREA”, cuyo objetivo de dicha entrevista es recopilar información que sirva de base para el futuro desarrollo de programas de formación del profesorado en la Educación Emocional. Para ello necesitamos de su colaboración ya que se quiere conocer la opinión del profesorado, ante esta nueva situación. Con tal fin, le pedimos que conteste a estas preguntas, pensando en la situación hipotética de que en el pasado o futuro próximo quisiera participar en un programa d formación de profesorado, para una mejor implantación de “EMOCREA” en el aula.

Queremos señalar que garantizamos el anonimato de la in formación que nos proporcione, ya que será de uso exclusivo para la investigación que estamos realizando. Además le agradecemos enormemente su participación en el estudio.

MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

1. **Sexo:** Hombre Mujer

2. **Edad:** 58

3. **Curso en el que imparte la asignatura:** Tercero de Educación Primaria

4. **¿Á que edades imparte usted dicha asignatura?** De ocho a nueve años

5. **¿Cuándo fue informado/a de que era responsable de impartir la asignatura?** A comienzos del curso 2014 – 2015
6. **¿Ha recibido algún tipo de información metodológica, que le instruya en la impartición de la asignatura?** Si
7. **¿La consejería de educación le ha planteado realizar algún tipo de curso formativo para dicha asignatura?** Si
8. **¿Ha buscado información por su cuenta, para llevar impartir día a día dicha clase?** He buscado información en internet, Consejería de Educación y algunos libros.
9. **¿Qué tipo de metodología ha utilizado en el aula para impartir “EMOCREA”?** Se ha intentado utilizar una metodología activa, buscando el razonamiento en los alumnos ante situaciones de la vida real, buscando la conciencia en mis propios actos, la empatía con sus semejantes, manifestación de sus propios sentimientos...
10. **¿Qué tipo de recurso utiliza habitualmente?** Fotocopias de un cuadernillo de trabajo, libros de Cuentos, tipos de fábulas “Cuentos para portarse bien en el colegio” Editorial CCS y cualquier otro recurso que pueda surgir, haciéndolo coincidir con la Navidad, Carnaval, Día de la Paz, Día de la Familia etc.
11. **¿Qué cree usted que es necesario enseñar, en un programa para el profesorado, sobre la educación emocional? ¿Qué le hubiese gustado saber a usted?** Es necesaria la formación en una metodología activa y motivadora para el alumno.

Anexo 2: Entrevista maestra 2

Entrevistas sobre la formación del profesorado en la nueva asignatura de Educación Emocional.

Estamos realizando un proyecto de mejora sobre la implantación metodológica de la asignatura conocida como “EMOCREA”, cuyo objetivo de dicha entrevista es recopilar información que sirva de base para el futuro desarrollo de programas de formación del profesorado en la Educación Emocional. Para ello necesitamos de su colaboración ya que se quiere conocer la opinión del profesorado, ante esta nueva situación. Con tal fin, le pedimos que conteste a estas preguntas, pensando en la situación hipotética de que en el pasado o futuro próximo quisiera participar en un programa d formación de profesorado, para una mejor implantación de “EMOCREA” en el aula.

Queremos señalar que garantizamos el anonimato de la in formación que nos proporcione, ya que será de uso exclusivo para la investigación que estamos realizando. Además le agradecemos enormemente su participación en el estudio.

MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

12. Sexo: Hombre Mujer

13. Edad: 60

14. Curso en el que imparte la asignatura: Primero de Primaria

15. ¿Á que edades imparte usted dicha asignatura? De seis a siete años

- 16. ¿Cuándo fue informado/a de que era responsable de impartir la asignatura?** En septiembre a principios del curso 2014 – 2015
- 17. ¿Ha recibido algún tipo de información metodológica, que le instruya en la impartición de la asignatura?** No
- 18. ¿La consejería de educación le ha planteado realizar algún tipo de curso formativo para dicha asignatura?** Si
- 19. ¿Ha buscado información por su cuenta, para llevar impartir día a día dicha clase?** Si he buscado información que fomente en el alumnado la autoestima, una independencia y autonomía, la capacidad de relacionarse, iniciativa, humor, creatividad, capacidad de pensamiento crítico...
- 20. ¿Qué tipo de metodología ha utilizado en el aula para impartir “EMOCREA”?** La interacción basada en las experiencias vitales y el lenguaje corporal.
Partir de las vivencias emocionales del alumnado en distintos contextos de su entorno.
Partiendo de una perspectiva vivencial y corporal, con situaciones de aprendizaje que llenen implícitas role-playind, música, imágenes, juego simbólicos, dramatización...
El uso del lenguaje verbal y no verbal.
- 21. ¿Qué tipo de recurso utiliza habitualmente?** Fotocopia, pizarra digital, música, teatralización, juegos de roles y material fotocopiable sobre las emociones.
- 22. ¿Qué cree usted que es necesario enseñar, en un programa para el profesorado, sobre la educación emocional? ¿Qué le hubiese gustado saber a usted?** No lo creo necesario.

Puesto que imparto el área de Educación Emocional y para la Creatividad a un grupo de corta edad (entre seis y siete años) no creo necesario que tenga que saber mucho más.

Pero si sería conveniente la elaboración de un material que el profesor pueda utilizar como herramienta para su uso en el aula.

Esta materia la mayoría de veces la imparte el propio tutor, lo que conlleva un mayor tiempo para la preparación de nuevas situaciones de aprendizaje.

Anexo 3: Recurso II: “Emocionario”

“Emocionario”:

Esta es una actividad a largo plazo, es una modificación a un itinerario diseñado por Cristina Nuñez Pereira y Rafael Romero, el cual plasma en su libro *Emocionario* (2013) y que modifica la maestra Elena, para los niños de su clase (Proyecto Emocionario, Blog <http://www.auladeelena.com/p/proyecto-emocionario.html>).

❖ **Contenidos:**

- Identificación de las emociones.
- Utilización de un amplio vocabulario emocional.
- Interpretación, conocimiento y aceptación de sus emociones.

❖ **Actividad:**

Con este proyecto se pretende tener un pequeño espacio preparado en el aula, a modo de mural o rincón donde se expondrán las emociones que se trabajaran. Cada semana se trabajara una emoción diferente en dicho rincón que hemos preparado. Primero presentando la emoción, haciendo que el alumno adivine la emoción que se trabajara, y que desarrolle su creatividad. El segundo día, examinaremos la emoción, la trabajaremos, a partir de cuento, relatos, poemas, imágenes, etc. Se pondrán en juego en este caso la creatividad del profesor para trabajar todas las semanas una emoción diferente y buscar los recursos para ello.

❖ **Recursos:**

- Un lugar libre de la clase
- Cartulina, folio, colores (para decorar el rincón)
- Material semanal

❖ **Temporalización:**

- Es una actividad a largo plazo, donde se trabajar en ratos libres de la clase, y semanalmente una emoción distinta.

Anexo 4: Recurso III: Las emociones

<i>tristeza</i>	<i>Miedo</i>
<i>Rabia</i>	<i>Amor</i>
<i>Alegría</i>	<i>Sorpresa</i>

<i>Preocupación</i>	<i>Humor</i>
<i>Venganza</i>	<i>ira</i>

Anexo 6: Recurso IV, Canciones para sentimientos

- Felicidad: <https://youtu.be/TxRWQHCSmUg> “Quimbara” de Celia Cruz.



- Tristeza: <https://youtu.be/OGvd6Pmn5WA> “Secrag”



- Miedo: <https://www.youtube.com/watch?v=p2iLYhr8nJo> “Dead silence”



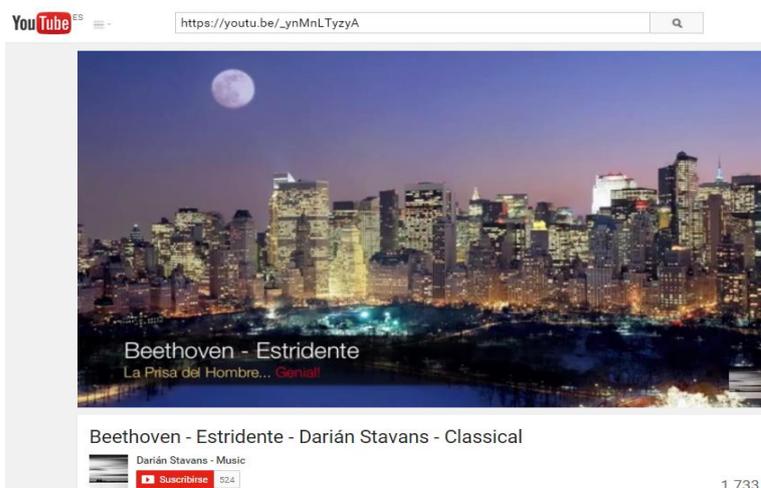
- Amor: <https://youtu.be/AS5DOyyoXJI> “Mi princesa” de David Bisbal.



- Relajación: <https://youtu.be/GyevjEqLVs4> , sonido de la naturaleza



- Estrés: https://youtu.be/_ynMnLTzyA “Estridente” de Beethoven.



Anexo 7: Recurso IV: Instrumento de evaluación actividad “Déjate llevar”

CRITERIO DE EVALUACIÓN	INSUFICIENTE (0-4)	SUFICIENTE/BIEN (5-6)	NOTABLE (7-8)	SOBRESALIENTE (9-10)
<p>1.- Percibir las sensaciones corporales asociadas a las experiencias emocionales básicas personales, identificando estas y nombrándolas para favorecer la conciencia emocional.</p> <p>Se pretende observar si el alumnos percibe las emociones básicas (alegría, ira, humor, miedo, tristeza, amor, orgullo, asco...) que le mueve en determinados entornos y sucesos, y las nombra empleando un vocabulario básico. Se trata de apreciar si conoce las respuestas corporales y las implicaciones que suscitan sus sensaciones en sus relaciones personales, constatando la conexión de determinadas acciones, técnicas y recursos con su estado emocional, en situaciones de su vida cotidiana en el colegio y en el entorno. Por último se evaluara si el alumno reconoce su conciencia emocional.</p>	<p>Nombra con dificultad las emociones básicas que experimenta y las expresa oralmente y con duda empleando un vocabulario básico y poco preciso, relacionándolas con imprecisión como respuestas con sus sensaciones corporales sentidas en ese momento. Asimismo es capaz, con mucha ayuda y solo si se le pide, de validar con una reflexión en voz alta la relación entre sus sensaciones corporales y la emoción con la que la asocia.</p>	<p>Nombra con ayuda las emociones básicas que experimenta y las expresa oralmente empleando un vocabulario básico, relacionándolas como respuestas con sus sensaciones corporales sentidas en ese momento. Es capaz, con ayuda de una persona adulta y siempre que se le pida, de validar con una reflexión en voz alta la relación entre sus sensaciones corporales y la emoción con la que la asocia.</p>	<p>Nombra con regularidad las emociones básicas que experimenta y las expresa oralmente empleando un vocabulario básico, relacionándolas como respuestas con sus sensaciones corporales sentidas en ese momento. Es capaz, con ayuda de una persona adulta y siempre que se le pida, de validar con una reflexión en voz alta la relación entre sus sensaciones corporales y la emoción con la que la asocia.</p>	<p>Nombra con facilidad las emociones básicas que experimenta y las expresa oralmente empleando un vocabulario básico, relacionándolas como respuestas con sus sensaciones corporales sentidas en ese momento. Es capaz, con ayuda de una persona adulta y siempre que se le pida, de validar con una reflexión en voz alta la relación entre sus sensaciones corporales y la emoción con la que la asocia.</p>

CRITERIO DE EVALUACIÓN	INSUFICIENTE (0-4)	SUFICIENTE (5-6)	NOTABLE (7-8)	SOBRESALIENTE (9-10)
<p>2. Reconocer las emociones propias y las de las demás personas como medio para desarrollar la capacidad de autodescubrimiento personal.</p> <p>Es intención del criterio comprobar que el alumnado desarrolla su capacidad de indagar dentro de sí mismo y reconoce sus emociones, descubriéndolas y describiéndolas como algo propio de su personalidad.</p>	<p>Se observa y tiene dificultad en reconocer sus emociones y describirlas mediante lenguaje verbal y no verbal, relatándolas aun con ayuda del profesorado, del alumnado y de materiales, en función de su contexto</p>	<p>Se observa y reconoce algunas de sus emociones y las describe mediante lenguaje verbal y no verbal en función de su contexto necesitando un modelo y muchas orientaciones.</p>	<p>Se observa y reconoce algunas de sus emociones y las describe mediante lenguaje verbal y no verbal en función de su contexto necesitando un modelo y orientaciones.</p>	<p>Se observa y reconoce todas sus emociones y las describe mediante lenguaje verbal y no verbal en función de su contexto necesitando orientaciones.</p>

CRITERIO DE EVALUACIÓN	INSUFICIENTE (0-4)	SUFICIENTE (5-6)	NOTABLE (7-8)	SOBRESALIENTE (9-10)
<p>7. Detectar e identificar los obstáculos sociales (lo establecido, lo lógico...) y emocionales (miedo, vergüenza...) que limitan el potencial creativo mediante la vivencia con el fin de poner las bases de la autoconfianza en las propias capacidades creativas.</p> <p>Se observará, si el alumno es capaz</p>	<p>Extrae conclusiones con ayuda constante a partir de las experiencias propias generadas en el aula o vividas en lo cotidiano.</p>	<p>Extrae conclusiones con ayuda a partir de las experiencias propias generadas en el aula o vividas en lo cotidiano.</p>	<p>Extrae conclusiones con ayudas ocasionales a partir de las experiencias propias generadas en el aula o vividas en lo cotidiano.</p>	<p>Extrae conclusiones con algunas orientaciones, a partir de las experiencias propias generadas en el aula o vividas en lo cotidiano</p>

de sacar conclusiones a partir de las experiencias propias generadas en el aula o vividas en lo cotidiano, pudiendo abordarlo desde diversos agrupamientos y siempre con un enfoque metodológico activo y vivencial.				
--	--	--	--	--

Anexo 8: Recurso V, Vídeo decisiones

- <https://www.youtube.com/watch?v=vWKY4XbRqZo>



The screenshot shows a YouTube video player interface. At the top left is the YouTube logo with 'ES' next to it. The search bar contains the URL 'https://www.youtube.com/watch?v=vWKY4XbRqZo'. The video player itself shows an underwater scene with a large stingray swimming over a colorful coral reef. A small watermark 'www.etojodeocasion.galeon.com' is visible in the bottom right corner of the video frame.

Obediencia y toma de decisiones (Video-Forum)

Canal de olayasmile

Suscribirse 14

13.876

Anexo 10: Recurso VI: Evaluación “El espejo de la maestra”

1. *Dibuja en cada una de estos recuadros, lo que se pide.*

<i>¿Quién soy?</i>	<i>¿Qué es lo que más me gusta?</i>
<i>¿Qué se me da bien?</i>	<i>¿Qué me gustaría cambiar?</i>
<i>¿Quién es mi familia?</i>	<i>¿Quiénes son mis amigos?</i>

Anexo 11: Recurso VII: Actividad “Metáfora vivencial”



Metáfora vivencial 'El Barco'

Autores: María Samanta Pérez Pérez,

Título: *El Barco* “La autoconfianza es como guiar un barco de forma segura hasta su puerto”.

Fin socioafectivo: La autoconfianza (Trabajar la falta de confianza y la seguridad en sí mismo)

Finalidades: Trabajar la capacidad para afrontar los problemas

Desarrollo de la metáfora:

Le decimos a los alumnos que vamos a realizar un viaje en barco (construido anteriormente con los materiales de la clase), dicho barco estará lleno de tripulación y pasajeros y no podrán salir de este hasta que el barco no llegue a puerto. Se le asignará a cada alumno su respetivo papel: tripulantes y pasajeros. El capitán del barco será el alumno que muestre menor autoconfianza, el que no tiene seguridad en sí mismo... El niño elegido será recibirá las buenas y malas opiniones de sus compañeros.

Se le asignará a cada alumno con diferentes tarjetas de diferentes colores, el papel que deberán abordar dentro del barco:

- Las rojas: Se basarán en amenazas, insistiendo al capitán para que los lleve a otro lugar, que “cambie su rumbo”, que “vaya más rápido”, expresiones como “es un

mal capitán”, que “no vale para nada”.

- Las amarillas: Animaran al capitán diciendo que “van bien” (lo contrario a los rojos) que “es un buen capitán”.
- Las azules: Son la tormenta que debe atravesar el barco.
- El capitán debe seguir su rumbo sin dejarse influenciar por opiniones de los pasajeros y tener claro cuál es su destino

Le pedimos a los alumnos que simulen el trayecto: que se coloquen su lugar, que interpreten el papel asignado, que imaginen la situación, etc.

- En un primer momento están todos relajados sin molestar al capitán, hasta que les pedimos a los alumnos con papeleta negativa (las rojas) que comiencen a utilizar las expresiones dadas anteriormente y un poco más tarde, entrarán en acción los alumnos con las tarjetas positivas.



- Le decimos al capitán: ahora te cansas de las amenazas y mensajes debilitadores de los alumnos con tarjeta roja y quieres echarlos del barco pero no puedes (¿qué haces? ¿Los ignoras?, ¿sigues con tu rumbo?, ¿haces lo que ellos dicen? ... Con tranquilidad respiras profundamente y resignado tomas el rumbo que ellos te han dicho. Los pasajeros vuelven a retomar su papel de tranquilidad.
- ¿Qué ha pasado? Intentando mantener el control de los pasajeros has perdido tu rumbo y has hecho lo que ellos te piden y lo seguirás haciendo para evitar problemas. Todo esto te genera sentimiento de malestar, ansiedad, pensamientos negativos, inseguridad,...
- Ahora interpretan su papel los alumnos de las tarjetas azules, aquellos que realizaran la tormenta a la que se dirige el barco.
- Pediremos a los alumnos que comiencen a empujar al capitán y a los pasajeros, que les soplen, que griten, que salten... También señalamos a los alumnos de las tarjetas

rojas, para que comiencen a decirle las expresiones anteriormente señaladas.
(Como: “Que mal tripulas el barco”, “No sirves”, “Nos vas a matar” ...

- Dirigiéndonos al capitán le decimos: ahora te cansas de esta situación de alerta y de los continuos insultos y malas expresiones por parte de los pasajeros. ¿Qué haces?, ¿Ignoras la tormenta o la afrontas y la pasas?, ¿Ignoras a los pasajeros?, ¿los insultas?

-Tranquilamente, respira de forma profunda, pides perdón a los pasajeros y cambias de rumbo para no enfrentarte a la tormenta (porque tienes miedo de lo que pueda pasar)



- Todos están contentos, ya nadie grita, ni hay tormenta.

- Pero, ¿qué ha pasado? Intentando mantener el control, has logrado que se salieran con la suya, no has tenido fuerza para llevar el control de la situación y no te has podido enfrentarte a la tormenta.

- Casi sin darte cuenta, te encuentras resignado a evitar los continuos problemas. Todo esto te genera sentimientos como: ansiedad, malestar, pensamientos negativos...

- Al alumno que ha hecho de rol de capitán, se le animará a realizar la expresión emocional a través de preguntas: ¿Cómo te has sentido haciendo lo que los pasajeros dicen? y ¿cómo te has sentido evitando la tormenta?

- Para el resto de los miembros del grupo se le plantearía la identificación vivencial preguntando: Si fueras el capitán del barco, ¿cómo pensarías?, ¿qué sentirías?, ¿cuál sería tu comportamiento?, ¿qué hubieras hecho?

- A continuación, con todos los miembros del grupo se llevaría a cabo la interpretación simbólica preguntando: ¿Quiénes son los pasajeros? **(Respuesta: los**

pasajeros son pensamientos, sentimientos y recuerdos de situaciones de inseguridad que te impide avanzar y llegar a tu meta) ¿Qué es la tormenta?

(La tormenta son situaciones problemáticas o de inseguridad a las que el alumno no pudo enfrentarse)

- Seguidamente se realizarán los paralelismos vitales a través de interrogantes como: ¿qué tiene que ver esto con mi vida?, ¿Me he sentido alguna sometido a continuas presiones?, ¿quiénes son mis pasajeros?, ¿Qué me hacen sentir estos pasajeros?, ¿Algunas de esas voces que decían los pasajeros resuenan en ti? ¿Cuáles?

- A partir de lo anterior iniciaríamos un trabajo específico sobre pensamientos distorsionantes “No sirvo”. “No sirvo”, escribe esta idea en una tarjeta. ¿Cómo me afecta esa idea a tu vida? Dame un ejemplo de cómo interrumpen en tus actividades, ¿Qué forma tiene esta idea?, ¿La dibujarías?, ¿De qué color es?

- Ahora colocamos este dibujo con la idea en la espalda del compañero de al lado y él permanece situado en el centro (como en el lugar del capitán) se le pregunta: ¿dónde están las ideas?, allí, muy bien. ¿Y tú?, aquí, tripulando. Muy bien. Esas ideas o pasajeros molestos, siempre permanecen en los barcos y también siempre suceden tormentas por las que debemos pasar, a veces surgen, nuestro objetivo es seguir adelante y luchar por lo que queremos sin cambiar nuestro rumbo. Ya que tienes muchas cualidades.

- ¿Seguro que hay muchas cosas para las que sirves? ¿Y las que sabes hacer bien?

Cuando la idea de no sirvo no está presente: ¿qué haces en tu día a día? ¿Qué te gusta hacer? ¿Cuáles crees que son las cosas para las que sirves? ¿Qué dicen tus compañeros y familiares que sabes hacer bien? ¿Qué otras cualidades tienes?

- (respuesta) Sé jugar bien al fútbol. ¿En qué se nota?

- Podemos escribirlas en pequeñas cartulinas que vamos a pegar a nuestro cuerpo o a nuestros compañeros para seguir hacia delante.

- ¿Ser bueno jugando al fútbol te convierte en una persona luchadora, persistente y constante?

- ¿Cómo puede ayudarte la constancia para echar al “no sirvo” de tu vida?

- La mediadora (la maestra) incorpora comentario que reafirmen que el problema

está fuera. No es el alumno al completo por lo tanto podríamos conseguir eliminarlo o reducirlo para lograr mayor bienestar “parece ser que el no sirvo es más hábil haciendo que olvides todo lo que vales para conseguir tus metas”

- **(reflexión)** ¿Cómo me siento?, ¿Por qué?, ¿Qué significa lo que he visto? y ¿qué me surge?

- Pero ¿Quién gira el timón?, ¿Quién lleva el control del barco? **¡Exacto! ¡Tú!**

- A continuación se desarrollaría una perspectiva metafórica. Ahora imaginas que tienes una máquina del tiempo que te permite verte dentro de 15 años.

- Se trataría de hacer un pequeño ejercicio de visualización: cerraremos los ojos, espiramos e inspiramos por la nariz, ¿Cómo te ves? ¿Qué cosas diferentes piensas? ¿En qué se nota que ya no están esas ideas negativas?

- De todo lo aportado de la dinámica se extraerían los compromisos socioafectivo, para cambiar aquello que creen negativo. ¿En qué te comprometes a partir de ahora? ¿Qué actitud adoptarás en situaciones de inseguridad? Escribe tus compromisos en una hoja y llévalos a cabo.

Aplicaciones metodológicas:

Expresión emocional: ¿Cómo te has sentido siendo el niño sometido a continuas ofensas?

Interpretación simbólica: ¿Quiénes son esas personas que hacen que no confíes en ti?, ¿Qué es la tormenta? Esas personas o situaciones son pensamientos, sentimientos, problemas y recuerdos de situaciones con problemas que te impiden confiar en ti mismo, avanzar y llegar a tu meta.

Identificación vivencial: Para el resto de miembros del grupo se preguntaría: si fueras el niño acorralado ¿cómo pensarías? ¿Qué sentirías? ¿Cuáles serían tus comportamientos?

Paralelismos vitales: ¿Qué tiene que ver esto con mi vida? ¿Me he sentido como ese niño alguna vez? ¿Quiénes son mis agresores? ¿Qué me hacen sentir esos pasajeros? ¿Algunas de esas VOCES de pasajeros resuenan en ti? ¿Cuáles? ¿Qué me hace sentir la tormenta?

Prospectiva metafórica: Ahora Imagina que tienes una máquina del tiempo que te

permite verte dentro de 10 años. ¿Cómo te ves? ¿Qué cosas diferentes piensas, haces? ¿Dónde estás. ¿En qué se nota que ya no están esas ideas, miedos, inseguridad, momentos de descontrol de las que hemos hablado?

Compromisos socioafectivos: Estos compromisos serán extraídos después del trabajo y del diálogo de todo lo anteriormente expuesto y trabajado.

Otros Recursos: <https://www.youtube.com/watch?v=kj2I2v5xvcM>

Observaciones:

Esta metáfora vivencial irá dirigida hacia niños de primer ciclo de Educación Primaria. Donde los momentos desconfianza de sí mismos están en aumento. Por ello hemos decidido tratar el tema del autoconfianza, para que estos aprendan la importancia de ello en actividades cotidianas.

Anexo 12: Recurso VII: Actividad “Receta socioafectiva”

Postre - Merienda

RECETARIO COCINA SOCIOAFECTIVA



1. RECETA SOCIOAFECTIVA

“Tarta de queso con salteado de energía y toques de confianza y atención”
Tarta de queso corazón y emoción



2. Autoras

Recetario de cocina PHILADELPHIA. Adaptada por **Samanta Pérez** .

3. FIN SOCIOAFECTIVO

3.1. Fin Central: Autoconfianza

3.2. Fines secundarios: Autoconciencia y relación con los demás.

4. PREPARÁNDONOS

DINÁMICA GENERAL: Antes de comenzar a cocinar, debemos enfatizar la **toma de conciencia**, para poder seguir los pasos. Para ello debemos **prepararnos tanto por fuera como por dentro**.

- ☉ Para prepararnos **por dentro** debemos sacar fuera todo lo malo que nos ha pasado en el día y también visualizar las cosas buenas, llegando a un **bienestar**. Y tener **actitud positiva** para realizar dicha receta.
- ☉ Para prepararnos **por fuera** debemos **lavarnos las manos**, forma de eliminar aquello malo y quedarnos con lo bueno.

El **lugar deberá ser amplio, fresco y con mucha iluminación** para propiciar un **buen clima de trabajo culinario en grupo**. La clase formará un **gran círculo** y atenderá a las indicaciones del profesorado. Esta sesión se realizará a la última hora de la jornada escolar o primera hora de la mañana para que la clase preste mayor atención. Al alumnado se le pedirá:

1. **Cerrar los ojos y concentrarse en su propia respiración.**
2. Se pondrá **música relajante de fondo** (por ejemplo una canción de piano del gran **Ludovico Einaudi**, concretamente **Nuvole Bianche** que en español significa Nubes blancas) Enlace para verlo en Youtube: <http://www.youtube.com/watch?v=fEOJQawykD0>
3. A continuación les decimos que se hagan **preguntas a ellos mismos**, no hará falta que respondan en voz alta sino que tendrán que sincerarse con ellos mismos y dialogar individualmente: **¿Qué espero de mi vida? ¿Cuáles son mis sueños? ¿Qué cosas me voy a proponer para conseguirlos? ¿Ven obstáculos para triunfar en lo que quieren? ¿Cuáles? ¿Qué les va a aportar el cumplimiento de ese sueño? ¿Por qué lo quieren hacer realidad?**
4. Una vez que hayan **reflexionado interiormente** y cuando hayan encontrado sus puntos débiles y localizar los posibles obstáculos que puedan encontrarse les diremos que **haremos una tarta que nos llenará de buenos pensamientos, nos fortalecerá para hacer frente a los problemas y nos dará la energía que necesitamos para triunfar**. Será **NUESTRA TARTA** para fortalecer nuestra **AUTOCONFIANZA**, mejoraremos en nuestra **autoconciencia**, nuestra **estética- corporal** y nuestra **relación con los demás**.
5. Les pediremos que visualicen la mejor tarta de queso que hayan podido ver. **Nos aportará muchas energías positivas indispensables para trabajar la relación con los demás, confianza en nosotros mismos para mejorar nuestra autoconciencia en las cosas que hagamos y mucha atención en el día a día para no decaer sin haber llegado a la cima de nuestras metas**.
6. Finalmente les diremos que pongan **sus emociones y el corazón** en cada acción que se vaya a realizar para conseguir hacer **la mejor tarta** con

mucho cuidado, amor y esfuerzo.

7. También se les recordará que habrá que **trabajar en grupo**, tendrán que **compartir los diferentes nutrientes** para que ninguno se quede sin ingredientes.

¡¡A trabajar en equipo!!

Luego nos **lavamos** bien las manos para **limpiarnos las impurezas**. Con esta acción nos estamos preparando para afrontar la tarea en **correctas condiciones**.

5. INGREDIENTES

BASE:

- ☉ **75g de galletas Fontaneda Digestive.** (*Hierro*) Que nos proporciona **energía, memoria** y una pizca de **autoestima**.
- ☉ **30g de mantequilla.** (*Vitamina A y E, y magnesio*) Para ayudarnos a **crecer** y con ello **regular nuestras emociones**.

RELLENO:

- ☉ **350g de nata para montar.** (*Calcio, Potasio, Vitamina A*) Nos ayuda a **tranquilizarnos** en situaciones de la vida cotidiana y a **mejorar la atención**.
- ☉ **350g de philadelphia original.** (*Calcio, cromo, vitamina A*) **Fortalece** nuestro cuerpo para evitar enfermedades.
- ☉ **40g de azúcar.** Para **endulzar** el cuerpo y la mente en las tareas.
- ☉ **4 láminas de gelatina.** (*proteínas, sales minerales y agua*) Nos ayuda a **depurar las malas vibraciones** y a mejorar la **autoestima**.

DECORACIÓN:

- ☉ **1 tarro de mermelada.** (*potasio y vitamina C*) indispensable para **reponer fuerzas y ánimo** para nuestro cuerpo y nuestra mente.
- ☉ **Frutas del bosque: fresas, arándanos, cereza, frambuesas, moras.** (*potasio, vitamina C, hierro*) Ayudará a **dar valor** necesario para enfrentar las tareas diarias **sin miedo**.



6. UTENCILIOS

- Ⓢ Caldero
- Ⓢ Plato redondo
- Ⓢ Nevera
- Ⓢ Cocinilla
- Ⓢ Cuchara
- Ⓢ Molde
- Ⓢ Mortero
- Ⓢ Plato



7. COCINANDO

Podemos poner una **música suave de fondo** o un tipo de **música que le guste a la clase** para ambientar y propiciar un ambiente agradable de trabajo culinario, originando buenas vibraciones y alegría para empezar...



1. Primero **desmenuzamos** las galletas, date cuenta de que este cambio lo produces **tú mismo conscientemente, tú tienes el control de la situación**. Las galletas las **molemos** y, de esta manera, **transformamos** las cosas de este modo **se interiorizan mejor los conocimientos**. Las convertimos en migajas con ayuda de un **mortero**. Hazlo despacio porque las cosas hay que hacerlas con calma ya que **todo lo que se quiere hacer bien llevan un proceso**. Vamos **aplastando los pensamientos negativo, obstáculos** que nos pueden dificultar y nos debilitan. Es una **lucha que nos dará energía**.

2. Cogeremos un **recipiente apropiado** que elijamos por cuenta propia, con esta acción estamos **sabiendo elegir nuestro camino, nuestras estrategias**,... Iremos poniendo las galletas que vamos triturando. **Tómate tu tiempo, disfruta** escachándolas. Al terminar asegúrate de que forme una especie de pasta homogénea.

¡Recuerda! No tengas prisa en terminar, pon empeño y todo tu corazón para hacerla.

3. Ya tenemos parte de la base, ahora **encendemos** la cocinilla, **avivando** de esta forma **lo mejor de nosotros mismos**. **Calentamos** la mantequilla hasta conseguir que se derrita. El **fuego será fuerte**, con esta acción estamos provocamos un **cambio brusco**, el calor quema las cosas que **no nos gusta**, se esfumarán los **resentimientos, mal humor, comentarios negativos procedentes de otras personas o de ti mismo/a...** Todo esto se evaporará. El líquido se le echará a las galletas trituradas y lo **mezclamos todo**, con esta acción estamos uniendo cosas, emociones positivas, recuerdos que nos fortalecen para **sacar lo mejor** hasta formar una pasta compacta y espesa. **Amasamos** bien la base de galleta y mantequilla y a medida que nuestros dedos van mezclando la base vamos **moldemos nuestro futuro, nuestros proyectos,.. incorporando retos, ilusiones**.
4. Ya tenemos la base de **serenidad y bienestar** que será nuestro **soporte principal**. A continuación colocamos la base en un **molde circular**, el cual a través de éste conseguimos **moldear las diferentes situaciones que se nos presentan en la vida**.
5. Ponemos a hervir a **fuego lento** la nata. Provocamos un **cambio lento**, a veces las cosas no llegan cuando queremos, poco a poco, tenemos que tomarnos los proyectos con calma... **Añadimos** la philadelphia, el azúcar y la gelatina, hasta conseguir que se **fundan todos en uno**, de esta manera **quitamos la dura coraza** de algunas cosas, **reblandeciéndolas** y llegamos a su **interior a través del calor**, de la **cercanía, del cariño**. Al añadir diferentes ingredientes estamos aportando **mayor dificultad**. Al calentarlos pensamos en lo que estamos haciendo en **ese momento y pendientes de no distraernos**. Debes ser paciente para que todo se mezcle. Removiendo bien los diferentes ingredientes. Revisa la receta, que no se te olvide nada de lo que compone esta rica tarta. La mezcla se **espesará** un poco, esto dará **conciencia a nuestra vida con nuestras acciones positivas**.

¡Aviso! Hazlo con precaución de no quemarte. Presta mucha atención a lo que estás haciendo y de que no se te queme la mezcla.

6. **Apartamos** todos los **utensilios restantes** y toda la **comida sobrante**. **Retiramos así nuestros pensamientos, ideas, emociones,.. negativas** que nos impiden avanzar.

Dejamos **reposar** un ratito el relleno en el caldero y hacemos una **PAUSA**. Dejando que lo que hayamos aprendido **se consolide**, así damos tiempo de **descanso a nuestros esfuerzos, para luego continuar con más ganas**.

7. Cuando lo hayas hecho, vierte la mezcla que con **esmero** preparaste encima de la base. Ahora debes poner **atención** en **expandirla** por la base de manera uniforme y compacta. Lo haremos de una forma **meticulosa** e intentando que no queden grietas. Luego se pone en la nevera. Comprueba cómo a medida que pasa el tiempo observa cómo la tarta **va cogiendo forma** hasta estar cuajada. Nos damos cuenta de que **todo lleva su tiempo y que somos capaces de preparar ricas comidas para compartir**.

8. Toca esperar y darle **tiempo** a que el frío de la nevera cuaje completamente nuestro relleno. Esto nos ayudará para estar en el instante presente. Todo necesita su tiempo para realizarse, date cuenta que **tener paciencia** es un **gran valor**.
9. Ya ha pasado el tiempo esperado. ¡La nata ha cuajado! ¡Nuestro relleno ya está listo! ¡Huele! Nuestra tarta comienza a tomar forma, se vuelve **apetitosa**.
10. A continuación se echará con **cuidado y con delicadeza** la mermelada de fresa por encima del relleno, será como si estuviéramos **pintándolo**, se realizará, por ejemplo con la parte posterior de una cuchara. Esta acción dará a nuestra tarta otro **tono, color y brillantará** su superficie, tal y como si viésemos nuestros problemas desde **otra perspectiva**, con otro **color más optimista de la situación**. Se **decorará** a gusto del cocinero/a con diferentes **frutas del bosque**. Con este gesto se **estimula la creación, desarrollamos nuestra imaginación y creer en nosotros mismos**. Decorando iremos experimentando **sensaciones de bienestar hacia nuestro trabajo**. Combinar los diferentes **ingredientes de forma artística nos ayuda a satisfacernos de manera nutritiva y emocional**.
11. Por último **emplatamos** nuestra tarta quitando el molde y poniéndola en un plato **circular**, esta forma ayuda a fijar la atención y mejorar la concentración. Los demás **verán lo bonito de nosotros mismos** mostraremos **nuestro trabajo, ilusiones y apasionamiento**.
12. Te invito a **comerla con calma**, que el primer bocado sea en silencio, **saboreando** cada uno de los ingredientes que la componen.

8. ALIMENTÁNDONOS

Haremos que el alumnado **tome conciencia** de todos los **buenos nutrientes** que en el momento de la ingestión está proporcionando a su **cuerpo**. Lo está cuidando porque le está aportando **calcio, hierro, potasio, vitaminas, proteínas, sales minerales y agua** para su **crecimiento**.

Hemos **tenido cuidado** para no hacernos daño con los utensilios de la cocina para prevenir posibles accidentes (la cocinilla), hemos llevado a cabo una **adecuada higiene y limpieza de nuestras manos**.

Es muy **importante que veamos nuestro producto final y la analicemos**, hemos hecho una tarta paso a paso, sin prisas.

Ahora toca **alimentarnos** para que **nuestra alma se llene de energías positivas y poder visualizar nuestras metas cumplidas**. Saborearemos cada bocado, masticaremos despacio, en silencio el alumnado deberá tomar conciencia de todo el proceso y deberá sentir cada sabor: **la galleta junto con la mantequilla de la base que nos aporta firmeza; la nata y la philadelphia del relleno, que nos aporta fuerzas con un toque de dulzura del azúcar para el día a día**. También todo el **adorno dulce de mermelada y las frutas silvestres** que contienen vitaminas del **buen humor**, por tanto después de haber comido este postre estaremos más **felices, llenos de energía positiva y con fuerzas** para superar las **“Batallas de la vida”**.

Finalmente deberán sentirse **satisfechos del esfuerzo y con una gran confianza en ellos mismo para hacer sus metas realidad a pesar de las dificultades**.

Para terminar se les preguntará: **¿Qué les ha parecido? ¿Cómo se han sentido? ¿Me gustó cómo quedó realmente? ¿Qué le faltaba?**

Por último, **recogemos y ordenamos** el lugar de trabajo.

PAUTAS DE INTERACCIÓN DOCENTE

- Valorar los logros
- Reforzar a los alumnos y alumnas que manifiesten **confianza** y **seguridad en sí mismos**.
- Animar a los alumnos a que valoren el producto final (uso del móvil para recordar con una foto el momento)
- Reforzar la actitud de **respeto** entre los compañeros y compañeras.

9. OBSERVACIONES UNA VEZ REALIZADA LA RECETA

Esta receta va dirigida a alumnos de segundo ciclo de Educación Primaria, pero siempre desde la supervisión del profesorado ya que utilizamos en la receta el fuego y es un utensilio muy peligroso.

FOTOS DE CUANDO LLEVAMOS LA RECETA SOCIOAFECTIVA A LA PRÁCTICA

Fuimos conscientes de cada uno de los pasos que hemos previamente trabajado:

📍 Ingredientes:



📍 Escachamos la galleta con la mantequilla, para hacer la base:



🌀 Realizar la base de la tarta:



🌀 Hacemos el relleno de la tarta:



🌀 Introducimos el relleno en el molde, con la base:



🌀 La base y el relleno.



🌀 Ahora realizamos la decoración:



🌀 Ponemos la mermelada en el molde, encima del relleno.



🌀 Decorar la tarta:



Anexo 11: Recurso IV: Rúbrica creatividad “Tu mundo al revés”

CRITERIO DE EVALUACIÓN	INSUFICIENTE (0-4)	SUFICIENTE (5-6)	NOTABLE (7-8)	SOBRESALIENTE (9-10)
<p>6. Experimentar principios y estrategias de pensamientos divergente y analógico, utilizando los múltiples lenguajes de forma sencilla como medio para autoafirmar el propio potencial creativo.</p> <p>Con este criterio se persigue valorar en qué medida el alumno pone en acción en el contexto escolar las capacidades vinculadas al pensamiento divergente y análogo, que se manifiesta con una alta productividad, flexibilidad cognitiva, conexiones metafóricas y originalidad, en experiencias de generación de ideas y en la comunicación de los propios sentimientos, experimentados con los diferentes lenguajes de forma sencilla y con la ayuda de técnicas creativas de fácil aplicación, con la finalidad de la auto afirmación del propio potencial creativo.</p>	<p>Practica con dificultad, de forma muy pautada y con ayuda constante en el contexto escolar, el pensamiento divergente y analógico (alta productividad, flexibilidad cognitivo, conexiones metafóricas y la originalidad) en experiencias de generación de ideas y en la comunicación de los propios sentimientos. Experimenta con mucha dificultad, incluso cuando se le dan indicaciones claras y repetidas con los diferentes lenguajes y con técnicas creativas de fácil aplicación.</p>	<p>Practica de forma muy pautada y con ayuda constante en el contexto escolar, el pensamiento divergente y analógico (alta productividad, flexibilidad cognitivo, conexiones metafóricas y la originalidad) en experiencias de generación de ideas y en la comunicación de los propios sentimientos. Experimenta con cierta dificultad, incluso cuando se le dan indicaciones claras con los diferentes lenguajes y con técnicas creativas de fácil aplicación.</p>	<p>Practica de forma pautada y con ayuda en el contexto escolar el pensamiento divergente y analógico (alta productividad, flexibilidad cognitivo, conexiones metafóricas y la originalidad) en experiencias de generación de ideas y en la comunicación de los propios sentimientos. Experimenta cuando se le dan indicaciones, con los diferentes lenguajes y con técnicas creativas de fácil aplicación.</p>	<p>Practica de forma pautada y con ayuda en momentos puntuales en el contexto escolar el pensamiento divergente y analógico (alta productividad, flexibilidad cognitivo, conexiones metafóricas y la originalidad) en experiencias de generación de ideas y en la comunicación de los propios sentimientos. Experimenta cuando se le sugiere, con los diferentes lenguajes y con técnicas creativas de fácil aplicación.</p>

CRITERIO DE EVALUACIÓN	INSUFICIENTE (0-4)	SUFICIENTE (5-6)	NOTABLE (7-8)	SOBRESALIENTE (9-10)
<p>9. Experimentar con el diseño y ejecución de proyectos sencillos de carácter emprendedor en sus diferentes vertientes, poniendo en uso las capacidades vinculadas al pensamiento divergente y las actitudes innovadoras que lo acompaña con el fin de implementar iniciativas en el ámbito escolar que promuevan el bienestar personal y social.</p> <p>Se trata de valorar si el alumno pone en uso as aptitudes necesarias para trazar y llevar a término proyectos sencillos pero novedosos mediante en trabajo en equipo y la cooperación.</p>	<p>Emplea, mediante indicación repetitiva e inequívoca, las aptitudes y actitudes necesarias para trazar y llevas a término, en el aula, con mucha ayuda, proyectos sencillos pero novedosos y valiosos mediante el trabajo en equipo y la cooperación, buscando la productividad y la originalidad.</p>	<p>Emplea, mediante indicación expresa y con ayuda, las aptitudes y actitudes necesarias para trazar y llevas a término, en el aula, proyectos sencillos pero novedosos y valiosos mediante el trabajo en equipo y la cooperación, buscando la productividad y la originalidad.</p>	<p>Emplea, previa sugerencia y a partir de pautas, las aptitudes y actitudes necesarias para trazar y llevas a término, en el aula, proyectos sencillos pero novedosos y valiosos mediante el trabajo en equipo y la cooperación, buscando la productividad y la originalidad.</p>	<p>Emplea, con iniciativa propia y de manera autónoma, las aptitudes y actitudes necesarias para trazar y llevas a término, en el aula, proyectos sencillos pero novedosos y valiosos mediante el trabajo en equipo y la cooperación, buscando la productividad y la originalidad.</p>

Anexo 12: Recurso X: Rúbrica de creatividad “El cuento que suena”

CRITERIO DE EVALUACIÓN	INSUFICIENTE (0-4)	SUFICIENTE (5-6)	NOTABLE (7-8)	SOBRESALIENTE (9-10)
<p>6. Experimentar principios y estrategias de pensamientos divergente y analógico, utilizando los múltiples lenguajes de forma sencilla como medio para autoafirmar el propio potencial creativo.</p> <p>Con este criterio se persigue valorar en qué medida el alumno pone en acción en el contexto escolar las capacidades vinculadas al pensamiento divergente y análogo, que se manifiesta con una alta productividad, flexibilidad cognitiva, conexiones metafóricas y originalidad, en experiencias de generación de ideas y en la comunicación de los propios sentimientos, experimentados con los diferentes lenguajes de forma sencilla y con la ayuda de técnicas creativas de fácil aplicación, con la finalidad de la auto afirmación del propio potencial creativo.</p>	<p>Practica con dificultad, de forma muy pautada y con ayuda constante en el contexto escolar, el pensamiento divergente y analógico (alta productividad, flexibilidad cognitivo, conexiones metafóricas y la originalidad) en experiencias de generación de ideas y en la comunicación de los propios sentimientos. Experimenta con mucha dificultad, incluso cuando se le dan indicaciones claras y repetidas con los diferentes lenguajes y con técnicas creativas de fácil aplicación.</p>	<p>Practica de forma muy pautada y con ayuda constante en el contexto escolar, el pensamiento divergente y analógico (alta productividad, flexibilidad cognitivo, conexiones metafóricas y la originalidad) en experiencias de generación de ideas y en la comunicación de los propios sentimientos. Experimenta con cierta dificultad, incluso cuando se le dan indicaciones claras con los diferentes lenguajes y con técnicas creativas de fácil aplicación.</p>	<p>Practica de forma pautada y con ayuda en el contexto escolar el pensamiento divergente y analógico (alta productividad, flexibilidad cognitivo, conexiones metafóricas y la originalidad) en experiencias de generación de ideas y en la comunicación de los propios sentimientos. Experimenta cuando se le dan indicaciones, con los diferentes lenguajes y con técnicas creativas de fácil aplicación.</p>	<p>Practica de forma pautada y con ayuda en momentos puntuales en el contexto escolar el pensamiento divergente y analógico (alta productividad, flexibilidad cognitivo, conexiones metafóricas y la originalidad) en experiencias de generación de ideas y en la comunicación de los propios sentimientos. Experimenta cuando se le sugiere, con los diferentes lenguajes y con técnicas creativas de fácil aplicación.</p>

