

TRABAJO DE FIN DE GRADO
DE MAESTRO/A EN EDUCACIÓN INFANTIL

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN DE EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA EL
SEGUNDO CICLO DE EDUCACIÓN INFANTIL.

MODALIDAD: PROYECTO PROFESIONALIZADOR

SARA NORELIZ PACHECO MARTÍN

alu0101239545

TUTOR: EDUARDO GARCÍA MIRANDA

CURSO ACADÉMICO: 2021/2022

CONVOCATORIA: JUNIO

Resumen.

El presente proyecto de profesionalización consiste en una propuesta didáctica de intervención sobre la educación emocional dirigida al segundo ciclo de educación infantil, más concretamente a alumnado de 4/5 años. En primer lugar, se explicará qué es la educación emocional, y se hablará de la importancia que tiene esta antes de presentar diversas actividades y juegos para trabajar y reforzar los conocimientos emocionales, actividades las cuales podrían ser llevadas en la práctica para valorar así los efectos que produce en el alumnado. Estas actividades están planteadas con el objetivo de conseguir en el alumnado de esta etapa unos objetivos básicos como el reconocimiento de las emociones, la autorregulación, mejorar la tolerancia a la frustración y la autoestima o la empatía, además de favorecer las habilidades cognitivas y socio-afectivas de los alumnos y alumnas.

Ya que el juego es un aspecto clave para que los niños y niñas adquieran conocimientos en la etapa de infantil, la propuesta didáctica se realizará, básicamente, a través del aprendizaje basado en juegos y la gamificación, de forma que al alumnado le resulte más atractivo aprender sobre la educación emocional.

Palabras clave: emociones, educación emocional, Educación Infantil, juego.

Abstract.

This professionalisation project consists of a didactic intervention proposal on emotional education intended for the second cycle of early childhood education, more specifically at 4/5 year olds. First of all, what emotional education is will be explained, and we will talk about its importance before presenting various activities and games to work on and reinforce emotional knowledge, activities which could be put into practice in order to assess the effects it has on the pupils. These activities are designed with the aim of achieving basic objectives for pupils at this stage, such as the recognition of emotions, self-regulation, improving tolerance to frustration and self-esteem or empathy, as well as favouring the cognitive and socio-affective skills of the students.

Since play is a key aspect for children to acquire knowledge in the infant stage, the didactic proposal will be carried out, basically, through game-based learning and gamification, so that students find it more attractive to learn about emotional education.

Key words: emotions, emotional education, Early Childhood Education, game.

Índice

Introducción.....	4
Datos de identificación del proyecto	4
Descripción de los destinatarios y del contexto/ institución.....	4
Justificación	5
¿Qué es la educación emocional?	6
¿Por qué es importante la educación emocional en la etapa de Educación Infantil?.....	6
Objetivos generales:	7
Metodología.....	8
Actividades.....	8
Primera actividad: ‘ <i>Mi emoción</i> ’.....	8
Segunda actividad: ‘ <i>Nuestro teatro emocional</i> ’	9
Tercera actividad: ‘ <i>¿Dónde lo siento?</i> ’.....	10
Cuarta actividad: ‘ <i>La música de nuestras emociones</i> ’.....	10
Quinta actividad: ‘ <i>Ruleta</i> ’ (Anexo III).....	12
Sexta actividad: ‘ <i>Respiramos</i> ’.....	12
Séptima actividad: ‘ <i>Me quiero</i> ’ (Anexo V).....	13
Octava actividad: ‘ <i>Emotio</i> ’ (Anexo VI)	13
Novena actividad: ‘ <i>Emo park</i> ’ (Anexo VII)	14
Décima actividad: ‘ <i>Creamos una historia</i> ’.....	15
Recursos materiales y financieros.....	16
Criterios, objetivos y contenidos del currículum de educación infantil presentes en las actividades.....	16
Evaluación.....	19
Temporalización.....	20
Referencias bibliográficas.....	21
Anexos.....	23

Introducción.

Este trabajo de Fin de Grado se ha realizado partiendo de la necesidad y la importancia de trabajar las emociones en la Educación Infantil, pudiendo proporcionarles los recursos y las herramientas necesarias a los niños y niñas de esta etapa y favoreciendo su desarrollo integral. Como docentes, se debe asegurar que, desde las edades más tempranas, el alumnado pueda tener los conocimientos necesarios para aprender a entender, medir y regular sus emociones, de forma que puedan adquirir la capacidad para resolver distintas problemáticas de la vida real y el día a día.

El ser humano se guía y actúa por sus emociones y sentimientos, y es por ello que se debe trabajar sobre este aspecto, pues la educación emocional es un agente de equilibrio emocional, mejora de las relaciones sociales y construcción de la personalidad; así que por ello se deben inculcar estos conocimientos desde tan pronto como sea posible.

Datos de identificación del proyecto

El presente proyecto de profesionalización consiste en una propuesta de intervención de educación emocional para el segundo ciclo de educación infantil. Se comentará la importancia de esta desde las edades más tempranas y se propondrán diversas actividades que resultarán enriquecedoras a la hora de adquirir los conocimientos emocionales que ayudarán a los alumnos y alumnas a ser conscientes de sus emociones y las del resto, aprender a regularlas, mostrar empatía hacia los demás, etc.

Descripción de los destinatarios y del contexto/ institución

El presente proyecto va destinado a alumnado del segundo ciclo de educación infantil, más concretamente a un aula de 20 alumnos y alumnas (10 niñas y 10 niños) de 4 y 5 años del CEIP Toscal-Longuera, una institución pública situada en el municipio de Los Realejos que lleva en funcionamiento desde el año 1986, es decir, 36 años.

Este colegio tiene siete aulas de infantil; dos de ellas de 3 años, un mixto de 3 / 4, dos clases de 4 años, un mixto de 4/5 y, por último, una clase de 5 años. En esta etapa educativa hay un número total de 165 alumnos y alumnas. Respecto al profesorado en esta etapa, podemos ver que hay 7 tutoras, una maestra de apoyo COVID, las especialistas tanto de inglés como de religión y, por último, una coordinadora de ciclo que, a su vez, es maestra de psicomotricidad y de apoyo. Además, también están presentes en el día a día el logopeda del centro, el orientador, y el maestro de Pedagogía Terapéutica (PT).

El alumnado de este centro es muy diverso, tanto por alumnos y alumnas que necesitan la ayuda de los especialistas en NEAE (TEA, TDAH, TDA, Trastornos del lenguaje, etc.) como por alumnos/as que provienen de otros países como Venezuela, Brasil, Polonia, Dinamarca, Bulgaria, Salvador, Colombia, Argentina, Italia, Islandia o Rumanía, entre otros; por lo que podemos ver que en el colegio también hay bastante diversidad cultural.

Por último, respecto a las familias, podemos ver además que actualmente hay muchas desestructuradas, en proceso de separación o monoparentales, y en todos los casos se sigue la normativa al respecto en cuanto a las medidas cautelares de protección del menor. Como se puede imaginar, estos desequilibrios en las familias también pueden afectar en gran medida a la parte emocional de los alumnos y alumnas.

Justificación

El presente proyecto se realiza debido a que, actualmente, la educación emocional es algo cada vez más necesario que hay que enseñar desde la etapa de educación infantil. Históricamente, no es algo a lo que se le haya dado el peso que debería tener en la infancia, pero poco a poco, se ha avanzado y se le ha ido dando más importancia, a pesar de que todavía queda mucho que avanzar, lo cual es el motivo por el que se hace la realización de este trabajo.

La educación emocional ha recibido, en general, menos importancia que el resto de áreas, y no se tiene en cuenta que ‘la estructura intelectual del niño está inevitablemente unida a su afectividad, por lo tanto, se hace del todo necesario modificar la educación actual, que está centrada en los contenidos intelectuales y muy poco en la vertiente emocional’ (Hernández, 2007, p.3).

Desde el ámbito educativo, más concretamente en el currículum de educación infantil, vemos que hay unos pocos contenidos y algunos objetivos relacionados con este ámbito que se deberían trabajar, pero eso no es suficiente. La realidad en las aulas es distinta ya que, a pesar de que haya que cumplir unos requisitos para cumplir lo que dicta el currículum, la educación emocional se pasa por alto y se deja en un segundo plano. En general, lo que se trabaja es simplemente el reconocimiento de las emociones, y se dejan de lado los demás aspectos que se deben trabajar como la empatía, la autoestima, la autorregulación...

En el presente Trabajo de Fin de Grado se establecerá la importancia de la educación emocional en esta etapa y se llevará a cabo una propuesta de intervención, cuyo objetivo principal es hacer hincapié en la relevancia de las emociones en el ámbito educativo y revertir

la situación actual en la que la educación emocional no está entre las prioridades de la educación infantil.

¿Qué es la educación emocional?

La educación emocional es una respuesta educativa a las necesidades sociales que no están suficientemente atendidas en las áreas académicas ordinarias. (Bisquerra, 2011). Es un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos elementos del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene por finalidad aumentar el bienestar personal y social. (Bisquerra, 2003, p.243)

Esos conocimientos y habilidades que se deben desarrollar consistirían, básicamente, en enseñar y ayudar a identificar y nombrar las emociones que sentimos, a expresarlas de manera adecuada, empatizar con los demás, validar nuestras emociones y las de otros, saber los propios límites, enseñar las herramientas necesarias para resolver conflictos y quererse a sí mismo.

Debemos saber que este no es un aspecto como la lengua o las matemáticas, donde, por ejemplo, a lo largo de un trimestre se aprende a analizar una frase o resolver un tipo de problema (para lo que también influye la educación emocional), sino que esta requiere de formación y de mucho entrenamiento a lo largo del tiempo; y además no resulta nada fácil.

En definitiva, la educación emocional pretende optimizar el desarrollo personal y social, educando en actitudes y habilidades que no servirán simplemente para la vida académica, sino que formarán parte de la vida diaria y el desarrollo personal de cada individuo. Esta adquisición de herramientas y habilidades es un proceso continuo a lo largo de la vida, pero es algo que debe empezar desde las edades más tempranas, de modo que los niños y niñas consigan un bienestar emocional lo antes posible.

¿Por qué es importante la educación emocional en la etapa de Educación Infantil?

Para mantener a los alumnos y alumnas motivados, y poder ofrecerles una ayuda positiva en su desarrollo, es importante trabajar la educación emocional desde que son pequeños/as, y darles la oportunidad de ser conscientes de las emociones, tanto suyas como de los demás, aprender a gestionarlas, mostrar empatía, etc. Es de suma importancia que desde la etapa de infantil puedan tener la oportunidad de adquirir conocimientos, pero para que esta

adquisición sea correcta y adecuada, se debe ofrecer un aprendizaje emocional, el cual irá con ellos/as a lo largo de toda su vida; ya que es más fácil adquirir este aprendizaje desde pequeños/as que, en la etapa adulta, cuando ya se tienen hábitos y costumbres los cuales serán más difíciles de desaprender y corregir.

Desde el ámbito educativo, ‘‘los profesores contemplan el terreno emocional como la base fundamental a partir de la cual pueden desarrollarse otras capacidades y de forma expresa o tácita señalan la importancia en el desarrollo de la dimensión socio-emocional. Pero el reto consiste en encontrar la manera de traducir estas palabras en acciones concretas que desarrollen estos objetivos y como los profesores se preparan para desarrollar actividades que promuevan el crecimiento emocional de los niños’’ (de Andrés Vilorio, C., 2005, p.110).

Actualmente, los alumnos y alumnas, en general, presentan una baja tolerancia a la frustración, lo cual, generalmente se traduce en tristeza o agresividad. Para conseguir reconocer y controlar estas emociones desagradables, es necesario darles herramientas que les ayuden a regularlas desde que puedan ser conscientes de ellos/as mismos/as, y de lo que sienten, tanto individualmente como del resto de las personas de su entorno. Todo esto es necesario para que podamos formar a un alumnado feliz y capaz de adaptarse a las diversas situaciones que se les presenten a lo largo de su vida.

Esta propuesta de intervención se realiza con el propósito de que se adentre a los niños y niñas en la educación emocional, con lo que formaremos alumnos/as que muestren más empatía y solidaridad, además de que también les ayudará a tener ‘‘un nivel más óptimo de concentración y su nivel de motivación aumentará, esto les ayudará en un futuro a adquirir un éxito personal y profesional, debido a que crearemos niños más felices e independientes.’’ (Remacha Morales, 2021, p. 13)

Objetivos generales:

El objetivo principal de este proyecto es desarrollar un programa de intervención de educación emocional con la finalidad de:

- Favorecer el desarrollo integral del alumnado, adquiriendo un mejor conocimiento de las emociones.
- Iniciar a los niños/as en la capacidad de reconocer y regular sus emociones.
- Ofrecer estrategias que potencien el desarrollo de competencias emocionales básicas adecuadas a su edad.
- Reconocer las emociones de los demás.

- Saber actuar en consecuencia respecto a las emociones de las personas que les rodean, mostrando respeto, tolerancia y empatía.
- Ayudar a mejorar la tolerancia a la frustración.
- Crear un espacio seguro en el que expresar las emociones y sentimientos sin ser juzgados.
- Aprender a gestionar conflictos de forma positiva.

Metodología.

La metodología que se utilizará en esta propuesta de intervención será, por un lado, el aprendizaje basado en juego, pues se usará la mecánica del juego para determinadas actividades y el afianzamiento de conceptos o conductas, interviniendo la motivación, la atención, la manipulación y la diversión.

Por otro lado, también estará presente la gamificación, ya que las actividades estarán enfocadas en torno a un tema, la educación emocional, y se trabajará alrededor de este, sabiendo la importancia que tienen la narración y la ambientación para introducir al alumnado de lleno en este aprendizaje.

Por último, también se utilizará la metodología de serious games, ya que se utilizarán juegos que están creados y destinados específicamente para trabajar conceptos curriculares (en este caso, la educación emocional) a conciencia. Estos juegos están diseñados para un propósito distinto al de la pura diversión, se pone la formación por encima del entretenimiento; pero esto no quiere decir que no puedan enmascararse con técnicas motivadoras.

Actividades.

Los agentes que intervendrán en las actividades propuestas serán la maestra tutora de la clase y el alumnado de la misma.

Primera actividad: ‘Mi emoción’.

El objetivo de esta actividad es que el alumnado sepa reconocer y relacionar las emociones que han sentido en algún momento de sus vidas, además de que comiencen a entender qué es lo que la causa y cuáles pueden ser las consecuencias dependiendo de la emoción y la persona.

Se harán unas tarjetas con tres franjas en las que ponga: antes / emoción (poner la emoción que se desee) / después. La franja del antes y el después estarán vacías, mientras que la del ahora tendrá una imagen de una emoción; por ejemplo, el enfado. Se le explicará a los niños y niñas que en el espacio de ‘antes’ tienen que elegir algún momento de su vida en el que algo

les haya hecho enfadar y dibujarlo (por ejemplo, que les quiten un juguete, que les den un beso si no quieren...). Cuando terminen, deben pasar a la franja de ‘después’, donde les diremos que deben dibujarse a sí mismos, expresando lo que hicieron en ese momento, las manifestaciones conductuales que sintieron, o lo que hicieron. Habrá diferentes modelos para cada alumno/a con diferentes emociones (enfado, alegría, tristeza, sorpresa, asco, miedo, amor...) y cada uno/a tiene que pintarla con la emoción que corresponde. Cuando todos/as terminen su ficha, haremos una pequeña exposición individual y haremos preguntas como, por ejemplo: “¿Por qué te sentiste triste?, ¿Cómo reaccionaste cuando te sentiste triste? ¿Qué pasa a tu alrededor cuando te sientes así?”... (Anexo I)

- Los **materiales** necesarios serán:
 - Folios
 - Lápiz y colores
- **Temporalización.**
 - La actividad tendrá una duración de aproximadamente 25 minutos.

A continuación, a partir de la primera actividad surgirá la siguiente:

Segunda actividad: ‘Nuestro teatro emocional’

La finalidad de esta actividad es que los niños y niñas se pongan en el lugar de los demás, sean capaces de reconocer las emociones de sus compañeros/as y también puedan identificarlas en ellos/as mismos/as.

Los alumnos y alumnas estarán divididos en 7 grupos, y tendrán que preparar algunas escenas. Cuando vaya a salir a escena el primer grupo, elegiremos al azar una carta de las que han realizado y les explicaremos cómo representarla. Por ejemplo; ‘tristeza’: la causa (antes): mi compañera no quiere jugar conmigo, me pongo triste (ahora), y la consecuencia (después): es que lloro, y le digo que ya no quiero ser su amiga. Los niños y niñas representarán esta escena, y luego, cuando acaben, nos sentaremos en gran grupo para comentar algunos aspectos como: ¿cómo creen que se siente la compañera/o?, ¿por qué creen que se siente así?, ¿cómo se sentirían ellos/as?, ¿qué pasó para que se pusiera triste?, ¿qué pasó después de que se pusiera triste?... Irán rotando los grupos hasta representar todas las emociones e iremos comentando cada una de ellas.

- Los **materiales** que se necesitarán son:
 - Cartas realizadas previamente por el alumnado.
- **Temporalización.**

- Esta actividad tendrá una duración alrededor de 1 sesión de 55 minutos.

Tercera actividad: ‘¿Dónde lo siento?’

El objetivo de esta actividad es que los alumnos/as reconozcan sus emociones y las del resto, entendiendo que cada una de ellas afecta de manera diferente a cada persona.

La actividad requiere una preparación previa, ya que será necesario enviar a las familias una circular informativa en la que se les dirá qué deben traer a clase para esta actividad. (Anexo II)

Para comenzar la actividad, los niños/as deberán haber traído las fotos que les dijimos que tenían que traer de casa en la anterior sesión (explicado en la circular). A partir de ahí, cada alumno o alumna saldrá a exponer su fotografía, nos dirán cómo se sentían en ese momento, y que pasó antes y después de que se sintieran así. Al finalizar, haremos grupos; quienes hayan traído una foto de un momento feliz será un grupo, quienes hayan traído una de un momento triste, otro grupo, y así con todas las emociones que se hayan expuesto. La finalidad de esto es que, por grupos, todos/as cuenten en qué parte del cuerpo sienten esa emoción. Seguramente, dentro del mismo grupo, el alumnado la habrá sentido en sitios diferentes, por lo que, en ese momento, aprovecharemos y le explicamos a los niños y niñas que cada persona siente las emociones de manera diferente, pero eso no quiere decir que, por ejemplo, si estamos tristes, porque alguien llora y otra persona no, no quiere decir que una está más triste que otra, sino que cada uno/a lo expresa de una manera diferente porque todas las personas somos diferentes.

- **Materiales necesarios:**

- Circular informativa para las familias
- Foto que debe traer el alumnado desde casa

- **Temporalización.**

- La actividad tendrá una duración de 45 minutos aproximadamente.

Cuarta actividad: ‘La música de nuestras emociones’.

El objetivo de la actividad es que el alumnado sea capaz de reconocer sus emociones, expresarlas, y entender que a cada persona no le hacen sentir igual las mismas cosas, que algo que a una persona lo pone alegre, a otra la puede hacer sentir triste. Además, el objetivo también es crear un espacio en el que hacerles sentir que pueden expresar lo que sienten sin ser juzgados por ello.

Lo primero que se hará será bajar al patio de la escuela, donde previamente habremos puesto unos murales en las paredes. Los alumnos y alumnas se pondrán sus batas para pintar y realizaremos la siguiente actividad:

Pondremos al alumnado 5 piezas musicales diferentes y dejaremos que pinten de manera libre las expresiones que les provoquen. Luego se hablará de lo dibujado y lo experimentado.

Antes de comenzar a pintar, pondremos las canciones para que los niños y niñas se vayan familiarizando con ellas, tumbados/as con los ojos cerrados las irán escuchando, y cuando acabemos, las volvemos a poner y... ¡A pintar!

Cuando los niños/as terminen de pintar y expresar, nos quedaremos en el patio sentados en círculo, y haremos una puesta en común, comentando la actividad. Le diremos a los niños/as que nos cuenten qué les han hecho sentir las canciones, cómo lo han dibujado y por qué.

En esta actividad tenemos que asegurarnos de no decirles cómo deben sentirse cuando escuchemos las diferentes piezas musicales, ni tampoco cómo deben plasmar esas emociones. Intentaremos no influir en ellos. Los alumnos/as descubrirán que pueden confiar en lo que sienten y que todas sus emociones son válidas, pero esto solo ocurrirá si los escuchamos y aceptamos, siempre desde el cariño y el respeto; lo que a ellos/as les pueda parecer una música que transmita miedo, a nosotros nos puede transmitir enfado, y deben aprender que eso está bien porque cada persona siente las cosas de manera diferente.

Si realizamos lo dicho anteriormente y los tratamos con respeto, sabrán que van a poder expresar sus sentimientos en cualquier momento.

Para finalizar la sesión, pondremos las canciones una última vez y todo podrán bailar expresándose según las emociones que les transmite la música. Deben saber que las emociones nos afectan a todo el cuerpo, y no solo en la cara.

- **Materiales:**

- Papel para pintar: cogeremos papel Kraft y haremos tantas tiras como alumnos/as hay; además, las tendremos divididas en 5 partes enumeradas en la parte superior, para que cada canción tenga su propio espacio.
- Pinturas: utilizaremos témperas y los niños/as podrán pintar con pincel, con sus dedos (corporalidad), esponjas...

- Música: Se necesitará un altavoz y se pondrán las siguientes canciones: (en paréntesis se ha puesto una de las opciones que podría evocar cada pieza, pero no quiere decir que a los niños/as les provoque la misma emoción)
 - (Alegría) *La primavera de Vivaldi* (2008)
 - (Calma) *Chopin - Nocturne op. 9 No. 2* (2013)
 - (Tristeza) *Dumbledore's Farewell - Banda sonora de Harry Potter* (2009)
 - (Miedo) *Carmina Burana - Carl Orff* (2011)
 - (Enfado) *Vengeful anger music* (2019)
- **Temporalización.**
 - Esta actividad tendrá lugar durante una sesión entera de 55 minutos.

Quinta actividad: ‘Ruleta’ (Anexo III)

El objetivo de esta actividad es que los discentes puedan aprender a gestionar sus emociones.

Para esta actividad haremos una ruleta. Hablaremos con el alumnado y les diremos que nos den opciones de actividades o cosas que se pueden hacer cuando sentimos x emoción como el enfado, la rabia, la frustración... Las opciones que nos den las escribiremos en la ruleta (dividiéndola en tantas partes como formas de gestionar nos hayan dicho los alumnos/as), de modo que cuando sientan, por ejemplo, enfado, giren la ruleta y deben hacer la opción que les haya tocado.

Esta actividad les ayuda a recordar que pueden hacer cuando sienten alguna emoción y no saben cómo gestionarlo.

- **Materiales.**
 - Cartulina
 - Lápiz y colores
 - Tachuela de metal de doble tapa (para poder girar la ruleta)
- **Temporalización.**
 - Esta actividad tiene una duración de entre 20-30 minutos.

Sexta actividad: ‘Respiramos’

El objetivo de esta actividad es que los alumnos y alumnas puedan regular sus emociones a través de diferentes técnicas de respiración con la literatura infantil.

Otra manera de trabajar las emociones es a través de la literatura infantil, por ejemplo, con el cuento: *Respira*, de Inés Castel-Branco, en el que se enseña a los niños y niñas diferentes formas de respirar de manera entretenida, simulando formas de animales u objetos, para que puedan asociar el tipo de respiración con algo que conocen y les sea más fácil recordar como hacer la respiración para poder relajarse.

- **Materiales.**

- Cuento: *Respira* (autora: Inés Castel-Branco) (Anexo IV)

- **Temporalización.**

- Ya que en el libro podemos encontrar diferentes formas de respirar, se contará el cuento en una sesión de media hora, y luego, durante varios días, se irán recordando todas las respiraciones.

Séptima actividad: ‘*Me quiero*’ (Anexo V)

El objetivo de esta actividad es fortalecer la autoestima del alumnado.

En primer lugar, los niños y niñas deben escribir su nombre con letras grandes a lo largo de una cartulina. Luego deberán coger cada una de las letras y buscar una virtud o cualidad positiva que posean y que empiece por esa letra. La escribirán en la hoja y por último se compartirán en la asamblea. En el caso de que no sepan escribir la palabra por sí solos, le dirán a la maestra lo que quieren escribir y esta lo pondrá en la pizarra para que lo copien, de manera que también se trabajaría la coordinación óculo-manual.

- **Materiales.**

- Lápiz y colores
- Cartulinas

- **Temporalización.**

- La actividad tendrá una duración alrededor de 25 minutos.

Octava actividad: ‘*Emotio*’ (Anexo VI)

Esta actividad es un juego de mesa llamado *Emotio*, de la editorial átomo. El objetivo principal es aprender a identificar, gestionar y comunicar las emociones.

El juego consiste en unas cartas, un dado y un libro de instrucciones que explica cómo jugar. Se puede hacer de diferentes maneras; para empezar, las cartas estarán clasificadas por colores, los cuales se asociarán cada uno con una emoción (felicidad-verde, alegría-amarillo, amor-rosado, ira-rojo, tristeza-azul, miedo-gris y sorpresa-violeta). Podemos empezar diciendo

a los niños y niñas que clasifiquen las emociones según estos colores y descubran qué hay dentro de cada grupo. Podemos leer la descripción en el libro de instrucciones y plantear alguna de las preguntas de reflexión que hay en él. Cuando se añade el dado al juego, es importante tener en cuenta la edad de los jugadores e ir incorporando más o menos emociones dependiendo de ella. Una vez esté claro qué emociones entran en juego, hay coger una carta, lanzar el dado y seguir las instrucciones que él dicte. Puede que haya que inventar una historia, contar una situación, hacer mímica, conversar ... siempre en torno a la carta que se tenga en la mano en ese momento.

Por último, añadir que el juego se puede utilizar tanto de manera individual como en grupo.

- **Materiales.**

- Juego de mesa

- **Temporalización.**

- El juego tendrá una duración de una sesión de 55 minutos.

Novena actividad: “*Emo park*” (Anexo VII)

El objetivo de este juego de mesa, llamado *Emo park*, de la editorial Cayro, es trabajar la observación y representación de las emociones.

El juego contiene un tablero ilustrado como si fuese un parque frente a un colegio, y en el hay representadas muchas escenas en las que hay distintos personajes en diferentes estados emocionales. Además del tablero, el juego incluye 40 cartas que explican las diferentes escenas que aparecen en el tablero (estas cartas las leerá la maestra/o, ya que para la etapa de infantil resultaría un poco complicado). Las cartas tienen tres partes: la ilustración de la escena a la que se refiere, la emoción y el color de la marioneta que hay que coger para representar uno de los personajes que aparecen, y las palabras prohibidas que no se pueden pronunciar. Por último, el juego también contiene tres marionetas de fieltro a dos caras que representan seis emociones diferentes [alegría (amarillo), calma (verde), miedo (azul oscuro), enfado (rojo), sorpresa (naranja) y tristeza (azul claro)].

Lo primero que hay que hacer es coger una tarjeta, y luego se pone en la mano la marioneta correspondiente; se debe describir la situación sin decir las palabras prohibidas (aunque, dependiendo del nivel del aula, se puede dejar a los niños y niñas decir las palabras prohibidas si vemos que el nivel de dificultad es demasiado complejo). El resto de

jugadores debe mirar en el tablero y buscar la escena que se está representando. El/la primero/a que la acierte, ganará la tarjeta. A continuación, pasa el turno al siguiente jugador y se hace lo mismo, pero con otra carta.

La mecánica del juego es simple. El objetivo del alumnado es localizar lo más rápido que puedan el personaje que está representando el jugador activo con la carta y la marioneta.

Para jugar, también hay un reloj de arena que marca el tiempo que tienen los jugadores para encontrar al personaje, pero en el caso de infantil se suprimirá este tiempo, ya que complicaría mucho el nivel del juego.

- **Materiales.**

- Juego de mesa.

- **Temporalización.**

- La actividad se realizará durante una sesión de 55 minutos, y en caso de que no diera tiempo a que todos los niños sean el jugador/a activo, se utilizará el tiempo necesario de otra sesión para terminar.

Décima actividad: “Creamos una historia”

El objetivo de esta actividad es hacer que los niños/as sepan hacer una ‘‘descripción’’ aproximada de las emociones, demostrándonos que saben cómo pueden hacer sentir a las personas; todo ello a la vez que desarrollamos la creatividad.

El juego consiste en hacer dos dados (Anexo VIII). En el primer dado, en vez de contener números, tendrá los nombres de las diferentes emociones (si no son capaces de leer lo que pone, lo leerá la maestra/o), y en el segundo dado habrá dibujos de diferentes personajes o lugares.

Cada alumno debe tirar los dos dados y tiene que crear una historia con lo que les haya salido; por ejemplo, si les sale tristeza y una rana, van a tener que inventarse una historia de una rana triste, explicar por qué estaba triste, etc.

- **Materiales.**

- Cartulinas para realizar los dados
- Lápiz, colores y rotulador para escribir las emociones y dibujar los personajes.

- **Temporalización.**

- Esta actividad tendrá una duración alrededor de 40 minutos.

Recursos materiales y financieros.

Para las actividades se necesitarán algunos materiales ya mencionados anteriormente en la explicación de las actividades. Teniendo en cuenta que en el centro se podrán encontrar: lápices, creyones, rotuladores, folios, impresora para imprimir las circulares, papel Kraft, pinceles y un altavoz, a continuación, se detallarán en la tabla 1 y en la tabla 2 los presupuestos de dichos materiales.

Material inventariable	Gasto
- Cuento <i>respira</i> , de Inés Castel-Branco	13,90 €
- Juego de mesa: <i>Emotio</i> , de la editorial átomo (15,00€)	15,00 €
- Juego de mesa: <i>Emo park</i> , de la editorial Cayro (20,95€)	20,95 €
TOTAL	49,85 €

Tabla 1. Presupuesto del material inventariable del proyecto.

Material fungible	Gasto
- 1 tachuela de metal de doble tapa (0, 20 cent.)	0,20 cent.
- 4 cartulinas DinA4 blancas (0,60 cent.)	0,60 cent.
- 25 cartulinas DinA4 de colores (4,25€)	4,25 €
TOTAL	5,05 €

Tabla 2. Presupuesto del material fungible del proyecto.

Por tanto, como el precio total del material inventariable es de 49,85€, y el del material fungible es de 5,05€, se necesitaría un total de 54,90€ para la realización de esta propuesta de intervención.

Criterios, objetivos y contenidos del currículum de educación infantil presentes en las actividades.

En este apartado se seleccionan los distintos objetivos, contenidos y criterios de las distintas áreas del currículum del segundo ciclo de educación infantil del Gobierno de Canarias.

- **Conocimiento de sí mismo y autonomía personal:**

• Objetivos:

1. Formarse una imagen ajustada y positiva de sí mismo, a través de la interacción con las otras personas y de la identificación gradual de las propias características, posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima.

3. Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, y ser capaz de denominarlos, expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de las otras personas.

5. Adecuar su comportamiento a las necesidades y requerimientos de otras personas, desarrollando actitudes y hábitos de respeto, ayuda y colaboración, evitando comportamientos de sumisión o dominio.

- Contenidos:

Los contenidos de esta área están divididos en tres subapartados:

I. El cuerpo y la propia imagen.

2. Identificación y aceptación progresiva de las características propias.

3. Aceptación y valoración de las características, posibilidades y limitaciones propias y de las de los demás, evitando actitudes discriminatorias.

9. Actitud favorable hacia el dominio corporal.

11. Confianza en las posibilidades y capacidades propias para realizar determinadas tareas y acciones, y para satisfacer las necesidades básicas.

12. Manifestación y regulación progresiva de sentimientos, emociones, vivencias, preferencias, intereses propios, y percepción de éstos en otras personas.

13. Aceptación de las manifestaciones de afecto de los adultos y sus iguales y actitud favorable hacia la expresión de sentimientos y afectos.

II. Juego y movimiento.

2. Aceptación de las normas necesarias para el desarrollo de determinados juegos y, de modo específico, los de representación de papeles.

III. La actividad y la vida cotidiana.

3. Regulación del propio comportamiento en situaciones de juego, rutinas diarias, tareas.

- Criterios:

3. Expresar, oral y corporalmente, emociones y sentimientos.

- Conocimiento del entorno:

- Objetivos:

2. Establecer relaciones con personas adultas y sus iguales en un ámbito cada vez más amplio, interiorizando progresivamente las pautas básicas de convivencia y comportamiento social, ajustando su conducta a ellas.

- Lenguaje: Comunicación y representación:

- Objetivos:

2. Comprender las intenciones comunicativas y los mensajes de los otros niños, niñas y adultos, familiarizándose con las normas que rigen los intercambios comunicativos, adoptando una actitud favorable hacia la comunicación.

4. Acercarse a producciones artísticas expresadas en distintos lenguajes (literarios, musical, plástico ...)

5. Expresar emociones, sentimientos, deseos e ideas a través de los lenguajes oral, corporal, plástico y musical, eligiendo el mejor que se ajuste a la intención y a la situación.

- Contenidos:

I. Lenguaje verbal.

1. Escuchar, hablar y conversar.

1.1. Utilización y valoración progresiva de la lengua oral para evocar y relatar hechos, para verbalizar conocimientos y como ayuda para regular la propia conducta y la de los demás.

1.2. Expresión oral de vivencias sencillas, de mensajes referidos a necesidades, emociones y deseos, siguiendo una secuencia temporal lógica y la debida cohesión narrativa, con entonación y pronunciación adecuadas a su edad.

- Criterios:

11. Manifestar interés y respeto por sus elaboraciones plásticas y por las de los demás. Se trata de apreciar con este criterio la capacidad de los niños y de las niñas para valorar y respetar tanto sus propias producciones como las de los demás.; si se muestran satisfechos con sus producciones y manifiestan seguridad (las enseñan, tanto a los adultos como a sus iguales, hablan de ellas y dejan que los demás opinen; las conservan con cuidado y les gusta exponerlas en clase a la vista de los demás ...).

Evaluación.

La evaluación de las actividades se realizará a través de la observación directa y las rúbricas que se realizarán según los criterios y objetivos que se pretenden alcanzar con esta propuesta de intervención. Las rúbricas que se utilizarán para evaluar esta propuesta de intervención serán las siguientes:

	Excelente (E)	Muy Adecuado (MA)	Adecuado (A)	Poco Adecuado (PA)
Reconocimiento de emociones	Reconoce sus propias emociones y las de los demás	Algunas veces reconoce sus emociones y las del resto.	Pocas veces reconoce sus emociones o las de los demás	No reconoce las emociones, ni las propias ni las de los demás.
	Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, tristeza, miedo, inseguridad, etc. y expresa lo que siente.	Nombra algunas situaciones que le generan alegría, miedo, tristeza... y expresa lo que siente.	Nombra pocas situaciones que le generen diversas emociones y cuando lo hace, es con ayuda de la maestra.	No es capaz de nombrar situaciones que generen diferentes emociones.
Empatía	Reconoce cuando alguien necesita ayuda y se la proporciona.	A veces se da cuenta de que alguien necesita ayuda y se la proporciona.	Los demás le tienen que pedir ayuda.	No proporciona ayuda al resto.
Autonomía/ autoestima	Es consciente de sus capacidades, tiene confianza en ellas y pide ayuda sólo cuando la necesita.	En algunas ocasiones muestra confianza en sus capacidades y solicita ayuda cuando la cree necesaria.	En muchas ocasiones pide ayuda a la maestra para hacer lo que debe hacer.	Si no recibe ayuda dice que no se puede hacer lo que se le pide y se frustra (llora, se enfada...)
Autorregulación, gestión de las emociones	Usa el diálogo para resolver conflictos y llegar a un acuerdo en las actividades de equipo.	A veces dialoga para solucionar los conflictos y ponerse de acuerdo para realizar actividades de equipo.	Casi nunca usa el diálogo para solucionar conflictos / llegar a un acuerdo en actividades de equipo.	No utiliza el diálogo para solucionar conflictos ni hacer actividades en equipo, insulta o agrede a sus compañeros/as.
	Reconoce que siente una emoción desagradable, sabe utilizar las técnicas proporcionadas y actuar de manera adecuada.	En algunas ocasiones reconoce las emociones desagradables y utiliza las técnicas proporcionadas de manera adecuada.	Pocas veces reconoce las emociones desagradables y utiliza las técnicas que se le han dado de manera correcta.	No es capaz de aplicar las técnicas que se le han enseñado para regular las emociones desagradables.
	Sabe esperar su turno sin mostrar conductas disruptivas.	En algunas ocasiones sabe esperar su turno.	Casi nunca sabe esperar su turno, queriendo ir antes que otros compañeros/as.	No sabe esperar su turno, molesta/empuja a sus compañeros y grita para ir antes que los demás.

Tabla 3. Rúbrica de evaluación

Temporalización.

La temporalización del presente proyecto se ve reflejada en la Tabla 3. Las actividades planteadas tendrán lugar a lo largo de un periodo de cinco semanas. Se realizarán dos actividades por semana, todos los martes y los jueves hasta haber finalizado con todas.

En primer lugar, la actividad que se realizará el martes de la primera semana será la actividad 1, ‘‘Mi emoción’’ la cual tendrá una duración aproximada de 25 minutos. El jueves de esta misma semana, estará dedicado a realizar la actividad 2, ‘‘Nuestro teatro emocional’’, para la cual se necesitará una sesión de 55 minutos.

En segundo lugar, la segunda semana, el martes se comenzará con la actividad 3, ‘‘¿Dónde lo siento?’’ y el jueves se continuará con ‘‘La música de nuestras emociones’’. Las actividades tendrán una duración de 45 minutos y 55 minutos, respectivamente.

El martes de la tercera semana, la actividad que se hará es la 5, llamada ‘‘Ruleta’’, para la cual se necesitarán alrededor de 20-30 minutos; y el jueves, presentaremos el cuento ‘‘Respira’’ de Inés Castel-Branco, al cual le dedicaremos una media hora. Añadir también que las respiraciones del cuento se irán repasando a lo largo de las próximas semanas.

La cuarta semana, se comienza con la actividad 7, ‘‘Me quiero’’, y el jueves se continuará con la actividad 8, ‘‘Emotio’’. A la actividad del martes, habrá que dedicarle unos 25 minutos, y a la del jueves, una sesión de 55 minutos.

Por último, la semana 5 y última, se realizarán las actividades 9 y 10, ‘‘Emo park’’ y ‘‘Creamos una historia’’. Ambas actividades están pensadas para ocupar un periodo de 55 minutos cada una.

Propuesta de intervención de educación emocional

	Semana 1					Semana 2					Semana 3					Semana 4					Semana 5				
	L	M	X	J	V	L	M	X	J	V	L	M	X	J	V	L	M	X	J	V	L	M	X	J	V
Actividad 1	■																								
Actividad 2			■																						
Actividad 3				■																					
Actividad 4					■																				
Actividad 5										■															
Actividad 6														■											
Actividad 7																			■						
Actividad 8																				■					
Actividad 9																								■	
Actividad 10																									■

Tabla 4. Cronograma de actividades.

Referencias bibliográficas

- Bisquerra Alzina, R. (2011). Educación emocional. *Padres y maestros*.
- Bisquerra, R., y Filella, G. (2003). Educación emocional y medios de comunicación. *Revista Científica de Comunicación y Educación*, 2.
- Castel-Branco, I. (2015). *Respira*. Editorial Akiara.
- [bycayro]. (2018, 26 abril). *Cómo jugar a Emo Park | Instrucciones para jugar más by Cayro*. [Vídeo]. Recuperado de: YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=tmaUdk7fqqE>
- Romano, A. [andrea romano]. (2013, 19 junio). *Chopin - Nocturne op.9 No.2*. [Vídeo]. YouTube. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=9E6b3swbnWg>
- de Andrés Viloria, C. (2005). La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela. Programas de educación emocional, nuevo reto en la formación de los profesores. *Tendencias Pedagógicas 10*. Recuperado de: https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/4739/31241_2005_10_05.pdf
- del Carmen Aliste Díaz, A., & Alfaro Hernández, V. P. (2007). *Educación emocional una alternativa para evitar el fracaso escolar y social*. Educación emocional una alternativa para evitar el fracaso escolar y social.
- [Harry Potter Art]. (2009, 21 julio). «*Dumbledore's Farewell*» - *Harry Potter and the Half-Blood Prince Soundtrack*. [Vídeo]. YouTube. Recuperado de: https://www.youtube.com/watch?v=0qv0BFMXqc&list=PLYXfr3Na3Iuf8Kg_C6Fl15bapKV_OXp9b&index=128
- [Consola y tablero]. (2021, 30 marzo). *Emotio Juego de mesa - Vídeo tutorial*. [Vídeo]. YouTube. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=oqNZRy9NL4E>
- [Sinalefa Sinalefa]. (2011, 22 octubre). *Halloween - ¡Oh, fortuna!* - (*Carmina Burana*) - Carl Orff. [Vídeo]. YouTube. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=USnXdOC5xyU>

Iriarte, J. (2021, 29 enero). EMO PARK: un juego de mesa sobre identificación y expresión emocional [Cayro]. BaM! Recuperado de: <https://bebeamordor.com/juego-de-mesa-emo-park-emociones/>

Jugaia. (2018). *Juego Emotio*. Recuperado de: <https://www.jugaia.com/es/tipo-de-juguete/materiales-didacticos/juegos-juguetes-emociones-sentimientos-/juego-emotio>

REAL DECRETO 183/2008, de 29 de julio, por el que se establecen la ordenación y el currículo del 2º ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad Autónoma de Canarias (BOC n.º163, de 14 de agosto). Recuperado de:

<http://www.gobiernodecanarias.org/boc/2008/163/boc-2008-163-002.pdf>

Remacha Morales, M. L. (2021). *IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LA ETAPA DE EDUCACIÓN INFANTIL*. Recuperado de:

https://tauja.ujaen.es/bitstream/10953.1/16945/1/Remacha_Morales_MariaLourdesTRABAJO_FIN_DE_GRADO.pdf

[Seño Ceci] (2021, 22 enero). *RESPIRA #Cuento infantil de Inés Castel- Branco*. [Vídeo].

YouTube. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=Qv7nsK4yivU>

[Maga Terrenal]. (2008, 1 febrero). *VIVALDI, PRIMAVERA, ALLEGRO*. [Vídeo]. YouTube.

Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=s2lbGix2wtE>

Fesliyan, D. [SR Media TV]. (2019, 31 agosto). *Vengeful anger music*. [Vídeo]. YouTube.

Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=wWJM6HkGg7M>

Anexos.

Anexo I. Ficha actividad 1.



Anexo II. Circular informativa.

Buenas tardes, **madre/ padre/ tutor legal**,
nos dirigimos a ustedes para hacerles partícipes de una actividad con nuestro alumnado de 5 años de Infantil, la participación que necesitamos es que saquen un rato de su tiempo para hacer la actividad que le proponemos, a continuación: deben hablar con sus hijos e hijas sobre algunos momentos de su vida en los que se hayan sentido tristes, felices, con miedo... Para ayudar un poco con el proceso hemos adjuntado en este sobre una serie de tarjetas con varias preguntas.

Por último, comunicarles que, para el próximo día de clase, los alumnos y alumnas deben traer a clase una foto de algún momento en el que estuvieran felices, tristes, enfadados, etc.

para trabajarlas en el aula.

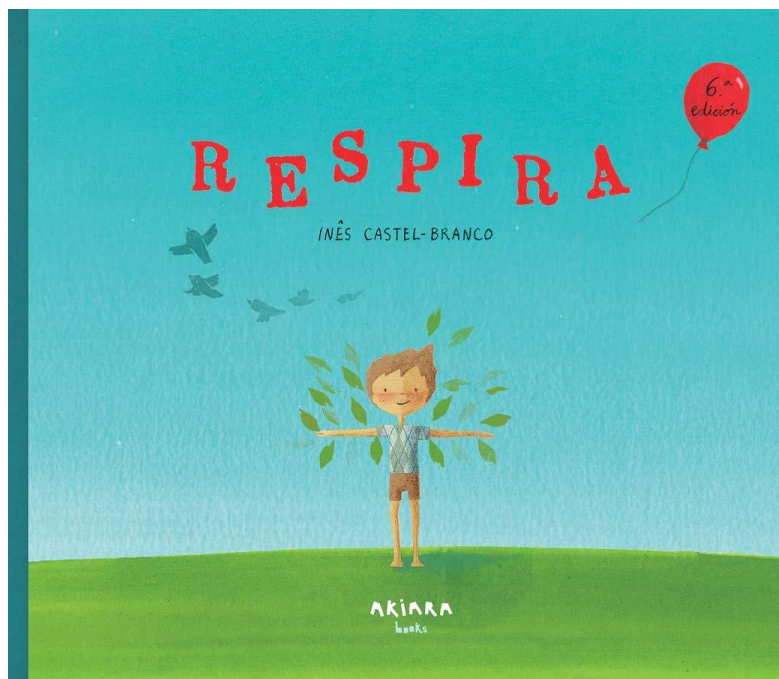
¡Gracias por su colaboración!

Anexo III. Ruleta con opciones para gestionar las emociones.



Anexo IV. Cuento *Respira* (Inés Castel-Branco)

Vídeo del cuento: <https://www.youtube.com/watch?v=Qv7nsK4yivU>



Anexo V. Ejemplo actividad ‘Me quiero’.



Anexo VI. Juego ‘Emotio’.

Vídeo explicativo: <https://www.youtube.com/watch?v=oqNZRy9NL4E>



Anexo VII. Juego “Emo park”.

Vídeo explicativo: <https://www.youtube.com/watch?v=tmaUdk7fqgE>



Anexo VIII. Dados juego “Creamos una historia”.

