

**TRABAJO DE FIN DE GRADO DE MAESTRO
DE EDUCACIÓN INFANTIL**

**“Estrategias ecológicas
para armonizar un aula de
Educación Infantil”**

AUTORA: BERTA COSSÍO MARICHAL

MODALIDAD 4: PROYECTO PROFESIONALIZADOR

TUTORA: RAQUEL DOMÍNGUEZ MEDINA

CURSO ACADÉMICO: 2015/2016

CONVOCATORIA: JULIO

RESUMEN:

Este Trabajo de Fin de Grado (TFG), tiene como finalidad principal la propuesta de estrategias metodológicas y actividades, diseñadas con el propósito de lograr una mayor armonía y equilibrio en las aulas de Educación Infantil. Tomando como referencia un contexto concreto y de la detección de necesidades, estas estrategias estarán basadas en los mecanismos de comunicación no violenta, por un lado, y en el arte y la capacidad creadora del niño, por otro lado. De este modo, el arte -en todas sus vertientes- y la comunicación basada en la confianza, serán las herramientas clave para lograr este propósito, partiendo del acercamiento y conocimiento del mundo emocional del niño como indicador de su comportamiento.

Palabras clave: arte, emociones, armonía, estrategias metodológicas, autoregulación, comunicación no violenta.

ABSTRACT:

This end-of degree project will be focused on the design of strategies to achieve higher levels of harmony and calm in early childhood classrooms. Starting from a specific context, these strategies will be mainly related to nonviolent communication mechanism on the one hand, and on the use of arts and children creative potential on the other hand. In this way, arts and a form of communication based on reliance will be the key to achieve the main purpose of this project, taking into consideration the approach and understanding of children emotions and inner world as an indicator of their behavior.

Key words: arts, emotions, harmony, methodological strategies, self-regulation, nonviolent communication.

INDICE

1. DATOS DE IDENTIFICACIÓN DEL PROYECTO.....	4
2. DESCRIPCIÓN DE LOS DESTINATARIOS Y DEL CONTEXTO/ INSTITUCIÓN.....	4
3. JUSTIFICACIÓN.....	4
4. MARCO TEÓRICO.....	6
5. OBJETIVOS DEL PROYECTO.....	12
6. METODOLOGÍA- PROPUESTA DE ACTUACIÓN.....	12
7. ACTIVIDADES.....	13
8. EXPERIENCIAS LLEVADAS A CABO EN EL AULA.....	20
9. AGENTES QUE INTERVENDRÁN.....	23
10. RECURSOS MATERIALES.....	24
11.RECURSOS DIDÁCTICOS/EDUCATIVOS.....	24
12. TEMPORIZACIÓN/SECUENCIACIÓN.....	24
13. SEGUIMIENTO DE LAS ACTUACIONES.....	24
14. PROPUESTA DE EVALUACIÓN DEL PROYECTO.....	24
15. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SUS INDICADORES.....	25
16. BIBLIOGRAFÍA.....	26
17. ANEXOS.....	27

1. DATOS DE IDENTIFICACIÓN DEL PROYECTO

El presente trabajo de fin de grado lleva como nombre “Estrategias ecológicas para armonizar un aula de Educación Infantil” y está dirigido a los niños y niñas del C.E.I.P Princesa Tejina. Se trata de una intervención llevada a cabo durante la segunda evaluación del presente curso escolar y cuyas propuestas son aplicables a cualquier aula de Educación Infantil. La finalidad fundamental del proyecto, como desarrollo en apartados posteriores, es la propuesta de estrategias encaminadas a lograr una mayor armonía y equilibrio en las aulas, partiendo del alumno y su mundo emocional, donde no se dañe la confianza y la iniciativa propia del niño. Estas estrategias estarán basadas en el arte y la capacidad creadora del alumando, por un lado, y en los mecanismos de expresión y comunicación no violenta, por otro lado.

2. DESCRIPCIÓN DE LOS DESTINATARIOS Y DEL CONTEXTO/ INSTITUCIÓN.

Los destinatarios del proyecto son los alumnos de la etapa de Educación Infantil del C.E.I.P Princesa Tejina, donde he llevado a cabo mi intervención como docente de prácticas. Se trata de un colegio público regulado por la Consejería de Educación del Gobierno de Canarias.

Con respecto al contexto que ha impulsado la elaboración de este trabajo, está constituido por la vivencia de una gran cantidad de experiencias de desequilibrio e intranquilidad en las aulas donde llevé a cabo mi intervención, motivadas por la diversidad y diferentes ritmos de aprendizaje del alumnado, por la desconexión emocional del docente y de la enseñanza con los niños y su mundo interior y emocional y por la centralización en los contenidos más formales y menos humanos del currículum, como son el acercamiento a la lectoescritura o el razonamiento lógico-matemático, como me referiré más adelante en este trabajo.

3. JUSTIFICACIÓN

Desde hace ya algunos años, son numerosas las voces que se pronuncian en torno a un necesario cambio en la educación. Este cambio, viene propuesto desde multitud de campos relativos a la educación, personas que han observado que el mundo, la sociedad, el ser humano se ha ido transformando con el paso de los años, pero no así la escuela. Se podría decir que la escuela se sostiene en muchas ocasiones sobre ciertos cimientos rígidos que considera inamovibles y que se agarra aquello que ya conoce en pos de la innovación y del cambio. En esta escuela de lo tradicional, prevalece el control sobre el “dejar ser”, sobre la confianza y sobre el desarrollo individual y profundo de cada alumno. En definitiva, lo formal y lo cognitivo, sobre lo profundo y emocional.

Sin embargo, la realidad a la que nos enfrentamos y que he observado durante mi período de prácticas como maestra en el C.E.I.P Princesa Tejina, es que el cambio es un elemento que caracteriza la sociedad en la que vivimos, que la diversidad es una característica que define a cualquier aula de cualquier escuela y la falta de armonía se repite cada día en el transcurrir de cualquier jornada escolar, de forma que hay ciertas costumbres, ciertas creencias y ciertas prácticas que deben ser renovadas, oxigenadas e incluso transformadas. Por todo ello, la temática en la que he decidido centrar este trabajo se refiere a la armonía y convivencia en el aula, abordada desde una perspectiva de cambio profundo tomando como punto de partida el estado emocional del niño como catalizador de su comportamiento y donde el motor que regula esta convivencia es la confianza y la conexión con el alumnado. Se trata, por tanto, de partir de ellos para abordar una metodología que armonice y equilibre su estado emocional.

De este modo, este trabajo tiene como principal finalidad proponer estrategias y/o alternativas a las técnicas tradicionales de control comportamental, como el premio y el castigo, es decir, proponer estrategias que he llamado “ecológicas” para que se produzcan ciertos niveles de armonía en el aula y, principalmente, en la relación profesor-alumno y en la relación del alumnado consigo mismo. He utilizado el término ecológico (que defiende y protege el medio ambiente), para ilustrar esa idea de protección, defensa y respeto hacia el niño de la que parte este proyecto. Lo que se persigue, por tanto, es no dañar la iniciativa propia del niño, su capacidad innata para autoregularse, su capacidad innata y motivación para descubrir y aprender por el propio placer que esto produce y para identificar aquello es favorable para él y lo que no y, esencialmente, no ofrecerle una atención, un acompañamiento en el proceso de enseñanza- aprendizaje y un amor docente, con condiciones y condicionantes.

El contexto del que parto para desarrollar este trabajo y que he observado durante mi intervención, se caracteriza por ratios cada vez más altas, donde la cantidad de estímulos e información genera altos niveles de dispersión y saturación en muchos casos en detrimento de la atención, donde el alumnado y la sociedad en la que está inmerso cambia a pasos vertiginosos y donde el contexto sociocultural es en muchas ocasiones poco favorable. Por todo esto, el arte (incluyendo la pintura, la música y la danza como conexión con el propio cuerpo) se postula como la herramienta y recurso metodológico básico. Se trata, por tanto, de contenidos del currículum de Educación Infantil, que he observado relegados a un segundo plano y que son clave para lograr que el niño se entregue a la experimentación y propiciar la comunicación a través de su expresión. El objetivo es desarrollar técnicas estrategias para conocer y poner de manifiesto su mundo emocional y poder así ir más allá del comportamiento visible y abordar desde otra perspectiva estos problemas comportamentales y la falta de armonía y tranquilidad que caracterizan la convivencia diaria en las aulas.

Asimismo, he detectado que esta situación de partida de desequilibrio en las aulas y el alto número de alumnos, genera también altos niveles de estrés en el profesorado, el cual muchas veces no es capaz de controlar las situaciones que se producen y se ve desbordado, de forma que su propia práctica se ve limitada

constantemente por la tensión, la exigencia, la prisa y el estrés. De esta forma, no se propicia una verdadera conexión con el alumno, un clima de confianza y un clima estimulante donde el placer por el aprendizaje y la motivación intrínseca sea una constante.

4. MARCO TEÓRICO

Para abordar el marco teórico del proyecto me he centrado, por un lado, en las aportaciones y experiencias que se han publicado en torno a la comunicación no violenta, como forma alternativa de comunicación profesor- alumno y por otro, en las investigaciones en torno a la educación artística y el arte (pintura, música y danza) en el aula, tomando en especial consideración el acercamiento al mundo emocional del niño y su expresión a través del arte, y considerando también la expresión como un elemento fundamental del proceso de enseñanza-aprendizaje.. Asimismo, también he investigado acerca de ciertos autores y/o publicaciones que se refieren a una “lentificación” del proceso educativo, donde es necesario parar, ir más lento, dejar de correr, para que la convivencia en las aulas deje de caracterizarse por el estrés y el desequilibrio y para que el estado emocional del niño también entre en esa calma fundamental que propicie el proceso de enseñanza-aprendizaje.

La comunicación

Si partimos del currículum (BOC, 2008) que regula el segundo ciclo de la etapa de Educación Infantil, podemos observar que hay una clara referencia al desarrollo afectivo y emocional, partiendo de la confianza, donse se cita lo siguiente:

“Es imprescindible que exista un clima de seguridad, respeto y confianza en el que se favorezcan las relaciones y en el que, al mismo tiempo, se establezcan los límites necesarios para que se pueda producir el crecimiento personal. El desarrollo afectivo y emocional es inseparable del desarrollo intelectual y de la construcción de aprendizajes. Es más, en estas edades la motivación afectiva mueve muchos procesos de aprendizaje. De esta manera se hace necesaria la creación de condiciones para que los niños y las niñas aprendan a relacionarse, y a expresar y ajustar sus afectos” (pag.15984).

De esta forma, es necesario proponer en el aula estrategias de comunicación con el alumnado, basadas en la confianza y en la no manipulación, alejándonos de las técnicas tradicionales utilizadas hasta el momento, como son el premio y el castigo. La comunicación no violenta (Rosenberg, 2000), es un término propuesto por este autor como una forma de comunicación donde las personas se comunican entre sí con eficacia y empatía. Por tanto, los propósitos fundamentales de la comunicación no violenta serían establecer y mantener una conexión con el corazón, propio y de otros, establecer relaciones conducentes a la armonía y al respeto mutuo y establecer relaciones honestas

y empáticas, que propicien la voluntad de colaboración necesaria para eventualmente satisfacer las necesidades de todos los involucrados.

El autor al que me refiero, llevó a cabo un interesante programa llamado "Las llaves mágicas que abren una buena comunicación" concebido con la finalidad de enseñar tanto a niños como a adultos el modo de relacionarse con los demás de manera no violenta. El Dr. Rosenberg utiliza como metáforas a dos animales (la jirafa y el chacal) para describir el antiguo y el nuevo lenguaje. Explica que el lenguaje cotidiano incluye muchas expresiones que encierran juicios, generalizaciones y acusaciones (el idioma del chacal), lo cual establece barreras entre las personas y crea un clima de alienación y desconfianza. El lenguaje de la jirafa lleva inherente la compasión, pues se habla desde el corazón y dado que es el animal con el corazón más grande, puede retener en él muchos sentimientos, tanto positivos como negativos.

Un recurso a utilizar en las escuelas de Educación Infantil, es el libro titulado *Didi's Magic Keys*, escrito por Lior Idan Aburman (1999), historia basada en el gran corazón de la jirafa, que tiene cuatro "llaves mágicas": la "llave de la boca", que permite a los niños y niñas abrir sus corazones y expresarse; la "llave de las orejas", que les ayuda a escuchar abiertamente, sin juicios ni prisa por responder y la "llave de los ojos", que permite observar, aprender y llegar a conocer a aquellos con quienes nos comunicamos. Estas tres llaves dan paso al lugar en el que se encuentra la cuarta llave: la "llave del corazón". La jirafa come hojas (no es un depredador) y su largo cuello le permite asomarse, contemplar una imagen equilibrada desde arriba, lo que la convierte en la mascota idónea para la comunicación empática. Cuando conocemos a alguien y conectamos con su luz interna, permitimos la comunicación más maravillosa, ya sea a través de palabras, gestos, una sonrisa o incluso el silencio.

Asimismo, la autora Justine Mol se refiere en su libro *Crecer con confianza* (Mol, 2013) a la confianza como la necesidad de ofrecerle al niño un amor y consideración no condicionadas, esto es, un amor y consideración sujetos a determinado tipo de conducta y/o respuesta. Para ello, propone la autora, es necesario educar sin castigos ni recompensas, los cuales considera una manipulación. El resultado de este tipo de técnica es que los niños hacen lo que les pedimos sólo para obtener algún tipo de premio o para, por el contrario, evitar el castigo. Es evidente que, con este tipo de respuesta, no se está produciendo ningún tipo de aprendizaje. El niño no buscará otras soluciones a sus problemas, hará lo justo para conseguir el premio o, por el contrario, no descubrirá por sí mismo cómo quiere vivir y lo que es perjudicial o nocivo, simplemente evitará el castigo, como indica la autora. De esta forma, si se pierde la motivación interior y motivación intrínseca al aprendizaje, la tendencia del niño será la dispersión y tenderá a regularse sólo en base a determinada condición y/o estímulo.

En definitiva, esta manipulación a través del premio y el castigo como técnica de regulación comportamental, se basa en el juicio sobre lo que es bueno-malo, correcto-incorrecto y en imponer una sanción disciplinaria, sin que se produzca ningún tipo de aprendizaje.

Finalmente, y en lo que se refiere a la comunicación no violenta, planteo como alternativa a las técnicas tradicionales (premio y castigo) y como propuesta a otro tipo de comunicación en el aula, el empleo de las *Pautas para enseñar desde el corazón*, elaboradas por el grupo de investigación Ecrea de la Universidad de La Laguna (2015). Se trata de pautas de interacción y comunicación docente- alumno, donde las condiciones de partida son:

- Valorar el mundo afectivo del alumnado como algo relevante en sí mismo y con una dimensión educativa.
- Atender, prestar atención y no ignorar la emocionalidad que manifiesta el alumnado; respetar radicalmente su emociones y ayudar a respetarlas por parte de los compañeros.
- Tomar conciencia de nuestras propias emociones, valorarlas y gestionarlas desde una perspectiva docente; ser auténticos emocionalmente.

Estas condiciones de partida, se materializan en una forma de comunicación donde el/la docente por un lado, ejerce de modelo estableciendo una comunicación y conexión con el alumno basados en el reconocimiento y expresión emocional (“Hoy me siento..), en la validación, regulación y comprensión emocional y en la empatía y en la fijación, no obstante, de límites como una forma de regulación;y por otro lado, el docente ayuda al alumno en estos mismos parámetros (validación, regulación, reconocimiento, comprensión, empatía y fijación de límites).

El arte y la expresión creadora

En los últimos años cada vez son más las voces e investigaciones que se pronuncian en torno al arte y su importancia como herramienta para el desarrollo afectivo, intelectual, físico y perceptivo.

En el artículo “*¿Por qué el cerebro humano necesita el arte?*”, Guillén, J.C. , Jesús C. Guillén, especialista en neuroeducación, se refiere al arte de la siguiente forma:

“El arte en todas sus manifestaciones constituye una característica esencial que identifica al ser humano, ha permitido transmitir la cultura en toda su extensión y ha sido y es básico para su supervivencia. Nuestro cerebro plástico necesita el arte. Ya en los primeros años y de forma natural el niño juega, canta, baila, dibuja y todas estas actividades son imprescindibles para su correcto desarrollo sensorial, motor, cognitivo, emocional y en definitiva cerebral que le van a permitir aprender a aprender. Y realizando todas estas actividades el niño se divierte, muestra orgulloso sus resultados a los demás, intenta mejorar y ésta es una forma efectiva de entrenar una de las grandes virtudes del ser humano: el autocontrol. La educación artística es una necesidad no porque nos haga más inteligentes sino porque nos permite adquirir toda una serie de competencias y rutinas mentales que están en plena consonancia con la naturaleza social del ser humano y que son imprescindibles para el aprendizaje de cualquier contenido curricular. Y esto es útil para todos los alumnos, por lo que se convierte en una forma estupenda de atender la diversidad en el aula”.

Por otro lado, en este mismo artículo, el autor cita los estudios llevados a cabo en torno a los beneficios que el arte produce en la enseñanza y en la convivencia del aula por los autores Rabkin y Redmond (2004), de los cuales destaca los siguientes:

- Existe un mayor compromiso emocional de los alumnos en el aula.
- Los alumnos trabajan de forma más activa y aprenden unos de otros.
- Los grupos de aprendizaje cooperativo convierten las clases en comunidades de aprendizaje.
- Se facilita el aprendizaje en todas las asignaturas a través de las artes.
- Los profesores colaboran más y tienen mayores expectativas sobre sus alumnos.
- El currículo se vuelve más real al basarse en un aprendizaje por proyectos.
- La evaluación es más reflexiva y variada.
- Las familias se involucran más.

Lowenfeld, ha publicado diversidad de libros y realizado un gran número de investigaciones, centrándose en este caso en la vertiente del arte que se refiere a la pintura y el dibujo. En su libro *Desarrollo de la capacidad creadora* (Lowenfeld, V., 1980), el autor se refiere al arte como una actividad dinámica y unificadora, a través de la cual el niño nos proporciona una parte de sí mismo: cómo piensa, cómo ve, cómo siente. Asimismo, pone de manifiesto el mal común que caracteriza a las escuelas, donde el aprendizaje se basa en la acumulación de información y memorización de hechos, quedando la sensibilidad del niño y su vida interna seriamente dañadas.

Asimismo, el autor se refiere al arte como medio de interpretación del desarrollo y en concreto se refiere al desarrollo emocional o afectivo. Un dibujo, una pintura o creación artística de un niño, puede constituir la oportunidad que se le brinda a un niño para expresar su mundo emocional, como se refiere el autor. Se trata de una confrontación con su propio yo, con su experiencia personal. Los grados de autoidentificación del niño con sus creaciones, varían desde un bajo nivel de repeticiones estereotipadas, hasta un alto nivel donde el creador se entrega a la tarea de representar cosas que son significativas e importantes para él. Lowenfeld indica que es precisamente cuando el niño empieza a representar cosas que son significativas e importantes para él donde se encuentran las mejores oportunidades para el desahogo emocional. La experiencia artística es realmente suya y la intensidad de su compenetración proporciona un factor de desarrollo emocional o afectivo. Con la ilustración de diversos casos, el autor indica cómo ciertos indicadores en torno a las creaciones artísticas de los niños, pueden revelar detalles de su mundo emocional y afectivo, como la relevancia que da a ciertos elementos, la flexibilidad o inflexibilidad de pensamiento e imaginación, que diferencia un niño que se siente confiado y seguro de sí mismo, en definitiva amado, y a otro que por el contrario no se siente del mismo modo.

Por otra parte, el autor se refiere también en este libro al desarrollo creador, el cual se postula en las conclusiones elaboradas a partir de este trabajo, como uno de los elementos clave para lograr que el niño se entregue el aprendizaje y disminuya, por tanto, los niveles de dispersión y desequilibrio en las aulas. En concreto, indica que este potencial creativo comienza tan pronto como el niño elabora los primeros trazos, ya que lo hace inventando sus propias formas y poniendo algo de sí mismos de una manera que es únicamente suya y que los niños que han sido inhibidos en su actividad creadora por reglas o fuerzas ajenas, pueden retraerse y limitarse a copiar trazos y rasgos de forma mecánica. Por tanto, la actividad artística, no puede ser impuesta, debe surgir de adentro, habiendo en cualquier forma de creación libertad para explorar, experimentar y poner de manifiesto ciertos grados de libertad afectiva y emocional.

Dentro de esta imposición, me gustaría partir de esta aportación del autor, para poner de manifiesto la forma en la que se aborda el arte en las escuelas y es a través de esta imposición, donde se pide que el niño coloree formas ya dadas, donde no hay ningún tipo de creación y entrega por parte del niño y por tanto, se trata de un trabajo mecánico donde la capacidad creadora y la motivación se ven seriamente mermadas, habiendo oído en un sinfín de ocasiones “estoy cansado de pintar”; “me duele la mano”.

La música y el sonido

En referencia a la música, son innumerables las investigaciones que se han llevado a cabo en lo que se refiere a sus beneficios y a las propiedades y alcance incluso a nivel neurológico que la música, saltándose todos los canales de la razón, posee. Desde Oliver Sacks, pasando por los famosos pedagogos musicales como Carl Orff, Dalcroze o Edgar Willems, los estudios llevados a cabo por los psicólogos Juslin y Sloboda (1984) -con cientos de voluntarios y que demostraron que, indefectiblemente, las melodías lentas y con cadencia descendente generan en los que las escuchan sensaciones de tristeza mientras que las cadencias ascendentes producen sentimientos estimulantes y que la conjunción de estos efectos provoca una cascada de emociones en el cerebro humano-, son incontables las aportaciones que fundamentan las bases de las teorías relativas a la música como herramienta clave para utilizar dentro de un aula. Entre estos pedagogos, especialmente las aportaciones de Jos Wuytack, discípulo de Carl Orff y creador del concepto del musicograma, han sido claves para el desarrollo de la metodología empleada en este proyecto. El musicograma es una representación gráfica de la melodía, el ritmo, el compás y demás elementos de una composición musical, por medio de dibujos, colores, formas y otros códigos, que se utiliza para escribir música como alternativa a la partitura, especialmente como recurso didáctico para niños pequeños. Se trata, por tanto, de una herramienta de carácter lúdico para trabajar con la música y las cualidades del sonido en el aula y que permite crear a partir de la audición una experiencia de aprendizaje de forma lúdica partiendo del sonido.

No obstante, el enfoque principal que se pretende dar a la música en este trabajo es el propuesto por el autor Francisco Mora en su libro *Neuroeducación: sólo se puede aprender aquello que se ama* (Mora, 2013) y su incidencia en el mundo emocional del

niño. El autor indica que la música produce bienestar porque estimula nuestro sistema de recompensa cerebral que libera dopamina y eso nos hace sentir bien. Es beneficioso desde la perspectiva emocional escuchar música, pero desde la perspectiva cognitiva es mejor practicarla. Así, por ejemplo, la activación simultánea de áreas sensoriales y motoras al tocar un instrumento musical conlleva la mejora de capacidades generales como la memoria de trabajo o la atención.

La autora Almudeña Ocaña Arias en su libro *Cómo amanso a mis fieras. Estrategias para mejorar la convivencia en clase utilizando la música* (Ocaña, 2015), propone partiendo de varios modelos o enfoques con respecto a la musicoterapia, orientaciones metodológicas basadas en la música para mejorar la convivencia en las aulas, aportando experiencias llevadas a cabo en un aula ordinaria donde a través de la música se fomenta la conexión del alumnado consigo mismo y sus emociones, la cohesión del alumnado como grupo y las relaciones entre sí y el acercamiento del profesor al mundo del alumno y la consiguiente mejora de las relaciones. En el apartado de metodología, se ilustrarán algunas de estas experiencias que esta autora propone y que son alternativas a las técnicas tradicionales apelando a otros modos y formas de equilibrar un aula utilizando la música como motor.

Asimismo, la metodología propuesta en este trabajo también se fundamenta en las aportaciones que la pedagoga y logopeda Tamara Chubarovsky (2015) ha hecho en torno al efecto del sonido encuentro del niño/a con la propia voz, a través del método creado por ella donde combina el sonido y terapia a través del sonido de la voz del niño/a, con el movimiento a través de rimas de dedos y el teatro pedagógico, donde se desarrollan las capacidades artísticas y sociales, apoyándose especialmente el desarrollo sensoriomotor, emocional y del lenguaje, en un ambiente respetuoso, cálido y no competitivo. La autora, en su página web *Voz y movimiento*, explica el efecto que estas rimas y canciones tienen en los niños y niñas:

“Las rimas le ayudan a controlar y ordenar sus movimientos a través de movimientos rítmicos y precisos. Le ayudan a dominar su lenguaje a través de las consonantes que son las que dan estructura al cerebro. Las rimas despiertan, ayudan a crear momentos de gran atención y concentración, favorecen el estar presentes aquí y ahora. Las canciones pentatónicas ayudan a relajar, aquietar y crear un ambiente tranquilo. Son ideales para conseguir la atmósfera adecuada antes o después de un cuento, o justamente en las transiciones de las escenas de los cuentos, para poder soltar, relajar la atención y asimilar lo escuchado. Las canciones las usamos también de fondo, mientras los niños entran, se sientan, se ponen las chaquetas, los zapatos, mientras que las rimas están presentes en momentos de atención total entre los niños y nosotros. No pueden ser utilizadas como cortina de fondo. Las canciones pentatónicas nos exigen despegarnos de nuestro estrés y velocidad de la vida moderna e ingresar en una cadencia lenta y fluida, que resulta muy terapéutica también para el adulto. Vemos, que ambos elementos, el musical y el rítmico recitativo deben estar presentes sin abusar de ninguno en detrimento del otro” (Chubarovsky, 2015).

Las aportaciones de esta autora, parten de las investigaciones llevadas a cabo por Rudolf Steiner (2006), creador de la pedagogía Waldorf, en torno al Arte de la Palabra, basado en el efecto que vocales y consonantes tienen sobre nuestro organismo y emociones, partiendo de la idea de que las vibraciones que se generan al emitir un sonido ayudan a nuestro cuerpo a sentirse mejor emocional y físicamente.

Finalmente, no es posible concluir este marco teórico sin referirme a dos autores como Toro (2014) y Zavalloni (2011) que han inspirado y sostenido la idea de partida que sustenta mi propuesta, como es la necesidad de ralentizar el ritmo frenético de las escuelas, de “parar” para conectar con el niño y poder verle con los ojos del *co-razón*, de respetar los tiempos naturales. En definitiva, como indica Toro, reivindicar para la educación un corazón que no está reñido con la razón, sino que la contiene y trasciende, y de renovar, oxigenar y transformar unas escuelas donde hay mucha más mente que cuerpo, mucho más aburrimiento que alegría y mucha más ciencia que arte.

5. OBJETIVOS DEL PROYECTO

- Elaborar estrategias de regulación comportamental alternativas donde no se dañe la iniciativa propia y la confianza del alumno/a.
- Partir de los contenidos “más humanos” del currículum (arte, música, cuerpo) para lograr una mejor convivencia y armonía en el aula.
- Plantear propuestas que propicien la armonía en el aula partiendo de la expresión artística como motor: música y sonido, danza, pintura, etc.
- Postular la capacidad creadora y expresión del niño como una técnica de regulación comportamental y conexión con su mundo interno.
- Proponer opciones alternativas al premio/castigo para lograr el equilibrio en el aula y la autoregulación por parte del alumnado.
- Desarrollar procedimientos de comunicación no violenta y empatía dentro del grupo-clase y entre el profesor y el alumnado.

6. METODOLOGÍA- PROPUESTA DE ACTUACIÓN

La metodología llevada a cabo es fundamentalmente una metodología de “lo profundo”, entendiendo este concepto como la necesidad de ir más allá de lo visible en el niño para adentrarse en su mundo interno y mundo emocional, partiendo de la hipótesis de que su comportamiento es sólo un indicador de algún tipo de desajuste. Se trata, asimismo, de una metodología basada en la confianza y la no extorsión y manipulación, donde la comunicación no violenta con el niño y el respeto es clave.

Los recursos esenciales para ir más allá de lo visible y adentrarse en el mundo interno del niño/a y para lograr armonizar el comportamiento del alumnado en el aula,

serán la comunicación y el arte, entiendo el arte no sólo como la expresión artística, sino también las experiencias generadas a través de la música y el sonido o la danza .

Asimismo, se trata de una metodología donde la búsqueda armonía y la “lenticidad” de la jornada escolar será una constante. Con esta búsqueda no se pretende bajo ningún concepto que los niños permanezcan sentados o quietos, sino que por el contrario encuentren otras formas de canalizar y exteriorizar los altos niveles de energía y la pulsionalidad propias de esta etapa, equilibrando y armonizando de alguna manera su estado emocional interno.

Además, la metodología empleada se sostiene en la importancia de ciertos momentos de la jornada escolar que son clave, como son el comienzo y final del día. Se trata de crear una especie de ritual a través del cual los niños sientan la experiencia escolar como un momento único, donde se parte de ellos y de la calma y la exclusión de las prisas y el estrés, que son una constante en las aulas de cualquier escuela. Por tanto, se trata de partir de dinámicas basadas en la música y el sonido fundamentalmente para comenzar y finalizar la jornada escolar, y que dan estructura e intentan armonizar y equilibrar el estado emocional del niño.

Finalmente, otra de las claves de esta metodología será la experimentación, entendida como la entrega e implicación sensorial del niño a lo que está haciendo; esto es, la experimentación como la intervención real del niño en su aprendizaje, donde la voluntad de su mundo interno parte desde su corazón hasta lo que expresa con sus manos, cuerpo o voz. Asimismo, la expresión que parte de esta entrega del niño a lo que hace, considerando siempre su mundo interno y su propio yo, será un indicador y una herramienta tanto de liberación del niño/a, como de comprensión y conocimiento de este mundo interno del niño por parte del docente.

7. ACTIVIDADES

- **LA COMUNICACIÓN, PARTIENDO DEL CORAZÓN.**

En lo que se refiere a la comunicación, las actividades serán fundamentalmente el uso las pautas de interacción para educar desde el corazón y el empleo del programa "Las llaves mágicas que abren una buena comunicación", Rosenberg, M.B. ,2000., a través del libro basado en este programa titulado *Didi's Magic Keys*, escrito por Lior Idan Aburman (1999), aspectos a los que me refiero en el marco teórico de este proyecto.

Se trabajará el lenguaje partiendo de este programa, en torno al lenguaje empleado por la jirafa, que lleva inherente la compasión, pues se habla desde el corazón y dado que es el animal con el corazón más grande. Asimismo, partiendo del libro de Aburman, nos comunicaremos utilizando las llaves mágicas del corazón de la jirafa: la "llave de la boca", que permite a los niños y niñas abrir sus corazones y expresarse; la "llave de las orejas", que les ayuda a escuchar abiertamente, sin juicios ni prisa por responder y la

"llave de los ojos", que permite observar, aprender y llegar a conocer a aquellos con quienes nos comunicamos. Estas tres llaves dan paso al lugar en el que se encuentra la cuarta llave: la "llave del corazón".

Asimismo, en referencia a la comunicación de el/la docente con el alumno/a, estará basada en una interacción desde el corazón, el respeto y la confianza, sustiuyendo normas por acuerdos, como propone la autora Justine Mol en su libro *Creecer con confianza* (Mol, J., 2013), donde habla de la necesidad de que exista un vínculo respetuoso entre las partes implicadas, esto es, poniendo de relevancia la necesidad de que los niños entiendan para qué sirven las normas y, a partir de ahí, llegar a acuerdos, donde también se les considere a ellos. Sería lo que la autora denomina "disciplina democrática".

Dentro de esta comunicación desde el corazón, el empleo de las *Pautas de interacción para educar desde el corazón*, elaboradas por el grupo de investigación Ecrea de la Universidad de La Laguna (ver cuadro Anexo 1), será el código fundamental utilizado en el aula, partiendo del modelo y la ayuda del docente en un proceso de interacción basado en el reconocimiento y expresión emocional ("Hoy me siento..), en la validación, regulación y comprensión emocional y en la empatía y en la fijación, no obstante, de límites como una forma de regulación.

- **OTRAS FORMAS DE COMENZAR EL DÍA... MAS LENTAS, MÁS PROFUNDAS.**

Es conocido por cualquier persona que haya pasado algún día en un aula de Educación Infantil, el revuelo que se genera al comenzar y finalizar el día y cómo este revuelo y "falta de calma", generan en los niños cierta ansiedad, siendo en ocasiones difícil lograr ciertos niveles de concentración y atención necesarios para el aprendizaje. Por ello, la propuesta es, una vez acordadas las normas y rutinas que los niños y niñas las hayan interiorizado (colocar maleta, chaquetas, acudir a la zona de la alfombra, etc), empezar el día de una forma alternativa, utilizando la música como herramienta. Como indica Ocaña (2015) no es lo mismo entrar en el aula alzando la voz por encima del jaleo del grupo, diciendo "siéntate, coloca la chaqueta", que comenzar únicamente interviniendo con gestos que indiquen que vamos a escuchar una música a la vez que respiramos profundamente y nos vamos colocando en silencio en nuestros sitios o la alfombra.

Durante este momento algunas opciones de música, podrían ser como propone esta autora, el *Canon* de Pachelbel, la banda sonora de *La vida es bella*, el *Adagio* de Albinoni o *Gymnopedie* de Erik Satie, entre otras. La consigna es "no hacer nada", solamente colocarnos, escuchar y respirar al compás de la música. También se pueden estirar los brazos y la espalda, además de dar la bienvenida con la mirada a cada uno de los compañeros. El/la docente, puede dar la bienvenida al alumnado, expresando con un tono de voz lo más suave posible (casi susurrando), que da gusto recibir a personas que

saben entrar tan bien en el aula y de este modo, lograr que el alumnado se sienta bien recibido.

Una de las propuestas que se mencionan en el libro de esta autora y que yo introduciría sin ningún tipo de duda, sería sustituir las sirenas que marcan el tránsito de horas y la entrada y salida de los colegios por música. Esto tendría grandes beneficios para contribuir a una mayor serenidad en cualquier centro, aboliendo estas sirenas que recuerdan a una fábrica, una cárcel o una alarma (=tensión).

Asimismo, para comenzar el día otra propuesta es considerar nuestro cuerpo, para atenderlo, escucharlo y armonizarlo, es decir, para darle la bienvenida y cabida también a él en el aula. A través de una rima de dedos, sobre las que profundizaré en apartados posteriores o a través de cualquier canción, sonido e incluso de percusión corporal, podemos ir entrando en contacto con cada una de las partes de nuestro cuerpo, saludándola y activándola, para comenzar el día de forma alternativa, sin correr.

- **EL ARTE: PARA CONOCERNOS, EXPRESARNOS, *SENTIR-NOS*.**

EL DESCUBRIMIENTO DEL COLOR

El descubrimiento del color, como indica Lowenfeld (1980), es una de las experiencias más placenteras y significativas en la vida del niño. Progresivamente, el niño comienza a experimentar y a descubrir la posibilidad y variedad que ofrecen los colores y empieza a crear a través de ellos.

No obstante, además de la función en el desarrollo del niño, el enfoque en torno al color sobre el que se fundamenta la propuesta planteada en este trabajo, está estrechamente relacionado con las investigaciones más exhaustivas que, hasta la fecha, se han llevado a cabo en relación a los colores, recogidas en el tratado *La teoría de los colores* (Goethe, 1810). En este libro, el autor comienza a desarrollar las primeras y novedosas aportaciones en torno a la psicología del color ampliadas posteriormente por autores como Eva Heller en su libro *Psicología del color: cómo actúan los colores sobre los sentimientos y la razón* (Heller, 2004).

Desde esta perspectiva, cada uno de los colores evoca, suscita o contiene una emoción o estado de ánimo determinado. Por ejemplo, el rojo se perfila como un color llamativo de gran fortaleza, el cual suscita excitación, agresividad, rabia, pasión. En cambio, el verde en su polo opuesto, es reconfortante, libera al espíritu y equilibra las sensaciones.

Además de la armonización y pacificación que propicia la experimentación a través de diversos materiales, como las acuarelas o los acrílicos, efecto que he observado en mi intervención, se observará la predominancia del uso de ciertos colores como indicador del estado emocional del niño. Asimismo, como forma de inducir o propiciar ciertos

estados emocionales, como la calma, la templanza o la alegría, se realizarán trabajos artísticos fundamentalmente con acuarelas, donde se trabajará con la gama de tonalidades de un color determinado.

LA EXPRESIÓN Y EL ARTE QUE PARTE DE DENTRO

En el libro *Niños, objetos, monstruos y maestros* (Contino, 2009), donde el autor, partiendo de la importancia de la educación artística, ilustra los proyectos y propuestas que numerosos docentes han llevado a cabo con niños y adolescentes en torno a la educación artística, se proponen dinámicas muy interesantes para estimular la expresión artística del niño. De entre estas propuestas, he seleccionado las siguientes relativas a los objetivos sobre los que se fundamenta este proyecto:

- **“Cajón collage”**: Uno de estos proyectos, llamado “Identidad”, se basó en la identificación por parte de los niños de aquello que era importante para ellos y que, en definitiva, les definía. Esta dinámica, podría llevarse a cabo y adaptarse en un aula de Educación Infantil, que podría llevar como título “Quién soy”, y que consistiría en crear un “cajón collage”, como el que se propone en este proyecto. Un cajón que hable de nosotros, de cómo somos, de nuestros secretos, de forma que los niños conecten también consigo mismo desde la reflexión sobre qué les gusta, qué es importante para ellos. Como alternativa a la propuesta de este libro, podemos no sólo utilizar recortables, sino materiales reciclados o de la naturaleza para construir algo que creamos que debe estar en el cajón collage. Sería también una buena dinámica para implicar a la familia.

- **“Taller de barro y modelaje Maletas”**: se trata de un proyecto en la amplia manipulación del barro en sus diferentes estados (en polvo, en bloque, líquido) es el eje central de la actividad. Una de las propuestas, se denominaba “Maletas”, consistente en hacer maletas con este material y que surgió de combinar la idea de a dónde irían de viaje y qué llevarían. Con los niños de Educación Infantil, además de crear lugares inventados por ellos, también una posible adaptación sería incluir en la maleta de barro las cosas que les hagan sentir bien, como un lugar al que siempre pueden regresar o acudir (a su maleta).

A través del trabajo del barro, no sólo se trabajará la expresión artística, sino que se propiciará la relajación, la concentración y la entrega total a la tarea o actividad, puesto que deberán utilizar su cuerpo y sus manos como herramienta principal y también su mente para ir confeccionando aquello que van a poner en su “maleta de bienestar”.

Otras dinámicas de creación propia son las siguientes:

- **Construir la emoción de...:** se pedirá a los niños que se agrupen seleccionando una emoción. Esta selección nos puede quizás proporcionar datos sobre algunos de nuestros alumnos. Una vez estén formados los grupos, se ofrecerá una amplia variedad de materiales -fundamentalmente reciclados- para que construyan esa emoción entre todos los que hayan formado el grupo. El resultado será una “obra de arte” de nuestros

alumnos, que permitirá expresar de una forma artística y creativa determinadas emociones y a través de la cual podremos entender y acercarnos a la manera en que los niños viven esa emoción.

- **Pinto un problema, pinto un enfado, pinto la frustración..:** se tratará de utilizar la presión que se ejerce a través de los lápices de colores o ceras para descargar la frustración, enfado o la falta de armonía y tranquilidad que se genera cuando hay un conflicto en clase o entre los niños y niñas.

- **Adornar la palabra familia.** Esta dinámica parte de una vivencia que experimenté durante el período de prácticas. Para el Día de la familia, un niño con graves problemas en su entorno familiar, evitaba hacer el dibujo de su familia y comenzó a hacer flores y otro tipo de adornos sobre la palabra. Yo le insistía en que tenía que dibujar a su familia, pero él se entretenía haciendo adornos a las letras. Este elemento es un indicador muy valioso del mundo interior del niño y de cómo está viviendo la realidad de su ambiente familiar. Enfrentarse al dibujo significaba traer esa vivencia al papel. Por ello, partiendo de la importancia y peso que la situación y equilibrio emocional en la familia y en su entorno, tiene para el niño, he diseñado esta propuesta. Se trata de trabajar sobre la palabra familia de forma “artística”. Cada uno de los niños escribirá la palabra y la adornará con aquello que desee. Le ofreceremos objetos reciclados, colores y materiales de diversas texturas. Será una experiencia placentera con la que además se perseguirá expresar o poner de manifiesto la vivencia interior del mundo familiar por parte del niño y lograr “embellecer” de alguna forma esta vivencia.

• LA MÚSICA Y EL SONIDO

EL SONIDO

La utilización del sonido en su versión más pura, es decir, tomando la emisión de un determinado sonido y su efecto, será una de las herramientas clave y de gran importancia para lograr el objetivo principal de este proyecto: armonizar a los niños y la jornada escolar.

A través de la vibración que producen determinados instrumentos, fundamentalmente instrumentos idiófonos, cuyo sonido es el resultado de la vibración del metal tras ser golpeado, se captará la atención de los niños, especialmente en momentos de vuelta a la calma o tras momentos de mucha excitación, así como en situaciones de conflicto.

Una alternativa sería la utilización de los cuencos tibetanos como técnica o herramienta para equilibrar el estado emocional de los niños y niñas y para crear un momento de conexión con ellos mismos. Los cuencos tibetanos son recipientes elaborados con distintos tipos de metales que cuando se golpean producen un sonido vibratorio. Dado su característico sonido, este instrumento resulta bastante llamativo

para los niños, de forma que se podría crear una especie de ritual, donde ellos relacionen el momento del sonido de los cuencos con la relajación y la respiración o, simplemente, con la calma.

PROPUESTAS CON MÚSICA

Las propuestas que aporta la autora Almudena Ocaña en su libro citado en apartados anteriores de este trabajo, en torno a la regulación y expresión emocional con la música como motor, me parecen muy interesantes. Entre ellas, he seleccionado aquellas estrategias que considero mejorarían la convivencia y la comunicación en el aula y las he adaptado al nivel o etapa a la que me dirijo (Educación Infantil):

- **Paseo musical:** consiste en una actividad en la que a través de la música y el movimiento, los niños se familiaricen con el espacio y con sus propios cuerpos, además de con los compañeros. Es idónea también como forma de bienvenida a los compañeros o forma alternativa de comenzar el día, ya que la propuesta es que vayan saludando a los compañeros con la mirada durante el paseo.

- **Palomitas de maíz:** se trata de una dinámica donde el grupo se convierte en palomitas de maíz, pero se trata en este caso de palomitas recubiertas de caramelo, es decir, que estarán muy pegajosas. Se les dirá a los niños que son palomitas saltando en el caldero, pero si en el salto “se pegan” a otra palomita, deberán continuar juntas, agarrándose de las manos. De esta forma, se van creando grupos de palomitas saltarinas, hasta que todo el mundo es una gran bola y todos los niños terminan saltando juntos al mismo tiempo. La autora propone como música para llevar a cabo esta dinámica, el tema Popcorn, es decir, el tema Palomitas de maíz. No obstante, también creo que sería idóneo en Educación Infantil, utilizar cualquiera de las canciones del grupo Petit Pop.

Asimismo, como alternativa a esta dinámica, pudiendo enriquecerla y contribuir a la expresión y liberación emocional del niño, se podría incluir una parte donde los niños “exploten” de forma individual, como hacen las palomitas, expresándose como lo desean, desde su propio cuerpo, a través de la música.

- **Rompiendo papeles:** se trata de una actividad que consiste en hacer añicos un trozo de papel, de forma que se descargue la tensión o agresividad. La música idónea para esta actividad es la que incluye percusión agresiva, que inviste a golpear o desahogarse, como música africana de tambores.

- **Ritmo de panaderos:** la autora propone esta dinámica, tomando el nombre de la *copla de las panaderas*, donde los niños darán golpes rítmicos en la mesa como forma de desahogo. Partiendo de esta idea y utilizando la música de Mayumaná, crearemos con materiales reciclados instrumentos de percusión y crearemos nuestras propias sesiones de percusión, como una forma también de desahogo y de trabajar el ritmo.

- **Imagino pintando:** se trata de potenciar la imaginación a través de la música, utilizando diferentes materiales relativos a la expresión artística, como rotuladores, acuarelas, lápices. La idea es ir dibujando en una hoja lo que sugiere la música. Se puede plantear en una primera parte de la actividad la escucha de la música con los ojos cerrados o una audición a través de musicogramas. Tras esto, con los dedos y ténpera o acuarelas, o con pinceles, daremos la consigna de pintar la música.

Por otro lado, hay algunas dinámicas que se me ocurrieron durante mi intervención, partiendo de canciones que conocía:

- **“Ho, hey”:** se trata de una dinámica de descarga de tensión, rabia e ira, partiendo de la canción *Ho, hey* del grupo The Lumineers. Esta canción tiene una parte que se repite donde se escucha de fondo las palabras “ho” y “hey” casi gritadas, más que cantadas. Considero que el grito o la elevación de la voz es algo que los niños muchas veces desean o necesitan, pero que no pueden hacer. Por lo tanto, esta dinámica, utilizando la canción en un volumen “saludablemente” alto, permite sacar el grito del interior del niño, desde su estómago, como le indicaremos, partiendo de la premisa de estar cantando la canción y pronunciar estas dos palabras (“Ho, hey”). La actividad comienza desplazándonos por el espacio, moviendo el cuerpo como cada uno quiera y cuando llegue la parte de la canción en la que se escuchan las palabras indicadas, gritarlas desde nuestro estómago.

Empezando el día con esta descarga, se pueden lograr mayores niveles de calma en el aula. Además la actividad ofrece la posibilidad de desarrollar multitud de dinámicas con las que abordar otros contenidos del currículum, como las vocales, la h y su característica “muda”, etc.

- **“El guerrero pacífico”:** esta dinámica consiste en trabajar también con la respiración y la descarga de un modo lúdico. Partiendo de una canción instrumental de intérprete desconocido, donde se van escuchando instrumentos y en varios momentos de la canción se escucha una expiración fuerte, trabajaremos también la descarga de tensión. Hablaremos de los guerreros, pero de los guerreros pacíficos que no “disparan”, no luchan, sino que aman su reino, de los guerreros de la luz, que luchan por buscar la luz en un mundo de oscuridad. A partir de esta idea, se pueden desarrollar multitud de proyectos, como el trabajo de la luz y la sombra, el conocimiento del entorno y del reino del guerrero, crear cuentos de guerreros sin armas, etc.

Finalmente, y utilizando como recurso las aportaciones del pedagogo musical Jos Wuytack (1996), otra de las dinámicas utilizadas será el musicograma:

-**“El musicograma”:** se trata de una representación gráfica de la melodía, el ritmo, el compás y demás elementos de una composición musical, por medio de dibujos, colores, formas y otros códigos, que se utilizan para escribir música como alternativa a la partitura. Dado el carácter lúdico que presenta, ofrece una gran variedad de alternativas y aspectos que se pueden trabajar en el aula a partir del mismo.

8. EXPERIENCIAS LLEVADAS A CABO EN EL AULA

▪ PAUTAS PARA ENSEÑAR DESDE EL CORAZÓN:

Durante mi intervención desde comienzo hasta el final del curso, utilicé con el alumnado de forma continua estas pautas en los intercambios comunicativos. Partiendo principalmente de la pauta reconocer y expresar, la cual utilizaba de forma natural e incorporaba cada día al aula, donde simplemente servía de modelo y de forma honesta, compartía con ellos cómo me sentía. Esto, con el tiempo, propició momentos de verdadera satisfacción y ellos fueron acostumbrándose a decir cómo se sentían, comenzando por hacerlo de forma mecánica hasta lograr hacerlo desde la honestidad y desde el corazón. Al principio, todos decían “me siento contento”, “feliz”. No cabía la emoción de la tristeza u otras emociones. Sin embargo, a medida que yo fui sirviendo de modelo y comunicándoles los días que llegaba nerviosa o cansada, ellos también fueron contando cómo se sentían verdaderamente. Un día, uno de los alumnos llegó a primera hora de la mañana y dijo “estoy triste y necesito llorar”. Y contó un problema que había tenido en el espacio de la acogida temprana. Todos le escuchamos de forma atenta y todos respetaron ese espacio de acoger el llanto del compañero. Fue algo mágico.

En otras ocasiones, algunas de las expresiones cuando íbamos diciendo cómo nos sentíamos, fueron “seria” (una expresión de verdadera honestidad, pues se ajustaba mucho a lo que la niña realmente aquel día transmitía o translucía), “cansado”, “triste”. Se trata de expresiones sobre cómo verdaderamente los niños se sienten y no como “deben” sentirse. Se trata, por tanto, de adquirir el hábito desde estas edades tempranas de aprender a escucharse a sí mismos, partiendo de ellos, de su corazón.

Esta expresión, propició además, momentos de gran ternura en días que realmente llegaba cansada o con dolor de cabeza. Ellos, habían comprendido la importancia de respetar cómo el otro se siente y, además, me apreciaban, por lo que se reprendían entre ellos cuando hacían más ruido de la cuenta o se alborotaban. Como indica Toro (2014), hay una autoridad que, lejos de estar relacionada con el temor al castigo, nace del respeto que no es impuesto, de un respeto que brota de ellos porque quieren a su maestro o maestra.

Otra de las pautas que utilizaba de forma natural en la comunicación con los niños y niñas, era la que tiene que ver con la validación. Comencé a sustituir los “no estés triste”, “no te enfades”, “no llores” por “entiendo que estés triste, enfadada”. Se produjeron cambios realmente significativos en sus respuestas. Les calmaba la validación de sus emociones y creaba un vínculo basado en la confianza. Una vez calmados, hablaban de forma más abierta sobre lo que les pasaba. Hay una experiencia con una niña especialmente relevante, cuyo comportamiento cambió y mejoró de forma significativa, siendo esta mejora incluso comentada en reuniones de corte evaluativo en el centro, como en la evaluación sin notas. Se trataba de una niña que, a pesar de ser muy habladora, era bastante hermética a la hora de comunicar lo que le pasaba. Un día, fue

acusada de algo que no hizo y comenzó a llorar, sin querer hablar. Le dije que entendía como se sentía, que era normal sentirse triste y enfadada por aquello. En otra ocasión, durante la realización de una ficha, comprendí que no sabía hacerlo, que no era que no quisiera sino que no comprendía ciertas cosas. En lugar de decir que no comprendía, no comunicaba lo que le pasaba realmente, sino que la inseguridad le hacía retraerse y no hacía la ficha que había propuesto la profesora tutora. Le dije que entendía que se sintiera mal, pero que yo la podía ayudar y volví a explicárselo y a hacerla entender que ella también podía hacerlo bien. La autoestima de esta niña mejoró de una forma muy destacable, lo notaba en que participaba, estaba “metida” en el grupo, en lo que hablábamos en la asamblea, cosa que en un principio parecía estar “fuera” de la clase, siempre distraída, hablando o sin participar. Creo que empezó a sentirse en un entorno de confianza, donde era posible la comprensión y podía expresarse. A través de esta pauta, simplemente le transmití que era importante para mí lo que ella sentía.

Por otra parte, en las conversaciones diarias y en los primeros encuentros de la mañana, aprovechaba para servir de ejemplo y cuando les decía que estaba nerviosa, les explicaba lo que yo hacía cuando estaba nerviosa y respirábamos todos. Luego, les preguntaban qué hacían ellos cuando estaban nerviosos o tristes o enfadados. Algún niño me dijo que le daban ganas de romper cosas. Ante esta manifestación, aunque no tuve la oportunidad de llevarla a cabo, sería una buena propuesta la realización de la actividad denominada “Rompiendo papeles”, que cito en el apartado 7 de este trabajo en la parte que se refiere a actividades relativas a la música y el sonido. Se propondría como una forma de regulación o autoregulación del enfado, donde lo que se rompe son papeles.

▪ RIMAS DE DEDOS Y CANCIONES:

Otra de las dinámicas que tuve la oportunidad de llevar a cabo y que se refieren a formas alternativa –más profundas- de comenzar el día y de trabajar con el lenguaje, es la utilización del método Tamara Chubarovsky, al que me refiero en el marco teórico de este proyecto. Se trata de canciones y rimas de dedos elaboradas por esta autora a raíz de la investigación acerca del efecto que vocales y consonantes tienen sobre nuestro organismo y emociones.

Una de las canciones utilizadas fue la siguiente:

*En Marzo, en Marzo llueve y sale el sol,
mimosa, mimosa eres olorosa,
retama, retama brotas de la rama.
Gorriones juguetones revolotean,
anidan golondrinas en las esquinas.
Hacemos coronas, floridas y hermosas,
trali, trali..*

Se trata de una canción, que parte de la escala pentatónica (de 5 sonidos), donde la autora propone una forma concreta haciendo especial énfasis en la fuerza y vocalización a la hora de pronunciar algunas palabras y fonemas.

Tras haberlo llevado a la práctica, experimenté en los niños gran motivación e implicación. Tarareaban la canción constantemente, incluso en ocasiones como si la tararearan para “adentro”. Pedían cada día la canción y repetición cuando acababa, y prácticamente la totalidad del grupo se entregaba al momento de cantarla. Generaba alegría y armonía en el grupo, que se entregaba en conjunto a la canción.

Además, la pronunciación y vocalización de ciertos fonemas, hacía que observaran la posición de la lengua y miraran hacia la boca, remarcando ellos también los sonidos de esa misma forma. Les sorprendía la vocalización de estos fonemas y se quedaban mirando casi hipnotizados a mi boca, repitiendo ellos de forma inconsciente la colocación de la lengua y el movimiento de los labios. Cuando la cantaban ellos sólo, veía cómo ponían el acento en las sílabas donde yo lo hacía y pronunciaban poniendo énfasis donde yo lo hacía a través de su propia vocalización. Por ejemplo, en la parte “retama, retama brotas de la rama”, la pronunciación de la “m” la hacían de forma enfática, uniendo el labio de arriba con el de abajo y sintiendo la vibración, tal y como lo habíamos aprendido.

Por otra parte, otro recurso tanto para empezar el día como para lograr la atención y concentración del grupo, son sin duda las rimas de dedos, de la misma autora. Con las rimas de dedos, como indica la autora, “se activan simultáneamente las áreas del lenguaje (se habla), la musical (las rimas son rítmicas y rimadas, conteniendo el aspecto musical del lenguaje), las del movimiento (movimiento de motricidad fina de dedos), la visual (creamos con los dedos figuras visuales). Vemos que estimulan áreas correspondientes a las artes visuales, de movimiento, de lenguaje y musicales a la vez y de manera armónica. Es una manera lúdica, afectiva y efectiva de apoyar el desarrollo infantil especialmente indicada para la etapa de 1 a 9 años.”

Algunas de las rimas de dedos utilizadas fueron las siguientes:

PRIMAVERA

Zen zen zen, abejita ven,

ve de flor en florecita,

trae miel a la casita,

zen zen zen, abejita ven

Soy el gallo Típetón,

con mi traje bermellón

*y un sombrero de color,
canto y canto con el sol,
kikirikiii...*

Combinando lo visual con la estimulación del lenguaje y la sonoridad, encontré en las rimas de dedos el recurso por excelencia para captar la atención y lograr reducir el alboroto y excitación de los niños. Sentía que el sonido hacía que me escucharan y el movimiento de mis manos hacía que me miraran, por lo que estaban allí con casi todos sus sentidos. A través de mirarme, intentaban imitarme, de forma que la implicación era aún mayor cuando ellos intentaban hacer las rimas conmigo. Siempre me pedían que lo hiciera otra vez, y aunque pasó el tiempo y ellos ya se la habían aprendido, siempre querían repetirla y en muchas ocasiones comenzaban a decir las rimas entre ellos y a mover sus manos.

▪ **MUSICOGRAMA**

El musicograma fue otra de las estrategias que llevé a cabo en el aula. Tratándose de un recurso tan visual, donde además se propicia la audición musical activa, esto tenía una gran incidencia en la motivación por parte de los niños. Yo lo planteaba de forma que se introdujera también el baile y la dramatización. De esta forma, por ejemplo en el musicograma “El vals de las flores”, formé grupos de niños con distintos personajes que debían salir al “escenario” cuando sonara la música que correspondía a su personaje, el cual aparecía proyectado en la pantalla. Se dieron momentos de mucha diversión y disfrute de los niños y el baile y el movimiento hacía que liberaran tensión y nerviosismo, además de producirles una experiencia placentera.

Tras trabajar en el aula con los musicogramas de esta forma, observé que se encontraban a la hora de volver al aula y realizar la ficha propuesta por la profesora, más calmados y concentrados. Era como si hubieran tenido un espacio para moverse, para liberar, para disfrutar y ahora, estuviesen más calmados y receptivos, por tanto, al aprendizaje. Se respiraba, tras esto, un ambiente de mayor calma en el aula.

9. AGENTES QUE INTERVENDRÁN

Los agentes que intervendrán en este proyecto serán los niños de Educación Infantil del C.E.I.P Princesa Tejina, además de los profesores tutores de las aulas donde he llevado a cabo la intervención. Por otro lado, la participación de la familia también será un valor a tener en cuenta en el trabajo, como modo de implicarles en los objetivos que persigue el proyecto y dar continuidad en las medida de lo posible fuera de la escuela.

10. RECURSOS MATERIALES

Con respecto a los recursos materiales, principalmente se referirán a materiales para la expresión artística, por un lado, como acuarelas, carboncillo, lápices de grafito, colores pastel, barro, etc.; o relativos al sonido, por otro lado, como instrumentos musicales formales y creados por ellos a través de materiales reciclados para propiciar la expresión (revistas, botellas, trozos de papel, tela..). Asimismo, estos materiales reciclados serán clave para la expresión y para la realización de muchas de las actividades, de forma los niños y niñas experimenten con ellos y elaboren y expresen de forma creativa a través de ellos.

11. RECURSOS DIDÁCTICOS/EDUCATIVOS

Entre los recursos didácticos y educativos utilizados en este proyecto, se encuentran: el collage, el musicograma, las rimas de dedos y canciones, las pautas de interacción para educar desde el corazón, entre otros.

12. TEMPORIZACIÓN/SECUENCIACIÓN

La intervención será llevada a cabo durante el segundo trimestre del curso 2015-2016. Se abordará en diversos momentos del día, dando especial importancia al momento inicial o de comienzo del día.

13. SEGUIMIENTO DE LAS ACTUACIONES

La propuesta es establecer dos reuniones al mes con las profesoras tutoras para abordar aquellos cambios que se van produciendo y la consecución o logro de objetivos de los que parte este proyecto. Asimismo, será fundamental ajustar y adaptar con la ayuda de las profesoras tutoras algunas dinámicas, tanto a la edad a la que van dirigida como al grupo en concreto y sus características.

14. PROPUESTA DE EVALUACIÓN DEL PROYECTO

La evaluación será de carácter continuo y estará basada en la observación directa, tomando como referencia clave cambios en la convivencia y armonía del aula, en la relación de los alumnos con sus compañeros y consigo mismos y en la mejora del estado emocional y, por ende, comportamiento del niño.

Asimismo, las producciones artísticas y de expresión, tanto visuales, como corporales y relativas al sonido, será el instrumento evaluativo más importante. La evaluación partirá de sus creaciones, sin haber “correcto e incorrecto”. Se valorará de forma especial las actitudes, es decir, la motivación, la participación de forma activa, la implicación, etc.

15. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SUS INDICADORES

Los criterios de evaluación, los cuales parten principalmente de los objetivos del proyecto, son los siguientes:

- Se comunica de forma respetuosa y empática con sus compañeros.
- Utiliza las cuatro llaves mágicas para comunicarse.
- Es capaz de identificar y expresar sus emociones.
- Es capaz de expresarse a través del arte.
- Utiliza la expresión artística como forma de autoregulación emocional.

16. BIBLIOGRAFÍA

- Chubarovsky, T. (2012). DVD Rimas y juegos de dedos.
- Contino, A. (2009). *Niños, objetos, monstruos y maestros*. Barcelona. Graó.
- DECRETO 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación infantil
- Goethe, Johann Wolfgang von (1992). *Teoría de los colores*. Madrid. Aguilar.
- Heller, Eva (2004). *Psicología del color*. Barcelona. Gustavo Gili S.A.
- Lior, I.A. (1999). *Didi's Magic Keys*.
- Lowenfeld, W. (1980). *Desarrollo de la capacidad creadora*. Argentina. Kapelusz.
- Método Tamara Chubarovsky de voz y movimiento <http://www.vozmovimiento.com/> [en línea] 31 de Octubre de 2013 [fecha de consulta 25 de Junio de 2016] Disponible en <http://www.vozmovimiento.com/metodo-chubarovsky/>
- Mol, J. (2013). *Creecer con confianza*. Barcelona. Urano.
- Mora, F. (2013). *Neuroeducación: sólo se puede aprender aquello que se ama*. Madrid. Alianza.
- Música que calma: escala pentatónica <http://www.vozmovimiento.com/> [en línea] 31 de Octubre de 2013 [fecha de consulta 25 de Junio de 2016] Disponible en <http://www.vozmovimiento.com/la-musica-pentatonica/>
- Ocaña Arias, A. (2015) *Cómo amanzo a mis fieras. Estrategias para mejorar la convivencia en clase utilizando la música*. Bilbao. Desclée.
- Grupo Ecrea. Universidad de La Laguna (2015). Pautas de interacción para educar desde el corazón.
- ¿Por qué el cerebro humano necesita arte? <https://escuelaconcerebro.wordpress.com> [en línea] 31 de Enero de 2015 [fecha de consulta 25 de Junio de 2016] Disponible en: <https://escuelaconcerebro.wordpress.com/2015/01/31/por-que-el-cerebro-humano-necesita-el-arte/>
- Rosenberg, M. B (2006). *La comunicación no violenta: un lenguaje de vida*. Argentina. Gran Aldea Editores.
- Schultz, W., Fraites, J., y Pekarek., N. (2012). Ho Hey. The Lumineers. [CD]. Nashville: United Record Pressing.

- Wuytack, J. y Boal Palheiros, G. (1996). *La audición musical activa*. Portugal. Gaiagráfica/ Lito Finearte.

- Zavalloni, G. (2011). *La pedagogía del caracol*. Barcelona. Graó.

17. ANEXOS

ANEXO I

PAUTAS PARA ENSEÑAR DESDE EL CORAZÓN (1)		
VERBO	PAUTA	EJEMPLO
RECONOCER Y EXPRESAR	Manifiesta explícitamente a su alumnado distintas emociones que experimenta en función de distintas circunstancias o experiencias	“Hoy me siento alegre porque hace un buen día y me gustan los días con sol”
VALIDAR, RESPETAR Y VALORAR	Ayuda a su alumnado a que den valor a sus experiencias emocionales, desde el respeto y la aceptación de sus vivencias emocionales, asumiendo que tienen derecho a sentir lo que sienten, prestándoles atención cuando se expresan, evitando expresiones de desprecio y/o censura y manifestando abiertamente en clase la importancia que tienen las experiencias emocionales de su alumnado como aspectos relevantes de su formación escolar y su desarrollo personal.	<ul style="list-style-type: none"> • Cuando algún alumno/a cuenta algo de sus vivencias, le escucha en silencio, con interés, sin interrumpir y sin juzgarle • “Claro, tienes derecho a sentir eso que sientes” • “Lo que sientes es importante para mí”.
FIJAR LÍMITES	Diferencia claramente entre la experiencia emocional y su expresión, dejando claro que tiene derecho a sentir lo que siente, pero no tiene derecho a expresarlo, si ello implica hacerse daño a sí mismo, a los demás o a su entorno.	“Tienes derecho a estar enfadado, pero no puedo permitir que por eso me grites a mi o a tus compañeros/as”
REGULAR	Comenta con su alumnado situaciones en las que autorregula su propia experiencia emocional y no se deja arrastrar por las emociones.	“Me enfadé esta mañana porque perdí el tranvía, pero no quise seguir enfadada todo el día y respiré varias veces para tranquilizarme”
COMPRENDER	Hace un esfuerzo por entender las vivencias emocionales de su alumnado, analizando de dónde vienen (causas) y dónde van (consecuencias)	“Entiendo, te sientes enfadado porque te levantaste muy temprano y por eso te pusiste a patallar”

EMPATIZAR	Manifiesta abiertamente a su alumnado que entiende las situaciones que viven experimentan o las que experimentan o viven otras personas.	“Entiendo cómo te sientes” “Da mucha pena que alguien a quien quieres esté enfermo”.
-----------	---	--

PAUTAS PARA ENSEÑAR DESDE EL CORAZÓN (2)		
VERBO	PAUTA	EJEMPLO
AYUDAR A RECONOCER	Establece de forma operativa los pasos que hay que seguir para realizar adecuadamente la toma de conciencia emocional: detectar las señales corporales, identificar la emoción, reconocerla y asumirla como propia.	“Te das cuenta de que estás asustada porque te duele la barriga. Es normal. Todas las personas nos asustamos”
AYUDAR A EXPRESAR	Facilita espacios y un clima adecuado para que su alumnado se exprese emocionalmente, compartiendo sus observaciones sobre el/ella, ofreciendo ejemplos, poniéndose como modelo que se identifica con ellos porque también lo he experimentado...	<ul style="list-style-type: none"> • “Vamos a expresar las emociones que sentimos (reír, gritar,...), lo que realmente queramos. Hasta que yo diga.... YA!” • “Vamos a pintar cómo nos sentimos y después lo decimos a los compañeros/as”
AYUDAR A RESPETAR	Da pautas claras a sus alumnos/as para que respeten las emociones que manifiestan sus compañeros/as	“No todos nos sentimos de la misma manera. No tenemos que burlarnos de lo que sienten otros.
AYUDAR A REGULAR	Da instrucciones precisas para que su alumnado autorregule sus experiencias emocionales	“Cuando nos sentimos enfadados o nerviosos tenemos que respirar y lo hacemos: tomamos aire en 1, 2, 3, 4; pausa, retengo 1, 2; soltamos en 1, 2, 3, 4, 5,6”
AYUDAR A COMPRENDERSE	Procura que los niños y niñas puedan llegar a entender las razones y consecuencias de sus emociones.	“¿Por qué te sientes triste? ¿Cuál es la razón por la que te sientes así? ¿Cómo reaccionas cuando te sientes triste? ¿Qué pasa a tu alrededor cuando te sientes así?”

AYUDAR A EMPATIZAR	Trata de que los niños y niñas sientan cómo se sienten los demás ante diversas vivencias o experiencias	“Imagina que eres la niña a la que le quitaron el juguete y la empujaron. ¿Cómo te sentirías? (Dicho sin reprobación o reproche, sino desde la comprensión)”
-----------------------	--	--