

LAS EMOCIONES EN EL AULA:
PROPUESTA DIDÁCTICA PARA EDUCACIÓN
INFANTIL



Universidad de Valladolid

TRABAJO DE FIN DE GRADO

ESCUELA DE MAGISTERIO

Autora:

Laura Sanz García

Tutor Académico:

Pilar Gómez Gil

RESUMEN

Como ocurre con otra gran cantidad de temas, no existe un consenso acerca de la definición de “emociones”, por lo que se detallan características, elementos que forman parte de ellas, tipos, funciones, etc. Tras años de estudio, lo que se sabe a ciencia cierta es que forman parte de la vida de las personas de manera decisiva, surgiendo la necesidad de tratarlas desde edades tempranas siendo conscientes de las características particulares que poseen en los niños. Es por esto mismo por lo que se les está dando creciente importancia en el ámbito de la educación, para que se desarrollen lo antes posible capacitando al propio niño a conocerse a sí mismos de manera más profunda e integrarse eficazmente en la sociedad. Una vez clara esta idea, en este trabajo se procede a plasmar una propuesta para llevar a cabo su tratamiento en el segundo ciclo de Educación Infantil.

PALABRAS CLAVE

Emociones; Educación emocional; Inteligencia emocional; Emociones primarias/ emociones secundarias; Educación infantil.

ABSTRACT

As it happens in a huge amount of issues there is not an agreement about what an emotion means, so that, characteristics and elements which take part from them are detailed. After years of investigation, what is known by hand is that emotions are a big part of people’s life being needed to deal with it from early ages and being aware of typical characteristics of children. For this reason emotions are becoming more important in the education field through last years, to make children growing up faster, get to know themselves earlier and integrate themselves successfully in the society. Once this idea is completely clear, it is possible to take this issue into practice in the second stage of nursery education.

KEYWORD

Emotions; Emotional Education; Emotional Intelligence; Emotions primary / secondary emotions; Child Education.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	4
2. OBEJTIVOS	4
3. JUSTIFICACIÓN	5
4. MARCO TEÓRICO	6
4.1 Introducción a las emociones	6
4.2 Teorías sobre las emociones	7
4.3 Tipos de emociones	10
4.4 Emociones en los niños: características	11
4.5 Importancia de las emociones: control y educación emocional	13
4.6 Análisis del B.O.C.Y.L.	16
4.7 Trabajos y estudios sobre emociones	19
5. PROPUESTA DIDÁCTICA	21
5.1 Contexto	21
5.2 Destinatarios	22
5.3 Justificación	23
5.4 Objetivos	24
5.5. Competencias	25
5.6 Contenidos	26
5.7 Metodología	26
5.8 Actividades	27
5.8.1 Actividades de introducción	27
5.8.2 Actividades de desarrollo	32
5.8.3 Actividades de consolidación	37
5.9 Atención a la diversidad	41
5.10 Temporalización	42
5.11 Evaluación	42
6. CONCLUSIONES	43
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	45
8. ANEXOS	47

1. INTRODUCCIÓN

El trabajo que se presenta a continuación es un Trabajo de Fin de Grado realizado para el curso de adaptación al Grado de Educación Infantil.

En las siguientes páginas nos hemos propuesto hacer una revisión sobre las emociones para adentrarnos más en este mundo y poder comprender cómo se encuentran inmersas en la educación, de manera más centrada, en la educación infantil.

Para empezar hemos realizado una búsqueda teórica, interesándonos acerca de las diferentes concepciones sobre las emociones así como de las diferentes teorías que se han ido formulando a lo largo de los años para intentar explicarlas, sin olvidarnos de las diferentes clasificaciones que existen de ellas. Posteriormente, nos hemos detenido de manera especial en la concepción de las emociones dentro del ámbito que nos interesaba: los niños, para después adentrarnos en el mundo de la educación y ver cuál es su presencia actual en él.

El siguiente punto tratado es la propuesta didáctica de un programa de educación emocional para educación infantil, en el que hemos plasmado una serie de ideas sobre cómo proponemos el tratamiento de las emociones en el ámbito educativo.

2. OBJETIVOS

Al realizar este trabajo pretendemos conseguir los siguientes objetivos:

- Ampliar los conocimientos sobre el tema de las emociones.
- Remarcar la importancia de las emociones desde edades tempranas.
- Hacer uso de este nuevo conocimiento en el futuro como maestra.
- Reflejar las posibles ideas que tenemos sobre las emociones en diferentes actividades para llevar a la práctica con niños de infantil.

3. JUSTIFICACIÓN

Como personas integradas en la sociedad, consideramos la dimensión emocional de todo ser humano fundamental para comprender su evolución, su comportamiento ante los diferentes estímulos y situaciones a los que están expuestos, las relaciones que establecen a lo largo de la vida con el resto del mundo, etc. Como futuros docentes, esta dimensión es fundamental para acercarnos a la vida de cada uno de los alumnos que estarán bajo nuestra tutela.

Si pretendemos contribuir de manera positiva en la vida de nuestros alumnos, con intención de lograr fomentar sus máximas potencialidades, creemos necesario llegar a conocer todos los aspectos que integran su desarrollo, siendo las emociones una dimensión que, a la vez de ser influenciada por la evolución del niño, lo condiciona en una dirección determinada.

Consideramos que en esta sociedad las emociones y sentimientos tienen gran presencia: emociones de alegría, tristeza, frustración, desesperanza, fuerza, miedo, voluntad etc. Todas ellas condicionan la manera de actuar de las personas. Por lo tanto, una de nuestras labores como docentes será capacitar a los niños desde muy pequeños, ofrecerles una base sobre la que sentar su futura maduración, para que conozcan y regulen todas esas emociones que determinarán su forma de vivir, su identidad, su personalidad y sus comportamientos, para que puedan integrarse en esta sociedad de una manera positiva.

Como bien hemos dicho, tan solo sentaremos unas bases para su maduración, pues está claro que la edad preescolar es fundamental para abrir las puertas a futuros aprendizajes, y que es una edad muy temprana, por lo que les quedará un largo camino por recorrer hasta que terminen de formar su personalidad. Sin embargo, si cuentan con la base formada en esta etapa, ese largo camino será más fácil.

Por todo esto, es un tema que nos interesa conocer en profundidad, para saber identificar nosotros mismos las emociones que pueden sentir los alumnos, los mecanismos de regulación y control, así como las mejores formas para contribuir en su desarrollo.

4. MARCO TEÓRICO

4.1 Introducción a las emociones.

Hoy en día se carece de una definición e incluso de un acercamiento al concepto que acepten una mayoría de autores. Aspectos fundamentales del término considerados por Vivas, Gallego y González (2007) podrían ser los siguientes:

- Es un proceso complejo y multidimensional.
- Son indispensables para la toma de decisiones porque orientan hacia una dirección correcta.
- Se pueden considerar parte de nuestro sistema nervioso como tendencias innatas y automáticas (Goleman, 2001, en Vivas, Gallego y González, 2007)
- Son parte de nuestra inteligencia (Greenberg, 2000, en Vivas et als., 2007).

Estos mismos autores (Vivas et als., 2007), señalan además algunos elementos que se observan en las emociones:

- Un estímulo que sea capaz de producir dicha emoción.
- El sujeto que percibe dicha situación, como la procesa y reacciona ante ella.
- El significado que el sujeto otorga a la situación vivida consiguiendo así clasificar la emoción.
- La experiencia previa de la emoción que se vive ante la situación.
- Una reacción corporal que se traduce en respuestas involuntarias.
- Una expresión motora-observable en las diferentes partes del cuerpo.
- Son importantes para el razonamiento ya que, como hemos dicho antes, guía nuestras decisiones junto con la mente racional.

Según Salovey y Mayer (1996, en Vivas et als., 2007) las emociones son presentadas como elementos que interrumpen y hacen desorganizar la mente. Pero esta idea es incorrecta puesto que las situaciones intensas a veces estimulan la inteligencia haciendo que se prioricen los procesos de pensamiento.

Las emociones son reacciones a las informaciones que recibimos en nuestras relaciones con el entorno. La intensidad de la reacción está en función de las evaluaciones subjetivas que realizamos sobre como la información recibida va a afectar nuestro bienestar. En estas evaluaciones subjetivas intervienen conocimientos previos, creencias, objetivos personales, percepción de ambientes provocativos... una emoción depende de lo que es importante para nosotros. Si la emoción es muy intensa puede producir disfunciones intelectuales o trastornos emocionales (fobia, estrés, depresión). (Bisquerra, 2000, p. 63)

Según Del Barrio (2005) los desajustes emocionales alteran toda la vida de la persona, desde el aspecto personal hasta la convivencia y el bienestar necesarios en la sociedad actual. Debido a este hecho, se ha convertido en prioridad investigar sobre todo el tema. Se ha prestado atención a las emociones negativas, pero se está empezando a prestar mayor interés por las positivas en cuanto que se muestran como la mejor manera para inhibir las negativas y conseguir así los objetivos y metas que nos planteemos en la vida. Esta autora también afirma en esta línea, que observar el estado emocional de un niño resulta más fácil que el de un adulto pues éstos lo manifiestan de manera natural, si ningún tipo de censura.

Siguiendo a Papalia, Olds y Feldman (2005, en Marbán, Robledo, Díez, García y De Caso, 2009) las funciones que desempeñan las emociones son:

- Función comunicativa en cuanto que sirve para expresar necesidades y deseos con intención de provocar una respuesta en los demás, siendo esta función la fundamental en los niños.
- Función protectora para prevenir y anticipar con la intención de resolver problemas de supervivencia.
- Función de exploración del ambiente lo que potencia los aprendizajes fundamentales para la vida.

4.2 Teorías sobre las emociones

Tras haber comenzado con una breve presentación del concepto de emoción, creemos conveniente hacer mención a las diferentes teorías que las han estudiado a lo largo de la historia, centrandolo en las bases de lo que son y de su consideración en la actualidad.

Como principales teorías que han guiado la investigación sobre el desarrollo de las emociones, recogidas en Berk (2009) se destacan tres.

Por un lado, nos encontramos con la teoría del conductismo y del aprendizaje social. Según Jonh Watson, existen tres emociones innatas cuando se nace: el miedo, el afecto y la rabia. El mayor de los descubrimientos de este autor sobre las emociones fue que las reacciones ante estímulos novedosos podía ser aprendidas a través del condicionamiento clásico: muchos autores mostraron como la sonrisa, la vocalización y el llanto infantil podían ser modificados a través de refuerzos y castigos. Por otro lado, la teoría del aprendizaje social considera que las reacciones emocionales de los otros es un instrumento de los niños para que asocien sus sentimientos con situaciones particulares => las reacciones emocionales de los demás son una guía para que el niño asocie su propia reacción a esa situación concreta. A esto, Albert Bandura añadió que según iba evolucionando la habilidad de representación de los niños, estos podían activar de manera autónoma las reacciones emocionales únicamente pensando en las cargas emocionales experimentadas en el pasado. Estas dos teorías, sin embargo, tienen sus propias limitaciones puesto que no llegan a explicar por qué ciertas emociones surgen espontáneamente sin ser aprendidas.

Por otro lado, la teoría de la discrepancia cognitivo-evolutiva, de Donald Hebb, trata de explicar cómo los estímulos nuevos conducen a reacciones de dolor emocional. Explica el desarrollo emocional a partir de comparaciones de los estímulos novedosos con representaciones internas que los niños tienen guardadas sobre lo ya conocido: la similitud entre ambos es la que marca la reacción emocional que surge en el niño. Esta teoría es muy útil a la hora de explicar por qué el niño muestra tanto interés en la exploración de su mundo físico.

Y para terminar, la tercera teoría citada en Berk (2009) es el enfoque funcionalista que habla sobre la fuerza central de las emociones: sirven para la adaptación en todos los aspectos de la actividad humana. Nos encontramos así que las emociones son determinantes del procesamiento cognitivo, que nos llevan al aprendizaje, el cual es fundamental para la supervivencia; las emociones son determinantes de la conducta social en cuanto que las señales emocionales que emiten los niños pueden influir en la conducta de las personas de su entorno y viceversa; y por último que las emociones son determinantes de la salud física. Este enfoque funcionalista nos dice que el niño para adaptarse a su mundo necesita ganar gradualmente control voluntario sobre sus emociones. Pero a su vez, sus emociones se van socializando en función interactúan y se comunican en ese mundo, de tal manera

que al final de la niñez, las emociones expresadas por los niños no son tan naturales y libres como en los primeros años de su vida.

En esta misma línea de pensamiento del enfoque funcionalista respecto a la socialización de las emociones, nos encontramos con Bisquerra et. Als (2012) cuando dicen que las emociones son inconscientes, pero en algún momento se hacen conscientes: a través de unos mecanismos cerebrales las reacciones emocionales se vuelven sensaciones conscientes, es decir, se convierten en sentimientos, los cuales están influenciados por lo sociedad que les rodea.

Como hemos visto, algunas de las teorías anteriores mencionan tanto el aprendizaje como la evolución de las emociones. Siguiendo esta misma, estudios revelan que el desarrollo de éstas se debe a dos factores: la maduración y el aprendizaje. Molina, Osses, Riquelme, Riquelme, Sepúlveda y Urrutia, (2010) comentan que, en cuanto a la maduración, el desarrollo intelectual permite percibir significados que anteriormente no se podían advertir. También supone que aumente la imaginación, la comprensión y el incremento de la capacidad para recordar y anticipar cosas lo que hace que sean capaces de captar y responder ante estímulos a los que antes ni prestaban atención, lo que supone una influencia para las emociones que experimenta.

En cuanto al aprendizaje, existen diferentes estrategias de aprendizaje que pueden influir en las emociones de los niños, como puede ser el adiestramiento, el método ensayo-error, por imitación, por identificación o el condicionamiento. Todos ellos afectan de alguna manera a la forma de expresar las emociones o de responder ante ellas. El aspecto más importante del aprendizaje es su carácter controlable, un aspecto muy positivo para la posible prevención de trastornos emocionales.

Al hablar de las emociones, se hace necesario hacer mención de la Inteligencia Emocional (I.E.), parte de las Inteligencias Múltiples ideadas por Howard Gardner. En Fernández y Extremera (2002) se menciona que el concepto de I.E. conocido por Daniel Goleman está tomado del modelo de habilidad de John Mayer y Peter Salovey. Este modelo trata fundamentalmente el procesamiento emocional de la información con la que contamos. Desde este modelo, la I.E. se entiende como “habilidad de las personas para atender y percibir los sentimientos de forma apropiada y precisa, capacidad para asimilarlos y comprenderlos de manera adecuada y destreza para regular y modificar nuestro estado de ánimo o el de los demás” (Fernández et als, 2002, p. 2; Pena y

Lozano, 2006, p.1; Lantiere, 2010, p.69). Esta I.E. implica una serie de componentes, interrelacionados entre sí:

- Percepción y expresión emocional: reconocer de manera consciente nuestras emociones, saber qué sentimos y cómo verbalizarlo.
- Facilitación emocional: ser capaz de generar sentimientos favorables para el pensamiento.
- Comprensión emocional: integrar esos sentimientos en el pensamiento y ser conscientes de la complejidad de los cambios emocionales.
- Regulación emocional: control de las emociones, tanto positivas como negativas, dirigirlas y manejarlas de manera eficaz.

4.3 Tipos de emociones

Muchos autores han intentado realizar una tipología de las emociones, pero resulta imposible llegar a un consenso. De forma que existen diferentes clasificaciones. La más básica, como expone Vivas et als. (2007), es la de diferenciar entre emociones básicas y emociones complejas o secundarias.

Al realizar la clasificación, se llega a la idea de que existen determinadas emociones que no son aprendidas, si no que se encuentran de manera innata en todas las personas (idea ya mencionada al hablar sobre la teoría conductista de Watson). A esta conclusión se llega por el hecho de que son capaces de identificarse por personas de diferentes culturas. Estas emociones innatas son las consideradas emociones básicas, entre las que nos encontraríamos la alegría, la aflicción, la tristeza, la ira, el miedo, la sorpresa y el asco. Todas estas emociones no guardan ninguna relación con la cultura a la que pertenezca la persona que las experimenta.

Martín et als (2009) también hacen mención de las emociones primarias y secundarias. Señalan como los bebés son capaces de detectar las señales emocionales de su entorno al poco tiempo de nacer siendo a finales del primer año cuando la habilidad para interpretar significativamente las expresiones emocionales de los demás. Y es labor difícil la de los padres, cuidadores etc. el aprender a reconocer los indicios de emociones de los niños, lo que consiguen a través de la observación. Estos autores coinciden en la idea de las emociones primaria, siendo las que pueden inferirse directamente de las expresiones faciales, y las emociones secundarias que incluyen aspectos de autovaloración de sí mismos. Se detienen en analizar este tipo de emoción de manera particular. Comentan como es necesario un desarrollo social y cognitivo para

que a la expresión de estas emociones vaya acompañada de la habilidad para conceptualizarlas y explicarlas. Añade también que son una construcción social relacionada con la adquisición de normas o valores propios de la sociedad. Es en este sentido en el que entra el papel del aprendizaje, tomar conciencia de los sentimientos pues nos da la oportunidad de fomentar sus efectos positivos y disminuir los negativos, tanto sobre nosotros mismos como sobre los demás, un apartado que trataré más adelante.

Antes de terminar con los tipos de emociones que existe, creemos conveniente citar a Bisquerra et als. (2012) cuando dicen que “las emociones son un lenguaje en sí mismas, a través del cual se puede facilitar o entorpecer la transmisión de conocimientos” (p. 22) En esta misma línea de pensamiento, se lee en Del Barrio (2005) que la mayoría de los estudios coinciden en ver las emociones como un sistema de comunicación primario. La emoción sería un sistema de comunicación que consistiría en una serie de señales o procesos expresivos mandados al cerebro que este interpretaría para tener una prioridad sobre la acción. De acuerdo con esto, las señales comunicativas más elementales serían las expresiones faciales las cuales podríamos encontrar en todos los hombres de diversas culturas. Esto significa que se considerarían universales, pero se observan algunas limitaciones que vienen dadas desde las diferentes formas expresivas características de cada sociedad en las que intervienen elementos como el aprendizaje.

4.4 Emociones en los niños: características

En el apartado anterior hemos detallado la cuestión de los tipos de emociones. Sin perder de vista ese carácter innato, por un lado, y adquirido, por otro, deseamos hacer una reseña de la evolución y desarrollo de las emociones infantiles pues se encuentra en estrecha relación con la idea anterior.

Para Del Barrio (2005) las emociones infantiles cumplen un papel fundamental en la supervivencia del propio niño, ya que a través de ellas son capaces de mostrar y transmitir sus necesidades. Como se dice en Adam et al. (2003) en el ciclo de 0 a 3 años, las emociones se encuentran en su estado más natural, sincero y espontáneas (queda reflejada la idea de las emociones primarias y su carácter innato). No tienen suficiente experiencia y vivencia para influir en ellas falseándolas. Esta es la razón por la que se considera esta edad como la idónea para comenzar la educación emocional.

Según del Barrio (2005) las emociones infantiles, como todo en este mundo, tiene características específicas y diferentes a las de los demás, pues “son menos variadas, más intensas y más versátiles” (p. 43). Esto lleva a muchos autores a pensar en que la mejor manera de estudiarlo es a través de las expresiones faciales sin perder de vista que muchas veces va unida a estados fisiológicos desvinculados de las emociones. Y otros proponen fijarse en aspectos que muestran emociones y que van cambiando y evolucionando a la par que la conducta infantil. Es cada vez más frecuente la idea de que las emociones básicas aparecen en los niños sin necesidad de que ellos sean conscientes de las mismas

A partir de la idea desarrollado por esta autora, se llega a una serie de conclusiones respecto a la evolución de las emociones en las que coinciden la gran mayoría de los autores:

- Durante el primer mes de vida, el niño expresa sobre todo las dos emociones básicas de agrado y desagrado (emociones positivas y negativas).
- Los dos-tres meses siguientes es cuando comienza a florecer la expresión de las emociones como el miedo, ira, tristeza, placer...
- Es hacia los dos años cuando se termina este ciclo de proliferación y aparición de las emociones, llegando a expresar otras más complejas como la vergüenza, los celos o la culpa.

Es a partir de este momento cuando comienza la evolución de las emociones por parte del niño hacia su dominio y conocimiento. También existe acuerdo en afirmar que la expresión emocional en estas primeras etapas de vida se vincula a la vía gestual y vocal. Malatesta y cols. (1989, en Del Barrio 2005) comentan que esta expresión emocional en los niños va adaptándose a las nuevas situaciones que se les presentan. En esta misma línea de pensamiento, en el estudio de Léveillé et al. (2001, en Del Barrio, 2005) se muestra la evolución y adaptación de las emociones positivas, las cuales se van intensificando, y las negativas, que se van suavizando, de acuerdo a la influencia social que van recibiendo los niños.

Por otro lado, esta misma autora, Del Barrio (2005) afirma que si el adulto puede estudiar las emociones en los niños, significa que éste es capaz de expresarlas siendo muestra de que las experimenta. El componente motor se convierte así en la principal muestra de evidencia de las emociones en los niños.

Según Molina, Osses, Riquelme, Riquelme, Sepúlveda y Urrutia (2010) los 5 rasgos característicos de las emociones en los niños son los siguientes:

- Emociones intensas: da igual la magnitud de las experiencias vividas por los niños pues responderán con la misma intensidad ante todas.
- Aparición con frecuencia: las emociones son frecuentes en los niños y con el paso del tiempo van aprendiendo que sus explosiones emocionales provocan determinadas reacciones en los adultos, ya sea de aprobación o de castigo.
- Transitoriedad: son capaces de pasar rápidamente del llanto a las risas, de los celos al cariño...
- Reflejo de individualización: al nacer, las reacciones suelen ser similares en todos los niños, pero según van creciendo empiezan a reflejar la influencia de los aprendizajes en ellos.
- Cambio en la intensidad: según pasa el tiempo, existen emociones que se debilitan y otras, en cambio, que se fortalecen.
- Detectables a través de síntomas conductuales: a veces las emociones no se expresan de forma directa, pero son identificables por la inquietud que transmitan, el llanto, dificultades de aprendizaje o desarrollo...

4.5 Importancia de las emociones: control y educación emocional

Una vez analizada información básica sobre las emociones, resaltamos la idea de la evolución de las emociones infantiles siendo decisivas en su vida. De aquí se extrae la importancia de su control a través de la educación desarrollada a continuación.

Según Adam et al. (2003) conocer las emociones es importantísimo como uno de los principios básicos de la vida personal, pues supone conocernos a nosotros mismos. Las emociones aparecen de manera impulsiva sin que nosotros nos demos cuenta o hayamos hecho algo para experimentarla. Por lo que educar a los alumnos hacia la conciencia de estas supone una contribución a que conozcan su estado de ánimo y puedan relacionarlo con la calidad de vida que quieren llevar, preparándoles para todo lo que se les puede presentar en la vida. Pero al referirse a las emociones negativas, la educación hacia su conocimiento no debe llevar a su eliminación sino más bien a su reorientación hacia lo positivo: conocerlas, saber el que la ocasiona guiarla hacia algo

aprovechable, de manera que se adapten a su vida sin una consecuencia perjudicial en su vida. En esta línea de pensamiento, Del Barrio (2005) expone de manera ejemplificada esta idea:

Una buena educación no consiste en conseguir que el niño no tenga miedo, sino en que lo sienta solo ante lo verdaderamente amenazante, ni se debe tender a extirparle la ira, sino a lograr que solo la use en defensa de sus derechos y cuando cualquier tipo de diálogo o negociación justa no sea posible. (pp.14-15)

Siguiendo con Adam et al. (2003), conocer las emociones es un requisito indispensable para su control, para evitar el dejarse llevar por las emociones realizando actos que no se desean. Para esto, como ya se ha dicho, no se trata de eliminar las emociones, sino desvincular las reacciones que producen las emociones de las acciones que estos pueden realizar, evitando así que la emoción experimentada controle la situación produciendo determinadas consecuencias. Esta misma idea la expresa Vivas et als. (2007) cuando dice que las emociones no deben suprimirse, sino manejarlas, regularlas y transformarlas, de tal manera que la persona sea capaz de tomar el control de las situaciones que les toque vivir. “El autocontrol emocional persigue encontrar el equilibrio emocional para alcanzar la autonomía y el bienestar personal” (p. 33)

Vivas et als. (2007) también habla de que el autocontrol da capacidad para saber superar los bloqueos emocionales que se pueden experimentar en determinadas situaciones. Evitar estas situaciones y emociones no es la mejor solución pues no resuelve el origen del conflicto terminando por crear insatisfacciones.

Volviendo a Adam et al. (2003), la educación emocional debe capacitar a los alumnos para saber apreciar y sacar buen partido de las emociones propias y ajenas, respetándolas en todo momento, además de dotarles de un lenguaje para que puedan nombrarlas sabiendo cuál es su significado. Todo esto permitirá al alumno también conocer la moralidad de sus actos y comportamientos, así como extrapolarlo a los de los demás. Comenzar la educación emocional en la escuela infantil supone una vía para que haya comunicación afectiva buscando que cada alumno se comprenda a sí mismo y a los demás.

La educación emocional según Bisquerra et als (2012) es una forma de prevención primaria inespecífica. Con ello quieren referirse a una serie de capacidades y competencias que pueden aplicar a una gran multitud de situaciones, con el principal

objetivo de evitar y prevenir disfunciones en las personas. De esta manera, la educación emocional se considera ante todo una educación práctica para conseguir desarrollar las competencias emocionales pertinentes, pues con la información no es suficiente.

Como dice Bisquerra y Pérez (2007) existen evidencias de que los alumnos aprenden mejor cuando están motivados, son capaces de controlar sus impulsos y son responsables, además de tener iniciativa propia...lo que se resume en tener desarrollada la competencia emocional. Esto demuestra que en la escuela y en el proceso de enseñanza aprendizaje, en general, se deben tener en cuenta estas competencias, integrándolas dentro del currículo. Según Saarni (2000, en Bisquerra et als, 2007) “la competencia emocional se relaciona con la demostración de auto-eficacia al expresar emociones en las transacciones sociales” p. 66), es decir, la capacidad y habilidad que se tiene para lograr los objetivos, en este caso, expresar emociones en el ámbito social. Pero para que esto se produzca es necesario que la persona tenga conocimiento de sus propias emociones para poder dirigir las hacia esos objetivos, volviendo así a la importancia de educar las emociones en la escuela.

Sin embargo, como expresan Bisquerra et als. (2012), el tener esas competencias emocionales y una buena educación emocional no significa que se empleen en el buen camino, y por eso es necesario incluir una serie de principios éticos.

Dentro de la educación emocional es muy importante el rol del profesor, pues como adulto y figura a imitar por parte de los niños, transmiten de manera inconsciente su estado emocional, a través de sus actitudes y comportamientos pueden ofrecer un clima de seguridad y confianza para sus alumnos.

La educación emocional, sin embargo, no debe reducirse únicamente al plano de la educación formal, sino que es importante trasladarla también al contexto familiar, donde padres y madres formen parte del proceso, tanto para aplicar esa educación emocional sobre sí mismos como para ser conscientes de la importancia que tiene en el desarrollo de sus hijos y contribuir en ella.

En definitiva, y como se refleja en Pena et als (2006), tanto padres como profesores y, en general, agentes educativos, debemos conocer nuestros propios sentimientos, intentando conocer también cuál es la perspectiva de los-as alumnos-as/hijos-as llevando a la práctica la empatía, controlando los impulsos que tenemos y siendo conscientes de cuál es nuestra actitud en la labor como agentes educativos

dedicando todo nuestro esfuerzo. Si se consiguen estos objetivos, tanto en la institución educativa como en el resto de ámbitos educativos, se conseguirá formar a personas emocionalmente inteligentes que tendrán en su poder la capacidad de resaltar los aspectos positivos de las situaciones por encima de los negativos, valorar los triunfos más que las derrotas, los aciertos más que los errores y intentando aprender de todo lo que viva.

4.6 Análisis del BOCYL

Tras realizar el análisis de las fuentes bibliográficas respecto al tema central del trabajo (las emociones) detallando su importancia en el desarrollo de los niños, hemos querido comprobar cuál es el papel que representan dentro de la normativa de los centros: el currículo oficial. Para ello, nos hemos centrado en el B.O.C.Y.L. El boletín a analizar será el N°1, “Decreto 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de Educación Infantil en la comunidad de Castilla y León”. Nos hemos centrado en observar si realmente se refleja en él la importancia mencionada en el apartado anterior.

Como se muestra en él, “el currículo que se establece por este Decreto se orienta a lograr un desarrollo integral y armónico de la persona en los aspectos físico, motórico, emocional, afectivo, social y cognitivo” (p. 6). Como se muestra en este fragmento extraído del documento citado, la dimensión emocional estará presente en todo el currículo y no solo eso. Debido al carácter globalizador del ciclo, todas las áreas estarán estrechamente relacionadas, lo que supone que esta dimensión emocional se trabajará de manera conjunta en cada una de esas áreas. Además, se tiene en cuenta el carácter individual de los-as alumnos-as, es decir, que cada alumno-a tiene un ritmo y estilo de aprendizaje, maduración y desarrollo propio, por lo que sus características (entre ellas las de carácter emocional), serán específicas en cada uno-a.

En este decreto se establece como finalidad de la Educación Infantil el desarrollo físico, social, afectivo, social e intelectual. Además, de manera más concreta, para el segundo ciclo de la etapa, se le suma a este desarrollo, el de las manifestaciones de la comunicación y pautas elementales de la convivencia y relación social, todo ello para contribuir a que el niño-a desarrolle una imagen positiva de sí mismo-a equilibrada y una autonomía personal. Todo esto se encuentra en relación con la educación emocional, pues contribuye de igual manera a conseguir estas finalidades.

En cuanto a los objetivos generales de la Educación Infantil, el documento citado recoge de manera indirecta aspectos que ayudan al desarrollo de las emociones, ya sea a través de la construcción de una imagen de uno mismo (en la que intervienen las emociones positivas), pautas elementales de convivencia (lo establecido como correcto e incorrecto, incluyendo las emociones) así como con buenas habilidades comunicativas, fundamentales para la expresión emocional.

Dentro de los principios metodológicos generales también se pueden encontrar referencias respecto a las emociones. Se vuelve a hacer mención a la finalidad de contribuir al desarrollo integral de los alumnos, lo que incluye el aspecto afectivo (emocional). Muestra especial énfasis en crear un ambiente rico en estímulos, en el que se tenga en cuenta las necesidades e intereses de los alumnos, lo que nos permitirá conocerlos más, pudiendo así ofrecerles una ayuda específica. Esto contribuirá a que el alumno adquiera competencias, destrezas, hábitos... que le permitirán continuar con su formación e incorporarse a la vida social. Además, se propone en todo momento la consecución de aprendizajes significativos, es decir, cercanos y propios a los propios alumnos, teniendo en cuenta, de nuevo, sus intereses.

Otro aspecto mencionado en estos principios se refiere al tipo de actividades más adecuadas, entre las que se encuentran las actividades en grupos, pues favorecen la interacción social. Todo ello, debe conseguirse en un espacio lúdico donde solo haya cabida para las relaciones de confianza, agrado y acogedoras, de afecto y seguridad, de aceptación y valoración.

En definitiva, son indicaciones metodológicas que pretenden la preparación de los alumnos para incorporarse a una sociedad en la que, de una manera indirecta, priman las emociones y sus expresiones. El hecho de que desde el primer momento el niño sepa lo que se espera de él será fundamental para que pueda orientar sus acciones en el buen camino, y busque la ayuda y el apoyo necesario en el adulto. Para que todo esto se produzca de manera efectiva, el conocimiento de sus propias emociones y la capacidad para expresarlas es fundamental y, en definitiva, es a lo que se orienta la etapa de Educación Infantil.

Pasando a analizar las diferentes áreas que integran este ciclo, decir que hemos comprobado como el área de “Conocimiento de sí mismo y autonomía personal” es el que más relaciones directas tiene con el tema de las emociones en concreto. Pero eso no

significa que en el resto de áreas no se trate, ya que no se puede olvidar el carácter globalizado de la etapa, del ciclo y por tanto de todo lo que se realizan en ellas.

En el área ya mencionada, “Conocimiento de sí mismo y autonomía personal” se habla constantemente de la construcción de la propia identidad del niño, de las relaciones sociales y afectivas y de una imagen ajustada y positiva de sí mismo, lo cual se traduce en una influencia de las emociones y sensaciones que el niño experimenta. Para ello, el área contribuye a ofrecerle sensaciones y percepciones para su propio aprendizaje, comunicándose y relacionándose, produciéndose progresivamente el desarrollo cognitivo, lingüístico, afectivo y social, herramientas fundamentales que intervienen en el conocimiento, desarrollo, control y manejo de su dimensión emocional.

Siendo más directos, dedican dos párrafos a la importancia de la identificación, expresión, reconocimiento y control de los propios sentimientos y emociones. Según van creciendo, esta dimensión emocional va evolucionando, surgiendo emociones cada vez más complejas, influenciadas por el propio desarrollo de los niños. Ésta dimensión emocional condiciona a su vez el desarrollo global del niño. Es decir, emociones y desarrollo son tanto causantes como consecuencias mutuas. De igual manera, demostrando ese carácter globalizado de la etapa, hablan sobre la importancia del lenguaje adquirido y dominado como un instrumento tanto para “expresar, comunicar, nombrar, interpretar, comprender y controlar los distintos sentimientos y emociones referidos a él mismo y a los demás” (p. 10).

Para terminar con esta área de conocimientos, decir que utiliza el juego como mejor medio para conseguir todo lo citado anteriormente, creando climas adecuados en los que el niño pueda ir construyendo su propia identidad y autonomía.

Respecto al área “Conocimiento del entorno”, sin olvidar ese carácter global tan mencionado, se centra en la exploración del entorno más cercano al niño que le despierte atracción por conocer el mundo, las relaciones y a sí mismo. A través de esta exploración se pretende que el niño viva experiencias directamente que le capaciten para establecer relaciones tanto con sus iguales como con los adultos, lo que se traduce en un conocimiento pleno de ellos. Además le ayudarán a crear vínculos afectivos, creando así diferentes emociones y sentimientos al respecto.

Y, por último, citar el área de “Lenguajes: Comunicación y representación” en cuanto a su importancia a la hora de capacitar al alumno para *“la expresión de pensamientos y vivencias”* entre los cuales se encuentran los propios sentimientos y emociones. A través del desarrollo lingüístico al niño adquirirá progresivamente estrategias comunicativas para poder expresarse de la manera adecuada en cada momento. Pero no se refiere únicamente a la expresión lingüística, sino también a la artística (con la que puede comunicar libremente todas sus experiencias, vivencias, emociones etc.) así como el lenguaje corporal ya que el cuerpo puede expresar lo que con palabras no se puede.

4.7 Trabajos y estudios sobre las emociones

Viendo el apartado anterior, queda demostrado que la importancia que los autores dan al tema de las emociones infantiles se plasma de manera teórica en la normativa establecida para los centros respecto a la etapa de Educación Infantil. Yendo un poco más allá, queremos intentar demostrar que esta misma importancia se plasma de igual manera en la práctica. Para ello, nos servimos de estudios realizados sobre el tema y de programas desarrollados en relación a ello.

Existen estudios como los de Ganchrow et al. (1983, en Del Barrio, 2005) donde se muestra que los niños recién nacidos también experimentan emociones. En este estudio se demostró a través de las expresiones de agrado o desagrado respecto a la comida que se les ofrecía. En otro estudio, realizado por Hiatt et al. (1979 en Del Barrio, 2005) se comprobaron las emociones del miedo y la alegría filmando las expresiones fáciles de los niños en diferentes situaciones.

En estudios como el de Casey (1999, en Del Barrio, 2005) realizado con niños de entre 7 y 12 años, se trabaja el interés por la percepción y conocimiento que tiene el propio niño sobre sus emociones. Llega así a la conclusión de que son capaces de reconocer sus emociones en función de las consecuencias producidas socialmente: emociones sociales aceptadas => consecuencias positivas, emociones sociales inadecuadas => consecuencias negativas. En consecuencia a esto, se concluye con que existen muestras de que los niños son capaces de reflexionar sobre sus propias emociones, conociéndolas, comparándolas con su aceptación social y manifestándolas y controlándolas.

Desde Lantiere (2010) se propone un programa definido como “SEL: aprendizaje social y emocional” que puede resultar llamativo y útil en el campo de la educación emocional. Este programa refleja el reconocimiento creciente de que el desarrollo social y emocional tiene importante influencia positiva sobre los logros de los niños, no solo logros escolares sino también vitales. Este programa propone dos propuestas para fomentar habilidades relacionadas con las emociones como son la autoconciencia, la autogestión, la conciencia social, las habilidades de relación y toma de decisiones responsables. Estas dos propuestas son las siguientes:

- Permitir a los niños involucrarse activamente en su propio aprendizaje, teniendo tiempo para prácticas, reflexionar y reforzar sus competencias. Es decir, hacer que el proceso de enseñanza- aprendizaje sea más eficaz a través de una metodología de aprendizaje significativo.
- Crear un clima y entorno de trabajo apropiado para que el aprendizaje que se realice sea seguro, respetuoso, solidario y bien gestionado. Este ambiente ha de basarse en relaciones de apoyo entre todos los participantes.

Podemos encontrar también otros programas como “Educación emocional. Programa para 3-6 años” propuesto por Bisquerra y López (2003). En este programa se proponen una serie de actividades sobre educación emocional destinadas para niños de entre 3 y 6 años, con el objetivo de potenciar el desarrollo integral de los niños, atendiendo a todas sus dimensiones: cognitiva, físico- motora, social y afectivo-emocional. Para ello, trabaja con contenidos que van desde las habilidades socio-emocionales, pasando por la autoestima, la conciencia emocional, regulación emocional. Algo muy importante que se plantea es la continuidad del programa en las diferentes etapas que siguen a la Educación Infantil, para que no se quede únicamente en un hecho puntual, sino que siga avanzando paralelamente al desarrollo de los niños, y les acompañe en todo el proceso.

Otro programa muy similar es “Sentir y pensar. Programa de inteligencia emocional para niños y niñas de 3 a 5 años” propuesto por Ybarrola (2004). Este programa está enfocado para ser una guía para que los profesores y profesoras puedan ayudar a sus alumnos/as y conseguir que sean personas emocionalmente sanas, que tengan una visión positiva ante la vida. Las actividades que plantea dicho programa se enfocan a la conciencia emocional, su regulación así como diferentes habilidades socio-emocionales y la autoestima, intentando capacitar a los alumnos para tener una buena

autoestima, sean autosuficientes a la hora de tomar sus propias decisiones en cada momentos para superar de la mejor manera las dificultades que les surjan en la vida, conociendo sus propias emociones y las de los demás.

“S.Le.L.E.: siendo inteligentes con las emociones” es un libro de Vallés (2000) en el que se propone dotar a los alumnos de habilidades emociones para poder enfrentarse a las dificultades de la vida que puedan presentarse en el ámbito escolar. En este libro se muestra la importancia de la educación emocional mencionada más arriba, defendiendo que un buen desarrollo emocional capacita a los alumnos para que sean conscientes de que en la convivencia aparecen dificultades pero que se pueden hacer frente de una manera correcta de acuerdo a la forma de ser de cada uno, ayudándoles así a conseguir la felicidad mientras van aprendiendo los contenidos curriculares ordinarios. Son cuadernillos que presentan diferentes habilidades trabajadas con los recursos didácticos disponibles, aunque este cuadernillo solo sirve como un apoyo gráfico, pues están pensados para niños de segundo ciclo de educación infantil, por lo que en muchos casos las respuestas se expresarán de manera verbal.

5. PROPUESTA DIDÁCTICA

5.1 Contexto

Este programa no está planteado para un centro en concreto, sino más bien para cualquier centro en el que se imparta Educación Infantil, más centrado en el segundo ciclo. Por lo tanto, no es posible hacer un análisis exhaustivo del centro en el que se desarrollará, pues podrá ser cualquiera, con la intención de conseguir que los niños desde muy pequeños aprendan sobre las emociones, saber identificarlas en ellos mismos y en los demás pues les otorgará grandes capacidades fundamentales para su futuro.

Los centros donde se lleve a la práctica el programa tan solo han de disponer de una serie de instalaciones como pueden ser patios amplios y abiertos, salas de psicomotricidad, materiales diversos que se deban utilizar en el desarrollo de las actividades etc. así como tener una organización en la que la participación familiar esté presente, interviniendo de manera activa en la educación de sus hijos y contribuyendo a ella en la medida de lo posible.

5.2 Destinatarios

El programa que planteamos a continuación lo destinamos a niños del segundo ciclo de Educación Infantil, niños entre 4 y 6 años.

Los niños de estas edades, según Aguilar, Carreras, Navarro y Martín (2009) de acuerdo a la teoría de Piaget, se encuentran en la fase de preparación para las operaciones concretas: no son capaces de realizar operaciones mentales. Estas operaciones son consideradas como acciones interiorizadas y organizadas en sistemas dependientes unas de otras. En esta etapa, las operaciones, que aún no han llegado a conseguir plenamente, se van haciendo cada vez más organizadas y dependientes, es decir, creando mentalmente estos sistemas de acciones relacionadas.

Estos mismos autores señalan que, siguiendo con Piaget, en esta etapa es cuando se forman los conceptos estables, “aparece el pensamiento racional y surgen el egocentrismo y las creencias mágicas y sincréticas.” (p. 98). También nos dicen que su pensamiento usa los símbolos pero que está limitado por su dificultad de usar la lógica. Sin embargo, estos símbolos van evolucionando: de ser primitivos se convierten en más sofisticados. En este periodo preoperacional predomina una forma de pensamiento intuitiva teniendo dificultades para representar el mundo de manera mental.

Piaget, citado en Aguilar et al. (2009) encuentra varias limitaciones cognitivas en este periodo:

- Egocentrismo: dificultad del niño para distinguir entre su punto de vista y el de los demás, mostrando por qué los niños no saben distinguir la realidad de lo que hay en su propia cabeza.
- El animismo: es la creencia de que los objetos inanimados están vivos pudiendo realizar acciones como las humanas.
- El artificialismo: en relación a la anterior limitación, el niño piensa que todas las cosas que existen han sido creadas por el hombre con algún propósito.
- El realismo: todos los procesos psicológicos que nos ocurren, como pueden ser los sueños, tienen una existencia real y material.
- La centración aparece como que la atención se centra en una sola característica de lo atendido siendo excluidas el resto de ellas.

- La irreversibilidad es la incapacidad de revertir mentalmente las acciones.

Bejerano (2009) nos detalla una serie de características generales y psicomotoras del desarrollo de los niños en este periodo de edad.

Características generales del desarrollo del niño:

Este periodo es fundamental puesto que para muchos niños se inicia su proceso de socialización a través de la escuela donde entra en contacto con el grupo de compañeros. De esta manera, se empezará a configurar su personalidad, siendo paralelo a su desarrollo madurativo e influenciado por su entorno.

Desarrollo psicomotor:

Este periodo del 2º ciclo de educación infantil supone un rápido incremento en este aspecto. Tiene una gran importancia las destrezas motoras habiendo mayor avance en la coordinación de los músculos mayores y menores, así como en la coordinación óculo- manual

5.3 Justificación

Tras haber realizado la revisión bibliográfica sobre las emociones, lo que se ha trabajado sobre ellas a lo largo de los años, creemos que el conocimiento de las emociones por parte de los alumnos es necesario.

El proceso de enseñanza-aprendizaje está ampliamente condicionado por las relaciones interpersonales que se establecen diariamente entre los muros del centro educativo. En estas relaciones las emociones juegan un papel fundamental pues regulan en cierta manera los comportamientos, actitudes y reacciones de las personas. De esta forma queda clara la relación directa de las emociones con el proceso de enseñanza-aprendizaje así como la necesidad de trabajarlas en el aula desde edades tempranas.

El propio B.O.C.Y.L, Nº1, “Decreto 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo del Educación Infantil en la comunidad de Castilla y León”, la finalidad de la etapa en la que se centrará el programa, la Educación Infantil, es el desarrollo integral del alumno entre el que se encuentra la dimensión afectiva y social. Es así como queda justificado desde el comienzo del citado Decreto la importancia de tratar las emociones en el contexto educativo para conseguir tal finalidad y otras también mencionadas.

5.4 Objetivos

Como objetivos generales planteados con este programa, destacan los los siguientes:

- Identificar las propias emociones: que los niños sean capaces de saber qué es lo que sienten en cada situación que les surja.
- Conceptualizar las emociones: que los niños tengan la capacidad de dar un nombre a esas emociones una vez las hayan identificado.
- Controlar y expresar las emociones: una vez los niños sean conscientes de esas emociones, sean capaces de controlarlas y dirigir las hacia un camino útil además de que sean capaces de expresarlas correctamente y de acuerdo a lo establecido socialmente.
- Identificar las emociones en los demás: cuando los niños sean capaces de conocer y controlar sus propias emociones, deberán ser capaces de identificarlas en los demás.

Una vez centrados los 4 objetivos generales que se pretenden conseguir, señalamos objetivos más específicos que se pretenden fomentar a la vez con el programa:

- Desarrollar habilidades para prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas así como para potenciar las emociones positivas.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida, desarrollando una buena autoestima e imagen ajustada de sí mismos.
- Dotar a los niños de recursos suficientes para superar situaciones difíciles en sus vidas a través de un autocontrol.
- Adquirir progresiva autonomía en la realización de actividades cotidianas que pueden influir en las emociones de los niños.
- Desarrollar habilidades favorables para que interactúen social y afectivamente con las personas adultas y sus iguales.

5.5 Competencias

Las competencias básicas no forman parte como elementos del Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil. A pesar de esto, se considera la etapa de Educación Infantil como una etapa en la que se sientan una serie de bases para el desarrollo personal y social realizando los primeros aprendizajes necesarios para el posterior desarrollo de las competencias básicas como tal en todo el alumnado. Por tanto, consideramos que este programa contribuye al futuro desarrollo de las siguientes competencias básicas:

- Competencia en comunicación lingüística, en cuanto al desarrollo del lenguaje como instrumento para la comunicación y expresión de pensamientos, emociones, vivencias etc.
- Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, en cuanto a que entra en contacto directo con su entorno más cercano empezando a tomar conciencia de la influencia que tiene el ser humano sobre él.
- Tratamiento de la información y competencia digital, puesto que irá haciendo uso de los recursos tecnológicos de los que disponga y así ir desarrollando su autonomía y capacidad crítica para el tratamiento de la información.
- Competencia social y ciudadana, en cuanto que adquirirá habilidades para la participación activa en la sociedad así como para convivir y afrontar los conflictos.
- Competencia cultural y artística para aprender a disfrutar del arte y otras manifestaciones culturales de manera paralela a la propia expresión de sus creaciones.
- Competencia para aprender a aprender, dotando al niño de estrategias para que avance por sí mismo siendo consciente de sus capacidades y sabiendo contar con la ayuda de los demás.
- Autonomía e iniciativa personal siendo capaz de imaginar, aprender, desarrollar y evaluar las acciones y proyectos teniendo confianza en sí mismo.

5.6 Contenidos

Para llevar a cabo este programa, y una vez establecido los objetivos que se pretenden conseguir, proponemos una serie de contenidos que ayudarán a conseguirlos:

- Trabajaremos con los niños para dotarles de las capacidades que les permitan realizar una identificación de cada emoción y sentimiento que experimentan en las diferentes situaciones que vivan.
- Una vez identificadas, trabajaremos la conceptualización de dichas emociones: trabajaremos con los nombres de las emociones en diferentes situaciones para que sean capaces de establecer relación entre lo que sienten y la manera de expresarlo.
- Desarrollaremos una serie de habilidades para que los niños puedan auto-controlar sus propias emociones.
- Así mismo trabajaremos la identificación de las emociones negativas, para ir desarrollando una serie de recursos para que puedan enfrentarse a ellas y reconducirlas hacia un camino positivo.
- Trabajaremos la escucha activa y la comunicación para potenciar la identificación de las emociones anteriormente trabajadas en los demás.

5.7 Metodología

A pesar de que se mostrará más adelante en el desarrollo de las actividades, es necesario hacer mención de manera breve y resumida de la metodología en la que se basará el programa, partiendo de lo establecido por el B.O.C.Y.L., N°1, “Decreto 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo del Educación Infantil en la comunidad de Castilla y León”

Un aspecto importante a mencionar sobre la metodología es su carácter interdisciplinar, en cuanto a que se establece relación entre las diferentes áreas de conocimiento, así como globalizada, puesto que se parte de las características e intereses de los alumnos así como de los contenidos ya conocidos por él, para incorporar nuevos conocimientos.

La metodología que se debe plantear en educación infantil debe basarse en la observación y experimentación, pues serán la principal fuente de aprendizaje y desarrollo psicoevolutivo del alumno. Para esto se utilizará una metodología activa para que el niño participe en su propio proceso de aprendizaje, siendo esa experimentación junto con las actividades y el juego los medios idóneos, siempre desarrollados en un ambiente de afecto y confianza.

Participando de manera activa el niño en su propio aprendizaje, se pretende conseguir lo denominado “aprendizaje significativo”, siendo cercano y próximo a sus intereses.

Para que esto ocurra, es necesario que la intervención se adecue al nivel de desarrollo y al ritmo de aprendizaje de los alumnos.

Uno de los principales recursos para conseguir todo lo mencionado es el juego, a través del cual se favorece la imaginación y la creatividad de los alumnos. La organización en grupos será fundamental para propiciar la interacción social. Todo esto debe realizarse en un ambiente lúdico, agradable y acogedor donde el alumno se sienta motivado y a gusto. Pero este ambiente lúdico no es contrario a la creación de normas de conducta para la formación de hábitos, control de impulsos etc.

5.8 Actividades

5.8.1. Actividades de introducción

5.8.1.1. Cosquillas y abrazos para todos.

Esta actividad se llevará a cabo en la clase de psicomotricidad. Con ella se intentará que los niños experimenten emociones y sentimientos positivos y lo hagan compartiendo y colaborando con sus compañeros.

Objetivos

- Realizar diferentes ejercicios para experimentar diferentes sensaciones que deriven en emociones positivas.
- Potenciar las emociones de confianza entre los compañeros
- Conceptualizar las emociones sentidas en el ejercicio.

Materiales y recursos

- Música y radiocasete o reproductor de cds.
- Sala de psicomotricidad y colchonetas.

Desarrollo de la actividad

La actividad se trabajará en gran grupo. Se pedirá a los niños que se dispongan por todas las colchonetas repartidas por el espacio del aula de psicomotricidad. Estarán totalmente estirados, relajados. En un momento dado, el profesor dará una señal que les indique que deben irse levantando e incorporándose, pero de una manera especial: deberán repartir cosquillas, caricias, abrazos... a todos sus compañeros. El profesor también se incorporará en esta parte de la actividad, estableciéndose así un contacto corporal directo entre todos los participantes.

Siguiendo con la actividad, se añadirá música alegre al recinto, de tal manera que, para empezar, el profesor, siempre con una sonrisa en la boca, irá haciendo gestos raros y divertidos que los niños deben repetir, moviéndose libremente por la sala. Tras haber realizado esta primera parte siendo el profesor la guía, se puede pasar a que alguno de los niños, libremente, sea la guía de gestos a repetir.

Tras realizar estos pequeños ejercicios, se regresa a un ambiente de tranquilidad: se para la música y los niños se sientan reunidos. El profesor les hará una serie de preguntas respecto a la actividad:

- ¿Cómo estáis?
- ¿Qué os ha gustado más? ¿Por qué?
- ¿Cómo os sentís? ¿Qué sentisteis cuando vuestros compañeros os hicieron cosquillas, os dieron abrazos? ¿Qué sentisteis al hacer los gestos raros?

Cuando se realicen estas preguntas, el niño que responda, podrá salir donde esté el profesor, de tal manera que adquiera un papel de protagonismo.

Posibles indicaciones.

Se debe realizar la actividad siempre con buen humor, siempre mostrando sentimientos y emociones positivas.

Si algún niño es tímido y le cuesta realizar la actividad y establecer el contacto, nunca se le puede obligar. En todo caso, se les intenta reforzar y guiar, animándoles siempre, estimulándoles y ofreciéndoles muestras de ese cariño y contacto positivo.

La música a emplear debe ser preferiblemente conocida por los niños, de tal manera que les incite el movimiento, que les anime a bailar y moverse por el espacio realizando la actividad.

El hecho de que, en el momento del debate, se deje que los niños salgan al centro adquiriendo un papel de protagonismo servirá para afianzar la confianza del niño en sí mismo lo que a la larga se verá reflejado en una autoestima positiva.

5.8.1.2. Masajes relajantes

Tan importante en conocer las emociones como saber controlarlas, para lo que será necesario que aprendan a controlarse y relajarse a sí mismos.

Objetivos

- Potenciar los sentimientos de confianza hacia los demás.
- Fomentar la relajación de los niños para que sean capaces de dejar de lado problemas
- Aprender a controlar los estados de ánimo

Materiales y recursos

- Sala de psicomotricidad.
- Colchonetas.
- Radiocasete y música relajante.

Desarrollo de la actividad

A través de la música pretendemos que los niños sepan relajarse, dejando de lado cualquier posible situación que les produzca estrés o mal estar, a la vez que aprendan a confiar en sus compañeros con los que conviven diariamente, favoreciendo así el clima diario del aula creando buenas relaciones sociales entre ellos

Deberán formar parejas de tal forma que uno de ellos se tumbará en las colchonetas dispuestas por todo el suelo. Se pondrá una música relajante que acompañe e induzca a la tranquilidad de los niños. El profesor irá dando indicaciones para que, por un lado, los niños que se han tumbado relajen todo el cuerpo, estirándolo y dejándolo caer sobre el suelo, relajen la mente olvidándose de todo lo que están pensando. Por otro lado, la otra parte de la pareja deberá contribuir a la relajación de su compañero proporcionándole caricias y cosquillas suaves por todo el cuerpo: la cara, entre el pelo, los brazos, las manos, piernas....

Tras haber realizado la actividad durante un rato, los papeles se intercambiarán para que todos realicen cada función.

Para terminar la actividad, se juntarán todos en asamblea, para contar sus experiencias, lo que han sentido, si han conseguido olvidar problemas o situaciones que no les gustan porque les hace estar tristes etc.

Posibles indicaciones

El profesor puede repartir algún material que ayude a la persona a relajarse, como pueden ser plumas que faciliten las cosquillas y ofrezcan un tacto agradable a los niños.

Es posible que de forma inmediata esta actividad no consiga uno de los principales objetivos que podría ser el de conseguir controlar las emociones a través de la relajación, pero si aprenden a relajarse en momentos determinados a la larga de podrá conseguir este objetivo.

5.8.1.3. Expreso lo que escucho

La música es un buen recurso para motivar a los niños, además que ayuda a experimentar diferentes emociones a través de los ritmos que marcan. Por lo que se trabajará directamente con audiciones con significados fácilmente identificables por los niños.

Objetivos.

- Fomentar el desarrollo de la discriminación auditiva.
- Conocer y experimentar las emociones causadas por la música a través del cuerpo.
- Ser capaces de establecer relaciones entre emociones semejantes.
- Ser capaces de expresar verbalmente las emociones experimentadas.

Materiales y recursos

- Radiocasete o reproductor de cds.
- Sala de psicomotricidad.

Desarrollo de la actividad

Se presentarán varias audiciones en la clase destinada para la psicomotricidad, disponiendo así de una gran cantidad de espacio.

Primero los niños las escucharán tranquilamente, estando sentados en gran grupo. Se procederá a realizar una batería de preguntas respecto a ellas:

- ¿Qué os han parecido? ¿Eran alegres/tristes/divertidas/aburridas...?
- ¿Cómo creéis que os moveríais con ellas? (si algún niño quiere, que haga una demostración)

Una vez realizado este debate, se escucharán de nuevo las canciones, pero esta vez no estarán sentados, sino que deberán moverse por el espacio libremente. Lo deberán hacer según les guíe la música, tal y como lo han hablado anteriormente.

Después de esto, los niños se volverán a sentar en el gran grupo y contarán lo que han experimentado, por qué se han movido de una manera diferente según la canción, qué han sentido con cada canción... Además, se añadirán preguntas para extrapolar las emociones sentidas, a situaciones de su día a día que les produzcan dichas emociones. Para terminar la sesión se pedirá a los niños que realicen un dibujo sobre alguno de sus emociones y, como están en etapa de aprendizaje de la escritura, podrán escribir la emoción que tratan de plasmar con el dibujo.

Posibles indicaciones

El profesor deberá participar activamente en la actividad para crear un vínculo de confianza con los alumnos. Se intentará motivar y dar alguna pauta si en algún momento los niños no saben qué hacer, pero todo a través de preguntas guía para recordar lo que se habló al principio de las actividades (por ejemplo: ¿Está canción que os transmitía, tristeza o alegría, aburrimiento o diversión?)

Con esta actividad lo que se pretende es que los niños conozcan cada vez mas diferentes emociones que pueden experimentar, ya sea a través de la música o de las experiencias cotidianas, sabiendo establecer relaciones entre emociones semejantes.

5.8.2. Actividades de desarrollo

5.8.2.1. Mural de imágenes.

En esta actividad se pretende trabajar con imagines de diferentes emociones, contando con la participación de las familias en el hogar. Los niños verán directamente sobre papel diferentes emociones y trabajarán con ellas.

Objetivos:

- Identificar los diferentes tipos de emociones y saber lo que significan.
- Trabajar con actividades plásticas.
- Fomentar la participación familiar.
- Aprender a trabajar con materiales visuales y virtuales como revistas o internet.
- Fomentar el trabajo en grupo y la participación activa.

Recursos y materiales.

- Imágenes de revistas, libros, periódicos, internet...
- Cartulinas, pegamentos, tijeras...

Desarrollo.

Previamente a realizar la actividad se pedirá a los niños que pidan ayuda a sus padres para que encuentren el material necesario para su realización. Deberán buscar en diferentes fuentes imágenes de emociones: pueden ser imágenes de personas reales, de dibujo animados, de animales.... Y pueden utilizar libros, revistas o buscar diferentes imágenes en internet (siempre con la revisión de los padres). Deberán traer el material el día siguiente para poder trabajar en la clase.

Una vez con todo el material disponible, se comenzará con una asamblea grupal en la que los niños explicarán a grandes rasgos las imágenes que han traído, se hablará de las emociones que se muestran en cada una de ellas y por qué las han elegido (si les hace sentir algo especial y significativo para ellos)

Después, se recolectarán todas las imágenes, y con la ayuda del profesor, se irán clasificando: emociones alegres, tristes, divertidas, de miedo, de envidia....

Una vez que ya han sido clasificadas todas, se dividirá a los niños en grupos (pueden ser grupos de mesas por ejemplo) y se dispondrá a hacer un mural: se dará una cartulina, tijeras y pegamento a cada grupo para que recorten y peguen las imágenes en la cartulina. Finalmente, se pondrán todos los murales, con un “título” puesto, en un rincón de la clase “El rincón de las emociones”.

A lo largo del curso, se podrá disponer de ellos pudiendo los niños utilizarlos para identificar las emociones que experimentan en cualquier momento. Además, si fuera posible y necesario, se podrá ampliar los murales con nuevas emociones o imágenes.

Posibles indicaciones.

La participación de los padres se hará desde el propio hogar, ayudando a los niños a encontrar el material requerido para la actividad.

5.8.2.2. Fichas de las emociones.

Esta actividad puede derivarse de la anterior actividad, pues partiendo de las emociones que hayan identificado se pretende preparar diferentes tarjetas con la imagen de la cara que puede producir cada emoción.

Objetivos

- Reconocer e identificar las emociones.
- Conceptualizar las emociones identificadas, saber nombrarlas.
- Capacitar a los niños para expresar las emociones.
- Trabajar la empatía.
- Fomentar las habilidades artísticas y la autonomía en estas actividades.

Recursos y materiales.

- Cartulinas, tijeras, pegamento, pinturas.
- Plastificador.

Desarrollo

La actividad consiste en que, una vez los niños hayan hecho los murales, y ya tengan un mayor dominio sobre la variedad de emociones, el profesor, previamente habiendo buscado imágenes de caras que expresen dichas emociones o bien dibujarlas de manera sencilla en un folio dividido por líneas discontinuas formando diferentes fichas, repartirlos a cada niño (por ejemplo en un folio podría haber dibujados 6 caras: alegre, triste, enfadado, con miedo, aburrido e ilusionado) con la intención de que ellos sean los que las colorean. Previamente el profesor en una asamblea habrá presentado la actividad, enseñándoles todos los dibujos para identificar cada una de las emociones.

Una vez los niños hayan coloreado las imágenes, se les dará tijeras para que recorten por la línea discontinua las diferentes fichas.

De esta manera, en la clase dispondrán de una gran variedad de fichas individuales sobre distintas emociones que podrán servir para realizar diferentes actividades posteriores como, por ejemplo, juegos de emociones opuestas.

Una posible actividad que planteo con estas fichas sería en función de la organización de la clase. Como ejemplo propongo lo siguiente:

La clase se organizará de tal manera que cada día un niño diferente sea el “responsable” de la clase. Este “responsable” tendrá tareas como repartir el material de trabajo para cada actividad, ayudar a la profesora etc, es decir, tareas especiales que motivan a los niños. Una de posibilidad de trabajar con las fichas sería que en la asamblea matutina, en la que el responsable dirá que día de la semana es, el mes, pasaría lista y otra serie de cosas a modo de repaso de lo que se va trabajando en clase, tendrá unos minutos para contar alguna experiencia suya que le haya producido una emoción específica, de tal manera que debería coger la ficha con la cara que exprese dicha emoción. Los demás niños podrán preguntarle cómo se sintió en esa ocasión de tal manera que se trabaje la empatía.

Posibles indicaciones.

Como las fichas están hechas con papel y, puesto que se van a dejar a disposición de los alumnos, se plastificarán con el propósito que duren en buen estado mayor cantidad de tiempo. Este trabajo será tarea de la profesora, para lo cual puede pedir ayuda a los alumnos siempre y cuando sea fácil para ellos.

Como esta actividad está planteada a partir del “mural de imágenes”, las fichas se guardarán en alguna caja cerca de dicho mural.

5.8.2.3. Dominó de las emociones

Ya que el juego es un recurso fundamental para el aprendizaje de los niños, ¡dejémosle jugar!

Objetivos:

- Conocer e identificar las emociones.
- Saber expresarlas.
- De manera secundaria, se trabajará la expresión plástica.

Materiales y recursos

- Folios y cartones.
- Pinturas, pegamento y tijeras.
- Forro de plástico.

Desarrollo de la actividad

Esta actividad consta de una parte inicial en la cual la clase debe preparar y fabricar el propio juego junto con la ayuda del profesor.

De igual manera que ocurre con otras actividades, se planteará una asamblea inicial para hablar sobre las emociones, sobre lo que saben acerca de ellas etc. Posteriormente el profesor enseñará a los niños, en folios divididos en cuartillas con forma rectangular y separadas por una línea que divide cada cuartilla en dos, una serie de caras que expresen diferentes emociones. Se les explicará que son fichas de un dominó que van a crear entre todos para después guardarlo en la clase a disposición de todos para que puedan jugar cuando quieran. Para ello deberán colorear las fichas que se les entregará de manera libre y una vez terminado, recortar por la línea indicada (se señalará con una tijera dibujada). El profesor tendrá preparado cuartillas de cartón recortadas con las mismas dimensiones que las cuartillas del folio. Como los niños irán terminando cada uno a su ritmo, podrán ir a una mesa destinada en esta actividad para el pegamento, donde puede estar el profesor ayudando a los niños para que peguen los folios en el cartón, dando así consistencia a las fichas del juego.

Una vez se han ido creando todas las fichas, llega la tarea particular del profesor pues puede forrar con plástico las fichas para evitar su deterioro.

Cuando estén todas las fichas terminadas, en forma de asamblea se puede proponer hacer un juego de dominó participando entre todos, intentando hacer un dominó lo más grande posible en el suelo de la clase. Se le dará unas cuantas fichas a cada niño y deberán ir colocándolas en orden. Para incidir más en el tema de las emociones, se les pedirá que expliquen de cuál se trata, que cuenten una situación que les provoca dicha emoción y que la expresen con su propia cara.

Tras haber jugado, el dominó se guardará en una caja para que no se pierda ninguna ficha y se colocará en la estantería de los juegos para así esté al alcance de todos los niños.

Posibles indicaciones

Los cartones para hacer las cuartillas pueden ser reciclados en la propia clase o bien, pedirles a las familias que lleven una caja pequeña que no utilicen para aprovechar el material.

5.8.3. Actividades de consolidación

5.8.3.1. La caja de los miedos

Tan importante es conocer las emociones positivas como las negativas, por eso es necesario también trabajar estas últimas en actividades.

Objetivos.

- Identificar sentimientos negativos.
- Aprender a controlar las emociones negativas y encaminarlas hacia algo positivo.
- Potenciar la empatía de los niños para que sean capaces de reconocer las emociones que otros han experimentado.
- Identificar las emociones y ser capaces de identificar las mismas en otros.
- Desarrollar la capacidad de empatía.

Recursos y materiales.

- Caja de cartón.
- Rotuladores y diferentes materiales decorativos (en caso de que la caja sea decorada entre todos los niños de la clase)

Desarrollo.

Esta actividad necesita ser explicada previamente. Los niños se dispondrán en un círculo a modo de asamblea y el profesor se sentará entre ellos de manera que la vean todos. Les presentará una caja, “La caja de los miedos”. Les explicará que es una caja especial, capaz de retener todos los miedos y malos sentimientos que pueden sentir los niños en cualquier momento. No es necesario que los experimenten en el momento, es decir, pueden haber tenido una experiencia mala en otro lugar ajeno a la clase que les haya hecho sentirse mal o tener miedo y podrán ir a la caja de los miedos y depositar esa experiencia, ese sentimiento en ella en cualquier momento. Como es mágica, la caja tiene la propiedad de abrirse y dejar entrar todos los sentimientos y experiencias de cualquier niño pero de la forma contraria es imposible: todo lo que está dentro no puede salir nunca más de allí.

Se dejará a primera hora, en la asamblea de buenos días, un breve espacio de tiempo para que los niños expresen lo que les haya pasado en casa o en otro lugar que les pueda haber causado miedo o malas emociones y que las depositen en la caja para “librarse” de ellas. Si alguno de los niños ha sentido algo parecido o tiene algo que comentar al respecto, intervendrá para contarlo, reflejando así su capacidad de identificar las emociones y su capacidad de empatía.

También se aprovechará ese momento para explicar posibles soluciones o formas de enfrentarse a esos sentimientos, dotándoles así de recursos para reconducir sus emociones negativas y hacerlas frente en vez de omitirlas.

Posibles indicaciones.

Respecto a la caja, puede haber diferentes posibilidades: o bien que el profesor presente una caja ya decorada a su gusto, o puede plantear una actividad alternativa en la que entre toda la clase decoren poco a poco la caja para que quede a gusto de todos los participantes. Mi proposición se decanta por la última opción pues crear los niños su propia caja de los miedos hace que se cree un vínculo con la misma, siendo ésta algo ya familiar para ellos favoreciendo así que tengan más confianza para realizar la actividad.

Cuando se presenta la caja, el profesor puede realizar un ejemplo: “Viniendo hacia el colegio, me han dado un susto por la espalda y he sentido miedo” y entonces, abre la caja y hace el gesto de depositar algo con la mano dentro de la caja, dejándola después cerrada de nuevo.

5.8.3.2. El diario de las emociones

Las relaciones padres-hijos son fundamentales e importantísimas en el desarrollo de los niños, por lo que se plantea esta actividad para fomentarlas. Se intentará crear un clima de afecto más intenso que favorezca el propio desarrollo de los alumnos.

Objetivos

- Conocer las propias emociones.
- Ser capaces de expresarlas a los demás.
- Identificar las mismas emociones en los iguales.
- Fomentar la capacidad de controlar y reconducir las emociones negativas.

- Hacer partícipes a los padres en la educación de los hijos de manera directa.
- Fomentar la relación padre-hijo.

Recursos y materiales

- La participación de los padres.
- Un cuaderno personal donde apuntar y recoger los datos.

Desarrollo

La actividad deberá contar con la colaboración de los padres. Se realizará una reunión en donde el profesor explicará en qué consiste el diario. Se realizará un seguimiento no de las actividades que ha realizado durante la jornada escolar el alumno, sino que irá más allá: deberán hacer hincapié en las sensaciones vividas con dichas actividades, las emociones que les han provocado, los sentimientos que han experimentado, fijándose por ejemplo en una situación o actividad con la que se hayan sentido bien y otra en la que no haya sido así, poniendo nombre a todas las emociones sentido y pensando cómo actuar para evitar los sentimientos negativos experimentados.

La actividad se planteará al principio de tercer trimestre, de tal manera que los padres puedan ser partícipes de la evolución que han seguido sus propios hijos en lo que se refiere al desarrollo de sus emociones, a la par de seguir la evolución del resto de su desarrollo, físico e intelectual. De igual manera, se intenta fomentar la relación en general de los padres con sus hijos pues para realizarla necesitan pasar tiempo juntos y mantener una conversación.

El seguimiento se hará de cualquier momento de la jornada, es decir, los niños podrán elegir situaciones experimentadas en actividades puntuales realizadas y planeadas por la profesora, o bien sobre experiencias vividas en los recreos, junto al resto de sus compañeros. Y deben ser de todo tipo, tanto positivas como negativas. Los padres deberán mantener una conversación con sus hijos que deberán saber identificar y expresar sus emociones, siendo los padres guías en la conversación, haciendo preguntas cuando sean necesarias.

Posibles indicaciones

La actividad puede ser un buen recurso para encontrar problemas o dificultades en los niños, ya sean intelectuales, físicos o sociales.

Para el desarrollo de la actividad, los padres también pueden recoger fotografías de los niños mostrando así su estado de ánimo.

5.8.3.3. Teatrillo de las emociones

¿Qué mejor manera de expresar las emociones que a través de una representación?

Objetivos

- Fomentar la identificación de las emociones en los demás.
- Capacitar a los niños para que puedan expresar las emociones una vez las hayan identificado.
- Favorecer la autoestima de los niños.

Materiales y recursos

- Cualquier material disponible en la sala si hiciera falta.

Desarrollo de la actividad

La actividad puede realizarse en la propia clase, colocándose en forma de asamblea o bien irse al salón de actos o sala de psicomotricidad, un sitio donde puedan disponer de espacio suficiente. El profesor les explicará la actividad. De manera voluntaria (si hiciera falta porque los niños no se atreven, se induciría la participación animándoles a salir) los niños deberán salir y el profesor les indicará de forma que solo se entere el “protagonista” una emoción que debe representar para que el resto de sus compañeros adivinen lo que está simulando.

Como esta forma de representar individualmente las emociones, si se realiza durante mucho tiempo, puede resultar pesada, aburrida y perder el interés de los niños, tras haber pasado un rato considerable, se pasará a hacer representaciones grupales, en la que los grupos deberán imitar situaciones que deberán adivinar el resto de los niños identificando las emociones que se viven con esa situación.

Con esta actividad no solo se pretende trabajar la expresión de los niños sino también su autoestima, retándoles para que sepan lo que son capaces de hacer por sí solos, favoreciendo así que se conozcan mejor a ellos mismos y se vayan creando su propia imagen de sí siendo ajustada a la realidad.

Posibles indicaciones

Si fuese necesario, los niños podrán utilizar diferentes materiales para realizar las representaciones, siempre y cuando sean de fácil acceso y estén disponibles en la sala donde se lleva a cabo la actividad.

5.9 Atención a la diversidad

Cada vez es más frecuente la existencia de gran diversidad de alumnos en un aula concreta.

Respecto al alumnado extranjero presente en el aula, se tomarán medidas extraordinarias en caso de deficiencias en el lenguaje que impidan la comprensión de las actividades, únicamente en caso de que sean necesarias, puesto que el juego tiene la característica de ser universal por lo que es fácil que el niño sea capaz de integrarse en él.

Si existiera alumnado con necesidades educativas especiales, se debería proceder en función de la necesidad. Si fuesen por alguna deficiencia, física o mental, en función de la gravedad, se podría proceder con la propia ayuda y asistencia de los alumnos y del profesor para facilitar la realización de la actividad a dicho alumno. Si la deficiencia física fuese más grave, se deberían tomar medidas extraordinarias en función de la misma.

Teniendo en cuenta lo dicho anteriormente, dentro del aula, existiendo o no diversidad en cuanto a los casos citados, se llevará una atención individualizada de los alumnos, prestando atención a sus propios ritmos de aprendizaje para respetarlos y adecuar el programa a éstos, así como contribuir al logro de los principios metodológicos para facilitar los aprendizajes significativos.

5.10 Temporalización

En el apartado anterior hemos dividido las actividades en 3 apartados diferentes:

- Actividades de introducción: estas actividades están pensadas para comenzar a trabajar con los niños el tema de las emociones de tal manera que entren en contacto con ellas de una manera lúdica. Se plantearán sobre todo a lo largo del primer trimestre para ir trabajando su reconocimiento e identificación. Las actividades propuestas son “Cosquillas y abrazos para todos”, “Masajes relajantes” y “Expreso lo que escucho”.
- Actividades de desarrollo: tras haber tenido un primer contacto con las emociones, los niños ya deben tener un mayor dominio sobre éstas por lo que estas actividades se plantean para que vayan avanzando y ampliando su conocimiento al respecto. Estas actividades podrán plantearse avanzado el primer trimestre, cuando los niños empiecen a tener suficiente dominio, o bien ya en el segundo trimestre. Se recogen en este apartado estas actividades “Mural de imágenes”, “Fichas de las emociones” y “Dominó de las emociones”.
- Actividades de consolidación: en este apartado se proponen actividades destinadas a afianzar los conocimientos adquiridos con todas las actividades propuestas. Se trabajarán los conceptos aprendidos a la vez de seguir trabajando sobre el tema. Estas actividades serán “ La caja de los miedos”, “Diario de las emociones” y “Teatrillo de las emociones”

5.11 Evaluación

Como toda evaluación, la de este programa ha de ser global, continua y formativa.

Por tanto, se procederá a hacer una pequeña evaluación inicial a través de la cual, el profesor se hará a la idea de los niveles de conocimiento de los alumnos respecto al tema a tratar, para hacer las adaptaciones pertinentes en caso de que sea necesario, así como partir de estos conocimientos e intereses, contribuyendo a cumplir la metodología especificada previamente.

Para que sea continua, es necesario que se lleve a cabo un seguimiento periódico de la evolución de los alumnos a lo largo del proceso. Esta evaluación se hará a través de la observación sistemática: el profesor contará con una tabla donde recogerá criterios como los que se expone en la tabla 1 (anexo 1). Esta tabla será individual para cada alumno.

Con la información recogida en estas tablas, el profesor podrá realizar una evaluación final tras haber acabado con la realización del programa, donde se centrará en determinar el nivel de consecución de objetivos y contenidos por parte de los alumnos. Durante todo el proceso, se facilitará la información que el profesor crea conveniente a las familias de los alumnos, informándoles de la evolución de sus propios hijos.

A través de la evaluación que se hace de los propios alumnos se puede evaluar paralelamente el programa, la eficacia de las actividades para contribuir a la consecución de los objetivos, viendo si las actividades son las más adecuadas para tal cometido.

6. CONCLUSIÓN

Tras haber realizado el trabajo, hemos conseguido nuestro propósito de acercarnos al tema de las emociones con más profundidad.

Viendo la gran influencia que tienen éstas sobre la vida de las personas, su tratamiento desde la educación infantil es fundamental y necesario, ya que permitirá a los profesores dotar a sus alumnos de habilidades para hacer frente a todo tipo de emociones que pueda experimentar a lo largo de su vida. Si el alumno tiene las bases para conocerse a sí mismo, sus capacidades y potencialidades así como sus propios límites, tendrá las armas para controlar sus propias emociones en vez que éstas controlen su vida.

También hemos podido comprobar cómo el tema tratado se ha ido estudiando a largo de los años existiendo una gran cantidad de información con la que se trata de llegar a concretar lo máximo posible sobre esta dimensión de la personalidad y la vida de las personas. Sin embargo, queda claro que es imposible lograr esta meta, puesto que nunca se llega a conocer con profunda exactitud un tema, siempre habrá nuevas teorías

y/o aportaciones que vayan ampliando y modificando lo que se conoce hasta el momento.

A pesar de que el programa está pensado para desarrollarse en un aula de educación infantil, también sería posible que pueda ser tomado como referencia por personas independientes a un centro, ya sea simplemente los padres de un niño que quieren realizar actividades con su hijo, bien sea una institución no formal externa a los centros educativos, como pueden ser campamentos, grupos de actividades extraescolares...

En general son actividades que todo el que quiera puede llevar a la práctica con niños de las edades citadas (4-6 años), ya sea dentro de un centro escolar como fuera.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adam, E., Cela, J., Codina, M.T., Darder, P., Díez de Ulzurrun, A., Fuentes, M., Gómez Bruguera, J., Lombart, C., López Juncosa, M., Mallofré, M., Masegosa, A., Martí, J., Ortega, R., Palou, S., Roselló, R., Royo, M., Sol, N., Talavera, M., Traveset, M. (2003). *Emociones y educación. Qué son y cómo intervenir desde la escuela*. Barcelona: Editorial Laboratorio Educativo. GRAÓ.
- Aguilar, M., Carreras, R., Navarro, J.I., Martín, C. (2009). Desarrollo cognitivo en educación infantil. En Martín C. y Navarro, J.I. (coords.). *Psicología del desarrollo para docentes* (pp. 97-113). Madrid: Ediciones Pirámide.
- Bejerano, F. (2009). Características generales del niño y la niña de 0 a 6 años. *Revista académica semestral: Cuadernos de Educación y Desarrollo*. 1 (5). Recuperado de <http://www.eumed.net/rev/ced/05/fbg2.htm> (21-06-2012)
- Berk, L. (2009) *Desarrollo del niño y el adolescente* (4º Ed.). Prentice Hall Iberia
- Bisquerra, R. (2000) *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. y López, É (2003). *Educación emocional. Programa para 3-6 años*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. y Pérez, N. (2007) Las competencias emocionales. *Educación XXI: Revista de la Facultad de Educación*.(10) 61-82
- Bisquerra, R., Punset, E., Mora, F., García, E., López-Cassà, È., Pérez-González, J.C., Lantieri, L., Nambiar, M., Madhavi, M., Aguilera, P., Segovia, N., Planells, O. (2012) *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Esplugues de Llobregat (Barcelona): Hospital de Sant Joan de Déu.
- Capdevila, M. A. (2009) *Aprendemos con las emociones*. Recuperado de <http://www.slideshare.net/guest32e180/trabajando-con-las-emociones-en-clase> (9-06-12)
- Decreto 122/2007, de 27 de Diciembre, de Educación. *Boletín Oficial de Castilla y León*, 2 de Enero de 2008, núm. 1, pp 6-16.
- Del Barrio, Mª V. (2005) *Emociones infantiles. Evolución, evaluación y prevención*. Madrid: Pirámides.

- Fernández, P. y Extremera, N. (2002) La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana de Educación*, 29, 1-6. Recuperado de <http://www.rieoei.org/deloslectores/326Berrocal.pdf> (29-05-2012)
- Lantieri, L. (2010) Las emociones van a la escuela. *National Geographic, Monográfico Cerebro y emociones*. 66-73. Recuperado de http://www.lindalantieri.org/documents/NationalGeographicarticleElthroughSEL_Spanish.pdf (29-05-2012)
- Marbán, J., Robledo, P., Díez, C., García, J.N. y De Caso, A.M. (2009). Desarrollo emocional y social. En Martín, C., Navarro, J. (Coords.). *Psicología del desarrollo para docentes* (115-130). Madrid: Pirámide.
- Molina, Y., Osses, C., Riquelme, C., Riquelme, V., Sepúlveda, S., Urrutia, A. (2010) *Desarrollo social y emocional del párvulo*. Universidad Católica de la Santísima Concepción: Facultad de Educación. Recuperado de <http://www.slideshare.net/ange24/trabajo-formacion> (9-06-12)
- Pena, M. y Lozanos, S. (2006). El desarrollo de la inteligencia emocional en educación infantil. *V Congreso Internacional Educación y Sociedad. La educación: Retos de S.XXI*, Granada. ISBN: 84-690-2369-1
- Real Decreto 1630/2006, de 29 de Diciembre, de Educación. *Boletín Oficial del Estado*, 4 de Enero de 2007, núm. 4, pp 474-482.
- Vallés, A. (2000) *S.Le.L.E: Siendo inteligentes con las emociones*. Valencia: Promolibro.
- Vivas, M., Gallego, D. y González, B. (2007) *Educación de las emociones*. Madrid: Dykinson.
- Ybarrola, B. (2004) *Sentir y pensar. Programa de inteligencia emocional para niños y niñas de 3 a 5 años*. Madrid: SM.

8. ANEXOS

Anexo 1: tabla con criterios de evaluación para el programa.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SÍ	NO	REGULAR	OBSERVACIONES
¿Se ha interesado el alumno-grupo por el tema propuesto?				
¿Ha tenido una participación activa en el desarrollo de las actividades?				
¿Ha cooperado y/o colaborado en su grupo de actividad?				
¿Ha reflexionado sobre los aspectos trabajados en las actividades desarrolladas?				
¿Ha conseguido alcanzar los objetivos que nos hemos propuesto?				