



**Universidad de Valladolid**

**Facultad de Educación y  
Trabajo Social**

**TRABAJO FIN DE GRADO**

Grado en Educación Infantil

**Propuesta de un Programa de  
Educación Emocional para  
niños/as de Educación Infantil  
con Síndrome de Down**

Alumna:

**Tania Collazos Martín**

Tutor:

**Clara Torrellas Morales**

**Curso: 2017/2018**

*“No hay personas con discapacidades,  
sino con capacidades diferentes”*

*Pablo Pineda.*

*“Educar la mente sin educar el corazón,  
no es educar en absoluto”*

*Aristóteles.*

## **Resumen**

La educación emocional debe ser un tema a tratar en cualquier escuela, desde edades tempranas, para poder aprovechar al máximo la neuroplasticidad del cerebro. Esto es especialmente importante en los centros de educación especial que se dedican a los colectivos con Necesidades Educativas Especiales, en concreto con el Síndrome de Down, en el cual hay evidencias científicas que demuestran que la atención temprana en educación emocional tiene resultados positivos en el desarrollo integral de la persona.

En esta línea, se ha realizado una revisión bibliográfica de educación emocional y Síndrome de Down, a partir de la cual se ha llevado a cabo una propuesta de Educación Emocional para niños/as con Síndrome de Down en el segundo ciclo de educación infantil.

Lo más novedoso de esta propuesta de educación emocional es que aunque este pensado para llevarse a cabo con un grupo de niños/as con SD tiene la posibilidad de poder aplicarlo en un grupo homogéneo sin NEE. Además se presenta un material de elaboración propia.

Palabras clave: Educación Infantil, Síndrome de Down, Educación emocional, regulación emocional, conocimiento emocional, empatía.

## **Abstract**

Emotional education should be a topic to be addressed in any school, from an early age, in order to make the most of the neuroplasticity of the brain. This is especially important in special education centers that are dedicated to groups with Special Educational Needs, specifically with Down Syndrome, in which there is scientific evidence that shows that early attention in emotional education has positive results in the development integral of the person.

In this line, a literature review of emotional education and Down syndrome has been carried out, from which a proposal of Emotional Education for children with Down syndrome in the second cycle of early childhood education has been carried out.

The most novel of this proposal of emotional education is that although this thought to be carried out with a group of children with DS has the possibility of being able to apply it in a homogeneous group without SEN. In addition, a self-made material is presented.

Keywords: Early Childhood Education, Down Syndrome, Emotional education, emotional regulation, emotional knowledge, empathy.

# Índice

1.	INTRODUCCIÓN .....	1
2.	OBJETIVOS .....	3
3.	JUSTIFICACIÓN.....	4
4.	FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	7
4.1.	EL SÍNDROME DE DOWN (SD).....	7
4.1.1.	Conceptualización y descripción del Síndrome de Down .....	7
4.1.2.	Epidemiología .....	11
4.1.3.	Evaluación.....	13
4.1.4.	Tratamiento. ....	14
4.1.4.1.	Necesidades educativas de los niños/as con síndrome de Down.....	19
4.2.	EDUCACIÓN EMOCIONAL. ....	20
4.2.1.	Breve historia /Antecedentes de la educación emocional. .... <b>¡Error! Marcador no definido.</b>	
4.2.2.	Conceptualización. ....	23
4.2.3.	Objetivos y Contenidos/Competencias de la educación emocional .....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
4.2.4.	Estrategias de la educación emocional.....	28
4.2.5.	¿Por qué es necesaria/importante la educación emocional en educación infantil? 26	
4.2.6.	Programas de educación emocional existentes en España. ....	30
4.3.	EDUCACIÓN EMOCIONAL EN NIÑOS/AS CON SÍNDROME DE DOWN.....	31
5.	CONTEXTO .....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
6.	PROPUESTA DE INTERVENCIÓN .....	33
6.1.	PRESENTACIÓN.....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
6.2.	OBJETIVOS GENERALES: .....	33
6.3.	DESTINATARIOS .....	34
6.4.	TEMPORALIZACIÓN .....	35
6.5.	RECURSOS .....	36
6.6.	ORGANIZACIÓN ESPACIAL .....	37
6.7.	METODOLOGÍA .....	37
6.8.	SESIONES .....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
6.9.	EVALUACION.....	67
7.	CONCLUSIÓN .....	69
8.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	72
9.	ANEXOS.....	83

# 1. INTRODUCCIÓN

La investigación en educación emocional, así como su intervención y aplicación en el aula son temas muy recientes. Gracias a Howard Gardner que en 1983 publicó “Frames of Mind” y en 1993 “La teoría de las inteligencias múltiples” se abrió un camino fundamental para considerar que las emociones jugaban un papel fundamental en la educación. Sin embargo, fue Daniel Goleman en 1996 quien popularizó con su libro “La Inteligencia Emocional” (IE), las ideas innovadoras que Salovey y Mayer habían propuesto desde 1990, frente a la educación tradicional, la cual siempre había valorado más la adquisición de conocimientos por parte de las personas, sin tener en cuenta que las emociones juegan un papel fundamental en el proceso de aprendizaje. Gracias a las aportaciones de estos autores, la educación actual ha empezado a considerar la importancia de las emociones en el proceso educativo y a tener en cuenta que tanto el aspecto cognitivo como el emocional son fundamentales en cualquier aprendizaje. En esta línea surgen autores como Lopez Cassà (2005) que definen la educación como la contemplación del desarrollo integral de las personas, y de sus capacidades tanto cognitivas, físicas, lingüísticas, morales, como afectivas y emocionales. Por lo tanto el aspecto emocional es algo que también se debe educar.

En base a ello, en los últimos años han ido surgiendo paradigmas educativos que defienden la inclusión de programas de educación emocional en el contexto escolar con el objetivo de contribuir a lograr una educación de calidad fundamentada en el desarrollo integral de las personas abarcando todos los aspectos que esta contempla, desde lo cognitivo hasta lo emocional.

Esto resulta especialmente importante en el alumnado con síndrome de Down, los cuales, dado que, en general, se trata de niños que tienen más dificultades para reconocer, definir y controlar sus propias emociones, así como ponerse en el lugar de otras personas. Dedicar una parte de su currículo a trabajar y potenciar los aspectos emocionales podría tener efectos positivos tanto en sus relaciones con los demás como en su bienestar personal y calidad de vida, pudiendo tener beneficios además en otras áreas académicas.

La elección del tema del TFG surge en base al interés que siempre me ha suscitado la atención a la diversidad en educación infantil. De entre todas las Necesidades Educativas especificadas en educación infantil, el Síndrome de Down es uno de los trastornos más estudiados y de más prevalencia, sin embargo el ámbito emocional es uno de los temas en los que menos se ha incidido.

Este Trabajo de Fin de Grado aborda principalmente las emociones de los niños/as de 3-6 años con Síndrome de Down, SD de aquí en adelante. Para ello, se presenta una propuesta de intervención en educación emocional que lamentablemente ha sido impracticable aplicar en ningún centro educativo. Aunque el inicio de este proyecto si contemplaba la contrastación de los efectos del programa a nivel cualitativo, finalmente su puesta en práctica ha resultado inviable debido a motivos logísticos, ya que durante mi periodo de Practicum II no he contado en mi aula con ningún niño/a con Síndrome de Down y no encontré ningún centro de educación especial que me facilitase el poder realizarla en el tiempo y forma requerido.

Para poder realizar dicha propuesta ha sido necesario realizar con anterioridad una justificación en el que se argumenta relevancia del proyecto, así como los objetivos que persigue. A partir de ello, se desarrolla un marco teórico dividido en dos puntos principales, el SD y la educación emocional, para finalizar con un análisis de la vivencia de las emociones las personas con SD. Como parte central del trabajo, se expone la propuesta de intervención completada con anexos donde se puede encontrar todo el material para llevar a cabo la propuesta de intervención. Para finalizar el trabajo se exponen las conclusiones del trabajo así como orientaciones para su implementación y desarrollo futuro.

## 2. OBJETIVOS

El objetivo principal del presente TFG es analizar la competencia emocional en niños/as en edades comprendidas entre 3-6 años con SD y su intervención educativa en esta área, así como la realización de una propuesta de intervención cuyo fin sea mejorar el conocimiento de las emociones propias y ajenas, autorregulación y expresión de emociones en este colectivo durante el 2º ciclo de Educación Infantil

Por lo tanto, para poder alcanzar este objetivo general es necesario desarrollar los siguientes objetivos específicos:

- Conocer en profundidad el SD y analizar sus manifestaciones más relevantes y necesidades educativas en el segundo ciclo de educación infantil.
- Describir el desarrollo de las competencias emocionales en el alumnado con SD en educación infantil
- Reflexionar sobre los conceptos de emoción, emoción e inteligencia emocional y su relación con el proceso de aprendizaje y desarrollo global del alumnado con necesidades educativas especiales.
- Estudiar los planes escolares de apoyo individual para el desarrollo socioafectivo del alumnado con SD en educación infantil.
- Resaltar la importancia de la educación emocional temprana en los niños/as con SD
- Ser capaz de diseñar, planificar, adaptar y evaluar procesos de enseñanza-aprendizaje derivados de la educación emocional para los niños/as con Síndrome de Down en el segundo ciclo de educación infantil

### 3. JUSTIFICACIÓN

Entre los diversos temas que rodean a los niños/as con SD, se recalcan como importantes los que se centran en como establecen estos sus relaciones con los demás, como regulan su conducta y como regulan y expresan sus emociones.

La elección del tema del presente TFG viene justificada por la búsqueda exhaustiva de programas de intervención relativos al SD en la etapa de educación infantil en diversas páginas de gran peso científico (Dialnet, Google Académico, ISOC etc.) en las cuales se advierte la existencia de gran cantidad de programas relativos a las habilidades sociales y a la conducta. En relación a la educación emocional encontré pocos programas que trabajen las competencias emocionales en el alumnado con SD. Sin embargo sí que existen varios estudios que corroboran la importancia de la educación emocional en este colectivo, por ejemplo (Morales & López, 2006; Sheydaei, Adibsereshki, & Movallali, 2015)

Por lo que a partir de esto he considerado necesario realizar una propuesta de educación emocional para este colectivo.

Otro de los motivos por los que he elegido esta temática es porque se trata de un trastorno con una prevalencia considerable, tanto a nivel mundial como a nivel nacional. A nivel mundial la incidencia estimada del SD se sitúa entre 1 de cada 1.000 recién nacidos (Naciones Unidas, 2016) y a nivel nacional, la EDAD2008 (Instituto Nacional de Estadística, 2008) establece que en España hay aproximadamente 34.000 personas de 6 o más años con SD y la BDEPD2012 (Instituto Nacional de Servicios Sociales, 2012) unas 16.550 personas, esta diferencia se explica en un apartado más adelante, por esta prevalencia es necesario que existan programas para poder atenderles.

El siguiente motivo es la importancia que tiene un buen desarrollo emocional en todas las personas, ya que generara las habilidades necesarias tanto para manejar los sentimientos y emociones propias y ajenas como para discriminar entre ellos y de esta forma guiar el pensamiento y la acción. Muchos de los problemas de la sociedad tienen que ver con el analfabetismo emocional, ya que un mal desarrollo emocional generara problemas futuros como violencia, ansiedad, depresión, inseguridad etc. (Bisquerra, 2003; Goleman, 1996; Salovey y Mayer 1990)

Además las personas con discapacidad intelectual, como es el caso del SD, tienen dificultades para percibir y reconocer las emociones de los demás y para percibir y expresar las propias, las cuales generan grandes limitaciones en aquellas personas con graves dificultades de comunicación (Centro de documentación y estudios SIIS de Álava)

Por esta razón es necesario realizar una planificación centrada en la persona basada en potenciar los puntos fuertes y compensar las debilidades. La intervención temprana es fundamental para la promoción del individuo. Según Flórez (2011), la atención temprana en niños/as con Síndrome de Down tiene el beneficio de aprovechar la neurplasticidad para activar y promover las estructuras que han nacido o que se han de desarrollar de un modo deficiente, de esta forma se lograra un mejor acceso al aprendizaje de forma significativa.

En segundo lugar, el presente TFG viene justificado por el Real Decreto 1393/2007, de 29 de octubre, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias oficiales, en concreto en su artículo 12.3, se establece que *las enseñanzas universitarias serán finalizadas con la elaboración y defensa del TFG para poder obtener la un título de graduado en dicha enseñanza.*

Siguiendo con la legislación vigente, la memoria de plan de estudios del título de grado maestro -o maestra- en educación infantil por la universidad de Valladolid, establece una serie de objetivos, entre los cuales los relacionados con el presente TFG son los siguientes:

- *Analizar el contexto y planificar adecuadamente la acción educativa.*
- *Diseñar, organizar y evaluar trabajos disciplinares e interdisciplinares en contextos de diversidad.*
- *Elaborar documentos curriculares adaptados a las necesidades y características de los alumnos.*

Es fundamental, que el profesorado cuente con una formación específica en las diversas necesidades educativas específicas existentes en la actualidad y como es necesaria trabajar en cada uno de estos casos. Para ello la memoria de plan de estudios del título de grado maestro -o maestra- en educación infantil por la universidad de Valladolid fija un conjunto de competencias que son necesarias para la obtención del grado, entre las cuales las asociadas con aspectos este Trabajo de Fin de Grado son las siguientes:

- *Ser capaz de reconocer, planificar, llevar a cabo y valorar buenas prácticas de enseñanza-aprendizaje.*
- *Ser capaz de analizar críticamente y argumentar las decisiones que justifican la toma de decisiones en contextos educativos.*
- *Ser capaz de integrar la información y los conocimientos necesarios para resolver problemas educativos, principalmente mediante procedimientos colaborativos.*
- *Ser capaz de coordinarse y cooperar con otras personas de diferentes áreas de estudio, a fin de crear una cultura de trabajo interdisciplinar partiendo de objetivos centrados en el aprendizaje*

## **4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA**

### **4.1. EL SÍNDROME DE DOWN (SD).**

#### **4.1.1. Conceptualización y descripción del Síndrome de Down**

El síndrome de Down fue descrito por primera vez en 1866 por el Dr. John Langdon Down que es a quien se debe su nombre. Pero no fue hasta el año 1932 cuando Waardenburg propone que se trataría de un cuadro clínico generado posiblemente por un reparto anormal de los cromosomas, No obstante, esta hipótesis tuvo que esperar hasta 1958 para ser demostrada gracias a Jerome Lejeune, quien descubrió la existencia de material genético extra en el cromosoma 21.

El SD, también conocido como trisomía 21, es la causa más frecuente de retraso mental y se trata de una alteración genética causada por la reproducción adicional del cromosoma 21, dando a lugar a 47 cromosomas en lugar de 46 (Artigas, 2005). Como bien indica Martínez Pérez (2011) las alteraciones cromosómicas suelen afectar al cerebro y en la mayoría de los casos, conllevan a la aparición discapacidad intelectual. Además, se trata de la alteración cromosómica más fácil de reconocer de entre todas las alteraciones asociadas con el retraso mental (Artigas, 2012; Fernández, & Buceta, 2003)

En cuanto a las características que presentan los niños/as con Síndrome de Down se ha elaborado una tabla 1 a partir de la información recogida en Flórez y Ruiz (2004) Rodríguez y Olmo (2010), Basile (2008)

TABLA 1. *Características generales de los niños/as con SD*

<p>CARACTERÍSTICAS FÍSICAS</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leve microcefalia y cuello cortó.</li> <li>• Ojos en forma de almendra, nariz, boca y orejas pequeñas.</li> <li>• Manos cuadradas y pequeñas. Pies pequeños.</li> <li>• Estatura baja.</li> <li>• La lengua sobresale de la boca.</li> <li>• Aparición retardada de la dentición.</li> <li>• En niños menores de un año aparecen las manchas de Bruschi</li> </ul>
<p>CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Escasa iniciativa para iniciar actividades: utilización reducida en las posibilidades de juego y baja tendencia a la exploración.</li> <li>• Menor capacidad de inhibición.</li> <li>• Conductas persistentes y resistencia al cambio.</li> <li>• Baja capacidad de respuesta y de reacción frente al ambiente</li> </ul>
<p>CARACTERÍSTICAS SENSORIALES</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pérdida de audición entre 15 o 20 decibelios.</li> <li>• Trastornos oftalmológicos.</li> </ul>
<p>CARACTERÍSTICAS MOTRICES</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hipotonía muscular y laxitud de los ligamentos.</li> <li>• Torpeza motora tanto gruesa como fina.</li> <li>• Dificultad de movimientos anti gravitatorios.</li> <li>• Mala coordinación y lentitud en sus realizaciones motrices.</li> </ul>
<p>CARACTERÍSTICAS COGNITIVAS</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Deficiencia intelectual ligera o moderada</li> <li>• Dificultad en los procesos de abstracción, generalización y transferencia de aprendizajes.</li> <li>• Lentitud para procesar y codificar la información y dificultad para interpretarla, elaborarla y responder a los requerimientos tomando las decisiones adecuadas.</li> <li>• Dificultad para acceder al pensamiento hipotético</li> <li>• Dificultad para planificar estrategias de resolución de problemas.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desorientación espacial y temporal.</li> <li>• Dificultad para retener información: capacidad de captación y retención de información visual mayor que la auditiva</li> <li>• Dificultad para mantener la atención en tiempos prolongados y se distraen con facilidad con estímulos diversos y novedosos.</li> <li>• Umbral de respuesta ante estímulos elevado.</li> <li>• Curiosidad por conocer y explorar limitada.</li> </ul>
CARACTERÍSTICAS LINGÜÍSTICAS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nivel lingüístico bajo.</li> <li>• Retraso en la emergencia del lenguaje y en las habilidades lingüísticas.</li> <li>• Dificultad para dar y captar respuestas verbales</li> <li>• Lenguaje compresivo mejor que expresivo.</li> </ul>
CARÁCTERÍSTICAS SOCIALES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nivel de interacción social espontanea bajo.</li> <li>• Dependientes de los adultos.</li> <li>• Su comportamiento social mejora con unas normas sociales de actuación adecuadas.</li> <li>• En conjunto alcanzan un buen grado de adaptación social</li> <li>• Colaboradores, afables, afectuosos y sociables.</li> <li>• Prefieren jugar solos o con niños/as más pequeños.</li> </ul>

*NOTA: Aunque el SD presente todas estas características comunes, hay que tener en cuenta que no todos los niños/as presentaran las mismas y que existen características personales de cada uno de ellos.*

#### 4.1.2. Etiología y factores de riesgo

Según Ruiz (2016) el SD se trata de un trastorno genético cuya causa es una alteración cromosómica en el par 21. Se pueden producir tres tipos de alteraciones cromosómicas (Basile, 2008; Flórez y Ruiz, 2003):

- El tipo más frecuente de SD es *la trisomía 21*, suele darse entre el 90-95% de los casos y es el resultado de un error en la división celular del ovulo, denominándose a esta mala separación, no disyunción, por lo que poseen 47 cromosomas en lugar de 46.
- Alrededor del 3,5% de los casos con SD presentan una *translocación* no equilibrada, generalmente entre los cromosomas 14 y 21, esto es debido a que el padre o la madre son portadores de dos cromosomas completos más un trozo del cromosoma 21, por lo que el recuento genético será de 46 cromosomas en cada célula.
- Y por último el 1-2% de los casos presenta *mosaicismo* y suele deberse a la no disyunción después de la concepción por lo que la trisomía no está presente en todas las células del individuo. Es decir, el individuo presenta dos líneas, una con trisomía 21 completa y la otra normal.

La OMS (2015) determina que no es posible encontrar la causa concreta de casi el 50% de las enfermedades congénitas pero si se establece una clasificación de los factores de riesgo que pueden provocarlas.

Factores asociados al SD (OMS 2015; Fernández y Buceta 2003):

- Factores socioeconómicos y demográficos: debido principalmente a que las mujeres tienen bajos ingresos lo que provoca insuficiencia de alimentos nutritivos y una mayor exposición a agentes que producen un mal desarrollo prenatal.
- Factores genéticos: la consanguineidad, la edad materna avanzada, padre portador, el gen de no disyunción, así como haber tenido anteriormente un niño/a con SD son factores de riesgo.
- Infecciones: sífilis, rubeola, gripe, hepatitis etc.

- Estado nutricional de la madre: carencias de yodo y folato, sobrepeso y diabetes.
- Factores ambientales: exposición de la madre a productos químicos, a ciertos medicamentos, alcohol, tabaco y radiación ionizante durante el embarazo.

De todos estos factores, el único factor de riesgo que se asocia con certeza al SD es la edad materna avanzada.

#### **4.1.3. Epidemiología**

Según las Naciones Unidas (2016), la incidencia estimada del SD a nivel mundial se sitúa entre 1 de cada 1.000 y 1 de cada 1.100 recién nacidos

Según el III Plan de Acción para las personas con SD y sus familias (2016), para el análisis de la prevalencia a nivel nacional existen dos fuentes en las que se registra el SD:

- Base de datos Estatal de Discapacidad (Instituto Nacional de Servicios Sociales, 2012): esta base de datos recoge información sobre la población que ha sido reconocida oficialmente con discapacidad y sitúa la población con SD en España en 16.550 personas.
- Encuesta de Discapacidad, Autonomía personal y situaciones de Dependencia (Instituto Nacional de Estadística, 2008): se registran 34.000 personas de 6 o más años. No existe ninguna fuente que permita conocer la población de 0 a 5 años de edad a través de encuestas.

La única fuente que recoge la incidencia es el Estudio colaborativo español de malformaciones congénitas (ECEMC). Durante el periodo 1976-2012 el ECEMC2015 (Grupo de Investigación ECEMC, 2017) se registraron aproximadamente 5 niños con SD de cada 10.000 nacidos.

Según la BDEPD2012 (Instituto Nacional de Servicios Sociales, 2012) y recogido en el III Plan de Acción para personas con SD y sus familias en España (2016) la incidencia del SD es mucho mayor en varones que en mujeres, de las 34.000 personas con SD, el 59% son hombres y el 41% mujeres, aunque no existe ningún censo oficial.

A partir de los 45 años el número de personas con SD descienda significativamente debido a su esperanza de vida. A esta edad la presencia de comorbilidades se incrementa. De entre los trastornos que se presentan con mayor frecuencia a estas edades destaca: la demencia, cambios dermatológicos, menopausia temprana, trastornos auditivos y visuales, epilepsia de aparición tardía, hipotiroidismo, obesidad, apneas del sueño, osteoporosis y otras afecciones musculoesqueléticas, limitaciones en la capacidad cardiorrespiratoria y una susceptibilidad mayor a las infecciones (Farriols, 2012)

A pesar de esto, según la EDAD2008 (Instituto Nacional de Estadística, 2008), su esperanza de vida ha ido aumentando progresivamente, en 1999 el 10,8% superaba los 45 años y en 2008 es el 13,6%. Actualmente su esperanza de vida está en los 56 años o más debido a un precoz envejecimiento que aparece a partir de los 40-45 años, acompañado de un declive de capacidades cognitivas, lenguaje y habilidades sociales. Además el Síndrome de Down está muy relacionados con el Alzheimer, ya que en general las personas con SD acaban desarrollando a lo largo de su vida lesiones cerebrales, característica propia del Alzheimer.

El riesgo de traer a un niño/a al mundo con SD se incrementa si la edad de la madre es avanzada, así lo detalla Martínez & Fernández (1999):

- 25 años: 1 de cada 1250 niños/as.
- 30 años: 1 de cada 1000 niños/as.
- 35 años: 1 de cada 400 niños/as.
- 40 años: 1 de cada 100 niños/as.
- 45 años: 1 de cada 30 niños/as.

Por esto mismo, cuando la madre supera la edad de 35 años se la recomienda realizarse pruebas prenatales. Gracias a estas pruebas se registra un descenso de la incidencia del SD, cada año se registran 28,6 casos menos por cada 100.000 nacimientos (Bermejo, Cuevas, Mendioroz, Grupo Periférico del ECEMC y Martínez-Frías, 2008).

#### 4.1.4. Evaluación.

##### *La evaluación diagnóstica*

Esta puede realizarse de dos maneras, antes o después del nacimiento. (Madrigal, 2004; Pérez, 2014)

- Antes del nacimiento, diagnóstico prenatal: puede llevarse a cabo desde la novena semana de gestación mediante distintas pruebas que analizan las células del embrión para conocer el número de cromosomas. Las pruebas prenatales pueden ser:
  - Exploratorias o de cribado: tienen la ventaja de no ser agresivas y dan la señal de alerta. Se puede realizar mediante un análisis ecográfico o un análisis bioquímico de la sangre.
  - De diagnóstico o de confirmación: son más agresivas pero aseguran el diagnóstico. Suelen realizarse si existen antecedentes de alteraciones genéticas, si la mujer sobrepasa los 35 años o si las pruebas de cribado dan un riesgo alto de que el feto presente síndrome de Down. Se realizan a través de la obtención de una muestra del tejido fetal:
    - ✎ Biopsia de corion: consiste en tomar una pequeña muestra de la placenta para analizarla.
    - ✎ Cordocentesis: se utiliza en casos excepcionales a través del cordón umbilical para la obtención de sangre fetal.
    - ✎ Amniocentesis: es una de las pruebas más conocidas, que consiste en la extracción y análisis de una muestra de células del líquido amniótico.

Estas últimas pruebas ofrecen certeza sobre si el bebé tiene SD, pero existe la desventaja de sufrir un aborto

- Después del nacimiento, diagnóstico postnatal: esta se realiza mediante un análisis de sangre.

### *Evaluación educativa*

La evaluación diagnóstica no específica cómo se debe tratar el SD, en este caso se necesita el diagnóstico psicopedagógico, debido a que es necesario valorar todas sus dimensiones para ver cuáles son los apoyos que necesita.

La evaluación educativa del SD se lleva a cabo mediante lo que se conoce como evaluación psicopedagógica, pero anteriormente a esta se llevaba a cabo la evaluación tradicional, la cual estaba basada en un modelo clínico cuyo objetivo era explicar determinados trastornos y a partir de esto asignarle el tratamiento adecuado. Para realizar esta evaluación se utilizaban pruebas descontextualizadas y poco relacionadas con el proceso de enseñanza-aprendizaje (Colás, 2000; Martínez, 2005). La información proporcionada por estas pruebas no aportaba ningún tipo de ayuda para prestar al niño/a tanto en la escuela como en casa (Ruiz, 2009).

La evaluación psicopedagógica recoge información sobre todos los elementos que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje, profesores, alumnos, contenidos familia y entorno (MEC, 1996; CNICE, 2008).

La evaluación psicopedagógica evalúa las siguientes áreas: intelectual, desarrollo motor, comunicativa-lingüística, adaptación e inserción social y emocional. Para evaluar estas áreas son preciso varios métodos especializados para que la información obtenida cumpla con unos mínimos criterios de validez (Álvarez, 2010):

- La observación: Recoge de manera objetiva, sistemática y específica las conductas.
- Entrevista: se realiza a padres o tutores legales o al propio alumno.
- Pruebas pedagógicas: Normalmente se utiliza cuando existe una necesidad de mayor información para la toma de decisiones de adaptaciones curriculares. Fernández (1997),
- Cuestionarios, escalas y autoinformes: son pruebas objetivas pero es necesario tener en cuenta tanto los test de inteligencia como los test de desarrollo.

Las test más conocidos para valorar la inteligencia en el SD son:

- Escalas de Inteligencia de Wechsler:
  - WPPSI IV Escala (Wechsler ,2014)
    - Es de las pruebas más innovadoras en la actualidad, mide la capacidad cognitiva basada en las teorías e investigaciones contemporáneas y es muy adecuada para el desarrollo madurativo desde los 2 años y 6 meses hasta los 7 años y 7 meses. Debido a la edad a la que está dirigida ofrece un formato y contenido lúdico para los niños/as.
  - WISC V. Escala de Inteligencia de Wechsler V para Niños (2014)
- Escala de matrices progresivas. Escala CPM Color. (Raven, 1995)

Test de desarrollo:

- MSCA. Escalas McCarthy de Aptitudes y Psicomotricidad para Niños (McCarthy, 1972)
- DP-3. Perfil de Desarrollo-3 (Gerald, 2007)
- MP-R. Escalas de Desarrollo Merrill-Palmer Revisadas (Gale & Jackie, 2011)
- BATTELLE. Inventario de Desarrollo (Newborg, Stock & Wnek, 1996)

#### **4.1.5. Tratamiento.**

El tratamiento de los niños/as con SD se basa en la metodología de planificación centrada en la persona. Esto no supone seguir una línea centrada en un manual, sino que se utilizaran las herramientas que más se adecuen al niño/a.

Rodríguez (2013) define la ACP como “la que se consigue cuando se pone a la persona como eje sobre el que giran el resto de las dimensiones relacionadas con: la intervención basada en evidencia científica, la organización del servicio, el equipo y la interdisciplinariedad y el ambiente”. La tabla 2 recoge las diferencias entre la ACT y los modelos de atención centradas en la persona (Martínez, 2013)

TABLA 2: *Diferencias de los modelos de atención centrados en las personas y los modelos de atención centrados en el servicio*

MODELOS DE ATENCIÓN CENTRADOS EN LA PERSONA	MODELOS DE ATENCIÓN CENTRADOS EN EL SERVICIO
Sitúan su foco de atención en las capacidades y fortalezas de la persona.	Sitúan su foco de atención en los déficits y enfermedades.
Intervención global con planes de vida individualizados.	Intervención parcial.
Se tiene en cuenta las opiniones de la persona y su familia.	Decisión única por parte de profesionales.
Importancia del entorno y la comunidad que rodean a la persona.	“Aislamiento” de las persona en los servicios sociales.
Lenguaje cercano y accesible a la persona.	Lenguaje clínico y con tecnicismos.

El principal objetivo de los modelos de ACP es mejorar la calidad de vida de aquellas personas que necesitan ciertos cuidados y son dependientes partiendo del respeto pleno a su dignidad y derechos (Martínez, 2011)

El tratamiento debe comenzar desde los primeros años de vida y debe abordarse desde una perspectiva multiprofesional, además debe adecuarse a las características de cada niño/a teniendo en cuenta el grado de retraso intelectual y los problemas asociados. (Madrigal, 2004)

Siguiendo a Madrigal (2004) y el Programa de Salud para personas con SD podemos encontrarnos las siguientes áreas de intervención:

- Intervención médica: el SD no tiene cura pero si se deberán tratar al nacer los problemas médicos asociados, que pueden ser de carácter congénito o aparecer después, es decir, la comorbilidad, la cual ha sido desarrollada en el punto de epidemiología.
- Fisioterapia: De esta manera se mejora la capacidad de movimientos y caminara de una manera más estable que repercutirá en un futuro en su autonomía. La

fisioterapia es un elemento esencial del tratamiento del niño con SD para tratar las dificultades asociadas: hipotonía muscular, hiperlaxitud ligamentosa y muscular, retraso en el crecimiento psicomotor, equilibrio deficiente etc.

- Intervención logopédica: uno de los problemas que acarrea el SD son sus limitaciones lingüísticas. Para ello es importante que reciba este tipo de terapia en sus primeros años de vida, a través de un terapeuta del habla y del lenguaje que le ayude a mejorar las habilidades tanto para comunicarse como para comprender lo que el resto les dice.

Todas estas intervenciones están realizadas por los especialistas oportunos, debido a que el presente TFG está centrado en la educación del SD, es necesario realizar una descripción más detallada de la intervención psico-educativa:

En primer lugar, esta intervención es necesaria para tratar los problemas de conducta y emocionales que pueden estar asociados a esta patología, lo que justifica que sea necesario desarrollar estrategias que ayuden a modificar conductas indeseadas y tolerar problemas como la frustración.

En segundo lugar, la modalidad del centro al que puede acudir un niño/a con SD dependerá de las capacidades y limitaciones evaluadas por el equipo psicopedagógico, es decir podrán ser escolarizados en centros ordinarios de integración o centros de educación especial. Siempre será mucho mejor la integración educativa ya que es beneficiosa tanto para el niño/a con SD como para sus compañeros, pero para ello los profesores deben dar una respuesta a sus necesidades educativas (Ruiz, 2003). Las variables que más influyen en el éxito de la integración escolar de los alumnos con discapacidad son la actitud favorable del profesorado junto con las adecuadas adaptaciones de tipo didáctico y organizativo (Arraiz & Molina, 2002)

En muchas ocasiones la intervención educativa requiere de la adaptación curricular individualizada para compensar las dificultades que presenta (intelectuales, motoras, sensoriales etc.). La adaptación curricular se ha de entender como un conjunto de medidas que se toman para un determinado alumno, pero con una perspectiva sistémica, global y de centro (Ruiz, 2003). Para que una adaptación curricular tenga éxito ha de ser una actividad de centro, realizada de forma colectiva (MEC, 1992) además se deben tener en cuentas las necesidades educativas que presenta cada individuo.

La aplicación de la intervención educativa en infantil se centra en las siguientes áreas (Madrigal, 2004; Candel, 2005):

- Área motora: su objetivo es mejorar sus posibilidades de movilidad y de exploración del medio. Deben recibir cinesiterapia para corregir la flacidez muscular.
- Área cognitiva: permitirá al niño/a desarrollar estrategias para adaptarse a cualquier situación problemática que se vaya encontrando.
- Área socio-comunicativa: crear un ambiente social que le permita estimular la comunicación y alcanzar un desarrollo emocional óptimo. La logopedia entra en acción a los pocos meses de vida con el fin de estimular y reforzar el lenguaje expresivo.
- Adquisición de hábitos de autonomía: su objetivo es conseguir que paulatinamente el niño/a vaya necesitando menos la ayuda de los adultos.

#### **4.1.4.1. Necesidades educativas de los niños/as con síndrome de Down.**

Los equipos de Orientación Educativa y Psicopedagógica son los encargados de identificar las necesidades educativas especiales. Se encargan de realizar la evaluación psicopedagógica de los alumnos a través de la ORDEN EDU/1152/2010, de 3 de agosto. Una vez que recaban toda la información necesaria la plasman de forma explícita en el llamado informe de evaluación psicopedagógica. Este informe de evaluación psicopedagógica es un documento que recoge de forma detallada todos los datos referentes al alumno y los motivos que han llevado a su evaluación psicopedagógica.

Se concretan las necesidades educativas que presentan, la propuesta curricular y el tipo de ayuda.

Según Ruiz (2012) y Rodríguez y Olmo (2010) los niños/as con SD presentan las siguientes necesidades educativas:

- Necesitan que se les enseñen expresamente habilidades que otros niños aprenden espontáneamente.
- Necesitan que la información se presente de forma visual. El proceso de consolidación de lo que han de aprender es más lento. Necesitan más tiempo para culminar cualquier aprendizaje y, en consecuencia, más tiempo de escolaridad.
- Precisan de mayor número de ejemplos, de ejercicios, de actividades, más práctica, más ensayos y repeticiones para alcanzar las mismas capacidades.
- Necesitan estrategias de retención de la información partiendo de contenidos y habilidades que ya poseen.
- Requieren de una mayor descomposición en pasos intermedios de la habilidad objeto de aprendizaje, y una secuenciación de objetivos y contenidos más detallada, repitiendo en numerosas ocasiones lo que se va a enseñar.
- Necesitan, siempre que sea posible, que los aprendizajes sean prácticos, útiles, funcionales, aplicables de manera inmediata o cercana en su vida cotidiana; en definitiva, que promuevan la motivación.

- Tienen dificultades de abstracción, de transferencia y de generalización de los aprendizajes. Lo que aprenden en un determinado contexto no se puede dar por supuesto que lo realizarán en otro diferente. Realizar ejercicios que vayan de lo concreto a lo abstracto.
- Necesitan que se les evalúe en función de sus capacidades personales, de los objetivos individuales planteados y de los niveles de aprendizaje que cada uno vaya alcanzando, y no en base a criterios externos.
- Es necesario aplicar programas específicos de autonomía personal, entrenamiento en habilidades sociales y educación emocional, dirigidos a promover su independencia.
- En relación al lenguaje, necesitan ejercicios de maduración fonética e ir ampliando su vocabulario con palabras de gran carácter funcional y significativo.
- Para la lectoescritura son necesarias estrategias y metodologías apoyadas en la globalización, con estímulos visuales.
- En relación a las destrezas motoras, es necesario partir del propio sujeto e ir enseñando progresivamente destrezas motoras más finas.

## **4.2. EDUCACIÓN EMOCIONAL.**

### **4.2.1. Consideraciones previas.**

Antes de comenzar a hablar de Educación Emocional es necesario dejar claras algunas nociones previas a esto para aproximarnos más a la temática que nos concierne.

#### *¿Qué son las emociones?*

Goleman (1996) hace referencia al término de emoción refiriéndose a esta como a los pensamientos, los estados biológicos, los estados psicológicos y el tipo de tendencias a la acción que lo caracterizan.

Bisquerra (2000) define las emociones de una manera más integrada estableciendo que son un estado complejo del organismo que se caracteriza por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se activan como respuesta a un acontecimiento interno o externo.

A partir de esta definición se pueden encontrar los componentes esenciales de la emoción, los cuales los especifica Lang (1968): componente neurofisiológico, componente, cognitivo y componente comportamental.

### *¿Qué es la inteligencia emocional?*

En 1983 Howard Gardner estableció la teoría de las inteligencias múltiples, afirmando que las personas no solo tenemos una inteligencia, sino ocho, entre ellas dos se refieren a la inteligencia emocional: intrapersonal e interpersonal.

Pero los grandes referentes de la Inteligencia Emocional son Salovey y Mayer (1990) y Daniel Goleman (1996), quien publica “Inteligencia Emocional”, año en el que empieza a difundirse el concepto de inteligencia emocional.

Salovey y Mayer (1990) establecieron que la inteligencia emocional *“Es la habilidad de manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones”*

Posteriormente, Uzcategui (1998) acuñó que la inteligencia emocional es *“El conocimiento, luego se transforma en capacidad socioafectiva que facilita al individuo”*.

Y en el mismo año, Ryback la definió como *“la capacidad de aplicar la conciencia y la sensibilidad para discernir los sentimientos y subyacentes de la comunicación interpersonal, para resistir la tentación que mueve a reaccionar de una manera impulsiva irreflexiva, obrando en vez de ello con receptividad, autenticidad y sinceridad”*.

A pesar de todas estas definiciones la que mayor repercusión ha tenido ha sido la de Goleman (1995), el cual define la inteligencia emocional como *“la capacidad de reconocer los sentimientos propios y ajenos, de poder automotivarse para mejorar positivamente las emociones internas y las relaciones con los demás”*. También señala que la inteligencia emocional permite la conciencia de los propios sentimientos en el momento en el que se experimentan, dándole una atención progresiva a los propios estados internos.

La inteligencia emocional tiene un papel importante en el proceso de aprendizaje, por lo que es importante no dejarla de lado. Salovey y Mayer (1990) ya iniciaron un estudio en el que se demostraba el papel que juegan las habilidades emocionales en el aprendizaje y crearon una teoría de la Inteligencia Emocional que pretendían incluirla en los currículos escolares (Fernández, Berrocal y Extremera, 2006).

Desde el inicio del estudio de la IE, numerosos autores han sugerido que la adquisición de destrezas emocionales, debe ser prerequisite que los estudiantes deben dominar antes de acceder al material académico tradicional que se les presenta en clase y por ello, la formación en competencias socio-emocionales de los estudiantes se esa convirtiendo en una tarea necesaria y que la mayoría delos docentes considera primordial (Extremera & Fernández-Berrocal, 2004; Bisquerra & Pérez, 2007; Pena& Repetto, 2008). Existen investigaciones en las que ha empleado medidas de ejecución (MSCEIT) y han encontrado correlaciones positivas y significativas entre IE y rendimiento académico (Gil-Olarte, Palomera & Brackett, 2006).

Esto es debido a que no es posible separar los aspectos cognitivos y los emocionales, sino que son todo en uno. No es posible aprender conceptos académicos sin la propia predisposición de la persona a aprender. Por lo tanto, el pensamiento, aunque parezca racional, está cargado de aspectos emocional, de hecho no existe pensamiento puro, ni racional ni emocional (Casassus, 2006).

Una vez explicado lo que es el concepto de “Emoción” y lo que es “La Inteligencia emocional” y sus implicaciones en el área académica, es necesario centrarse en como es el desarrollo emocional de las personas en su primera infancia.

El desarrollo afectivo comienza con el nacimiento, momento en que el niño es insertado en un grupo social, de lo cual depende la satisfacción de sus necesidades, completamente vueltas, en principio, a su supervivencia (Silva & Calvo 2014). Así lo estableció Vigotsky (1996) “La existencia de estados emocionales agradables o desagradables se manifiesta ya en los primeros días de vida del niño, en la expresión de su rostro, la entonación de sus gritos, etc.”

Por lo tanto, durante los primeros meses de vida el niño/a expresa sus emociones a través de la mirada, los gestos faciales y el llanto. Con la adquisición del lenguaje el niño comienza a adquirir vocabulario y pone en palabras determinados estados emocionales básicos. A medida que se desarrollan ciertas habilidades motoras comienzan los contactos con el mundo y por medio de la acción cultural. En este sentido, los objetos del mundo externo (de la realidad) adquieren valor afectivo o no, de acuerdo con el contexto más inmediato en que la situación ocurre o con las características de “valor” que la sociedad les atribuye (Silva & Calvo 2014).

A continuación se establecen los estados evolutivos que Wallon (1987) propuso en referencia al desarrollo emocional, se explican de manera detalla los que conciernen a la primera infancia:

- Impulsividad motriz y emocional (0-1 año): manifestación de emociones relacionadas con la satisfacción de las necesidades. La emoción contribuye a una simbiosis afectiva con el entorno.
- Sensorio-motriz y proyectivo (2-3 años): la actividad sensorio-motriz le permite establecer relaciones, incluso de apego, con objetos de su entorno.
- Personalismo (3-6 años): toma de conciencia y afirmación de la personalidad y construcción del yo. Se caracteriza por una fuerte necesidad de atención y afecto.
- Pensamiento categorial (6-12 años)
- Pubertad y adolescencia (12 años en adelante)

#### **4.2.2. Conceptualización de educación emocional.**

La primera vez que aparece el concepto de Educación Emocional fue en el año 1973, en la revista *Journal of Emotional Education*. Pero no fue hasta 1996 en el informe Delors de la UNESCO, cuando adquirió un gran peso en la sociedad a ser valorado como se debía

### *¿Qué es la educación emocional?:*

Se trata de un “Proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social.” (Bisquerra, 2000).

La educación emocional tiene por objeto el desarrollo de las competencias emocionales, de la misma forma en que se puede relacionar la inteligencia académica con el rendimiento académico.

La educación de las emociones tiene que servir de puente para aproximar lo que queremos ser, desde un punto de vista ético, y lo que somos, desde un punto de vista biológico. Al educar emocionalmente (Bach & Darder, 2002) se parte de unas actitudes afectivas que pretenden fomentar en el niño o niña una simbiosis entre pensamiento, emoción y acción, afrontando los problemas sin que se vea afectada la autoestima.

Basándose en el planteamiento que realizan Bisquerra y Pérez (2007) se consideran las siguientes competencias emocionales:

- **Conciencia emocional:** consiste básicamente en conocer nuestras propias emociones y manifestarlo tanto con el lenguaje verbal como no verbal. Es decir, dar nombre a las emociones utilizando para ello un vocabulario emocional adecuado.
- **Autocontrol o regulación emocional:** es el elemento esencial de la educación emocional. Es la capacidad de regular los impulsos y las emociones desagradables, de tolerar la frustración y de saber esperar las gratificaciones. A su vez se incluye la capacidad de generar emociones positivas, experimentarlas de forma voluntaria y consciente.

- Autonomía personal: aquí se encuentran la autoestima, la actitud positiva ante la vida, responsabilidad, capacidad de buscar ayuda y recursos y autoeficación emocional, es decir todo lo relacionado con la autogestión personal.
- Habilidades sociales: son un conjunto de competencias que nos facilitan las relaciones con los demás. Capacidad para identificar problemas, fijar objetivos positivos y realistas, capacidad para resolver conflictos en paz, capacidad para generar situaciones optimas en la vida personal, social y profesional. (Bisquerra, 2003).
- Competencia para la vida y bienestar: Es la capacidad para adoptar comportamientos que sean apropiados para afrontar de una manera satisfactoria los retos de la vida.

En el marco de la escuela, la educación basada en emociones tiene como objetivo esencial desarrollar las competencias emocional y sociales en el alumnado (Bisquerra, 2000). A partir del objetivo esencial, se desprenden una serie de objetivos generales (Bisquerra, 2005):

- Adquirir un mejor conocimiento de las emociones propias.
- Identificar las emociones de los demás.
- Desarrollar la habilidad de controlar las propias emociones.
- Prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas.
- Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
- Desarrollar una mayor competencia emocional.
- Desarrollar la habilidad de automotivarse.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.

### **4.2.3. ¿Por qué es necesaria/importante la educación emocional en educación infantil?**

La Educación Emocional nace ante la necesidad de dar una respuesta educativa a los problemas que se originan en la sociedad actual como son: la ansiedad, depresión, problemas de disciplina, violencia trastornos de alimentación etc. (Álvarez, 2001).

La educación emocional es necesario que comience lo más pronto posible, desde la etapa de Educación Infantil. Esto es debido principalmente a que en estas edades la neuroplasticidad es más intensa que en cualquier etapa del desarrollo y por lo tanto el aprendizaje será mayor. Los niños poseen una importante neuroplasticidad cerebral, por lo que las experiencias y aprendizajes que se den en esta etapa son muy importantes para un correcto desarrollo tanto cognitivo como emocional. Además la educación emocional en estas edades, es una forma de prevención primaria inespecífica, que pretende minimizar la vulnerabilidad de la persona en la edad adulta a determinadas disfunciones (estrés, depresión, impulsividad, agresividad, etc.) o prevenir su ocurrencia (Bisquerra, 2003).

El factor emocional se considera como un elemento muy importante en la prevención y/o desarrollo de algunas enfermedades: se está demostrando que emociones negativas como la ira, el miedo, el estrés, la depresión, etc. tienen un efecto directo sobre la salud (Perea, 2002).

Entre los diversos argumentos que puedan esgrimirse para justificar la educación emocional, se resumen los siguientes (Álvarez, 2011; Campillo, 2010; González & Villanueva, 2014)

- Se promueve el desarrollo integral de las personas: esto es no solo educar lo cognitivo sino también lo emocional. Por ello los profesores deben promover situaciones que originen tanto el desarrollo cognitivo como el desarrollo emocional, debido a que en cualquier proceso de aprendizaje está presente la dimensión emocional, por lo que se la debe prestar especial atención por la influencia que tienen las emociones en el proceso educativo.

- Las emociones que experimentamos a lo largo de nuestra vida pueden estar producidas por estímulos que nos producen tensión emocional y conflictos entre lo que deseamos y lo que deberíamos de hacer. Las emociones positivas, así como la regulación positiva de determinadas tensiones y la resolución de conflictos están estrechamente relacionadas con el éxito en las relaciones interpersonales y el rendimiento escolar. Una mala educación emocional provocan depresión, apatía, falta de motivación y fracaso escolar, todo esto está relacionado con déficits en la madurez y el equilibrio emocional.
- Las relaciones sociales pueden originar conflictos que generan una fuerte tensión emocional y estos conflictos afectan a los sentimientos. Esto es posible evitarlo con una buena educación emocional.
- Según la teoría de las inteligencias múltiples (Gardner, 1995) se distingue entre inteligencia interpersonal y otra intrapersonal. Ambas son la base de la inteligencia emocional. Como señala Gardner (1995) concentrarse exclusivamente en las capacidades lingüísticas y lógicas durante la escolaridad formal puede suponer una estafa para los individuos que tienen capacidad en otras inteligencias.

Según investigaciones recientes se ha demostrado que las actitudes positivas, de aceptación y autoeficacia, favorecen el control emocional y la realización de tareas académicas con mayores expectativas de logro. Los elevados índices de fracaso escolar, las dificultades de aprendizaje, la indisciplina escolar etc. están relacionados con la depresión, la apatía, es decir, sentimientos negativos, los cuales deben ser atendidos desde los sistemas educativos.

Siguiendo a Logatt, (2016) para que un recuerdo se consolide en nuestra memoria es necesario que este esté unido a una emoción. Los aprendizajes generados en la vida cotidiana o dentro de un aula que se encuentran asociados a sentimientos son los que perdurarán en nuestra memoria. Uno de los principales objetivos de la educación debe ser crear ambientes educativos emocionalmente positivos y de colaboración, algo que ayudará a los niños a recordar más y también fomentará un proceso de enseñanza asociado a la alegría y felicidad. Es fundamental asociar la educación al bienestar y felicidad.

Además Ibarrolla, (2013) afirma que los estímulos emocionales interactúan con las habilidades cognitivas, afectando a la capacidad de razonamiento, la toma de decisiones, la memoria, la actitud y la disposición para el aprender. Tanto las emociones como los sentimientos pueden fomentar el aprendizaje al intensificar la actividad de las redes neuronales y reforzar las conexiones sinápticas.

#### **4.2.4. Estrategias pedagógicas para la educación emocional en edades tempranas**

A lo largo de la historia de la pedagogía numerosos pedagogos han abogado por la inclusión de las emociones en el currículo.

Uno de los principios pedagógicos básicos de la formación es el afecto y lo explica de la siguiente manera: La primera matriz de formación humana es el afecto materno, cuyo suplemento y relevo posterior en la sociedad moderna es la comprensión afectuosa del maestro. La afectividad consciente, la motivación, el interés, la buena disposición, los estímulos positivos, la empatía, son variaciones pedagógicas del principio que articula la cabeza con el corazón, la razón con el sentimiento, lo cognitivo con lo afectivo. (Flórez, 2001)

La actuación pedagógica pretende potenciar la adquisición de competencias emocionales mediante estrategias emocionales y vivenciales como cuentos, títeres y algunas dramatizaciones; así como en la utilización de recursos de la vida cotidiana: noticias de prensa, fotografías familiares, canciones, juegos de falda, etc. (López-Cassá, 2005)

Elia Lopez-Cassa (2016) afirma que es necesario tener en cuenta el desarrollo madurativo de los niños/as con un enfoque constructivista, globalizado y activo para promover aprendizajes significativos. Las actividades más apropiadas para promover la educación emocional serán las grupales ya que favorecen la comunicación y la convivencia. El profesor será el modelo y referente del niño, además debe de crear un clima positivo de seguridad y confianza que favorezca la comunicación y la empatía. Es necesario que este cuente con una buena formación teórico-práctica sobre educación emocional para poder aplicar las actividades de la mejor manera y por supuesto debe de participar en ellas para favorecer el aprendizaje vicario. La disposición de los alumnos y el profesor debe ser en

forma de semicírculo ya que favorece la proximidad y la comunicación, así como el bienestar emocional: los niños se sentirán escuchados, mirados y acogidos.

Todo esto guarda mucha relación con la forma en que se debe de trabajar la educación emocional con los niños/as con SD. Ruiz (2012) señala que se debe trabajar desde una metodología globalizada y activa permitiendo de este modo construir aprendizajes significativos. Las actividades deben de ser de corta duración ya que su atención se mantiene en periodos de tiempo breves.

Renom, (2003) establece una serie de pautas en la educación emocional, de las cuales las más cercanas al SD son:

- Facilitar la acción del sujeto, haciendo que el aprendizaje sea dinámico y operativo
- Describir y suscitar los interés del alumnado

Además es bien sabido, que el aprendizaje con apoyo visual en este colectivo facilita la comprensión, como puede ser el caso de: imágenes, dibujos, pictogramas de ARASAAC. Los niños/as con SD aprenden muy bien a través del aprendizaje vicario, por lo que el profesor debe ser un buen modelo para ellos además de mantener siempre una actitud positiva, la cual transmitirá a los niños/as. En esta línea es importante destacar los refuerzos afectivos transmitiendo en todo momento cariño a los alumnos ya que los reciben con naturalidad y refuerzan el sentimiento propio de valía (Ruiz et al, 2009).

#### 4.2.5. Programas de educación emocional existentes en España.

En los últimos años, en nuestro país, se ha procurado acercar el concepto de Inteligencia emocional al ámbito de la educación, a través de programas de educación emocional en las diversas etapas que componen el sistema educativo. Para ello se han creado gran cantidad de programas relacionados con las emociones. A continuación se citan algunos de ellos:

- López-Cassá, E. (coord.) (2003): Educación emocional. Programa para 3-6 años.
- López-Cassá, E. (2011): Educar las emociones en la infancia (de 0 a 6 años).
- Renom, A. (coord...) (2003). Educación emocional. Programa para la educación primaria
- Comas, R., Moreno, G., Moreno, J. (2002). Programa Ulises. Aprendizaje y desarrollo del autocontrol emocional.
- Gomez-Fraguela, J.A., Luengo, M.A., Romero, V. & Villar, P. (2003). Programa Construyendo Salud.
- Segura, M. & Arcas, M. (2003). Programa Educación emocional. Educar las emociones y los sentimientos
- Ibarrola, B. & Delfo, E. (2003). Sentir y pensar. Programa de inteligencia emocional para niños y niñas de 3 a 5 años.
- Cepa, A. (2015). Programa EMO-ACCIÓN.

De entre todos estos programas de educación emocional, se va a describir el siguiente por el estudio que se realiza tras su aplicación:

Programa EMO-ACCIÓN (Cepa, 2015): se realizó un estudio con 123 menores que cursaban estudios de segundo ciclo de Infantil, en el 2º curso, en un CEIP en la comunidad de Castilla y León. De entre los participantes había 22 menores con necesidades educativas de apoyo educativo. Los resultados obtenidos tras la investigación muestran la mejora en la evolución de las competencias emocionales de los menores que participaron en el estudio, lo que evidencia el importante potencial que tiene la inclusión de programas emocionales en estas edades tan tempranas. (Cepa, Heras, & Fernández-

Hawrylak, 2017)

### **4.3. EDUCACIÓN EMOCIONAL EN NIÑOS/AS CON SÍNDROME DE DOWN**

Ruiz (2004) afirma que la mente emocional y la mente racional operan de manera coordinada y que de la misma manera en que se educan los elementos del conocimiento intelectual se puede entrenar a los individuos en el manejo eficaz de sus emociones. Por consiguiente si de verdad se quiere enriquecer la personalidad de los alumnos con SD preciso introducir en ellos la formación en el conocimiento y el dominio de las emociones, con el fin de ayudarles a mejorar en este terreno. Una mayor autosatisfacción personal, una ampliación de sus interacciones sociales o un más alto grado de autocontrol, son algunos de los aspectos en que sus vidas se pueden ver beneficiadas.

Como es bien sabido el SD lleva aparejado una afectación cerebral que influye en todas las capacidades de este colectivo, en especial aquellas relacionadas con el ámbito intelectual o cognitivo pero también se verá afectada la capacidad para conocer y controlar su vida emocional. Por esta razón, es importante aplicar programas de educación emocional para paliar y desarrollar en la medida de lo posible estas capacidades. El equilibrio emocional y la autosatisfacción personas son bases fundamentales para una adecuada calidad de vida. De forma complementaria a los programas instructivos tradicionales que pretenden transmitir conocimientos, deben utilizarse programas de educación emocional que ayuden a alcanzar un grado apropiado de equilibrio personal y favorezcan la adecuada interacción social. No puede esperarse en ningún caso que todo esto se origine de forma espontánea ya que los niños/as con SD necesitan que se les enseñe de forma sistemática. (Ruiz, 2012).

Ruiz (2004) desarrollo unas pautas para llevar a cabo un programa de educación emocional en niño/as y jóvenes con Síndrome de Down en el año, el cual llevo a la práctica y lo plasmo en un artículo en el año 2009. En la específica que tras la aplicación sistemática del programa se lograron mejoras observables en aspectos como:

- El vocabulario emocional, en el número de emociones que detectaban y que sabían nombrar.
- La capacidad de expresar lo que sentían y la descripción de los propios sentimientos.
- El recuerdo de lo que sintieron en otro momento.
- El entrenamiento en relajación y el control emocional.
- La detección de sentimientos en los demás, en especial en fotografías.

Asimismo, señala que es importante la repetición del programa ya que mejora el rendimiento de quienes participan.

Además de Emilio Ruiz, existen números estudios que demuestran los beneficios de la educación emocional en el SD. Sheydaei, Adibsereshki, & Movallali, (2015) mostraron que su programa de intervención emocional había aumentado las habilidades de comunicación tanto después de la prueba como también en el grupo experimental de seguimiento. En esta línea, Morales y López (2005, 2006) realizaron un estudio que demostró que creando las estrategias adecuadas modifica el procesamiento de la información y que las variables de la emoción son fundamentales.

Por todas estas razones es necesario dedicar tiempo y esfuerzo a la educación emocional de los niños con SD ya que de esta manera se mejoraran las carencias que viven en este ámbito.

## **5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN**

### **5.1. PRESENTACIÓN**

*Programa: “Diviértete sintiendo”*

Este apartado recoge la propuesta de un Programa de Educación Emocional pensado para niños/as con Síndrome de Down que se encuentran en el tercer curso del segundo ciclo de Educación Infantil (5 años)

El programa se ha denominado “Diviértete sintiendo”. Este título está justificado por la idea de que tiene que ser una herramienta motivadora para los niños/as, de esta manera con escuchar el título del programa les resulte más atractivo y tengan una motivación inicial por participar en él.

El programa está dividido en 13 sesiones diversas con 3 actividades cada una que se deberán de realizar de forma flexible.

Para que dicho programa funcione correctamente es necesaria la participación activa de los niños/as así como una colaboración constante entre los profesionales y la familia.

### **5.2. OBJETIVOS GENERALES:**

Tras la observación de varios programas de intervención dirigidos a personas con discapacidad intelectual he creído conveniente diseñar una propuesta de intervención en educación emocional cuyo *objetivo general* es desarrollar la Inteligencia Emocional de estos niños/as debido a que este es un componente esencial de la formación integral tanto de las personas con Síndrome de Down.

Para alcanzar este objetivo general, es necesario desarrollar los siguientes *objetivos específicos*:

- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones y sentimientos
- Reconocer las emociones propias y de los demás y ser capaz de describirlas.
- Ampliar el vocabulario referente al mundo de las emociones.
- Favorecer la capacidad de comprender y regular las propias emociones.
- Conocer estrategias para el control y gestión emocional.
- Reconocer y diferenciar las situaciones cotidianas que desencadenan determinados estados emocionales.
- Expresar las emociones básicas a partir de la expresión no verbal
- Favorecer las relaciones.
- Potenciar la relajación física y mental.
- Favorecer al desarrollo temprano de la empatía
- Desarrollar una actitud positiva de aprecio a uno mismo y a los demás.

### **5.3. CONTENIDOS**

Siguiendo a López-Cassà (2005) y Ruiz (2004) se plantean los siguientes contenidos para este programa:

- Reconocimiento de las propias emociones, autoconciencia emocional: esto le ayudará a conocerse mejor a sí mismo y a comprender las causas de su conducta. Poniendo nombre a sus emociones comenzará a dominarlas.
- Control emocional. La capacidad de controlar las emociones: es conveniente enseñarles a controlar sobre todo aquellas conductas inadecuadas
- Aprovechamiento productivo de las emociones: intentar controlar los aspectos negativos de las emociones y utilizar los positivos.
- La empatía. El reconocimiento de las emociones ajenas: A los niños con SD les cuesta asimilar los sentimientos de los demás pero captan muy bien el ambiente emocional.

## **5.4. CONTEXTO Y DESTINATARIOS**

El presente programa de educación emocional está planteado para llevarlo a cabo en un centro de educación especial, con niños/as con SD en el segundo ciclo de educación infantil, 3º curso (5 años).

El grupo podrá estar formado entre 8-10 niños/as con discapacidad ligera. Este programa podrían realizarlo niños/as con SD en la edad de 5 años con deficiencia ligera sin una hipotonía muscular muy marcada.

## **5.5. TEMPORALIZACIÓN**

El programa ha sido elaborado para llevarlo a cabo durante cuatro semanas y un día durante el primer trimestre del curso escolar, para que de esta manera se pueda continuar trabajando la educación emocional durante todo el curso introduciendo nuevas sesiones y repetir aquellos en las que se ha comprendido peor el objetivo que se pretendía.

Se realizarán tres sesiones semanales integrándolo con el resto de los contenidos a abordar durante esta etapa educativa:

Las sesiones se llevarán a cabo en días alternos de la semana y durante las primeras horas. Es importante trabajar el programa de educación emocional en conjunto con la unidad didáctica o el proyecto que se lleve a cabo en el aula, de ahí que se lleve a cabo en días alternos. La idea de que se lleve a cabo durante las primeras horas del día es porque los niños/as suelen estar más atentos durante estas horas y justo antes del recreo que suele alterarles.

Cada sesión durará aproximadamente una hora y media contando con los tiempos de cambio entre actividad y actividad.

Un ejemplo de la aplicación del programa a un horario/estructura puede verse en la tabla 3 (Anexo 1).

## **5.6. RECURSOS MATERIALES Y PERSONALES**

Para llevar a cabo la propuesta del programa en educación emocional es necesario contar con un conjunto de ayudas pedagógicas que van a facilitar el logro de los objetivos marcados. Estos recursos se van a dividir en: Materiales y Personales.

### **RECURSOS MATERIALES**

- Materiales de aula: Tijeras; Caja; Pizarra digital, Espejo grande o individuales; Cajas pequeñas; Fotografías de los niños/as; Juguetes; Hojas en blanco; Silbato; Tiza; Papel continuo; Lápices de colores; Cojines; Pizarra digital y altavoces; Reproductor de música; Colchonetas.
- Cuento de la “Tortuga”.
- Tarjetas con dibujos de los diferentes estados emocionales.
- Cuento el monstruo de colores.
- Dado de las emociones.
- Rollo de lana azul y amarillo.
- Ficha: Asociación de expresiones faciales con situaciones cotidianas.
- Imágenes en TIC de expresiones faciales.
- Barras de maquillaje de diferentes colores.
- Hoja en blanco con silueta de la cara.
- Imágenes de caras de revistas, cuentos etc.
- Historia de Pablo.
- Tarjetas con diferentes personajes y situaciones.
- Laminas con imágenes de situaciones del personaje Clara.
- Historia de Pablo.
- Imágenes con situaciones conflictivas.
- Cuento adaptado del “Patito Feo” e imágenes del cuento
- Ficha: Estrella.
- Historia adaptada del “Ratón y el León” e imágenes del cuento
- Cuento adaptado de “Así es la Vida” e imágenes del cuento.
- Tarjetas de abrazo de oso con velcro.
- Casita de cartón.

- Títeres de Pablo y Clara.
- Botella de la calma: agua, purpurina, botella de plástico y pegamento de purpurina.
- Canción de “Yo me tranquilizo”
- Historia de Clara.
- Pomperos.
- Historia de Pablo y Clara.

#### RECURSOS PERSONALES:

- Tutor y/o PT: La PT es especialista en el apoyo de alumnos con NEE. Elabora y adapta junto con el tuto de aula el material didáctico y colabora en las adaptaciones curriculares, por lo que resultaría esencial su labor en la aplicación del programa en niños/as con SD

### **5.7. ORGANIZACIÓN ESPACIAL**

La mayoría de las sesiones se llevaran a cabo en gran grupo en la propia aula de los alumnos/as. La organización en gran grupo favorecerá la comunicación entre los niños/as que será muy positivo para aquellos niños/as con mayores limitaciones lingüísticas.

En algunas sesiones serán necesario espacios más grandes como puede ser el aula de psicomotricidad.

### **5.8. METODOLOGÍA**

Siguiendo a Fernández & Nieva (2009) y su guía de orientación para la inclusión de alumnos con discapacidad intelectual, se debe adoptar una metodología fundamentalmente activa, experimental y lúdica promoviendo de este modo aprendizajes significativos. La motivación es un factor importante en el proceso de enseñanza-aprendizaje, Maslow (1943) afirmó que la principal fuente de motivación es la necesidad entendida en sentido amplio (curiosidad e interés), por ello es importante escucharlos para adecuar la metodología a sus intereses y necesidades para promover la motivación.

Los principios metodológicos que más se adecuan a los alumnos con DI y que son útiles para ellos son (Fernández & Nieva, 2009):

- Principio de actividad y participación: el alumno será parte activa de su proceso de enseñanza-aprendizaje y participara en él. Es importante que el profesor los involucre constantemente en el proceso.
- Principio de aprendizaje significativo: debido a que el razonamiento de los niños/as con Discapacidad Intelectual es limitado, los contenidos deben estar conectados en la medida de lo posible con conocimientos previos y captarlos de la forma más experimental posible.
- Principio de globalización: los contenidos planteados tienen una relación entre sí, esto facilitara que se recuerden en un futuro.

La propuesta parte de objetivos ambiciosos, para que de esta manera el niño/a sienta confianza en sí mismo y en sus posibilidades, por lo tanto las actividades presentaran retos que sean capaces de superar por ellos mismos (Ruiz, 2012)

- Principio de personalización: todo está adaptado al ritmo individual de cada niño/a teniendo aquí el comportamiento emocional de cada uno de ellos.
- Principio de interacción: se generara un ambiente que facilite la interacción entre ellos y el profesor, de esta forma se ayudara a comprender el punto de vista de los demás.

Además el ambiente debe propiciar el optimismo y la alegría. Además debe ser calmado, tranquilo, dialogante y respetuoso (Ruiz, 2012).

Concretando un poco más según Ruiz (2012) existen dos principios metodológicos fundamentales para trabajar con niños/as con SD:

- La imaginación, es decir, buscar nuevos caminos pedagógicos que nos permitan sacar el máximo rendimiento de los niños/as.
- La flexibilidad, es decir, la capacidad de adaptarse a los imprevistos que nos encontremos. Esto es, el momento en que se encuentre el niño/a, su progreso etc. dando la posibilidad de modificar la propuesta si los resultados no son los esperados.

Según Ruiz, (2012) y Barrera & Rivera (2014) se establece que es necesario adecuar la metodología a las necesidades educativas de este colectivo a través de lo siguiente:

- Adecuar los materiales: tanto en la forma de presentación de estos como en el contenido.

Se debe ser cuidadoso con las palabras y la forma en que nos dirigimos a ellos/as, enviando mensajes que les hagan sentir valiosos y queridos.

Se les hará gran cantidad de preguntas para fomentar la expresión oral, de esta manera se aumentara su vocabulario y se ira solventando sus limitaciones lingüísticas, así como las instrucciones serán concretas, claras y cortas.

- Introducir métodos, técnicas y ayudas de enseñanza-aprendizaje específicas:
  - Ayudas verbales: Se explicaran todos los pasos que deben de seguir para la realización de las actividades, en un primer momento con ayuda para ir retirándola poco a poco, sirviéndose de un sistema de andamiaje  
La enseñanza siempre será de forma sistemática, dando instrucciones paso a paso y repitiendo las actividades las veces que hagan falta hasta su total comprensión.
  - Ayudas visuales: El profesor siempre debe de ser un modelo para él/ella, ya que los niños/as con SD aprenden mucho gracias al aprendizaje vicario., debe saber reconocer y controlar sus propios estados emocionales, debido a que las emociones se contagian y crean un estado de tensión en el niño/a. Es importante utilizar gran cantidad de apoyo visual, a través de, revistas o fotografías con expresiones fáciles y corporales etc., debido a que los niños/as con Síndrome de Down les cuesta mucho captar la gran variedad de mensajes sutiles que transmitimos las personas a través de los gestos, las posturas, los movimientos y los tonos de voz. Además no solo se debe emplear la vía visual, sino también el oído y el tacto.
  - Ayudas físicas: se debe de proporcionar apoyo en la hipotonía muscular que los niños/as con SD presentan. En actividades en las que tengan que dibujar o escribir se podrá guiarles la mano si lo necesitan.

En relación a las conductas se les indicara cuales son las adecuadas de manera física, verbal o gestual y le señalara como dominarlas. Cuando haya que corregir alguna actuación siempre se hará desde la calma, sin utilizar en ningún momento el castigo, y siempre en privado y sin enfado. Cuando exista una conducta correcta, se utilizara el refuerzo positivo.

Finalmente es fundamental que exista una coordinación entre la familia-escuela-profesionales en todo momento, para que exista coherencia en la intervención.

### **5.9. ESTRUCTURA DE SESIÓN/MODELO**

La Tabla 4 (Anexo 2) muestra un plan de todas las sesiones incluidas en el presente programa de educación emocional y lo contenidos que se trabajan principalmente en cada una de las sesiones:

Y a modo de resumen, la tabla 5 (Anexo 3) recoge las actividades de cada sesión

## 5.10. ACTIVIDADES

Al comienzo de todas las sesiones se realizara la siguiente actividad:

<b>NOMBRE:</b> ¿CÓMO ME SIENTO HOY?
<i>Adaptación del Programa de Educación Emocional para 3-6 años, López Cassà (2008)</i>
<b>OBJETIVOS:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar el propio estado emocional en diferentes momentos del día</li><li>• Conocer las propias emociones</li><li>• Conocer las emociones de los demás</li></ul>
<b>CONTENIDOS:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Autoconciencia emocional.</li><li>• Conocimiento de las emociones ajenas.</li></ul>
<b>TEMPORALIZACIÓN:</b> 15 minutos.
<b>RECURSOS:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Tarjetas con los dibujos de los diferentes estados emocionales (Anexo 4)</li></ul>
<b>DESCRIPCIÓN:</b> Al comienzo de las sesiones el profesor preguntara individualmente a los niños/as como se sienten y porque y cogerán la tarjeta emocional correspondiente (Anexo 4, indicaciones)
<b>ORIENTACIONES:</b> <p>Uno de los problemas del SD son sus limitaciones lingüísticas, por lo que es necesario contar con tarjetas que representen la expresión emocional que están sintiendo. A su vez el profesor actuara en todo momento como modelo realizando el primeramente la actividad. Si algún niño/a le resulta complicado responder el porqué del sentimiento que expresa se les ayudara con ejemplos de respuesta.</p>

A continuación se muestran todas de las actividades integradas en el programa de educación emocional estructuradas por sesiones

---

## SESIÓN I

---

- ACTIVIDAD DE RUTINA: ¿CÓMO ME SIENTO HOY?

<b>NOMBRE: EL MOSNTRUO DE COLORES</b>
<i>Cuento el Monstruo de Colores, Llenas (2012)</i>
<b>OBJETIVOS:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Reconocer y diferenciar las diferentes emociones</li><li>• Reconocer las situaciones que desencadenan las diferentes emociones</li></ul>
<b>CONTENIDOS:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Conciencia emocional.</li></ul>
<b>TEMPORALIZACIÓN:</b> 20 minutos
<b>RECURSOS:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Cuento del Monstruo de colores (Anexo 5)</li><li>• Pizarra digital con imágenes del cuento.</li><li>• Imágenes de expresiones faciales (Anexo 5)</li></ul>
<b>DESCRIPCIÓN:</b> <p>Lectura del cuento “El monstruo de colores”. Al finalizar la lectura se realizaran una serie de preguntas de reflexión y se mostraran imágenes que expresan diferentes estados emocionales. (Anexo 5 indicaciones)</p>
<b>ORIENTACIONES:</b> <p>A la hora de contar un cuento para niño/as son necesarias las imágenes, con ellas les ayudamos a una mejor comprensión del cuento. Las preguntas al finalizar ayudan a realizar un breve repaso del cuento.</p>








<b>NOMBRE: EL DADO DE LAS EMOCIONES</b>
<i>Adaptación del Programa de educación emocional “Emociones. Emociona-Down.</i>
<i>(2017)</i>
<b>OBJETIVOS:</b>

- Reconocer y representar emociones

**CONTENIDOS:**

- Conocimiento de las emociones propias
- Conocimiento de las emociones ajenas

**TEMPORALIZACIÓN:** 15 o 20 minutos dependiendo del número de niños/as

**RECURSOS:**

- Material para confeccionar el dado: cartulina e imágenes de las emociones.
- Dado de las emociones (Anexo 6)

**DESCRIPCIÓN:**

Se trata de un dado con imágenes de las expresiones emocionales (alegría, tristeza, ira, miedo, sorpresa y vergüenza). Cada niño/a irá lanzando el dado y deberá representar con su cara la emoción que ha salido y el resto de los niños/as deberán valorar si lo ha hecho correctamente.

**ORIENTACIONES:**

A la hora de que los niños/as con SD realicen con su cara la expresión facial se deberá tener en cuenta la hipotonía muscular. Es importante recompensar a cada uno de ellos/as con elogios, ya que de esta manera aumentaremos su autoestima y su confianza en ellos mismos. En el caso de que algún niño/a tenga dificultades para expresar la emoción correspondiente el propio profesor/a actuara de modelo.

---

**SESIÓN II**

---

- ACTIVIDAD DE RUTINA: ¿CÓMO ME SIENTO HOY?

**NOMBRE: EL ROLLO DE LAS EMOCIONES**

*Adaptación La Inteligencia Emocional en Educación Infantil. Manzaneque L. (2013)*

**OBJETIVOS:**

- Recordar situaciones que desencadenan emociones positivas y negativas.

- Reconocer y expresar emociones propias.
- Reconocer emociones ajenas,

**CONTENIDOS:**

- Emociones positivas y negativas.
- Reconocimiento emocional.
- Conocimiento emociones ajenas.

**TEMPORALIZACIÓN:** 30 minutos.

**RECURSOS:**

- Rollo de lana azul.
- Rollo de lana amarillo.
- Tijeras.
- Tarjetas emociones (Anexo 4)

**DESCRIPCIÓN:**

El profesor/a pasara al primero niño/a el rollo de color amarillo y deberá recordar y decir delante de sus compañeros/as una situación positiva

A continuación se pasa el rollo de color azul y deberá de hacer lo mismo pero esta vez con una situación negativa. Y se pasaran los rollos al resto de los niños quedándose cada uno de ellos varios trozos de colores. Estos podrán utilizarlos al final para dibujar una expresión facial. (Anexo 7 indicaciones)

**ORIENTACIONES:**

Revivir acontecimientos en los que hayan estado presentes determinados estados emocionales ayudara a los niños/as con SD a poner nombre a las emociones vividas. Se tendrá en cuenta las limitaciones lingüísticas, por lo que por lo que se dejara utilizar el material que necesiten así como las tarjetas con las diferentes emociones.

**NOMBRE:** LA CAJA DE LAS EMOCIONES

*Adaptación del Programa RETO, Solaz E. (2017)*

**OBJETIVOS:**

- Reconocer y expresar emociones a través de la expresión facial.

- Conocer las emociones y sus nombres.

**CONTENIDOS:**

- Conocimiento de las emociones.
- Expresión de emociones

**TEMPORALIZACIÓN:** 15 minutos.

**RECURSOS:**

- Una caja.
- Tarjetas con las diferentes expresiones emocionales (Anexo 4)

**DESCRIPCIÓN:**

Se presentara la caja de las emociones a los niños/as y se les explicara que dentro hay unas tarjetas con las diferentes expresiones emocionales.

Un niño/a cogera de dentro de la caja una tarjeta, sin enseñársela al resto de sus compañeros deberá realizar la expresión con la cara. El resto de los niños/as deberá de adivinarla, el niño/a que la adivine deberá de levantar la mano y decirla.

**ORIENTACIONES:**

El apoyo visual en necesario. Si algún niño/a la adivina pero no es capaz de ponerlo en palabras dejaremos que coja las tarjetas de emociones para comunicarlo.

---

**SESIÓN III**

---

- ACTIVIDAD DE RUTINA: ¿CÓMO ME SIENTO HOY?

**NOMBRE:** ASOCIACIÓN DE EMOCIONES CON SITUACIONES  
COTIDIANAS.

*Elaboración propia.*

**OBJETIVOS:**

- Reconocer y nombrar las emociones a través de la expresión facial.
- Reconocer las situaciones que provocan los diferentes estados emocionales

- Asociar las diferentes situaciones a su correspondiente emoción.

**CONTENIDOS:**

- Conciencia emocional.
- Nombres de emociones

**TEMPORALIZACIÓN:** 20 minutos

**RECURSOS:**

- Ficha 1: Asociación de expresión facial con situación cotidianas (Anexo 8)
- Imagen de las expresiones faciales (Anexo 8)

**DESCRIPCIÓN:**

En un primer momento se realizara unas preguntas de reflexión:

A continuación se les mostrara en la pizarra digital diferentes expresiones faciales con los distintos estados emocionales y se pedirá a los niños/as que nos los nombren. Seguidamente se les entregara la Ficha 1. (Anexo 8, indicaciones)

**ORIENTACIONES:**

Reconocer situaciones que provocan determinados estados emocionales ayudara a los niños/as con SD a entenderlas mejor en situaciones futuras semejantes.

A la hora de realizar las preguntas se les ayudara con ejemplos de respuesta. Se debe de tener en cuenta su hipotonía muscular a la hora de realizar la ficha y se dara apoyo físico guiándoles la mano.

**NOMBRE:** MI CARA REFLEJA...

*Adaptación del Programa de Educación Emocional para 3-6 años, López Cassà (2008)*

**OBJETIVOS:**

- Imitar y reproducir diferentes emociones a través del lenguaje facial
- Reconocer diferentes estados emocionales

**CONTENIDOS:**

- Conciencia emocional

**TEMPORALIZACIÓN:** 30 minutos, dependiendo del número de niños/as

**RECURSOS:**

- Espejo grande y en su defecto espejos individuales.
- Barras de maquillaje.
- Hoja en blanco con la silueta de la cara (Anexo 9)

**DESCRIPCIÓN:**

Los niños/as se pondrán en pequeño grupo (6-8) y se colocaran delante de un espejo. Deberán observar su cara y mover las distintas partes de esta. Posteriormente se les pintara las diferentes partes de la cara con barras de maquillaje de diferentes colores. Se les mandara reproducir diferentes impresiones emocionales. A continuación, en la Ficha 1 los niños/as impregnaran la expresión de su cara que releje un estado de ánimo

**ORIENTACIONES:**

Si algún niño/a tiene dificultad para saber que expresión realizar el profesor/a les dará ejemplos para que elijan la que quieran.

---

**SESIÓN IV**

---

- ACTIVIDAD DE RUTINA: ¿COMO ME SIENTO HOY?

**NOMBRE: EL DETECTIVE DE LAS EMOCIONES**

*Adaptación del Programa de educación emocional "Emociones. Emociona-Down.  
(2017)*

**OBJETIVOS:**

- Reconocer emociones a través de imágenes.
- Conocer las emociones
- Clasificar las emociones

**CONTENIDOS:**

- Conocimiento de emociones propias y ajenas.

**TEMPORALIZACIÓN:** 15 minutos.

**RECURSOS:**

- Imágenes de revistas, cuentos etc. (Anexo 10)

**DESCRIPCIÓN:**

El profesor/a dará a los niños/as recortes de imágenes (cuentos, revistas etc.) que expresen diferentes emociones. En grupo los niños/as deberán de adivinar qué estado emocional tiene cada personaje. Posteriormente se clasificara las imágenes según las emociones.

**ORIENTACIONES:**

Debido a su discapacidad intelectual es probable que alguno tengan dificultades para adivinar la expresión emocional por lo que el profesor/a dará ejemplos: “Puede ser una cara triste...o alegre...etc.”

**NOMBRE: EL MURAL DE LAS EMOCIONES**

*Adaptación del Programa de educación emocional “Emociones. Emociona-Down.  
(2017)*

**OBJETIVOS:**

- Profundizar en el conocimiento de las emociones.
- Fomentar la creatividad.

**CONTENIDOS:**

- Conocimiento de las emociones propias y ajenas.

**TEMPORALIZACIÓN:** 30 minutos

**RECURSOS:**

- Papel continuo.
- Imágenes de revistas, cuentos, etc.
- Lápices de colores.

**DESCRIPCIÓN:**

En la pared del aula se colocara un gran mural con papel continuo. Con las imágenes de la anterior actividad (El detective de las emociones), los niños/as deberán ir pegando

las imágenes como ellos quieran, posteriormente pintaran diferentes expresiones faciales.

**ORIENTACIONES:**

Es necesario tener en cuenta la hipotonía muscular del SD, por lo que se proporcionara apoyo físico guiándoles la mano.

---

**SESIÓN V**

---

- ACTIVIDAD DE RUTINA: ¿CÓMO ME SIENTO HOY?

**NOMBRE: ABRAZOS DE OSOS**

**OBJETIVOS:**

- Favorecer la capacidad de regular las emociones
- Favorecer las relaciones.
- Aprender a controlar los impulsos

**CONTENIDOS:**

- Regulación emocional.
- Relaciones sociales.
- Control de impulsos

**TEMPORALIZACIÓN:** 10 minutos.

**RECURSOS:**

- Tarjetas de oso con velcro (Anexo 11)

**DESCRIPCIÓN:**

Se trata de unas tarjetas de abrazos de oso para pedir permiso a otra persona para abrazarla. (Anexo 11 indicciones)

**ORIENTACIONES:**

Con esta actividad deberán pensar que si quieren abrazar a alguien tendrán que coger en primer lugar la tarjeta y la otra persona deberá de aceptar que quiere recibir el abrazo. Además les enseñara a esperar la respuesta.

**NOMBRE: LA SERPIENTE**

*Adaptación de la técnica de respiración de la serpiente (Sarpa)*

**OBJETIVOS:**

- Practicar la relajación física y mental.
- Aprender a respirar para controlar las emociones.

**CONTENIDOS:**

- Control emocional.

**TEMPORALIZACIÓN:** 5 o 10 minutos

**DESCRIPCIÓN:**

Es un ejercicio de respiración muy fácil para los niños/as aprendan a relajarse a través de la respiración. (Anexo 12 indicaciones).

**ORIENTACIONES:**

Debido a su discapacidad intelectual las ordenes serán sencillas: “Repitiéndolo las veces que sean necesarias.

**NOMBRE: EL RINCON DE LAS EMOCIONES.**

*Elaboración propia*

**OBJETIVOS:**

- Vivir las emociones sin reprimirlas.
- Gestionar las emociones.
- Conocer las emociones propias.
- Alejarse de la situación que produce una emoción concreta

**CONTENIDOS:**

- Gestión emocional.

- Conocimiento emocional

**TEMPORALIZACIÓN:** De 30 a 40 minutos.

**RECURSOS:**

- Casa de cartón.
- Cojines.
- Títeres (Anexo 13)
- Botella de la calma: agua, purpurina, botella de plástico y pegamento de purpurina (Anexo 13)

**DESCRIPCIÓN:**

En una parte del aula el profesor/a con la ayuda de los niños/as crearan “El rincón de las emociones”. (Anexo 13 indicaciones)

**ORIENTACIONES:**

Los niños/as con SD suelen sufrir muchos bloqueos emocionales por lo que este rincón será ideal para estas situaciones, ya que el movimiento es la forma inicial de romper con una situación de bloqueo.

En la construcción del rincón se tendrá en cuenta la hipotonía muscular de los niños/as cuyos movimientos serán lentos y torpes, por lo que aunque el profesor monte la mayor parte del rincón se deberá dejar ser protagonistas a los niños/as.

---

**SESIÓN VI**

---

- ACTIVIDAD DE RUTINA: ¿CÓMO ME SIENTO HOY

**NOMBRE:** CANCIÓN ME TRANQUILIZO

*Adaptación del Proyecto Emoticantos, García C. (2018)*

**OBJETIVOS:**

- Gestionar mis emociones

- Aprender a contar hasta 10 para tranquilizarme.
- Conocer mis emociones

**CONTENIDOS:**

- Gestión emocional.
- Conocimiento de mis emociones.

**TEMPORALIZACIÓN:** 10 minutos.

**RECURSOS:**

- Pizarra digital y altavoces.
- Enlace a la canción: <https://www.youtube.com/watch?v=aixHCo0HIP4>

**DESCRIPCIÓN:**

Se pondrá a los niños/as la “canción me tranquilizo.” (Anexo 14 indicaciones)

**ORIENTACIONES:**

Es importante explicarles todos y cada uno de los pasos que vamos a realizar de una manera clara y sencilla.

**NOMBRE:** ¿QUÉ PUEDO HACER CUANDO ME SIENTA ENFADADO?

*Adaptación del Programa de Educación Emocional para 3-6 años, López Cassà  
(2008)*

**OBJETIVOS:**

- Identificar situaciones que nos hagan enfadar.
- Descubrir formas de canalizar el enfado y la frustración.

**CONTENIDOS:**

- Control emocional.
- Conocimiento emocional.

**TEMPORALIZACIÓN:** 15 minutos

**RECURSOS:**

- Historia de Clara (Anexo 15)
- Marioneta de Clara (ANEXO 13)

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Imágenes de la historia. (Anexo 15)</li> </ul>
<p><b>DESCRIPCIÓN:</b></p> <p>Los niños/as deberán sentarse en semicírculo en la alfombra de la asamblea. El educador contará la historia de Clara y para ello sacará la marioneta de Clara y pondrá imágenes en la pizarra digital.</p>
<p><b>ORIENTACIONES:</b></p> <p>Los ejemplos que se ofrezcan pueden variar, observando al grupo de niños/as. Es importante el soporte visual. Reconocer estas situaciones les ayudará a saber gestionarlas mejor en un futuro.</p>

<p align="center"><b>NOMBRE: LAS BURBUJAS DE AUTOCONTROL</b></p>
<p align="center"><i>Adaptación del Programa de educación emocional “Emociones. Emociona-Down. (2017)</i></p>
<p><b>OBJETIVOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Controlar los impulsos.</li> <li>• Gestionar las emociones.</li> </ul> <p><b>CONTENIDOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestión emocional</li> </ul> <p><b>TEMPORALIZACIÓN:</b> De 10 a 15 minutos.</p> <p><b>RECURSOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pompero.</li> </ul>
<p><b>DESCRIPCIÓN:</b></p> <p>Los niños/as deberán estar situados en un espacio grande. Se dará a cada niño/a un pompero y deberán de soplar y crear burbujas. No podrán ir a atraparlas hasta que el profesor de un toque de silbato.</p>
<p><b>ORIENTACIONES:</b></p> <p>Esta actividad es ideal para que aprendan a controlarse. Se debe tener en cuenta su hipotonía muscular y que algunos les costará más reaccionar y serán más lentos que</p>

otros por lo que nunca habrá un ganador en salir primero de su marca todos serán ganadores si saben esperar.

---

## SESIÓN VII

---

- ACTIVIDAD DE RUTINA: ¿CÓMO ME SIENTE HOY?

<b>NOMBRE: CUENTO DE LA TORTUGA Y TÉCNICA</b>
---

<i>Adaptación del cuento “La Tortuga” de Markl Greenberg y Carol Kusché</i>
---

<b>OBJETIVOS:</b>
-------------------

- Conocer las emociones.
- Controlar las emociones.
- Fomentar la escucha activa

<b>CONTENIDOS:</b>
--------------------

- Control emocional.
- Escucha.
- Conocimiento de las emociones.

<b>TEMPORALIZACIÓN:</b> 25 minutos.
-------------------------------------

<b>RECURSOS:</b>
------------------

- Cuento de la “Tortuga” (Anexo 16)
- Imágenes cuento de la “Tortuga” (Anexo 16)

<b>DESCRIPCIÓN:</b>
---------------------

Los niños/as estarán sentados en la alfombra de la asamblea y el profesor/a se dispondrá a leer el cuento de la “Tortuga” con las imágenes correspondientes. Posteriormente se les enseñará la técnica de la tortuga. (Indicaciones anexo 16)

<b>ORIENTACIONES:</b>
-----------------------

Es necesario un apoyo visual. A su vez las preguntas finales ayudarán a realizar un

breve resumen del cuento y a comprobar que lo han comprendido. Se les debe de ayudar en todo momento con ejemplos de respuesta. Para la técnica se tendrá en cuenta la hipotonía muscular, dándoles apoyo físico.

**NOMBRE: NO PARES DE REIR**

*Adaptación del Programa de Educación Emocional para 3-6 años, López Cassà  
(2008)*

**OBJETIVOS:**

- Experimentar situaciones o estrategias que nos ayuden a sentirnos mejor
- Expresar emociones

**CONTENIDOS:**

- Expresión emocional
- Situaciones o estrategias que ayuden a sentirse mejor.

**TEMPORALIZACIÓN:** 20 minutos.

**RECURSOS:**

- Colchonetas.
- Música alegre.
- Reproductor de música.

**DESCRIPCIÓN:**

Los niños/as se tumbaran en colchonetas y deberán estar relajados. La mitad de la clase a la señal del profesor/a deberá levantarse y hacer cosquillas y caricias a sus compañeros/as con ayuda del profesor/a, a continuación se pondrá música alegre y el profesor/a realizara gestos divertidos y los niños/as deberán de imitar sin perder en ningún momento la sonrisa.

**ORIENTACIONES:**

Se procurara decir que se levanten y hagan caricias y cosquillas a los que tienen menos hipotonía muscular.

---

## SESIÓN VIII

---

- ACTIVIDAD RUTINA: ¿CÓMO ME SIENTO HOY?

**NOMBRE:** ¿QUÉ PUEDO HACER CUANDO ME SIENTA ASUSTADO?

*Adaptación del Programa de Educación Emocional para 3-6 años, López Cassà  
(2008)*

**OBJETIVOS:**

- Identificar situaciones que nos asusten.
- Descubrir formas de canalizar el miedo

**CONTENIDOS:**

- Control emocional.
- Conocimiento emocional.

**TEMPORALIZACIÓN:** 15 minutos.

**RECURSOS:**

- Historia (Anexo 17)
- Marionetas de Pablo y Clara. (Anexo 13I)
- Imágenes de la historia (ANEXO XI)

**DESCRIPCIÓN:**

El profesor/a contará la historia de Pablo y Clara y para ello cogerá las dos marionetas y se pondrán las imágenes correspondientes en la pizarra digital.

**ORIENTACIONES:**

La utilización de imágenes correspondientes a la historia es necesarias para favorecer la comprensión. La pregunta final ayudara tanto a mejorar la comprensión como a favorecer la expresión oral. Los ejemplos que se ofrezcan pueden variar.

**NOMBRE:** LA CAJA DEL TESORO OCULTO

*Adaptación del Programa de educación emocional "Emociones. Emociona-Down.  
(2017)*

**OBJETIVOS:**

- Aumentar el auto concepto.
- Gestionar las emociones.
- Conocer las cualidades propias y ajenas.

**CONTENIDOS:**

- Auto concepto.
- Gestión emocional.

**TEMPORALIZACIÓN:** 15 minutos.

**RECURSOS:**

- Una caja en la que se colocara un espejo en su interior

**DESCRIPCIÓN:**

Dentro de una caja habrá un espejo, se pasara a los niños/as y deberán decir algo bonito que hayan visto dentro (Anexo 18, indicaciones)

**ORIENTACIONES:**

Verse reflejados en un espejo y tener que pensar que cualidades positivas poseen les ayudara a crear un mayor auto concepto de sí mismos.

**NOMBRE:** ¿QUÉ PUEDO HACER CUANDO ME SIENTA TRISTE?

*Adaptación del Programa de Educación Emocional para 3-6 años, López Cassà  
(2008)*

**OBJETIVOS:**

- Identificar situaciones que nos puedan entristecer.
- Descubrir formas de canalizar las emociones desagradables.
- Gestionar las emociones

**CONTENIDOS:**

- Autogestión emocional
- Conocimiento emocional.

**TEMPORALIZACIÓN:** 15 minutos

**RECURSOS:**

- Historia de Pablo (Anexo 19)
- Marioneta de Pablo (Anexo 13)
- Imágenes de la historia de Pablo (Anexo 13)

**DESCRIPCIÓN:**

El profesor les contara la historia de Pablo y las imágenes correspondientes para ello se cogerá la marioneta de Pablo del rincón de las emociones

**ORIENTACIONES:**

El apoyo visual es fundamental. A su vez la pregunta final ayudara a repasar la historia y favorecerá la expresión oral.

---

**SESIÓN IX**

---

- ACTIVIDA DE RUTINA: ¿CÓMO ME SIENTO HOY?

**NOMBRE: CÍRCULO DE LAS EMOCIONES**

*Adaptación del Programa de Educación Emocional para 3-6 años, López Cassà  
(2008)*

**OBJETIVOS:**

- Reconocer emociones.
- Reconocer situaciones que provocan determinados estados emocionales.
- Fomentar la empatía.

**CONTENIDOS:**

- Empatía.
- Conocimiento de emociones y situaciones.

**TEMPORALIZACIÓN:** 20 o 30 minutos.

**RECURSOS:**

- Círculo dividido en cinco emociones: alegría, tristeza, enfado, miedo y calma (Anexo 20)
- Situaciones cotidianas con imágenes (Anexo 20)
- Fichas.

**DESCRIPCIÓN:**

Se colocara en el suelo el circulo de las emocione y se leerán las situaciones, los niños/as con las fichas deberán apostar de que emoción se trata (Anexo 20 indicaciones)

**ORIENTACIONES:**

En un primer momento la profesor/a realizara primeramente la actividad actuando como modelo. Las imágenes de las situaciones son imprescindibles para favorecer la comprensión de los niños/as.

Se tendrá en cuenta su hipotonía muscular ya que sus movimientos son lentos y tardaran en reaccionar para colocar la ficha, por lo que el tiempo será flexible.

**NOMBRE: RELAJACIÓN MUSCULAR DE KOEPPEN**

*Técnica elaborada por Koepfen*

**OBJETIVOS:**

- Aprender a relajarse.
- Controlar los músculos
- Gestionar las emociones.

**CONTENIDOS:**

- Relajación.
- Control muscular.
- Gestión emocional.

**TEMPORALIZACIÓN:** 20 minutos.

**DESARROLLO:**

Técnica de relajación muscular para niños/as (Anexo 21 indicaciones)

**ORIENTACIONES:**

Las ordenes deben de ser claras y sencillas y se repetirán varias veces para favorecer la comprensión. La relajación en el SD ayuda a controlar sus impulsos.

---

## SESIÓN X

---

- ACTIVIDAD DE RUTINA: ¿CÓMO ME SIENTO HOY?

<b>NOMBRE: SENTIMOS CON LA MÚSICA</b>
---------------------------------------

*Elaboración propia*

<b>OBJETIVOS:</b>
-------------------

- Sentir con la música y expresarlo a través del cuerpo y del dibujo.
- Reconocer emociones a través de la música.

<b>CONTENIDOS:</b>
--------------------

- Reconocimiento emocional

<b>TEMPORALIZACIÓN:</b> 20 minutos.
-------------------------------------

<b>RECURSOS:</b>
------------------

- Altavoces y reproductor de música.

<b>DESCRIPCIÓN:</b>
---------------------

Se pondrá a los niños/as una canción alegre (<https://www.youtube.com/watch?v=Uz3tUNtOKQM>) y una canción triste (<https://www.youtube.com/watch?v=Nn2tJARfRIM>) primero expresaran con el cuerpo lo que sienten y posteriormente con el dibujo.

<b>ORIENTACIONES:</b>
-----------------------

Se tendrá en cuenta su hipotonía muscular proporcionando apoyo físico, y el profesor actuara de modelo

**NOMBRE: ADIVINAR EMOCIONES**

*Adaptación del Programa de educación emocional “Emociones. Emociona-Down.  
(2017)*

**OBJETIVOS:**

- Expresar y reconocer emociones
- Desarrollar la empatía.

**CONTENIDOS:**

- Empatía.

**TEMPORALIZACIÓN:** 20 minutos.

**RECURSOS:**

- Materiales que los niños/as necesiten.
- Tarjetas con las diferentes emociones (Anexo 4)

**DESCRIPCIÓN:**

Los niños/as irán saliendo uno por uno al centro del círculo y deberán representar una situación que ha vivido y la emoción que le hizo sentir. Los demás niños/as deberán de adivinar cuál es esa emoción y por qué se sintió así.

**ORIENTACIONES:**

El profesor/a actuara como modelo realizando la actividad el primero. En el caso en que los niños/as se sientan bloqueados y no sepan qué situación representar el profesor/a les dirá un ejemplo al oído, siempre sencillo. Podrán servirse de los materiales que necesiten. Si el resto de los niños/as no lo adivinan, se permitirá que diga la situación en voz alta favoreciendo de este modo tanto la comprensión por el resto como la expresión oral. El resto de los niños/as podrán utilizar las tarjetas de las distintas emociones para expresar la emoción que está representando.

---

**SESIÓN XI**

---

- ACTIVIDAD DE RUTINA: ¿CÓMO ME SIENTO HOY?

**NOMBRE:ME QUIEREN**

*Adaptación del Programa de Educación Emocional para 3-6 años, López Cassà  
(2008)*

**OBJETIVOS:**

- Identificar las emociones del cuento.
- Describir las cualidades de uno mismo.
- Valorar las cualidades ajenas.

**CONTENIDOS:**

- Emociones.
- Cualidades propias.
- Cualidades ajenas.

**TEMPORALIZACIÓN:** 30 minutos.

**RECURSOS:**

- Cuento adaptado del “Patito feo” (Anexo 22)
- Imágenes del cuento. (Anexo 22)

**DESCRIPCIÓN:**

El profesor contara la historia del Patito Feo adaptada y enseñara las imágenes correspondientes.

Mientras se lleva a cabo la lectura del cuento se realizaran una serie de preguntas sobre las emociones presentes en el cuento y al finalizar se realizaran preguntas de reflexión

**ORIENTACIONES:**

Durante la lectura del cuento se realizaran preguntas haciendo hincapié en aquellas situaciones en las que las emociones estén más presentes para que los niños/as con SD las comprendan mejor. Siempre que sea necesario el profesor/a responderá el primero ayudándoles con ejemplos de respuesta.

**NOMBRE: NUESTRA ESTRELLA**

*Adaptación del Programa de Educación Emocional para 3-6 años, López Cassà  
(2008)*

**OBJETIVOS:**

- Motivar a los demás.
- Expresar aspectos que nos gusten de los demás.

**CONTENIDOS:**

- Motivación.

**TEMPORALIZACIÓN:** 30 minutos.

**RECURSOS:**

- Fotografías de los niños/as.
- Hojas con estrellas (Anexo 23)
- Pinturas.

**DESCRIPCIÓN:**

Los niños/as se deben sentar en semicírculo. El profesor/a se colocara delante de ellos con las fotografías de todos los niños/as del aula. Uno por uno irán saliendo y deberán coger una fotografía y decir una cualidad que les guste de ese compañero.

Una que todos los niños/as han salido se les entregara una hoja con una estrella. Dentro de la estrella deberán colocar la fotografía del niño/a que les ha tocado y dibujar alrededor las cualidades. Por ultimo regalaran la estrella al niño/a que les haya tocado.

**ORIENTACIONES:**

La actividad será explicada de una manera clara y sencilla para todos los niños/as hasta su total comprensión, debido a su discapacidad intelectual. Se le dirá tanto ejemplos como podrán utilizar cualquier material que necesiten.

---

**SESIÓN XII**

---

- ACTIVIDAD DE RUTINA: ¿CÓMO ME SIENTO HOY?

**NOMBRE: YO TE NECESITO TU ME NECESITAS**

*Adaptación del Programa de Educación Emocional para 3-6 años, López Cassà*

(2008)

**OBJETIVOS:**

- Identificar las emociones de los personajes del cuento.
- Describir las cualidades de uno mismo
- Describir las cualidades ajenas.

**CONTENIDOS:**

- Emociones.
- Automotivación y motivación ajena.

**TEMPORALIZACIÓN:** 30 minutos

**RECURSOS:**

- Historia del Ratón y el León e imágenes del cuento (Anexo 24)
- Pizarra digital

**DESCRIPCIÓN:**

Lectura de la fábula El ratón y el león con imágenes con preguntas de reflexión. (Anexo 24 indicaciones)

**ORIENTACIONES:**

Es importante utilizar un apoyo visual a la hora de contar el cuento, debido a que los niños/as con SD suelen tener cierta discapacidad intelectual, de esta manera se ayudara a una mejor comprensión de la historia. Durante la lectura del cuento se realizan ciertas preguntas a los niños/as haciendo hincapié en aquellas situaciones que provoquen emociones de una manera clara. Al finalizar el cuento se realizaran también una serie de preguntas para repasar tanto la historia como para favorecer la expresión oral de los niños/as con SD. En este sentido es importante no forzar a ningún niño/a a hablar y se respetara en todo momento las limitaciones lingüísticas de cada uno de ellos/ellas. Si les cuesta contestar podremos ayudarles con ejemplos de respuesta.

**NOMBRE:** UN, DOS, TRES... ¡YA!

*Adaptación de Cornago, (2010). Boletín mayo autismo teletón*

**OBJETIVOS:**

- Aprender a esperar.
- Aprender a controlar los impulsos.

**CONTENIDOS:**

- Espera.
- Control de impulsos

**TEMPORALIZACIÓN:**

- 15 minutos.

**RECURSOS:**

- Juguetes.
- Silbato.
- Tiza.

**DESCRIPCIÓN:**

Los niños se colocaran en fila y enfrente de ellos sus juguetes favoritos. El profesor contara hasta cinco y en ese momento podrán ir a por sus juguetes.

**ORIENTACIONES:**

Los niños/as con SD tienen mucha dificultad para saber esperar, por lo que actividades de este tipo son ideales y más cuando su recompensa esta tan cerca y no pueden tenerla al instante.

Es importante tener en cuenta que padecen de hipotonía muscular por lo que su tiempo de reacción será más largo y sus movimientos más lentos.

---

**SESIÓN XII**

---

- ACTIVIDAD DE RUTINA: ¿CÓMO ME SIENTO HOY?

**NOMBRE: CUENTO: ASÍ ES LA VIDA**

*Adaptación del cuento "Así es la vida" Ramirez, A. (2005)*

**OBJETIVOS:**

- Aprender a tolerar la frustración.
- Conocer estrategias para tolerar la frustración.

**CONTENIDOS:**

- Frustración.

**TEMPORALIZACIÓN:** 20 minutos.

**RECURSOS:**

- Cuento de “Así es la vida” e imágenes (Anexo 25)

**DESCRIPCIÓN:**

Lectura del cuento Así es la vida con imágenes y preguntas de reflexión (Anexo 25 indicaciones)

**ORIENTACIONES:**

El cuento escrito en el presente documento está adaptado con palabras sencillas para los niños/as con SD, al igual que es importante apoyarse en imágenes. En cuanto a las preguntas, podrán ir surgiendo más preguntas a medida que los niños/as contesten. Para responder a las preguntas podrán apoyarse de cualquier material que necesiten debido. El profesor/a actuara como modelo en un primer momento respondiendo el mismo/a las preguntas.

<b>NOMBRE: MI ESPEJO</b>
<i>Adaptación del Programa de Educación Emocional para 3-6 años, López Cassà (2008)</i>
<p><b>OBJETIVOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Expresar cualidades de uno mismo.</li> <li>• Valorar nuestras propias cualidades.</li> </ul> <p><b>CONTENIDOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auto concepto.</li> <li>• Automotivación.</li> </ul> <p><b>TEMPORALIZACIÓN:</b> 20 a 30 minutos dependiendo del número de participantes</p> <p><b>RECURSOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Espejo grande.</li> <li>• Hoja en blanco.</li> <li>• Pinturas.</li> </ul>
<p><b>DESCRIPCIÓN:</b></p> <p>Los niños/as se dispondrán delante de un espejo grande, de forma que todos puedan mirarse. Les diremos que tienen que fijarse mucho en sus características: el color de los ojos, del pelo etc. Uno por uno irán diciendo aquello que les gusta más de sí mismos.</p> <p>Posteriormente se dibujaran cada uno en una hoja en blanco.</p>
<p><b>ORIENTACIONES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El profesor/a podrá ayudarles haciéndoles preguntas: ¿Cuál es tu color de ojos? ¿Y tú color de pelo? ¿Te gusta?</li> </ul>

### 5.11. EVALUACION

Según DECRETO 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León, concretamente en el Artículo 6.1:

“En el segundo ciclo de la Educación Infantil la evaluación será global, continua y formativa. La observación directa y sistemática constituirá la técnica principal del proceso de evaluación”.

Se realizarán tres tipos de evaluaciones:

- Evaluación inicial: para comprobar los niveles de conocimiento de los niños/as respecto a la educación emocional
- Evaluación del proceso: para realizar un seguimiento tanto de la evolución de los niños/as como de la evolución del programa.
- Evaluación final: al finalizar el programa para comprobar la consecución de los objetivos programados.

En la evaluación inicial y final se utilizarán los mismos criterios para poder realizar una comparativa de los resultados. Para ello se ha utilizado una lista de control a través de la observación directa de los niños/as. Se utilizará una tabla para cada niño/a Tabla 6 (Anexo 27)

La evaluación del proceso se llevará a cabo mediante la recogida de información a través del diario de clase y se realizará a través de la observación directa de los niños/as. El diario de clase registrará “situaciones, experiencias y variables no controladas de la vida del aula durante la aplicación del programa de educación emocional” (Renom, 2003), es decir recoge las impresiones que tenga el profesor sobre lo que va sucediendo en el aula, lo que el alumno/a ha logrado, lo que falta por alcanzar y lo que no ha logrado.

Esta recogida de información se realiza de forma cualitativa ya que el profesor describe la situación observada a través de su interpretación.

El diario de clase tiene como ventaja que proporciona mucha información sobre el comportamiento de los niños/as que en edades tempranas suele ser espontáneo. A pesar de ser una de las técnicas más recomendadas en educación infantil requiere de mucho tiempo para su elaboración y es poco objetivo. En la tabla 7 se recogen los criterios del diario de clase (Anexo 27)

“La observación es el recurso principal en la educación infantil para realizar la evaluación en diferentes momentos” (Bassedas, Huguet, & Solé, 2001).

“La observación directa y sistemática es una de las técnicas de evaluación más indicadas en la educación infantil (...) El diario de clase consiste en registrar situaciones, experiencias y aspectos diversos que ocurren en la vida del grupo, con especial referencia al proceso de aplicación de la educación emocional”. (López, 2005, P.164)

Criterios intermedios: si/no/a veces/frecuentemente.

## 6. CONCLUSIÓN

Tras la realización de este TFG, es importante analizar si los objetivos que se plantearon en un principio se han llegado a alcanzar. En primer lugar, se ha podido conocer en profundidad el Síndrome de Down, así como sus manifestaciones, necesidades y competencias emocionales, gracias a la fundamentación teórica. En segundo lugar, toda la información recopilada, ha permitido analizar los conceptos de emoción, inteligencia emocional la relación que tiene esta en el aprendizaje y la educación emocional. Uniendo todo esto, se ha cumplido el objetivo referente a la importancia que tiene la educación emocional en el alumnado con SD, al igual que en el resto del alumnado sin necesidades educativas especiales. Toda esta fundamentación teórica me ha permitido alcanzar el último objetivo marcado al ser capaz de diseñar, adaptar y evaluar una propuesta de educación emocional para este colectivo.

Con respecto al programa que se plantea en este TFG está pensado para llevarlo a cabo en un centro de educación especial que cuente con un alumnado con Síndrome de Down. Sin embargo, como línea de futuro, podría plantearse llevarlo a cabo en un centro ordinario sin alumnado con NEE con un grupo heterogéneo o en otro grupo con otro tipo de NEE y ver de si funciona, que adaptaciones habría que realizar etc. puede llevarse a cabo en un centro ordinario con alumnos sin necesidades educativas, en la etapa de 3-6 años realizando las adaptaciones oportunas para que el grupo que quiera aplicarse.

Además, es importante señalar que los programas mencionados en el apartado de programas de educación emocional existentes en España únicamente están dirigidos al alumnado en general tanto en la primera etapa de infantil (0-3 años) como en la segunda etapa (3-6 años), pero ninguno de ellos tiene en consideración al colectivo con SD. Posteriormente se nombra el Programa elaborado por Ruiz (2004), pero como ya se ha mencionado, únicamente se establecen unas pautas y unas indicaciones prácticas de él, sin llegar a estar detallado con unos objetivos, contenidos actividades etc. Por lo que la presente propuesta aporta todo esto, es decir, se establecen una serie de sesiones enmarcadas en una unidad de tiempo, con una serie de objetivos y contenidos a alcanzar. Además todo el material ha sido de elaboración propia como un apoyo a este colectivo.

Es una propuesta que debería de llevarse a cabo no solo en el tiempo que está pensado, sino que debe estar presente durante todo el curso escolar, ya que las emociones deben de trabajarse continuamente en paralelo a lo cognitivo. Además, es importante destacar que los niños/as con SD aprenden de una manera más lenta que el resto del alumnado, por lo que es importante continuar con el programa e incluso repetir ciertas actividades las veces que sean necesarias hasta comprobar que se ha producido el aprendizaje que se perseguía. En esta línea, es importante ir introduciendo cada vez más emociones para ampliar el vocabulario emocional de los niños/as paliando de esta manera tanto sus limitaciones lingüísticas como su discapacidad intelectual.

Sin embargo es posible encontrar algunas limitaciones en dicho proyecto. Al no haber sido viable llevarla a la práctica, no es posible conocer los resultados que pueden llegar a alcanzar las actividades propuestas. En unas condiciones más favorables, podría llevarse a la práctica y conocer los resultados obtenidos, de esta manera se podrían realizar las modificaciones y adaptaciones que fuesen necesarias en los distintos puntos (recursos, objetivos, actividades, temporalización etc.).

Una vez analizado los objetivos planteados en un principio como la propuesta planteada, considero fundamental resaltar la importante labor que tienen los maestros de promover una educación tanto integral como inclusiva.

Una de las finalidades básicas de la Educación Infantil es fomentar la educación integral del alumnado abarcando todas las dimensiones: cognitiva, físico-motora, psicológica, social y afectivo-emocional. La educación emocional es fundamental para el desarrollo integral de cualquier persona ya que las emociones y los sentimientos están presente a lo largo da la vida de cualquier persona e influyen en todas las decisiones que tomamos, por lo que es muy importante que desde pequeños sepan conocerlas, controlarlas y manejarlas. Pero no solo es importante conocer y manejar nuestras propias emociones sino también conocer las emociones de los demás para promover unas relaciones sociales óptimas.

Y una educación inclusiva desde el punto de vista en que como futura profesora debo de integrar a todos los niños/as en el aula tenga necesidades educativas o no. Una buena educación inclusiva es aquella que tiene en cuenta tanto a los niños/as, como a los padres y otros profesionales. Esto es muy importante ya que habiendo una coordinación entre todos es posible alcanzar una educación de calidad y la igualdad de oportunidad.

La inclusión implica fundamentalmente identificar las necesidades educativas y minimizar las dificultades de aprendizaje generadas en los distintos colectivos.

Para finalizar me gustaría destacar la importancia de formar a futuros profesionales de una manera más detallada en el campo de las necesidades educativas, sobre todo en la forma de trabajar con esta alunando. Hoy en día, los profesores/as salimos de nuestra formación con muy poco conocimiento sobre cómo trabajar concretamente con niños/as que cuenten con ciertas necesidades educativas. Considero que aumentando la formación en este campo se corregirían mucho mejor los problemas que acarrear ciertas NEE y se conseguiría una mejor educación y formación para estas personas.

## 7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez, M. (Coord.) et al. (2001). *Diseño y evaluación de programas de educación emocional*. Barcelona: Ciss-Praxis.
- Álvarez, J.A. (2010). La evaluación psicopedagógica. *Temas para la educación. Revista digital para profesionales de la enseñanza*, 7.
- Artigas, M. (2005). Síndrome de Down (Trisomía 21). *Junta Directiva de la Asociación Española de Pediatría*, 6, 37-43.
- Artigas, M. (2012). *Síndrome de Down. Trisomía 21*.
- Arraiz, A. y Molina, S. (2002). Desarrollo cognitivo y procesamiento de la información en los niños con síndrome de Down. *Psicopedagogía del niño con síndrome de Down*.
- Bach, E. & Darder, P. (2002). *Sedúcete para seducir. Vivir y educar las emociones*. Barcelona: Paidós.
- Barrera, R. & Rivera, M.E. (2014). Orientaciones para la Atención de Alumnos que presentan Necesidades Educativas Especiales Asociadas a la Discapacidad Intelectual. *Asesoría técnica de discapacidad intelectual*.
- Base Estatal de datos de personas con discapacidad. (2012). *Instituto de mayores y servicios sociales*.
- Basile, H (2008). Retraso mental y genética. Síndrome de Down. *Alcmeon, Revista Argentina de Clínica Neuropsiquiatría*. 15, 9 a 23.

- Bermejo, E., Cuevas, L., Mendioroz, J., Grupo Periférico del ECEMC y Martínez-Frías, M.L. (2008). Frecuencia de anomalías congénitas en España: Vigilancia epidemiológica en el ECEMC en el período 1980-2007. *BOLETÍN DEL ECEMC: Revista de Dismorfología y Epidemiología* (7), 59-88.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7-43.
- Bisquera, R. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 19 (3), 95-114.
- Bisquerra, R. & Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Revista de Educación XXI*, 10, 61-82.
- Borrel, J.M., Flórez, J., Serés, A., Fernández, R., Albert, J., Prieto, C., Otal, M., y Martínez, S. (2011). *Programa Español de Salud para Personas con Síndrome de Down. Edición revisada*.
- Da Silva, R., & Calvo Tuleski, S. (2014). La actividad infantil y el desarrollo emocional en la infancia. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 16 (2), 9-30.
- Campillo, J.E. (2010). *La importancia de la educación emocional en las aulas*. Disponible en: <http://www.juntadeandalucia.es/educacion/webportal/abaco-portlet/content/ab2f1d46-cd27-47f8-b849-e928a701df05>
- Candel, I. (2005). Elaboración de un programa de atención temprana. *Electronic journal of research in educational psychology*, 7 (3), 151-192.
- Casassus, J. (2006). *La educación del ser emocional*. (1a ed.). Universidad Virtual del Instituto Tecnológico de Monterrey, México: Ediciones Castillo

- Centro de Documentación y Estudios SIIS. (2012). *Buenas prácticas. En la atención a personas con discapacidad. Vivir mejor. Cómo promover el Bienestar Emocional*. Diputación Foral de Álava
- Cepa, A. (2015). Diseño, Aplicación y Evaluación del Programa “EMO-ACCIÓN” de Educación Emocional para Educación Infantil. *Universidad de Burgos. Tesis Doctoral*.
- Cepa, A., Heras, D. & Fernández-Hawrylak, M. (2017). La educación emocional en la infancia: una estrategia inclusiva. *Aula abierta*, 46 (2).
- Colás, M.P. (2000). Evaluación educativa. Panorama científico y nuevos retos. En González, T. *Evaluación y gestión de la calidad educativa: un enfoque metodológico* (pp. 45-48). España: Ediciones Aljibe.
- Comas, R., Moreno, G., Moreno, J. (2002). *Programa Ulises. Aprendizaje y desarrollo del autocontrol emocional*. Madrid: Association deporte y Vida.
- Delors, J. (1996). Learning: The treasure within. *Informe a la Unesco de la Comisión Internacional sobre educación para el siglo XX*.
- Instituto Nacional de Estadística. (2008). Encuesta sobre discapacidades, autonomía personal y situaciones de dependencia.
- Farriols, C. (2012). Aspectos específicos del envejecimiento en el síndrome de Down. *Revista médica internacional sobre el síndrome de Down*, 16 (1), 3-10.
- Federación Española de Síndrome de Dow (2009-2013). II Plan de Acción para personas con Síndrome de Down en España. Disponible en: <http://www.sindromedown.net/wp-content/uploads/2015/02/II-Plan-de-Accion-de-DOWN-ESPA--A-para-personas-con-s--ndrome-de-Down.pdf>

Federación española de Síndrome de Down (2016). III Plan de Acción para las personas con síndrome de Down y sus familias en España. Disponible en: <http://www.sindromedown.net/wp-content/uploads/2016/07/III-Plan-de-Accion-1.pdf>

Fernández-Berrocal, P. & Extremera, N. (2006). La investigación de la inteligencia emocional en España. *Ansiedad y estrés*, 12 (2-3), 139-153.

Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. & Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta-Mood scale. *Psychological Reports*, 94, 751-755.

Fernández, J.C. & Buceta, M.J. (2003). El proceso de enseñanza aprendizaje en sujetos con Síndrome de Down, estrategias de aprendizaje. *Santiago de Compostela: Servicios de publicación e Intercambio Científico*, 53-75.

Fernández, M. (1997). Las pruebas de evaluación curricular en el proceso de evaluación psicopedagógica. *Infancia y Aprendizaje*, 79, 89-99.

Fernández, T. y Nieva, A. (2009). Guía de orientación para la inclusión de alumnos con discapacidad intelectual. *Desafíos de la diferencia en la escuela*.

Flórez, J. (2005). La atención temprana en el Síndrome de Down. *Revista Síndrome de Down*, 22, 132-142.

Flórez, J. & Ruiz, E. (2003). Síndromes específicos e individualidades de los apoyos un enfoque interdisciplinar. *Departamento de Educación de la Universidad de Cantabria. Servicio de Pediatría Hospital Universitario Marqués de Valdecilla. FEAPS Cantabria. TGD*. Santander.

Flórez, J., & Ruiz, E. (2004) El síndrome de Down: aspectos biomédicos, psicológicos y educativos. *Revista Virtual Fundación iberoamericana Down21*.

- Flórez, J. (2011). La atención centrada en el síndrome de Down: bases neurobiológicas. *XXI Curso Básico sobre Síndrome de Down. Fundación Síndrome de Down de Cantabria.*
- Flórez, R. (2001). El campo disciplinar de la pedagogía. En Flórez, R. y Tobón, A. *Investigación educativa y pedagógica.* (pp. 13-26). Bogotá: McGraw Hill.
- Gardner, H. (1983). *Frames of Mind: The theory of Multiple intelligences.* Nueva York: Basic Books.
- Gardner, H. (1993). *Multiple Intelligence: The theory and practice.* New York: Basic Books.
- Gale H. & Jackie L. (2011). *Merrill-Palmer-R Escalas de desarrollo.* España: TEA Ediciones.
- Gerald, D. (2007). *Developmental profile 3 (DP-3).* Los Ángeles, CA: Western Psychological Services.
- Gil-Olarte, P., Palomera, R. & Brackett, M.A. (2006). Relating emotional intelligence to social competence and academic achievement in high school student. *Psicothema, 18,* 118-123.
- Goleman, D. (1996). *Emotional Intelligence.* New York: Bantam Books
- Gomez-Fraguela, J.A., Luengo, M.A., Romero, V. & Villar, P. (2003). Programa Construyendo Salud. *Facultad de Psicología, Universidad de Santiago de Compostela, España.*
- González, R. y Villanueva, L. (Coords.) (2014). *Recursos para educar en emociones. De la teoría a la acción.* Madrid: Pirámide.

- Grupo Estudio Colaborativo Español de Malformaciones Congenias (ECEMC). (2017). Síndromes identificados en el ECEMC. *Revista de dismorfología y epidemiología*, 4: 1-21.
- Ibarrola, B. (2013). *Aprendizaje emocionante*. España: Ediciones SM.
- Ibarrola, B. & Delfo, E. (2003). *Sentir y pensar. Programa de inteligencia emocional para niños y niñas de 3 a 5 años*. Madrid: S.M
- Lang, P. J. (1968). Fear reduction and fear behavior: Problems in treating a construct. En J. U. H. Shilen (Ed.) *Research in psychotherapy*, 3, 90- 102. Washington: American Psychological Association
- Langdon, J. (1866). Observation on an ethnic classification of idiots. *Clinical Lecture Reports, London Hospital*, 3, 259-262.
- Lejeune, J. (1958) Sur une Solution "A Priori" de la Methode "A Posteriori". *Biometrics*, 14 (4), 513-520.
- Llenas, A. (2012). *El monstruo de colores*. Flamboyant: España.
- Logatt, C. (2016). ¿Cómo influyen las emociones en el aprendizaje? Descubriendo el cerebro y la mente. *Revista gratuita de Neurociencias y Neurosicoeducación - Número 83*, 6-7.
- López-Cassà, E. (coord.) (2003): *Educación emocional. Programa para 3-6 años*. Barcelona: Wolters Kluwer
- López-Cassà, È. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 19 (3), 153-167.
- López-Cassà, È. (2008). *Educación emocional: programa para 3-6 años*. Madrid: Wolters Kluwer España.

- López-Cassà, È. (2011). *Educación de las emociones en la infancia (de 0 a 6 años): reflexiones y propuestas*. Barcelona: Wolters Kluwer España.
- López-Cassà, E. (2016). La educación emocional en la Educación Infantil y Primaria. *Inteligencia Emocional y Bienestar II: reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones*, 557-570.
- Maslow, H. (1943). Theory of Human Motivation. *Psychological Review*, 370- 396.
- Madrigal, A. (2004). El Síndrome de Down. *Biblioteca digital. Servicios de información sobre discapacidad (SID)*. Disponible en: <http://sid.usal.es/libros/discapacidad/10413/8-4-1/el-sindrome-de-down.aspx>
- Martínez, R. (1995) Niños con dificultades socioemocionales: instrumentos de evaluación. *Ministerio de Asuntos Sociales*.
- Martínez, R. (2005). *Psicometría: test de los test psicológicos y educativos*. Madrid: Síntesis.
- Martínez, S. (2011). *El síndrome de Down*. Madrid: CSIC.
- Martinez, T. (2011). *La atención gerontológica centrada en la persona. Guía para profesionales de centros y servicios de atención a personas mayores en situación de fragilidad o dependencia*. Vitoria: Departamento de Empleo y Asuntos sociales. Gobierno Vasco
- Martínez, T. (2013). La atención centrada en la persona. Enfoque y modelos para el buen trato a las personas mayores. *Sociedad y Utopía. Revista de Ciencias Sociales*, 41, 209-231.
- McCarthy, M. (1972). *McCarthy Scales of Children's Abilities*.
- MEC (1992). *Proyecto curricular. Primaria*. Madrid.

- MEC (1996). *La evaluación psicopedagógica: Modelo, orientaciones e instrumentos*. Madrid.
- Morales, G., & López, E. (2005). Mecanismos cognitivos de reconocimiento de información emocional en personas con Síndrome de Down. *Revista Médica Internacional sobre el Síndrome de Down* 2005, 9 (1), 2-6
- Naciones Unidas. (2016). 21 de Marzo: Día mundial del Síndrome de Down. *Rev Chil. Obstet ginecol*, 81 (2), 91-93
- Newborg, J., Stock, J. R., Wnek, L. (1996). *Inventario de Desarrollo Battelle*. Madrid: TEA Ediciones.
- Pena, M. & Repetto, E. (2008). Estado de la investigación en España sobre Inteligencia Emocional en el ámbito educativo. *Revista electrónica de investigación psicoeducativa*, 15, 6 (2), 400-420.
- Perea, R. (2002). Educación para la salud, reto de nuestro tiempo. *Educación XXI*, 4, 15-40
- Pérez, D.A (2014). Síndrome de Down. *Revista de actualización clínica investiga*, 45.
- Ramírez, A.L. (2005). *Así es la vida*. Dialogo: España.
- Raven, J.C (1995). *Raven, matrices progresivas escalas CPM color, SPM general, APM superior: manual*. España: TEA Ediciones.
- Renom, A. (coord.) (2003): Educación emocional. Programa para Educación Primaria (6-12 años). Barcelona: Wolters Kluwer
- Rodríguez, L. & Olmo, L. (2010). Aportaciones para la intervención psicológica y educativa en niños con síndrome de Dow. *Docencia e Investigación: revista de la Escuela Universitaria de Magisterio de Toledo*, 20, 307-327

- Rodríguez, P. (2013). *La atención integral centrada en la persona*. Colección Papeles de la fundación, nº 1. Madrid: Fundación Pilares para la autonomía personal.
- Ruiz, E. (2003). Adaptaciones curriculares individuales para los alumnos con síndrome de Down. *Revista Síndrome de Down*, 20(1), 2-11.
- Ruiz, E. (2004). Programa de educación emocional para niños y jóvenes con síndrome de Down. *Revista Síndrome de Down*, 21, 84-93.
- Ruiz, E. (2009) Programa de educación emocional. Aplicación práctica en niños con síndrome de Down. *Revista Síndrome de Down*, 26.
- Ruiz, E. (2012). Programación educativa para escolares con Síndrome de Down. *Fundación Iberoamericana Down21*.
- Ruiz, E. (2016). *Todo un mundo lleno de emociones. Educación emocional y bienestar en el síndrome de Down*. Madrid: CEPE.
- Ruiz, E. (2017). Emociona-Down. Programa de educación emocional. Guía de orientaciones didácticas para mediadores emocionales. *Down Cantabria*. Disponible en: <http://www.sindromedown.net/noticia/down-espana-lanza-dos-guias-para-trabajar-la-inteligencia-emocional-de-los-ninos-y-jovenes-con-sindrome-de-down/>
- Ruiz, E., Álvarez, R., Arce, A., Palazuelos, I. y Schelstraete, G. (2009). Programa de Educación Emocional. Aplicación Práctica en niños con Síndrome de Down. *Revista Síndrome de Down*, 26, 126-140

- Ryback, D. (1998). *Trabaje con su Inteligencia, los factores Emocionales al servicio de la Gestión Empresarial y el Liderazgo Efectivo*. España Editorial EDAF, S.A.
- Salovey, P. y Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211.
- Segura, M. & Arcas, M. (2003). *educar las emociones y los sentimientos: Introducción practica al complejo mundo de los sentimientos*. Madrid: NARCEA.
- Sheydaei, M., Adibsereshki, N. & Movallali, G. (2015). The Effectiveness of Emotional Intelligence Training on Communication Skills in Students with Intellectual Disabilities. *Pediatric Neurorehabilitation Research Center University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran: Pediatric Neurorehabilitation Research Center University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran*
- Solaz, E. (2017). *Programa RETO. Respeto, Empatía y Tolerancia. Actividades de educación emocional para niños de 3 a 12 años*. DESCLEE DE BROUWER: España.
- Uzcátegui, L. (1998). *El Manual de la Inteligencia Emocional, Emociones Inteligentes: Cómo se puede ser triunfador*. Venezuela. Editorial Lithopolar Gráficas.
- Vigotski, L. S. (1996). *Obras escogidas, vol. 4*. Madrid: Visor.
- Waardenburg, P.J. (1932). *Das Menschliche Auge und seine Erbanlagen*.
- Wallon, H. (1987). *Psicología y educación del niño. Una comprensión dialéctica del desarrollo y la Educación Infantil*. Madrid, Visor-Mec.
- Wechsler, D. (2014). *Wechsler intelligence scale for children-fifth edition*. San francisco, TX: NCS Pearso

Wechsler, D. (2014). *Escala de inteligencia de Wechsler para preescolar y primaria-IV*. España.

## **LEYES**

Real Decreto 1393/2007 del 29 de Octubre por el que se establece la ordenación de las enseñanzas Universitarias Superiores.

DECRETO 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León. BOCYL. Castilla y León. Disponible en: <http://www.educa.jcyl.es/es/resumenbocyl/decreto-122-2007-27-12-establece-curriculo-segundo-ciclo-ed>

Memoria de plan de estudios del título de grado maestro -o maestra- en educación infantil por la universidad de Valladolid. 11 de marzo de 2008, Valladolid. Disponible en: <http://www.feyts.uva.es/sites/default/files/MemoriaINFANTIL%28v4%29.pdf>

ORDEN EDU/1152/2010 de 3 de agosto, por la que se regula la respuesta educativa al alumnado con necesidad específica de apoyo educativo escolarizado en el segundo ciclo de Educación Infantil, Educación Primaria, Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Enseñanzas de Educación Especial, en los centros docentes de la Comunidad de Castilla y León. (2010). BOCYL. Castilla y León. Disponible en: <http://www.educa.jcyl.es/es/resumenbocyl/orden-edu-1152-2010-3-agosto-regula-respuesta-educativa-alu>

## **ASOCIACIONES**

Asociación de Síndrome de Down, GranadaDown: <http://www.downgranada.org/>

Fundación Iberoamericana Down21: <http://www.down21.org/>

Fundación DownEspaña: <http://www.sindromedown.net/>

## 8. ANEXOS

### ANEXO 1: EJEMPLO DE HORARIO

TABLA 3

*Ejemplo de horario*

	LUNES SEMANA 1	MIÉRCOLES SEMANA 1	VIERNES SEMANA 1	LUNES SEMANA 2	MIÉRCOLES SEMANA 2	VIERNES SEMANA 2
9:00-10:0h.	Asamblea	Asamblea	Asamblea	Asamblea	Asamblea	Asamblea
10:00-11:30h	<b>Sesión I</b>	<b>Sesión II</b>	<b>Sesión III</b>	<b>Sesión IV</b>	<b>Sesión V</b>	<b>Sesión VI</b>
11:30-12:15h	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo
12:15-13:30h	Unidad Didáctica	Unidad Didáctica	Unidad Didáctica	Unidad Didáctica	Unidad Didáctica	Unidad Didáctica
13:30-14:00h	Salida	Salida	Salida	Salida	Salida	Salida

	LUNES SEMANA 3	MIÉRCOLES SEMANA 3	VIERNES SEMANA 3	LUNES SEMANA 4	MIÉRCOLES SEMANA 4	VIERNES SEMANA 4
9:00-10:0h.	Asamblea	Asamblea	Asamblea	Asamblea	Asamblea	Asamblea
10:00-11:30h	<b>Sesión VII</b>	<b>Sesión VIII</b>	<b>Sesión IX</b>	<b>Sesión X</b>	<b>Sesión XI</b>	<b>Sesión XII</b>
11:30-12:15h	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo
12:15-13:30h	Unidad Didáctica	Unidad Didáctica	Unidad Didáctica	Unidad Didáctica	Unidad Didáctica	Unidad Didáctica
13:30-14:00h	Salida	Salida	Salida	Salida	Salida	Salida

	LUNES SEMANA 5
9:00-10:0h.	Asamblea
10:00-11:30h	<b>Sesión XIII</b>
11:30-12:15h	Recreo
12:15-13:30h	Unidad Didáctica
13:30-14:00h	Salida

## ANEXO 2: PLAN DE SESIONES

TABLA 4

*Plan de sesiones.*

	<b>AUTOCONCIENCIA EMOCIONAL</b>	<b>CONTROL EMOCIONAL</b>	<b>EL APROVECHAMIENTO PRODUCTIVO DE LAS EMOCIONES</b>	<b>EMPATÍA</b>
SESIÓN I:				
SESIÓN II				
SESIÓN III				
SESIÓN IV				
SESIÓN V				
SESIÓN VI				
SESIÓN VII				

SESIÓN VIII				
SESIÓN IX				
SESIÓN X				
SESIÓN XI				
SESIÓN XII				
SESIÓN XIII				
SESIÓN XIV				
SESIÓN XV				

### ANEXO 3: RESUMEN DE ACTIVIDADES

TABLA 5: Resumen de las actividades de las sesiones.

SESIÓN I	Actividad: ¿Cómo me siento hoy?	Actividad: El monstruo de colores	Actividad: El dado de las emociones	
SESIÓN II	Actividad: ¿Cómo me siento hoy?	Actividad: El rollo de las emociones	Actividad: La caja de las emociones.	
SESIÓN III	Actividad: ¿Cómo me siento hoy?	Actividad: Asociación de emociones con situaciones cotidianas	Actividad: Mi cara refleja...	
SESIÓN IV	Actividad: ¿Cómo me siento hoy?	Actividad: El detective de las emociones	Actividad: El mural de las emociones	
SESIÓN V	Actividad: ¿Cómo me siento hoy?	Actividad: Abrazos de osos.	Actividad: La serpiente.	Actividad: El rincón de las emociones

SESIÓN VI	Actividad: ¿Cómo me siento hoy?	Actividad: Canción me tranquilizo	Actividad: ¿Qué puedo hacer cuando me siento enfadado?	Actividad: Las burbujas de autocontrol
SESIÓN VII	Actividad: ¿Cómo me siento hoy?	Actividad: Cuento La Tortuga y técnica.	Actividad: No pares de reír.	
SESIÓN VIII	Actividad: ¿Cómo me siento hoy?	Actividad: ¿Qué pudo hacer cuando me siento asustado?	Actividad: La caja del tesoro oculto.	Actividad: ¿Qué puedo hacer cuando me siento triste?
SESIÓN IX	Actividad: ¿Cómo me siento hoy?	Actividad: Circulo de las emociones	Actividad: Técnica de relajación de Koeppen	
SESIÓN X	Actividad: ¿Cómo me siento hoy?	Actividad: Sentimos con la música	Actividad: Adivinar emociones.	
SESIÓN XI	Actividad: ¿Cómo me siento hoy?	Actividad: Me quieren	Actividad: Nuestra estrella	
SESIÓN XII	Actividad: ¿Cómo me siento hoy?	Actividad: Yo te necesito tú me necesitas	Actividad: Un, dos, tres... ¡Ya!	
SESIÓN XIII	Actividad: ¿Cómo me siento hoy?	Actividad: Cuento Así es la vida.	Actividad: Mi espejo	

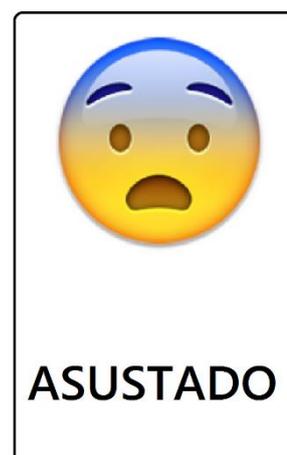
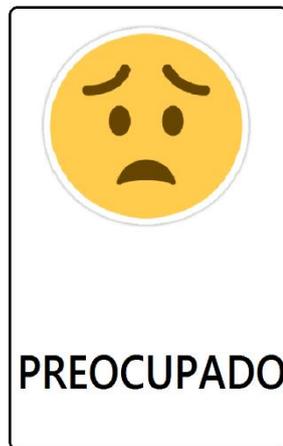
## ANEXO 4-26: ACTIVIDADES

### ANEXO 4: ¿CÓMO ME SIENTO HOY?

Al comienzo de la sesión el profesor preguntara individualmente a los niños/as cuál es su estado emocional:

- “¿Cómo te sientes? ¿Y porque te sientes así?(En un primer momento será el propio profesor el que responda para que tomen su modelo)
- Por ejemplo: “Hoy me siento....porque...”

Una vez nombrado su estado emocional cogerá tarjeta correspondiente a su estado emocional (Contento, triste, enfadado, asustado, preocupado y sorprendido) (Anexo)





**FELIZ**



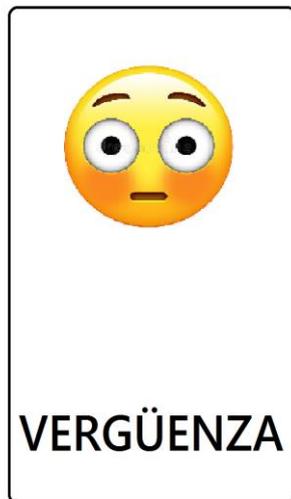
**TRISTE**



**ABURRIDO**



**AMOR**



## **ANEXO 5: EL MOSTRUO DE COLORES**

Enlace de descarga “El monstruo de colores”:  
<https://es.slideshare.net/itzelmoralesperez1/el-monstruo-de-colores-44708745>

Visionado del cuento “El monstruo de colores”: <https://www.youtube.com/watch?v=S-PTa20NNrI>

Tras la lectura del cuento el monstruo de colores se realizara una serie de preguntas de reflexión. En cada una de las emociones por las que preguntemos les mostraremos la expresión facial que corresponde.

- ¿Cuándo estas alegre que haces? ¿Y de qué color era el monstruo?
- ¿Cuándo extrañas algo cómo te sientes? ¿Y de qué color era el monstruo?
- ¿Cuándo los demás hacen algo que no te gusta cómo te sientes? ¿Y de qué color era el monstruo?
- ¿Cuándo hay cosas que te asustan cómo te sientes? ¿Y de qué color era el monstruo?
- ¿Cuándo estas tranquilo y en paz como te sientes? ¿Y de qué color era el monstruo?

Una vez terminada la lectura y la rueda de preguntas se dará a los niños tarjetas con las

expresiones faciales que aparecen en el cuento para que las observen. Les diremos que intenten imitarlas y reproducirlas observándose en los ojos, las cejas, la boca.

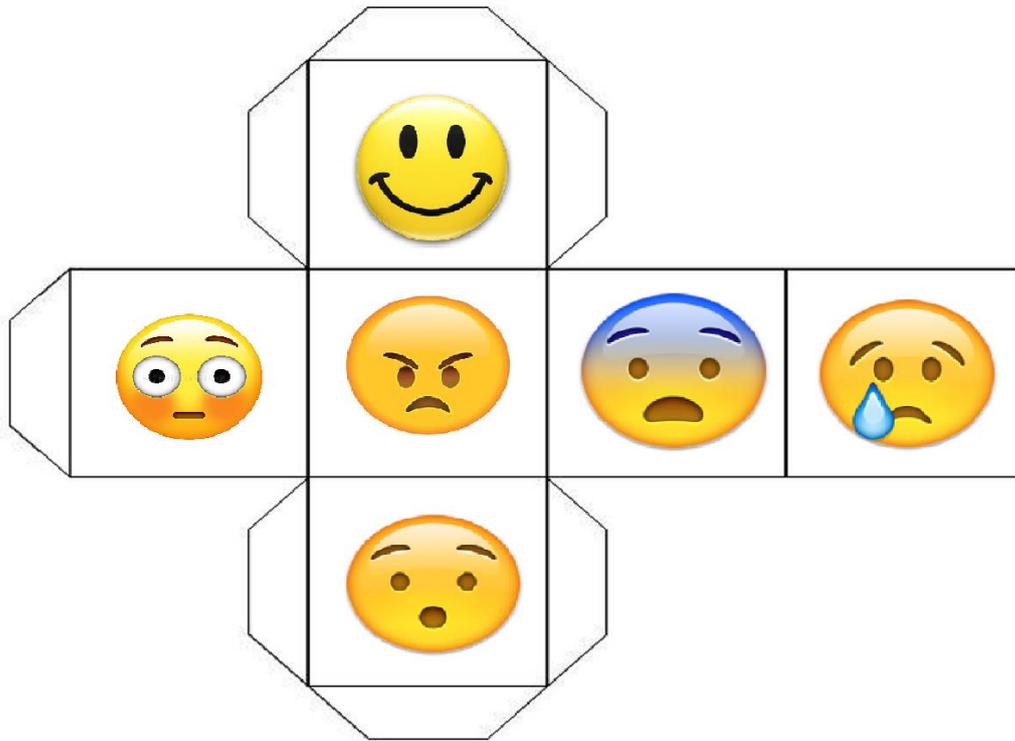
### **EXPRESIONES FACIALES MONSTRUO DE COLORES**



### **ANEXO 6: DADO DE LAS EMOCIONES**

El profesor/a se encarga de realizar un dado de cartulina del tamaño que desee. En las caras del dado se dibujaran expresiones emocionales (alegría, tristeza, ira, miedo, sorpresa y vergüenza). Cada niño/a ira lanzando el dado y deberá representar con su cara

la emoción que ha salido y el resto de los niños/as deberán valorar si lo ha hecho correctamente.



## ANEXO 7: EL ROLLO DE LAS EMOCIONES

Para realizar esta actividad se necesitan dos rollos de lana: Uno de color amarillo (Situaciones buenas), y otro de color azul (Situaciones malas).

Los niños/as estarán sentados en la alfombra de la asamblea formando un círculo.

El profesor/a pasará al primero niño/a el rollo de color amarillo:

- “¿Recuerdas una buena situación? ¿Cuál es?”

A continuación se pasa el rollo de color azul y deberá de hacer lo mismo pero esta vez con una situación que le haya hecho sentir triste, enfadado etc.

- “¿Recuerdas una mala situación? ¿Cuál es?”

Si es necesario podrán ayudarse de las tarjetas de las emociones

Una vez que el niño/a haya recordado y expuesto las situaciones se quedará varios trozos de lana de cada color. (Para ello el profesor/a se encarga de cortar el trozo de lana)

Y se pasará los rollos al siguiente niño/a hasta finalizar todo el grupo.

Una vez que todos los niños/as han recordado y expuesto sus situaciones, cada niño/a contará con varios trozos de lana que podrán utilizar para representar en el suelo la

expresión facial de cómo se sienten.

## **ANEXO 8: ASOCIACIÓN DE EMOCIONES CON SITUACIONES COTIDIANA**

En un primer momento se realizara unas preguntas de reflexión:

- ¿Si te quitan un juguete cómo te sientes?
- ¿Si te regalan algo que te gusta mucho cómo te sientes?
- ¿Si alguien te da un susto cómo te sientes?
- Si de repente aparece alguien que quieres mucho y que no te esperabas ¿Cómo te sientes?
- ¿Si te encuentras algo que no te gusta cómo te sientes?

A continuación se les mostrara en la pizarra digital diferentes expresiones faciales con los distintos estados emocionales y se pedirá a los niños/as que nos los nombren. Seguidamente se les entregara la Ficha 1 en la cual deberían asociar con una línea la expresión facial correspondiente a la situación cotidiana que los provoca.



### **FICHA 1: ASOCIACIÓN DE EXPRESIÓN FACIAL CON SITUACIÓN COTIDIANAS**



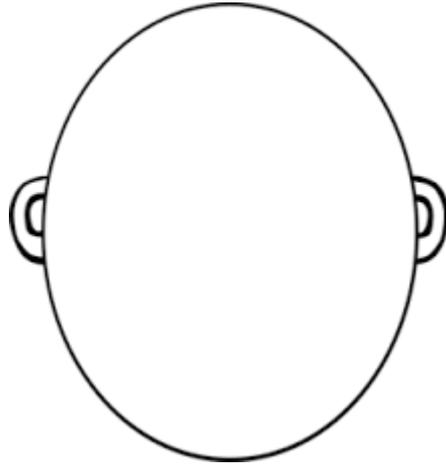
## ANEXO 9: MI CARA REFLEJA

Los niños/as se pondrán en pequeño grupo (4-6) y se colocaran delante de un espejo junto con el profesor/a y el resto de los niños/as observaran como se realiza la actividad para realizarla ellos/as a continuación.

Aquellos que estén delante del espejo deberán observar su cara y mover las distintas partes de esta. Posteriormente se les pintara las diferentes partes de la cara con barras de maquillaje de diferentes colores (por ejemplo: ojos verdes, cejas azules, nariz amarilla y labios rojos) y deberán poner la cara que les diga el profesor/a.

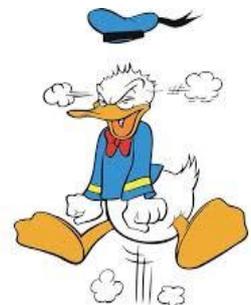
En un primer momento el profesor/a actuara como modelo y los niños/as deberán identificar la expresión que realiza, a la vez que la reproducirán ellos/as delante del espejo. Se les mandara reproducir diferentes impresiones emocionales.

A continuación, en una hoja de papel con la silueta de una cara (Anexo), los niños/as impregnaran la expresión de su cara que releje un estado de ánimo concreto que ellos/as quieran. Es posible perfilar la impresión con lápices de colores.



### ANEXO 10: RECORTES EXPRESIONES EMOCIONALES CUENTOS

En los cuentos se expresan gran cantidad de emociones. Estas son unas posibles imágenes que se pueden utilizar con diferentes expresiones emocionales.



## **ANEXO 11: ABRAZO DE OSO**

Se explicara a los niños/as que en una pared del aula estará colocado con velcro unas tarjetas de Abrazo de Oso. Cuando los niños/as quieran ir a dar un abrazo a alguien deberán coger una de estas y entregársela a la persona que quieran abrazar. El profesor se mostrara como modelo realizándolo el mismo. Y podrán utilizar estas tarjetas en cualquier momento del día cuando lo necesiten.



# **ABRAZO DE OSO**

## **ANEXO 12: TÉCNICA DE LA SERPIENTE**

Los niños/as estarán sentados en la alfombra de la asamblea. Se les explicara que vamos a hacer un ejercicio de respiración el cual podrán usar cuando se encuentren en una situación de bloqueo emocional o nos encontremos muy enfadados.

En primer lugar el niño/a debe coger aire profundamente y cuando lo suelte, lo haga siseando como si se tratase de una serpiente: “ssssssssss”:

- Cogemos aire por la nariz...aguanta el aire tres segundos....soltamos por la boca despacito hacienda la serpiente sssss” “Mientras eches el aire echa también todas las cosas malas...Fuera...”

Se les puede enseñar a prolongar la exhalación diciéndoles: “¿Cuánto aguantas haciendo la serpiente?”

## **ANEXO 13: RINCÓN DE LAS EMOCIONES, TITERES Y BOTELLA DE LA CALMA**

En el rincón se colocara:

- Una casita (de cartón previamente elaborada por el profesor/a) para que de esta manera el niño/a que recurra a este rincón no se sienta observado.
- Un cojín: para que el niño/a pueda abrazarlo, acurrucarse etc.
- Títeres: para crear conversaciones consigo mismos y expresar la emoción
- Creación de la botella de la calma: para ello se utilizara una botella de plástico en la que se introducirá agua, purpurina y pegamento de purpurina. Se agitará y se observará como la purpurina se mueve poco a poco hasta que se queda totalmente en el fondo. Igual que nosotros/as cuando nos calmamos es cuando estamos quietos.

Se explicará a los niños/as que este rincón podrá ser utilizado por cualquiera de ellos/as en cualquier momento del día cuando se sientan inquietos y saldrán de él cuando recuperen la calma.

El rincón puede servir también para bloqueos emocionales, muy frecuentes en niños/as con Síndrome de Down, ya que el movimiento en la forma inicial de romper con una situación de bloqueo.

Finalmente el Rincón este montado se dejara a los niños/as explorarlo

**TÍTERE CLARA**



**TÍTERE PABLO**





#### **ANEXO 14: CANCIÓN ME TRANQUILIZO**

En un primer momento únicamente escucharán la canción. Posteriormente se les volverá a poner la canción y se les pedirá que cuenten hasta 10 igual que en la canción.

Finalmente se les explicará que cuando quieran expresar alguna emoción deben contar primeramente hasta 10 para tranquilizarse.

#### **ANEXO 15: HISTORIA DE CLARA**

“Clara, no siempre está contenta, hay cosas que la hacen enfadar. Su cara se muestra diferente (el profesor/a pondrá cara de enfado). Clara suele enfadarse cuando no es la primera de la fila, cuando la rompen sus dibujos o cuando la pegan etc.

¿CUÁNDO OS ENFADÁIS VOSOTROS? ¿QUÉ COSAS OS HACEN ENFADAR?

(Pausa para que los niños/as respondan).

Cuando Clara se siente enfadada, tiene unas fórmulas mágicas para hacer desaparecer su enfado, de esta forma se siente mucho mejor y de nuevo aparece su sonrisa en la cara.

- Cuando se enfada porque no es la primera en la fila, se dice a sí misma que no pasa nada, que lo importa es llegar con todos sus compañeros/as a donde se digan.
- Cuando la rompen los dibujos, se lo dice a su profesor/a o habla con el niño/a que se lo ha roto y le dice que no le gustan que la hagan eso.
- Cuando la pegan, se lo dice al profesor/a o habla con el niño/a que la ha pegado y le dice que no le gusta que la peguen

Sobre todo, Clara nos dice que lo más importante es que expliquemos lo que nos pasa a las personas que queremos, esto nos ayuda a sentirnos mucho mejor.

### IMÁGENES HISTORIA DE CLARA



## ANEXO 16: CUENTO DE LA TORTUGA

Había una vez una tortuga llamada “Tortuguita” que tenía 6 años y no le gustaba mucho ir al cole, porque pasaban muchas cosas que le hacían enfadarse mucho, gritar, patear y pelearse con los demás. Sólo quería dibujar y pintar. No quería colaborar con nadie.

Todos los días tenía problemas con los compañeros, con la profesora...y después se sentía muy mal y triste.

Un día encontró a una tortuga muy mayor que le dijo que quería ayudarla y le dijo: “Te contaré un secreto” – ¿Cuál?- preguntó Tortuguita. Tú llevas encima de ti la solución a tus peleas, insultos, líos, gritos y rabietas, pero, ¿qué es?, insistió Tortuguita. Es tu caparazón –respondió la vieja tortuga Puedes esconderte dentro de él cada vez que vayas a enfadarte, gritar, molestar, insultar, pelearse,...

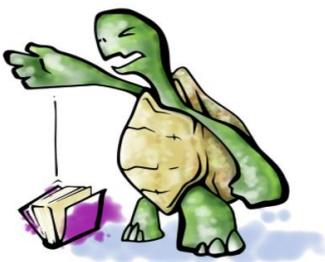
Y dentro de tu concha te sentirás a gusto y tranquila. ¿Y cómo se hace? – preguntó de nuevo Tortuguita. Encoge los brazos, las piernas y la cabeza y apriétalas contra tu cuerpo Cierra los ojos y piensa: Estoy más tranquila, no voy a pelearme, no voy a molestar a nadie

A continuación Tortuguita practicó un poco y la tortuga mayor le dijo: -¡Muy bien! Lo has hecho muy bien. Hazlo así cuando vayas a la escuela.

Al día siguiente Tortuguita se fue al colegio y en un momento de la mañana empezó a enfadarse porque un compañero le había dicho una cosa y antes de chillar, patear, insultar, pensó: He de poner en práctica lo que me dijo la tortuga mayor: meterme en el caparazón. Así lo hizo y no hubo ninguna pelea, ninguna rabieta, ningún grito.

La profesora y los demás compañeros la felicitaron. Tortuguita estaba muy contenta. Siguió haciendo lo mismo cada vez que pensaba que iba a portarse mal y la clase estuvo muy a gusto con ella.

### IMÁGENES CUENTO TORTUGA





## TÉCNICA DE LA TORTUGA

En un primer momento se enseñara a los niños/as cómo funcionan las tortugas: deberán encogerse en el suelo, cerrando su cuerpo y meter la cabeza entre sus brazos.

De esta manera cada vez que un niño se encuentre en una situación en la que no puede controlar sus impulsos, el profesor/a dirá la palabra “Tortuga” y en niño/a realizara la técnica.

Posteriormente se le enseñara a relajar sus músculos controlando la respiración.

Se utilizara música relajante ya que ayuda a controlar los enfados y a superar la tristeza.

El profesor actuara como modelo realizándolo el primero.

## ANEXO 17: HISTORIA DE PABLO Y CLARA

“Pablo y Clara no siempre están contentos, hay cosas que les asustan. Se asustan cuando ven bichos, cuando escuchan los truenos de las tormentas o cuando ven películas de miedo.

¿QUÉ COSAS OS ASUSTAN A VOSOTROS/AS?

(Pausa para que los niños/as respondan)

Pero Pablo y Clara tienen fórmulas mágicas para no tener miedo y así sentirse mucho mejor.

- Cuando ven un bicho ya no tienen miedo, pues los bichos pequeños si les tocamos huyen corriendo del miedo y nunca nos harán daño.
- Cuando oyen un trueno se tapan las orejas fuerte fuerte y así ya nos les echan

tanto.

- Cuando ven películas de miedo piensan que no es verdad todo lo que ocurre que son solo películas.

Pero lo que de verdad es importante es que expliquemos lo que nos pasa a las personas que queremos, ellos nos ayudaran a sentirnos mucho mejor.”

### IMÁGENES HISTORIA PABLO Y CLARA





### **ANEXO 18: LA CAJA DEL TESORO OCULTO**

Con anterioridad a la actividad, el profesor/a colocara un espejo dentro de una caja. Mostrará la caja a los niños/as, pero sin mostrarles su interior. Les dirá que dentro de la caja hay un tesoro oculto que es único, de esta formara se generar expectativas.

Posteriormente se pasara la caja a cada niño/a y la abrirán, sin decir a nadie lo que contiene. Uno por uno deberá de decir que tesoro oculto contienen y que creen ellos que los hacen único y especiales, irrepetible y maravillosos.

- ¿Qué hay dentro de la caja que te gusta mucho? ¿De todo lo que hay que es lo que más te gusta? Las órdenes serán clara y sencillas.

### **ANEXO 19: HISTORIA DE PABLO**

Esta actividad podremos extrapolarla a otras situaciones cuando un niño/a nos diga que se siente triste por algo, podremos utilizar al personaje Pablo para representar la situación. De esta forma verán como Pablo resuelve la situación y deja de ponerse triste.

“Pablo es un niño como nosotros, no siempre está contento; hay cosas que le ponen triste y su cara se muestra diferente. Pablo se pone triste cuando le rompen algún juguete, cuando no le compran caramelos o cuando nadie quiere jugar con él.

**¿CUÁNDO OS PONÉIS TRISTE VOSOTROS? ¿QUÉ COSAS OS PONEN TRISTES?**

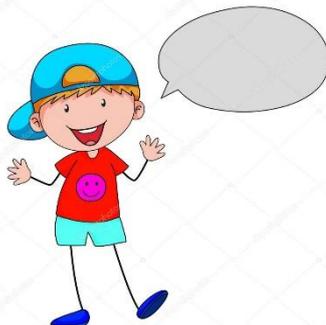
(Pausa para que los niños/as respondan)

Cuando Pablo se pone triste por todas esas cosas tiene fórmulas mágicas para que desaparezca su tristeza, estas le ayudan a sentirse mejor y aparece de nuevo su sonrisa.

- Cuando le rompen algún juguete se dice a si mismo que pronto tendrá uno nuevo y que lo cuidara muchísimo.
- Cuando no le compran caramelos se pone triste, pero sus papas le han dicho que si come tantos caramelos le hará daño a la tripa.
- Cuando nadie quiere jugar con él se lo dice a su profesor que no pasa nada, que seguro que algún niño/a quiere jugar con él y él le ayudad a buscarlo.

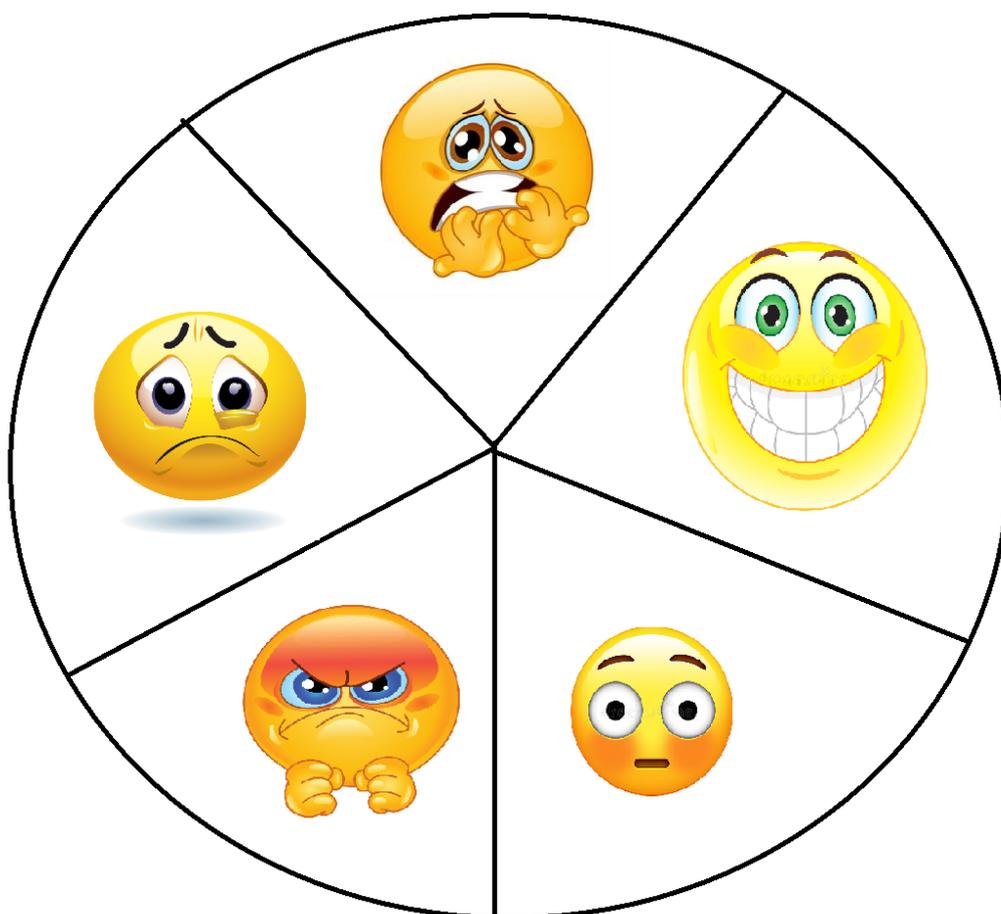
Sobre todo Pablo nos dice que lo más importante es que expliquemos que nos pasa a las personas que más queremos y ellos nos ayudaran a sentirnos mejor.”

### IMÁGENES HISTORIA PABLO



## ANEXO 20: CÍRCULO DE LAS EMOCIONES

Los niños/as deberán estar sentados en círculo en la alfombra de la asamblea. En el centro del círculo estará colocado en el suelo un círculo grande dividido en cinco partes, correspondientes a las siguientes emociones: alegría, tristeza, enfado, miedo y vergüenza. El profesor/a procederá a leer diferentes situaciones con el apoyo de imágenes correspondiente. Los niños/as contarán con unas fichas y tras la lectura de cada situación y su visionado en imágenes deberán apostar con su ficha de la emoción que ellos creen que es. Es posible que una misma situación provoque varias emociones



## SITUACIONES DE LA ACTIVIDAD CÍRCULO DE LAS EMOCIONES

- Estas jugando con tus papas



- Llegas a casa y está toda tu familia



- Te dan un regalo



- Un niño te grita



- Te rompen un juguete



- Te peleas con otro niño/a



- Llueve y no puedes salir a jugar al parque



- Un niño/a te hace burla



- Los demás niños/as no quieren jugar contigo



- Estas en un sitio muy oscuro



- Ves una película de miedo.



- Alguien te da un susto



- Tienes que cantar y bailar delante de mucha gente



- Te caes delante de mucha gente



## ANEXO 21: TÉCNICA DE RELAJACIÓN DE KOEPPEN

- "Imagina que tienes un limón en tu mano izquierda, tienes que tratar de exprimirlo para sacarle todo el jugo. Concéntrate en tu mano y en tu brazo, en cómo aprietan mientras intentas sacarle todo el zumo, en cómo se tensan. Ahora deja caer el limón. Nota cómo están tus músculos cuando se relajan..." El proceso se repite tres veces con cada mano.
- "Ahora vamos a imaginarnos que somos un gato muy muy perezoso y queremos estirarnos... Estira todo lo que puedas los brazos frente a ti. Ahora levántalos, por encima de tu cabeza, con fuerza llévalos hacia atrás. Nota el tirón tan fuerte que sientes en los hombros. Vamos ahora a dejarlos caer a los lados, que descansen

del esfuerzo. Muy bien. ¿Ves qué bien se siente un gatito cuando está relajado? Muy contento y muy a gusto` El ejercicio de repite cinco veces.

- "Ahora eres una tortuga. Estás ahí sentada, sobre una roca, muy a gustito. Relajándote muy tranquila y muy feliz en un lugar fantástico. Hace sol y calor, hay un estanque muy cerca de ti. Te sientes muy cómoda y feliz... De pronto... ¿qué pasa? No lo sabes bien, pero sientes que estás en peligro, sientes miedo. ¡Tienes que esconderte! ¡Mete tu cabeza en el caparazón! Lo haces llevando tus hombros hacia tus orejas, con la cabeza entre los hombros, así, bien escondida, muy protegida. Ya está... no hay peligro, sal de tu caparazón, no tienes nada que temer". El ejercicio se repite tres veces.
- "Tienes un chicle enorme, quieres morderlo, masticarlo, comerlo pero es tan grande... Vamos a morderlo con todos los músculos de tu cuello, con tu mandíbula. Apriétalo bien. Siente cómo se mete entre los dientes. Mastícalo fuerte, muy bien, lo estás consiguiendo. Ahora relájate, el chicle ha desaparecido. Deja caer tu mandíbula. Siente cómo está floja. Tu cuello también está suelto, está relajado". El ejercicio se repite tres veces, con tres `chicles distintos`
- "Estás sentado, despreocupado, entretenido. De repente, una mosca, una mosca muy molesta ha venido a meterse contigo y se ha posado en tu nariz. Tratas de espantarla pero no puedes usar las manos. Es un poco complicado. Intenta echarla arrugando tu nariz, todo lo que puedas, lo más fuerte posible. ¡Vamos, tú puedes echarla! Fíjate que cuando arrugas tu nariz, las mejillas, la boca y la frente también se arrugan, también se ponen tensos. Hasta tus ojos se tensan... Bien, la mosca ya se ha ido, por fin te ha dejado tranquilo. Ya puedes relajar toda tu cara: tu nariz, tus mejillas, tu frente... Tu cara está tranquila, sin una sola arruga. Tú también estás tranquilo y relajado." Repetimos tres veces el proceso.
- "Ahora, está tumbado sobre la hierba, panza arriba, tomando el sol. Estás muy cómodo y muy relajado. De repente, oyes un pequeño estruendo, son los pasos de algo grande que se dirige hacia ti. Es un elefante, el elefante avanza rápido, velozmente, sin mirar por dónde pisa. Está muy cerca de ti, no tienes tiempo de escapar. La única solución es poner tenso el estómago, tensarlo tanto que parezca de piedra; así cuando el elefante ponga su pie encima de ti estarás protegido. Tensa bien tu estómago, nota como tu estómago se pone duro, realmente duro. Aguanta así, el elefante está a punto de pasar. Mira, parece que ya está apoyando su pie...

¡Vaya!, el elefante ha salido corriendo en otra dirección. Estás a salvo. Ya puedes descansar y relajarte. Deja tu estómago blandito. Lo más blandito y relajado que puedas. ¡Muy bien! Ahora te sientes mucho mejor, relajado y descansado. Siente la diferencia entre el estómago tenso y el estómago relajado, ¿a qué ahora te sientes mucho mejor?" El ejercicio se repite dos veces.

- "Ya no estamos en un bosque acogedor, nos encontramos en la jungla. Es una jungla peligrosa, pero nosotros somos buenos exploradores y conseguiremos avanzar a través de ella y encontrar la salida. Vamos caminando decididos cuando ¡atención! Hemos encontrado un barrizal, ¿quieres meter tus pies en él? ¡Vamos a ello! Debes empujar con toda la fuerza de tus piernas. Empuja hace adentro. Siente como el calor del barro se mete entre tus pies. Empuja fuerte, parece que el barro se hace cada vez más duro, utiliza toda la fuerza de tus piernas. Siente cómo tus piernas y tus pies están tensos mientras intentan caminar por el lodo. Ahora sal fuera. Deja de ejercer fuerza. Suelta tus piernas y tus pies. Nota cómo éstos están flojos, están relajados. Ya no estás tenso, descansa tranquilo..."El ejercicio se repite dos veces.

## **ANEXO 22: CUENTO ADAPTADO: EL PATITO FEO**

Los niños/as estarán sentados en semicírculo en la alfombra de la asamblea. El profesor/a les contará el cuento del "Patito Feo" adaptado.

Había una vez, en un corral que estaba cerca de un hermoso lago, un nido lleno de huevos. Mamá pata se sentaba suavemente sobre ellos para no romperlos, esperando con paciencia a que sus patitos naciesen. De repente, un día sintió unos movimientos: "¡Crack, crack crack!"; mamá pata vio como comenzaban a romperse los huevos. Mamá pata estaba muy feliz porque sus patitos por fin estaban naciendo, pero sucedió algo muy extraño: un huevo no se movía.

*PAUSA: (¿Cómo se sintió mamá pata cuando nacieron sus patitos?)*

Mamá pata estaba muy preocupada porque los demás patitos ya habían nacido. Al ratito, por fin empezó a romperse la cáscara: ¡Crack crack, crack crack!" y, de repente, de ella salió un pato más grande que sus hermanos, pero también, muchísimo más feo y delgado que los otros.

PAUSA: (*¿Cómo era el patito que nació en el último huevo?*)

Mamá pata, no sabía por qué este patito era tan diferente a los otros, pero lo aceptó con mucho cariño aunque los demás patos se burlaran de él.

- ¡Mirad! ¡Qué patito tan feo! ¡No queremos que esté en nuestro corral, que se vaya! – le decían los demás patos del corral.

- ¡Patito feo! ¡Patito feo! ¡Patito feo! – le gritaban todos, también sus hermanos.

Pasaban los días y sus hermanos seguían burlándose de él todos los días...

- ¡Ve a jugar a otro sitio! – le decían.

PAUSA: (*¿Cómo llamaban los demás patos a este último patito? ¿Querían los demás patos patitos? ¿Por qué?*)

El patito feo también quería jugar con los demás por eso no se iba. El patito feo tuvo que soportar las burlas y los empujones de sus hermanos durante mucho tiempo y mamá pata siempre tenía que estar defendiéndolo.

- ¡basta ya! Dejadlo tranquilo - decía mamá pata, pero de nada servía lo que ella dijera porque siempre buscaban la manera de burlarse de él.

PAUSA: (*¿Cómo se sentía cuando le llamaban “patito feo”?*)

El patito se sentía muy triste porque no era querido en el corral. Pero un buen día, el patito se puso a pensar:

- Creo que será mejor que me vaya muy muy lejos - pensó muy entristecido.

Y así fue; el patito se marchó del corral, corrió lo máximo que pudo escondiéndose en el bosque.

A la llegada del invierno el patito pasó mucha hambre porque sólo se alimentaba de las hojas que caían de los árboles. El patito tuvo que refugiarse entre los arbustos y los troncos para no congelarse. Se sentía muy triste porque estaba solo y no tenía mucho que comer.

PAUSA: (*¿Cómo se sintió el patito durante el invierno?*)

Pasaron muchos días y llegó la primavera; el bosque se vistió de muchos colores y el patito salió de su refugio a buscar comida. Mientras estaba caminando, observó a lo lejos una laguna donde nadaban unas aves muy bonitas que nunca había visto. El patito se acercó tímidamente para verlas más de cerca.

- ¡Vaya! ¡Qué aves más bonitas hay nadando en el lago! – Pensó - ¡Qué elegantes son!  
Aquellas aves, al verle, le invitaron a nadar con ellos.

- No, gracias. Soy muy feo como para nadar con vosotros – contestó tristemente.

- ¿Cómo? ¿Acaso no te has visto? ¡¡Eres uno de nosotros!! – le dijo una de ellas.

El patito, pensando que aquellas preciosas aves se estaban burlando de él, contestó:

- No os burléis de mí, ya sé que soy feo.

PAUSA: *(¿Cómo se sentía el patito?)*

- Mira tú reflejo en la laguna y te darás cuenta de que no te mentimos – contestaron las aves.

El patito, temeroso, se acercó a la laguna, estiró su cuello y miró su reflejo. Lo que vio lo dejó maravillado: durante el largo invierno, el patito feo se había transformado en un precioso cisne. El patito, sorprendido, dijo:

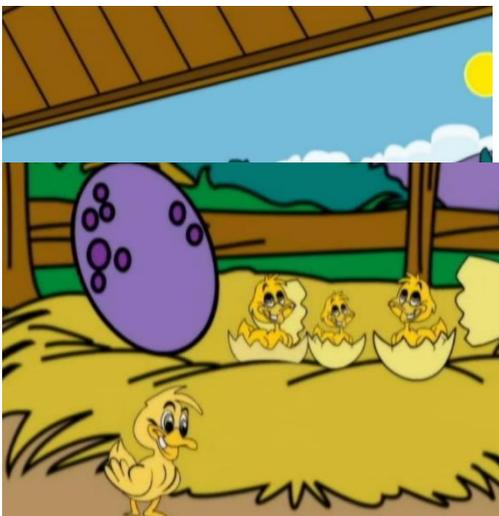
- ¿Ese soy yo? ¡¡Soy igual que vosotros!!

- Sí, eres un cisne igual que nosotros. Eres el cisne más bonito que hemos visto jamás – dijeron los cisnes.

PAUSA: *¿Cómo se vio en el reflejo del agua?*

Aquellos cisnes invitaron al patito a vivir con ellos y el patito aceptó y, por fin vivió feliz, rodeado por más cisnes que le querían por cómo era.

### IMÁGENES DEL CUENTO ADAPTADO EL PATITO FEO.





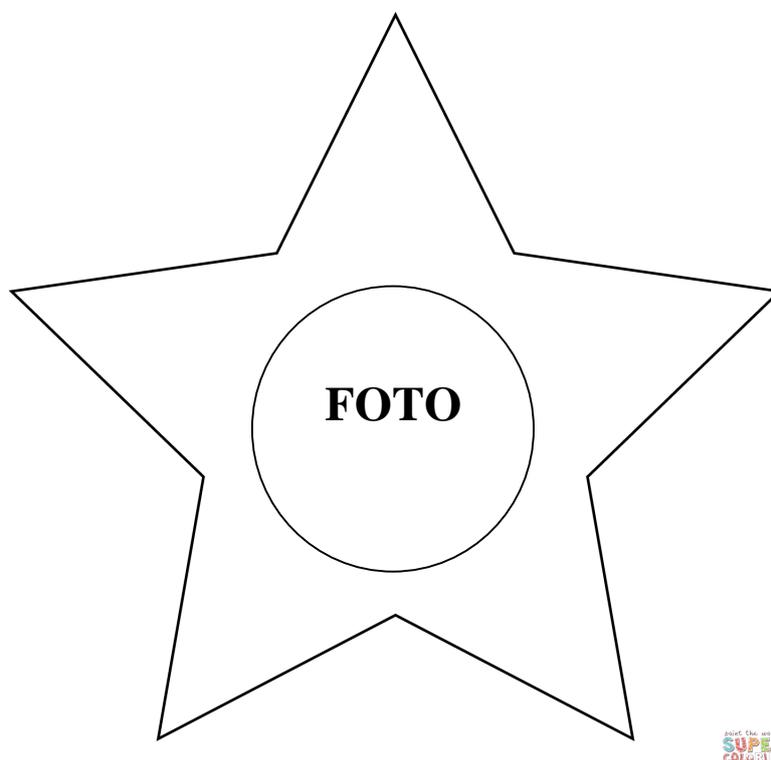


### Preguntas de reflexión

- ¿Cómo era el patito que nació en el último huevo?
- ¿Cómo le llamaban?
- ¿Cómo se sentía cuando le llamaban “patito feo”?
- ¿Le querían? ¿Por qué?
- ¿Se parecía el patito a las aves que había en el lago?
- ¿Cómo se vio en el reflejo del agua?
- ¿Nuestro amigo, al final de la historia, acaba siendo feliz?
- ¿Era un pato nuestro personaje?
- ¿Encontró una familia que le quería?

### **ANEXO 23: NUESTRA ESTRELLA**

En todo momento se contara con la ayuda del profesor/a que realizara preguntas constantemente a los niños/as: ¿Quieres mucho a...? ¿Por qué? ¿Te gusta jugar con...? ¿Por qué? El profesor/a actuara como modelo diciendo: “Lo que más me gusta de....es....”



#### **ANEXO 24: ADAPTACIÓN DE LA FÁBULA “EL LEÓN Y EL RATÓN”**

Los niños/as estarán sentados en semicírculo y el profesor/a enfrente de ellos/ellas. Les contara una historia apoyándose de imágenes. La historia se llama “El ratón y El león” (Anexo). Mientras se cuenta la historia y al finalizar la historia se harán unas preguntas que las contestaran con ayuda del profesor/a:

- ¿Cómo es el ratón? ¿Es bueno o malo? ¿Es cobarde o valiente?
- ¿Cómo es el león? (Cualidades)
- ¿Por qué el león deja marchar al ratón cuando estaba a punto de comérselo?
- El león no cree que el ratón pueda ayudarlo ¿Por qué?
- ¿Cómo ayuda el ratón al león?
- ¿Qué piensa el león del ratón?
- ¿Cómo acaba la historia?
- ¿El león quiere al ratón? ¿Por qué?

Al finalizar la historia se harán las siguientes preguntas sobre la amistad:

- ¿Quiénes son vuestros amigos? ¿Cómo se llaman? ¿Por qué son vuestros amigos?
- ¿Ellos os quieren mucho? ¿Qué cosas les gustan de vosotros? ¿Les gusta que sois malos con ellos o buenos? ¿Les gusta que juguéis con ellos? ¿Y qué más?
- ¿A ti que te gusta de tus amigos?

Un ratón muy pequeño vivía en un agujero muy oscuro. Cada día salía a dar una vuelta, le gustaba mucho correr y jugar por la hierba. Un día, cuando salía de su agujero, se encontró a un león.

El león tenía la boca abierta y sus ojos no dejaban de mirar al ratón. De repente, el león atrapo al ratón.

*PAUSA (¿Cómo crees que se sentía el ratón en este momento, cuando el león estaba a punto de comérselo?)*

El ratoncito estaba muy asustado, tenía mucho miedo, porque el león se lo quería comer. El ratón, entre lágrimas, le dijo al león:

- Por favor, señor león, déjame marchar. Soy muy pequeño y si me comes seguro que te quedaras con hambre. Si me comes ya no podré correr ni jugar...por favor, sé bueno, tú que eres el rey de la selva.

El león le escuchó, levantó la cabeza y dejó en el suelo al ratón.

- Anda, vete a jugar; ya me gustaría a mí poder jugar, pero debo ir a cazar – dijo el león.

*PAUSA: (¿Por qué el león deja marchar al ratón cuando estaba a punto de comérselo?)*

- Muchas gracias; si algún día necesitas algo, puedes llamarme - le contestó nuestro amigo el ratón.

- No me hagas reír; tú que eres tan pequeño, ¿cómo quieres que te necesite? – le preguntó el león.

*PAUSA: (El león no cree que el ratón pueda ayudarlo ¿Por qué?)*

Y el ratón siguió muy contento su camino, saltando y corriendo por la hierba, que era lo que más le gustaba en el mundo.

Un día, cuando salía de su pequeño agujero, el ratón oyó unos rugidos.

- ¿Qué será eso? Parece la voz del señor león – pensó.

Sin pensárselo, fue hacia donde se escuchaban el rugido. Cuando llegó se encontró al pobre león atrapado en una red muy gruesa. ¡Los cazadores habían atrapado al león!

*PAUSA: (¿Cómo crees que se sentía el león en este momento, cuando los cazadores querían atraparlo?)*

El león estaba muy nervioso porque no podía salir de la red y necesitaba ayuda.

- No tengas miedo, señor león, que yo te ayudaré – le dijo el ratón.

- ¿Tú? Si eres demasiado pequeño.

*PAUSA: ¿Qué piensa el león del ratón?*

- De ninguna manera; déjame ayudarte, te sacaré de aquí.

El ratón empezó a morder la cuerda, sus dientes iban haciendo un agujero cada vez más grande. Tuvo mucho trabajo, pero aunque estaba cansado no dejó de morder para salvar al león. Finalmente, rompió toda la red y el león pudo salir.

*PAUSA: (¿Cómo ayuda el ratón al león?)*

- Corre señor león, ya eres libre.

Y el señor león salió de la red; por fin era libre.

*PAUSA: (¿Cómo se sentía el león, ahora que ya era libre?)*

El león estaba muy contento.

- Muchas gracias ratón. Si no es por ti, los cazadores me habrían matado.

- Yo también estaría muerto si tú no me hubieras dejado marchar, señor león.

A partir de entonces, el león y el ratón se hicieron muy buenos amigos. A lo mejor los veis un día junto...

### IMÁGENES DEL CUENTO EL LEÓN Y EL RATÓN





## **ANEXO 25: CUENTO ADAPTADO DE ASÍ ES LA VIDA**

Los niños/as en semicírculo se dispondrán a escuchar el cuento adaptado “Así es la vida” (Anexo) con apoyo visual en la pizarra digital.

Posteriormente se harán preguntas para suscitar la reflexión de los niños/as:

- ¿Cuándo no conseguís algo que queréis os enfadáis?
- ¿Cómo os sentís cuando os hacen esperar por algo que queréis?

¿Creéis que es bueno enfadaros?

El cuento de “Así es la Vida” puede descargarse desde el siguiente enlace:

<https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=sites&srcid=ZGVmYXVsdGRvbWFpbxhbmlpcGFqbzR8Z3g6MzA3MWVmNjBiOGI4Yjk0Yg&pli=1>

También se puede visionar el cuento mientras te lo narran en el siguiente enlace:

<https://www.youtube.com/watch?v=q4ug-VmXis0>

En la vida, hay veces que deseamos cosas y las conseguimos...pero también hay veces que, por mucho que intentemos perseguir algo, no hay forma de conseguirlo.

Así es la vida.

A veces deseamos darnos un baño y jugar con el agua en verano y.... ¡Lo conseguimos!

Pero otras veces nos ponemos tan malitos que nos tenemos que quedar en la cama.

Pero no pasa nada, si estamos malitos y no podemos bañarnos en la piscina, podemos hacer otras cosas como pintar.

A veces queremos que nos regalen un juguete que nos gusta mucho y... ¡Lo conseguimos!

Pero otras veces no nos regalan lo que más queríamos y nos regalan algo que nos gusta menos.

Pero no pasa nada, podemos pensar en que puede servir aquel regalo que no nos gusta tanto.

A veces deseamos ser los más divertidos, jugar con muchos niños/as y ser agradables con los demás y... ¡Lo conseguimos!

Pero otras veces, tenemos un mal día y nos sentimos torpes, de mal humor o que no nos apetece jugar con nadie.

Pero no pasa nada, quizás es el momento de ponernos enfrente de un espejo y decirnos a nosotros mismos que mañana será otro día.

A veces deseamos que alguien nos quiera mucho mucho, que nos cuide y nos dé mimos y... ¡Lo conseguimos!

Pero otras veces, cuando más necesitamos que alguien nos abrace, no aparece nadie y nos sentimos solitos.

Pero no pasa nada, si esa persona que necesitas no aparece, podemos acordarnos de él o ella y llamarle por teléfono o escribirle una carta y decirle cuanto le queremos.

A veces nos ocurren cosas tan tan buenas que deseamos que nunca se acabasen, pero un día las cosas cambian y se acaban...

Pero no pasa nada, igual dentro de poco aparecen otras cosas buenas que nos vuelven a encantar.

A veces por mucho que pongamos nuestras mejores intenciones, las cosas no salen como deseamos y quizás nos enfademos tanto que dejamos todo como un puzle desmontado, pero no pasa nada, nos tranquilizaremos y pensaremos como montar el puzle de nuevo y hacer que las cosas salgan como deseamos.

## ANEXO 27: EVALUACIÓN

TABLA 6

*Diario de clase*

Criterio	SI	NO
Reconoce 3 veces las emociones propias		
Reconoce 3 veces las emociones ajenas		
Espera 5 segundos la orden del profesor		
Reconoce 3 veces las emociones en dibujos		
Dice 3 cualidades propias		
Dice 3 cualidades ajenas		
Realiza 3 expresiones faciales		
Recuerda 2 situaciones vividas		

TABLA 7

*Evaluación inicial y final*

CRITERIO	EVALUACIÓN INICIAL			EVALUACIÓN FINAL		
	SI	A veces	NO	SI	A veces	NO
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1. Nombra emociones al observar un rostro que refleja una emoción (Alegría, tristeza, miedo, asco, ira y sorpresa)</li> </ul>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2. Reconoce las emociones propias (Alegría, tristeza, miedo, asco, ira y sorpresa)</li> </ul>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3. Es capaz de transmitir el sentimiento personal a través de tarjetas con dibujos de los estados emocionales</li> </ul>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 4. Reconoce que determinadas situaciones provocan emociones negativas y positivas. (*)</li> </ul>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 5. Expresa emociones de alegría, tristeza, miedo, sorpresa, ira y asco con la expresión facial correspondiente</li> </ul>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 6. Es capaz iniciarse en el control sus impulsos tanto positivos como negativos</li> </ul>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 7. Es capaz de estar tranquilo a través de la actividad de la serpiente</li> </ul>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8. Es capaz de relajar los músculos y estar tranquilo a través de la imaginación con la técnica de Koeppen</li> </ul>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 9. Conoce estrategias para tolerar la frustración cuando no consigue determinadas cosas</li> </ul>						

• <b>10. Es capaz de esperar a la orden del profesor para conseguir aquello que desea.</b>						
• <b>11. Es capaz de nombrar la emoción que refleja dibujos y fotografías</b>						
• <b>12. Es capaz de nombrar la emoción que otros expresan facialmente.</b>						
• <b>13. Tiene en cuenta las emociones de los demás</b>						
• <b>14. Es capaz de reconocer y describir sus propias cualidades cuando se ve reflejado en un espejo</b>						
• <b>15. Es capaz de reconocer y describir las cualidades de sus compañeros/as cuando se le pregunta.</b>						
• <b>19. Es capaz de pegar las imágenes</b>						
• <b>20. Escucha los cuentos</b>						
• <b>21. Es capaz de realizar los dibujos</b>						

*Nota: Los criterios 1-5 corresponde al autoconocimiento emocional, los criterios 6- 10 del control emocional, los criterios 11-13 del conocimiento de emociones ajenas, del criterio 14-15 de aprovechamiento productivo de emociones y los criterios 19-21 de características adaptativas, motoras etc.*

(\*)Situaciones:

- Te quitan algo que te gusta
- Te dan un susto
- Te dan un regalo
- Te encuentras algo que no te gusta
- Aparece alguien de repente que quieres mucho