



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN

Grado en Educación Infantil

TRABAJO FIN DE GRADO

**LA EDUCACIÓN EMOCIONAL A TRAVÉS
DE LA EXPRESIÓN CORPORAL INFANTIL**

Presentado por Marlén Guerrero Peña

Tutelado por Antonio Jesús Monroy Antón

Soria, 10 de Diciembre de 2018

RESUMEN

La finalidad de este trabajo es conocer los beneficios que tiene la implementación de la Inteligencia Emocional desde etapas tempranas en el aula de psicomotricidad, utilizando la Expresión Corporal como principal elemento de desarrollo. Ambos aspectos relacionados, forman la combinación perfecta que conducirá a la adquisición de las competencias principales necesarias para que los alumnos tengan más habilidades para afrontar el resto de asignaturas educativas. Por eso se ha realizado una propuesta de intervención didáctica, aplicable a cualquier curso del 2º ciclo de Educación Infantil, especialmente para niños y niñas de 5 años.

Para conseguir un aprendizaje significativo se va a utilizar una metodología constructivista y se van a trabajar las emociones de la forma más atractiva posible. Las conclusiones que se han extraído son la necesaria implementación de la Educación Emocional en el currículo para ser trabajado en las aulas de forma continuada y que gracias a su trabajo diario se puede conseguir que los alumnos sean capaces de aprender su gestión y para el desarrollo de la autoestima.

PALABRAS CLAVE: Inteligencia Emocional, Expresión Corporal, Educación Infantil, emociones, autoestima, competencias, alumnos, currículo, Educación Emocional.

ABSTRACT

The purpose of this work is to know the benefits of the implementation of Emotional Intelligence from early stages in the psychomotor classroom, using the Body Expression as the main element of development. Both related aspects form the perfect combination that will lead to the acquisition of the main competences necessary for students to have more skills to face the rest of the educational subjects. That is why a didactic intervention proposal has been made, applicable to any course of the 2nd cycle of Early Childhood Education, especially for boys and girls of 5 years.

To achieve meaningful learning, a constructivist methodology will be used and emotions will be worked on in the most attractive way possible. The conclusions that have been drawn are the necessary implementation of Emotional Education in the

curriculum to be worked in the classroom on an ongoing basis and that thanks to their daily work can be achieved that students are able to learn their management and for the development of the self-esteem.

KEY WORDS: Emotional Intelligence, Body Expression, Early Childhood Education, emotions, self-esteem, competences, students, curriculum, Emotional education.

ÍNDICE

1.-Introducción-----	Pág.1
2.-Justificación-----	Pág. 2
3.-Objetivos-----	Pág.4
3.-Fundamentación teórica-----	Pág.7
3.1.-Marco legislativo-----	Pág.7
3.2.-La expresión corporal-----	Pág. 7
3.2.1. La psicomotricidad y el juego-----	Pág.8
3.2.2. Aplicación en el aula-----	Pág. 10
3.3.-Inteligencia emocional-----	Pág. 12
3.3.1 Antecedentes científicos de la inteligencia emocional-----	Pág. 12
3.3.2 Modelos de inteligencia emocional-----	Pág. 14
3.3.3 Las competencias emocionales-----	Pág. 15
3.4.- La educación emocional-----	Pág. 17
3.5.-Relación entre educación emocional y educación motriz-----	Pág. 18
3.6.-Características de los niños de 3 a 6 años-----	Pág. 19
4.-Desarrollo propuesta de intervención-----	Pág. 24
4.1-Introducción-----	Pág. 24
4.2-Temporalización-----	Pág. 24
4.3-Metodología-----	Pág. 24
4.4-Sesiones-----	Pág. 25
4.5-Evaluación-----	Págs. 33
5.-Conclusiones-----	Pág. 35

1. INTRODUCCIÓN

Este Trabajo Fin de Grado (TFG) titulado “La educación emocional a través de la Expresión Corporal infantil”, está estructurado en cinco apartados.

En la primera parte se realiza una justificación del tema elegido, en la que se exponen aspectos relacionados con la normativa vigente y que atañe a la Educación Infantil, así como las razones principales que han llevado a su elección.

A continuación aparecen los principales objetivos que se pretenden conseguir.

Seguidamente, en la fundamentación teórica, se ha realizado una revisión de las distintas leyes en las que se hace alusión al tratamiento de la Expresión Corporal y las emociones. Así mismo se ha realizado una interesante recopilación, subdividida en diferentes apartados, de las informaciones aportadas por diversos autores expertos en la materia y que son de gran utilidad para el diseño del siguiente apartado en el que se pretende diseñar una propuesta de intervención.

Esta propuesta se estructura en seis sesiones de Psicomotricidad para implementar en cualquier aula del 2º ciclo de Educación Infantil, en la que aparece la metodología que se llevaría a cabo, actividades que pueden resultar atractivas para los niños y niñas de 5 años y que pueden adaptarse también para otros cursos. Para otorgarle un mayor realismo, se ha querido especificar en la evaluación que serviría para dar sentido a la propuesta.

Finalmente se extraen unas conclusiones en base a los objetivos que regían el proceso de elaboración de este trabajo y de acuerdo a la opinión personal que me ha aportado como futura docente.

2.-JUSTIFICACIÓN

El motivo principal que ha llevado a la realización de este trabajo es enfocar la educación hacia un mundo prácticamente desconocido en los procesos de enseñanza-aprendizaje: las emociones; y qué mejor forma que trabajarlas desde el ámbito de la Expresión Corporal, para conseguir una mayor motivación del alumnado.

Es evidente la importancia que se otorga a actividades encaminadas a desarrollar alumnos competentes en áreas como las Matemáticas, la Lengua o las Ciencias. No obstante, es necesario tener presente que antes de adquirir las herramientas esenciales para desenvolvernó en la vida cotidiana, como puede ser el desarrollo del lenguaje verbal para poder comunicarnos con los demás, los seres humanos ya mostramos ciertas respuestas ante los estímulos que nos rodean. Un ejemplo muy claro es la sonrisa de los bebés cuando escuchan la voz de su madre o el llanto cuando tienen hambre.

De la misma manera Gardner (2003) afirmó, hablando de las inteligencias personales, la intrapersonal y la interpersonal (dos de las Inteligencias Múltiples), la importancia que tienen las emociones en las decisiones que las personas tomamos a lo largo de nuestras vidas, estando estas presentes.

Por eso es necesario propiciar el desarrollo integral de los alumnos, teniendo en cuenta sus sentimientos y estados de ánimo. Todo esto se ve influenciado por el contexto que les rodea, es decir, las relaciones con los demás y el concepto que tienen de sí mismos. Será imprescindible, desde la práctica educativa, conseguir que adquieran una imagen positiva y ajustada de sí mismos así como una buena autoestima.

Además de la gran cantidad de autores e investigaciones que demuestran la importancia sobre este tema podemos justificarlo con lo expuesto en el preámbulo de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, en el que se considera a la educación como una herramienta para el desarrollo del individuo en todas sus capacidades así como la construcción de su personalidad e identidad personal, es decir, un medio a través del cual desarrollar las capacidades afectivas para conseguir los siguientes objetivos que aparecen en el 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:

1. Conocer y representar su cuerpo, diferenciando sus elementos y algunas de sus funciones más significativas, descubrir las posibilidades de acción y de expresión y coordinar y controlar con progresiva precisión los gestos y movimientos.
2. Reconocer e identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades, preferencias e intereses, y ser capaz de expresarlos y comunicarlos a los demás, respetando los de los otros.

Los docentes tienen que desempeñar funciones como el desarrollo de la capacidad afectiva en el alumnado y la investigación y la experimentación como métodos de mejora del proceso educativo.

Con todo lo expuesto anteriormente, se va a tomar la Expresión Corporal en el segundo ciclo de Educación Infantil como instrumento principal para conseguir que los alumnos adquieran habilidades relacionadas con las emociones, debido a los múltiples beneficios, tanto físicos como psíquicos, que conlleva la práctica de la actividad física en el individuo.

2.-OBJETIVOS

Una vez justificados los motivos de la realización de nuestro TFG vamos a exponer los objetivos que se quieren trabajar y conseguir:

1. Analizar la importancia de la inteligencia emocional para conseguir el desarrollo integral de los alumnos y así poder resolver cuestiones de su vida cotidiana.
2. Diseñar una propuesta para desarrollar las emociones a través de la expresión corporal en Educación Infantil.

3.-FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

3.1 Marco legislativo

La Expresión Corporal tiene un recorrido bastante corto en la historia de la Educación Física, este contenido se vislumbra por primera vez en la LGE, aparece como contenido explícito en la LOGSE y se consolida como contenido de la Educación Física en la LOE. Por tanto, es un contenido muy joven con poca tradición en la historia legislativa de la Educación Física (Montávez, 2012).

Learreta (1999) realiza estudios que analizan los contenidos de Expresión Corporal a lo largo de la historia del Sistema Educativo Español. Éstos demuestran que desde la Ley General de Educación de 1970, aparece la Expresión Corporal como contenido dentro del área de Educación Física. Al principio va incluido dentro de lo que se llama "Expresión Dinámica", término que aglutina contenidos diferentes entre sí.

Después en los años 80 se incluye de forma explícita en los planes de estudios de los Institutos Nacionales de Educación Física (INEFs) y de las Escuelas Universitarias de Formación del Profesorado de Educación General Básica (EGB), iniciándose así la formación de docentes que van a ser los responsables de su desarrollo como contenido con características propias dentro del currículo del área de Educación Física.

En 1990, la Ley de Organización General del Sistema Educativo (LOGSE) incluye la Expresión Corporal como un bloque de contenidos específico en el área de Educación Física con el nombre de "Expresión y Comunicación" en Primaria y "Expresión Corporal" en Secundaria y como optativa (Expresión Corporal) en Secundaria.

La aparición de la LOE significa un impulso definitivo para la Expresión Corporal ya que como podremos ver en los siguientes puntos aparece como bloque de contenidos "Actividades físicas artístico-expresivas", algo que se ajusta en gran medida al trabajo que se lleva a cabo en los centros.

Existen relaciones en cuanto a la Expresión Corporal entre la LOGSE y la LOE, como por ejemplo en el siguiente objetivo:

LOGSE: Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento para comunicar sensaciones, ideas y estados de ánimo y comprender mensajes expresados de este modo. (MEC Y CEJA).

LOE: Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.

Actualmente, la **LOMCE**, Ley Orgánica de Mejora de la Calidad Educativa, es la normativa que regula el Sistema Educativo español. No obstante, la LOMCE no parte de cero, su redacción viene planteada como una modificación de la anterior ley educativa, la **LOE**, Ley Orgánica de Educación. La LOMCE no modifica los artículos establecidos en la LOE, sino que los sigue manteniendo, por lo tanto vamos a comentar algunos de los aspectos más relevantes relacionados con la Expresión Corporal y las emociones en educación.

Según el 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, he querido destacar el primer bloque CONOCIMIENTO DE SÍ MISMO Y AUTONOMÍA PERSONAL, ya que se basa en la construcción gradual de la propia identidad; en el establecimiento de relaciones sociales y afectivas; en la autonomía y cuidado personal; y en la mejora en el dominio y control de los movimientos, juegos y ejecuciones corporales, todos ellos entendidos como procesos inseparables y necesariamente complementarios. También cabe destacar la importancia de la identificación, expresión, reconocimiento y control de los propios sentimientos y emociones para el desarrollo personal. Las relaciones que se establecen con el entorno se realizan a través del cuerpo, de ahí la importancia de conocerlo y controlarlo en todas sus dimensiones. Aquellas vivencias que el niño experimenta con el entorno deben ayudarlo a conseguir una buena percepción global y parcial de su cuerpo para alcanzar la adecuada representación del mismo; a conocer e identificar las diferentes sensaciones y percepciones que experimenta; a descubrir y disfrutar de sus posibilidades expresivas y a saber las limitaciones que pueden dificultar su acción.

En la normativa vigente actual, los contenidos de la Expresión Corporal, aparecen en un único elemento curricular: *“Acciones motrices en situaciones de índole artística o de expresión.” En estas situaciones las respuestas motrices requeridas son de carácter estético y comunicativo y pueden ser individuales o en grupo. El uso del espacio, las*

calidades del movimiento, así como los componentes rítmicos y la movilización de la imaginación y la creatividad en el uso de diferentes registros de expresión (corporal, oral, danzada, musical), son la base de estas acciones. Dentro de estas actividades tenemos los juegos cantados, la expresión corporal, las danzas, el juego dramático y el mimo, entre otros (LOMCE, 2014).

3.2.-La expresión corporal

En este apartado se presentan distintas definiciones de autores sobre el término Expresión Corporal y se va a conocer la importancia que tiene en la escuela, así como su aplicación en las aulas de Educación Infantil.

Patricia Stokoe (1986) fue la primera autora que introdujo la Expresión Corporal dentro del ámbito educativo después de que Coupeau lo introdujera en el teatro. Esta autora comprendía la Expresión Corporal como una conducta innata que el ser humano posee desde siempre. Afirma que es un lenguaje de expresividad que el ser humano utiliza para manifestarse a través de sí mismo.

Verde (2005), señala que la Expresión Corporal es el medio más antiguo de comunicación entre los seres humanos, anterior al lenguaje escrito y hablado. Este hace posible expresar sensaciones, sentimientos, emociones y pensamientos. El cuerpo es el instrumento de comunicación humana que cotidianamente entra en contacto con el medio y los otros.

Según Ortiz (2002), es el conjunto de técnicas que utilizan el cuerpo y el movimiento. Es el arte que libera energías a través del movimiento y la expresión.

En el artículo de Blanco Vega (2009), “Enfoques teóricos sobre la Expresión Corporal como medio de formación y comunicación”, la expresión corporal es percibida como un medio que utiliza el cuerpo y el movimiento para poder comunicarse con los demás.

Riveiro Holgado & Schinca Quereilhac, en su artículo “Expresión corporal: optativas” publicado en 1995, introdujeron una definición de Expresión Corporal enfocada en la escuela. Estos autores comprenden la Expresión Corporal como una materia que utiliza los gestos, miradas y posturas corporales para incentivar la interacción del cuerpo.

Como se puede ver en estas definiciones, la expresión corporal acompaña al ser humano desde sus orígenes y le ayuda a comunicarse de forma no verbal, que puede entenderse

incluso como forma de vida. La comunicación no verbal, por tanto, engloba toda conducta humana que se considere información, sin utilizar la palabra, y se percibe mediante los sentidos. Puede realizarse consciente o inconscientemente y sirve de apoyo a la comunicación verbal para expresar sentimientos, emociones y valores propios y pertenecientes a cada cultura.

Miguel Aguado y Nevares Heredia (1995-1996) en el artículo “La comunicación no verbal” realizan un resumen de los distintos autores que han estudiado el lenguaje corporal. Se pueden destacar: Hall que se basa en las formas de interpretar un gesto o un movimiento según las diferentes culturas; Fast pretende descifrar el alfabeto del lenguaje corporal y utiliza el término kinesia para definir la ciencia que “estudia los movimientos corporales, desde los más deliberados hasta los totalmente inconscientes, desde los que corresponden a una cultura particular hasta los que cruzan todas las barreras culturales” (Fast, 1984, p. 16); el Doctor Birdwhistell que intenta llegar a un código de señales; y Berger o Schinca que abordan las diferencias de lenguaje corporal dentro de un mismo individuo.

3.2.1. La psicomotricidad y el juego

En la etapa de Educación Infantil, se utiliza la psicomotricidad como área de desarrollo de la Expresión Corporal. El término psicomotricidad está compuesto por dos elementos: el *motriz*, que se refiere al movimiento; y el *psiquismo*, que designa la actividad física en sus dos componentes, el socio-afectivo y el cognoscitivo. Es un instrumento que sirve para conseguir el desarrollo global del individuo a través del cuerpo, como forma esencial de expresión y relación, mientras que el movimiento es el lenguaje para conocerse a uno mismo, a los demás y al entorno.

Según Díaz (2001), los objetivos más destacados de la psicomotricidad son: desarrollar las potencialidades hereditarias a través de la estimulación sensorio motriz adecuada; mejorar el equipamiento psicomotor del niño (control corporal, equilibrio, lateralidad, etc.); proporcionar recursos materiales y ambientales adecuados para el desarrollo; lograr confianza, seguridad y aceptación de sí mismo; mejorar y ampliar las posibilidades de comunicación; aumentar la capacidad de interacción; fomentar el contacto corporal y emocional, etc.

Bottini (2006), enfatiza el valor del juego corporal en la práctica psicomotriz, como un instrumento básico y primordial. El juego permite a la persona fluir libremente en su globalidad, sin existir una resistencia en la dimensión emocional/afectiva, es decir de forma natural y espontánea. Por lo que gracias al juego, el psicomotricista puede llevar a cabo intervenciones acordes a las necesidades de cada individuo o grupo.

Piaget (1979) plantea que, a través del juego, el niño manifiesta su *dimensión motriz* mediante la carrera, el salto, la trepa, etc.; su *dimensión cognitiva* a través de la manipulación y el uso creativo de los materiales que se ponen a su disposición; y su *dimensión socio-afectiva* a través de las relaciones que establece con sus iguales y con el psicomotricista, además de por los personajes que desarrolla en el juego simbólico. Teniendo en cuenta todo esto, los niños deben tener a su disposición en el aula de psicomotricidad, espacios y materiales que favorezcan el desarrollo del juego sensoriomotor, simbólico y representacional.

Aucouturier (1993), afirma que a través del juego sensoriomotor se desarrollan las primeras conductas motrices, refiriéndose a las sensaciones iniciales internas del cuerpo. El juego sensoriomotor produce en el niño sensación de pérdida y recuperación de los límites del propio cuerpo, sintiendo la vivencia de unidad corporal, lo que facilita la construcción del yo corporal. Algunos ejemplos de este tipo de juegos serían los saltos al vacío, los balanceos, los rodamientos, los juegos de equilibrio y desequilibrio. Mientras que los materiales que se utilizan son, fundamentalmente, los fijos en el espacio, como las espalderas, banco sueco, colchonetas, etc.

Haciendo referencia a lo que dice Llorca (2006), el juego simbólico se refiere a las relaciones emocionales y de afectividad. Éste tipo de juego se produce cuando el niño ha obtenido un importante paso en su desarrollo cognitivo y son capaces de ponerse en el lugar del otro, eliminar propiedades reales de los objetos e inventar otros nuevos, así como personajes. Los primeros juegos que aparecen son los de equilibrio, como por ejemplo esconderse y aparecer, construir y destruir torres, etc, que ayudan al niño a elaborar la separación de la madre. Más adelante aparecen los juegos como correr y pillar, las luchas, asustar al otro, etc. Éstos ayudan a la formación de la propia identidad.

Con todas estas formas de juego los niños interiorizan y expresan sus emociones en relación a su entorno. Éstos actúan constantemente como agentes activos y de forma experimental a través de una metodología lúdica, en la que el juego le permite

interiorizar todos los aprendizajes planteados por el mero placer de jugar sin tener un fin concreto en el que pueden sentirse presionados y frustrados por conseguir.

3.2.2. Aplicación en el aula

En las clases de psicomotricidad se utilizan diferentes materiales para realizar los juegos. A continuación se exponen sus características principales:

- Las *telas*: suelen utilizarse para disfrazarse y convertirse en otros roles (superhéroes, animales, princesas, monstruos, etc.). también existen posibilidades dinámicas, como por ejemplo arrastrarse por el suelo, balancearse y acunarse o ayudar a otros compañeros a hacerlo, lo cual les produce satisfacción al proporcionar placer a los demás.
- El *papel de periódico*: cuando los niños se restriegan por este material, les produce toda una vivencia corporal, al simular ser una piscina en la que pueden zambullirse y rodar sobre los demás. Ayuda también a la liberación de pulsiones agresivas, ya que se puede destruir y desestructurar, además facilita la confianza en sí mismos a la hora de afirmarse frente al resto. El psicomotrista debe intentar que el niño no se quede encerrado en actos simples como doblar o romper el papel, y para eso debe recurrir a la provocación y al suelo.
- El *palo de espuma*: significa la fuerza, el poder y con él se desarrollan juegos de búsqueda de enfrentamiento, convirtiéndose en pistolas, espadas, etc.
- El *aro*: es un objeto duro, cerrado, fácilmente manejable, el cual suele utilizarse para saltar, entrar y salir de él, etc. Promueve las relaciones de cercanía, compartiendo el espacio y de forma simbólica adopta un papel maternal.
- Las *colchonetas* y las *piezas de gomaespuma*: gracias a su textura y a sus diferentes formas y tamaños, los niños experimentan sensaciones perceptivo-motrices. Con estos materiales se llevan a cabo principalmente desplazamientos, construcciones de espacios cerrados (que les proporcionen seguridad) o abiertos (para compartir con sus compañeros), además de otros tipos de espacios. Significan objetos seguros, debido a que no pueden hacerse daño y esto les permite moverse por el espacio saltando, rodando, empujando a los demás, etc. Así se potencian las relaciones de cooperación y también se puede observar la exclusión de algún niño en concreto.

- La *pelota*: elemento fácil de manejar y que resulta muy dinámico a los niños. Permite el juego individual, así como las relaciones grupales, manteniendo la distancia corporal y el desarrollo de relaciones de más superficiales a más profundas. Con la elección del niño de una determinada pelota, atendiendo a su color, forma o textura, se pueden observar las diversas sensaciones o actitudes que puede tener con su uso. De forma simbólica, puede identificarse con la figura de apego del niño, a través de la que muestra sus sentimientos y emociones.

A continuación se presentan algunas de las manifestaciones o actividades de la expresión corporal, que pueden llevarse al aula:

- *Juegos infantiles expresivos*: procedimiento pedagógico basado en la simbolización, a partir de la cual el niño representa la realidad que le rodea utilizando su propio cuerpo y objetos del entorno a los cuales da un significado diferente (Mateu, 1992).
- *Canciones motrices*: recurso musical que permite el desarrollo de habilidades perceptivo-motrices a través del ritmo (Conde-Caveda, Viciano y Martín, 1997).
- *Danza*: medio a través del cual se expresan, de forma corporal, emociones y sentimientos evocados por una música o ritmo determinados (Fernández, 1999 citado por Vicente, Ureña, Gómez y Carrillo, 2010).
- *Mimo*: representación dramática por medio del cuerpo corporal de una historia encuadrada en un tiempo y un espacio determinado (Cañal y Cañal, 2001).
- *Luz negra*: recurso cuyo fin es la dramatización de una historia a partir de unas características concretas, como son, el uso de luz ultravioleta, materiales de color blanco o fluorescentes y un espacio totalmente oscuro, que permitirán la visualización de los elementos que brillan en la oscuridad (Del Prado de Pedraza y Torrent, 2006).
- *Teatro de sombras*: manifestación artística que permite la representación dramática a partir de acciones corporales en las que únicamente se ve representada la sombra, gracias a un telón que oculta al individuo y un foco que proyecta su sombra (Angoloti, 1990).
- *Títeres corporales*: juego teatral que se caracteriza por el uso de muñecos para la realización de dramatizaciones en las que el actor está oculto de forma parcial o total, dotando a los títeres de vida propia (Angoloti, 1990).

Llorca (2006), propone como modelo del psicomotricista a un compañero simbólico que entienda y devuelva la comunicación que cada niño expresa con su cuerpo; aceptando su evolución, proporcionándole seguridad, respeto y afecto. Favoreciendo de esta forma el juego espontáneo.

3.3.-Inteligencia emocional

3.3.1 Antecedentes científicos de la inteligencia emocional

En la actualidad, se está dando una gran importancia a la inteligencia emocional debido a su carácter formador de las personas, ya que permite el entendimiento de las propias emociones y las de los demás. No obstante, la inteligencia emocional se remonta a épocas anteriores, por lo que en este apartado se va a hacer una revisión sobre este término y sobre las distintas definiciones aportadas por varios autores.

Según Bisquerra, Pérez y García en su libro “Inteligencia Emocional en Educación” publicado en 2015, hay que remontarse a la época de Platón para entender el comienzo de la Inteligencia Emocional, el cual otorga a la mente humana tres partes fundamentales: cognición o intelecto, motivación o voluntad y afecto o emoción. Dichas partes se encuentran relacionadas entre sí, sin embargo, la parte afectiva es la que prima sobre las otras dos. No obstante, cuando nuestro intelecto es consciente de nuestras emociones y nuestras motivaciones y ha adquirido el aprendizaje necesario para ser capaz de regular ambas de manera intencionada, nuestro potencial adaptativo aumenta favorablemente. Por ello, estos autores exponen que la Inteligencia Emocional es producto de múltiples teorías de la historia de la filosofía y la psicología. Además, defienden que “la Inteligencia Emocional representa la integración de diversos intentos en la psicología por estudiar la combinación armónica de cognición y emoción.

En este libro también aparecen aportaciones de Mestre (2003), quién descubrió que el primer precursor de la Inteligencia Emocional fue la Inteligencia Instintiva a través de Benet y Simon (1905). Esta inteligencia estaba formada por dos tipos de Inteligencia: la Inteligencia Ideativa, parecida a la Inteligencia Racional/Psicométrica, y la Inteligencia Instintiva, relacionada con las propias emociones del ser humano pero desvinculada directamente con aquellos procesos que están implicados en la Inteligencia Emocional.

Estos mismos autores señalan a Thornike (1920) como otro precursor de la Inteligencia Emocional. Thornike en Bisquerra, Pérez y García (2015), distingue tres tipos de

Inteligencia: Abstracta/Académica, Mecánica/Viso-espacial y Social. Además, Bisquerra, Pérez y García (2015) exponen a Epstein (1986) como otro precursor del concepto de Inteligencia Emocional, ya que contrapone el concepto de Inteligencia Experimental con el de Inteligencia Racional o tradicional.

Bisquerra, Pérez y García (2015) señalan que todos estos conceptos mencionados anteriormente se refieren a “una forma distinta de ser inteligente, que se aleja de la clásica concepción de Inteligencia Racional, y que, a la vez, se aproxima a las esferas de lo social y lo emocional”.

Según estos autores, en el año 1966, el término Inteligencia Emocional como tal, fue utilizado por primera vez en una revista publicada en alemán por Bárbara Leuren, quien declaraba que la baja Inteligencia Emocional que sufrían las mujeres provocaba el rechazo a sus roles sociales. Este mismo término se empleó en una tesis doctoral en inglés por Wayne L. Payne en el año 1986, demandando el procedimiento educativo del desarrollo emocional. La tercera vez que apareció en la literatura científica, fue en un capítulo titulado “la Inteligencia Emocional” de Greenspan en el año 1989. En dicho capítulo se destacaba el papel de las relaciones entre cognición y emoción en diversos contextos y situaciones.

Además el concepto de Inteligencia Emocional se definió en un artículo científico publicado en 1990 por Peter Salovey y John Mayer, como la habilidad para manejar los sentimientos y emociones, discriminarlos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones.

Para Goleman (1995), la inteligencia emocional consiste en conocer las propias emociones, manejarlas, motivarse a uno mismo, reconocer las emociones de los demás y establecer relaciones de buena calidad.

Rafael Bisquerra conceptualiza la inteligencia emocional como “la habilidad para tomar conciencia de las propias emociones de las demás personas y la capacidad para regularlas. La conciencia emocional es el requisito para poder pasar a la regulación. La autorregulación emocional consiste en un difícil equilibrio entre la impulsividad y la represión”. (Bisquerra, 2012, p.8). Este autor también añade que existe la regulación de las emociones de los demás, ya que el comportamiento de cada persona influye en las emociones de los demás.

La inteligencia emocional es muy importante para el bienestar personal y también social, ya que “la inteligencia, sea emocional o de cualquier tipo, o es social o no es inteligente” (Punset, 2012, p. 6). Es necesario el desarrollo de habilidades sociales para que la persona se desenvuelva en el medio en el que vive.

3.3.2 Modelos de inteligencia emocional

Las personas con un alto cociente emocional pueden ser capaces de procesar adecuadamente la información del mundo afectivo-sentimental. La percepción en uno mismo y en los demás de esa emocionalidad constituye, junto con su valoración, conocimiento, vivencia, expresión y modulación (gestión inteligente de la emocionalidad) las bases de la inteligencia emocional. Los individuos que creen que pueden hacer algo con su estado de ánimo tienen más posibilidades de sentirse mejor que aquellas personas que tienden a creer que una vez que uno se siente mal, poco se puede hacer para superarlo (Mestre y Guil, 2003).

A esta gestión inteligente de la información emocional se la ha denominado inteligencia emocional (IE), entre la que existe una estrecha correlación con las variables escolares (rendimiento académico, motivación, etc.), variables comportamentales (comportamiento vial), variables de personalidad y variables laborales entre otras muchas.

Tal y como sugiere Spieldberg (2004) existen tres modelos conceptuales explicativos del constructo de IE:

1. El modelo de Salovey y Mayer (Salovey, Mayer y Caruso, 2002), o de procesamiento de la información, basado en habilidades de la inteligencia para procesar información emocional, que se fundamenta en cuatro bloques:

-La *percepción emocional*, que incluye la percepción, identificación, valoración y expresión de las emociones.

-La *facilitación emocional del pensamiento*, que consiste en la conciencia de las emociones.

-La *comprensión emocional*, que incluye la capacidad para analizar y dar nombre a las emociones.

-La *regulación emocional*, que se basa en el control de las emociones.

2. El modelo de Goleman. El constructo de IE está integrado por componentes de la personalidad.

El grado de desarrollo de la IE no está determinado genéticamente y tampoco se desarrolla exclusivamente en nuestra infancia. A diferencia de lo que ocurre con el CI, que apenas varía después de los 10 años, la IE constituye un proceso de aprendizaje mucho más lento que prosigue durante toda la vida y que nos permite ir aprendiendo de nuestras experiencias. La “madurez” es la palabra que tradicionalmente se ha asociado al constructo de IE. Esa madurez consiste en el desarrollo de la capacidad de manejar las propias emociones e impulsos, de automotivarnos de desarrollar la empatía y mejorar la competencia social (Goleman, 1995).

3. El modelo de BarOn. Incluye en su constructo de IE componentes emocionales y componentes sociales. Está constituido por capacidades y habilidades emocionales y sociales facilitadoras del comportamiento inteligente y son evaluadas a través de medidas de autoinforme, las cuales consisten en la auto-observación que el sujeto realiza de su propia conducta.

Tanto el modelo de Goleman como el de BarOn son denominados *mixtos* por la inclusión de componentes que pueden ser conceptuados como **rasgos de personalidad** como la responsabilidad, la empatía, el control del estrés, la motivación, la empatía; **disposiciones afectivas** como el autoconcepto o la asertividad; con **componentes del procesamiento de la información** como la capacidad de percibir, asimilar, entender y manejar las emociones.

3.3.3 Las competencias emocionales

Bisquerra define las competencias emocionales como “la capacidad para gestionar de forma adecuada un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular apropiadamente los fenómenos emocionales y afectivos” (Bisquerra, 2009, p.20).

Este autor destaca como competencias emocionales básicas las siguientes:

-**Conciencia emocional:** consiste en conocer las emociones propias y las de los demás.

-Regulación emocional: significa dar una respuesta adecuada a las emociones que experimentamos.

-Autonomía emocional: capacidad de no verse seriamente afectado por los estímulos del entorno.

-Habilidades socioemocionales: constituyen un conjunto de competencias que facilitan las relaciones interpersonales.

-Competencias para la vida y el bienestar: conjunto de habilidades, valores y actitudes que promueven la construcción del bienestar personal y social. (Bisquerra, 2012, p.26).

Durante la etapa de Educación Infantil, es interesante ir potenciando el desarrollo de estas competencias en los alumnos, ya que resulta beneficioso tanto para el clima educativo como para su vida diaria y futura, por diversos motivos. Con respecto a la conflictividad, la ausencia de competencias emocionales está subyacente a las conductas agresivas y antisociales, constituyendo una fuente de problemas en los centros escolares. Esta conflictividad en ocasiones adquiere proporciones alarmantes, produciéndose comportamientos de agresiones físicas y comportamientos delincuentes, pudiendo ser el bullying uno de los máximos exponentes. (Extremera y Fernández-Berrocal). En cuanto a las relaciones interpersonales que los alumnos establecen entre sí, se ha probado que los alumnos con baja IE, se relacionan peor con sus compañeros. (Schutte, Malouff, Bobik et al.2001). Atendiendo al bienestar psicológico, los estudiantes con altas puntuaciones de IE presentan una mejor autoestima, mayor felicidad, mejor salud mental y satisfacción vital, así como menor ansiedad, depresión y supresión de pensamientos negativos (Fernández-Berrocal, et al., 2002; Extremera, 2003). También la adaptación escolar está favorecida por una buena IE. La regulación de la emocionalidad y la comprensión de las emociones propias en el inicio de la escolaridad permiten a los niños de Educación Infantil adaptarse mejor a la dinámica de clase (Shields, Dickstein, Seifer, Giusti, Magee y Spritz, 2001). Es importante predecir el comportamiento relacional ya desde los primeros años de la escolaridad, es decir desde la Educación Infantil.

El comportamiento disruptivo, puede verse afectado por una carencia emocional, lo cual favorece el desarrollo de comportamientos antisociales. En lo que respecta al

absentismo escolar, los estudios de Petrides, Frederickson y Furnham (2004) indican que los estudiantes con niveles más bajos de IE tienen un mayor número de faltas a clase injustificadas. El rendimiento escolar, también es más positivo en aquellos alumnos que son capaces de adaptar algunos de los componentes de la IE, como por ejemplo el manejo del estrés.

En el ámbito de la multiculturalidad que actualmente caracteriza las aulas del sistema educativo, los procesos emocionales como la expresión, la empatía y la regulación son importantes para la adaptación a una nueva cultura (Tang, 2002).

3.4. La educación emocional

A partir del siglo XX la educación deja de centrarse en el desarrollo cognoscitivo de la persona, con el objetivo de potenciar la educación y el aprendizaje social y emocional (ASE). Desde este momento, se empieza a priorizar en las emociones y el desarrollo de la inteligencia emocional.

Según Bisquerra (2000), la educación emocional es:

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 como objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana (Bisquerra, 2000, p. 243).

El desarrollo del manejo de las emociones no se lleva a cabo de forma innata, sino que “los secretos para gestionar el río interior de las emociones debemos aprenderlos mediante el ejemplo, la práctica y la guía educativa” (Punset, 2012, p. 88).

Algunas de las estrategias educativas que se pueden llevar a cabo en el aula son:

1. **Auto-descripciones:** consisten en que el alumno realice un auto-informe de su propia conducta, facilitando así al sujeto ser más consciente de las emociones que ha sentido en determinadas ocasiones.
2. **Análisis de situaciones emocionales:** el lenguaje descalificador de un compañero produce “afectación emocional” en el interlocutor. Por lo que se deben analizar algunas situaciones para clarificar y educar la emocionalidad.

3. **Role Playing:** La escenificación o dramatización de algunas situaciones, es un poderoso recurso metodológico para aprender roles adecuados de respuesta y afrontamiento emocional.
4. **Control de la ira:** es necesario alfabetizar emocionalmente esta emoción negativa, explicando a los alumnos sobre cómo se activa la ira, discriminar las situaciones que la provocan, identificar hasta qué nivel de enfado podemos tolerar y cómo expresarlo de un modo adecuado y utilizar técnicas para controlarla y gestionarla lo mejor posible. Los recursos de afrontamiento son *auto-verbalizaciones*, mediante indicaciones sobre qué puede decirse el alumno en casos de enfado o *auto-instrucciones*, basadas en indicaciones concretas como por ejemplo, “contar hasta 10”.
5. **Control del estrés:** en esta estrategia aparece la psicomotricidad como contexto adecuado para la realización de actividades de flexibilidad corporal en donde los alumnos aprendan a reconocer la tensión muscular en diferentes partes de su cuerpo y aprendan a reducirlo.
6. **Visualización positiva:** consiste en imaginar el comportamiento deseado (resolviendo satisfactoriamente el problema, actuando correctamente y con serenidad); repetir esa imagen una y otra vez y ser consciente de que se está haciendo bien.
7. **Escritura emocional:** es un procedimiento cuyas bases conceptuales radican en el efecto benéfico del bienestar personal y la clarividencia emocional para analizar la realidad que proporciona la denominada “ventilación de las emociones”, o expresión/comunicación del estado de ánimo a otra persona que sea capaz de mostrar empatía.
8. **Control de los sesgos de pensamiento:** desde el punto de vista aplicado, se pueden utilizar entrevistas para analizar cada uno de los pensamientos erróneos, como por ejemplo de generalización, de abstracción selectiva, etc.

3.5.-Relación entre educación emocional y educación motriz

Las definiciones expuestas anteriormente sobre la expresión corporal y la educación emocional, dejan de manifiesto el vínculo existente entre expresión corporal y educación emocional. Así mismo, es necesario tener en cuenta la importancia de la

educación emocional en la etapa de infantil, además de llevar a cabo programas específicos para que los alumnos consigan el desarrollo integral.

Charles Darwin (1984), en su libro *“La expresión de las emociones en los animales y en el hombre”* defendía la naturaleza innata de las emociones y la comunicación de éstas de forma instintiva por medio de la expresión facial y gesticular, siendo el tono muscular un componente fundamental para expresar las emociones. Es la educación psicomotriz, precisamente, la que utiliza la expresión corporal como medio de comunicación, por lo que puede ser muy adecuada para contribuir al desarrollo de las competencias emocionales.

La expresión corporal y la comunicación no verbal, aparecen a lo largo de nuestras vidas, pero es en edades tempranas como en Educación Infantil cuando son aún más significativas, ya que el cuerpo y el movimiento son el instrumento de comunicación y relación principales.

Si partimos de la idea de que toda comunicación no verbal es comunicación emocional, y que esta se realiza a través de la expresión corporal, ya sea por medio de cualquiera de los segmentos corporales o de la combinación de los mismos, se puede concluir que la educación emocional está estrechamente relacionada con la psicomotricidad. Es decir, no existe ningún movimiento psicomotriz que de alguna manera no comporte alguna dosis de tipo emocional (Núñez, 2006).

La Etapa de Educación Infantil se caracteriza por las vivencias y actividades motrices propias que les oferta su entorno: experimentan, tocan, prueban, juegan, etc. Como resultado se va formando la inteligencia del niño y con ello la inteligencia emocional.

3.6.-Características de los niños de 3 a 6 años

El ciclo de 3-6 años es crucial para la estructuración de la personalidad infantil. A lo largo de esta etapa, se puede ver en el niño un gran progreso en el desarrollo de la propia identidad, en el deseo de ser uno mismo como partícipe de la interacción social, en la evaluación de sus cualidades y en la necesidad de poner en práctica la autonomía que va alcanzando.

Gracias a las sensaciones y percepciones procedentes de su medio físico, natural y social; de las respuestas de aquellos con los que se comunica y relaciona y del

progresivo y simultáneo desarrollo cognitivo, lingüístico, afectivo y social, van creando una imagen de sí mismo y tomando conciencia de su propia competencia.

De esta forma, el niño comienza a describirse y valorarse a través de un conjunto de características que dependen principalmente de cómo percibe e interpreta las respuestas de los otros hacia él, pudiendo esto influir en su conducta presente o futura.

En este período, además de las emociones básicas (alegría, tristeza, miedo, sorpresa, etc.) ya presentes en el ciclo de 0-3 años, aparecen otras emociones más complejas, como son, la vergüenza, el orgullo y la culpa, muy relacionadas con el desarrollo del yo, con la relación con los otros y con la adaptación a las normas.

El conocimiento personal es un proceso que surge al mismo tiempo que descubrimiento «del otro» y al desarrollo social. Mediante el conocimiento social identifica, reconoce, percibe diferencias y semejanzas y establece vínculos con los compañeros y con los distintos adultos con los que se relaciona; aprende a interactuar y relacionarse de manera armoniosa con ellos y se reconoce como persona única y diferente.

A lo largo de estos años se produce un gran avance en cuanto a la autonomía personal y de independencia con respecto a los adultos. Adquiere hábitos de salud, higiene, nutrición, seguridad y prevención que contribuyen al cuidado del propio cuerpo y de los espacios en los que transcurre la vida cotidiana, y a la progresiva autonomía.

El juego es una actividad privilegiada para los niños, al ser placentera en sí misma. Es necesario promoverlo, ya que favorece la coordinación y el control motor, favorece las relaciones, la comunicación y las manifestaciones emocionales y afectivas, desarrolla la autonomía, la iniciativa, el respeto entre los compañeros y el conocimiento de las pautas y reglas, e integra la acción con las emociones y el pensamiento.

3.6.1 Características sociales

Según Dörr (2008), de la Universidad de Chile, en esta etapa la socialización ocurre debido a una identificación e interacción con su figura de referencia más importante. Además, a los 3-4 años los niños ya son capaces de interpretar los problemas emocionales de los demás, entender los diferentes puntos de vista de las emociones y también será en estos años cuando desarrollen el autoconcepto y la imaginación, conceptos importantes de la inteligencia emocional.

Piaget (1969), afirmó que el conocimiento social se puede dividir en convencional, el cual es externo al niño y se adquiere por imitación a un grupo social de referencia (padres, maestros, amigos, etc.); y no convencional, que se refiere a nociones sociales y es construido por el sujeto y se lo apropia (como la noción de cálido-frío).

La forma más efectiva de fomentar la interacción social es mediante el juego.

El juego es la actividad más proclamada, divertida y productiva que emprenden los niños, y depende de la cultura, el sexo y la edad. Es el medio ideal para que el niño aprenda habilidades sociales útiles en su entorno más cercano (Sutton-Smith, 1997).

Parten (1932), diferenció cinco tipos de juego según un nivel creciente de socialización. Primero está el juego solitario, en el que el niño juega solo sin hacer caso a los niños que juegan cerca; luego el juego de espectador, que se basa en que un niño observa mientras los demás juegan; después el llamado juego paralelo, en el que los niños juegan con juguetes similares y de formas parecidas pero sin interactuar; en cuarto lugar está el juego asociativo, que consiste en que los niños interactúa observándose y compartiendo los materiales, pero sin ser todavía recíproco mutuo; y el quinto y último es el juego cooperativo, en el que los niños juegan juntos formando una actividad conjunta o respetando turnos.

3.6.2 Características cognitivas

Atendiendo a las aportaciones de Piaget (1969), la cognición se obtiene gracias a perfeccionar y transformar las estructuras mentales en esquemas, los cuales son patrones de pensamiento en los que se funda la inteligencia y son una base duradera de conocimientos que permiten al niño interpretar su mundo. Estos esquemas se construyen mediante un proceso de asimilación y acomodación. La asimilación consiste en adquirir e interiorizar experiencias y conocimientos nuevos basándose en los ya adquiridos. La acomodación es modificar las estructuras ya adquiridas para poder explicar nuevos eventos y objetos desconocidos hasta el momento. Finalmente el niño va organizando sus esquemas intelectuales para convertirlos en otros más complejos.

Según Borstein, Haynes, O' Reilly y Painter (1996), “en el juego simbólico los niños mejoran su conocimiento de las personas, de los objetos y de las acciones, creando así representaciones del mundo cada vez más complejas” (p. 2923).

Por su parte, Vygotsky (1978), insistió en que el desarrollo cognoscitivo ocurre dentro del contexto sociocultural gracias a la interacción social del niño con los padres, profesores y otras personas más competentes que él. Par este autor la cognición humana es intrínsecamente cultural, porque le afectan las creencias y los valores transmitidos por los individuos de su cultura. Discrepaba con Piaget en que el curso y el contenido del desarrollo intelectual fueran tan universales, pero coincidió con él en que los niños pequeños aprenden debido a su curiosidad.

3.6.3 Características emocionales

Hay que tener en cuenta que el niño tiene menos interiorizado que el adulto los estados afectivos y, por lo general, estos estados son muy extremos. Además, la afectividad infantil se caracteriza por ser muy cambiante y versátil. Hacia los 3 años de edad el niño comienza a dar señales claras de orgullo si tiene éxito en una tarea y señales de vergüenza si fracasa (Lewis, Alessandri y Sullivan, 1992).

Según Dunn, Brown y Beardsall (1991), los niños de 3 años, cuanto más hablaban de sus experiencias emocionales con otros miembros de la familia, mejor interpretaban las emociones de los otros, eran más empáticos y podían resolver mejor los conflictos y cambios emocionales.

3.6.4 Características psicomotrices

De los 3 a los 6, los cuerpos van esterilizándose, fortaleciéndose y haciéndose menos pesados en la parte superior. El control de los impulsos y la mielinización del cuerpo calloso, que se produce gracias a la maduración de la corteza prefrontal, permite la coordinación de los brazos y las piernas (Sampaio y Truwit, 2001).

Según Lapresa, Arana y Ponce de León (1999), se necesita establecer unos mecanismos de control neuromotores necesarios que permitan realizar gestos con armonía, eficiencia y economía. Si dominamos el esquema corporal y manejamos su posibilidad de movimiento, la coordinación es posible.

Podemos dividir la motricidad en gruesa y fina. La gruesa comprende grandes movimientos corporales como por ejemplo correr, trepar, saltar y lanzar. En esta etapa, los niños son capaces de llevar a cabo actividades que precisen de equilibrio y

coordinación como resultado de una combinación entre madurez encefálica, motivación y práctica dirigida.

Ponce de León (2009), dice que existen tres grandes bloques de habilidades: locomotrices (desplazamientos y saltos), equilibradoras (giros) y manipulativas (lanzamientos y recepciones).

En lo que respecta a la motricidad fina, Berger (2007), la define como aquella que precisa de los pequeños movimientos del cuerpo y cree que es más complicada que la gruesa. “La principal dificultad con la motricidad fina es, simplemente, que los niños pequeños no tienen el control muscular, la paciencia y el juicio necesarios, en parte porque su sistema nervioso central no está suficientemente mielinizado. “Gran parte de la motricidad fina involucra a las dos manos y por tanto a los dos lados del cerebro” (Berger, 2007:235). Esta resulta bastante complicada a los más pequeños por motivos como no saber todavía cuál es la mano dominante, y no es extraño ver a niños con 5-6 años que no tienen definida del todo su lateralidad.

Las razones que aporta Berger (2007) sobre los beneficios de la motricidad son: el movimiento es bueno para la autoestima; los deportes para aprender a cooperar, el ejercicio para mejorar nuestra salud; y la escritura y el dibujo ayudan a mejorar nuestra forma de expresión.

4.-DESARROLLO DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

4.1-Introducción

Debido a la falta de tiempo, ha sido imposible poder realizar una investigación propiamente dicha en el presente trabajo. Por lo tanto, la siguiente propuesta didáctica se basa en la aportación de distintas actividades que podrían desarrollarse para trabajos futuros en un aula de 2º ciclo de Educación Infantil.

4.2-Temporalización

Esta propuesta se va a plantear para llevarse a cabo en un trimestre escolar utilizándose 6 sesiones de psicomotricidad, cuya duración es de 50 minutos.

4.3- Metodología

La metodología que va a guiar el proceso de enseñanza aprendizaje en esta intervención se basa principalmente en un enfoque constructivista, basado en que los alumnos son los principales protagonistas del aprendizaje, siendo el profesor la persona que se encargue de guiar y ayudar a que éstos sean quienes, a través de conocimientos y experiencias previas, construyan sus propios conocimientos para propiciar un aprendizaje significativo.

Se trata de establecer un ambiente de afecto y de confianza en el aula de psicomotricidad, ejercitándose así la autoestima. El trabajo mediante la educación en valores, será necesario para fomentar el respeto hacia los demás. Así mismo, se tendrán en cuenta los distintos ritmos de aprendizaje e interiorización de las emociones, además de promulgar la creatividad y el pensamiento divergente.

Las actividades son de carácter globalizador, para conseguir el desarrollo íntegro de las diferentes capacidades del alumnado y de carácter lúdico, para que de esta forma los niños disfruten aprendiendo; intercalando distintos tipos de agrupaciones, tanto de trabajo individual, por parejas o grupos. Se va a seguir un orden creciente de dificultad, dividiéndose cada sesión en tres tipos diferentes: calentamiento, desarrollo y vuelta a la calma.

El calentamiento consistirá principalmente en la iniciación a los alumnos en la actividad física, mediante el movimiento del cuerpo a través de canciones motrices; para posteriormente poder seguir profundizando aspectos relacionados con la expresión corporal y las emociones y finalizando con un tiempo para la relajación de los niños. Como se puede comprobar en anexos, se realizaría una evaluación inicial siguiendo unos criterios determinados en la primera sesión y una evaluación final en la última para poder comprobar si los alumnos han progresado gracias a la práctica de estas actividades.

Cabe destacar la necesidad de revisar el aula de psicomotricidad para proteger a los alumnos de posibles peligros, como por ejemplo tener cuidado con los bordes y esquinas, recubriéndolos con materiales blandos.

Esta propuesta es aplicable a cualquier tipo de centro educativo, ya que se trata de actividades sencillas y que no suponen un elevado coste económico.

4.4-Sesiones

A continuación se presentan unas tablas que recogen las actividades que se van a llevar a cabo en las 6 sesiones. En anexos se puede encontrar el desglose de las mismas.

+ Primera sesión (Anexo1)

ACTIVIDAD	OBJETIVOS	RECURSOS	TEMPORALIZACIÓN
<p><i>Calentamiento:</i></p> <p>-Asamblea</p> <p>-Estiramientos</p> <p>-Baile y canción: “<u>Mueve tu cuerpo</u>”</p>	<p>1. Conocer los sentimientos y emociones de los compañeros.</p> <p>2. Aprender a escuchar a los demás.</p> <p>3. Iniciar a los alumnos en la actividad física, para evitar lesiones.</p> <p>4. Reconocer las partes del cuerpo.</p>	<p>Un espejo grande para que se vean los niños.</p> <p>Ordenador y PDI.</p>	<p>15 minutos aproximadamente.</p>
<p><i>Desarrollo:</i></p> <p>-“Abrázame”</p>	<p>1. Conocer las cualidades de su cuerpo a través del juego.</p>	<p>Un espejo grande para que se vean los niños.</p>	<p>20 minutos aproximadamente.</p>
<p><i>Vuelta a la calma:</i></p> <p>-“Masajes”</p> <p>-Feedback</p>	<p>1. Conseguir que los niños ayuden a que sus compañeros se relajen.</p> <p>2. Saber su opinión según lo experimentado.</p>	<p>Pelotas de goma-espuma.</p>	<p>15 minutos aproximadamente</p>

✚ Segunda sesión (Anexo 2)

ACTIVIDAD	OBJETIVOS	RECURSOS	TEMPORALIZACIÓN
<p><i>Calentamiento:</i></p> <p>-Asamblea</p> <p>-Estiramientos</p> <p>-Baile y canción: “<u>El baile de la rana cowboy</u>”</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conocer los sentimientos y emociones de los compañeros. 2. Aprender a escuchar a los demás. 3. Iniciar a los alumnos en la actividad física, para evitar lesiones. 4. Reconocer las partes del cuerpo. 	<p>Un espejo grande para que se vean los niños.</p> <p>Ordenador y PDI.</p>	15 minutos aproximadamente.
<p><i>Desarrollo:</i></p> <p>-“El dado de las emociones”</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Diferenciar unas emociones de otras. 2. Desarrollar la creatividad a través del baile. 3. Fomentar la expresión corporal. 4. Afianzar las habilidades motrices básicas. 	<p>Dado gigante con emociones en las distintas caras.</p> <p>Ordenador y PDI con música.</p>	20 minutos aproximadamente.
<p><i>Vuelta a la calma:</i></p> <p>-Cuento: “Eric y el mundo de las emociones”</p> <p>-Feedback</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conseguir un ambiente relajado. 2. Practicar la escucha y la imaginación. 3. Saber su opinión según lo experimentado. 	<p>Pelotas de goma-espuma.</p>	15 minutos aproximadamente

✚ Tercera sesión (Anexo 3)

ACTIVIDAD	OBJETIVOS	RECURSOS	TEMPORALIZACIÓN
<p><i>Calentamiento:</i></p> <p>-Asamblea</p> <p>-Estiramientos</p> <p>-Baile y canción: “<u>El Juego del Espejo</u>”</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conocer los sentimientos y emociones de los compañeros. 2. Aprender a escuchar a los demás. 3. Iniciar a los alumnos en la actividad física, para evitar lesiones. 4. Reconocer las partes del cuerpo. 	<p>Un espejo grande para que se vean los niños.</p> <p>Ordenador y PDI.</p>	15 minutos aproximadamente.
<p><i>Desarrollo:</i></p> <p>-“El gatito cosquillitas”</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Trabajar la emoción de la risa y la seriedad. 2. Fomentar la confianza en el compañero y en él mismo. 3. Afianzar el desplazamiento de pies y manos. 4. Promover la expresión corporal. 	No se necesita ningún material.	20 minutos aproximadamente.
<p><i>Vuelta a la calma:</i></p> <p>-”Somos escultores”</p> <p>-Feedback</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conseguir un ambiente relajado. 2. Practicar el equilibrio. 3. Saber su opinión según lo experimentado. 	Fotos con distintas posturas.	15 minutos aproximadamente

✚ Cuarta sesión (Anexo 4)

ACTIVIDAD	OBJETIVOS	RECURSOS	TEMPORALIZACIÓN
<p><i>Calentamiento:</i></p> <p>-Asamblea</p> <p>-Estiramientos</p> <p>-Baile y canción: “<u>El juego del espejo</u>”</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conocer los sentimientos y emociones de los compañeros. 2. Aprender a escuchar a los demás. 3. Iniciar a los alumnos en la actividad física, para evitar lesiones. 4. Reconocer las partes del cuerpo. 	<p>Un espejo grande para que se vean los niños.</p> <p>Ordenador y PDI.</p>	15 minutos aproximadamente.
<p><i>Desarrollo:</i></p> <p>-“ El mundo de la alegría y de la tristeza”</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Diferenciar las emociones que se proponen. 2. Relacionar cada emoción con su canción. 3. Iniciar a los alumnos en la actividad física, para evitar lesiones. 4. Reconocer las partes del cuerpo. 	Aros y reproductor de música.	20 minutos aproximadamente.
<p><i>Vuelta a la calma:</i></p> <p>-”Escucha y dibuja”</p> <p>-Feedback</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conseguir un ambiente relajado. 2. Expresar los propios sentimientos. 3. Saber su opinión según lo 	Folios y pinturas de colores.	15 minutos aproximadamente

	experimentado.		
--	----------------	--	--

Quinta sesión (Anexo 5)

ACTIVIDAD	OBJETIVOS	RECURSOS	TEMPORALIZACIÓN
<p><i>Calentamiento:</i></p> <p>-Asamblea</p> <p>-Estiramientos</p> <p>-Baile y canción: <u>“El baile de la hormiga”</u></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conocer los sentimientos y emociones de los compañeros. 2. Aprender a escuchar a los demás. 3. Iniciar a los alumnos en la actividad física, para evitar lesiones. 4. Reconocer las partes del cuerpo. 	<p>Un espejo grande para que se vean los niños.</p> <p>Ordenador y PDI.</p> <p>Pegatinas rojas y verdes.</p>	15 minutos aproximadamente.
<p><i>Desarrollo:</i></p> <p>-“Cariño”</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Desarrollar relaciones de afecto. 2. Fomentar la expresión corporal. 3. Afianzar las habilidades motrices básicas. 4. Diferenciar los estados de ánimo. 6. Desarrollar la habilidad básica de correr. 7. Trabajar la psicomotricidad fina. 8. Destacar el 	Folios y celo.	20 minutos aproximadamente.

	<p>juego corporal como elemento indispensable en la práctica psicomotriz y como elemento comunicativo entre personas.</p>		
<p><i>Vuelta a la calma:</i></p> <p>- “Las camitas de las emociones”</p> <p>-Feedback</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conseguir un ambiente relajado. 2. Practicar la escucha y la imaginación. 3. Saber su opinión según lo experimentado. 4. Diferenciar las emociones que se proponen. 5. Expresar estados de ánimo. 6. Afianzar la postura de estar sentado y relajado. 7. Tomar conciencia del propio gusto. 	Colchonetas	15 minutos aproximadamente

 **Sexta sesión (Anexo 6)**

ACTIVIDAD	OBJETIVOS	RECURSOS	TEMPORALIZACIÓN
<p><i>Calentamiento:</i></p> <p>-Asamblea</p> <p>-Estiramientos</p> <p>-Baile y canción: (Remix de todas las canciones motrices).</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conocer los sentimientos y emociones de los compañeros. 2. Aprender a escuchar a los demás. 3. Iniciar a los alumnos en la actividad física, para evitar lesiones. 4. Reconocer las partes del cuerpo. 	<p>Un espejo grande para que se vean los niños.</p> <p>Ordenador y PDI.</p> <p>Pegatinas rojas y verdes.</p>	<p>15 minutos aproximadamente.</p>
<p><i>Desarrollo:</i></p> <p>-“El circuito de las emociones”</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Afianzar el sentido del gusto, del olfato y de la vista. 2. Trabajar las habilidades motrices: correr, equilibrio. 3. Adquirir seguridad en sí mismo. 4. Desarrollar emociones agradables y desagradables. 5. Trabajar la memoria. 	<p>Manzanas, limones, queso, flores olorosas (por ejemplo, rosas), cajas de cartón, mesas, hilo transparente (de pescar) y tarjetas con imágenes.</p>	<p>30 minutos aproximadamente.</p>
<p><i>Vuelta a la calma:</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conseguir un ambiente relajado. 	<p>Ningún material es necesario</p>	<p>5 minutos aproximadamente</p>

-Feedback	2. Saber su opinión según lo experimentado.		
------------------	---------------------------------------------	--	--

4.5 Evaluación

Como método de evaluación se utilizará la observación directa y sistemática, técnica imprescindible en la etapa de Educación Infantil, ya que permite recoger todo tipo de información relativa al desarrollo del niño, tanto de forma individual como grupal.

Los criterios de evaluación que van a servir para regular el proceso de enseñanza-aprendizaje son:

- La Expresión Corporal como recurso facilitador de la interiorización del esquema corporal como medio necesario para la expresión de las emociones.
- Reconocer las posibilidades y limitaciones de las capacidades expresivo emocionales a partir de actividades de Expresión Corporal.
- El uso del cuento como recurso didáctico para la identificación, comprensión e interiorización de las emociones.
- La experimentación libre de la expresividad como método de exploración y experimentación para la toma de conciencia corporal ante las distintas emociones vividas.
- El lenguaje corporal como recurso didáctico para el desarrollo de la expresión no verbal de las emociones.
- El uso de la expresión y la comunicación oral de las emociones con el fin de hacerse consciente de lo que siente uno mismo y los demás, a partir de la reflexión y la escucha activa.
- La vivencia y la experimentación como metodología para descubrir de forma autónoma lo que los demás sienten en las diferentes situaciones.
- El trabajo de las emociones de forma colaborativa como recurso para establecer relaciones afectivas.

Además se realizará una evaluación inicial y final, a parte de un seguimiento diario de los sucesos más señalados que se enviará a las familias. (Anexo 7)

5.-CONCLUSIONES

Para finalizar el trabajo se van a extraer unas conclusiones basadas tanto en los objetivos previos que se pretenden conseguir con la realización de este proyecto, como con una opinión personal sobre su realización.

Se puede afirmar que se han conseguido ambos objetivos, ya que como se ha expuesto anteriormente en el apartado de fundamentación teórica, se ha realizado un análisis sobre aspectos relacionados con la importancia que tiene el tratamiento de la inteligencia emocional para conseguir que el alumnado del 2º ciclo de Educación Infantil la utilice no solo en el ámbito de la enseñanza, sino también en su desarrollo como persona en situaciones reales que le afectan día a día.

La implementación de un ejemplo aplicable en los procesos de enseñanza-aprendizaje, ha servido para dar una visión más real sobre este tema. Como se ha podido comprobar la Expresión Corporal es una de las asignaturas principales para que el niño conozca su cuerpo.

Se han utilizado elementos como los cuentos infantiles, con los que pueden transportarse a lugares mágicos que transmiten valores positivos y ayudan a la escucha activa; distintos tipos de canciones que ayudan a la experimentación de diferentes estados de ánimo o juegos en los que la cooperación para pasarlo bien son uno de los elementos primordiales. Todo ello contribuye a la mejora en la resolución de conflictos y al respeto de las normas, consiguiendo así trabajar más de una competencia a la vez.

Finalmente he de decir que el disfrute que ha proporcionado el conocimiento de nuevos métodos para mi futuro como docente han hecho que la realización de este TFG sea una gran fuente de motivación y pasión por el desempeño de una profesión como es la docencia en la que es necesario innovar y procurar tener siempre en mente que nunca es suficiente con lo que ya se sabe, sino que la dedicación y la indagación deben formar parte en la formación del profesorado.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Angoloti, C. (1990). *Cómics, títeres y teatro de sombras: tres formas plásticas de contar historias*. Madrid: Ediciones de la Torre.
- Aucouturier, B. (1993). Los niveles de la expresividad psicomotriz. *Revista de Educación Especial*, 15, 39-48
- Blanco Vega, M.J. (2009). “*Enfoques teóricos sobre la Expresión Corporal como medio de formación y comunicación*”. *Institución Universitaria Iberoamericana*, 11(1), 15-28. Recuperado desde: <http://dialnet.unirioja.es/>
- Berger, K.S.(2007). *Psicología del desarrollo. Infancia y adolescencia*. 7ª Ed. Madrid: Panamericana
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R. (Coord.), Punset, E., Mora, F., García, E., López, E., Pérez, J.K,... Planells, O. (2012). *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Esplugues de Llobregat: Hospital Sant Joan de Déu.
- Bisquerra Alzina, R., Pérez González, J.C. & García Navarro, E. (2015). *Inteligencia emocional en educación*. Madrid: Editorial Síntesis.
- Borstein, M.H, Haynes, O.M, O'Reilly, A. W. y Painter, K.M. (1996). Solitary and collaborative pretend play in early childhood: Sources of individual palliation in the development of representational competence. *Child Development*, 67, 29102929.
- Bottini, P. (2006). El juego corporal: soporte técnico-conceptual para la práctica psicomotriz en el ámbito educativo. *Revista iberoamericana de psicomotricidad y técnicas corporales*, 6(22), 153-164.
- Cañal, F. y Cañal, C. (2001). *Música, Danza y Expresión Corporal en educación infantil y primaria. Tomo I*. Andalucía: junta de Andalucía, consejería de educación y ciencia.

Conde-Caveda, J.L., Martín, C. y Viciano, V. (1997). *Las canciones motrices*. (Vol. 1). Barcelona: INDE.

Darwin, C. (1984). *La expresión de las emociones en los animales y en el hombre*. Madrid: Alianza.

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.

Del Prado de Pedraza, M. y Torrent Ruíz, M.A. (2006). *El teatro negro: instrumento para la*

expresión corporal. *Revista Digital Efdeportes.com*, 111 pp. 1.

Díaz, N. (2001). *Fantasía en movimiento*. Madrid: Limusa.

Dörr, A. (2008). *Estudio comparativo de autoconcepto en niños de diferente nivel socio económico*. Tesis para optar al grado de Magíste en Clínica Infanto Juvenil. Universidad de Chile. Facultad de Ciencias Sociales. Disponible en: www.tesis.unchile.cl/tesis/unchile/2005/dorr_a/sources/dorr_a.pdf

Dunn, J., Brown, J.R y Beardsall, L. (1991). Family talk about feeling states and children's later understanding of children's emotions. *Developmental Psychology*, 27,448-455

Fast, J. (1984). *El lenguaje del cuerpo*. Barcelona: Kairos.

Gardner, H. (2003). *La inteligencia reformulada. Las inteligencias múltiples en el siglo XXI*. Barcelona: PAIDÓS.

Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Batnam.

Guil, R. y Mestre J.M. (2003): *La inteligencia emocional como herramienta educativa*. En Guil, A. (dir). *Psicología social del sistema educativo*. Psp.319-349. Sevilla:Kronos.

Lapresa, D., Arana, J., y Ponce de León, A. (1999). *Orientaciones educativas para el desarrollo del deporte escolar*. Logroño: Universidad de la Rioja.

LEARRETA, B. (1999). Análisis de los contenidos de Expresión Corporal a través de los textos legales a lo largo de la historia del sistema educativo español. En *Actas del*

XVII Congreso Nacional de Educación Física, Vol. I. 566-579. Huelva: Instituto Andaluz del Deporte.

Lewis, M., Alessandri, S.M. y Sullivan, M.W. (1992). Differences in the shame and pride as a function of children's gender and task difficulty. *Child development*, 63, 630-638.

LOE. Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de educación. BOE, 4 de mayo del 2006.

LOMCE, (2014) Ley Orgánica de Mejora de la Calidad Educativa, 2014. REAL DECRETO 126/2014, de 28 de febrero. (BOE, 1-05-2014).

Montávez, M. (2012). LOE La consolidación de la Expresión Corporal. EmásF Revista digital de Educación Física, 14. Recuperado desde: <http://dialnet.unirioja.es/>.

Nevares Heredia, L., y Miguel Aguado, A. (1995-1996). La comunicación no verbal. *Revista Pedagógica*, 141-154.

Núñez, M. (2006). La inteligencia emocional en la práctica psicomotriz. *Revista iberoamericana de psicomotricidad y técnicas corporales*, 6(22), 69-76.

Ortiz, C. (2002). *Expresión Corporal una propuesta didáctica para el profesorado de Educación Física*. Granada: Grupo Editorial Universitario.

Parten, M. B (1932). *The Journal of Abnormal and Social Psychology*. Vol 27 (3). Albany, N.Y: Boyd Printing

Piaget, J. (1969). *Psicología y Pedagogía*. Barcelona: Crítica

Piaget, J. (1979). *La formación del símbolo en el niño*. México: Fondo de Cultura Económica

Ponce de León, A. (Coord, 2009). *La educación motriz para niños de 0 a 6 años*. Madrid: Biblioteca Nueva

Riveiro Holgado, L. & SchincaQuereihac, M. (1995). *Expresión corporal: optativas*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia.

Salovey, P., Mayer, J.D., y Caruso, D. (2002): *The positive psychology of emotional intelligence*. In C.R. Snyder y S.J.Lopez (Eds.), *The handbook of positive psychology* (pp.159-171). New York: Oxford University Press.

Sampaio, R.C. y Truwit, C.L (2001). Myelination in the Developing Human Brain. *Handbook of developmental cognitive Neuroscience*, 3,355-43.

Shields, A., Dickstein, S., Seifer, R., Giusti, L., Magee, K.D y Spritz, B. (2001): *Emotional competence and early school adjustment: A study of preschoolers at risk*. *Early Education and Development*, Vol 12 (1); 73-96.

Spielberger, C.D. (2004): *Encyclopedia of Applied Psychology*. NY: Accademic Press.

Stokoe, P. (1986). *La expresión corporal*. Buenos Aires: Paidós.

Tang, J. (2002): *Towards understanding the role of emotional intelligence in cross-cultural*. *The sciences and engineering*, May; vol. 62 (10-B): 4807.

Verde, F. (2005). *Expresión corporal, movimiento, creatividad, comunicación y juego*. Madrid.

Vigotsky, L.S. (1978). *Mind in society: The development of higher mental processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

7. WEBGRAFÍA

<https://www.mundoprimaria.com/pedagogia-primaria/como-queda-educacion-infantil-con-la-lomce.html>

<http://www.efdeportes.com/efd146/la-expresion-corporal-como-materia-de-educacion-fisica.htm>

Anexos

Anexo 1

Primera sesión:

Calentamiento:

-Asamblea: Todos los días antes de comenzar la sesión, nos sentaremos en círculo en el suelo y preguntaremos uno por uno a los niños sobre algún aspecto destacado que quiera contarnos y sobre cómo se siente.

-Estiramientos: Para evitar lesiones en los alumnos, se realizan estiramientos de las distintas partes del cuerpo mediante un orden lógico. Al principio la profesora comenzará guiando el proceso, hasta que los alumnos vayan aprendiendo y sean ellos los que se encarguen de dirigirlo.

-Baile y canción: “Mueve tu cuerpo”: Esta canción servirá de refuerzo para afianzar el conocimiento de las partes del cuerpo y para que los alumnos bailen y se lo pasen bien gracias a la expresión corporal.

https://www.youtube.com/watch?v=M_ivNPjK46M

Desarrollo:

-“Abrázame”: Los alumnos se colocan frente a un espejo, de tal forma que cada niño pueda verse reflejado y pueda fijarse en sus cualidades principales. La profesora comienza describiéndose, por ejemplo así:

-“Tengo el pelo castaño claro, los ojos marrones oscuros y un lunar en la cara”.

Después es el turno de los niños que dirán más o menos tres cualidades de sí mismos. Seguidamente todos vamos corriendo suave por el espacio y la profesora dirá...

-“Que se abracen todos los niños que tengan el pelo rubio; ojos azules, etc.”

Vuelta a la calma:

-“Masajes”: Para que los niños se relajen se van a dividir por parejas y cada vez uno tumbado en el suelo tiene que realizar un masaje con una pelota de goma-espuma pasándola por las partes del cuerpo que la profesora indique.

-Feedback: Se otorga una gran importancia a esta actividad para saber cómo se han sentido durante la clase de Psicomotricidad y qué actividad ha sido la que más les ha gustado.

Anexo 2

Segunda sesión

Calentamiento:

-Asamblea: Todos los días antes de comenzar la sesión, nos sentaremos en círculo en el suelo y preguntaremos uno por uno a los niños sobre algún aspecto destacado que quiera contarnos y sobre cómo se siente.

-Estiramientos: Para evitar lesiones en los alumnos, se realizan estiramientos de las distintas partes del cuerpo mediante un orden lógico. Al principio la profesora comenzará guiando el proceso, hasta que los alumnos vayan aprendiendo y sean ellos los que se encarguen de dirigirlo.

-Baile y canción: “El baile de la rana cowboy”: Esta canción servirá de refuerzo para afianzar el conocimiento de las partes del cuerpo y para que los alumnos bailen y se lo pasen bien gracias a la expresión corporal. Repetiremos la canción, para que los alumnos la aprendan.

https://www.youtube.com/watch?v=5Bm5X_Q8io0

Desarrollo:

-“El dado de las emociones”: El juego consiste en bailar libremente al ritmo de la música. Cuando la música se pare, todos tendrán que quedarse como estatuas; en ese mismo instante la maestra lanzará el dado, el cual estará conformado con imágenes de niños que muestran sus emociones, y según la cara del dado que aparezca, todos tendrán que hacer la cara que se les indica. Por ejemplo, si aparece un niño triste, todos tendrán que estar parados como estatuas, pero con cara triste. En cuanto vuelva a sonar la música, siguen bailando y así sucesivamente. Esta actividad trabaja la expresividad corporal, ya que el alumno debe bailar libremente, y también trabaja expresamente las emociones, con el fin de que sepan diferenciar las unas de las otras.

Vuelta a la calma:

-Cuento: “Eric y el mundo de las emociones”: Con este cuento se pretende despertar emociones en los alumnos, como por ejemplo el sueño, el enfado, el miedo, sorpresa, felicidad, etc, a través de la imaginación y la creatividad y conseguir un ambiente relajado. Después de que los niños lo hayan escuchado se les preguntará qué les gusta imaginarse a ellos que son en algunas situaciones de la vida cotidiana.

“Eric era un niño de 5 años al que le gustaba jugar a imaginarse cosas. Cuando se despertaba por la mañana tenía mucho sueño y por eso antes de levantarse de la cama imaginaba que era un enorme y suave león de la selva y daba un fuerte bostezo abriendo su gran boca llena de enormes y feroces dientes.

A Eric le gustaba mucho el queso y su mamá siempre le ponía para desayunar unos trocitos con pan. Mientras se los comía se convertía en un pequeño ratoncillo que pegaba pequeños mordisquitos.

Cuando tenía que bañarse, su papá le llenaba la bañera de jabón y el agua estaba muy calentita. Eric se sentía como un explorador y se sorprendía cuando encontraba un gran cofre de un tesoro en el fondo del mar. Nadaba con los peces de colores que encontraba y sentía mucho miedo cuando veía tiburones cerca, por lo que se escondía rápidamente y después salía a la superficie.

A veces se enfadaba porque no que quería portarse bien e imaginaba ser un enorme y feroz dinosaurio T-Rex que rugía y corría en busca de comida. Pero a Eric, pronto se le pasaba el enfado y sobre todo cuando estaba con sus abuelitos, imaginaba ser un blandito osito de peluche al que le gustaba que le abrazaran muy fuerte”.

(Fuente: elaboración propia).

Feedback: Se otorga una gran importancia a esta actividad para saber cómo se han sentido durante la clase de Psicomotricidad y qué actividad ha sido la que más les ha gustado. Después de que los niños hayan escuchado el cuento se les preguntará qué les gusta imaginarse a ellos que son en algunas situaciones de la vida cotidiana y que emociones o sentimientos tenía el protagonista del cuento cada vez que dejaba volar su imaginación.

Anexo 3

Tercera sesión:

Calentamiento:

-Asamblea: Todos los días antes de comenzar la sesión, nos sentaremos en círculo en el suelo y preguntaremos uno por uno a los niños sobre algún aspecto destacado que quiera contarnos y sobre cómo se siente.

-Estiramientos: Para evitar lesiones en los alumnos, se realizan estiramientos de las distintas partes del cuerpo mediante un orden lógico. Al principio la profesora comenzará guiando el proceso, hasta que los alumnos vayan aprendiendo y sean ellos los que se encarguen de dirigirlo.

-Baile y canción: “El juego del espejo”: Esta canción servirá de refuerzo para afianzar el conocimiento de las partes del cuerpo y para que los alumnos bailen y se lo pasen bien gracias a la expresión corporal. Repetiremos la canción, para que los alumnos la aprendan.

<https://www.youtube.com/watch?v=YhUISRGnt6U>

Desarrollo:

-“El gatito cosquillitas”: El alumnado formará un gran círculo en el cual se situará uno dentro de éste. Este alumno hará de “gatito”, caminando como tal (con las manos y los pies). Todos tendremos que ponernos muy serios y el perrito se irá acercando al compañero que desee; este debe hacerle tonterías y cosquillas, con el fin de conseguir que algún niño del círculo se ría. Si consigue hacerle reír, este alumno se convertirá en “gatito cosquillitas”. Con el fin de trabajar continuamente la psicomotricidad y las emociones, esta actividad está enfocada al desarrollo de la risa. Al ser un ejercicio en gran grupo, los alumnos siguen afianzando la seguridad en ellos mismos y en los demás, ya que todos participan.

Vuelta a la calma:

-**“Somos escultores”**”: En esta actividad los alumnos se dividen por parejas y consiste en modelar al compañero como si fuera una estatua. Los alumnos se distribuirán por todo el espacio de forma en que no se vean los unos a los otros. Cada pareja dispone de una foto con una persona haciendo una determinada postura, que será la que tendrán que representar e intentar que se parezca lo máximo posible. Las posturas pueden representar emociones, profesiones u objetos de la vida cotidiana. Finalmente cada escultor pasará a ver las diferentes esculturas de sus compañeros en intentará adivinar lo que representa.

-**Feedback**: Se otorga una gran importancia a esta actividad para saber cómo se han sentido durante la clase de Psicomotricidad y qué actividad ha sido la que más les ha gustado.

Posibles imágenes para realizar la actividad **“Somos escultores”**



Anexo 4

Cuarta sesión

Calentamiento:

-Asamblea: Todos los días antes de comenzar la sesión, nos sentaremos en círculo en el suelo y preguntaremos uno por uno a los niños sobre algún aspecto destacado que quiera contarnos y sobre cómo se siente.

-Estiramientos: Para evitar lesiones en los alumnos, se realizan estiramientos de las distintas partes del cuerpo mediante un orden lógico. Al principio la profesora comenzará guiando el proceso, hasta que los alumnos vayan aprendiendo y sean ellos los que se encarguen de dirigirlo.

-Baile y canción: “El juego del espejo”: Esta canción servirá de refuerzo para afianzar el conocimiento de las partes del cuerpo y para que los alumnos bailen y se lo pasen bien gracias a la expresión corporal. Repetiremos la canción, para que los alumnos la aprendan.

<https://www.youtube.com/watch?v=YhUISRGnt6U>

Desarrollo:

-“El mundo de la alegría y de la tristeza”: La clase va a contar con dos lugares principales, cada uno en una punta del aula: el mundo de la alegría y el mundo de la tristeza. Los alumnos se disponen sentados en el suelo intentando ocupar todo el espacio. En el momento en el que la música empiece a sonar deberán tomarse un tiempo relajado para escuchar la melodía, y dependiendo de la emoción que les provoque, los alumnos deberán desplazarse a al “mundo” que más se corresponda con la emoción que esa música les provoca.

Canciones que se pueden utilizar para la actividad y que producirán en los alumnos distintas emociones (tristeza, alegría o miedo).

Salta Tequila.	Teléfono Aitana	Amasijo de huesos Sidecars	Follow the leader SBS	Tubular Bells (BSO El Exorcista). Mike Oldfield.	Halloween. John Carpenter.
Stone Cold Demie Lobato	Alegría Cirque du Soleil.	Dreams The Cranberries	I gotta feeling. The Black Eyed Peas.	Marc Anthony Vivir mi vida.	You're Beautiful James Blunt.

Vuelta a la calma:

-“Escucha y dibuja”: Se elige una canción de las que se habían puesto anteriormente y se reparte a los alumnos pinturas y folios para que dibujen algo sobre lo que les sugiere la canción.

-Feedback: Se otorga una gran importancia a esta actividad para saber cómo se han sentido durante la clase de Psicomotricidad y qué actividad ha sido la que más les ha gustado. Se preguntará a los alumnos sobre los dibujos que hayan realizado.

Anexo 5

Quinta sesión

Calentamiento:

-Asamblea: Todos los días antes de comenzar la sesión, nos sentaremos en círculo en el suelo y preguntaremos uno por uno a los niños sobre algún aspecto destacado que quiera contarnos y sobre cómo se siente.

-Estiramientos: Para evitar lesiones en los alumnos, se realizan estiramientos de las distintas partes del cuerpo mediante un orden lógico. Al principio la profesora comenzará guiando el proceso, hasta que los alumnos vayan aprendiendo y sean ellos los que se encarguen de dirigirlo.

-Baile y canción: “El baile de la hormiga”: Esta canción servirá de refuerzo para afianzar el conocimiento de las partes del cuerpo y para que los alumnos bailen y se lo pasen bien gracias a la expresión corporal. Repetiremos la canción, para que los alumnos la aprendan. Como algunos todavía no tienen desarrollada la lateralidad, es decir, no distinguen entre derecha e izquierda, se les va a poner en la mano y pie derecho una pegatina verde y en la mano y pie izquierdo una pegatina roja, para que así puedan seguir mejor los pasos de la canción.

Desarrollo:

-“Cariño”: El juego consiste en correr y pillar a los compañeros. Algunos niños llevarán pegada en la camiseta una cara aburrida, otros niños llevarán una cara de cansados, otros una cara de felicidad y otros una cara de enfado. La maestra irá dando la siguiente orden: “Vamos a pillar a los niños que están enfadados”, “Vamos a pillar a los niños que están cansados”, “Ahora vamos a pillar a los niños que están felices” y “Vamos todos a pillar a los niños que están aburridos”. Pretende que se desarrolle la habilidad básica de correr y el gesto de “agarrar” (motricidad fina). También afianzan los conceptos emocionales de confianza, ya que para no ser pillado se puede decir “cariño” y extender los brazos hacia delante con las manos juntas para que otro niño o niña de su mismo grupo entre dentro y le dé un beso en la mejilla para salvarle.

Vuelta a la calma:

- **“Las camitas de las emociones”:** Los alumnos se dispondrán por parejas. Cada pareja se sentará encima de una colchoneta. Las colchonetas se dispondrán de forma circular y en medio del círculo, habrá una colchoneta vacía. Cada una será una “camita de la emoción” y, por lo tanto, cada pareja de alumnos tendrá que representar la emoción que la maestra les diga: tristeza, alegría, llanto, enfado, vergüenza, sorpresa, miedo, cansancio, nerviosismo y amoroso.

-Feedback: Finalmente, nos sentaremos en círculo y uno a uno iremos pasando por la colchoneta del centro, mostrando con el gesto de la cara la emoción que más nos ha gustado representar.

Anexo 6

Sexta sesión

Calentamiento:

-Asamblea: Todos los días antes de comenzar la sesión, nos sentaremos en círculo en el suelo y preguntaremos uno por uno a los niños sobre algún aspecto destacado que quiera contarnos y sobre cómo se siente.

-Estiramientos: Para evitar lesiones en los alumnos, se realizan estiramientos de las distintas partes del cuerpo mediante un orden lógico. Al principio la profesora comenzará guiando el proceso, hasta que los alumnos vayan aprendiendo y sean ellos los que se encarguen de dirigirlo.

-Baile y canción: Se bailarán y cantarán todas las canciones motrices que hemos trabajado.

Desarrollo:

-“El circuito de las emociones”: Este ejercicio trabaja el sentido del gusto, del olfato y de la vista. Propiciando así emociones agradables y desagradables (dependiendo los olores). Se trata de una buena actividad lúdica, para que los niños afiancen las siguientes habilidades motrices: correr y equilibrio. También se trabaja la memoria. Se realizarán dos grupos.

La primera parte del circuito consiste en que los niños se dispongan alrededor de toda la cuerda con manzanas colgadas. Con las manos atrás (para que no puedan tocar las manzanas) tendrán que morder la manzana que estará colgada a la altura de su boca y se les proporcionará la ayuda necesaria. Para esto, tendrán que controlar y mantener el equilibrio para que así puedan conseguirlo.

Cuando ya hayan mordido la manzana, comienza la segunda parte. Rápidamente se dirigirán a las mesas donde estarán colocadas tres cajas de cartón decoradas. En una caja habrá un limón partido, en otra caja habrá queso y en otra caja habrá rosas olorosas. Todo esto estará cubierto por papeles recortados, para que así no puedan ver lo que contiene cada caja. Cada niño elegirá la caja que más desee, la abrirá y tendrá que olerla. Las maestras les preguntaremos si saben lo que es. En el caso de que algún niño no supiera qué es lo que está oliendo, se puede cambiar la caja hasta que supiera el olor de alguna de ellas.

La última etapa de este circuito, consiste en recordar lo que se ha olido. En la segunda parte, cuando ya estén seguros de lo que es, rápidamente se irán a la siguiente mesa, en donde habrá una serie de tarjetas con imágenes, las cuales tendrán que elegir. Ellos deben recordar lo que creen que han olido, para así poder elegir la tarjeta correspondiente (un limón, queso o rosas). Para despistar un poco más, habrá dos tarjetas más, para añadir un poco de dificultad (una vela y una cebolla).

Vuelta a la calma:

-“Estamos soñando”: los niños tienen un tiempo para cerrar los ojos y pensar en algo que les produzca tranquilidad.

-Feedback: Se hablará sobre la actividad anterior y se realizará un repaso final sobre todas las actividades que se han realizado a lo largo de las sesiones.

Anexo 7

Tabla: Evaluación inicial

Tarea	1	2	3	4
Participa activamente en las actividades				
Se relaciona en el grupo				
Comparte el material				
Respeto las normas				
Realiza distintas acciones motrices (andar, saltar, correr)				
Expresa sus emociones				

Tiene creatividad				
Es capaz de resolver conflictos				

Tabla de evaluación final

Tarea	1	2	3	4
Crea relaciones afectivas con sus compañeros				
Expresa e interioriza sus emociones				
Perfecciona las acciones motrices (saltos con pies juntos, correr sin dificultad)				
Confía en sus compañeros				
Se siente relajado				
Comprende las actividades				
Resuelve conflictos				