



FACULTAD DE EDUCACIÓN DE PALENCIA
UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

EDUCACIÓN EMOCIONAL: UNA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EN EDUCACIÓN INFANTIL

TRABAJO FIN DE GRADO
EN EDUCACIÓN INFANTIL

AUTOR/A: Miriam Oliveros Fierro
TUTOR/A: Deilis Ivonne Pacheco Sanz

Palencia, 7 junio 2018

ÍNDICE

	<u>Pág.</u>
1.INTRODUCCIÓN	1
2.OBJETIVOS.....	2
3.JUSTIFICACIÓN.....	2
4.FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	3
4.1. RECORRIDO HISTÓRICO DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL.....	3
4.3 INTELIGENCIA MÚLTIPLES Y EDUCACIÓN DE INTELIGENCIAS.....	8
4.4 INTELIGENCIA Y EDUCACIÓN EMOCIONAL.....	9
4.4.1 Las emociones: definición.....	9
4.4.2 Componentes de la emoción.....	10
4.4.3. ¿Cómo se produce una emoción?.....	10
4.4.4. Tipología:	11
4.4.5. Jerarquía	13
4.5 ¿QUÉ ES LA EDUCACIÓN EMOCIONAL?.....	14
4.5.1 Objetivos de la educación emocional.....	14
4.5.2 Contenidos de la educación emocional.....	14
4.5.3 ¿Por qué educar en emociones?	15
4.5.4 ¿Para qué educar en emociones?.....	17
4.5.5 Prevenir el estrés.....	18
4.5.5 ¿Cómo educar en emociones?	19
4.5.6 Ejercicios para controlar las emociones.....	19
4.6 ¿CÓMO EDUCAR EN EMOCIONES EN EDUCACIÓN INFANTIL?	22
5.PROUESTA DE INTERVENCIÓN	30
5.1 JUSTIFICACIÓN	30
5.2 METODOLOGÍA	30
5.3 TEMPORALIZACIÓN.....	31
5.4 ACTIVIDADES	34
5.5 EJEMPLO DE APLICACIÓN	44
6. CONCLUSIONES.....	47
7. LISTADO DE REFERENCIAS	49

RESUMEN

En este trabajo se presenta una propuesta de intervención dirigida a los maestros del primer y segundo ciclo de Educación Infantil, en concreto, para aquellos que quieran introducir las emociones como una habilidad más de aprendizaje. Dicha propuesta, contiene 15 actividades para llevar a cabo en el aula, con el fin de desarrollar las emociones en los niños de 2 a 6 años. En vista de que el aprendizaje de la inteligencia interpersonal e intrapersonal es considerado imprescindible en las aulas de infantil, se realiza una revisión de estudios recientes que dan consistencia al marco teórico-conceptual, con los puntos más importantes de la educación emocional y que, además, permitieron elaborar la propuesta de intervención y un ejemplo de intervención realizada en el prácticum II (2016-2017), en un aula con niños de 4 años.

Palabras clave: Educación emocional, Educación Infantil, propuesta de intervención, inteligencia emocional.

ABSTRACT

In this task, an interference proposal is presented and addressed to all the teachers of the first and second cycle of children's education. It is specific for those who want to introduce emotions as a learning skill. This proposal contains fifteen abilities to carry out in class to develop emotions among children between two and six years old. The learning of the interpersonal and intrapersonal intelligence is considered essential for children's education. For that reason, a review of recent studies is carried out that give consistency to the theoretical-conceptual framework. Moreover, it allowed to elaborate the intervention proposal which contains an example of intervention carried out in the practicum II (2016-2017) in a classroom with children of 4 years.

Keywords: Emotional education, children's education, Interference proposal, Emotional intelligence.

1.INTRODUCCIÓN

Actualmente, es muy común encontrarnos en las aulas de Educación Infantil con una gran preocupación por parte de los maestros acerca del aprendizaje de conocimientos académicos. Paradójicamente, en nuestra sociedad cada vez existe una mayor predisposición de emociones negativas como el estrés, la angustia, la ira, etc., las cuales se hacen visibles desde edades tempranas. Es por ello, que la Educación Emocional tiene un papel tan imprescindible e influyente desde la etapa de Educación Infantil.

En dicha realidad educativa, apenas existe una educación emocional en los niños, tanto en sus propias emociones como en la de los demás; ya sea por falta de conocimiento por parte del profesorado, por presión social o por desvalorizar el aprendizaje en las emociones.

En este sentido, el presente trabajo consta, en primer lugar, de un apartado teórico, donde se expone el recorrido histórico de la Educación Emocional, partiendo de las Inteligencias Múltiples de Gardner (1993), la Inteligencia Emocional de Salovey y Mayer (1990), la popularización de la Inteligencia Emocional de Daniel Goleman (1996) y la Educación Emocional; en segundo lugar, se analizan algunos programas de intervención de educación emocional, en el aula de infantil y primaria; en tercer lugar y como producto de esta revisión de estudios, me he basado en el programa de intervención llevado a cabo por Lozano y Vélez (2009), para presentar el programa de intervención, el cual está formado por 14 actividades secuenciadas de menor a mayor dificultad con el fin de mejorar la inteligencia emocional en las aulas de infantil y, finalmente, se exponen las conclusiones a modo de reflexión, que incluye las limitaciones y las perspectivas futuras en la aplicación de la propuesta de intervención.

2.OBJETIVOS

El objetivo general de este Trabajo de Fin de Grado es conocer el recorrido histórico de la educación emocional, las emociones y cómo intervenir en el aula de infantil para educar en emociones.

En este sentido, los objetivos específicos en los que se centra mi propuesta son:

- ❖ Profundizar en los programas de intervención emocional en las aulas.
- ❖ Conocer la demanda y, por tanto, los beneficios que tienen en un niño emocionalmente educado.
- ❖ Proponer un programa de intervención educativo para infantil, que desarrolle y favorezca las emociones propias y el reconocimiento en los demás.

3.JUSTIFICACIÓN

La elección del tema “Educación Emocional en Educación Infantil”, es debido al interés que suscitó en mí la asignatura Intervención Educativa en Dificultades de Aprendizaje y Trastornos de desarrollo, más concretamente, el bloque de contenido Educación Emocional. De este modo, tras el aprendizaje en dicha asignatura, me planteé la siguiente reflexión: ¿Por qué ningún maestro me ha educado emocionalmente?

La respuesta reside en la poca popularización de la Educación Emocional en las aulas de Educación Infantil. Puesto que hoy en día se plantea como innovación educativa, los maestros tenemos que ser conscientes de los múltiples beneficios que reporta educar a nuestros alumnos emocionalmente. Ya no sólo se trata de enseñar contenidos o educar en normas, si no también, enseñar al niño a conocer sus emociones y la de los demás. Por consiguiente, conseguiremos el desarrollo integral del niño y, además, le estaremos educando para que sobreviva en la sociedad cambiante que le espera en el futuro. Así pues, los docentes tenemos la obligación de formar a personas autónomas, con empatía, seguras en sí mismas, cooperativas con los demás y, sobre todo, con un autoconcepto positivo.

En este sentido, y haciendo referencia al DECRETO 122/2007, 27/12, (pág. 9-11), por el que se establece el currículo del segundo ciclo de la Educación Infantil en la

Comunidad de Castilla y León, podemos observar, en un primer instante, que los contenidos vinculados con las emociones están descritos de manera implícita, junto con otros valores como las normas sociales. Además, aparece explícitamente como uno de los objetivos que el niño tiene que alcanzar: “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”. Se destaca, también, como un único contenido “1.4. Sentimientos y emociones”.

Es por ello, que los docentes debemos trabajar las emociones como una asignatura más, ya que ésta se incluye dentro de la normativa y nos reporta numerosos beneficios en la salud, la cual influye en el rendimiento académico de los alumnos.

Una persona emocionalmente educada, puede dar una respuesta predeterminada ante una situación inesperada, pudiendo llegar a controlar la conducta que manifiesta, pero no sus emociones ya que éstas son involuntarias.

Bisquerra, 2001

4.FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

4.1. RECORRIDO HISTÓRICO DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

Actualmente, el sistema educativo no está adaptado a la demanda socioeducativa del alumnado. Las áreas que más se trabajan en los colegios desde la etapa de Educación Infantil son la matemática y la lingüística, y aquella que ni siquiera se desarrolla, es la Inteligencia Emocional. Las inteligencias intra e interpersonal ocupan un segundo plano en la educación, y contradictoriamente en la adultez, las personas no saben cómo gestionar y expresar estas emociones. En este sentido, los estudios revisados a nivel internacional manifiestan la necesidad de un cambio educativo desde la formación del profesorado hasta la práctica de metodologías alternativas.

Según Suárez , Maiz y Meza (2010), mencionan que los docentes tienen que ser “especialistas” en sus aulas para saber identificar las distintas habilidades de los estudiantes y ofrecerles las herramientas necesarias. No se puede implantar un nuevo

modelo educativo, si en los colegios no existe la formación adecuada en el profesorado. Para estos tres autores, es imprescindible la aportación de Gardner (2010) en la educación, donde no todo el mundo tiene las mismas capacidades e intereses ni todos aprenden de la misma manera. Tampoco es necesario que todos los alumnos tengan altos conocimientos de todas las materias, es mejor formar a personas “especialistas” en su inteligencia.

De acuerdo con Fernández (2013), en el año 1991, Howard Gardner publica su obra *Inteligencias Múltiples*. En esta obra, se exponen las preguntas y respuestas que han surgido acerca de la educación años atrás, así como su evaluación y la escuela que puede ser en el futuro centrada en la diversidad.

Siguiendo con las afirmaciones de Gardner (1993), cada persona está dotada de una inteligencia formada a su vez, por una combinación de inteligencias múltiples que varían en grado y profundidad, pudiendo ser aumentadas con la práctica y el entrenamiento. Además, a partir de sus planteamientos a cerca de la inteligencia, se reconocen las diferencias entre los alumnos, debido a que cada uno responde a sus propios estilos de aprendizaje.

De este modo, Carrillo y López (2013), de acuerdo con Gardner (1993), explican que no podemos medir los distintos estilos de aprendizaje con el mismo instrumento: los test tradicionales, los cuales miden la inteligencia centrada sobre todo en la medida de la lógica y el lenguaje, y dejan en segundo plano aspectos importantes como la *Inteligencia Emocional*.

Así pues, no fue hasta 1990, cuando se empezaron a publicar obras relacionadas con los estilos de aprendizajes de la *Inteligencia Emocional*. De este modo, Salovey y Mayer (1990), propusieron la *Inteligencia Emocional* como la habilidad para percibir con precisión, expresar emociones y acceder a los sentimientos. Este proceso conlleva la comprensión y regulación de emociones promoviendo el crecimiento intelectual. Así pues, se plantea la posibilidad de su educación. (Dueñas, 2002).

En este sentido, según Fernández-Berrocal y Extremera (2009), la *inteligencia emocional*, para Salovey y Mayer estaba formada por un conjunto de habilidades emocionales desde las más básicas hasta las que ejecutan funciones fisiológicas (percepción, atención, etc.).

Asimismo, Miñaca, Hervas y Laprida (2013, p.2), afirman que las emociones se conciben como “*funciones biológicas del sistema nervioso, destinadas a generar conductas que aseguren la adaptación y supervivencia al medio o contexto*”. De hecho, el ser humano desde que nace se socializa con su entorno y se encuentra en un mundo cambiante, continuamente, donde tiene que saber interpretar y gestionar tanto sus emociones como la de los demás para sobrevivir en el medio.

Sin embargo, fue Daniel Goleman (1996) quien popularizó por medio de su libro, la Inteligencia Emocional (Goleman reconoció que se basó en el trabajo de Salovey y Mayer (1990). Para Fernández (2013), Goleman (1995) plantea la clásica discusión entre cognición y emoción de un modo novedoso ya que siempre se había asociado lo cognitivo con la razón y el cerebro y, lo emocional, se había asociado a los sentimientos, a lo femenino, etc.

Desde esta perspectiva, podemos concluir con la tesis inicial de este discurso, en el cual se afirma que el sistema educativo no está adaptado a la demanda socioeducativa del alumnado, puesto que la educación emocional no es considerada una materia académica y, por tanto, no es objeto de enseñanza en el sistema escolar (Aguaded y Pantoja, 2015) (ver tabla 1).

Tabla 1.*Síntesis de estudios revisados para la fundamentación teórica*

Estudio	Aspectos estudiados	Programa de intervención	Limitaciones del estudio	Perspectivas futuras
Suárez J., Maiz F. & Meza M. (2010).	La teoría de Gardner, las Inteligencias Múltiples y su aplicación didáctica.	Las inteligencias predominantes que se trabajan en el aula, la necesidad de tener un educador “especialista” en educación emocional y actividades para cada inteligencia.	El conocimiento del propio saber del profesor y también del equipo del colegio.	Se podría llevar a cabo un modelo de inteligencias múltiples basada en las necesidades de los alumnos, pero primeramente deberán ser los propios profesores quienes lo pongan en práctica.
González, D. (2014).	Niños con dificultades en el aprendizaje y trastornos del desarrollo.	El cambio del modelo curricular de los colegios para aprovechar las capacidades de los alumnos.	La estructura curricular otorga más relevancia a unas áreas que a otras.	Introducir poco a poco cambios en la metodología del profesor y luego en el currículo.

Luca, L. (2010). Las inteligencias múltiples en el aula: cómo incluirlas y qué papel tiene que tener el profesorado. Las inteligencias que más se trabajan en el aula y aquellas que no se les da importancia en relación con la demanda de la sociedad. También, propone cómo implantar las inteligencias múltiples en el aula. El desconocimiento del profesorado de las inteligencias múltiples y el sistema educativo. Se debería cambiar todo el sistema educativo para que la implantación de las Inteligencias Múltiples tuviera sentido (no se trabajen sólo en Infantil).

4.3 INTELIGENCIA MÚLTIPLES Y EDUCACIÓN DE INTELIGENCIAS

Howard Gardner, psicólogo y educador norteamericano, formuló la Teoría de las Inteligencias Múltiples (1985, IM). Para él, la inteligencia fue definida como “la capacidad de resolver problemas o de crear productos que sean valiosos en una o más culturas” (Gardner, 1994). Su teoría ha supuesto una revolución en el ámbito social y educativo ya que el pilar fundamental de su teoría es la atención individualizada en el alumnado (Fernández, 2015).

Gardner (1995), en su teoría de las inteligencias múltiples distingue siete inteligencias: musical, cinético-corporal, lógico-matemática, lingüística, espacial, intrapersonal e interpersonal. Posteriormente, añade dos inteligencias a su teoría de las Inteligencias Múltiples: inteligencia existencial e inteligencia naturalista. La primera de ellas se refiere a la conciencia ecológica que tiene el sujeto y que permite la conservación del entorno; la existencial es la que utilizamos cuando nos formulamos preguntas sobre el sentido de la vida. Incluso sugiere la posibilidad de otras inteligencias (Fernández, 2013).

Como se puede observar, la teoría de las Inteligencias Múltiples alude a diversidad de inteligencias independientes que tenemos las personas, por ello la necesidad de una educación personalizada. *“No todo el mundo tiene los mismos intereses y capacidades; no todos aprendemos de la misma manera.”* (Gardner, 1994).

En síntesis, al referirnos a las Inteligencias Múltiples, nos estamos refiriendo a una filosofía centrada en los alumnos que abarca varias dimensiones de la inteligencia, las cuales pueden ser desarrolladas en el aula (Larsen-Freeman, 2000; Richards y Rogers, 2001: 115).

Según Alejandro y Daniel (2015), Gardner reflexiona acerca de cómo instaurar su teoría de las Inteligencias Múltiples en el sistema educativo. Para ello, alude a la necesidad de personalizar a cada alumno en su/sus inteligencias. Por otro lado, plantea si es mejor trabajar las potencialidades o las deficiencias, o trabajar todas las inteligencias a la vez (Gardner, 1994).

Para Gardner, el reto del educador en el aula será que el niño supere sus obstáculos y progrese para dominar varias habilidades. Al mostrar que la inteligencia es estimulable, solo hacen falta superar las limitaciones genéticas y utilizar los esquemas de aprendizaje específicos para que los alumnos logren educar sus inteligencias.

Por consiguiente, la escuela, en un primer instante es quien rechaza y no aprovecha las distintas capacidades de cada niño. De este modo, es necesario un seguimiento individualizado por parte del docente, quien debe tener en cuenta los recursos disponibles, los materiales, el tiempo, etc.

4.4 INTELIGENCIA Y EDUCACIÓN EMOCIONAL

Antes de comenzar a hablar de educación emocional, debemos saber qué son las emociones, cuáles son sus componentes, qué tipos hay y cómo se produce. De este modo, comprenderemos mejor el significado y valor de la educación emocional en el contexto educativo.

4.4.1 Las emociones: definición.

Definir qué son las emociones es complejo debido a que son fenómenos de origen multicausal. Podemos definir las emociones como reacciones afectivas de causas biológicas y cognitivas, de aparición repentina, de gran intensidad, de carácter

transitorio e involuntarias. Se presentan como respuesta ante una situación inesperada y se vinculan con necesidades biológicas (Bustamante, 1968, citado por Martínez, 2009).

Así mismo, Lawler (1999: 219) define las emociones como estados evaluativos, positivos o negativos, breves y con elementos neurológicos, cognitivos y fisiológicos.

4.4.2 Componentes de la emoción.

Hay tres componentes que forman las emociones: neurofisiológico, conductual y cognitivo.

- 1) El *neurofisiológico* se manifiesta con respuestas como sudoración, rubor, sequedad en la boca, etc. Son respuestas involuntarias que las personas no pueden controlar, pero si prevenir mediante técnicas de relajación. Del contrario, si se manifiestan de manera repetitiva y constante en una persona, podrían provocar problemas de salud como taquicardias.
- 2) En cuanto al *conductual*, si observamos a una persona, podemos analizar sus expresiones verbales, su tono de voz, los movimientos de su cuerpo, etc. Si regulamos nuestras expresiones emocionales, estamos regulando nuestra conducta y por tanto es un indicador de madurez que tiene efectos positivos en las relaciones interpersonales.
- 3) El componente *cognitivo*: hace que denominemos un estado emocional y le otorguemos un nombre. El etiquetado de las emociones es limitado por nuestro vocabulario, por eso, en ocasiones no sabemos cómo expresar “qué nos pasa”. Por ello, es muy importante la educación emocional en las personas.

4.4.3. ¿Cómo se produce una emoción?

Las emociones se producen de la siguiente manera:

- 1) Al cerebro llegan informaciones sensoriales del exterior: ejemplo: una situación que te pone nervioso.
- 2) Como consecuencia de ello, se produce una valoración
 - a. *Respuesta neurofisiológica*: sudoración, sequedad en la boca, etc.
 - b. *Respuesta comportamental*: tu cuerpo se queda paralizado ó por el contrario, gesticulas más de lo habitual.
 - c. *Respuesta cognitiva*: le otorgamos un nombre: estamos nerviosos.
- 3) El neocórtex interpreta la información y actúa de forma correcta ante la situación que nos provoca nervios, estrés.

Se podría esquematizar de la siguiente manera:



Figura 1. Concepto de emoción. Elaboración propia.

4.4.4. Tipología:

Las emociones se pueden clasificar en:

- ❖ *Positivas*: si van ligadas de sentimientos de bienestar, placenteros, como pueden ser el amor, la felicidad. Generan estados saludables lo que te permite favorecer la manera a pensar y actuar con los demás.
- ❖ *Negativas*: si van acompañadas de sentimientos desagradables como puede ser la ansiedad, el miedo, la tristeza etc. Son emociones tóxicas porque afectan

negativamente al bienestar de las personas y provocan el deseo de evitarlas o evadirlas.

- ❖ *Neutras*: si la persona no tiene ningún sentimiento como puede ser la esperanza (Casassus, 2006).
- ❖ *Primarias*: son las emociones básicas y son respuestas universales e innatas. Las emociones son: amor, alegría, tristeza, miedo, e ira.
- ❖ *Secundarias*: resultan de una combinación de las emociones primarias y están condicionadas por la cultura y la sociedad. Por ejemplo, al sentir miedo (emoción básica), después, podemos sentir amenaza o enfado ante la situación que estamos viviendo.

A continuación, en la figura 2, mostramos un esquema de lo anteriormente explicado:



Figura 2. Tipología de las emociones. Elaboración propia.

4.4.5. Jerarquía

En la categoría superior se encuentran las emociones positivas y negativas ya que son las más básicas. A partir de ellas, se desarrollan las demás.

Tomando como ejemplo la rama de las emociones positivas (categoría superior), aparecen el amor o la alegría como emociones primarias, las cuales son innatas en todas las personas independientemente de su cultura y origen. A partir de estas dos emociones, aparecen las secundarias (categoría básica) y son: compromiso, cariño y encaprichamiento, las cuales resultan del aprendizaje del medio ambiente y no son innatas. Son emociones más específicas y, por tanto, aparecen como resultado de las emociones primarias (ver figura 3).

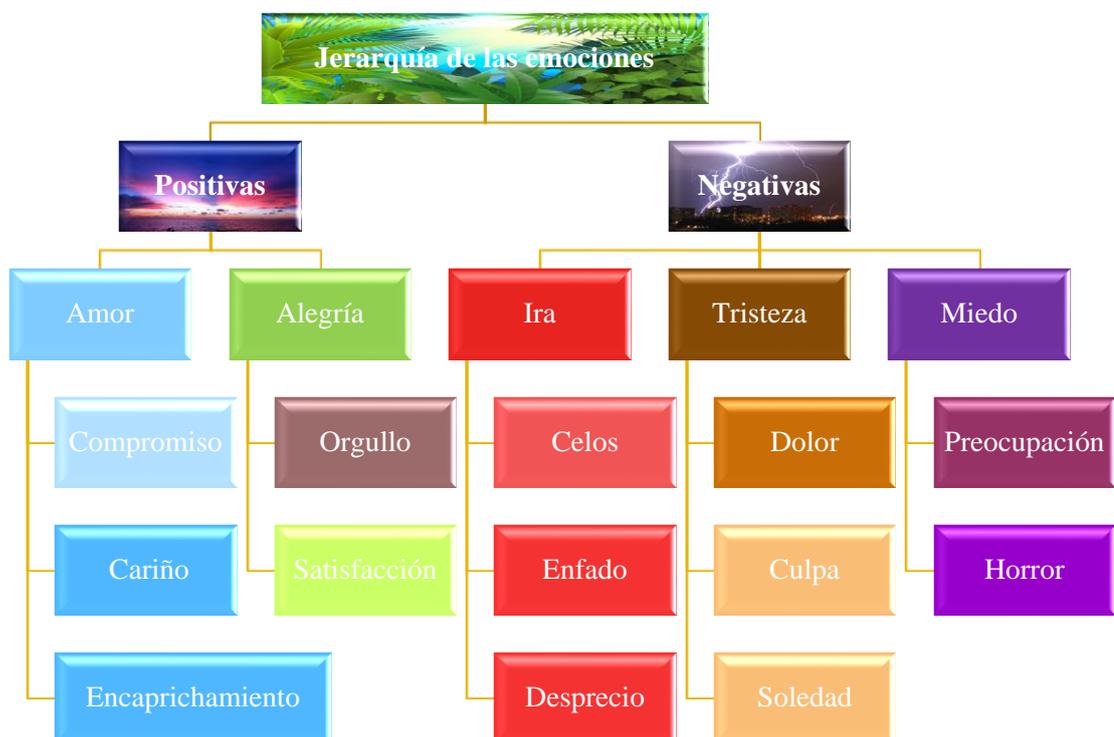


Figura 3. Jerarquía de las emociones. Díaz, J. (2018). *Jerarquía de las Emociones básicas*. [online]

Recursosyhabilidades.com. Recuperado de: <https://www.recursosyhabilidades.com/blog/jerarquia-de-las-emociones-basicas-.html>

4.5 ¿QUÉ ES LA EDUCACIÓN EMOCIONAL?

La educación emocional es un proceso educativo, continuo y permanente que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales, como elemento esencial del desarrollo integral de la persona. El objetivo principal de todo ello es aumentar el bienestar personal y social.

La educación emocional tiene como propósito el desarrollo integral de la persona, por tanto, es una educación para la vida. La educación emocional es un proceso permanente ya que es para toda la vida y continuo porque requiere de una formación constante en el currículum académico (Bisquerra, 2005).

4.5.1 Objetivos de la educación emocional.

Los objetivos de la educación emocional, grosso modo son:

- ❖ Adquirir mejor conocimiento de las propias emociones
- ❖ Favorecer la empatía, reconociendo las emociones de los demás.
- ❖ Prevenir las emociones negativas o sus consecuencias.
- ❖ Desarrollar habilidades para generar emociones positivas
- ❖ Desarrollar la automotivación.
- ❖ Adoptar una actitud positiva ante la vida.

4.5.2 Contenidos de la educación emocional.

La educación emocional surgió como una práctica (grupos de diálogo, juegos, etc.) para favorecer competencias emocionales como las siguientes:

- ❖ *Regulación de las emociones*: es la capacidad/habilidad para tolerar las emociones como la frustración, afrontar situaciones de riesgo (consumo de drogas). Las técnicas que se utilizan son: el diálogo, la relajación, etc.

- ❖ *Conciencia emocional*: consiste en la autoobservación y en la observación hacia el comportamiento de los demás, con el fin de comprender las causas y consecuencias de las emociones.
- ❖ *La motivación*: hay que buscarla a través de la emoción, es decir, motivación proviene de mover, al igual que emoción, por tanto, hay que buscar emociones. Hay que llegar a la automotivación, uno de los retos de los educadores.
- ❖ *Las habilidades socioemocionales*: favorecen las relaciones interpersonales. La empatía, las relaciones sociales previenen las situaciones racistas o machistas ya que las personas con habilidades socioemocionales tienen mayor capacidad de escucha y entendimiento.

4.5.3 ¿Por qué educar en emociones?

Hoy en día, el rol del profesor está cambiando, debido a las nuevas tecnologías. Los alumnos ya no necesitan a un profesor que les transmita el conocimiento, si no, a un educador que les guíe y les facilite su educación. Como consecuencia de este cambio social, estamos observando altos porcentajes de fracaso escolar, dificultades de aprendizaje, abandono de estudios, etc. Todos estos sucesos provocan en la persona estados negativos, como la depresión.

De este modo, hoy en día, la finalidad de la educación tiene como objetivo, entre otros, el desarrollo integral de la persona. Cabe diferenciar dos aspectos: los emocionales y cognitivos. Por ello, la escuela debe centrarse en que los alumnos adquieran competencias emocionales y no sólo conocimientos lógico-matemáticos o lingüísticos.

Si atendemos al *Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el siglo XXI. La Educación encierra un tesoro* (Delors, et al. 1996),

alude a la necesidad de cambiar los objetivos en la educación, ya que ésta tiene que organizarse en cuatro pilares: aprender a conocer; aprender a hacer; aprender a vivir juntos; y, aprender a ser (ver figura 4).

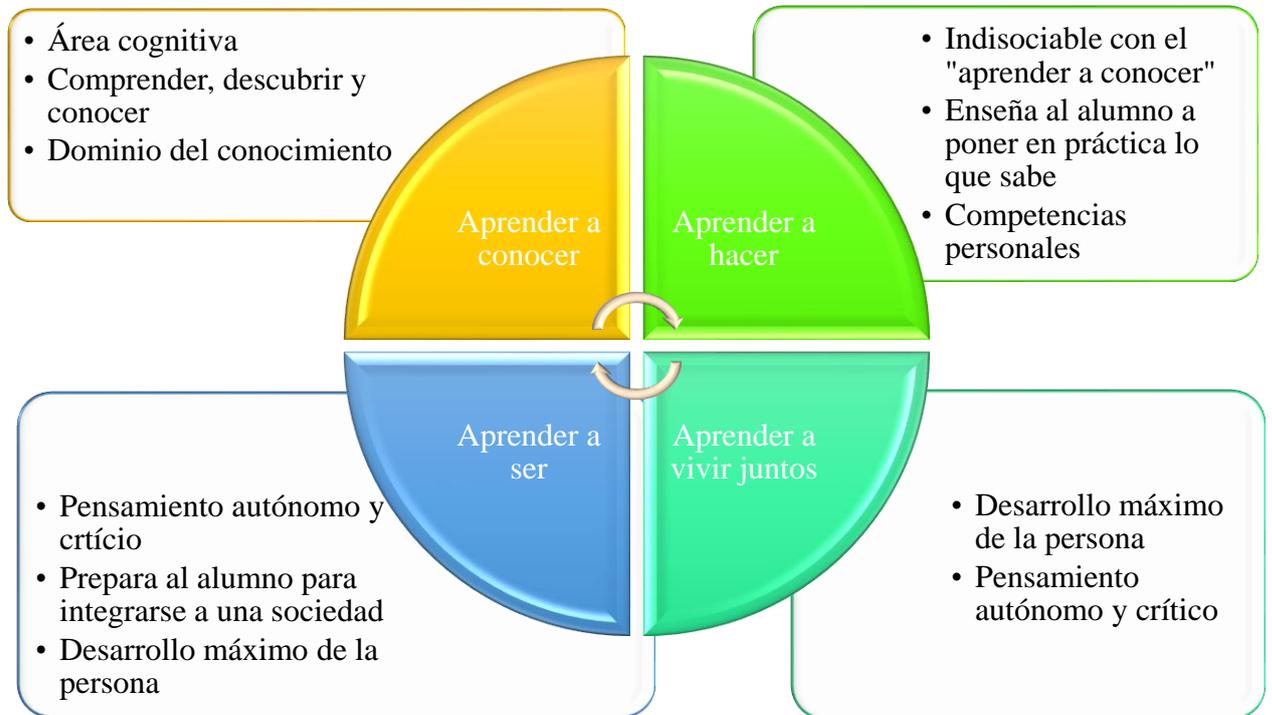


Figura 4. Raquel, (2018). La UNESCO y la educación encierra un tesoro. [online]

Lahuelladeraquel.blogspot.com.es. Recuperado de:

<http://lahuelladeraquel.blogspot.com.es/2013/11/la-unesco-y-la-educacion-encierra-un.html>

Hasta ahora el profesorado se ha centrado en el primero, y en los últimos años en el 2º y 4º, pero todavía necesitamos más educación para “aprender a ser” personas.

La educación se caracteriza por la relación interpersonal, la cual está afectada por las emociones, entonces ¿por qué no educar más en las emociones? Hay que prestar especial atención a las emociones de los alumnos, pero para ello, primeramente, el profesor tiene que prestarse atención a sus emociones. El profesor tiene que conocer cómo aprenden los estudiantes para lograr efectos positivos y esto se consigue a través del conocimiento de sus emociones. Si el docente logra hacer compatible su estilo de

enseñanza y el de sus alumnos, conseguirán rendimientos académicos óptimos generando emociones positivas.

4.5.4 ¿Para qué educar en emociones?

Daniel Goleman (1995), en su libro *Inteligencia Emocional*, estableció una comparación entre el desarrollo emocional y social alcanzado por niños que habían pasado un programa basado en la educación emocional y aquellos que no. El estudio se realizó en diferentes escuelas y los beneficios obtenidos de los resultados fueron los siguientes:

❖ Beneficios de uno mismo

1. Desarrollo de la autoconciencia emocional

- a. Aumenta la capacidad de reconocer y poner nombre a distintas emociones.
- b. Comprende mejor las causas de los sentimientos.
- c. Aprenden a reconocer la diferencia entre acciones y sentimientos.

2. Aprendizaje sobre la gestión de las emociones

- a. Adquiere una mayor tolerancia ante la frustración.
- b. Mejora el control de la ira.
- c. Los niños se sienten menos solos y aislados.
- d. Desarrollan sentimientos positivos sobre sí mismos.

❖ Beneficios con los demás

1. Comprensión de las emociones de los otros: empatía.

- a. Mejora la capacidad para comprender el punto de vista de sus compañeros.
- b. Desarrollan una mayor capacidad de escucha hacia los demás.

2. Mejora en las habilidades de relaciones con los otros.

- a. Resuelven mejor los conflictos.
- b. Desarrollan el valor de la amistad.
- c. Son más solidarios, participativos.
- d. Aprenden a comunicarse mejor.

4.5.5 Prevenir el estrés.

El estrés incide en la salud física y mental, así como en el rendimiento académico, provocando preocupación en las personas y pudiendo llegar a trastornos personales. Como señalan Martínez y Díaz (2007): “el problema que subyace radica en los requerimientos de la Modernidad, concentrada en la obtención de resultados al margen de sus consecuencias sobre la calidad de vida, y por ende en la salud física y mental de las personas afectadas” (p. 1).

En términos generales, puede decirse que hay dos grandes causas del estrés. En primer lugar, son los agentes quienes provocan circunstancias de estrés, tales como la familia, en el trabajo o en los estudios. En segundo lugar, es la propia persona quien produce su estrés, debido a la forma para afrontar sus problemas.

Si nos centramos en el contexto socioeducativo, los niños están continuamente lidiando con conflictos y amenazas en las aulas, pero también en sus vidas. El estrés escolar se define como el malestar que presenta el estudiante como consecuencia de factores emocionales, físicos o ambientales que afectan al estudiante y les impide seguir con el ritmo de sus vidas.

De este modo, el estrés puede ser controlado, pero tenemos que aprender a desarrollar habilidades a través de la relajación. Existen varias técnicas de relajación que nos proporcionan un estado de bienestar y calma, además de una sensación de control sobre nosotros mismos.

4.5.5 ¿Cómo educar en emociones?

Antes de todo, es importante que tengamos en cuenta las palabras que dice Goleman (1995) acerca de las mentes: los niños a lo largo de la infancia desarrollan la mente que piensa, que aún es inmadura pero no la que siente.

Así pues, los niños conforme van creciendo, aprenden a gestionar su mundo emocional y a equilibrar las dos mentes. Para dominar la mente que siente, el niño tiene que saber identificar lo que está sintiendo.

En cuanto al profesorado, éstos deberían tener una formación continua en la educación emocional e introducir estos conceptos en todas las áreas para conseguir el éxito en la educación emocional. De este modo, es imprescindible el trabajo en equipo del centro educativo para que se pueda implementar un programa de educación emocional, proponiendo recursos, técnicas, metodologías, actividades, etc., además de contar con la colaboración de las familias quienes podrían acudir a talleres o charlas en el colegio.

4.5.6 Ejercicios para controlar las emociones.

El autocontrol emocional nos ayuda a regular nuestras emociones. Se incluye dentro de la inteligencia emocional. El autocontrol emocional significa saber superar los bloqueos emocionales. Algunos de los ejercicios que podemos practicar en el aula para lidiar con el estrés son:

❖ Yoga

El Gobierno de Navarra (2018), en uno de sus planes de formación, destacó los beneficios que nos reporta el yoga, en cuanto al alivio del estrés emocional del día a día. Además de contribuir a mejorar nuestro estado físico y mental.

En esa formación, se indicó que, para conseguir la relajación en los niños, basta con disponer de unas alfombritas o en el caso de que no las tengamos, se puede hacer de manera individual de pie. Con el acompañamiento de la música apropiada, podemos hacer ejercicios de respiración para concentrarnos y despejar nuestra mente. Progresivamente, iremos aumentando la dificultad de los ejercicios. Así, desde temprana edad los niños van a saber relajar su mente y cuerpo, evitando situaciones de estrés en el futuro.

Clase de yoga Prácticum II, 2016



❖ **Mindfulness**

Jon Kabat-Kinn es un profesor de emérito de Medicina. Sus prácticas de zen, yoga y sus estudios con diversos maestros budistas le llevó a integrar partes de estas enseñanzas con las de la ciencia occidental, creando la técnica de Reducción del Estrés Basada en la Atención Plena (REBAP), en 1979 (Ecología del alma, 2018).

La atención plena o mindfulness, es una práctica que podemos llevar a cabo en las aulas con los alumnos ante una situación caótica en el aula. Para conseguir el bienestar en los niños, lo que tenemos que hacer es buscar un estado o pensamiento que nos de tranquilidad, felicidad, etc. Para que se logre la atención plena sobre ese pensamiento,

podemos coger un objeto como una piedra y tocarnos el corazón para notar los latidos. Todo ello ayudará a que el niño esté concentrado en sí mismo y por tanto relajado.

Ejemplo de una clase de mindfulness en Educación Infantil



❖ **Otras prácticas:**

1º paso: identificar y reconocer las emociones

El docente en el aula de educación infantil tiene que empezar por trabajar las emociones básicas: miedo, tristeza, alegría, amor y enfado. de este modo, los profesores paulatinamente irán introduciendo vocabulario emocional en el aula tal como “hoy veo que estás muy contenta”, “¿qué sientes?”.

2º paso: reconocer las emociones en los demás.

El maestro en el aula tiene que enseñar a los niños a comprender las emociones de los demás. por ejemplo: “tu compañero está triste porque le han quitado la pelota”.

3º paso: aceptar

Los niños tienen que saber aceptar las emociones que sienten. Para ello, debemos mirarlos a los ojos, cogerles de la mano y transmitirles que estamos comprendiendo lo que le ocurre.

4º paso: Normalizar las emociones

Debemos enseñar a los niños a que no sólo es bueno expresar las emociones positivas como la alegría, si no también, las negativas como la tristeza o el miedo. Es muy importante que el maestro escuche las palabras del niño.

Una vez que hemos visto cuáles son las pautas básicas para empezar una educación emocional en el aula, es necesario acompañar estos ítems de distintos ejercicios para conseguir controlar las emociones, y así lograr una educación emocional plena en el aula.

4.6 ¿CÓMO EDUCAR EN EMOCIONES EN EDUCACIÓN INFANTIL?

Para responder a esta pregunta, he realizado una búsqueda online de programaciones a nivel internacional llevadas a cabo en colegios de Educación Infantil y Primaria (Ver tabla 2).

En este sentido, Lizano y Umaña (2008), presentan una programación formada por 32 sesiones en un aula de Educación Infantil, en Costa Rica. Dicha programación, tuvo lugar con niños y niñas de 5 y 6 años con el objetivo de trabajar y estimular las capacidades o habilidades de las inteligencias. Para conseguirlo, se realizaron actividades lúdicas, las cuales fueron uno de los puntos fuertes en esta propuesta ya que suscitó motivación por parte de la clase. Entre los resultados más notables, destacamos la inteligencia intrapersonal y la corporal como las menos desarrolladas por parte de los niños.

Es por esto por lo que, estos datos nos muestran la necesidad de trabajar más estas dos inteligencias en el aula, así como la participación con la familia, quien no

tenían conocimiento suficiente para estimularlas con sus hijos. (Lizano y Umaña, 2008).

Similarmente, a la anterior intervención, el siguiente proyecto de innovación llevado a cabo por Lozano y Vélez (2009), tenía como objetivo la identificación y expresión de sentimientos y emociones en los niños de dos años, así como la mejora en sus relaciones sociales con sus iguales. Consta de 12 sesiones incluyendo actividades extraescolares. En este caso, no existía la participación de la familia. Las profesoras obtuvieron los siguientes resultados: se observó una notable mejora en la expresión y comprensión de sentimientos. Al no ser actividades dirigidas por el profesor, los niños establecieron sus propias pautas con los compañeros. Así mismo, los niños fueron capaces de manifestar las emociones básicas.

Podemos concluir, que los niños desde temprana edad son capaces de mejorar sus habilidades sociales, siempre y cuando se trabajen de forma correcta en el aula (Lozano y Vélez, 2009).

Todas estas conclusiones se observan también en la intervención de las doctoras Cinta y Valencia (2017), quienes implantaron en un centro de educación infantil y primaria (CEIP), 48 alumnos de 5 años, de forma planificada un modelo de inteligencia emocional, como consecuencia de la falta de trabajo de las emociones en infantil por parte del personal docente. Para lograr su objetivo, escogieron el modelo de Mayer y Salovey por ser el que más se adaptaba a sus necesidades. La intervención estaba compuesta por un grupo experimental y dos de control.

Gracias a este trabajo, se superó con creces la educación integral, destacando los aspectos emocionales y afectivos. Por tanto, la inteligencia emocional de forma planificada conllevó resultados óptimos en cuanto a la adquisición de habilidades que ayudan a la percepción emocional, la comprensión emocional y la regulación de emociones (Cinta y Valencia, 2017).

De igual modo, pero en este caso a través de una prueba de validación, con una muestra de 138 alumnos en la etapa de educación infantil, Mestre, Guil, Martínez-Cabañas, Larrán y González (2011) quisieron evaluar, describir y determinar las emociones básicas y secundarias diferenciándolo por sexo y nivel económico. Para lograrlo, la muestra se obtuvo de dos colegios públicos y dos colegios privados. El método escogido fue PERVALEX: (v. 1.0; percepción, valoración y expresión de las emociones en la etapa de educación Infantil a través de un PowerPoint).

A causa de ello, estos autores demostraron la precisión para percibir y expresar las emociones en los niños de 5 años. También, se obtuvieron diferencias significativas relativas a los meses de edad de unos a otros, siendo más importante que los cursos (1ª, 2ª y 3ª de infantil). Por otra parte, las emociones positivas fueron detectadas más fácilmente que las negativas como el asco o la sorpresa (Mestre et al., 2011).

En contraposición a lo anteriormente mencionado, en la actualidad, es muy común encontrarnos conflictos en el aula y la falta de recursos por parte de los niños para su solución. Así pues, debido a las conductas disruptivas, los conflictos entre los alumnos, y la falta de respeto, Aguaded y Pantoja (2015), llevaron a cabo un programa de prevención de conflictos a través del desarrollo de la inteligencia emocional centrada

en la acción tutorial. La intervención tuvo lugar en dos colegios de infantil y primaria. Para cada etapa (infantil y primaria) se realizaron dos programas distintos adaptados a sus necesidades, pero con el mismo objetivo (descrito anteriormente).

Entre los resultados, destacamos, por una parte, la familiarización de los términos de educación emocional en los niños de infantil, y, por otra parte, la disminución de las conductas disruptivas entre iguales y la utilización de la comunicación verbal en lugar de la agresión física-verbal (Aguaded y Pantoja, 2015).

De igual modo que la responsabilidad de enseñar valores emocionales reside en los maestros, también las familias juegan un papel primordial junto con la escuela para conseguir una educación exitosa. Por consiguiente, Cecilia y García (2008), investigaron la incidencia que tiene el estilo educativo en la conducta emocional de sus hijos en la etapa de infantil. En su intervención encontraron que los niños que han sido educados por sus padres por un estilo equilibrado (control firme pero acompañado de amor y afecto), generan en sus hijos altos niveles de autoestima, buena gestión emocional, bajas probabilidades de depresión, y mayor probabilidad de establecer relaciones sociales. Mientras que los estilos permisivos y autoritarios muestran menor rendimiento emocional, sobre todo en la empatía.

Conforme a ello, los estilos autoritarios o equilibrados son los más idóneos para un buen desempeño de la educación emocional en infantil puesto que se establecen modelos claros de aprendizaje (Cecilia y García, 2008).

A fin de intervenir en un aula de infantil, tomando como ejemplo las intervenciones anteriormente descritas, tenemos que llevar a cabo una intervención

programada y cooperativa con el centro educativo y con las familias; de tal modo que se logre cambiar la situación actual de conflictos en el aula y problemas emocionales en nuestros alumnos.

Tabla 2

Síntesis de estudios revisados sobre los programas de intervención en educación emocional

Estudio	Muestra y características	Aspectos estudiados	Instrumentos utilizados	Programa de intervención	Resultados	Limitaciones del estudio	Perspectivas futuras para superar las limitaciones
Aguaded, M^a C. y Pantoja, M^a J. (2015).	Dos colegios: 1º: infantil (3-5 años) y una clase de 3º primaria. 2º: 2º, 3º, 4º de Primaria.	Prevenir problemas y disfunciones en las aulas desde Educación Infantil trabajando con las inteligencias intra e interpersonal.	Observación directa y Sistemática, registros anecdóticos, diario de clase, cuestionarios a tutores, familias y alumnos y reuniones.	Programa de Inteligencia Emocional incluyendo a los ACNEAE. 2 proyectos adaptados a infantil y primaria.	En infantil se han familiarizado con el lenguaje de educación emocional. En primaria utilizan el lenguaje para solucionar sus conflictos.	El poco tiempo para conseguir mejores resultados.	Trabajar desde los 3 años la inteligencia intra e interpersonal para que así en primaria, no tuviese lugar tantos conflictos entre los alumnos.
(Lizano, P.K. y Umaña, V.M., 2008).	25 niños y niñas de 5 y 6 años, en 32 sesiones de trabajo.	Presentar los resultados obtenidos de la propuesta: estimular las capacidades o habilidades de las inteligencias	La observación, la entrevista a padres y madres de familia, un cuestionario para docentes y una autoevaluación	Propuesta curricular formada por varias sesiones trabajando todas las inteligencias múltiples.	Mejores resultados tras la intervención. Preferencia de los niños en trabajar las actividades lógico-matemático, intra e interpersonal.	Los niños tuvieron mayores dificultades para desarrollar la inteligencia intrapersonal y las niñas la corporal-cinestésica.	La participación de los padres quienes muchos de ellos no tenían el suficiente conocimiento para estimular las ocho inteligencias en los alumnos.

Lozano, M.J y Vélez, O.E. (2009).	Escuela Infantil, aula de 2 años, compuesta por 15 niños/as (8 niños y 7 niñas).	Comprobar mejora en expresión emocional establecer relación en las habilidades sociales.	la	Observación sistemática del profesorado, anotaciones en su diario personal, grabaciones de voz, video y fotografías.	12 sesiones para trabajar las habilidades sociales y los sentimientos.	Se ha logrado la educación en las emociones a través de los juegos.	En los más pequeños predomina el juego paralelo y en los más mayores el juego simbólico. El enfado y la tristeza no se logró trabajar.	Para superar las limitaciones sociofamiliares y culturas, se propondrían sesiones con la familia.
Aguaded, G.M°. y Valencia, J. (2017).	48 alumnos de 5 años. 12 alumnos/as pertenecientes al grupo experimental y los otros dos como grupo control.	Fomentar inteligencia emocional a través del Modelo de Mayer y Salovey, y paliar la carencia de trabajo de emociones del profesorado en Educación Infantil.	la	Se utilizó la observación, el diario de clase y el registro anecdótico. Los registros de observación no a través de escalas de estimación. La rúbrica evaluativa durante todo el proceso.	El grupo experimental se le aplicó el programa formado por tres bloques: expresión, comprensión y regulación de emociones.	El grupo experimental fue capaz de expresar y entender sus emociones a diferencia del control. Ambos no superaron las actividades relacionadas con pautas de regulación emocional	El factor socioeconómico ha influido notablemente en este proyecto, dificultando el trabajo por parte del centro educativo.	Es necesario una formación del profesorado en la inteligencia emocional y colaboración con la familia a través de talleres, etc.

Cecilia, G. & García, M. (2008).	Muestra de 235 niños y 169 niñas de Medellín, entre 5 y 6 años de distintos estratos socioeconómicos	Investigación para establecer los estilos de interacción padres e hijos y su relación con el desarrollo emocional: autorregulación, empatía y comprensión emocional.	Escala de Identificación de Prácticas Educativas familiares y evaluación del desempeño emocional (alumnos).	de Estudio experimental transversal. Se estudiaron la existencia o no de las relaciones entre los estilos de interacción familiar y el desarrollo emocional infantil.	no El estilo autoritario es más frecuente con los niños que con las niñas. En cuanto a la prueba de regulación emocional se obtuvieron buenos porcentajes.	El nivel educativo de los padres, los géneros y los estratos.	Sería recomendable tener en cuenta las diferencias entre grupos poblacionales por género, estratos y nivel educativo.
Mestre, N.J., Guil, B.R., Martínez-Cabañas, R.F. y Larrán, E.C. (2011).	138 niños y niñas de la etapa infantil (3 a 6 años). Dos centros públicos y dos concertadas, teniendo estos últimos mayor nivel socioeconómico.	Evaluar la capacidad de los niños para percibir las emociones básicas y secundarias diferenciándose según la edad, sexo y centro escolar (nivel económico)	El instrumento utilizado fue PERVALEX (16 ítems). Formulario para los profesores y MANOVA.	Desarrollar las emociones en los niños y observar la repercusión que tiene al trabajar con ellas.	Las emociones secundarias no fueron detectadas a diferencia de las positivas.	No se puede concluir una relación entre las emociones y el tipo de centro ya que sólo se utilizaron dos centros.	Realizar la prueba en más colegios para establecer conclusiones más fiables.

5.PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

5.1 JUSTIFICACIÓN

Tras la revisión de estudios recientes, podemos comprobar la alta eficacia que tienen los programas de intervención en educación emocional en los niños desde los 2 años. Cabe destacar la importancia de disponer de los medios necesarios, así como la colaboración por parte del resto de los docentes y de las familias, para conseguir la felicidad plena en nuestros alumnos.

En este sentido, la siguiente programación de educación emocional está dirigida para niños de 4 años, no sólo en aquellas clases donde los conflictos sean más significativos, si no también, en las aulas más pacíficas, pero con niños con una pobre educación emocional. La propuesta está basada en el proyecto de innovación de Lozano y Vélez (2009). Los criterios de selección de dicha propuesta se sustentan, en primer lugar, porque se establecen secuencialmente las actividades, partiendo de la evaluación inicial, seguido del desarrollo de enseñanza-aprendizaje y de la evaluación final. Además, los niños son los encargados de establecer sus propias normas con los demás, favoreciendo así la inteligencia intra e interpersonal y, por otra parte, son actividades muy atractivas debido a la importancia que se le otorga a lo sensorial.

5.2 METODOLOGÍA

La propuesta está diseñada para llevarse a cabo durante el segundo cuatrimestre del 2º ciclo de Educación Infantil, es decir, para niños de 4 años. Consta de 15 actividades ordenadas cronológicamente, (comenzamos con actividades de evaluación inicial, seguidas de iniciación, luego desarrollo y finalmente de refuerzo), de este modo, es más probable que consigamos en nuestros alumnos un aprendizaje exitoso.

Para conseguirlo, las actividades presentadas se realizarán de forma flexible, es decir, siempre adaptándose a las necesidades de los niños.

Cabe destacar que, tanto el diseño de actividades (excepto la 1º, 2º y 15ª) como la metodología propuesta en este Trabajo de Fin de Grado, han sido planteadas por la autora de este. La experiencia adquirida en el Prácticum II (curso 2016-2017), ha sido de gran ayuda, pues con la tutora del centro/profesora del aula se realizó un trabajo en conjunto con el tema de las emociones.

En cuanto a la evaluación, será global, continúa y formativa. El maestro debe llevar a cabo la observación sistemática durante toda la propuesta de intervención, sobre todo, en la 2º, 3º y 15º actividad, donde recogerá, además, los comportamientos observados en un registro anecdótico. Así mismo, el profesor de aula dispondrá de fotografías (tomadas en las actividades) y trabajos escritos que ayudarán a la evaluación final trimestral.

5.3 TEMPORALIZACIÓN

Siguiendo el Calendario escolar de Castilla y León 2017-2018, esta propuesta de intervención tendría lugar durante el 2º trimestre (ver figura 5).

Como podemos observar en el siguiente calendario, los días marcados en rojo corresponde a las vacaciones escolares, por lo que el 2º trimestre comienza el día 8 de enero y finaliza el día 28 de marzo. Los días marcados en naranja, corresponde con los días no lectivos, siendo únicamente el 13 y 14 de febrero.

En cuanto a la temporalización de las 15 actividades, la primera sesión tendría lugar el 9 de enero y la última el día 6 de marzo. Tendría lugar los martes y jueves de cada mes, dos veces por semana.

Aunque la duración de la propuesta de intervención sea de enero a marzo, tras finalizarla, se seguirá reforzando con actividades similares hasta finalizar el curso.

Calendario académico Castilla y León curso 2017-2018

Enero

Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
1	2	3	4	5	6	7
8	9 1º Actividad	10	11 2º Actividad	12	13	14
15	16 3º Actividad	17	18 4º Actividad	19	20	21
22	23 5º Actividad	24	25 6º Actividad	26	27	28
29	30 7ª Actividad	31				

Febrero

Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
			1 8º Actividad	2	3	4
5	6 9º Actividad	7	8 10º Actividad	9	10	11

12	13	14	15	16	17	18
19	20 11 ^a Actividad	21	22 12 ^o Actividad	23	24	25
26	27 13 ^a Actividad	28				

Marzo

Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
			1 14 ^a Actividad	2	3	4
5	6 15 ^a Actividad	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

	Vacaciones escolares
	Días no lectivos

Figura 5. Educa.jcyl.es. (2018). *Portal de Educación de la Junta de Castilla y León - Calendario Escolar 2017/2018*. [online] Recuperado de: <http://www.educa.jcyl.es/es/calendario-escolar>

5.4 ACTIVIDADES

Orden que ocupa	1º actividad
Nombre	“cara de alegría, tristeza, enfado y miedo”
Tiempo	45 minutos
Organización	Individual
Tipo de actividad	Evaluación inicial
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Analizar en los niños las cuatro emociones básicas: alegría, tristeza, enfado y miedo. ✚ Identificar las emociones básicas en niños y adultos.
Contenidos	✚ Las emociones básicas.
Descripción	La profesora presentará al alumno de forma individual, ocho tarjetas con imágenes de niños y adultos expresando las emociones básicas. El niño tendrá que ser capaz de identificar aquellas que expresen lo mismo o sean iguales. La profesora irá anotando lo sucedido.
Materiales	Tarjetas con dibujos de emociones básicas y cuaderno del profesor
Imagen	 <p>The image displays two rows of four photographs each, illustrating basic emotions. The top row shows children: a boy laughing (joy), a boy with an open mouth and furrowed brows (anger), a boy with a sad expression (sadness), and a girl covering her mouth (fear). The bottom row shows adults: a woman smiling (joy), a man with a neutral expression (neutral), a man with a sad expression (sadness), and a woman with a wide-eyed, open-mouthed expression (fear).</p>

Orden que ocupa	2º actividad
Nombre	Rutinas diarias
Tiempo	Tres días
Organización	Individual

Tipo de actividad	Evaluación inicial																										
Objetivos específicos	✚ Analizar la actuación de los niños en los distintos escenarios del día.																										
Contenidos																											
Descripción	La profesora observará a lo largo de tres días las relaciones intra e interpersonales de los niños.																										
Materiales	Cuaderno para anotar las observaciones.																										
Imagen	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Ítems de evaluación</th> <th>Sí</th> <th>No</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Se mueve por distintas zonas</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Permanece cerca de la profesora</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Imita y repite</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Ayuda a los demás</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Expresa lo que siente</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Se relaciona indistintamente del sexo</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Se acerca a sus compañeros cuando tienen problemas emocionales</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>			Ítems de evaluación	Sí	No	Se mueve por distintas zonas			Permanece cerca de la profesora			Imita y repite			Ayuda a los demás			Expresa lo que siente			Se relaciona indistintamente del sexo			Se acerca a sus compañeros cuando tienen problemas emocionales		
Ítems de evaluación	Sí	No																									
Se mueve por distintas zonas																											
Permanece cerca de la profesora																											
Imita y repite																											
Ayuda a los demás																											
Expresa lo que siente																											
Se relaciona indistintamente del sexo																											
Se acerca a sus compañeros cuando tienen problemas emocionales																											

Orden que ocupa	3º actividad
Nombre	Actividades extraescolares
Tiempo	Las actividades extraescolares que hubiese durante el segundo cuatrimestre
Organización	Individual
Tipo de actividad	Evaluación inicial
Objetivos específicos	✓ Analizar las actuaciones de los niños en actividades fuera de

	la rutina diaria																		
Contenidos																			
Descripción	La profesora observará cómo actúa el niño ante actividades extraescolares como excursiones, visitas a clase, talleres, etc.																		
Materiales	Cuaderno para anotar las observaciones.																		
Imagen	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Ítem</th> <th>Si</th> <th>No</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Muestra interés por las actividades</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Expresa sus emociones a la profesora</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Expresa sus emociones con sus iguales</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Participa en las actividades</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Empatiza con las distintas situaciones</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Ítem	Si	No	Muestra interés por las actividades			Expresa sus emociones a la profesora			Expresa sus emociones con sus iguales			Participa en las actividades			Empatiza con las distintas situaciones		
Ítem	Si	No																	
Muestra interés por las actividades																			
Expresa sus emociones a la profesora																			
Expresa sus emociones con sus iguales																			
Participa en las actividades																			
Empatiza con las distintas situaciones																			

Orden que ocupa	4º actividad
Nombre	“pongo cara de alegría, tristeza, enfado y miedo”
Tiempo	20 minutos
Organización	Individualmente
Tipo de actividad	Iniciación
Objetivos específicos	✚ Gesticular las emociones básicas: alegría, enfado, tristeza y miedo
Contenidos	✚ Las emociones básicas
Descripción	La profesora pedirá al niño que ponga cara de enfado, miedo, alegría y tristeza. Para dejar constancia, irá tomando fotografías individualmente.

Materiales	Cámara de fotos
------------	-----------------

Orden que ocupa	5° actividad
Nombre	Cuento “la luna está llorando”
Tiempo	60 minutos repartidos en dos días (1° y 2° parte de la actividad)
Organización	Asamblea
Tipo de actividad	Desarrollo
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> + Empatizar con el protagonista del cuento + Verbalizar una situación vivida donde el niño haya sentido tristeza
Contenidos	+ La tristeza
Descripción	<p>Esta actividad se desarrollará en dos días, por lo tanto, consta de dos partes.</p> <p>En la primera de ellas, la profesora presentará en la asamblea a los niños el cuento, pero antes de iniciar su lectura, la maestra preguntará acerca del título, de qué material está hecho, si saben quién lo ha podido escribir, etc. A continuación, tras la escucha del cuento, se comentará entre todos cómo hubieran ayudado ellos a la luna para que no estuviera triste. Más tarde, individualmente dibujaremos un beso con el siguiente mensaje: “tristeza-beso”, que utilizaremos en la segunda parte de la actividad.</p>
Materiales	Cuento y dibujo del beso

Orden que ocupa	6° actividad
Nombre	“Te como a besos”
Tiempo	25 minutos
Organización	Asamblea
Tipo de actividad	Desarrollo

Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Expresar un momento que nos cause tristeza ✚ Aprender qué hacer cuando alguien está triste
Contenidos	✚ La tristeza
Descripción	<p>La profesora volverá a presentar el cuento “la luna está triste” y entre todos lo recordaremos.</p> <p>Más tarde, uno a uno, irá expresando cuándo se sienten tristes (previamente lo habrán meditado durante unos minutos en silencio, para crear un clima de calma se pondrá una vela como símbolo de silencio).</p> <p>Tras ello, el compañero de al lado le dará un beso en la mejilla y le pasará el dibujo del beso realizado anteriormente (se escogerá el dibujo del encargado del día) mientras dice la frase “te como a besos”, todo ello servirá para que aprendan qué pueden hacer cuando otra persona cuando está triste.</p>
Materiales	Un dibujo del beso

Orden que ocupa	7º actividad
Nombre	Poesía el vampiro
Tiempo	Tres días
Organización	Desarrollo
Tipo de actividad	Evaluación inicial
Objetivos específicos	✚ Analizar la actuación de los niños en los distintos escenarios del día.
Contenidos	✚ El miedo
Descripción	<p>En clase, con las luces apagadas, la maestra recitará la poesía para trabajar el miedo. Si se quisiera incrementar esta situación, la maestra puede poner música de miedo (siempre explicando a los niños que todo se trata de un juego). Luego, se repetirá varias veces la poesía para lograr su aprendizaje (se recitará en momentos como la salida a la fila o la llegada a clase). A continuación, cada niño dibujará con témperas de tonos oscuros sus miedos. Tras ello, se confeccionará un</p>

	libro de los miedos para que los próximos días, en grupos de cuatro niños explicarán a los demás sus dibujos.
Materiales	Témperas, papel, música

Orden que ocupa	8º actividad
Nombre	El fantasma come miedos
Tiempo	30 minutos
Organización	Asamblea
Tipo de actividad	Desarrollo
Objetivos específicos	✚ Aprender qué hacer cuando sentimos miedo.
Contenidos	✚ El miedo
Descripción	En asamblea, la maestra mostrará el libro de los miedos. Repartirá cada dibujo al autor correspondiente. La profesora planteará la siguiente pregunta: ¿y qué hacemos cuando tenemos miedo? ¿Qué cara ponemos?, a continuación, una vez aclaradas estas cuestiones, entre todos dibujaremos en papel continuo un fantasma que se va a comer todos nuestros miedos. Para ello, escribiremos en papelitos individuales escribiremos una frase con lo que más miedo nos da, para pegarlo en el fantasma.
Materiales	Dibujo del fantasma.

Orden que ocupa	9º actividad
Nombre	Canción “se amigos”
Tiempo	5 minutos
Organización	En gran grupo
Tipo de actividad	Desarrollo- refuerzo
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Reforzar el sentimiento de amistad ✚ Trabajar habilidades sociales ✚ Diferenciar la emoción del enfado

Contenidos	✚ La amistad
Descripción	<p>Antes del recreo, todos juntos nos daremos la mano para y bailar la canción “ser amigos”. Se repetirá un par de veces para que los niños aprendan la letra y los gestos de dicha emoción.</p> <p>Esta canción se utilizará tras resolver algún conflicto entre iguales en el aula, sirviendo de refuerzo para la amistad.</p>
Materiales	<p>Canción “ser amigos”</p> <p>“Ser amigos, ser amigos, es mejor, es mejor, que estar enfadados, que estar enfadados, sin razón, sin razón. Si hay motivos, si hay motivos, para pelear, para pelear, manos al bolsillo, manos al bolsillo, hay que hablar, hay que hablar.”</p>

Orden que ocupa	10º actividad
Nombre	Cuento “cuando estoy enfadado”
Tiempo	40 minutos
Organización	En pequeños grupos
Tipo de actividad	Desarrollo
Objetivos específicos	✚ Identificar en nosotros y en los demás el enfado
Contenidos	✚ El enfado
Descripción	<p>Tras la lectura del cuento “cuando estoy enfadado”, cada niño pensará una situación en la que se ha sentido enfadado, al igual que el protagonista del cuento.</p> <p>A continuación, en asamblea la profesora preguntará a algunos niños al azar cuándo se han sentido como el protagonista. Más tarde, en pequeños grupos, cada uno contarán al resto de su grupo cuándo se han sentido enfadados para finalmente, compartir su vivencia con toda la clase en una asamblea.</p> <p>Mientras tanto, la profesora anotará en una gran cartulina los miedos más comunes de cada uno. Finalmente, la profesora escribirá en la pizarra los miedos más comunes que tienen los alumnos, para que cada uno escoja uno y lo escriba en un papelito. Lo introduciremos en un botecito común de cristal para que no salgan nunca más.</p>

Materiales	Cuento, botecito de cristal, papel, cartulina y lápiz
------------	-------------------------------------------------------

Orden que ocupa	11° actividad
Nombre	Aprende a relajarte
Tiempo	25 minutos
Organización	En gran grupo, individual y por parejas
Tipo de actividad	Desarrollo
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Reconocer cualidades buenas de sus compañeros ✚ Expresar sus emociones a través de masajes con una pelota ✚ Sentir la música
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Expresión corporal ✚ La relajación
Descripción	<p>En la sala de psicomotricidad, en un gran círculo cogidos de la mano, cada niño irá pasando la pelota a un compañero y tendrá que decir algo bueno de él. Una vez que todos han participado, en este caso individualmente, y con música relajante de fondo, cada niño con una pelota pequeña se hará masajes así mismo, ya sea tumbado o de pie. A continuación, se hará lo mismo, pero por parejas. Finalmente, nos volveremos a reunir en gran grupo y pondremos en común lo que hemos sentido en las tres actividades, cuál nos ha gustado más o menos y por qué.</p>
Materiales	Pelota grande, pelota pequeña y música

Orden que ocupa	12° actividad
Nombre	Confío en mi compañero
Tiempo	40 minutos
Organización	Por parejas e individual
Tipo de actividad	Refuerzo
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Confiar en mi compañero

	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Ser capaz de verbalizar los sentimientos experimentados a través del tacto ✚ Plasmar en un dibujo mis sentimientos y emociones
Contenidos	✚ Los sentimientos a través del tacto
Descripción	<p>Esta actividad tendrá lugar en el arenero. Por parejas, uno de ellos se vendará los ojos y el otro le guiará hasta un árbol. El compañero le hará preguntas tales como: ¿Qué sientes? ¿te gusta? ¿te da miedo? Etc. A continuación, haremos lo mismo, pero en este caso, las parejas estarán sentadas en la arena, tocándola e introduciendo las manos en ella. Se intercambiarán los roles. Una vez finalizada, nos sentaremos todos en círculo para hablar de lo que hemos sentido.</p> <p>Para finalizar, individualmente y en clase, plasmarán sus emociones vividas en un dibujo utilizando elementos que han tocado como: pequeñas cortezas de los árboles, hojas, un poco de arena (será proporcionada por la profesora a cada uno cuando éste lo pida), etc.</p>
Materiales	Hojas, pinturas, hojas de árboles, cortezas y un poco de arena.

Orden que ocupa	13º actividad
Nombre	El mejor paracaídas
Tiempo	40 minutos
Organización	Por parejas e individual
Tipo de actividad	Refuerzo
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Colaborar con los compañeros ✚ Disfrutar del juego ✚ Recordar las emociones trabajadas
Contenidos	✚ Coordinación en equipo
Descripción	<p>Iremos a la sala de psicomotricidad, donde habrá un gran paracaídas. Antes de iniciar la actividad, la maestra preguntará si saben qué es, para qué puede ser, de qué material es, etc. A continuación, se harán varios juegos.</p> <p>El primero de ellos consistirá en, colocarnos alrededor del paracaídas</p>

	<p>sujetándolo y cuando la maestra diga uno de las cuatro emociones básicas trabajadas, por ejemplo: hoy me siento...¡enfadado!, todos tendrán que mover el paracaídas rápido; hoy me siento...¡contenta!, todos agitarán suavemente el paracaídas.</p> <p>En el segundo, tendremos que mover entre todos un balón con el paracaídas.</p>
Materiales	Balón y un paracaídas

Orden que ocupa	14º actividad
Nombre	El juego de las máscaras
Tiempo	15 minutos
Organización	En gran grupo
Tipo de actividad	Refuerzo
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Reconocer las cualidades de sus compañeros ✚ Trabajar en equipo
Contenidos	✚ La empatía
Descripción	<p>En gran grupo, jugaremos con unas máscaras elaboradas con las fotografías tomadas en la sesión 2 sujetas a un palo. Uno a uno irá saliendo, la profesora le dará una máscara sin que el niño sepa cuál es. Éste se la pondrá a modo de máscara y tendrá que hacer preguntas a sus compañeros tales como: ¿Qué me pone contento?, ¿Qué no me gusta hacer?, ¿Con quién suelo jugar?, etc., hasta que adivine de qué compañero se trata.</p>
Materiales	Máscaras

Orden que ocupa	15º actividad
Nombre	“Evaluación cara de alegría, tristeza, enfado y miedo”
Tiempo	45 minutos
Organización	En gran grupo

Tipo de actividad	Refuerzo
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Comprobar si nuestros alumnos son capaces de reconocer las cuatro emociones básicas: alegría, tristeza, enfado y miedo. ✚ Evaluar la lectura de emociones en tarjetas
Contenidos	✚ Las emociones básicas
Descripción	Esta actividad es la misma que la sesión 1, siendo ahora la evaluación final, donde vamos a comparar los avances realizados. Si hemos observado en la actividad 1 que todos han sabido reconocer todas las emociones, esta evaluación se hará con tarjetas que muestren emociones, pero de forma más complicada.
Materiales	Tarjetas con dibujos de emociones básicas y cuaderno del profesor

5.5 EJEMPLO DE APLICACIÓN

Durante el Prácticum II, realizado el curso anterior, año 2016-2017 en el Colegio Público Nuestra Señora del Villar, en Laguna de Duero (Valladolid), se ejecutaron varios proyectos, entre ellos, las emociones.

Actividades desarrolladas:

Tuvo lugar durante cinco semanas, cuatro días a la semana tras el recreo. El hilo conductor para aprender a identificar y expresar las emociones básicas fue el cuento *El monstruo de los colores*. A partir de él, cada semana trabajábamos con una emoción: tristeza, alegría, calma, rabia, miedo y el amor.

Los lunes, tras el recreo, realizábamos una rutina de pensamiento. Tenía lugar en la asamblea, sacábamos una vela, un folio para apuntar y si fuese oportuno, música para acompañar a dicha emoción. Cada niño tenía que ser capaz de pensar en una situación en la que sintiera dicha emoción, para más tarde contársela a sus compañeros. A continuación, se verbalizaba acerca de cuándo nosotros veíamos que alguien se sentía

así, que gestos hacía, que cosas había que hacer y cosas no había que hacer para sentirse así.

Los demás días trabajábamos con ella realizando juegos manipulativos (ver fotografía: *Qué cosas sí se pueden hacer y cuáles no.*).

El último día, el viernes, era la fiesta de esa emoción, donde todos los niños presentaban al resto de la clase a su marioneta y expresaban mediante un baile como se sentía ante dicha emoción. Más tarde, entre todos, pintábamos del color correspondiente al monstruo de los colores en papel continuo con témpera para ponerlo en el pasillo del colegio.

Para trabajar el miedo, me pareció muy oportuno llevar un fantasma llamado *Come Miedos*. Cada niño escribió algo que le diera miedo y le pegamos junto a él para que nunca más volvieran nuestros miedos.

Actividades de evaluación:

En cuanto al proceso de evaluación, se llevó a cabo de manera conjunta con la tutora del aula. El principal instrumento de evaluación fue la observación directa, la cual nos servía para evaluar a cada niño en distintos contextos y durante toda la jornada escolar. Para dejar constancia de lo observado, todos los días anotábamos en un diario personal aquellas pautas observadas más significativas de los niños, que pudieran ayudarnos a mejorar su aprendizaje. También, evaluábamos las fichas y trabajos realizados por los alumnos. Del mismo modo, las fotografías tomadas la profesora de aula servía para percatarnos de la actitud colaborativa o no de los niños ante las actividades.

Como **evaluación final**, al terminar cada trimestre hacíamos distintos ejercicios (individual o en la asamblea) como la lectura de palabras o sumas en fichas, las cuales

nos servían para dejar para rellenar la hoja de evaluación. En ella, estaban expuestos distintos objetivos que tenía que ser capaz de conseguir el alumno al final de cada trimestre, y la profesora anotaba si había sido capaz de conseguirlo, estaba en proceso o aún no.

En cuanto a los **resultados obtenidos** durante el proyecto de las emociones, destacamos el disfrute y la participación que se logró por parte de la clase. Así, la resolución de conflictos y el compañerismo se fueron reforzando todos los días después de la aplicación del proyecto las emociones. Todos los niños lograron alcanzar los objetivos logrados.

Como **perspectivas futuras**, destacamos la ampliación del tiempo de intervención para reforzar y ampliar los conocimientos adquiridos. A continuación, mostramos algunas fotos del trabajo realizado en el aula:

Fiesta de la alegría.



Qué cosas sí se pueden hacer y cuáles no.



El monstruo de los colores



Monstruo verde: la calma.



6. CONCLUSIONES

Para reflexionar acerca del TFG desarrollado, hay que mencionar que he logrado conocer más en profundidad acerca de las emociones en Educación Infantil, documentándome en diversos libros, artículos, revistas, tanto físicas como digitales.

Durante todo el proceso de búsqueda de información, he topado con información contradictoria, especialmente, en cuanto a las fechas de distintos autores. Ante esta situación, he acudido a mi tutora del TFG, Deilis Ivonne Pacheco-Sanz, quien me ha dirigido y ayudado en todo momento, proporcionándome el material necesario para resolver mis dudas.

En el transcurso de la investigación para el desarrollo del marco teórico, topamos con enfoques parecidos, la educación emocional debe tener tanta importancia como las demás áreas académicas. Pero las limitaciones económicas, familiares, sociales, etc., impiden avanzar en el desarrollo de las emociones infantiles, tal y como lo muestran las intervenciones de Lozano y Vélez (2009), quienes se encontraron con limitaciones familiares puesto que no tenían conocimiento sobre ello, y las doctoras

Cinta y Valencia (2017), quiénes tuvieron restricciones económicas impidiendo mejorar su intervención en el aula.

A pesar de estas limitaciones, tras la investigación realizada, puedo concluir que la aplicación de distintos proyectos de educación emocional en infantil y primaria, provoca en todos los casos resultados favorables.

Una de las aplicaciones que he realizado en educación emocional, fue durante mi intervención en el aula durante el Prácticum II. Mi profesora de aula y yo, obtuvimos en los alumnos mejores resultados en cuanto a la expresión y reconocimiento de las emociones, especialmente en las básicas. Por consiguiente, fueron capaces de controlarlas y saber qué hacer ante diferentes situaciones, tanto si le ocurría a alguien de su círculo más cercano.

En cuanto a las limitaciones de este trabajo, uno de los apartados que me ha resultado más complicado de comprender y posteriormente, redactar, ha sido la fundamentación teórica. Me he encontrado con mucha información de distintos enfoques, donde yo he tenido que seleccionar de distintas fuentes la información y sintetizarla para posteriormente, redactarla cronológicamente.

En cuanto a los apartados donde he podido plasmar mi creatividad, ha sido en la propuesta de intervención. En ella, he disfrutado mucho porque gracias a las prácticas que he podido realizar durante mi Grado en Educación Infantil, he podido basarme en algunas actividades que ya había realizado y las he diseñado mejorándolas.

Como perspectivas futuras, me gustaría que mi propuesta de intervención se llevara a cabo en el aula, siempre adaptada al contexto educativo correspondiente. También, espero que este trabajo aliente a otros docentes a introducir las emociones en

el aula. Por último, me cabe esperar que los conocimientos adquiridos me sirvan para mi futura docencia.

Para concluir mi trabajo, me he sentido muy cómoda y motivada durante todo el recorrido que conlleva hacer un Trabajo de Fin de Grado y, por tanto, estoy satisfecha del resultado final.

7. LISTADO DE REFERENCIAS

- Aguaded, G.M^o. y Valencia, J. (2015). Innovar desde un proyecto educativo de inteligencia emocional en primaria e infantil. *Tendencias Pedagógicas*. Recuperado a partir de https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/668043/TP_26_6.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Antunes, C. (2016), *Estimular las inteligencias Múltiples, qué son, cómo se manifiestan y cómo funcionan*. España, Madrid: Papirus.
- Bisquerra, R. (2011), *Educación Emocional, propuestas para educadores y familias*. España, Bilbao: Desclée de Brower.
- Carrillo E., y López A. (2014). La teoría de las inteligencias múltiples en la enseñanza de las lenguas. *Contextos educativos*, (17), 79-89. Recuperado a partir de: <https://publicaciones.unirioja.es/ojs/index.php/contextos/article/view/2594/2413>
- Del pino, J.M^o., Gómez, E., Moreno, S., Gálvez, G. y Mula, J.F. (2014). *Apunts. Educación física y deportes*. Recuperado a partir de <http://www.raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/300138/389605>
- Díaz, J. (2018). *Jerarquía de las Emociones básicas*. [online] Recursosyhabilidades.com. Recuperado de: <https://www.recursosyhabilidades.com/blog/jerarquia-de-las-emociones-basicas-.html>

- Educa.jcyl.es. (2018). *Portal de Educación de la Junta de Castilla y León - Calendario Escolar 2017/2018*. [online] Recuperado de:
<http://www.educa.jcyl.es/es/calendario-escolar>
- Fernández, A., y Mihura, D. (2015). Inteligencias Múltiples. *Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, (4), 6-17. Recuperado a partir de:
http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/11632/Inteligencias_multiple_s.pdf?sequence=2
- Fernández-Berrocal, P., y Extremera N. (2009). La inteligencia emocional y el estudio de la felicidad, *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 66 (23,3), 85-108. Recuperado a partir de:
http://emotional.intelligence.uma.es/documentos/PDF35estudio_felicidad.pdf
- García, J. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista Educación*, 36 (1), 1-24. Recuperado a partir de:
<http://www.redalyc.org/pdf/440/44023984007.pdf>
- Gardner, H. (2016), *Inteligencias múltiples, la teoría en la práctica*, España, Barcelona: Paidós.
- Gobierno de Navarra (2018). *Yoga para la prevención del estrés* (plan de formación). Departamento de Educación, Pamplona/Iruña, España.
- González, D. (2014). Inteligencias múltiples y dificultades de aprendizaje. *Padres y Mestros*. Recuperado a partir de
<https://revistas.upcomillas.es/index.php/padresymaestros/article/viewFile/3291/3102>
- Henao, G., García y M^o.C. (2009). Interacción familiar y desarrollo emocional en niños y niñas. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 7 (2), 785-802. Recuperado a partir de:
<http://www.redalyc.org/pdf/773/77315614009.pdf>
- Horch, M. (2008). Educar en competencias. *Cuadernos de pedagogía*. (376), 66-68. Recuperado a partir de:
http://cmapspublic3.ihmc.us/rid%3D1226483170338_730638325_7300/educare_ncompetencias.pdf

- Lizano, K. y Umañana, M. (2008). La teoría de las inteligencias múltiples en la práctica docente en educación preescolar. *Revista Educare*, 12 (1), 135-149. Recuperado a partir de: <http://www.redalyc.org/pdf/1941/194114582017.pdf>
- Lozano, J., y Vélez, E. (2009). *La educación de emociones básicas en niños y niñas de dos años* (proyecto de innovación). Universidad de Murcia, Escuela Infantil Beniaján, Murcia, España. Recuperado a partir de: <http://www.um.es/documents/299436/550133/VELEZ+ORTIZ,+ELENA+y+LOZANO+MARTINEZ,+JOSEFINA.pdf>
- Luca, S. L. de. (2004). El docente y las inteligencias múltiples. *Revista Iberoamericana De Educación*. Recuperado a partir de <https://rieoei.org/RIE/article/view/2884>
- Martínez, E., y Díaz, D. (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educación y Educadores*, 10 (2), 11-22. Recuperado a partir de: <http://www.redalyc.org/pdf/834/83410203.pdf>
- Mestre, N., Guil, R., Martínez-Cabañas, F., Larrán, C. y González, G. (2011). Validación de una prueba para evaluar la capacidad de percibir, expresar y valorar emociones en niños de la etapa de infantil. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 14 (3), 37-54. Recuperado a partir de: http://www.aufop.com/aufop/uploaded_files/articulos/1324675344.pdf
- Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33 (2), 171-190. Recuperado a partir de: <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/view/511/527>
- Raquel, (2018). La UNESCO y la educación encierra un tesoro. [online] Lahuelladeraquel.blogspot.com.es. Recuperado de: <http://lahuelladeraquel.blogspot.com.es/2013/11/la-unesco-y-la-educacion-encierra-un.html>
- Rodríguez, M. (2013). La inteligencia emocional. *Revista de Claseshistoria*, (377). Recuperado a partir de: <http://www.claseshistoria.com/revista/2013/articulos/fernandez-inteligencia-emocional.pdf>

Suárez, J., Maiz, F. y Meza, M. (2010). Inteligencias múltiples: una innovación pedagógica para potenciar el proceso enseñanza aprendizaje. *Investigación y Postgrado*, 25(1), 81-94. Recuperado de:
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=65822264005>