



FACULTAD DE EDUCACIÓN DE PALENCIA
UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

**EL TRABAJO DE LAS EMOCIONES BÁSICAS A
TRAVÉS DE LA EXPRESIÓN CORPORAL.
DISEÑO DE UNA PROPUESTA DIDÁCTICA PARA
EL PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN INFANTIL**

TRABAJO FIN DE GRADO
EN EDUCACIÓN INFANTIL

AUTOR/A: Estela Martínez Luengo

TUTOR/A: Francisco Abardía Colás

Palencia, Junio 2016

RESUMEN

El desarrollo de este Trabajo Fin de Grado tiene como propósito mostrar la importancia de las emociones básicas en Educación Infantil. Constituyendo esto el tema central junto con la expresión corporal de las mismas. Por lo tanto, se abordan aspectos de comunicación no verbal y se toma el cuerpo como principal medio para su desarrollo. Además, se encuentra el proceso de formación de emociones, una clasificación para determinar emociones básicas, y por último, su expresión corporal.

El diseño de una propuesta didáctica en este documento pone de manifiesto las bases teóricas trabajadas, es decir, se encuentra una metodología basada en la fijación de la expresión corporal como principal fuente de comunicación de emociones. De tal manera que aparecerá un autoconocimiento corporal para mostrar la emoción requerida, y también, entenderla como observador.

Palabras clave: Emociones básicas, expresión corporal, comunicación, cuerpo y educación infantil.

ÍNDICE

1. Introducción.....	5
2. Objetivos.....	6
2.1. Objetivos del Título Grado en Educación Infantil.....	6
2.2. Objetivos específicos del trabajo fin de grado.....	6
3. Justificación.....	8
3.1. Importancia de las emociones a través de la expresión corporal.....	8
3.2. Relación con las competencias del título.....	9
4. Fundamentación teórica.....	12
4.1. Alcanzando la definición de emoción. Relación con los sentimientos.....	12
4.2. Adquisición y desarrollo de emociones. La infancia como etapa destacable.....	14
4.3. Las emociones básicas y su clasificación.....	16
4.3.1. Clasificación de emociones según diversos criterios...	16
4.3.2. Clasificación experiencial. Punto de vista.....	18
4.4. La expresión corporal de las emociones en Educación Infantil.....	20
4.4.1. El cuerpo: comunicación no verbal.....	23
4.4.1.1. Principales aspectos de la comunicación no verbal.	25
5. Metodología o diseño.....	27
5.1. Principios metodológicos.....	28
5.2. Análisis: Programación didáctica.....	28
5.2.1. Justificación.....	28
5.2.2. Contexto.....	29
5.2.3. Descripción de la propuesta.....	30
5.2.4. Relación con el currículo.....	30

•	Objetivos.....	30
•	Contenidos.....	32
5.2.5.	Metodología.....	33
•	Tiempo.....	33
•	Espacio.....	33
•	Recursos.....	33
•	Agrupamientos.....	34
•	Colaboración con las familias.....	34
5.2.6.	Secuenciación de actividades.....	34
•	Sesión 1.....	34
•	Sesión 2.....	34
•	Sesión 3.....	35
•	Sesión 4.....	35
•	Sesión 5.....	35
•	Sesión 6.....	36
•	Sesión 7.....	36
•	Sesión 8.....	36
•	Sesión 9.....	36
•	Sesión 10.....	37
5.2.7.	Adaptaciones para alumnado con NEE.....	37
5.2.8.	Evaluación.....	38
•	Valoración de la programación didáctica.....	38
•	Consideraciones de evaluación.....	39
6.	Conclusiones.....	41
7.	Líneas futuras de trabajo.....	42
8.	Agradecimientos.....	43
9.	Bibliografía.....	44
10.	Anexos.....	47

- Anexo 1: Sesiones de la propuesta didáctica.....47
- Anexo 2: Cuento “La sopa de Don Nicanor”61

1. INTRODUCCIÓN

El documento que se presenta a continuación corresponde con el Trabajo Fin de Grado elaborado para concluir el Grado de Educación Infantil en la mención Expresión y Comunicación Artística y Corporal.

El desarrollo llevado a cabo en las siguientes páginas trata de constatar la importancia que tienen las emociones en Educación Infantil y su expresión corporal, de manera que en el proceso de enseñanza- aprendizaje se cubra tanto la dimensión cognitiva y emocional como la corporal.

En primer lugar, encontramos una justificación del tema a tratar, argumentando la importancia del mismo y el interés que llevó a su elección. Seguidamente, encontramos los objetivos desarrollados para la realización del presente documento, entendiendo los mismos como futuras metas en la realización del trabajo.

Por otro lado, la exposición del tema en una fundamentación teórica confiere mencionar una búsqueda documental en la que argumentar los criterios expuestos. La distinción de la misma en varios apartados confiere un entendimiento progresivo del tema, así como, un reflejo en cada uno mostrando la expresión corporal de las emociones como eje principal de desarrollo evolutivo en el niño. Del mismo modo, entendiendo el cuerpo como medio de comunicación en el progreso de la existencia personal y el único en el primer año de vida.

En segundo lugar, la realización de una propuesta didáctica para el primer ciclo de Educación Infantil permite demostrar el trabajo realizado, así como, conocer los resultados de la misma.

Por último, encontramos en el presente documento las conclusiones y resultados obtenidos, así como, el listado bibliográfico consultado.

2. OBJETIVOS

2.1. OBJETIVOS DEL TÍTULO DE GRADO EN EDUCACIÓN INFANTIL.

El objetivo fundamental del título es formar profesionales con capacidad para la atención educativa directa a los niños y niñas del primer ciclo de educación infantil y para la elaboración y seguimiento de la propuesta pedagógica a la que hace referencia el artículo 14 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación y para impartir el segundo ciclo de educación infantil. Es objetivo del título lograr en estos profesionales habilitados para el ejercicio de la profesión regulada de Maestro en Educación Infantil, la capacitación adecuada para afrontar los retos del sistema educativo y adaptar las enseñanzas a las nuevas necesidades formativas y para realizar sus funciones bajo el principio de colaboración y trabajo en equipo. Además, es requisito a cumplir para obtener dicho título cumplir con el plan de estudios, el cual conlleva la realización de un Trabajo Fin de Grado.

Estos profesionales han de conocer los objetivos, contenidos curriculares y criterios de evaluación de la Educación Infantil y desarrollar estrategias didácticas tanto para promover y facilitar los aprendizajes en la primera infancia, desde una perspectiva globalizadora e integradora de las diferentes dimensiones cognitiva, emocional, psicomotora y volitiva, como para diseñar y regular espacios y situaciones de aprendizaje en contextos de diversidad que atiendan a las singulares necesidades educativas de los estudiantes, a la igualdad de género, a la equidad y al respeto a los derechos humanos.

2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL TRABAJO DE FIN DE GRADO.

El presente Trabajo de Fin de Grado trata de justificar la elección de un tema concreto basándose en una serie de objetivos para desarrollar el mismo con mayor éxito.

Según Arias (2006), un objetivo es el fin concreto de la investigación en correspondencia directa con la formulación del problema.

Bajo esta definición trato de plantear la meta a la que pretendo llegar en el tema elegido. Por ello, los objetivos formulados son:

- Reflejar y aplicar los conocimientos obtenidos a lo largo de estos cuatro años de formación académica, centrándome en el tema elegido.

- Dar a conocer la importancia de las emociones en Educación Infantil, y conceder la expresión corporal como principal fuente de conocimiento, reflejo y emisión de la misma.

- Definir y valorar el cuerpo como principal medio de expresión emocional.

- Diseñar una programación didáctica de educación corporal, con actividades realizadas tomando como centro la educación emocional.

- Demandar la necesidad y búsqueda en otros autores que reflejen la relevancia que posee el tema propuesto para contribuir en mi intervención.

3. JUSTIFICACIÓN

El proyecto a presentar está orientado para explicar desde dos epígrafes trascendentales la elección del tema, tanto a nivel personal como social, y la relación existente con las competencias adquiridas en la preparación del Grado de Educación Infantil.

El título “El trabajo de las emociones básicas a través de la expresión corporal. Diseño de una propuesta didáctica para el primer ciclo de Educación Infantil” tiene como principal objetivo estudiar la transmisión de emociones a través del cuerpo y su importancia en el ámbito educativo, que desde la mención de Expresión y Comunicación Artística y Corporal se puede aprender.

3.1. IMPORTANCIA DE LAS EMOCIONES A TRAVÉS DE LA EXPRESIÓN CORPORAL

La elección del tema a presentar con el título “El trabajo de las emociones básicas a través de la expresión corporal. Diseño de una propuesta didáctica para el primer ciclo de Educación Infantil” debe su importancia a que las emociones forman parte del proceso educativo de los niños y niñas.

La presencia de diferentes emociones en el ámbito escolar incorpora en el alumnado un conocimiento de sí mismo y de las personas que les rodean, para lo cual, se requiere un trabajo de expresión y entendimiento. No obstante, podría considerarse como una llamada de atención para ser conscientes de que es preciso formar un conocimiento integral del alumnado para minimizar o evitar la toma de decisiones erróneas.

Según Lapierre y Aucouturier (1985, pp.127) “la enseñanza actual se focaliza toda la atención sobre los procesos conscientes, y los procesos inconscientes rara vez son tenidos en cuenta. Son estos, sin embargo, los que nos parece tienen una mayor importancia en el resultado real y duradero de la educación”

Por ello, las emociones como procesos inconscientes son consideradas como un aspecto fundamental a tratar desde la primera infancia ya que permitirán un conocimiento favorecedor a nivel cognitivo y afectivo.

Por otro lado, como centro de emisión y recepción de emociones y sensaciones tenemos el propio cuerpo. Su expresión supone un conocimiento de la que es innecesaria, en muchos casos, la comunicación verbal. Es a partir, de este centro donde el ser humano comienza a relacionar situaciones y adquirir un autoconocimiento de lo que realmente somos. Como etapa más cercana al nacimiento encontramos la Educación Infantil, y por tanto, la primera donde absorbemos los primeros aprendizajes.

Como aproximación al tema considero:

“Entender el cuerpo como vehículo de nuestra presencia en el mundo. No solo como una asociación de huesos, músculos, ligamentos y articulaciones; ni sólo como una asociación de contracciones o impulsos nerviosos; ni únicamente como un instrumento que nos sirve para medir, calibrar y procesar la información; ni tan siquiera simplemente como referencia espacial y temporal. El cuerpo es algo más: es el lugar desde el que vivimos la afectividad, emoción y el deseo; el primer medio de comunicación con otro ser humano, el que precede y prepara las otras formas de comunicación, en particular el lenguaje” (Centro Educación Especial Gloria Fuertes, 1995)

Por lo tanto, la importancia del tema a presentar radica en la formación y transmisión de emociones integrando a su vez dimensiones cognitivas con aspectos afectivo-emocionales del alumnado y la expresión corporal de las mismas. Con ello, el sistema educativo, pretende abarcar diferentes ámbitos (familia, escuela y tiempo libre) como parte de una educación regular (Goleman, 1997; Valles y Vallés, 2000).

3.2. RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS DEL TÍTULO

-Competencias generales

Los futuros maestros del Título de Grado Maestro en Educación Infantil deben adquirir durante sus estudios una serie de competencias generales.

Se entiende por competencia profesional la capacidad de aplicar en condiciones operativas y conforme al nivel requerido las destrezas, conocimientos y actitudes adquiridas por la formación de la experiencia profesional, al realizar las actividades de una ocupación, incluidas las posibles nuevas situaciones que puedan surgir en el área profesional y ocupaciones afines (Guerrero, C. 2005).

Fundamentándome en las competencias que otorga la Universidad de Valladolid en el Título de Grado Maestro en Educación Infantil, el presente Trabajo de Fin de Grado responde a demostrar conocimientos del área de estudio de educación, aplicar conocimientos de forma profesional y con competencia de argumentar la defensa y resolución de problemas dentro de esta área. Asimismo, poseer la capacidad de reunir e interpretar datos esenciales que deriven en un juicio con una reflexión con índole social, científica o ética, y con coherente destreza a la hora de transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.

Del mismo modo, es necesario desarrollar habilidades para emprender estudios superiores con un alto grado de autonomía, y compromiso ético a la hora de evolucionar como profesional.

-Competencias específicas

La realización del Trabajo de Fin Grado del Título de Grado Maestro en Educación Infantil debe registrar una serie de competencias específicas para otorgar el título mencionado. Serán exigibles las siguientes competencias que aparecen organizadas en módulos y materias en la ORDEN ECI/3854/2007, de 27 de diciembre, que regula el Título de Maestro en Educación Infantil.

A. De Formación básica:

- Conocer los desarrollos de la psicología evolutiva de la infancia en los periodos 0-3 y 3-6.
- Capacidad para saber promover la adquisición de hábitos en torno a la autonomía, la libertad, la curiosidad, la observación, la experimentación, la imitación, la aceptación de normas y de límites, el juego simbólico y heurístico
- Conocer la dimensión pedagógica de la interacción con los iguales y los adultos y saber promover la participación en actividades colectivas, el trabajo cooperativo y el esfuerzo individual.
- Capacidad para saber detectar carencias afectivas, alimenticias y de bienestar que perturben el desarrollo físico y psíquico adecuado de los estudiantes.
- Capacidad para comprender que la observación sistemática es un instrumento básico para poder reflexionar sobre la práctica y la realidad, así como contribuir a la innovación y a la mejora en educación infantil.

B. Didáctica disciplinar

- Conocer las estrategias metodológicas para desarrollar nociones espaciales, geométricas y de desarrollo del pensamiento lógico.
- Ser capaces de elaborar propuestas didácticas en relación con la interacción ciencia, técnica, sociedad y desarrollo sostenible.
- Conocer la literatura infantil y desarrollar estrategias para el acercamiento de los niños y niñas al texto literario tanto oral como escrito.
- Conocer los fundamentos musicales, plásticos y de expresión corporal del currículo de la etapa infantil, así como las teorías sobre la adquisición y desarrollo de los aprendizajes correspondientes.
- Ser capaces de utilizar canciones, recursos y estrategias musicales para promover la educación auditiva, rítmica, vocal e instrumental en actividades infantiles individuales y colectivas.
- Conocer los fundamentos y ámbitos de actuación de las distintas formas de expresión artística.

C. Prácticum y Trabajo de Fin de Grado

- Adquirir conocimiento práctico del aula y de la gestión de la misma.
- Ser capaces de aplicar los procesos de interacción y comunicación en el aula, así como dominar las destrezas y habilidades sociales necesarias para fomentar un clima que facilite el aprendizaje y la convivencia. .
- Participar en la actividad docente y aprender a saber hacer, actuando y reflexionando desde la práctica, con la perspectiva de innovar y mejorar la labor docente.
- Participar en las propuestas de mejora en los distintos ámbitos de actuación que un centro pueda ofrecer.
- Adquirir hábitos y destrezas para el aprendizaje autónomo y cooperativo y promoverlo en el alumnado.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Para fundamentar la importancia de las emociones a través de la expresión corporal en Educación Infantil, se debe partir de los mismos autores que estudian las emociones y seguir sus pasos para comprender su aparición y expresión, de manera que se obtenga un aprendizaje concreto para abordar el diseño de la propuesta educativa.

Por este motivo, a continuación es desarrollado el punto más notable del documento, recogiendo todos los aspectos desarrollados en el tema.

4.1. ALCANZANDO LA DEFINICIÓN DE EMOCIÓN. RELACIÓN CON LOS SENTIMIENTOS

El tema a tratar es considerado como uno de los aspectos más demandados en el ámbito educativo (Ruano Arriagada, 2004), por ello, considero comenzar con su significado.

La designación de los procesos emocionales a diversos términos crea en muchos casos una controversia del mismo y, a su vez, una difícil definición. Son en las expresiones afecto y humor donde más polémica aparece. Por otra parte, son los sentimientos los que se conciben y relacionan con las emociones. La diferencia entre estos términos según Palmero, Guerrero, Gómez, Carpi y Goyareb (2011) es la siguiente:

- **Afecto:** El afecto tiene que ver con la preferencia, con el valor que tienen las diversas situaciones a las que se enfrenta el sujeto. Por lo tanto, podría considerarse al afecto como conducta que se aproxima a la satisfacción personal y se aleja de aquellas situaciones negativas o que provocan desagrado.
- **Humor:** El humor tiene que ver con el afecto, sin embargo, éste perdura un tiempo de forma positiva o negativa, en función de las experiencias personales vividas.
- **Sentimiento:** Los sentimientos hacen referencia a la consciencia de las emociones, es decir, aquello que perdura en el tiempo y que es producto de la evolución de las mismas, apareciendo sin esperarlo.

Considerando los anteriores como aspectos básicos del inicio definitivo de las emociones, propongo como significación regular a la misma el término emoción que según Levav (2005) la procedencia latina, *Emovere*, que significa molestar, mover, refiriéndose a la agitación del cerebro producida por ideas, recuerdos o sentimientos. Por otra parte, el origen de los sentimientos, también del latín, *Sentire*, significa sentir, considerando una sensación relacionada con los sentidos y con la agitación del cuerpo o la mente.

Para Palmero et al. (2011) la visión definitiva que conceden estos términos provoca su equivocación, o en su defecto, una otorgación imprecisa de su significado causada por el vínculo tan estrechamente relacionado. Sin embargo, es preciso mencionar que las emociones son anteriores a los sentimientos. Por ello, la existencia de la consciencia en las mismas.

De forma precisa, podríamos definir emoción como estado instantáneo que producen situaciones vividas, es decir, información proveniente tanto interna como externa al cuerpo e intensa, que define nuestra situación presente. Por ello, está relacionada con la personalidad individual de cada persona.

No obstante, la experiencia y análisis de diversos autores respecto al término es considerada entorno a diversas corrientes, como son: la psicología, filosofía, neurociencia, sociología, entre otras.

Según Lázarus y Lázarus (1994) las emociones engloban un estado emocional subjetivo, un impulso de actuación, variantes en el cuerpo que preparan y afrontan el desencadenante emocional y un lenguaje corporal que concede la emisión de las emociones a la sociedad. Es Garrido (2000) quien afirma que el desarrollo de la expresión emocional libera la habilidad para producirlas y reconocerlas en uno mismo y en los otros.

Por otra parte, Damasio y Ros (2006) consideran las emociones como “conjunto complejo de respuestas químicas y neuronales que forman un patrón distintivo, cuyas respuestas producidas por el cerebro normal detecta un estímulo emocionalmente competente, de tal manera que se desencadena una emoción”. Además, aclaran que el cerebro está preparado para conceder una evolución a las respuestas emocionales que aparecen a lo largo de las experiencias de la vida. El resultado de estas respuestas

ocasiona un cambio en el cuerpo y en el estado de las estructuras del cerebro, que son, el fundamento del mismo, dando lugar a “propiciar en el organismo la supervivencia y bienestar”.

No obstante, considerando mi punto de vista de forma educativa, en esta definición se encuentra el porqué de la importancia del trabajo expresivo-emocional desde la infancia, puesto que se genera una experiencia que promueve en cierta forma la inmunización de emociones.

Considerando estas definiciones como patrones de emoción, concluyo situando a Palmero et al. (2011) con una visión global y concreta de la misma, proponiendo la siguiente concepción: “Las emociones son procesos episódicos, que iniciadas por la presencia de algún estímulo o situación interna o externa, que ha sido evaluada y valorada como potencialmente capaz de producir un desequilibrio en el organismo, dan lugar a una serie de cambios o respuestas en los planos subjetivo, cognitivo, fisiológico y motor expresivo, tales cambios están íntimamente relacionados con el mantenimiento del equilibrio”.

4.2. ADQUISICIÓN Y DESARROLLO DE EMOCIONES. LA INFANCIA COMO ETAPA DESTACABLE.

El transcurso de investigaciones sobre la aparición de procesos emocionales ha llevado a cabo una evolución que ha proliferado como ejes principales en los enfoques neurobiológicos, conductistas y cognitivos. Además, como aspecto agregado a los mismos encontramos el contexto social (Alzina 2003).

Desde la orientación neurobiológica, Antoni y Zentner (2015) encuentran el desarrollo del cerebro como pilar central en la adquisición de emociones. La división del mismo en tres (cerebro reptiliano, cerebro límbico y neocórtex) permite entender de forma más sencilla las funciones y su intervención en el proceso emocional. El primero de ellos se considera como el más primitivo por encauzar respuestas de adaptación, y por lo tanto, en él no tiene lugar el desarrollo de emociones. A diferencia con el primero, en el cerebro límbico aparece la capacidad de sentir y expresar emociones. Sin embargo, es en el tercero cuando se toma conciencia del plano emocional.

Por otra parte, Goleman (1999) engloba varios procesos de formación de emociones distinguiendo, por un lado, el reconocimiento de estímulos del entorno y su manifestación en uno mismo, y por otro, la comprensión de dichas manifestaciones. Con ello se desarrolla la conciencia emocional, es decir, registrar las propias emociones y sus efectos.

Como complemento para entender adecuadamente el resultado anterior, es conveniente concebir que la adquisición de emociones venga vinculada a experiencias vividas desde que nacemos. Es a partir de las mismas que se inicia el desarrollo de estímulos.

El contacto recibido desde el nacimiento con la sociedad provoca el desarrollo de fuertes conductas emocionales. No obstante, en un principio se carece de control, son simples, intensas y volubles. Sin embargo, la educación y experiencia proporciona pautas para su distinción, comprensión y control.

Según Hurlock (1978) existen cinco formas de aprendizaje emocional que más influyen en el desarrollo infantil: *aprendizaje por ensayo y error* (es el más influyente en los primeros momentos), *aprendizaje por imitación* (se reproduce tanto la acción como la respuesta), *aprendizaje por identificación* (es una forma más influyente que la imitación, aunque sea similar), *aprendizaje por asociación* (aparece hacia el final de la etapa) y *aprendizaje por adiestramiento* (se encuentra un modo de respuesta culturalmente más acertada ante una emoción).

Por lo tanto, el proceso que se lleva a cabo para procesar una emoción es un largo camino que recorre un estímulo para llegar a un proceso neurofuncional condicionado por el entorno en el que nos encontramos. Además, como aspecto fundamental tenemos un perfil individual que también nos condiciona. Es decir, es evidente la existencia de una interacción entre procesos afectivos, sociales y cognitivos.

4.3. LAS EMOCIONES BÁSICAS Y SU CLASIFICACIÓN.

El desarrollo de las emociones confiere gran importancia en la vida del ser humano. Por ello, diversas investigaciones sugieren la clasificación de las mismas exponiendo razones congruentes.

Por una parte, la distinción de emociones se debe en gran medida al desarrollo individual, es decir, la relación existente entre posturas biológicas, psíquicas y físicas. No obstante, el progreso evolutivo del ser humano también ha permitido que aparezca un interés por demandar su clasificación.

La expresión “emociones básicas” se debe a Descartes, quien (1985), plantea la existencia de seis emociones básicas (felicidad, tristeza, amor, odio, deseo y admiración), justificando que a partir de las mismas se desarrollan el resto.

Por otra parte, como principal autor del que emanan diversos procesos emocionales encontramos a Darwin (1872/ 1984). Quien a partir de sus observaciones y experiencias confiere importancia a una clasificación emocional, derivando su aparición desde el nacimiento.

No obstante, propongo en los siguientes puntos una clasificación de emociones básicas, considerando opiniones de diversos autores, así como, observaciones y experiencias vividas en ambos prácticum.

4.3.1. Clasificación de emociones según diversos criterios.

El proceso emocional como parte vital en la evolución, y consecuentemente, actuación de las personas, posee una clasificación que engloba las emociones consideradas como básicas.

Los criterios que conforman dicha clasificación son la característica expresiva, la dimensión fisiológica y el proceso de valoración.

En primer lugar, la característica expresiva, encontrada en los trabajos de Darwin (1872/1965) y defendida por diversos autores, entre los que aparecen Plutchik (1991), el cual, preserva la universalidad de las emociones considerando la expresión facial de las mismas, y tomando como eje principal su carácter de adaptación, es decir, la relevancia que poseen en la escala filogenética.

En segundo lugar, la respuesta fisiológica trata de conocer cada manifestación particular de las emociones. Para ello, además, es necesario tener en cuenta procesos cerebrales y el sistema autonómico de cada persona. No obstante, diversas investigaciones han demostrado que conociendo los niveles de excitación y calma del sistema nervioso autónomo se diferencian las diferentes emociones. Sin embargo, en algunos casos es difícil, como por ejemplo, el temor y la rabia, que se deben comprobar las conexiones neuronales y la secreción de hormonas para diferenciarlas (Carlson y Hatfield, 1992).

Por último, el proceso de valoración es explicado por Stein y Trabasso (1992) tomando la funcionalidad que se asocia a la naturaleza de cada emoción, es decir, proponiendo un valor adaptativo a las emociones básicas particularmente. No obstante, concediendo una serie de objetivos centrales en el ser humano, independientemente de la cultura, encontramos una asociación a procesos de valoración, planificación y acción vinculados a la recuperación de dichos objetivos. Por lo tanto, las emociones básicas son reconocidas debido a que su proceso de valoración se encuentra en consonancia con objetivos centrales, ya mencionados.

Según los criterios citados, encontramos la siguiente tabla de emociones básicas:

Dimensión fisiológica	Características expresivas	Valoración
Ira	Alegría	Alegría
Miedo	Miedo	Miedo
Asco	Asco	Asco
Tristeza	Ira	Ira
	Tristeza	Tristeza
	(ocasionalmente, también sorpresa)	

Tabla de emociones básicas según diversos criterios (Palmero et al. 2011)

La consideración de sorpresa como una emoción básica más, se debe a que pueda tratarse de una *variable cognitiva* asociada a otra emoción, es decir, a manifestaciones motrices y expresivas de otra.

Entendiendo los anteriores criterios para enumerar emociones básicas, Palmero et al. (2011) en su libro *Manual de teorías emocionales y motivacionales*, consideran cinco de ellas: miedo, tristeza, ira, asco y alegría.

Por otro lado, generalmente, quienes aprueban la existencia de emociones básicas se basan en criterios relacionados con la adaptación y la evolución, es decir, criterios encontrados en el denominado anteriormente como característica expresiva. Otros, con criterios vinculados a ámbitos biológicos o psicológicos, es decir, relacionados con la dimensión fisiológica o en su defecto con los procesos de valoración. No obstante, es evidente que los estudios llevados a cabo para entender las emociones básicas son corroborados por alguno de los anteriormente mencionados o se encuentra una aproximación relevante.

Sin embargo, no por ello, las investigaciones realizadas comprueban que exactamente encontramos como básicas las emociones descritas en la tabla, siendo éstas, en ocasiones ampliadas. Por ejemplo, en el caso de Izard (1994) encontramos *el placer, la sorpresa, la tristeza, la ira, el asco, el desprecio y el miedo* como emociones básicas.

4.3.2. Clasificación experiencial. Punto de vista.

La descripción de emociones básicas plantea entender ciertas emociones de forma más destacable concibiendo las mismas con investigaciones para proyectar dicha cuestión.

Como se ha mencionado anteriormente, encontramos diversos criterios para dar lugar a una clasificación de emociones básicas. Del mismo modo, las respectivas opiniones, y en ocasiones, confrontados resultados entre autores, llevan a desarrollar diversas investigaciones con conclusiones congruentes. Con ello pretendo explicar, desde el punto de vista experiencial, una nueva clasificación.

Según los comportamientos observados en el prácticum II, considero las siguientes emociones como básicas: Alegría, cariño, curiosidad, empatía, enfado, impaciencia, miedo, tristeza y vergüenza.

Como criterios en los que apoyo mi elección encuentro varios, entre ellos, la aparición de las mismas de forma excesiva o deficitaria en el aula, considerando que su

trabajo lleve a tomar control, y otras, para evitar o solucionar algunos conflictos que puedan aparecer a lo largo de la jornada escolar. Por otra parte, con las emociones expuestas encontramos dos grupos, emociones positivas y emociones negativas.

No obstante, la elección de estas emociones radica en encontrar un nuevo criterio de clasificación. Por consiguiente, Harris (1992) diferencia dos rasgos que implican algunas de estas emociones, como es la vergüenza:

- Obtención de un resultado del que nos consideremos responsables.
- Obtención de un resultado que se encuentre dentro de las normas o patrones, es decir, no teniendo en cuenta únicamente a nosotros mismos.

Ambos criterios tienen que ver con la conducta tomada y aprendida en la sociedad, en definitiva, con el contexto encontrado.

Por otra parte, como criterio a exponer es la importancia de la imaginación en el desarrollo de emociones (Gállego y Gállego, 2004), por consiguiente, aparece un amplio repertorio de las mismas, pero también, la posibilidad de ocultarlas ante otras personas.

La cadena de emociones que aparece en la infancia supone atravesar cambios bruscos en algunas situaciones por falta del control de euforia. No obstante, es posible encontrar niños muy felices, y es esa misma felicidad lo que puede conducirles al enfado, y posteriormente, a la tristeza. Como motivo encontrado es la sensibilidad de las personas hacia los demás, es decir, la empatía.

Por otro lado, otras emociones como el miedo son consideradas como un estado de extinción del cuerpo, siendo en un principio desagradables. Sin embargo, nos garantiza estar alertas y buscar protección. Según Harris (1992) un niño sin miedo, realmente da miedo, ya que no prevé los peligros. Del mismo modo, la impaciencia, tiene que ver con el miedo, debido a que es una emoción en la cual se pretende obtener algo de inmediato porque genera seguridad.

Según Shaver, Schwartz, Kirson, y O'Connor (1987) el cariño es una emoción subordinada al amor, sin embargo, dentro de la infancia es un aspecto fundamental de desarrollo socio-afectivo. Es decir, el cariño da lugar a una seguridad con la que cuenta la impaciencia, y por ello, una relación entre las mismas.

De igual forma, la tristeza para Marina y López (1999) es una contrariedad que hace imposible la realización de deseos provocando un sentimiento negativo, y se relaciona con la falta de cariño.

Por otro lado, encontrando la curiosidad como implicación a saber más o mostrar interés por lo nuevo, es considerada como una emoción que confiere el desarrollo del individuo como principal característica del aprendizaje.

Finalmente, el enfado desencadena una respuesta negativa, de furia, debida alguna circunstancia que ha vulnerado nuestros derechos básicos, nuestra autoestima o dignidad personal (Valles y Valles, 2000). En Educación Infantil, el enfado, como se ha mencionado anteriormente, puede ser debido a la falta de control de algunas emociones, como puede ser la alegría. Siendo esta entendida como el cumplimiento de expectativas, deseos y proyectos que provocan un sentimiento positivo, además, es acompañada por un sentimiento de agilidad y amplitud del ánimo (Marina y López, 1999).

Por consiguiente, las emociones poseen un gran valor en la vida del niño. Es a través de ellas que entendemos el porqué de diversos sucesos. No obstante, emociones básicas pueden ser muchas y según diversos criterios, sin embargo, siempre entenderemos algunas como las principales al dar respuesta a nuestro propio punto de vista.

4.4. LA EXPRESIÓN CORPORAL DE LAS EMOCIONES EN EDUCACIÓN INFANTIL.

La Educación Infantil, como etapa más cercana al nacimiento, se centra en la absorción de información proveniente del medio donde nos encontramos, así como de nosotros mismos.

La expresión corporal como ámbito fundamental donde se recoge el interior de una persona, es considerada como aspecto donde se muestran ideas, sentimientos y emociones, es decir, aparece como medio de expresión y comunicación con los demás. Además, trata de buscar a través del cuerpo la creatividad, espontaneidad, autoconocimiento y relación del individuo. Es decir, encontramos dos niveles de acción,

el correspondiente con el nivel cognitivo o acción interna y el nivel expresivo o acción externa (Motos, 1983).

La etapa de Educación Infantil define estas características, de manera, que su trabajo temprano fomentara un desarrollo mayor del niño. Del mismo modo, entender el conocimiento de sus expresiones, guiadas por pensamientos y emociones, concede una orientación para su aprendizaje tomando conciencia y conducta social, y así favorecer su seguridad en el proceso de comunicación.

Por otra parte, la exploración que realizamos tomando como recurso la expresión del cuerpo y la observación del entorno favorece nuestro repertorio y posibilidad de ampliar en gestos y movimientos, y su relación con las emociones percibidas, de modo, que se va formando la identidad personal.

Pascalis, de Hann y Nelson (2002) conciben la aparición de emociones como discriminación, reconocimiento y categorización de expresiones faciales durante el primer año de vida. No obstante, aparece una progresión gradual de conocimiento de las mismas en el tiempo de la adolescencia.

En el abanico tan amplio de expresiones corporales de emociones, encontramos como más llamativas el gesto, la postura y la mirada. Además, la actitud encontrada en cada sujeto permite identificar como se siente. No obstante, el esquema corporal presentado en cada momento organiza todas las percepciones referentes al cuerpo (especialmente táctiles, visuales y posturales) en relación con el exterior. Es decir, se crea una estructura mental de las posibilidades de acción y de los límites de cada momento, dando a conocer información referente a nuestro interior.

Considerando el rostro como principal espacio del cuerpo de comunicación más destacable, conviene mencionar que existen matices diferenciales entre ambas partes de la cara. Según Ekman (1985) la parte derecha corresponde con la zona pública, es decir, refleja emociones que el sujeto quiere que se perciban, mientras que la parte izquierda es la más privada de la expresión emocional.

Por otra parte, Darwin (1872/1984), desde su óptica evolutiva, es quien propuso significado a la expresión facial y su importancia en la comunicación, asumiendo que las expresiones faciales de las emociones son innatas y de carácter universal. Sin

embargo, también señaló la existencia entre expresiones voluntarias y las que se producen de forma espontánea.

Cada emoción permite una forma particular de emitirse en función del sujeto. No obstante, se intenta buscar el bienestar de uno mismo, es decir, la expresión de muchas emociones que pueden resultar negativas (o positivas) es probable que la respuesta manifestada por el cuerpo se deba a tratar de liberar un malestar, encubrir el mismo, o realmente, exponer dicha emoción. Por ejemplo, la emoción de enfado puede presentarse con el rostro enfadado, puede desencadenar girar la cara, gritar, cruzar los brazos...Del mismo modo, si estamos alegres, tenemos un rostro sonriente o podemos abrazar o saltar.

El tono muscular adquirido en cada emoción expresa cómo nos sentimos. Por ello, cuando sentimos paz encontramos un tono muscular más relajado o si poseemos una emoción de miedo aparece un tono de defensa. Es decir, la presión y distensión del cuerpo variará en función de la emoción vivida. Además, debemos tener en cuenta aspectos como la respiración y ritmo cardiaco.

Por otra parte, las situaciones emotivas desencadenan sentimientos y comprensión en sujetos próximos. Generalmente, esta respuesta es encontrada desde el nacimiento. No obstante, conforme el individuo va recolectando experiencias y trabajo abordado en diferentes contextos (escuela y familia) se consolida.

En el ámbito educativo, concretamente en Educación Infantil, el uso de la expresión corporal como metodología, no sólo desarrollará el bienestar emocional del niño y su integridad, sino que se potenciará aprendizajes cognitivos.

Considerando la expresión corporal como aspecto básico de comunicación y entendimiento entre sujetos, a continuación, expondré argumentos más precisos para su explicación.

4.4.1. El cuerpo: comunicación no verbal.

Desde un inicio, el niño tiene como primer y único medio de comunicación el cuerpo, es decir, su lenguaje corporal es el que comunica sentimientos, estados de ánimo, afectos y necesidades.

Según Cáceres (2010) la expresión corporal contribuye masivamente en la construcción de la identidad y de la autonomía personal porque es la base de los primeros vínculos sociales. De igual forma, éste, en términos lingüísticos considera la comunicación prelingüística para aquellos niños menores de un año, y es, a partir de entonces, lo que denominamos comunicación no verbal.

De este modo, el ámbito corporal integra varios órdenes, entre ellos, destaca la comunicación no verbal, la cual, considera el cuerpo como principal vehículo de expresión. No obstante, la presencia del mismo dentro de la comunicación integra aspectos y componentes para entender realmente que se pretende comunicar. Por otra parte, en ocasiones, el uso del dibujo permite conocer la noción de cuerpo y así dar a conocer cómo nos sentimos, es decir, proporcionar información al exterior de nuestro mundo interno.

Stokoe y Harft (1996, pp. 13) destacan que “la Expresión Corporal es una conducta que existe desde siempre. Es un lenguaje por medio del cual el ser humano expresa sensaciones, emociones, sentimientos y pensamientos con su cuerpo integrándolo de esta manera a sus otros lenguajes expresivos como el habla, el dibujo y la escritura”.

La evolución de este proceso de comunicación formado desde el nacimiento va adquiriendo mayor desarrollo conforme el niño se encuentre en un contexto u otro. Por ello, en un inicio, es conveniente que aparezca como principal vínculo el existente con la madre, y más adelante, junto con aquellas personas que más intervengan en su proceso de socialización, entre las que encontramos a los maestros. Pudiendo entender ésta como etapa de lenguaje corporal afectivo, es decir, donde intervienen caricias, abrazos, miradas...para formar un ambiente estable y próximo (Serrahima, 2012).

No obstante, el sujeto que se encuentra en un proceso de comunicación puede expresar, además, de lo que se entienda verbalmente, lo que su expresión corporal indique. Es decir, el cuerpo a través del movimiento, el gesto, la postura y la mirada,

como elementos principales, anteriormente mencionados, siempre se incluyen en una comunicación presencial dado que informan actitudes, emociones y pensamientos difíciles de ocultar. Esta idea es apoyada, en el análisis que plantea Darwin (1872/1984) en uno de los tres principios fundamentales de las emociones que componen al ser humano, el cual demuestra que el individuo por sí mismo está compuesto por una serie de movimientos innatos que incluso en situaciones que no se requieren hacen su aparición.

Por ello, Hidalgo y Torres (1994) sugieren que “si el movimiento es una de las manifestaciones que utiliza nuestro cuerpo como medio de expresión, la Expresión Corporal se fundamentará en el movimiento como un fin dentro de la educación, con el motivo o designio de conseguir un desarrollo armónico de la persona en su integridad, de tal manera que ésta, la Expresión Corporal, establecerá una considerable vía de canalización de las aptitudes, tomando como herramienta el propio cuerpo”.

Del mismo modo, destacando el ámbito de las emociones, el cuerpo refleja cómo nos sentimos, y es en la infancia donde aprendemos a percibir y enviar estas expresiones, que permiten comunicar, entre iguales, nuestras emociones y pensamientos. Sin embargo, considero pertinente añadir que, en muchos casos, es muy difícil comprender los procesos y actitudes corporales. No obstante, la comunicación corporal es entendida por la mayoría de las personas cuando existe un emisor y un receptor que la comprenda. Sin embargo, en ocasiones, aparecen situaciones emotivas que surgen por agentes externos. Un ejemplo son los sonidos, al igual, que todo lo que percibimos a través de los sentidos. En este caso, el niño puede apreciar varias emociones en función del sonido percibido y si es esperado o no.

Según esta situación podría decirse que la comunicación corporal es continua, debido a que el cuerpo percibe los estímulos que le rodea, ya sean externos o internos.

Por otra parte, considerando la visión de una jornada escolar es preciso mencionar la variedad de emociones y alteraciones que aparecen, y la consciencia de las mismas por su expresión corporal.

No obstante, una expresión corporal rica en valores educativos admitirá un mayor autoconocimiento, aceptación y capacitación en la recepción y emisión de mensajes corporales que permitirá al niño sentar las bases de un individuo crítico y autónomo en la sociedad.

4.4.1.1. Principales aspectos de la comunicación no verbal.

El desarrollo de determinados aspectos que más influyen y se aprecian en la comunicación no verbal permitirá conocer de forma más específica rasgos emocionales que aparecen en el cuerpo.

Según Abardía, F. (2014) el cuerpo es mucho más que una herramienta para cumplir una determinada finalidad. El cuerpo es un templo que nos permite conectar con lo trascendente, de hecho nuestro propio cuerpo alberga lo trascendente. En el momento que le prestamos plena atención al proceso de percibir y sentir...el proceso de cognición se ve amplificado posibilitando así otro nivel de comprensión.

Por ello, a través de otro nivel de comprensión encontramos el gesto, la postura, la mirada y el movimiento, anteriormente mencionados, como principales aspectos de la comunicación no verbal.

En primer lugar, el gesto es considerado como un lenguaje intencional que permite acompañar y aclarar, generalmente, la comunicación verbal. Además, permite comunicar emociones y necesidades y mostrar mayor conocimiento y control del cuerpo.

No obstante, Aymerich (1985), sostiene que el gesto está contenido en toda forma de expresión y que se encuentra en el origen de todo lo que hacemos.

Como gestos más destacados en el ámbito emocional haciendo uso de la observación en ambos prácticum, encontramos la elevación del rostro, o su oponente, mostrar un aspecto cabizbajo, la afirmación, negación y saludo, las caricias y la capacidad de señalar.

En segundo lugar, la postura adquirida por el cuerpo contempla principalmente la posición de las articulaciones y el tronco. Por ello, en el ámbito emocional destacará la rigidez, flacidez e inquietud de las mismas para demostrar que sentimos. Según Motos (1983) la postura es como la firma de identidad de una persona.

En tercer lugar, la mirada posee una pieza clave para revelar nuestro mundo interior, de manera, que los diferentes criterios con los que la describimos facilitará la comprensión de nuestras emociones. No obstante, poseer una mirada perdida, fija o con brillo, determinará cómo nos sentimos.

Quintana (1997), considera la mirada como un medio muy eficaz de comunicación que contiene un gran poder expresivo puesto que por ella afloran emociones, intenciones, deseos y señales que se desean o no emitir, por eso puede delatar las intenciones reales.

Por último, el movimiento engloba los anteriores aspectos debido a que el cuerpo es siempre movimiento, y más, en etapas tan tempranas donde la exploración es la base del conocimiento. Sin embargo, en el caso de inmovilización también encontraríamos un significado emocional, como puede ser, la sorpresa.

De este modo, es justificado considerar estos cuatro componentes de la expresión corporal como principales para entender un proceso de comunicación no verbal, debido a que su presencia provoca entender realmente el interior de una persona.

Como conclusión a este apartado comentar que, como se ha mencionado anteriormente, el niño y la niña son movimiento con el que expresan sus necesidades intereses y emociones, por ello, es necesario ser consciente que la presencia del cuerpo en la sociedad muestra nuestro mundo interior, sólo es necesario saber comprenderlo, y es en las primeras edades donde se inicia este aprendizaje.

5. METODOLOGÍA O DISEÑO

La realización del presente Trabajo de Fin de Grado ha llevado consigo una primera elección del tema, justificada con la formación recibida y basada en la demanda que posee actualmente. Es con la aparición de la Ley Orgánica General del Sistema Educativo (LOGSE 1/1990 de 3 de octubre) que se agrega como nuevo contenido, en el área de Educación Física: la “Expresión Corporal”, planteando como principal preocupación el desarrollo global y armónico del alumnado.

En segundo lugar, he realizado una consulta bibliográfica en torno a la educación emocional y su relación con en la expresión corporal en general, pero centrándome más particularmente, cómo influye y se trabaja en Educación Infantil.

Sabemos que es en Educación Infantil donde se inicia un periodo de enseñanza-aprendizaje básico, y como tal, es necesario instruir la educación emocional. La importancia radica en que la Expresión Corporal se la considera como un medio para alcanzar un equilibrio físico y psíquico, por lo tanto, no se puede separar la inteligencia de la afectividad (Santiago, 1985, pp. 21).

Para desembarcar, en tercer lugar, he centrado mi atención en analizar diversos textos encontrados, y comenzar el desarrollo con información más relevante que cubrían mis necesidades educativas, a partir de ideas previamente fijadas.

La realización del proceso didáctico, como parte práctica del Trabajo Fin de Grado, es una forma de poner en marcha el diseño y aplicación dentro del aula, pudiendo observar las posibilidades de acción y necesidades abarcadas y requeridas.

Por último, cierro el documento con una conclusión y con la correspondiente bibliografía.

5.1. PRINCIPIOS METODOLÓGICOS

Los principios metodológicos de los que parto para llevar a cabo esta programación didáctica son pertenecientes a la corriente de pensamiento constructivismo, concretamente, tomando como centro las ideas propias del aprendizaje significativo.

Este modelo de pensamiento es desarrollado a partir de la relación entre el nuevo conocimiento y las ideas previas que el alumno posee. Con ello, obtenemos en el alumnado un enriquecimiento personal, un aumento de autoestima, un resultado del aprendizaje y se mantiene la motivación por aprender. Por este motivo, el aprendizaje significativo es considerado como aprendizaje a largo plazo.

Según Ausubel, Novak y Hanesian (1978) “el mismo proceso de adquirir información produce una modificación tanto en la información adquirida como en el aspecto específico de la estructura cognoscitiva con la cual aquella está vinculada”. Por ello, con esta metodología encontramos un proceso de modificación del conocimiento, un equilibrio, un conflicto y de nuevo un equilibrio.

El desarrollo de competencias emocionales en la expresión corporal es llevado a cabo con el objetivo de aumentar y enriquecer los conocimientos previos y progresar en los mismos. Además, en ocasiones, el trabajo grupal y vivencial potenciará en el alumnado seguir en el aprendizaje y evitará crear situaciones indeseadas.

5.2. ANÁLISIS: PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA.

5.2.1. Justificación

El planteamiento de esta Programación Didáctica pretende trabajar la Educación Emocional teniendo como principal punto de referencia la expresión corporal. Con ello, proyecto la fundamentación teórica tomando como base el cuerpo, motivo por el cual es el instrumento que el niño más requiere para ejecutar sus actividades, y es por esto, que es necesario desarrollar un conocimiento más amplio del mismo, siempre atendiendo a sus capacidades y necesidades requeridas.

Según Wallon (1980) son las relaciones tónico-emocionales, las primeras que el niño y niña establecen con su progreso, lo que le confieren un papel determinante en el desarrollo de la vida afectiva y social.

Dentro de este tema pretendo cubrir e indagar el ámbito social, la comunicación verbal y no verbal, el conocimiento interior de cómo nos sentimos en determinados contextos... en definitiva, propiciar el autoconocimiento del cuerpo.

Por todo ello, aclaro que trabajaré de forma específica este tema en cualquier horario de la jornada escolar, aunque se traten de actividades vivenciales, puesto que los recursos requeridos no sólo se encuentran en la hora de psicomotricidad.

Por lo tanto, la importancia de realizar esta Programación Didáctica reside en mostrar la relación existente entre el cuerpo y las acciones realizadas por el mismo en función de cómo nos sentimos o qué queramos transmitir.

5.2.2. Contexto

La Programación Didáctica “Conocemos las emociones” va destinada a un colegio de la ciudad palentina situado al sur del polígono, residencial Pan y Guindas en la calle Padilla, el CEIP Ciudad de Buenos Aires.

El centro recoge alumnado, en su mayoría, de etnia gitana, y no dispone de muchos alumnos, por lo que éste Proyecto está pensado para un grupo de alumnos reducido en el primer ciclo de Educación Infantil y pensado para realizarse en el segundo trimestre del año escolar.

La oportunidad de conocer al alumnado, dado que me he encontrado durante tres meses en prácticas con el mismo, me ha permitido observar sus dificultades para así mejorar en su desarrollo. Por otra parte, el reducido grupo, contando con 6 niños y niñas, posibilita una mejor atención para optimizar sus necesidades. Además, la disposición de aulas y salas con material oportuno permite la realización del proyecto sin ninguna problemática.

En cuanto al contexto socio-económico, como ya he dicho, el centro se encuentra cercano a la periferia y el público que reside en él es mayoritariamente de etnia gitana, teniendo un nivel económico medio-bajo.

Como característica general, en el proceso de enseñanza-aprendizaje el alumnado presenta algunos retrasos madurativos debido a su escasa aparición en el centro, sin embargo, el grupo recoge aspectos favorecedores para su progreso. Entre ellos, cabe mencionar que debido al reducido grupo, en muchas ocasiones de la jornada escolar se juntan el alumnado de los tres ciclos de educación infantil, lo que permite un aprendizaje con sus iguales.

5.2.3. Descripción de la propuesta

El trabajo a presentar gira en torno a la importancia de las emociones en Educación Infantil, específicamente, centrándose en la expresión corporal que provocan.

Se trata de una propuesta de diez sesiones, en la que cada día se cubrirá un periodo de tiempo oportuno para las mismas, de tal manera, que en su finalización se conforme un desarrollo del aprendizaje del niño de forma evolutiva.

Los ámbitos a tratar en cada sesión irán enlazándose para formar un aprendizaje conjunto y un avance del niño respecto al tema, que le permitirá en su desarrollo un conocimiento mayor de sí mismo.

5.2.4. Relación con el currículo

OBJETIVOS

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, dispone como finalidad de Educación Infantil contribuir al desarrollo físico, afectivo, social e intelectual de los niños y niñas. Además, específicamente, se atenderá progresivamente el desarrollo afectivo, al movimiento y hábitos de control corporal, a manifestaciones de comunicación y del lenguaje, a las pautas elementales de convivencia y relación social, así como, al descubrimiento de las características físicas y sociales del medio. Asimismo, se facilitará que niñas y niños elaboren una imagen de sí mismos positiva y equilibrada y adquieran autonomía personal. No obstante, los objetivos generales que encontramos en tal decreto, contribuirán a desarrollar en niños y niñas capacidades que permitan:

- Conocer su propio cuerpo y el de los otros, sus posibilidades de acción y aprender a respetar las diferencias.

- Construir una imagen positiva y ajustada de sí mismo y desarrollar sus capacidades afectivas.
- Adquirir progresivamente autonomía en sus actividades habituales.
- Relacionarse con los demás y adquirir progresivamente pautas elementales de convivencia y relación social.
- Desarrollar habilidades comunicativas en diferentes lenguajes y formas de expresión.
- Iniciarse en las habilidades de movimiento, gesto y ritmo.

Teniendo en cuenta, éstos como objetivos generales, encontramos dentro de las tres áreas que establece el currículo de Educación Infantil, objetivos específicos a cada una de ellas, y que enumero teniendo en cuenta los que pretendo seguir en este proyecto.

Área de Conocimiento de sí mismo y autonomía personal.

- Conocer y representar su cuerpo, diferenciando sus elementos, descubrir las posibilidades de acción y de expresión y coordinar y controlar con progresiva precisión los gestos y movimientos.
- 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.
- Lograr una imagen ajustada y positiva de sí mismo, a través de su reconocimiento personal y de la interacción con los otros, y descubrir sus posibilidades y limitaciones para alcanzar una ajustada autoestima.
- Disfrutar de situaciones de bienestar emocional
- Descubrir la importancia de los sentidos e identificar las distintas sensaciones y percepciones que experimenta a través de la acción y la relación con el entorno.

Área de Conocimiento del entorno.

- Relacionarse con los demás de forma cada vez más equilibrada y satisfactoria, ajustar su conducta a las diferentes situaciones.

Área de Lenguajes: Comunicación y representación.

- Expresar sentimientos y emociones mediante la lengua corporal

- Comprender y responder, de forma verbal y no verbal a tareas usuales del aula con abundante apoyo visual.
- Demostrar con confianza sus posibilidades de expresión corporal

CONTENIDOS

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, dispone de una serie de contenidos específicos en cada una de las áreas que aparecen en el currículo. Detectando como necesarios dentro del proyecto a tratar los siguientes:

Área de Conocimiento de sí mismo y autonomía personal

- Exploración de objetos e identificación de las sensaciones que se extraen de ellos.
- Identificación y expresión equilibrada de sentimientos, emociones, vivencias preferencias e intereses propios en distintas situaciones y actividades.
- Identificación de los sentimientos y emociones de los demás y actitud de escucha y respeto hacia ellos.
- Desarrollo de habilidades favorables para la interacción social y para el establecimiento de relaciones de afecto con las personas adultas y con los iguales.

Área de conocimiento del entorno.

- Valoración del medio natural y de su importancia para la salud y el bienestar.
- Interés y gusto por las actividades de exploración y juego que se realizan al aire libre y en contacto con la naturaleza y descubrir que sentimos.

Área de Lenguajes: Comunicación y Expresión

- Utilización del lenguaje oral y corporal para manifestar sentimientos y emociones.
- Descubrimiento y experimentación de gestos y movimientos como recursos corporales para la expresión y la comunicación.
- Expresión de los propios sentimientos y emociones a través del cuerpo, y reconocimiento de estas expresiones en los otros compañeros.

- Conocimiento y dominio corporal

Apareciendo los anteriores comprobamos que los contenidos tratan de desarrollar en el alumnado capacidades dispuestas en los objetivos.

5.2.5. Metodología

TIEMPO

Cada sesión tendrá un tiempo establecido aproximado, pudiendo variar en función de aspectos observados.

No obstante, la estructura de las sesiones sigue el modelo de Vaca y Varela (2008), planteando, un *momento de encuentro*, destinado a favorecer la predisposición del alumnado, su implicación y conexión con el tema. Es decir, se trata de presentar la actividad, repasar situaciones vividas y realizar comentarios que sirvan de refuerzo, además, será una forma de introducir una nueva sesión dentro de la jornada. Un *momento de construcción del aprendizaje*, donde se realizarán actividades de exploración con intenciones diagnósticas, es decir, el alumnado demostrará sus competencias y habilidades aprendidas. Además, encontraremos situaciones problema, con un aprendizaje y un progreso. Por último, un *momento de despedida*, el cual fomenta la calma para entrar en la siguiente actividad y finalizar la sesión.

ESPACIO

Los espacios en Educación Infantil son un gran recurso para la buena organización y realización de actividades.

En el proyecto a presentar utilizaré varios espacios, abarcando la propia aula, la sala de psicomotricidad y quizás el patio, como lugar de más libertad. Por otra parte, el uso de rincones fomentará la curiosidad y participación del alumnado.

RECURSOS

Los recursos utilizados a lo largo de las sesiones y en varias ocasiones son los siguientes: Espejo, tarjetas con emociones y sus diversas expresiones, hojas en blanco con agujeros, lazo, cartulinas, lápices, rotuladores, cámara, fotos del alumnado en diversas sesiones, colchonetas, cuento “La sopa de Don Nicanor” (Fernández, 2011),

equipo de música y canción “Kiss the rain de Yiruma”, caja con llave, globo, tarjetas con situaciones de envidia y libro de la casa de la alegría.

*En cada sesión se encuentra redactado los recursos utilizados.

AGRUPAMIENTOS

La colocación del alumnado variará en función de la actividad y objetivo propuesto. No obstante, existirán momentos para trabajar en pequeño y gran grupo, respetando tiempos, capacidades y necesidades del alumnado. Se buscará un ritmo neutral y el trabajo será progresivo.

COLABORACIÓN CON LAS FAMILIAS

La participación de las familias será una pieza clave para el proyecto a presentar, debido a que el alumnado se implica más cuando esto es así.

Se propondrán traer materiales que nos evoquen diversas emociones, se invitará a los padres al aula para que conozcan nuestro espacio, etc.

Se trata de que el proyecto a presentar una a las familias con la escuela y se aprenda todos juntos.

5.2.6. Secuenciación de Actividades.

El desarrollo de las sesiones planteadas se encontraran en el **“Ver Anexo 1: Sesiones de la propuesta didáctica”* por motivos de espacio. Sin embargo, a continuación, encontramos una breve descripción de cada sesión.

SESIÓN 1: Conocemos las emociones.

A través de la comunicación verbal y no verbal, representación corporal y uso de dibujos trabajaré un primer contacto con las emociones básicas. De esta manera, descubriré que sabemos e iniciaremos la comprensión de que el cuerpo también comunica.

SESIÓN 2: La alegría

El trabajo de la emoción alegría a través de una primera consciencia de la expresión corporal “estoy alegre” permite un mejor enlace en la sesión con la expresión

de la misma a través de otros medios, como son, la comunicación verbal y lo artístico. Es de esta manera cómo podemos recordar la alegría y sentirnos así en otros momentos de la jornada escolar.

SESIÓN 3: El enfado

La introducción de la emoción enfado con un juego en el que quien presenta la sesión es un alumno a través de su expresión corporal, permite un reconocimiento de la misma por parte de todo el alumnado, dando importancia a la comunicación no verbal. Del mismo modo, el uso de juegos vivenciales haciendo consciente al alumnado de gestos, miradas, posturas y movimientos permite realizar una evaluación de la consciencia de la emoción trabajada.

SESIÓN 4: La tristeza

La sesión abarcada para trabajar la tristeza implica desarrollar un conocimiento de la expresión corporal de la misma, sentirla y comprender que puede surgir de agentes externos, como la música. Del mismo modo, la representación y observación a los compañeros permite conocer cómo existen diversas formas de expresar tristeza sin necesidad de la comunicación no verbal, solo a través de gestos y miradas. Por otra parte, la ayuda de un cuento supone comprender que las diversas formas de expresar tristeza pueden ser un medio de desahogo para sentirnos mejor.

SESIÓN 5: El miedo

El trabajo y comprensión de esta emoción es desarrollado mediante actividades vivenciales en las que incorporamos gestos, miradas y movimientos. Además, la comunicación y reflexión sobre esta emoción permite dar a conocer una parte de nosotros y compartirla con los compañeros.

La realización de esta sesión accede a saber la diferencia entre emociones, en este caso miedo y tristeza, sin embargo, se pueden cambiar por otras para comprender realmente si se conocemos cada una de ellas. Del mismo modo, se hace entender que podemos disminuir los miedos o no tenerlos con objetos preciados que nos protegen.

SESIÓN 6: La curiosidad o la sorpresa.

El desarrollo de las emociones curiosidad/sorpresa se encaminan a través de dirigir al alumnado hacia fuentes donde potenciaran y finalizarán con las mismas. Es decir, donde se incrementará la curiosidad y acabará con la sorpresa al descubrir el interior de la caja.

En este proceso se lleva a cabo un repaso de las emociones anteriormente ya trabajadas y también un refuerzo en sus expresiones corporales, además de iniciarse en la observación de la expresión facial y gestual de la sorpresa y curiosidad.

SESIÓN 7: La vergüenza.

Trabajar la vergüenza en Educación Infantil con ayuda de imágenes e invitando a la reflexión conjunta mediante preguntas favorece el posterior trabajo de esta emoción a través del cuerpo. Del mismo modo, se hace consciente al alumnado las expresiones corporales que se pueden utilizar para reconocer la misma.

SESIÓN 8: La envidia

Llevar a cabo la emoción envidia supone hacer reflexionar al alumnado sobre su significado y recordar cuándo se ha tenido envidia y porqué. Del mismo modo, se encasilla a la misma dentro de emociones negativas, de tal manera, que se pretende que el alumnado la evite y se alegre por el resto de sus compañeros cuando pueda aparecer dicha emoción.

Por otra parte, la descripción de las imágenes de envidia permite iniciar la expresión corporal de la misma, y así poder explorarla en el espejo.

SESIÓN 9: El amor

Desarrollar la emoción amor implica utilizar gestos, miradas y movimientos para poder expresarse y entenderse corporalmente. De igual forma, con los mismos también puede expresarse el rechazo y así comprender la oposición entre ambas emociones.

Por otra parte, la reflexión conjunta acerca de que es el amor implica desarrollar características, tipos y favorecer el diálogo entre el alumnado, así como adquirir nuevos conocimientos.

SESIÓN 10: El rincón de las emociones.

El inicio de la sesión haciendo uso de las fotos de la anterior permite una descripción corporal de la emoción amor, y así comprender mejor la misma en torno a gestos, miradas y posturas.

Por otra parte, finalizar el proyecto implica un repaso de todas las emociones vistas. Es a través de juegos y con la localización de un espacio en el aula para crear “El rincón de las emociones”, donde desarrollamos los recursos expresivos del cuerpo de forma consciente para expresar dichas emociones.

El uso de emoticonos y diversos tipos de música crea un espacio acogedor donde el niño expresa como se siente, y da la oportunidad de dialogar de lo mismo. De igual forma, si no es así, al situarse en una emoción u otra se puede ayudar a describir lo que puede sentir.

*Ver Anexo 1: Sesiones de la propuesta didáctica.

5.2.7. Adaptaciones para alumnado con NEE

El alumnado al que me dirijo no posee ninguna Necesidad Educativa Especial, sin embargo, mencionaré algunas adaptaciones al TDAH (Trastorno por déficit de atención e hiperactividad), hipoacusia y dificultades del lenguaje con el fonema r.

En primer lugar, los casos de TDAH se les darán una única consigna y elementos de demora para favorecer la atención y evitar la impulsividad.

En segundo lugar, los casos de hipoacusia se les colocarán cerca y en frente para que comprendan mejor las explicaciones. Además, en ellos la expresión corporal será una pieza clave para su mejor comprensión.

En tercer lugar, los casos con dificultades del lenguaje con el fonema r no poseerán ningún problema para la realización de las sesiones. No obstante, en los tres casos serán tratados con normalidad.

Finalmente, considero pertinente añadir que las actividades presentadas no disponen de gran dificultad para realizar cambios que permitan el buen funcionamiento de las mismas.

5.2.8. Evaluación

VALORACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

La programación didáctica realizada ha supuesto una aproximación a la realidad docente y al alumnado, un conocimiento de los posibles problemas individuales y grupales, la reacción del mismo ante nuevas situaciones y una experiencia propia de actuación frente a los mismos.

Por ello, el desarrollo de la propuesta didáctica “Conocemos las emociones” posee una evaluación llevada a cabo mediante la observación directa y continua durante todo el proceso, y guiada por los objetivos propuestos. Del mismo modo se completaran los resultados con la siguiente tabla de seguimiento.

	SI	NO	OBSERVACIONES
¿Conoce las emociones básicas y sus rasgos corporales principales?			
¿Reconoce las emociones básicas en los demás a través de su esquema corporal?			
¿Comprende cómo y porqué encontramos emociones en determinados momentos?			
¿Diferencia los gestos, posturas, miradas y movimientos de las emociones básicas?			
¿Sabe clasificar las emociones básicas en positivas y negativas?			
¿Desarrolla emociones a través de medios exteriores como la música y el dibujo?			
¿Comprende las diferentes formas de expresión a través del trabajo descriptivo en equipo?			

Tabla de seguimiento en función de los objetivos propuestos

Por otra parte, el repaso y reflexión diaria de la sesión anterior que se realiza en el momento de encuentro permite evaluar el conocimiento que posee el alumnado y un recordatorio para los mismos. De igual forma, el inicio y final de la propuesta engloban y presentan todas las emociones que se trataran individualmente a lo largo de las

sesiones. Además, en el ecuador de la propuesta se realzan todas las emociones trabajadas. Es decir, podría tratarse como sesión de evaluación en el proceso de enseñanza-aprendizaje hasta ese momento.

Por otra parte, la metodología utilizada es repetida en algunos casos para lograr realmente un aprendizaje concreto, en este caso, reconocer en uno mismo y en los compañeros diferentes emociones a través del uso del lenguaje corporal. No obstante, también se trata de hacer uso del ámbito corporal, musical y plástico como aspectos básicos para desarrollar y expresar las emociones propuestas.

De igual forma, se pretende crear una rutina de trabajo y utilizar la misma cuña motriz para desplazarnos al lugar donde se realice la actividad. No obstante, no se utiliza únicamente la propia aula, sino que también la sala-gimnasio, pues es de gran utilidad.

Por último, mencionar que los contenidos propuestos no son demasiados para cada sesión debido a que se busca un aprendizaje real del tema y no un conocimiento volátil.

CONSIDERACIONES DE EVALUACIÓN

La realización de la programación didáctica “Conocemos las emociones” ha supuesto desde un inicio evaluar los conocimientos previos del alumnado e intentar introducir las emociones como ámbito natural, del que no siempre se es consciente. No obstante, considero que su realización me permitió activarme como futura maestra de Educación Infantil aunque hayan sido desarrolladas solo algunas de las actividades en el aula. Por consiguiente, el resultado ha sido el esperado y la motivación por el tema también.

El desarrollo de la programación didáctica lleva un ritmo progresivo y continuo de actuación, en el que el trabajo de las nuevas formas de expresión de las emociones a tratar es el hilo conductor de cada sesión.

Es a través de la reflexión conjunta y del uso de materiales, como son los espejos, donde más se puede apreciar un autoconocimiento emocional por parte del alumnado. Del mismo modo, en todas las sesiones se encuentra un alumno quien debe exponer corporalmente la emoción a tratar aunque se hayan repasado en la primera. De

esta forma, se indaga en los conocimientos previos del alumnado para descubrir la emoción a trabajar, y por qué se expresa una emoción y no otra. Es decir, se van adquiriendo hábitos de descripción de rasgos propios de ciertas emociones para lograr su diferenciación.

En definitiva, el uso de ciertos gestos, posturas, miradas y movimientos sin necesidad de comunicación verbal permite un conocimiento de cómo nos sentimos y como los interpreta quien nos observa.

6. CONCLUSIONES

En el presente Trabajo Fin de Grado se ha planteado la aplicación de los conocimientos obtenidos a lo largo de mi formación académica, y más concretamente, en las nociones aprendidas en el desarrollo de la mención Expresión y Comunicación Artística y Corporal. No obstante, basar estos conocimientos junto con el tema a tratar, supone abrir una investigación sobre conocimientos emocionales en el aula de infantil.

La búsqueda de información y las opiniones tan dispares, en algunos casos, de distintos autores han supuesto una evolución del documento, llegando a mostrar criterios personales enlazados con los conocimientos ya adquiridos, y que son trabajados en la realización de una programación didáctica.

De igual forma, tener como centro de explicación del tema la expresión corporal permite ser consciente de la importancia del cuerpo como principal medio de comunicación emocional. De esta manera, han quedado reflejados los principales aspectos corporales en un proceso comunicativo no verbal, como son, el gesto, la postura, la mirada y el movimiento.

Por otro lado, la explicación desarrollada sobre el proceso de formación de emociones, su expresión y entendimiento ha demostrado la importancia de su trabajo temprano. No obstante, en el proceso didáctico es desarrollada una metodología de exploración corporal permitiendo un autoconocimiento y reconocimiento emocional. El diseño encontrado está basado en la evolución que toma la fundamentación teórica, lo que permite una riqueza mayor en su aplicación. De esta forma, la redacción de objetivos no solo toma en cuenta los contenidos correspondientes o la descripción de cada sesión, si no, que en ellos aparecen detectados la importancia del tema tratado en su desarrollo anterior.

Finalmente, los resultados obtenidos tras el trabajo realizado con las emociones a través de la expresión corporal, muestran la necesidad de conocer más este campo, quedando reflejado de manera implícita la aparición de ésta en la mención, y por lo tanto, estando presente en cada uno de los ámbitos.

7. LÍNEAS FUTURAS DE TRABAJO

La realización de este Trabajo de Fin de Grado ha permitido exponer posibles líneas de trabajo futuro.

Primeramente, podría destacarse abarcar el tema desde otros puntos de vista como pueden ser, la reflexión y trabajo de nuevas emociones, o concretar la aparición y evolución que toman las expuestas como emociones básicas.

De igual forma, la expresión corporal abarca la generalidad de las emociones propuestas, sin embargo, quizás convendría tratar el mensaje del cuerpo de forma más significativa y distintiva. No obstante, el desarrollo que toma el documento podría expandirse en afinidad de contenidos o relacionarse con otros ámbitos.

Por otro lado, el diseño de la programación didáctica puede expandirse tanto en sesiones que trabajen los contenidos abarcados, o evolucionar con otras posibles emociones que se destaquen de forma significativa dentro del aula. Sin embargo, se debe tener en cuenta el contexto en el que se proponga dicha evolución y ajustar las adaptaciones curriculares pertinentes.

Finalmente, considero de suma importancia tener en cuenta las distintas opiniones de diversos autores, así como, la observación, práctica corporal y autonomía para reflejar puntos de vista y lograr un enriquecimiento en contenidos y experiencias para concluir en una evolución real del tema.

8. AGRADECIMIENTOS

Me gustaría dar mi agradecimiento a varias personas que han hecho posible que en este Trabajo Fin de Grado haya seguido su curso.

En primer lugar, agradezco a todos los docentes del Grado en Educación Infantil, y en especial, a los que hacen posible la mención Expresión y Comunicación Artística y Corporal debido a que sus enseñanzas las he tenido, en mayor o menor medida, en todo el desarrollo abordado.

En segundo lugar, el apoyo recibido por mis seres queridos ha sido de gran valor para encontrar fuerza y continuar con el transcurso de este Trabajo de Fin de Grado.

Finalmente, me gustaría resaltar que pese a las dificultades encontradas al inicio del desarrollo del TFG debido a mi incertidumbre de cómo encaminarlo, así como la falta de experiencia y conocimientos sobre este ámbito, puedo destacar que no considero este trabajo como un trámite para finalizar el grado, si no como una experiencia de la que he aprendido muchos conocimientos, tanto a nivel personal como profesional. Del mismo modo, agradezco la oportunidad, paciencia y ayuda que me ha brindado en su realización Francisco Abardía Colás como tutor académico.

9. BIBLIOGRAFÍA

- Abardía, F. (2014). <i>Pedagogía corporal meditativa. La mettasesión como recurso para una expresión corporal consciente</i> (pp.19-67). Palencia: Re-Quality SL.
- Alzina, R. B. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. <i>Revista De Investigación Educativa</i> , 21(1), 7-43.
- Antoni, M., y Zentner, J. (2015). ¿Qué es una emoción?, <i>Las cuatro emociones básicas</i> (pp. 19-36). Barcelona: Herder.
- Arias, F. (2006). <i>El proyecto de investigación: Introducción a la metodología científica</i> . (5º. Ed.) Caracas- Venezuela: Episteme.
- Ausubel, D.P., Novak, J.D., y Hanesian, H. (1978) <i>Educational Psychology: A Cognitive View</i> . (2º ed.). New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Aymerich, C. (1985) <i>Signos de la Comunicación</i> . Madrid: Teide.
- Cáceres Guillén, M ^a Ángeles. La expresión corporal, el gesto y el movimiento en la edad infantil. <i>Revista digital para profesionales de la enseñanza</i> . Julio 2010, nº 9. (1989-4023). Disponible en: http://www.feandalucia.ccoo.es/docuipdf.aspx?d=7343&s= .
- Carlson, J. y Hatfield (1992). <i>Psychology of Emotion</i> . Orlando, Florida: Holt, Rinehart and Winston.
- Centro de Educación Especial Gloria Fuertes. (1995) <i>Proyecto Educativo de Centro. Andorra</i> .
- Damasio, A. R., y Ros, J. (2006). <i>En busca de spinoza: Neurobiología de la emoción y los sentimientos</i> . Barcelona: Crítica.
- Darwin, C. (1872/1984). <i>La expresión de las emociones en los animales y en el hombre</i> . Madrid: Alianza.
- Darwin, C. (1872/1965). <i>The Expression of the Emotions in Man and Animals</i> . University of Chicago Press, Chicago.
- 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.
- Descartes, R. (1985). <i>Pasiones del alma. Meditaciones metafísicas</i> . Madrid: Orbis.
- Ekman, P. (1985). <i>Telling Lies</i> . Nueva york: Berkley Books.
- Fernandez, A. (2011). <i>El Señor Don Nicanor</i> . FAKTORIA K DE LIBROS.
- Gallego, D. y Gallego, M.J. (2004): <i>Educación en la inteligencia emocional en el aula</i> .

Madrid: PPC.
- Garrido, I. (2000). <i>Psicología de la emoción</i> . Madrid: Síntesis.
- Guerrero, C. (2005). <i>Implementación de la gestión por competencias en la empresa española</i> , Tesis doctoral Univesitat Rovira I Vigili.
- Goleman, D (1997). <i>Inteligencia emocional</i> . Barcelona: Kairós.
- Goleman, D (1999). <i>La práctica de la inteligencia emocional</i> . Barcelona: Kairós.
- Harris, P. L. (1992). El orgullo, la vergüenza y la culpa. <i>Los niños y las emociones: El desarrollo de la comprensión psicológica</i> (pp. 83-104). Madrid: Alianza.
- Hidalgo Diez, E. y Torres Guerrero, J. (1994). <i>“Expresión corporal”</i> . Málaga: Aljibe.
- Hurlock, E.B. (1978). <i>Desarrollo del niño</i> . Nueva York: Machawhill.
- Izard, C. (1994). <i>Innate and universal facial expressions: evidence from the developmental and cross-cultural reserarch</i> . Psychological Bulletin.
- Lapierre, A. y Aucouturier, B. (1985). Simbología del movimiento. <i>Psicomotricidad y Educación</i> . (pp.127) Barcelona: Científico Médica.
- Lazarus, R. S. y Lazarus, B. N. (1994). <i>Passion and reason</i> . New York: Oxford University Press.
- Ley orgánica 1/1990, de 3 de octubre, de Ordenación General del Sistema Educativo.
- Ley orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
- Levay, M. (2005). Neuropsicología de la emoción. Particularidades en la infancia. <i>Revista Argentina De Neuropsicología</i> , 5, 15-24.
- Marina, J. A. y López, Penas, M. (1999). <i>Diccionario de los sentimientos</i> . Barcelona: Anagrama.
-Motos, T. (1983). <i>Iniciación a la expresión corporal. Teoría técnica y práctica</i> . Barcelona: Humanistas.
- ORDEN ECI/3854/2007, de 27 de diciembre, que regula el Título de Maestro en Educación Infantil.
- Palmero Cantero, F., Guerrero Rodríguez, C., Gómez Íñiguez, C., Carpi Ballester, A., y Goyareb, R. (2011). El proceso de emoción. <i>Manual de teorías emocionales y motivacionales</i> (pp. 130-162). Universitat Jaume I.
- Pascalis, O., Haan, M. y Nelson, Ch.A. (2002). <i>Is face processing species-specific during the first year of live?</i> Science, 296, 1321-1323.
- Plutchik, R. (1991). <i>The Emotions. University Press of America</i> . Nueva York.
- Quintana, A. (1997). <i>Ritmo y Educación Física</i> . Madrid: Gymnos.

- Ruano Arriagada, M. T. (2004). Expresión corporal y emociones en el ámbito educativo. <i>La Influencia De La Expresión Corporal Sobre Las Emociones: Un Estudio Experimental</i> . (pp. 10-140). Madrid.
- Santiago, P. (1985). <i>De la Expresión Corporal a la Comunicación Interpersonal</i> . Madrid: Narcea.
- Serrahima, I. F. (2012). La comunicación estructurada en forma de diálogo. <i>La artesanía de la comunicación: Diálogo, escucha y lenguaje en la etapa 0-6</i> (pp. 31-55). España: Grao.
- Shaver, P.; Schwartz, J.; Kirson, D. y O'Connor, C. (1987). Emotion Knowledge: Further exploration of a prototype approach. <i>Journal of personality and social psychology</i> , 52, 1060-1086.
- Stein, N. y Trabasso, T. (1992). The organization of emocional experience: Creating links among emotion, thinking, language, and intentional action. <i>Cognition and Emotion</i> , 6, 225-244.
- Stokoe, P. y Harft, R. (1996). <i>La Expresión Corporal en el jardín de Infantes</i> . Barcelona: Paidós.
- Vaca Escribano, M. J. y Varela Ferreras, M. S. (2008). Motricidad y aprendizaje. <i>El tratamiento pedagógico del ámbito corporal (3-6)</i> . (pp. 83). Barcelona: GRAÓ.
- Vallés, A. y Vallés, C (2000). <i>Inteligencia emocional. Aplicaciones educativas</i> . Madrid: EOS
- Wallon, H. (1980): <i>Psicología del niño. Una comprensión dialéctica del desarrollo Infantil</i> . Madrid: Pablo del Río.

10. ANEXOS

ANEXO 1: SESIONES DE LA PROPUESTA DIDÁCTICA

Las sesiones de la propuesta didáctica están organizadas de la siguiente manera:

• Sesión 1. Conocemos las emociones.....	49
-Objetivos.....	49
-Contenidos.....	49
-Recursos materiales.....	49
-Duración.....	49
-Descripción de las sesiones.....	49
• Sesión 2. La alegría.....	50
-Objetivos.....	50
-Contenidos.....	50
-Recursos materiales.....	50
-Duración.....	50
-Descripción de las sesiones.....	50
• Sesión 3. El enfado.....	51
-Objetivos.....	51
-Contenidos.....	51
-Recursos materiales.....	52
-Duración.....	52
-Descripción de las sesiones.....	52
• Sesión 4. La tristeza.....	52
-Objetivos.....	52
-Contenidos.....	52
-Recursos materiales.....	53
-Duración.....	53
-Descripción de las sesiones.....	53
• Sesión 5. El miedo.....	54
-Objetivos.....	54
-Contenidos.....	54
-Recursos materiales.....	54

-Duración.....	54
-Descripción de las sesiones.....	54
• Sesión 6. La curiosidad o la sorpresa.....	55
- Objetivos.....	55
-Contenidos.....	55
-Recursos materiales.....	55
-Duración.....	55
-Descripción de las sesiones.....	55
• Sesión 7. La vergüenza.....	56
- Objetivos.....	56
-Contenidos.....	56
-Recursos materiales.....	56
-Duración.....	56
-Descripción de las sesiones.....	56
• Sesión 8. La envidia.....	57
- Objetivos.....	57
-Contenidos.....	57
-Recursos materiales.....	57
-Duración.....	57
-Descripción de las sesiones.....	57
• Sesión 9. El amor.....	58
- Objetivos.....	58
-Contenidos.....	58
-Recursos materiales.....	58
-Duración.....	58
-Descripción de las sesiones.....	58
• Sesión 10. El rincón de las emociones.....	59
- Objetivos.....	59
-Contenidos.....	60
-Recursos materiales.....	60
-Duración.....	60
-Descripción de las sesiones.....	60

Sesión 1. Conocemos las emociones

Objetivos:

- Conocer las emociones básicas y tomar conciencia de ellas a través de la expresión corporal.
- Favorecer la comunicación no verbal a través del reconocimiento de las emociones en los demás.
- Entender cómo y porqué nos sentimos de una u otra forma en algunos momentos.

Contenidos:

- Distinción de las emociones básicas y tomar conciencia de ellas mediante la expresión corporal.
- Inicio al manejo de la comunicación no verbal a través del reconocimiento de las emociones en los demás.
- Inicio de autoconocimiento de las emociones en uno mismo y en los demás en algunos momentos.

Recursos materiales: Espejo, tarjetas con emociones.

Duración: 30- 35 minutos

Descripción de la sesión:

Momento de encuentro: agrupación del alumnado en asamblea con una cuña motriz (Nos vamos a la asamblea al ritmo de mis pies) y nos sentamos como los indios para esperar.

Momento de construcción del aprendizaje: A continuación, iniciaremos el proyecto preguntando que sabemos de las emociones y preguntas derivadas que sirvan de explicación, como por ejemplo, ¿Qué es estar triste, contento, sorprendido...? ¿Cuándo estamos tristes? ¿Cuándo estamos contentos? ¿Qué hacemos cuando nos encontramos así? etc.

Entonces, mostraremos unos dibujos de las ocho emociones básicas que vamos a trabajar y con una explicación de cada una preguntaremos cual nos gusta más y porqué.

A continuación, utilizando el espejo, exploraremos nuestra cara expresando las emociones anteriormente descritas. A partir de esta actividad, realizaremos un círculo y jugaremos a “¿cómo me siento?”, de tal manera que elegiremos a un alumno para que se sitúe en el centro. Le daremos una tarjeta con una emoción colocada en la frente, de tal forma que no sepa cuál es. El resto de compañeros, con gestos, deberán ayudar al que está en el centro a adivinar cómo se siente.

El cambio de rol en este juego será clave para el alumnado, debido a que encontrarse en el centro sin saber que emoción te ha tocado provocará emociones en cada uno, de las que hablaremos al finalizar el juego.

Momento de despedida: Aprovechando el círculo, nos sentaremos y tendremos un momento de sosiego para pasar a otra sesión de forma calmada.

Sesión 2. La alegría

Objetivos:

- Reconocer la emoción alegría con la expresión corporal.
- Tomar conciencia de saber qué es lo que nos hace estar alegres.

Contenidos:

- Expresión de la alegría a través de varios medios: corporal, artístico y verbal.

Recursos materiales: Hojas en blanco con agujeros, lazo, cartulinas, lápices, rotuladores, cámara.

Duración: 35 minutos.

Descripción de la sesión:

Momento de encuentro: En asamblea recordaremos que hicimos la sesión anterior. Para ello, un alumno saldrá hacernos una demostración, de manera que le diremos una emoción y deberá interpretarla para el resto. Ésta será la alegría, en la que nos centraremos hoy.

Momento de construcción del aprendizaje: Por grupos, nos sentaremos en nuestro sitio, y entregando una hoja de papel con dos agujeritos a un lado, dibujaremos lo que nos hace estar alegres (por ejemplo: ir al cole, poner gestos frente al espejo...). Cuando acabemos cada uno expondrá su dibujo al resto. Entonces, agruparemos todos los dibujos y haremos un libro que se llamará la casa de la alegría, de tal manera que cuando estemos tristes lo podamos consultar para alegrarnos.

*Mientras hacemos los dibujos se harán fotos a las caras de los niños.

Momento de despedida: Nos acercaremos a la asamblea y presentaremos el libro de la casa de la alegría finalizado, y esperaremos una felicitación y despedida individualizada.

*Las tapas del libro estarán previamente hechas con cartulina, de manera que solo añadiremos los dibujos.

Sesión 3. El enfado.

Objetivos:

- Distinguir la expresión del rostro y el cuerpo la emoción enfado a través de juegos de atención y reflexión.

Contenidos:

- Aprendizaje y reconocimiento de distintas formas de expresar enfado.

Recursos materiales: Fotos del día anterior y tarjetas de emoticonos enfadados.

Duración: 30 minutos.

Descripción de la sesión:

Momento de encuentro: En la sala gimnasio, tendremos colgadas las fotos realizadas el día anterior, de manera que comentaremos el gesto, la mirada y la postura encontrada cuando dibujábamos. Tras un breve comentario, elegiremos a un nuevo alumno para que con su cuerpo interprete una emoción, esta será la que se trabaje a continuación.

Momento de construcción del aprendizaje: En asamblea preguntaremos que es el enfado, cuando nos enfadamos y porqué. Entonces a través de varias tarjetas con emoticonos de diversos enfados empezaremos a describirlas y ver las diferencias. A continuación intentaremos poner la misma expresión de estas.

Después, jugaremos al juego del enfado. Éste consistirá en movernos libremente por la sala, pero cuando se diga enfado tenemos que permanecer quietos con una postura enfadada. Se repetirá varias veces.

A continuación, por parejas, uno mantendrá una postura de enfado y el otro deberá imitar esta postura y permanecer inmóvil. El resto de compañeros observaremos si se encuentran igual, y la posición, gesto y mirada son la misma.

Momento de despedida: Nos colocaremos en asamblea y realizaremos una cuña motriz (Nos vamos a la fila al ritmo de mis pies) para desplazarnos hasta el aula. Antes tendremos una despedida individualizada.

Sesión 4. La tristeza.

Objetivos:

- Comprender la expresión corporal de la emoción tristeza y sus diferentes expresiones a través de la observación a los compañeros.
- Entender que la tristeza no siempre es algo negativo, si no que nos puede ayudar en muchos casos.
- Desarrollar la tristeza a través de medios exteriores como es la música y comprender ésta.

Contenidos:

- Ser consciente de la comunicación no verbal del cuerpo y de su información, en este caso, tristeza, a través de ejercicios de observación.
- Comprensión de las diferentes formas de expresar tristeza y de su aparición a través de la música.
- Entendimiento de la expresión de la tristeza como un desahogo para ayudarnos a encontrarnos mejor.

Recursos materiales: tarjetas con emoticonos, colchonetas, cuento “La sopa de Don Nicanor”, equipo de música y canción “Kiss the rain de Yiruma”.

Temporalización: 35 minutos.

Descripción de la sesión:

Momento de encuentro: En la sala gimnasio, nos colocaremos en asamblea, recordaremos que hicimos la sesión anterior. Nos ayudaremos de las tarjetas con emoticonos y mandaremos salir a alguien que imite alguna de ellas. A continuación, otro alumno diferente deberá expresar sin palabras la emoción a trabajar hoy: la tristeza.

Momento de construcción del aprendizaje: A continuación, observaremos que en la sala hay varias colchonetas separadas, entonces cada uno elegirá una y se tumbará, se dará la opción de cerrar los ojos. Entonces, escucharemos una canción de fondo (Kiss the rain de Yiruma) la cual nos relajará, pero también, nos provocará muchas sensaciones, entre ellas la tristeza. A continuación, nos incorporaremos y nos pondremos todos en una. Entonces crearemos un diálogo de emociones, especificando en la tristeza a través de preguntas como, por qué nos ponemos tristes, como sabemos si alguien esta triste... Entonces, a partir de aquí, destacaremos el gesto, la postura y la mirada de una persona triste a través de salir al frente de uno en uno y hacer como que estamos tristes.

Después, para entender que estar triste no es algo malo contaremos el cuento de *La sopa de Don Nicanor* (Fernández, 2011) en el que se aprecia claramente que esta emoción nos desahoga

Ver anexo 2.

Momento de despedida: nos colocaremos en la asamblea y tendremos una despedida individualizada para salir de la posible tristeza en la que hayamos entrado. Nos pondremos en fila y con la cuña motriz “Nos vamos a la clase al ritmo de mis pies” lograremos por completo dejar a un lado “la tristeza” y activar el cuerpo para la siguiente sesión.

Sesión 5. El miedo

Objetivos:

- Diferenciar la emoción miedo y saber expresar corporalmente su esquema.
- Compartir con toda la clase que nos da miedo y comprender que tenemos objetos que nos lo quitan.
- Diferenciar la emoción miedo con otras, en este caso, la tristeza.

Contenidos:

- Diferenciación entre la emoción miedo y la tristeza, a través de su expresión corporal.
- Conocimiento de la emoción miedo y comprender que nos da miedo y porqué mediante un diálogo compartido.

Recursos materiales: no son necesarios en esta sesión.

Temporalización: 40 minutos

Descripción de la sesión:

Momento de encuentro: En asamblea, realizaremos un repaso oral de lo visto el día anterior. A continuación, como todos los días elegiremos a un alumno para que nos haga una representación corporal de la emoción a tratar hoy: el miedo.

Momento de construcción del aprendizaje: A continuación, preguntaremos que es el miedo, a que tenemos miedo y por qué... Una vez que todos hayan participado, elegiremos a un alumno para que represente como si tuviera miedo, entonces. El resto observará cómo lo hace, y poco a poco iremos nombrando a más miedosos, sin embargo, habrá uno que será triste. Triste deberá tocar al resto en su actuación sin ser descubierto para ir eliminando alumnos. Una vez estemos todos eliminados jugaremos a "Sin miedo". En este juego todos, menos uno, serán cosas que no den miedo y nos protejan, cada uno elegirá una cosa y lo dirá en alto. Entonces, el alumno que quede será el miedo, el cual no quiere dar miedo y para ello deberá pillar a todos sus compañeros. Se repetirá el juego varias veces.

Momento de despedida: A continuación, nos reuniremos en asamblea y comentaremos los juegos realizados. Tendremos una despedida individualizada.

Sesión 6. La curiosidad o la sorpresa

Objetivos:

- Conocer las emociones sorpresa y curiosidad así como su expresión corporal a través del juego del espejo y del objeto en sí.
- Comprender el porqué desarrollamos la sorpresa o curiosidad mediante un diálogo dirigido.
- Desarrollar la curiosidad e incitar a acabar con la misma, fomentar la sorpresa y comprender los momentos de aparición de las mismas.
- Recordar emociones ya trabajadas y demostrar su conocimiento.

Contenidos:

- Conocimiento de las emociones sorpresa y curiosidad así como la consciencia de los gestos, miradas, posiciones y movimientos que suponen.
- Adquirir sorpresa y curiosidad para lograr su comprensión.
- Repaso de emociones anteriormente trabajadas y demostrar su conocimiento.

Recursos materiales: caja con llave, globo y espejo.

Temporalización: 30-35 minutos.

Descripción de la sesión:

*La sesión a explicar se encuentra a la mitad de la propuesta didáctica, por ello servirá de repaso de las emociones ya vista y para comprobar el aprendizaje adquirido de las mismas, para en su defecto, volver a trabajarlas.

Momento de encuentro: El inicio de la sesión será como siempre, en asamblea se realizará un repaso del día anterior y se elegirá a un nuevo alumno para expresar corporalmente la emoción a trabajar para que el resto lo adivinen.

Momento de construcción del aprendizaje: A continuación, presentaremos una caja muy decorada y iniciaremos un diálogo sobre lo que puede haber ahí. Cuando

decidimos abrirla no podemos porque no tenemos la llave. Para obtener la llave debemos pasar una serie de pruebas.

1º Prueba. Por parejas jugaremos al espejo con las emociones ya trabajadas.

2º Prueba. Debemos decir que es la sorpresa y la curiosidad, como nos sorprendemos, si alguna vez hemos visto a alguien sorprendido, si nos gustan las sorpresas, si somos curiosos...

3º Prueba. Debemos representar la sorpresa con ayuda de un espejo.

Entonces, daremos una pista para mirar detrás del espejo donde encontraremos la llave de la caja. Antes de abrirla preguntaremos si estamos sorprendidos o somos curiosos. Al destapar la caja nos daremos cuenta que hay un globo con una cara dibujada, que será la pista para conocer la próxima emoción.

Momento de despedida: En fila, cada uno recibirá una despedida individualizada diferente para animar la curiosidad.

Sesión 7. La vergüenza.

Objetivos:

- Diferenciación de la emoción vergüenza a través de actividades comunicativas y expresivas.
- Conocimiento de diversos gestos, posturas, movimientos y miradas de la vergüenza mediante su expresión corporal y con ayuda de imágenes.

Contenidos:

- Diferenciar la emoción vergüenza y sus características expresivas/ corporales haciendo uso de la reflexión conjunta y con ayuda de imágenes.

Recursos materiales: globo y tarjetas con imágenes de vergüenza.

Temporalización: 30-35 minutos.

Descripción de la sesión:

Momento de encuentro: En asamblea se realizará un repaso de la sesión anterior. A continuación, utilizaremos el globo para averiguar cuál es la nueva emoción a trabajar, además, la maestra también pondrá la expresión correspondiente para facilitar la respuesta.

Momento de construcción del aprendizaje: Comenzaremos diciendo que es la vergüenza, porqué aparece, si influye en nuestras acciones, lo que nos ocurre en el rostro cuando la sentimos, donde colocamos las manos, los pies, el contoneo del cuerpo...Entonces, se expondrán varias imágenes de niños con vergüenza y los describiremos y colocaremos en la pared. A continuación, seremos nosotros los que iremos imitando una por una estas imágenes.

Por último, para comprobar si nos han quedado claros las distintas posturas de vergüenza nos dispersaremos por la clase y caminaremos en círculo. Cuando se diga “stop” todos deben tener un esquema corporal de vergüenza.

Momento de despedida: Nos reuniremos en la asamblea con una cuña motriz (Nos vamos a la asamblea al ritmo de mis pies) para recibir una felicitación por parte de la maestra e iniciar la siguiente sesión.

Sesión 8. La envidia

Objetivos:

- Comprender que es la envidia y las diferentes formas de expresión a través del trabajo descriptivo en equipo.
- Desarrollar habilidades de expresión de la envidia con ayuda de un espejo.

Contenidos:

- Conocimiento de la envidia y diferenciación emocional y corporal de la misma.

Recursos materiales: Tarjetas con situaciones de envidia y un espejo.

Temporalización: 40 minutos

Descripción de la sesión:

Momento de encuentro: En asamblea, se realizará un repaso de lo trabajado en la anterior sesión a través de un juego: *El vergonzoso*. A cada niño en bajito le indicaré que emoción tiene que expresar con el cuerpo, la maestra también juega y será quien tiene que mostrar vergüenza. Cuando todos estemos en nuestro papel nos debemos observar en silencio y el primero que sepa quién es el vergonzoso deberá decirlo, y éste ganará.

A continuación, el alumno ganador deberá expresar para todos sin hablar la emoción a trabajar con ayuda de la profesora.

Momento de construcción del aprendizaje: Se iniciará dialogando sobre la envidia, porque y cuando la tenemos, etc. A continuación, realizaremos dos equipos, cada uno con un capitán. Entonces se colocará sobre el suelo unas tarjetas boca abajo. Cada capitán elegirá una tarjeta y junto a su equipo deberá describir que ve, y si eso es envidia. Primero un equipo y después el otro hasta finalizar con las tarjetas.

A continuación, entre todos decidiremos si la vergüenza es una emoción positiva o negativa con ayuda de lo que vemos en las tarjetas. Después, frente al espejo exploraremos nuestro rostro y pondremos una cara de envidia.

Momento de despedida: Nos dirigimos a la asamblea para obtener una felicitación y una despedida individualizada.

Sesión 9. El amor

Objetivos:

- Diferenciar la emoción amor y las formas de expresión a través de juegos de rol.

Contenidos:

- Conocimiento de la emoción amor, los tipos y su expresión corporal.

Recursos materiales: espejo y colchonetas.

Temporalización: 35 minutos

Descripción de la sesión:

Momento de encuentro: En la sala gimnasio, en asamblea recordaremos que se hizo la anterior sesión. Para ello, con un espejo más pequeño se permitirá de uno en uno representar la envidia (la profesora lo realizará antes). A continuación, se elegirá a un alumno y expresará sin utilizar comunicación verbal la emoción a trabajar: el amor.

Momento de construcción del aprendizaje: Para comenzar se creará un diálogo sobre que es el amor, por quien lo sentimos, los tipos de amor que hay, como se demuestra, como aparece nuestro rostro, etc.

A continuación, nos levantaremos y nos cogemos de las manos en círculo. Entonces, todos nos daremos un gran abrazo. Después, por parejas se colocaran cada uno de la pareja en un extremo opuesto de la sala, de tal forma que cuando se dé una palmada debemos de ir corriendo a dar un abrazo a nuestra pareja, pero si son dos palmadas debemos de girarnos en nuestro sitio y dar la espalda, después se mirará otra vez al frente para esperar la siguiente orden. De esta forma, existirá una clara diferencia como expresamos amor y como rechazo.

Después, se tumbarán sobre unas colchonetas previamente colocadas y por parejas con ayuda de un balón, la pasaremos por el cuerpo como símbolo de amor, cariño y amistad para relajar a nuestro compañero. Luego se hará cambio de rol. Mientras este momento de sosiego escucharemos la banda sonora de titanic y la profesora aprovechará para sacar algunas fotos y posteriormente analizar la expresión que poseemos.

Momento de despedida: Poco a poco nos colocaremos en fila y para despertar del momento de sosiego nos trasladaremos al aula con una cuña motriz. (Nos vamos a clase al ritmo de mis pies).

Sesión 10. El rincón de las emociones.

Objetivos:

- Diferenciar y comprender todas las emociones trabajadas en anteriores sesiones a través de juegos vivenciales.
- Potenciar el trabajo de las emociones y saber que siempre las podemos recordar a través del rincón o con la observación diaria a los compañeros.

Contenidos:

- Conocimiento de todas las emociones vistas y su diferenciación a través de la expresión corporal.

Recursos materiales: Espejo, emoticonos con las ocho emociones, libro de la casa de la alegría y fotos del alumnado.

Temporalización: 45-50 minutos.

Descripción de la sesión:

Momento de encuentro: En asamblea, nos saludaremos e informaremos que será la última sesión de las emociones e iniciaremos otra propuesta el próximo día. Sin embargo, recordaremos que no debemos olvidar lo aprendido y así podrán saber que sienten los compañeros por su expresión, o si la profesora se enfada o no.

Tras este breve comentario se expondrán las fotos de la sesión anterior, donde observaremos y describiremos la mirada, el gesto y postura por el momento de sosiego vivido como símbolo de amor, amistad.

A continuación, seleccionaremos un rincón del aula para que sea “El rincón de las emociones”. En él situaremos nuestro libro de *La casa de la alegría*, las fotos de las sesiones y el espejo.

Momento de construcción del aprendizaje: Una vez situado nuestro rincón, nos pondremos de pie y realizaremos dos grupos en fila, una en frente de otra. Una fila tendrá emoticonos de algunas emociones ya conocidas, y la otra no. Entonces, de uno en uno deberá expresar corporalmente esa emoción y el compañero de la otra fila situado en frente deberá adivinar de qué emoción se trata. Cuando los primeros finalicen se irán al final de la fila y así sucesivamente. A continuación, con otras emociones ya vistas se cambiará el rol de las filas.

A continuación, colocaremos dos emoticonos separados por el suelo y comenzará a sonar música, cuando ésta se pare debemos colocarnos en el emoticono que más se parezca a lo que se ha sentido. Iremos añadiendo emoticonos por el suelo y escuchando diversos tipos de música. Además, en el momento de parar la música comentaremos porqué nos hemos colocado en un emoción u otra.

Finalmente, cada uno recogerá una emoción del suelo y las pegaremos en la pared de nuestro rincón.

Momento de despedida: En asamblea, felicitaremos al alumnado y nos despediremos de este proyecto con una pegatina de una cara sonriente en nuestra mano.

ANEXO 2: CUENTO “LA SOPA DE DON NICANOR”

La sopa de Don Nicanor

Don Nicanor es un oso que lleva sombrero, no es policía, sino cocinero. Para no mancharse se pone un enorme delantal.

Corre Probándolo todo, cierra los ojos y dice:

- *Mmmm... esta comida le falta sal.*

Nicanor, para ser un oso, no cocina nada mal. Hace helado de piña, espaguetis con tomate, batido de fruta y galletas con chocolate. Quienes probaban sus platos, cantaban de alegría:

- *¡Estupendo! ¡Fabuloso! ¡Qué rico está madre mía!*

Pero un día, ¡ffjate!, el bueno de Nicanor dio un traspie. ¡Plum!, se cayó todo el salero en la sopa de cordero.

- *¡Ay qué desastre! ¿Qué hago yo ahora, señor? – se iba poniendo triste el bueno de Nicanor.*

Primero se le arrugó el morro, y luego empezó a llorar:

- *¡Buaaa! ¡Con tanta sal esta sopa no se va a poder tragar!*

Qué tristísimo se pudo el pobre oso. De tanto llorar y llorar, las lágrimas saltaban a la sopa sin parar. Misterios de la cocina: la sopa con lágrimas esta riquísima. Cuando todos la probaron también lloraron, no porque tuvieran pena, sino por lo rica que estaba la cena