



Facultad de educación de Palencia

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

**PROPUESTA DE UNIDAD DIDÁCTICA SOBRE LAS EMOCIONES EN
EDUCACIÓN PRIMARIA**

TRABAJO FIN DE GRADO

GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA/MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA

AUTOR: ANTONIO GONZÁLEZ AJURIA

TUTOR: GUSTAVO GONZÁLEZ CALVO

PALENCIA, 2018

Resumen

En este Trabajo de Fin de Grado tiene como propuesta una Unidad Didáctica sobre las emociones, en las aulas de primero y segundo de EPO.

En él, se recoge una alternativa para trabajar las emociones dentro del aula en la asignatura de Educación Física.

Hemos elaborado cinco sesiones donde los alumnos estarán constantemente en contacto con las emociones. Los alumnos estarán trabajando sobre ellas.

Como hemos dicho al comienzo de este resumen las sesiones están programadas para primero y segundo. Este control emocional permitirá evitar más conflictos que puedan surgir en el aula.

Gracias al periodo de prácticas he podido poner en práctica alguna de las sesiones planteadas, lo cual ha resultado beneficioso ya que he podido comprobar si los objetivos propuestos en las sesiones son alcanzados por los diferentes alumnos.

Con esta Unidad Didáctica se busca que los alumnos conozcan su propio cuerpo y que sepan porqué reacciona de diferentes formas ante diferentes estímulos y situaciones.

Abstract

This Final Degree Project is about a Didactic Unit of emotions, in first and second grade of primary school.

I show some alternatives to work emotions in the classroom in the subject of Physical Education.

I have done five sessions in which students will be constantly working with their emotions.

As I said at the beginning of this summary, the sessions are for the first and second grade. The emotional control will avoid more conflicts that may appear in the classroom.

I have put in practice some of the sessions in my practice period. This practice, has been beneficial because in this way I could check if the proposed objectives at these sessions are going to be acquired by the students.

With this Didactic Unit students are going to know their own body and to why it reacts in different ways depending the stimuli and situations.

Palabras clave

Unidad didáctica, emociones, Educación Primaria, educación emocional, control emocional.

Key words

Didactic unit, emotions, Primary Education, emotional education, emotional control.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	6
2. JUSTIFICACIÓN.....	7
3. OBJETIVOS.....	10
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	11
4.1. CONCEPTO DE EMOCIÓN.....	12
4.2. CONCEPTO DE EDUCACIÓN EMOCIONAL.....	13
4.2.1. COMPETENCIA EMOCIONAL.....	14
4.2.2. ETAPAS EDUCATIVAS. EDUCACIÓN EMOCIONAL.....	18
4.3. CONCEPTO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	19
5. PRESENTACIÓN DE DATOS O DE LA PROPUESTA.....	21
5.1. INTRODUCCIÓN.....	21
5.2. ASPECTOS RELACIONADOS CON EL PEC.....	21
5.3. CARACTERÍSTICAS DEL ALUMNADO.....	23
5.4. PRINCIPIOS METODOLÓGICOS.....	24
6. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.....	26
6.1. OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y RELACIÓN CON LOS ELEMENTOS CURRICULARES.....	26
6.2. RELACIÓN DE LA UD CON LAS COMPETENCIAS CLAVE.....	26
6.3. RELACIÓN DE LA UD CON LOS OBJETIVOS GENERALES DE ETAPA.....	27
6.4. RELACIÓN DE LA UD CON LOS BLOQUES DE CONTENIDO, CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES.....	28
6.5. CONTENIDOS CONCEPTUALES, PROCEDIMENTALES Y ACTITUDINALES.....	30
6.6. CONTENIDOS TRANSVERSALES.....	31
6.7. TEMPORALIZACIÓN.....	32
6.8. EVALUACIÓN.....	32
6.9. DESCRIPCIÓN DE LAS SESIONES Y ACTIVIDADES.....	35

7. CONCLUSIONES.....	41
8. BIBLIOGRAFÍA.....	44
9. ANEXOS.....	46

1. INTRODUCCIÓN

En este trabajo de fin de grado, se plantea una propuesta de una unidad didáctica a desarrollar en el aula de Educación Física en los primeros cursos de Educación Primaria.

Esta unidad didáctica está relacionada con el trabajo de las emociones dentro del aula.

En un primer lugar, iniciaremos este documento con una pequeña reseña de los diferentes motivos por los cuales hemos elegido realizar este trabajo.

Tras esta pequeña justificación del tema escogido, realizaremos una lista con los diferentes objetivos que debemos alcanzar con la elaboración de este TFG. Estos objetivos debemos tenerlos en cuenta a lo largo de todo nuestro trabajo, ya que son parte fundamental de éste.

Otro de los aspectos que debemos tener en cuenta en la elaboración de este trabajo es la realización de un marco teórico, a partir del cual podremos situarnos y recabar la información suficiente para poder hacer una propuesta de intervención adecuada.

Una vez desarrollada esta fundamentación teórica, nos encontramos con la realización de la propuesta de intervención, esta propuesta consistirá en la realización de una Unidad Didáctica, que estará orientada a alumnos de primer y segundo curso de Educación Primaria. Como ya hemos reflejado anteriormente el tema sobre el que se va desarrollado esta propuesta son las emociones.

Para finalizar nos encontraremos con la elaboración de las sesiones que conforman la Unidad Didáctica. Tras este conjunto de sesiones nos dispondremos a realizar las conclusiones de nuestro trabajo, donde iremos realizando una pequeña conclusión por cada objetivo propuesto en el trabajo.

2. JUSTIFICACIÓN

A lo largo de mi vida de estudiante, me han surgido numerosas preguntas sobre por qué he reaccionado de manera determinada ante una situación o un problema.

Cada alumno es un mundo y reacciona de una manera diferente ante problemas o estímulos. Lo que hace que nuestro cuerpo regule nuestras acciones son las diferentes emociones que surgen dentro de nuestro cuerpo.

Mi experiencia como alumno ha derivado en mi cuerpo diferentes sensaciones que probablemente sean muy parecidas a otros, como todo lo contrario. Por eso me ha llamado la atención el poder ayudar a diferentes alumnos a controlar y saber que emociones o que le está sucediendo a mi cuerpo ante diferentes situaciones.

Considero que es fundamental tener en cuenta las emociones que pasan por los niños a lo largo de su periodo lectivo, y por otro lado que sepan identificarlas en su propio cuerpo y saber controlarlas de una manera determinada.

Por otro lado un control corporal-emocional adecuado en edades tempranas es fundamental para evitar posibles problemas en el futuro, haciendo referencia a Scales y Leffert (1999, en *Educación emocional y competencias básicas para la vida*, 2003) existen evidencias que demuestran que los jóvenes que experimentan un mayor bienestar personal, es menos probable que manifiesten comportamientos de riesgo y por el contrario se dan comportamientos donde estos alumnos cuiden su salud, muestren un buen interés por su rendimiento académico, etc.

Constantemente vemos como nuestra sociedad vemos como hay numerosos casos donde el acoso escolar está presente en muchas de las escuelas. A nivel social el control emocional supone una gran ayuda para los diferentes alumnos ya que identificando las diferentes emociones tanto en el propio cuerpo, como posibles emociones que pueden aparecer en el cuerpo de otros compañeros, se reduciría los diferentes conflictos que se puedan dar en el aula.

En relación con la educación física, me gustaría comprobar y experimentar si es una de las asignaturas que nos permitirá trabajar la identificación de emociones y reacciones en el cuerpo. Para Cury (2007) “si los jóvenes no aprenden a manejar sus pensamientos, serán un barco sin timón, títeres de sus propios problemas. La tarea más importante de la educación es transformar a los seres humanos en líderes de sí mismos, líderes de sus pensamientos y emociones.”

Por otro lado enlazando con lo anterior, también la posibilidad de aparición de conflictos en el aula es mayor en las diferentes actividades que se pueden realizar en Educación Física, ya que como he dicho la aparición de emociones en nuestro cuerpo es mucho mayor.

Hoy en día el nivel de formación de los maestros está cada vez más desprestigiado, y el recurso de tener una serie de estrategias para evitar conflictos y reducir en la medida de lo posible las malas conductas en el aula, resultaría un aspecto positivo sobre la formación de los alumnos.

En cuanto a los alumnos les ayudará en su educación el tener una respuesta a las diferentes preguntas que se le puedan ocurrir a lo largo de las actividades que realicen cada día. De acuerdo con lo que dice Cury (2007) “los maestros fascinantes saben que trabajar con las emociones es más complejo que trabajar con los más intrincados cálculos físicos y matemáticos. Las emociones pueden transformar a los ricos en pobres, a los intelectuales en niños y a los poderosos en seres frágiles.”

Esto puede derivar a un aprendizaje más individualizado, por lo que dotarlos de una serie de estrategias mediante las cuales ellos mismos puedan dar respuesta a esos problemas o dificultades, puede ser algo beneficioso para su aprendizaje.

En cuanto a la propuesta que se presenta hay que tener en cuenta una serie de bases legales, para adecuar las sesiones propuestas, con sus objetivos y sus contenidos adecuados. Debemos basarnos en una serie de Boletines oficiales que en este caso sería este *DECRETO 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula*

la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León, debido a que cada comunidad de rige de una manera diferente y pueden variar el contenido de éstos.

3. OBJETIVOS

A continuación, vamos a redactar los diferentes objetivos que intentaremos alcanzar con la realización de este trabajo de fin de grado.

- Recabar información sobre las diferentes emociones que se pueden dar en el aula de Educación Primaria.
- Planificar y enseñar una serie de actividades relacionadas con las emociones a través de una Unidad Didáctica en un aula de Educación Primaria.
- Promover un aprendizaje basado en la igualdad y el respeto hacia el resto de compañeros y hacia el mismo.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Las emociones nos dan información de cómo nos sentimos y qué camino tomar.

Todas las emociones son útiles y nos dan una dirección y un sentido.

Antes que nada, queremos hacer una breve referencia a diferentes definiciones de emoción. El Oxford English Dictionary (2012) define emoción como “agitación o perturbación de la mente; pasión; cualquier estado mental vehemente o agitado.” por otro lado el Diccionario de la Real Academia Española (2012) lo define como una alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática. Interés expectante con que se participa en algo que está ocurriendo.

Según Cagigal (1999) las emociones condicionan el modo en que cada uno vivimos las diferentes situaciones que configuran nuestra vida cotidiana. Estamos configurados como criaturas sensibles, ya que reaccionamos de manera diferente frente a diferentes estímulos que nos llegan desde el exterior.

La emoción es fundamental en la toma de decisiones Damasio (1996, en Mellado y Borrachero, 2014) esto es algo que afecta a las personas en su vida diaria y que cada individuo realiza de manera constante.

Podemos decir que las emociones es todo aquello que lleva al ser humano a tomar una serie de decisiones de manera instintiva, procurando satisfacer su bienestar e intentando escoger lo más adecuado para él en cada momento.

Vemos que el deporte es un arma de doble filo ya que puede tener un carácter educativo por la cantidad de valores que puede impregnar a los niños y un carácter anti educativo ya que a veces el afán de ganar y el estímulo de competitividad están por encima de los valores de respeto y deportividad.

Juntando las emociones y el deporte encontramos como cualquier juego deportivo constituye un auténtico laboratorio de reacciones emocionales, según Parlebas y Lagardera (2001, 1999, en Burgués, Llanes y Guiu 2014) que hace que cada individuo experimente sensaciones totalmente diferentes al realizar una práctica deportiva.

Existe una relación entre los distintos tipos de juegos deportivos y las distintas clases de emociones lo que supone un tema de gran importancia para el diseño, la aplicación y la evaluación de programas en el campo de la actividad física y el deporte orientados hacia el bienestar personal y social.

A continuación, voy a centrarme en una serie de conceptos, que considero que son importantes para poder realizar mi propuesta práctica relacionada con las emociones.

4.1. CONCEPTO DE EMOCIÓN.

Comenzaré este apartado con una pequeña definición que hace Rafael Bisquerra Alzina (2003, en *Educación emocional y competencias básicas para la vida.*) sobre este concepto este concepto como “un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno.”

Según Bisquerra (2003) para que se produzca una o varias emociones en el cuerpo humano deberá seguir una serie de pasos para que estas se lleven a cabo:

- 1) Las diferentes informaciones sensoriales, proporcionadas por los diferentes estímulos, llegan a los centros emocionales situados en el cerebro.
- 2) Debido a lo anterior nuestro cuerpo elaborará una respuesta neurofisiológica.
- 3) Por último, el neocórtex interpretará la información.

Uno de los aspectos a tener en cuenta en este concepto son los diferentes componentes que tiene. Según Bisquerra (2003) la emoción está formada por tres componentes: neurofisiológico, conductual, cognitivo.

El componente neurofisiológico se manifiesta mediante una serie de respuestas involuntarias, que el individuo no puede controlar, como son: taquicardia, sudoración, hipertensión, tono muscular, sequedad en la boca, etc.

El componente conductual, está relacionado con el comportamiento de cada individuo, y mediante una observación podemos deducir el tipo de emoción.

Las expresiones faciales, el lenguaje no verbal, el tono de la voz, movimientos del ritmo aportan señales del estado emocional del individuo. Todo esto puede entrenarse para poder llegar a disimular el estado emocional en el que te encuentras. Según Bisquerra (2003) “aprender a regular la expresión emocional se considera un indicador de madurez y equilibrio que tiene efectos positivos sobre las relaciones interpersonales”.

En cuanto el componente cognitivo Bisquerra lo relaciona con el término sentimiento. Él dice que, para distinguir entre el primer componente y el componente cognitivo, relacionamos el término emoción al estado corporal y el término sentimiento lo relacionamos con la sensación consciente.

4.2. CONCEPTO DE EDUCACIÓN EMOCIONAL.

Comienzo este apartado dando importancia a la definición que hizo Rafael Bisquerra Alzina (2003, en *Educación emocional y competencias básicas para la vida.*) de la educación emocional.

Bisquerra (2003) dice que la educación emocional “es un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, con objeto de capacitarlos para la vida. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social.”

Los objetivos generales de la educación emocional según Bisquerra (2003) se podrían resumir en los siguientes:

- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
- Identificar las emociones de los demás.
- Desarrollar la habilidad para regular las propias emociones.
- Prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas.
- Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
- Desarrollar la habilidad de automotivarse.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.
- Aprender a fluir.

Coincidiendo con Bisquerra los contenidos a tratar sobre las emociones pueden variar en función de las personas hacia las que va dirigido, es decir puede variar en función del nivel educativo, los conocimientos previos sobre las emociones, el nivel de madurez del individuo, etc.

En definitiva, los contenidos de la educación emocional están relacionados con una serie de diferentes temas:

- Dominar el marco conceptual de las emociones.
- Conciencia emocional.
- La regulación de las emociones.
- La motivación.
- Las habilidades socio-emocionales.
- La relación entre emoción y bienestar subjetivo.
- El concepto de fluir.
- Las aplicaciones de la educación emocional.

4.2.1. COMPETENCIA EMOCIONAL.

En este ámbito de las emociones hay que darle importancia también al concepto y tipos de competencia emocional.

Puedo destacar la definición que hace Bisquerra (2003, en *Educación emocional y competencias básicas para la vida.*) la definición de competencia: “conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y eficacia.”

Bisquerra relaciona e integra este concepto en el saber, saber hacer y saber ser.

En cuanto al concepto de competencia emocional Bisquerra (2003) lo define como “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales.”

Bisquerra distingue dos grandes bloques dentro de las competencias emocionales:

- a) Capacidades de autorreflexión (inteligencia intrapersonal): identificar las propias emociones y regularlas de una manera adecuada.
- b) Habilidad de reconocer lo que los demás están pensando y sintiendo (inteligencia interpersonal): entran aquí diferentes habilidades sociales, la empatía, captar la comunicación no verbal de otro individuo, etc.

La estructuración de las competencias emocionales según Bisquerra y sus definiciones, es la siguiente:

- 1. Conciencia emocional: “Capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado.”

1.1 Toma de conciencia de las propias emociones: capacidad para percibir los propios sentimientos y emociones propias, para poder identificarlos y etiquetarlos.

1.2 Dar nombre de las propias emociones: habilidad para utilizar un vocabulario emocional adecuado.

1.3 Comprensión de las emociones de los demás: capacidad para percibir las emociones y perspectivas de los demás. Capacidad para implicarse empáticamente en las experiencias emocionales de los demás.

- 2. Regulación emocional: “Capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas, etc.”

2.1 Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento: los estados emocionales influyen en el comportamiento, y estos comportamientos en la emoción.

2.2 Expresión emocional: capacidad para expresar las emociones de una manera adecuada

2.3 Capacidad para la regulación emocional: autocontrol de la impulsividad y tolerancia

a la frustración para prevenir estados emocionales negativos.

2.4 Habilidades de afrontamiento: habilidad para usar estrategias de auto-regulación para afrontar emociones negativas, para poder lograr una mejora en la intensidad y la duración de los estados emocionales.

2.5 Competencia para auto-generar emociones positivas: es esa capacidad para experimentar de forma voluntaria y consciente emociones positivas y disfrutar de la vida.

3. Autonomía personal (autogestión).

3.1 Autoestima: está relacionado con la propia persona. Tener una imagen positiva de sí mismo.

3.2 Automotivación: se define como la capacidad de automotivarse e implicarse emocionalmente en actividades diversas de la vida personal, social, profesional, etc.

3.3 Actitud positiva: tener la capacidad de automotivarse y tener una actitud positiva ante la vida.

3.4 Responsabilidad: intención de implicarse en una serie de comportamientos saludables, seguros y éticos. También consiste en asumir una responsabilidad en la toma de decisiones.

3.5 Análisis crítico de normas sociales: es aquella capacidad de evaluar de forma crítica diferentes mensajes sociales, relativos a normas sociales y comportamientos personales.

3.6 Buscar ayuda y recursos: tener una necesidad de apoyo y asistencia y saber identificarla para poder acudir a una serie de recursos apropiados.

3.7 Auto-eficacia emocional: uno acepta su propia experiencia emocional, y esta aceptación está de acuerdo con las creencias del individuo sobre lo que constituye un balance emocional deseable.

4. Inteligencia interpersonal: “La inteligencia interpersonal es la capacidad para

mantener buenas relaciones con otras personas. Esto implica dominar las habilidades sociales, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, actitudes pro-sociales, asertividad, etc.”

4.1 Dominar las habilidades sociales básicas: escuchar, saludar, despedirse, dar las gracias, pedir un favor, pedir disculpas, etc.

4.2 Respeto por los demás: apreciar y aceptar las diferencias individuales y grupales y valorar los derechos de todas las personas.

4.3 Comunicación receptiva: capacidad para atender a los demás tanto en la comunicación verbal como no verbal, para recibir los mensajes con precisión.

4.4 Comunicación expresiva: es esa capacidad para iniciar y mantener conversaciones, expresar los pensamientos y sentimientos con claridad, tanto en comunicación verbal como no verbal, para demostrar a los demás que han sido bien comprendidos.

4.5 Compartir emociones.

4.6 Comportamiento pro-social y cooperación: es la capacidad de aguardar turno, mantener actitudes amables con los demás.

4.7 Asertividad: consiste en mantener un comportamiento equilibrado, entre la agresividad y la pasividad.

5. Habilidad de vida y bienestar: “Capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables de solución de problemas personales, familiares, profesionales y sociales. Todo ello de cara a potenciar el bienestar personal y social.”

5.1 Identificación de problemas: es aquella capacidad para identificar situaciones que requieren una solución.

5.2 Fijar objetivos adaptativos: capacidad para fijar objetivos positivos y realistas.

5.3 Solución de conflictos: es aquella capacidad para afrontar una serie de conflictos

sociales y problemas interpersonales, aportando una serie de soluciones.

5.4 Negociación: capacidad de resolver conflictos en paz.

5.5 Bienestar subjetivo: ser capaces de disfrutar de ese bienestar subjetivo y ser capaz de transmitirlo a las personas con las que se interactúa.

5.6 Fluir: ser capaz de generar experiencias óptimas en la vida profesional, personal y social.

4.2.2. ETAPAS EDUCATIVAS. EDUCACIÓN EMOCIONAL.

Nuestra labor como docentes es ser capaces de educar a los alumnos para que en un futuro sean unos adultos independientes y capaces de resolver cualquier problema que se plantee de forma eficiente y que sean por otro lado capaces de relacionarse de forma positiva y adecuada con diferentes personas de la sociedad.

La *Guía breve de Educación Emocional* (p.13) dice que: “la educación emocional tiene como objetivo el desarrollo de competencias emocionales, que de forma positiva ayuden a la formación de una personalidad integral, a través de actividades y programas educativos que contemplen no sólo los aspectos intelectuales, sino también aspectos socio-emocionales, motivacionales y valores.”

El medio educativo ofrece una serie de oportunidades para dotar una serie de diferentes modelos de dinámicas relacionales o de interacción social a partir de las cuales el alumno puede aprender a relacionarse y a gestionar sus propios sentimientos y emociones.

Haciendo referencia a la *Guía breve de Educación Emocional*, el papel de los tutores y del profesorado es fundamental para favorecer un modelo educativo de equilibrio y buen manejo emocional y social.

los educadores tienen que ser capaces de transmitir valores positivos y ser modelos adecuados que permitan que los alumnos tengan un aprendizaje basado en la imitación de habilidades sociales y emociones positivas.

Por otro lado, como futuros educadores, debemos ser capaces de ayudar a los niños a que se marquen una serie de objetivos realistas y de ofrecerles un método adaptado a esos objetivos para que su aprendizaje sea eficaz y constructivo.

A continuación, vamos a realizar una breve explicación sobre las emociones y la relación que tienen con las diferentes etapas de la educación.

En las etapas de Educación Infantil y hasta segundo de Educación primaria, los alumnos van adquiriendo una serie de capacidades socio-emocionales a través de diferentes actividades lúdicas, juegos de imitación, adivinanzas, semejanzas y diferencias, etc.

De tercero de Educación Primaria en adelante el entorno social cada vez es más importante, la labor del docente es que el alumno desarrolle la asertividad, para lo que es necesario que estos sepan saber pensar, conocer y controlar sus propias emociones y vivir ciertos valores morales.

Que los alumnos aprendan a decir y hacer en cada momento lo más justo y eficaz, para que puedan relacionarse con las demás personas sin dificultad.

Como bien dice esta guía la escuela no sólo hay que formar en cuanto a materias curriculares sino también en cuanto a la relación del niño con el mundo social en el que se desarrolla. Hay que preparar a los alumnos para el cambio al instituto y posteriormente al mundo laboral y social, favoreciendo el desarrollo de la autonomía, autoestima y resto de capacidades relacionadas con la relación interpersonal.

4.3. CONCEPTO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL.

Haciendo referencia a la *Guía breve de Educación Emocional* para familiares y educadores creada por la Asociación Elisabeth d'Ornano para el trastorno de déficit de atención e hiperactividad, el término de inteligencia emocional lo define de la siguiente manera: “capacidad para conocer y entender qué sentimos y qué sienten los otros, para poder así gestionar (modificar), y dominar (controlar), las emociones.”

De acuerdo con esta guía en la actualidad se considera persona inteligente aquella que

es capaz de resolver problemas, tienen éxito en la vida, en los estudios, en el trabajo, etc. Sin embargo, también se les considera personas inteligentes a aquellas que, sin tener una gran formación académica, o una gran vida laboral, son capaces de resolver de forma exitosa los problemas que les va planteando la vida, son capaces de tomar decisiones adecuadas por sí mismos, sin tener ningún tipo de formación.

Esta *Guía breve de Educación Emocional* hace referencia que el término inteligencia emocional fue popularizado por Daniel Goleman en su libro *Emotional Intelligence* (1995), éste considera que la inteligencia emocional es la capacidad para identificar los propios sentimientos y los de los demás, así como la capacidad para gestionarlos de forma adecuada y funcional. Por otra parte, considera que la inteligencia emocional se puede organizar entorno a cinco capacidades: conocer las emociones y sentimientos propios, reconocerlos, manejarlos, crear la propia motivación y gestionar las relaciones.

La inteligencia emocional comprende la inteligencia intrapersonal e interpersonal, tal y como hace referencia la *Guía breve de Educación Emocional* (p.2) en relación a lo que dice Howard Gardner.

Gardner (1983, en *Guía breve de Educación Emocional*) dice que en la inteligencia intrapersonal se encontrarán una serie de habilidades prácticas, que son: autoconciencia, control emocional y capacidad de motivarse y motivar a los demás.

Las habilidades prácticas que relaciona con la inteligencia interpersonal son: la empatía y las habilidades sociales relacionadas con la popularidad, el liderazgo y la eficacia interpersonal.

5. PRESENTACIÓN DE DATOS O DE LA PROPUESTA

5.1. INTRODUCCIÓN

La propuesta de intervención que vamos a llevar a cabo en este TFG será la realización de una programación la cual intentaremos, en la medida de lo posible, poner en práctica a lo largo de mi periodo de prácticas. Ésta programación consistirá en la realización de cinco sesiones, que se llevarán a cabo en el aula de Educación Física, donde los alumnos trabajarán actividades relacionadas con las emociones.

Los alumnos trabajarán en estas sesiones las diferentes competencias emocionales, explicadas anteriormente en el apartado de marco teórico.

Consideramos que el trabajo de las emociones de los alumnos es fundamental para que en un futuro se desarrollen como personas, por lo tanto, la realización de estas sesiones, las vamos a poner en práctica en dos clases de primero de Educación Primaria y dos clases de segundo de Educación Primaria.

5.2. ASPECTOS RELACIONADOS CON EL PEC

Como ya hemos dicho anteriormente, la unidad didáctica se va a desarrollar en las aulas de primero y segundo de primaria del colegio Fernando de Rojas (Burgos).

Este colegio de titularidad pública, está situado en el barrio de Gamonal. Este barrio se caracteriza por un nivel económico de las familias que va desde un nivel medio a un nivel bajo ya que es un barrio mayoritariamente obrero. El barrio de Gamonal cuenta con zonas deportivas, centros culturales y otros centros docentes muy cercanos al colegio al que nos referimos que pueden ser empleados para diferentes contextos

educativos, como pueden ser actividades deportivas, visitas a distintos centros de ocio (centros cívicos, bibliotecas...).

La población de este barrio tiene una tendencia a crecer rápidamente ya que las nuevas construcciones son ocupadas en su mayoría por parejas jóvenes. La familia tipo de este colegio es la familia con uno o dos hijos, aunque esta tendencia está cambiando debido a la llegada de familias extranjeras con más de dos hijos, ya que el porcentaje de este tipo de familia es mayor, aunque también puede existir la posibilidad de tener un solo hijo. El colegio cuenta con jornada continua, madrugadores y servicio de comedor que facilita la conciliación familiar-escuela. Por otro lado, el colegio ofrece actividades extraescolares, como diferentes deportes (fútbol, baloncesto, judo, tenis de mesa...), informática y clases de apoyo.

El C.E.I.P Fernando de Rojas fue nombrado centro de integración preferente de discapacidad motora por lo que cuenta con diversas medidas de atención a la diversidad reflejadas en su Plan de Atención a la Diversidad, como diferentes adaptaciones de material o eliminar el mayor número posible de barreras arquitectónicas.

El colegio cuenta con cuatro edificios en los que se imparte educación infantil y educación primaria. Tiene seis clases por nivel y capacidad para 1350 alumnos. El colegio cuenta con maestros generalistas y especialistas que cubren todos los ámbitos educativos necesarios. Está dotado con el profesorado de las especialidades siguientes: Educación Infantil, Educación Primaria, Lengua Inglesa, Educación Física, Música, Pedagogía Terapéutica, Audición y Lenguaje y Religión. También cuenta con servicios de apoyo como Fisioterapeutas y Ayudantes Técnicos Educativos destinados generalmente a los alumnos con discapacidad motora. Los centros adscritos en los que se continúa la educación de los alumnos son el IES “Félix Rodríguez de la Fuente” y el IES “Pintor Luis Sáez”.

A lo largo de esta Unidad Didáctica, establecemos una relación clara con el Plan de Convivencia ya que, la unidad busca crear un clima de respeto entre todos los

compañeros de clase en situaciones donde se trabajen las emociones y esto va a tener una gran importancia a la hora de evaluar y calificar al alumnado.

5.3. CARACTERÍSTICAS DEL ALUMNADO

Como ya hemos introducido anteriormente, esta unidad didáctica estará enfocada para dos clases de primero y dos clases de segundo. Solo vamos a realizar esta unidad didáctica en estas cuatro clases ya que son las que le corresponden a mi tutor de prácticas del centro.

El número de alumnos que conforman las clases, de primero C y D va a ser de veinticinco alumnos. El porcentaje de alumnos en cuanto al sexo es muy parecido, en la clase de primero C sí que son 4 chicas más que chicos, pero esto no supondrá un problema para la realización de las diferentes sesiones.

A simple vista observamos que las características psicopedagógicas de los diferentes alumnos son comunes. En esta clase no hay ningún alumno que presente dificultades motóricas, que le impidan realizar las diferentes actividades propuestas.

Las clases tanto de segundo E y F son algo diferentes, el número que las componen es algo menor, estas clases están compuestas por veinticuatro alumnos. En estas dos clases sí que existen alumnos con alguna discapacidad, en concreto dos alumnos, uno en cada clase. Como ya he dicho en el apartado anterior el colegio es un centro de integración preferente a alumnos con problemas motóricos, y dispone de una serie de fisioterapeutas que trabajan con estos alumnos varia veces por semana. Uno de estos dos alumnos, tiene muchas más dificultades que el otro. Este alumno solo forma parte del grupo en el aula de Educación Física una vez por semana y la figura del fisioterapeuta se encuentra presente, por lo que podrá elaborar las actividades con su ayuda.

En cuanto al clima de las aulas es bastante bueno a pesar de que podemos observar varios problemas a la hora de realizar los grupos para las actividades, en las cuales siempre hay algún alumno que se queda solo. Suele coincidir con aquellos alumnos que tienen dificultad para relacionarse con otros. También se dan conflictos a la hora de

participar en las actividades, puesto que en muchas ocasiones hay alumnos, generalmente los mismos, que tratan de monopolizar la situación bien sea con comportamientos disruptivos o tratando de ser los únicos en contestar a las cuestiones planteadas al grupo. Esto hace que varios de los compañeros se sientan molestos ya que también quieren participar y no ven esa posibilidad.

5.4. PRINCIPIOS METODOLÓGICOS.

En cuanto al apartado de metodología podemos decir que son muchos los aspectos metodológicos que tenemos que tener en cuenta como profesores de Educación Física para poder conseguir una participación adecuada de los alumnos en las clases. El profesor operará en función de los objetivos establecidos anteriormente, por lo que habrá multitud de formas de poder actuar.

A partir de las cinco sesiones que vamos a realizar sobre las emociones nuestra intención es que todos los alumnos participen en las actividades y que el clima de trabajo en el aula sea adecuado. Intentaremos trabajar como ya hemos dicho anteriormente la adquisición progresiva de capacidades para que su aprendizaje sea más llevadero y no se saturen a lo largo de las sesiones.

A la hora de realizar las actividades les daremos una explicación sencilla inicial y les dejaremos experimentar y que se equivoquen junto con sus compañeros para que puedan desarrollar el aprendizaje por descubrimiento, ya que les resultaría más pesado para ellos adquirir todas las pautas y conceptos de manera teórica. Gracias también a la realización de varias actividades por grupos les facilitará llegar al resultado poniendo en común con sus compañeros las diferentes respuestas.

En cuanto al modelo de trabajo que vamos a utilizar como base de nuestra Unidad, es el Aprendizaje Cooperativo que, como lo definió Fernández-Río (2014) consiste en un”

modelo pedagógico en el que los estudiantes aprenden con, de y por otros estudiantes a través de un planteamiento de enseñanza-aprendizaje que facilita y potencia esta interacción e interdependencia positivas y en el que el docente y estudiantes actúan como co-aprendices.”

Debe cumplir una serie de características esenciales toda estructura de aprendizaje para que pueda ser considerada como cooperativa:

- Interdependencia positiva: todos los miembros del grupo dependen unos de otros para alcanzar el objetivo.
- Interacción promotora: los miembros del grupo deben estar en contacto en todo momento para poder ayudarse
- Responsabilidad individual: cada persona del grupo debe ser responsable e una parte del trabajo global.
- Procesamiento grupal: todo el grupo debe procesar la información de manera conjunta.
- Habilidades sociales: los miembros del grupo desarrollaran habilidades de comunicación interpersonal (animar, escuchar activamente...), para la gestión (compartir, medir...) o de liderazgo (explicar, dirigir...).

6. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

6.1. OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y RELACIÓN CON LOS ELEMENTOS CURRICULARES

- Identificar las propias emociones y sentimientos, que se producen en el cuerpo, mostrando interés por aprender ayudando o ser ayudado a/por el resto de compañeros.
- Saber expresar de manera corporal las diferentes emociones, que trabajaremos a lo largo de las sesiones, ya sea de manera individual o en grupo.
- Identificar diferentes comportamientos y relacionarlos con una emoción determinada, en el cuerpo de los compañeros, con posturas de cooperación y de respeto hacia ellos.
- Saber controlar el propio cuerpo a la hora de manifestar cualquier emoción y utilizarlo de manera positiva durante las sesiones planteadas.

6.2. RELACIÓN DE LA UD CON LAS COMPETENCIAS CLAVE

Competencias clave.	1	2	3	4	5	6	7
Competencias clave relacionadas con la UD	X			X	X	X	

(1. Comunicación lingüística; 2. Matemática; 3. Digital; 4. Aprender a aprender; 5. Sociales y cívicas; 6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor; 7. Conciencia y expresiones culturales.)

- Con la competencia en la comunicación lingüística trabajaremos habilidad para utilizar la lengua, expresar ideas e interactuar con otras personas de manera oral o escrita.
- A través de la competencia aprender a aprender el alumno desarrollará su capacidad para iniciar el aprendizaje y persistir en él, organizará sus tareas y tiempo, y trabajará de manera individual o colaborativa para conseguir un objetivo.
- A partir de las competencias sociales y cívicas los alumnos desarrollarán capacidades para relacionarse con las personas y participar de manera activa, participativa y democrática en la vida social y cívica.
- Mediante el sentido de iniciativa y espíritu emprendedor trabajarán las habilidades necesarias para convertir las ideas en actos, como la creatividad o las capacidades para asumir riesgos y planificar y gestionar proyectos.

6.3. RELACIÓN DE LA UD CON LOS OBJETIVOS GENERALES DE ETAPA

A continuación, mostramos los objetivos generales que se van a trabajar en la Unidad didáctica.

- Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.
- Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.
- Respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.

Como se puede ver, la mayoría de los objetivos que se tratan sobre la convivencia y el respeto a los demás que como hemos explicado anteriormente es lo que se busca en esta

Unidad Didáctica y relacionarlo con las diferentes emociones que se traten en las diferentes actividades de las sesiones, para que en un futuro sepan controlarse y utilizarlas de una manera adecuada.

6.4. RELACIÓN DE LA UD CON LOS BLOQUES DE CONTENIDO, CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES.

CURSO: PRIMERO DE PRIMARIA

CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES
<p>BLOQUE 1 - Estrategias para la resolución de conflictos: utilización de normas de convivencia, conocimiento y respeto de las normas y reglas de juego, y valoración del respeto a los demás, evitando estereotipos y prejuicios racistas.</p>	<p>1. Opinar coherentemente con actitud crítica, tanto desde la perspectiva de participante como de espectador, ante las posibles situaciones conflictivas surgidas, participando en debates, y aceptando las opiniones de los demás.</p>	<p>1.3. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.</p>
<p>BLOQUE 2 -Valoración y aceptación de la propia realidad corporal aumentando la confianza en sus posibilidades, autonomía y autoestima.</p>	<p>3. Ser capaz de percibir diferentes sensaciones corporales. 4. Conocer, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.</p>	<p>3.1. Reconoce y expresa de forma oral sensaciones que el ejercicio produce en su cuerpo. 4.1. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase.</p>
<p>BLOQUE 4 - Aceptación de distintos roles en los juegos.</p>	<p>2. Participar y disfrutar en el juego ajustando su actuación, tanto en lo que se refiere a aspectos motores, como a aspectos</p>	<p>2.2. Acepta desempeñar diferentes roles en las situaciones de juego.</p>

	de relación con los compañeros.	
BLOQUE 5 -Exteriorización de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, con desinhibición.	1. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.	1.1. Representa personajes, situaciones, ideas, sentimientos utilizando los recursos expresivos del cuerpo individualmente, en parejas o en grupos.

CURSO: SEGUNDO DE PRIMARIA

CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES
BLOQUE 1 - Estrategias para la resolución de conflictos: utilización de normas de convivencia, conocimiento y respeto de las normas y reglas de juego, y valoración del respeto a los demás, evitando estereotipos y prejuicios racistas.	1. Opinar coherentemente con actitud crítica, tanto desde la perspectiva de participante como de espectador, ante las posibles situaciones conflictivas surgidas, participando en debates, y aceptando las opiniones de los demás.	1.3. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.
BLOQUE 2 - Valoración y aceptación de la propia realidad corporal aumentando la confianza en sus posibilidades, autonomía y autoestima.	3. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva.	3.1. Acepta su realidad corporal y la de los otros. 3.3. Muestra interés y disposición por participar.
BLOQUE 4 - Identificación de los valores fundamentales del juego: el esfuerzo personal, la confianza en las propias posibilidades, la relación con los demás y la aceptación del resultado. Comprensión y aceptación de las normas de	3. Participar con interés y autonomía en todo tipo de actividades respetando a las personas, las normas, los materiales y los espacios utilizados.	3.1. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase.

juego.		
BLOQUE 5 - Exteriorización de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento con desinhibición. - Utilización del teatro y la mímica como medios para desarrollar la expresión corporal y la expresión no verbal. Imitación de personajes, objetos y situaciones.	1. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.	1.1. Utiliza los recursos expresivos del cuerpo para comunicarse y realizar representaciones sencillas. 1.3. Expresa con mímica situaciones cotidianas. 1.4. Entiende las expresiones corporales de los compañeros.

6.5 CONTENIDOS CONCEPTUALES, PROCEDIMENTALES Y ACTITUDINALES.

- Conceptuales:

Los contenidos conceptuales van a versar sobre un conocimiento táctico básico de las emociones, así como de algún concepto clave referido a algún rasgo específico de ellas. Tienen carácter teórico y van a permitir que la unidad mantenga el ritmo progresivo de adquisición del aprendizaje que buscamos ya que si previamente el alumno tiene una noción teórica de lo que va a realizar de forma práctica, esta segunda parte va a resultar mucho más fluida. Por otra parte, al relacionar teoría y práctica, se produce un aprendizaje significativo, que mucho más motivante para el alumno que si no es capaz de ver esta relación.

1. Conocimiento de las diferentes emociones y sus rasgos específicos.
2. Relación de nuestra expresión corporal con cada emoción.
3. Efecto que tiene las emociones en mi cuerpo.
4. Conocimiento de las emociones que adopta mi cuerpo con más normalidad.

- Procedimentales:

Los contenidos procedimentales buscan relacionar teoría y praxis como ya hemos explicado anteriormente.

1. Asimilación de nuevas habilidades. Aplicación de los movimientos y conceptos básicos que les permita realizar las actividades de manera autónoma.

- Actitudinales

Se busca mediante estos contenidos actitudinales potenciar el buen clima en el aula, la integración y el trabajo en equipo, así como la motivación de cara a aprender cosas nuevas de ámbito del aprendizaje.

1. Resolución pacífica de conflictos. Referido a actitudes de respeto hacia la derrota o la victoria, y así no exaltar sus emociones delante del rival.

2. Valoración del esfuerzo personal y colectivo en los diferentes tipos de juegos que sean realizados.

3. Respeto de las normas de uso de los materiales de trabajo, así como a las normas de seguridad que se deben seguir en el trabajo con estos.

4. Inclusión de alumnos con problemas y actitudes de respeto hacia estos.

6.6. CONTENIDOS TRANSVERSALES

Los elementos transversales que se van a trabajar en esta Unidad Didáctica son la comprensión Oral (no siendo trabajada la escrita) y la Educación en Valores.

En cuanto a Expresión Oral, se pretende que el alumnado comprenda las instrucciones dadas a la hora de realizar las diferentes actividades relacionadas con las emociones.

Se debe destacar la importancia de la Educación en valores y Emprendimiento con la que se pretende impregnar al alumnado los valores de tolerancia, empatía, asertividad, trabajo en equipo etc. ya que esto va a ser uno de los puntos fundamentales en la evaluación de los alumnos.

6.7. TEMPORALIZACIÓN

La Unidad Didáctica se va a dividir en seis sesiones en las que buscaremos una progresión de aprendizajes para que no se produzca un exceso de información que dificulte la adquisición de los conceptos y destrezas de la Unidad.

Como hemos visto en López Pastor, V. (coord.) y Otros. (2001) vamos a emplear el modelo de sesión propuesto por Rivera, Torres y Moreno (1997) y Santos y Martínez (1998) que divide la sesión en tres partes muy diferenciadas: una presentación que se realiza en un diálogo en semicírculo, tareas motrices y por último se realiza una reflexión en semicírculo.

6.8.EVALUACIÓN

6.8.1. EVALUACIÓN DEL ALUMNADO

Evaluación	Procedimiento eval.	Instrumento calificación	%	Criterios de calificación
Adquisición de habilidades motrices en	El profesor tomará notas de las que obtendrá los datos	Diario de anécdotas (sección desarrollo	15	El alumno muestra una mejora en cuanto a la realización de

relación con lo que se trabaje.	necesarios para calificar	motriz)		desplazamientos y movimientos tácticos con relación a lo que se está trabajando.
Comportamiento, motivación y trabajo con los compañeros.	El profesor tomará notas de las que obtendrá los datos necesarios para calificar	Diario de anécdotas (sección de comportamiento)	40	El alumno que participa, ayuda a los compañeros y mantiene una actitud de respeto tendrá una valoración alta.
Escenificación de las emociones.	El profesor realizará una rúbrica de evaluación	Rúbrica estandarizada	40	La nota será obtenida de la nota de la coev. y la nota del profesor. Se valorará la originalidad, adecuación, coordinación...
Porcentaje del profesor	Valoración personal del profesor a cada alumno.		5	El profesor valorará subir o no este 5% a partir de su propio criterio, basándose en el nivel del alumno y sus capacidades y

				cómo ha cumplido con lo que se le pedía, su comportamiento, etc.
--	--	--	--	--

6.8.2. EVALUACIÓN DEL PROCESO E-A

En cuanto a la evaluación del alumnado la llevaremos a cabo mediante la observación sistemática de cada uno de ellos, evaluando tanto su participación, su trabajo y su actitud.

Con este método de evaluación, el cual será brevemente explicado a los alumnos al inicio de la primera sesión de la Unidad, buscamos que los alumnos sean conscientes de la importancia que va a tener en su nota el esfuerzo y el trabajo con el compañero. Se busca que ya desde el principio, el alumno se muestre interesado en aprender y en dejarse ayudar.

Para especificar de un modo más claro cómo va a ser calculada la nota, proponemos los siguientes porcentajes:

- 40% Nota extraída de las coevaluaciones de la escenificación y de la nota del profesor.
- 40% Esfuerzo, participación, comportamiento y trabajo con los compañeros.
- 15% Adquisición de los objetivos motrices.
- 5% Porcentaje a criterio del profesor.

6.9. DESCRIPCIÓN DE LAS SESIONES Y ACTIVIDADES

En el siguiente punto se realizará una descripción detallada de las cinco sesiones que conforman la Unidad Didáctica.

Esta explicación se realizará en modo de tabla en la que se indicaran los siguientes apartados: agrupamientos, materiales utilizados, objetivos y el desarrollo de la sesión.

SESIÓN 1
AGRUPAMIENTOS
Durante esta sesión se realizarán varias actividades, en las cuales las agrupaciones serán diferentes. En el omento que haya que hacer agrupaciones, los grupos deberán estar compuesto de 5 alumnos.
MATERIALES
Bolsa de emociones (cartulinas con diferentes emociones). Petos de colores.
OBJETIVOS
Identificar y representar de manera adecuada los rasgos más característicos de una determinada emoción.
DESARROLLO
<ul style="list-style-type: none">• Parte inicial. En esta parte inicial realizaremos una pequeña introducción sobre el tema de las emociones y lo que van a consistir las diferentes sesiones que vamos a realizar durante las siguientes semanas. Comenzaremos realizando una serie de preguntas para comprobar el conocimiento de los alumnos sobre el tema y así tener una idea clara sobre qué temas abordar durante las sesiones.• Parte principal. Esta parte principal constará de dos actividades, que son las siguientes: Primera actividad: esta primera actividad servirá de activación corporal ya que será el primer contacto de la clase con la sesión motóricamente hablando, la actividad consistirá en que uno de los integrantes del aula tendrá

que pillar (llevará puesto un peto para que se identifique al pillador) al resto de compañeros de la clase contagiando una emoción que previamente habrá dicho el maestro, el alumno que pilla deberá ir corriendo realizando gestos corporales relacionados con la emoción dicha. Para esta primera actividad se utilizarán emociones sencillas que previamente hemos sabido que les resultan familiares, debido a las preguntas realizadas en la parte inicial de la sesión. Segunda actividad: esta tendrá un peso mayor de tiempo de la sesión, esta consistirá en la representación por equipos de 5 personas, la emoción que les toque de la “bolsa de emociones”, el objetivo es que los otros equipos adivinen que emoción están representado.

- Parte final. Esta última parte consistirá en hacer un pequeño juego de vuelta a la calma, en este caso será: “¿Quién falta?”. Este juego consistirá en que varios alumnos se esconderán y uno de los alumnos se irá fuera del espacio de juego, una vez escondidos los compañeros, este entrará y tendrá que decir el nombre de los alumnos que están escondidos.

Una vez acabado este juego nos reuniremos en círculo y hablaremos sobre la sesión repasando los aspectos claves que se han trabajado.

SESIÓN 2
AGRUPAMIENTOS
En las actividades que sean grupales, el número de alumnos que formarán el grupo serán 4.
MATERIALES
Carteles con emoticonos. Imágenes de deportistas en diferentes situaciones.
OBJETIVOS
<ul style="list-style-type: none"> • Identificar y representar de manera adecuada los rasgos más característicos de una determinada emoción.

- Saber relacionar una determinada emoción con un aspecto de la vida cotidiana.

DESARROLLO

- Parte inicial. Realizaremos una pequeña puesta en común de las ideas principales trabajadas en las anteriores sesiones, para que vayan asimilando los conceptos principales de estas sesiones.

Realizaremos un pequeño juego de calentamiento: “El Tiburón”. Este juego consistirá que en la línea central del terreno de juego se pondrán una gran fila de colchonetas que divida al espacio en dos. Uno de los alumnos hará de tiburón que solo podrá pillar a los demás alumnos si se encuentran en las colchonetas, la peculiaridad del tiburón es que solo puede pillar a cuatro patas. En el momento de que uno de los otros alumnos sea pillado pasará a ser tiburón.

- Parte principal. En esta parte de la sesión enlazaremos la actividad de las emociones que realizamos en la sesión anterior. En la primera actividad entrarán en juego los diferentes emoticonos. Se dispondrán diferentes carteles de los emoticonos por las paredes del espacio de juego, cada grupo sacará una emoción determinada y deberán ir hacia el emoticono que ellos creen que se corresponde con dicha emoción, de la manera en que mande el profesor (diferentes tipos de desplazamientos). La segunda actividad que se realiza en esta sesión: esta actividad también se realizará por grupos, a cada grupo se les dará una imagen de diferentes situaciones deportivas, en las que tienen que identificar las emociones que vean y representarlas hacia el resto de la clase.
- Parte final. Nos sentaremos en círculo y reflexionaremos sobre los diferentes aspectos de la vida donde tenemos emociones muy diferentes, haciendo relación a las imágenes sobre deportistas con las que hemos estado trabajando.

SESIÓN 3

AGRUPAMIENTOS

Las actividades que vamos a realizar en esta sesión van a necesitar agrupamientos de 5

y 2 personas.

Otra de las actividades que vamos a realizar necesitaremos que la clase se divida en dos partes.

MATERIALES

Colchonetas.

Antifaces.

Pelotas de tenis.

OBJETIVOS

Mostrar un constante respeto a las normas que se pacten al comienzo de las actividades.

DESARROLLO

- Parte inicial. Comenzamos otro aspecto que se trabaja en la unidad didáctica, por lo tanto, antes de comenzar realizaremos una pequeña introducción y mantendremos un diálogo con los alumnos y veremos el conocimiento que tienen sobre este tema.
- Parte principal. Esta parte estará compuesta por tres actividades sencillas en las que trabajarán la confianza en sí mismos y en sus compañeros. La primera actividad consistirá en realizar desplazamientos de uno de los compañeros del grupo encima de la colchoneta hacia un lugar del espacio de juego. Se realizarán tantos desplazamientos como el maestro indique. El alumno que se encuentra encima de la colchoneta se encontrará en una posición muy rígida como si de una tabla se tratase para que facilite su transporte a los compañeros. La segunda y tercera actividad se realizarán con uno de los miembros de la pareja con los ojos tapados por un antifaz. La segunda actividad consistirá en realizar desplazamientos de manera que uno de los integrantes de la pareja irá indicado de diferentes maneras al otro miembro de la pareja (ojos tapados) por donde desplazarse, mediante indicaciones de voz o pequeños toques en los hombros. Esta actividad servirá de pequeño calentamiento para la última actividad de la sesión que consistirá en una pequeña competición donde se

dividirá a la clase en dos grupos. Aunque la clase se haya dividido en dos grupos las parejas que se han formado en la actividad anterior, se seguirán respetando, es decir habrá dos equipos de parejas. Se lanzarán por el terreno de juego muchas pelotas de tenis y se colocará una cesta en un extremo del terreno de juego y otra cesta situada en la posición contraria. El maestro indicará el comienzo de la actividad, las parejas deberán ir a por el mayor número de pelotas posibles e introducirlas en la cesta que les corresponde, pero con la peculiaridad de que solo podrá coger pelotas (de una en una) las personas que van con los ojos tapados y se les indicará donde están las pelotas de la misma manera que se indicaban los desplazamientos en la actividad anterior. Ganará el equipo que más pelotas tenga en la cesta.

- Parte final. Como ha ocurrido en las sesiones anteriores se realizará una pequeña reflexión sobre lo que hemos trabajado, sobre todo incidiendo en cómo se han sentido a la hora de realizar actividades con los ojos cerrados, y si se han sentido cómodos con las indicaciones que les han dado sus compañeros.

SESIÓN 4
AGRUPAMIENTOS
En esta sesión las actividades que se van a realizar serán individuales o de manera grupal donde intervengan todos los miembros de la clase.
MATERIALES
Pandero y baqueta. Petos de colores.
OBJETIVOS
Adecuar los movimientos corporales a un ritmo marcado por un instrumento. Respetar tanto a sí mismo como al resto de compañeros.
DESARROLLO

- Parte inicial. Comenzamos la sesión introduciendo el tema de expresión corporal con preguntas como: ¿Qué entendéis vosotros por expresión corporal? ¿Cómo la podemos trabajar en el aula de Educación Física?
- Parte principal. Comenzaremos la parte principal de la sesión realizando el juego de “Stop”, pero con una pequeña particularidad a lo largo de la actividad el maestro irá diciendo en alto emociones, que hemos trabajado en sesiones anteriores, para poder salvar al compañero que está en stop deberán poner la misma expresión facial en relación con la emoción que haya dicho el maestro en ese momento. La segunda actividad y la más importante de la sesión los alumnos se tendrán que disponer por el espacio de juego y se irán moviendo al ritmo que marque el profesor con el pandero, realizando movimientos característicos de una emoción en concreto. Esto les permitirá identificar diferentes ritmos y relacionarlos con movimientos corporales diferentes. Una variante de este juego sería jugar a la “Sillita de la Reina” pero con aros y en lugar de una música determinada se realizará con el pandero.
- Parte final. Realizaremos un pequeño juego de vuelta a la calma que en relación con el trabajo del ritmo y del movimiento corporal en este caso realizaremos “El Director de la orquesta”. Realizaremos una pequeña reflexión sobre la sesión en relación a que tipos de movimientos están relacionados con cada emoción.

SESIÓN 5
AGRUPAMIENTOS
Esta sesión la realizaremos de manera grupal, es decir todos pertenecerán al mismo grupo y deberán cumplir el mismo objetivo.
MATERIALES
Video y canción de las emociones.
OBJETIVOS

Adecuar los movimientos corporales al ritmo de la música.

DESARROLLO

- Parte inicial. Se les introducirá la sesión que se les va a realizar y se les pondrá en contacto con el baile que van a realizar a través de un pequeño video.
- Parte principal. Esta parte principal se elaborará el baile. Se dividirá el video del baile por estrofas, donde se repetirán varias veces para que los alumnos vayan interiorizando los diferentes movimientos que se harán a lo largo del baile. Se realizará la misma estrategia con el resto de estrofas hasta formar la canción completa.

Una vez interiorizados todos los movimientos que se hacen a lo largo del baile al compás de la música, nos dispondremos de grabar a la clase el baile realizado con la ayuda del video que se pondrá de fondo.
- Parte final. Realizaremos una pequeña reflexión sobre la sesión y comentaremos el vídeo de la clase bailando y analizaremos los fallos que hemos tenido durante la realización del baile.

7. CONCLUSIONES

En este punto del trabajo realizaremos una pequeña conclusión por cada uno de los objetivos que se han propuesto, analizándolos de una manera crítica indicando si se han llegado a cumplir a lo largo del trabajo o por el contrario no se han conseguido.

El primer objetivo que se ha propuesto en el trabajo es el siguiente:

- **Recabar información sobre las diferentes emociones que se pueden dar en el aula de Educación Primaria.**

Este objetivo lo hemos podido llevar a cabo ya que hemos encontrado varios documentos a partir de los cuales hemos podido recabar información suficiente para poder elaborar un marco conceptual adecuado al tema escogido.

En un principio nos costó encontrar documentos que me proporcionasen la información adecuada, pero a medida que íbamos leyendo y centrándonos en unos autores concretos hemos podido recabar la información suficiente para poder llevar a cabo el siguiente de los objetivos propuestos en el trabajo.

El segundo de los objetivos propuestos es el siguiente:

- **Planificar y enseñar una serie de actividades relacionadas con las emociones a través de una Unidad Didáctica en un aula de Educación Primaria.**

Este objetivo se cumple ya que se plantea una propuesta de Unidad Didáctica en el aula de Educación Física sobre las emociones en el aula de primero y segundo de Educación Primaria. En esta Unidad Didáctica hemos planteado numerosas actividades relacionadas con los temas más importantes en mi opinión a tratar dentro del aspecto de las emociones. Dentro de esta Unidad Didáctica existía una relación interna entre las diferentes sesiones planteadas.

En tercer y último lugar el objetivo planteado es el siguiente:

- **Promover un aprendizaje basado en la igualdad y el respeto hacia el resto de compañeros y hacia el mismo.**

Este último objetivo he podido comprobar que se ha cumplido gracias a que hemos podido poner en práctica varias de las actividades planteadas en el periodo estimado para la realización del Prácticum II en relación con la Educación Física.

El estar en contacto directo con los diferentes alumnos y cómo reaccionan a las diferentes actividades propuestas nos permite formularnos una serie de conclusiones y por otro lado también nos permite modificar aquellas actividades que en un primer

momento consideras que son las adecuadas, pero a la hora de la práctica no salen como las tenías planteadas.

En relación con el objetivo decir que en estas etapas donde los alumnos tienen edades tempranas es bastante fácil que surjan conflictos entre ellos, pero la posibilidad de que trabajen entre todos y vean como pueden conseguir los diferentes objetivos propuestos, les resulta algo gratificante para su aprendizaje.

8. BIBLIOGRAFÍA

Bisquerra , R. (2003) . Educación emocional y competencias básicas para la vida .
Revista de Investigación Educativa.

Cagigal, J. M. (1999).La lógica deportiva y las emociones. Sus implicaciones en la
enseñanza. INECF, Universitat de Lleida.

Cury, A. (2007). *Padres brillantes, maestros fascinantes*. Barcelona: Planeta.

Dávila, M. A., Borrachero, A.B., Cañada, F., Martínez, G., Sánchez, J. (2015).
Evolución de las emociones que experimentan los estudiantes del grado de maestro de
educación primaria, en didáctica de la materia y la energía. *Revista Eureka sobre
Enseñanza y Divulgación de las Ciencias* 12(3), 550-564.

Fernández-Río, J. (2014a). Aportaciones del modelo de Responsabilidad Personal y
Social al Aprendizaje Cooperativo. En C. Velázquez, J. Roanes y y F. Vaquero (coord.)
Actas del IX Congreso Internacional de Actividades Físicas Cooperativas (pp. 18-32).
Valladolid: La Peonza

Lavega, P., March, J., Filella, G. (2013). Juegos deportivos y emociones. Propiedades
psicométricas de la escala GES para ser aplicada en la Educación Física y el Deporte.
Revista de investigación educativa, RIE, ISSN 0212-4068, págs. 151-166.

López Pastor, V. (coord.) y Otros. (2001) La sesión en Educación Física: los diferentes modelos y los planteamientos educativos que subyacen. En E.F.Deportes.com. Año 7 n°

43

9. ANEXOS

- **Anexo 1.**

Letra de la canción sobre las emociones.

Este es el baile, de las emociones
donde todo el mundo tiene que bailar.
Vamos muy arriba, esos corazones
nuestros sentimientos quieren despertar
Baila la tristeza, bajo la cabeza.
Bailas a mi lado, ya se me ha pasado.
Baila la alegría, salto todo el día.
Saltas tú con ella, toco una estrella.
Este es el baile, de las emociones
donde todo el mundo tiene que bailar.
Vamos muy arriba, esos corazones
nuestros sentimientos quieren despertar.
Baila el enfado, cuerpo alborotado.
Tras haber bailado, ya se ha relajado.
Baila nuestro miedo, tiembla todo el cuerpo.
Y si nos unimos, miedo te vencimos.
Este es el baile, de las emociones
donde todo el mundo tiene que bailar.
Vamos muy arriba, esos corazones

Nuestros sentimientos quieren despertar.

Baila la sorpresa, mi postura apresada.

Con la boca abierta, atención despierta.

Baila el desagradado, corre espantado.

Tapo la boquita, y la naricita.

Este es el baile, de las emociones,
donde todo el mundo tiene que bailar.

Vamos muy arriba, esos corazones,
nuestros sentimientos quieren despertar.

Quieren despertar.

Quieren despertar.

- **Anexo 2.**

Rubrica de evaluación.

ESPACIO Y ELEMENTOS (2P.)	
2	EL ESPACIO EMPLEADO ES MUY AMPLIO, CON SENTIDO Y LOS MATERIALES DIVERSOS
1.25	SE USAN MATERIALES DIVERSOS PERO EL ESPACIO ES REDUCIDO EL ESPACIO ES DEMASIADO AMPLIO PARA EL NÚMERO DE ELEMENTOS USADOS
0.75	EL ESPACIO ES REDUCIDO Y LOS ELEMENTOS USADOS MUY LIMITADOS
0	EL ESPACIO ES MÍNIMO Y NO HAY MATERIALES ADICIONALES EN LA REPRESENTACIÓN

MOVIMIENTOS (2P.)	
2	SE EMPLEAN TODOS O CASI TODOS LOS MOVIMIENTOS APRENDIDOS
1.25	FALTAN MOVIMIENTOS O DESPLAZAMIENTOS IMPORTANTES
0.75	SE USAN MUY POCOS DE LOS MOVIMIENTOS Y DESPLAZAMIENTOS APRENDIDOS
0	EL MOVIMIENTO EN LA ESCENA ES LIBRE SIN USO NINGUNO DE DESPLAZAMIENTOS NI MOVIMIENTOS.

ASPECTOS VISUALES (3P.)	
3	LA REPRESENTACIÓN HA SIDO MUY ORIGINAL Y LLAMATIVA, ATRAYENDO LA ATENCIÓN DEL PÚBLICO EN TODO MOMENTO
2.0	LA REPRESENTACIÓN HA SIDO ORIGINAL PERO HA FALTADO ALGO DE VARIACIÓN PARA SER DEL TODO LLAMATIVA PARA EL PÚBLICO

1.0	LA REPRESENTACIÓN HA RESULTADO ALGO PESADA POR SER DEMASIADO REPETITIVA EN OCASIONES
0	LA REPRESENTACIÓN HA SIDO MUY MONÓTONA SIN ORIGINALIDAD

TRABAJO EN GRUPO (3P.)	
3	TODOS LOS MIEMBROS HAN TENIDO UN PAPEL IMPORTANTE EN LA OBRA Y HAN APARECIDO DE FORMA EQUILIBRADA
2.0	ALGUNO DE LOS MIEMBROS SALÍA MÁS QUE OTROS CREANDO PAPELES SECUNDARIOS Y CIERTA DESCOMPENSACIÓN
1.0	SE VE UNA CLARA DESCOMPENSACIÓN DENTRO DE LA PARTICIPACIÓN YA QUE ALGUNO DE LOS MIEMBROS APARECÍA DEMASIADO Y OTROS APENAS PARTICIPABAN
0	LA ESCENIFICACIÓN HA SIDO MONOPOLIZADA POR ALGUNOS MIEMBROS MIENTRAS QUE OTROS NO HAN APARECIDO EN NINGÚN MOMENTO