



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL
DEPARTAMENTO DE FILOSOFÍA Y TEORÍA E HISTORIA DE LA EDUCACIÓN

TRABAJO DE FIN DE GRADO EN EDUCACIÓN INFANTIL:

LAS EMOCIONES EN LA EDUCACIÓN INFANTIL TRABAJADAS A TRAVÉS DE LA PSICOMOTRICIDAD

Autor: Carmen Valentín-Gamazo Martínez

Tutelado por: Margarita Nieto Bedoya

LAS EMOCIONES EN LA EDUCACIÓN INFANTIL TRABAJADAS A TRAVÉS DE LA PSICOMOTRICIDAD

Introducción	1
Justificación	2
CAPITULO I. LAS EMOCIONES Y LA INTELIGENCIA EMOCIONAL	
1.1. Las emociones	3
1.1.1. Concepto de emoción	3
1.1.2. Tipos de emociones	4
1.1.3. Funciones de las emociones	6
1.2. La Inteligencia emocional	7
1.2.1. Origen y evolución del concepto de Inteligencia Emocional	7
1.2.2. Habilidades de la Inteligencia Emocional	8
1.2.3. El modelo de Inteligencia Emocional de Mayer y Salovey	9
1.2.4. La importancia de la Inteligencia Emocional	10
CAPITULO II. LA EDUCACION EMOCIONAL	
2.1. Origen y evolución del concepto de Educación Emocional	12
2.2. Competencias de la Educación Emocional	14
2.3. Agentes de la Educación Emocional	17
2.4. La importancia de la Educación Emocional en Educación Infantil	18
CAPITULO III. LA PSICOMOTRICIDAD	
3.1. Origen y evolución del concepto de psicomotricidad	19
3.2. La psicomotricidad en el currículum de Educación Infantil	21
3.3. La importancia de las emociones en la psicomotricidad en Educación Infantil	24
3.3.1. La formación del psicomotricista	25
3.3.2. El juego como recurso básico de la psicomotricidad	29
CAPITULO IV. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	
4.1. Justificación	32
4.2. Contextualización	32
4.3. Objetivos	32
4.4. Contenidos	33
4.5. Metodología	33
4.6. Temporalización	34
4.7. Atención a la Diversidad	34
4.8. Desarrollo de la propuesta, sus recursos y actividades	34
4.9. Evaluación	44
Conclusiones	46
Bibliografía	48
Anexos	50

INTRODUCCIÓN.

El presente trabajo de fin de grado tiene como objetivo mostrar la importancia de las emociones en la Educación Infantil trabajadas a través de la psicomotricidad. Para ello, partiremos del origen y la evolución de ambos conceptos: la psicomotricidad y las emociones; sin olvidar, que el fin último de la educación es el desarrollo integral del niño/a. Las emociones están presentes a lo largo de nuestra vida, su papel es necesario para la construcción de la personalidad y el desarrollo de la interacción social. Pero, ¿y la psicomotricidad?, ¿Se puede educar a través de ella?

La psicomotricidad no es solo un medio por el cual el alumnado hace ejercicios físicos sin ningún fin en concreto, sino que es mucho más. La educación poco a poco va evolucionando con el objetivo de alcanzar aprendizajes significativos y globalizadores, y ¿por qué no intentarlo a través de la psicomotricidad? El desarrollo psicomotor, aparte de ser totalmente necesario, pretende desarrollar todas las áreas del curriculum de Educación Infantil, no solo centrarse en el ejercicio físico del niño/a. Consideramos que si se trabaja la psicomotricidad desde edades tempranas, podremos motivarles y enseñarles de una manera diferente.

Tal y como nos dice Piaget, la inteligencia del niño se construye a través de las experiencias y actividades motrices. Por consiguiente, en la etapa de Educación Infantil, los niños y niñas aprenden mediante la experiencia del mundo que les rodea, es decir, aprenden sintiendo, jugando, experimentando, etc. Por todo ello, este trabajo pretende dejar un poco de lado las fichas, los libros de texto, los pupitres, las sillas,... y centrarnos más en el proceso de aprendizaje de las emociones por medio de la actividad física.

Asimismo, es necesario trabajar correctamente las emociones, ya que pueden llegar a producir dificultades en el aprendizaje, de ahí la importancia de dotar a los niños y niñas con herramientas adecuadas para poder intervenir y expresar sus emociones.

A continuación, se expondrán una justificación y unos objetivos, generales y específicos del presente trabajo. Seguidamente los capítulos teóricos que fundamentan la propuesta de intervención que se ha llevado a cabo en el segundo ciclo de Educación Infantil (nivel, 3 años), donde se especifican los diferentes apartados que la componen. Finalmente, se desarrollarán las conclusiones, bibliografía y anexos.

JUSTIFICACIÓN.

La elección del tema *Las emociones en la Educación Infantil trabajadas a través de la psicomotricidad*, pretende dotar a los alumnos/as, del segundo ciclo de Educación Infantil, de las competencias emocionales necesarias mediante la utilización de la psicomotricidad. Se debe a que nos hemos dado cuenta de la importancia del tema, así como de la poca relevancia que ha tenido hasta finales del siglo XX.

Consideramos que tanto la Educación Emocional como la psicomotricidad, son aspectos que se pueden trabajar de forma complementaria, por lo que nos hemos propuesto el reto de llevarlos a cabo conjuntamente en el aula de Educación Infantil.

Actualmente, en los centros educativos, la utilización de la psicomotricidad está muy limitada, trabajándose en la mayoría de casos sólo una vez a la semana. No se tiene en cuenta que ésta puede ser utilizada en infinidad de momentos aplicándola como un recurso tanto para la enseñanza de contenidos, como de habilidades sociales.

Autores como Saarni (1999), Fernández-Berrocal y Extremera (2002) y Bisquerra (2002), defienden que trabajar la competencia emocional en el aula mejora el clima y las relaciones tanto interpersonales como intrapersonales de los niños/as; aumentan y mejoran su motivación; fortalecen su confianza y la de los demás; impulsan el aprendizaje cooperativo así como la participación y la responsabilidad social en los alumnos/as.

Por ello, la psicomotricidad contribuye al desarrollo físico, afectivo, intelectual, social y moral de los niños y niñas y esto, justifica la función que tiene la psicomotricidad. Deberán respetar las características propias del crecimiento y el aprendizaje de los niños y niñas. Para ello, se partirán de los conocimientos previos, necesidades y motivaciones, se propiciará la participación activa y se estimularán sus potencialidades, facilitando su interacción con los iguales y con el medio social y natural que les rodea.

¿Dónde reside la innovación de este TFG? La respuesta está en añadir la Educación Emocional a la Educación Infantil, concretamente en el ámbito de la psicomotricidad, presentándola como una materia curricular indispensable para el desarrollo integral del niño/a. Puesto que el juego es el eje metodológico de la Educación Infantil, debemos plantear las actividades de psicomotricidad como un momento de juego, en el que el niño/a se divierta, desarrolle y progrese en todas sus habilidades motrices tanto básicas, como específicas, y le ayude a potenciar la socialización con personas de su misma edad.

CAPITULO I. LAS EMOCIONES Y LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

Las emociones presentan un papel esencial, a lo largo de la vida de un ser humano. Todas las actividades tienen como base vivencias, experiencias y sensaciones. En esta línea, López Cassá (2005), afirma que las emociones las vivimos en cualquier lugar y en cualquier momento, ya sea con la familia, con los amigos, o con nuestro entorno. Por tanto, consideramos que la escuela es un ámbito importante en el que se debe fomentar el conocimiento y las experiencias en el que se desenvuelven las emociones.

A continuación, nos centraremos en diferentes aspectos que consideremos importantes a tener en cuenta en relación con las emociones.

1.1. LAS EMOCIONES.

1.1.1. Concepto de emoción.

¿Qué es una emoción?

El Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española (<https://dle.rae.es/>), define la emoción como “una alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática”. En base a esta definición, consideramos necesario destacar que a pesar de que la emoción se entiende como un estado de ánimo intenso y pasajero, desde el ámbito de la Educación Infantil, se pretende conseguir que los niños/as sean capaces de controlar y tomar conciencia del tipo de emoción que conlleva dicha alteración del ánimo aunque sea en un momento puntual.

A su vez, Goleman (1996), en su libro *Inteligencia Emocional*, señala que la emoción se refiere a los sentimientos, los pensamientos, los estados biológicos, los estados psicológicos y el tipo de tendencias a la acción que lo caracterizan. Apoyándonos en la definición que señala Goleman, para trabajar las emociones en un aula de Educación Infantil, se deberá hacer énfasis en los sentimientos, pensamientos o estados psicológicos del alumnado.

La emoción es una tendencia o un impulso a actuar de una determinada manera. Según Bisquerra, la emoción es “un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan habitualmente como respuesta a un acontecimiento externo o interno”. (Bisquerra, 2000, p.61).

Cuando se produce una emoción, según Bisquerra (2000), se origina una secuencia de procesos que parten de:

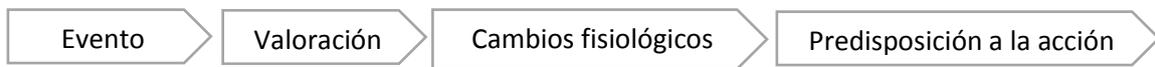


Figura 1. Concepto de emoción. Fuente Bisquerra (2000, p: 61)

En el Diccionario de Neurociencia, de Mora y Sanguinetti (2004) se define la emoción como “una reacción conductual subjetiva producida por la información proveniente del mundo externo o interno (recuerdos) del individuo. Se acompaña de fenómenos neurovegetativos. El sistema límbico es parte importante del cerebro relacionado con la elaboración de las conductas emocionales”. Queremos destacar de esta definición, que las emociones no se originan solo a través de una información que recibimos del exterior, sino que los niños/as, pueden sentir una emoción por una experiencia que recuerden y que tengan grabada en su memoria.

Ibarrola en su página web (<https://www.begoibarrola.com/>) define la emoción como una “reacción que se vivencia como una fuerte conmoción del estado de ánimo; suele ir acompañada de expresiones faciales, motoras... y surge como una reacción a una situación externa concreta, aunque puede provocarla también una información del propio individuo”. Respecto a esta última definición, estamos muy de acuerdo con Ibarrola, ya que las emociones implican reaccionar ante hechos provocados por alguna situación externa, pero también, puede darse por una situación interna. Además, tenemos en cuenta que estas situaciones conllevan diferentes expresiones y que los niños/as continuamente expresan sus pensamientos, emociones, etc., Por ello, a través de la psicomotricidad, se trabajarán las expresiones faciales con gestos, mímica, sonidos y juegos.

1.1.2. Tipos de emociones.

La mayoría de los autores consideran que las emociones se pueden clasificar en diferentes tipos. Es decir, las emociones están en un eje que va desde las cosas que nos causan placer hasta las que nos producen displacer. Bisquerra (2009) clasifica las emociones en:

- Emociones positivas: son aquellas emociones agradables, se vivencian cuando se logran unos objetivos propuestos. Como por ejemplo, la alegría, la felicidad o el amor.
- Emociones negativas: hacen referencia a las emociones desagradables que producen malestar o dificultad, se experimentan ante una amenaza, pérdida, etc. Como son, el asco, la ira, el miedo, el fracaso o la ansiedad.

Lazarus (1991) y Varela (2006), afirman que las emociones pueden ser positivas, negativas o neutras:

- Las emociones positivas, como son: la alegría, estar orgulloso, el amor, el afecto, el alivio y la felicidad.
- Las emociones negativas, se refieren al miedo, la ira, la ansiedad, la culpa, la vergüenza, la envidia, los celos, etc.
- Las emociones neutras o ambiguas: son aquellas que no son ni positivas ni negativas, como por ejemplo: la sorpresa, la esperanza o la compasión.

Respecto a estas clasificaciones, consideramos importante señalar que en Educación Infantil, es necesario trabajar todas las emociones (positivas, negativas y neutras). Los niños y niñas han de vivenciar situaciones que les provoquen alegría, miedo o sorpresa. Para educar emocionalmente se necesita trabajar las emociones de manera amplia, puesto que en esta etapa los niños/as pasan de manera rápida de una emoción a otra, al igual que la intensidad con la que experimentan sus propias emociones.

A la hora de clasificar las emociones, Ekman, señala que “conviene pensar en las emociones en términos de familias o dimensiones” (Goleman, 1997:442), por ello, consideran que las principales familias son:

- Alegría: emoción que se experimenta cuando algo te produce felicidad, bienestar, tranquilidad o gratitud.
- Tristeza: emoción que generalmente surge ante pérdidas, está ligada a la pena, la melancolía, y la soledad.
- Ira: la unión de sentimientos negativos como la rabia, el enojo, la furia, el odio, la exasperación o la indignación.
- Sorpresa: es una alteración emocional causada por un sobresalto, asombro o desconcierto, y cuya duración es muy breve.
- Vergüenza: sentimiento de pérdida de dignidad, de humillación, de pesar o de remordimiento.

En base a los autores anteriormente citados, entendemos que la intensidad con la que se vivencia una emoción, depende de la persona y de las circunstancias en que se dé dicha emoción. Por otro lado, Bisquerra (2009), en su clasificación se fundamenta si las emociones aportan bienestar o no, es decir, si expresas una emoción negativa no te aportaría bienestar, pero una emoción positiva, si te aportarían bienestar.

En la etapa de Educación Infantil este aspecto es muy importante ya que no todas las emociones tienen la misma intensidad ni se pueden abordar de la misma manera, por ello, los/as docentes

deben tener presente en qué momentos se han de abordar las emociones y qué objetivos se pretenden conseguir.

1.1.3. Funciones de las emociones.

Las emociones cumplen una serie de funciones (Bisquerra 2009:70) como son:

- Miedo: impulsar la huida ante algún peligro real e inminente para asegurar la supervivencia.
- Ansiedad: estar en atención vigilante a lo que pueda ocurrir. Hay peligros potenciales o supuestos.
- Ira: hace referencia a impulsividad agresiva.
- Tristeza: no hacer nada. Reflexionar y buscar nuevos planes.
- Asco: rechazar sustancias que pueden ser perjudiciales para la salud.
- Alegría: continuar con los planes, ya que han funcionado hasta el logro de los objetivos.
- Amor, enamoramiento: sentirse atraído por otra persona que asegura la continuación de la especie.

Partiendo de las funciones señaladas por Bisquerra (2009), queremos destacar la importancia que tiene controlar cada una de las emociones en Educación Infantil, pues nos muestra cuáles son los aspectos más importantes de cada una.

Para Mora (2008), las emociones desempeñan algunas funciones, que se pueden agrupar en siete apartados:

1. Sirven para protegernos de estímulos perjudiciales y nos ayudan a lograr estímulos que nos producen placer para mejorar nuestra calidad de vida.
2. Hacen que las respuestas que nos producen sean útiles y flexibles. Esto permite a la persona tener diversas alternativas ante cualquier circunstancia.
3. Sirven para “alertar” al individuo ante algo específico; se originan reacciones en el cuerpo como gestos (sonrisa, llanto, vómito, etc.), generando una activación de muchos de los sistemas del organismo: cerebrales, metabólicos, respiratorios, etc.
4. Mantienen la curiosidad y el interés por el descubrimiento de lo nuevo. De esta forma nos sentimos seguros y nos lleva a explorar lo que no conocemos.
5. Sirven como lenguaje para poder comunicarnos unos con otros. Es un componente social muy importante, ya que se crean lazos emocionales.
6. Sirven para recordar relatos de una manera más práctica. Es decir, los acontecimientos, castigos o premios emocionales que nos ocurren en nuestra vida, no los olvidamos con facilidad sino que los tenemos más presentes.
7. Las emociones y los sentimientos son elementos muy importantes a la hora de razonar.

Las emociones cumplen un papel primordial a la hora de tomar decisiones. Así pues, entendemos que las emociones son la base sobre la que inciden casi todas las funciones del cerebro. Es decir, pensamos con significados emocionales, agradables o desagradables, alegres o tristes, etc. Por ello, es importante, que desde edades tempranas el profesorado, a través de las emociones, trabaje la toma de decisiones. Un niño/a no va a razonar de la misma manera cuando está enfadado que cuando se encuentra en un estado de euforia. La emoción (miedo, alegría, sorpresa, etc.), afecta a la decisión, ya que juega un papel principal en la toma de decisiones.

1.2. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

1.2.1. Origen y evolución del concepto de Inteligencia Emocional.

Galton en 1885, (como se citó en Dueñas, 2002), fue de los primeros investigadores que se centró en el estudio del término de Inteligencia Emocional (IE). Entendía la inteligencia como la habilidad que tiene todo tipo de actividad cognitiva. Estudió las “diferencias individuales” del ser humano y a raíz de estas investigaciones, en Francia, Alfred Binet, (como se citó en Dueñas, 2002) en 1905, elaboró junto con Théodore Simon la escala de inteligencia, un instrumento para evaluar la inteligencia de los niños/as.

Gardner en 1983, (como se citó en Dueñas, 2002) desarrolló una visión al concepto de la inteligencia emocional gracias a la teoría de las inteligencias múltiples. En esta teoría, se planteó que las personas tenemos siete tipos de inteligencia. Entre ellas, las que están relacionadas con la competencia social y emocional, como es la inteligencia interpersonal (capacidad para relacionarse con otras personas) y la inteligencia intrapersonal (hace referencia al conocimiento de uno mismo).

En 1990, los psicólogos Salovey y Mayer, (como se citó en Dueñas, 2002) por primera vez plantean el término de Inteligencia Emocional, definiéndola como la capacidad que adquieren las personas para controlar no solo sus sentimientos y emociones, sino también las de los demás; de este modo podrán guiarse en el pensamiento y la acción. Además, en su modelo de procesamiento de la información emocional, incluyen los procesos psicológicos básicos (la percepción, el razonamiento o la atención), y los procesos más complicados de la cognición y emoción.

En 1997, Shapiro (como se citó en Dueñas, 2002) define el término de Inteligencia Emocional como aquellas cualidades emocionales necesarias para lograr el éxito; entre ellas, podemos incluir: la empatía, la expresión y la comprensión de los sentimientos, la independencia, la capacidad de adaptación y de resolver los problemas, la amabilidad, el respeto, entre otras cualidades.

Cooper y Sawaf (como se citó en Araujo y Guerra, 2007) entienden que la Inteligencia Emocional, es la capacidad que tiene una persona para sentir, entender y aplicar positivamente el poder que tienen las emociones, como fuente de información, conexión e influencia. De manera que todas aquellas vivencias que el niño/a vaya adquiriendo les ayudarán a controlar sus propias emociones y a relacionarse con sus iguales.

En definitiva, consideramos que para trabajar la Inteligencia Emocional es necesario hacerlo a través de la educación emocional, es decir, la IE es un concepto previo a la educación emocional. Para educar emocionalmente a los niños/as, es necesario conocer los aspectos que hacen referencia a la IE, es decir, que puedan desarrollar tanto sus propios sentimientos y emociones, como los de los demás.

Goleman en 1995 (como se citó en Dueñas, 2002), añade a la definición de Inteligencia Emocional de Salovey y Mayer, cinco competencias principales:

- Conocer las emociones, es decir, ser conscientes de nuestras propias emociones y reconocer el sentimiento que nos provocan en un momento concreto.
- Autocontrol y regulación de dichas emociones, refiriéndose a la habilidad para manejar los sentimientos.
- Motivarse a sí mismo, hace referencia a encaminar las emociones hacia un logro de objetivos.
- La capacidad de ponerse en el lugar del otro, es decir, reconocer las emociones de otras personas, ser empático.
- La habilidad para relacionarse, como por ejemplo, creando buenas relaciones con los demás.

Entendemos que para Goleman (1995), la inteligencia emocional tiene una gran importancia ya que determina como es una persona consigo misma y con las personas con las que se relaciona, es decir, los estados de ánimo, los sentimientos, etc. En el caso de un niño/a, le permitirá obtener más confianza en sí mismo, mayor autocontrol emocional, iniciativa y optimismo en la realización de actividades.

1.2.2. Habilidades de la Inteligencia Emocional.

Gallego et al. (como se citó en Dueñas, 2002) destacan una amplia serie de habilidades que se encuentran en la teoría de la Inteligencia Emocional y las presentan agrupadas en tres ámbitos:

- Habilidades emocionales: hacen alusión tanto al modo en el que se identifica, etiqueta y expresa, así como, al aprendizaje de nuevos métodos para reconocer los sentimientos y las emociones.

- Habilidades cognitivas: son todas las habilidades que permiten entender los sentimientos de los demás, respetar las diferencias de cada uno, reconocer las debilidades y fortalezas de uno mismo, cooperar y resolver conflictos.
- Habilidades conductuales: serían las habilidades que se encuentran relacionadas con la conducta de una persona, es decir, escuchar y comunicarse con los demás, participar en grupos positivos de compañeros, aceptar las críticas, etc.

Entendemos que las habilidades a las que hace alusión Gallego et al. (como se citó en Dueñas, 2002) están relacionadas con las emociones, y gracias a esto, nos permitirá que en el momento de trabajar la educación emocional con los niños/as, se podrán utilizar metodologías y recursos que fomenten dichas habilidades, como por ejemplo, los cuentos, las canciones y la música. Por ello, si queremos abordar la educación emocional en el aula, debemos plantearlo como un reto atractivo para el alumnado, puesto que son un recurso lleno de posibilidades para el desarrollo infantil, que les ayuda a fortalecer la imaginación, la creatividad, la fantasía, la sensibilidad y por supuesto las emociones.

Consideramos importante destacar que el profesorado no sólo debe trabajar las emociones con su alumnado, sino guiar a los niños y niñas para que logren adquirir las habilidades emocionales, las cognitivas y las conductuales; respetando en todo momento sus diferentes ritmos de aprendizaje.

1.2.3. El modelo de Inteligencia Emocional de Mayer y Salovey.

En la Inteligencia Emocional se distinguen dos modelos. Los modelos mixtos (Goleman, 2000 y Baron, 2000), que mezclan factores emocionales con rasgos de personalidad, tales como la persistencia, el entusiasmo o el optimismo. Y los denominados modelos de habilidad (Mayer, Salovey y Caruso, 1999), basados en el procesamiento de la información.

Mayer y Salovey (como se citó en Fernández Berrocal, 2005) entienden la IE como una inteligencia que se basa en la utilidad que se le da a las emociones de manera que una persona pueda solventar problemas y así, adaptarse al mundo que le rodea. El modelo de habilidad de Mayer y Salovey considera que la IE se forma a través de cuatro habilidades básicas que son:

- La percepción emocional, es la capacidad para descubrir, reconocer, valorar y expresar las emociones, tanto de uno mismo, como de las personas que nos rodean.
- La facilitación o asimilación emocional, supone la habilidad que tiene una persona de tener presente los sentimientos de otras personas cuando razonamos o solucionamos algún problema.
- La comprensión emocional, es la capacidad para discriminar todo el conjunto de señales emocionales, etiquetarlas y saber en qué categorías se agrupan.

- La regulación emocional, es la habilidad más complicada de la Inteligencia Emocional e incluye la capacidad para estar receptivo a los sentimientos, ya sean positivos o negativos y reflexionar sobre ellos mismos.

Así pues, en base a lo citado anteriormente, en Educación Infantil si se pretende llevar a cabo una educación emocional, es necesario partir de las habilidades emocionales. Podemos destacar que existe un paralelismo entre las habilidades del modelo de Mayer y Salovey y los objetivos del currículo del segundo ciclo de Castilla y León, ya que en ambos se establece la importancia de reconocer y comprender no sólo los sentimientos propios, sino también los de los demás, así como identificar y nombrar emociones, entre otros aspectos.

1.2.4. La importancia de la Inteligencia Emocional.

Como ya hemos comentado anteriormente, las emociones influyen en las personas y, en muchas ocasiones, actuamos únicamente en base a ellas, sin dejar lugar a que sean los pensamientos los que puedan controlarlas. La Inteligencia Emocional utiliza la razón para no dejarse dominar por el enorme poder que tienen las emociones.

La importancia de la Inteligencia Emocional, reside en el escaso autocontrol que tienen los niños/as y adolescentes porque se olvidan de la razón y se dejan llevar por sus emociones de tal manera, que pierden todo control sobre ellas. Las personas con falta de autocontrol sufren muchos altibajos y pueden pasar de la alegría al enfado rápidamente, es decir, no controlan estas emociones, ya sean provocadas por estímulos tanto internos como externos. En el caso de un niño/a, cuando no controla sus emociones, se percibe porque reacciona de forma impulsiva, se enfada o se deprime ante situaciones de estrés, le cuesta mantener la atención en algo concreto y se muestra impaciente.

Otro aspecto a destacar es la influencia de las emociones en la inteligencia cognoscitiva, en su desarrollo y en la resolución de problemas, así como en el nivel intelectual que tiene la persona. Dependiendo del estado anímico de una persona, se determina cual es la capacidad de aprendizaje. Es decir, la capacidad de aprendizaje a pesar de no ser uno de los síntomas principales de los trastornos del estado de ánimo, es a menudo una consecuencia, ya que se debe a la dificultad para concentrarse, la apatía y desmotivación que generan este tipo de trastornos. En cualquier caso, dentro de un aula, es importante evaluar al alumnado para saber las causas exactas del bajo rendimiento, y poder actuar de manera correcta en cada caso.

¿Qué importancia puede tener para un niño/a la Inteligencia Emocional?

Educar la Inteligencia Emocional hoy en día se ha convertido en una tarea esencial en el ámbito educativo. La mayoría de padres, madres y educadores/as consideran necesario que sus hijos/as y/o sus alumnos/as, dominen las habilidades básicas para su propio desarrollo evolutivo y

socioemocional. Su valor radica en la forma en la que el niño/a se enfrenta a sus emociones, ya sean positivas o negativas hacia el mismo o hacia los demás. Si siente alegría, admiración, o tranquilidad, le hará sentirse bien, sin embargo, no sería lo mismo si padece ira, ansiedad, estrés, o cólera; ya que no reaccionaría de la misma manera. Por ello la habilidad y el autocontrol emocional, le permitirá actuar de forma adecuada en cada situación. Además de poder manejar y entender más fácilmente las emociones en un momento determinado.

Es importante también, que en el desarrollo de la Inteligencia Emocional de los niños/as, el profesorado tenga presente la vida emocional de su alumnado, y detecte conductas antisociales o emocionalmente pobres, que se pueden percibir en las relaciones interpersonales que se presentan en un aula. Consideramos que la comunicación es esencial para el proceso de una vida emocional. Es decir, para lograr una buena comunicación con el alumnado, se ha de establecer un vínculo individual con cada uno de ellos/as, y para eso, es necesario que exista un ambiente cálido y acogedor. De este modo, el niño/a no sólo aprenderá mejor, con más rapidez y motivación, sino que sentirá que lo que aprende, gracias a su maestro/a, se adapta a sus necesidades, preferencias y gustos.

Podemos concluir que la Inteligencia Emocional tiene un “gran poder”. Si poseemos una alta IE, ésta, nos va a permitir mejorar los estados emocionales de las personas y los nuestros propios. Desde el ámbito personal, la educación socioemocional nos permite tener un buen nivel de autoestima, conseguir el éxito académico, sentirse bien con uno mismo o superar sin dificultad las frustraciones. Y desde el ámbito social, lograr entender los sentimientos de los demás, resolver mejor los conflictos o presentar menos problemas de conductas, entre otros aspectos.

Consideramos que la actuación del profesional de la educación, supone una gran repercusión en el desarrollo de las habilidades emocionales de sus alumnos/as. Es por eso, por lo que el educador/a por un lado, debe formar a su alumnado en competencias socioemocionales y por otro, debe formarse para sentirse mejor, y educar a sus alumnos/as para que consigan una vida emocionalmente más saludable.

CAPITULO II. LA EDUCACION EMOCIONAL.

López Cassá (2005) entiende la Educación Emocional como el proceso de educar emocionalmente, validando las emociones, empatizando con las personas, ayudando a reconocer las emociones, aprendiendo a quererse a uno mismo y aceptarse tal y como es, a respetar a los demás y a resolver conflictos. Para llevar a la práctica la Educación Emocional, según López Cassá (2005) no sólo hay que proponer actividades, sino fomentar actitudes y modos de expresión en las que el maestro/a sea consciente del modelo que ofrece día a día, en donde las emociones se vivan y sean respetadas.

Siguiendo a López Cassá (2005), consideramos primordial la actitud del docente, porque cada día debe facilitar a los niños/as experiencias que les permitan vivir las emociones de una forma amplia. Las emociones no deben trabajarse únicamente en una actividad, sino que han de ser trabajadas en cualquier momento del día y de forma continua.

2.1. ORIGEN Y EVOLUCIÓN DEL CONCEPTO DE EDUCACIÓN EMOCIONAL.

Bisquerra (2000) considera la Educación Emocional como un proceso educativo, continuado y constante que intenta fomentar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento principal en el desarrollo humano, con el objetivo de preparar para la vida y con la finalidad de mejorar el bienestar personal y social.

Entendemos que el desarrollo de la Educación Emocional, es un proceso que está presente desde la infancia y gracias a éste, se produce un desarrollo cognitivo que permite a su vez, un completo desarrollo integral del niño/a.

Bisquerra en su libro *La educación emocional en la práctica* (2000), establece unos criterios para tener en cuenta en la selección de contenidos de la educación emocional:

1. Adecuar los contenidos al nivel educativo que tienen los niños.
2. Deben ser aplicables a todo el grupo-clase.
3. Las actividades deben permitir al alumnado reflexionar sobre las propias emociones.
4. Deben ser orientadas hacia el desarrollo de las competencias emocionales.

Desde nuestro punto de vista, los contenidos deben respetar los distintos ritmos de aprendizaje de cada alumno/a, por lo que en el criterio número dos, “deben ser aplicables al grupo-clase”, se debería tener en cuenta que no todos los niños/as logran alcanzar los mismos contenidos y al

mismo ritmo, por lo que al considerarse necesario, se tendría que llevar a cabo adaptaciones curriculares. Asimismo, en Educación Infantil, es necesario que una vez se hayan llevado a cabo las actividades, se les permita a los niños/as reflexionar sobre ello, es decir, si se trabajan las emociones, al terminar dicha actividad, el maestro/a junto con los niños/as, tendrán que poner en común ciertos aspectos, como por ejemplo, cómo se han sentido o qué es lo que más les ha gustado de la actividad.

Bisquerra (2000), considera que los contenidos de la Educación Emocional se pueden modificar según la persona a la que van dirigidos (el nivel educativo, los conocimientos previos, entre otros). Por ello, los aspectos de los contenidos a los que hace referencia son:

- a. Conocer el marco conceptual de las emociones, en el que se incluye: el concepto de emoción, los fenómenos afectivos (sentimiento, afecto, estado de ánimo, entre otros), los tipos de emociones, y las características de las emociones principales (miedo, ira, alegría, tristeza, etc.)
- b. La naturaleza de la Inteligencia Emocional es un aspecto significativo para aplicarlo en la práctica. Dicho marco, se complementa con las competencias emocionales: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional y competencia social. La Educación Emocional persigue una metodología práctica, a través de dinámicas de grupos, de autoreflexión, juegos, etc., y cuyo objetivo es fomentar el desarrollo de las competencias emocionales, pero siguiendo una práctica continuada.
- c. Las aplicaciones de la Educación Emocional se pueden ver en diferentes ocasiones, como por ejemplo, en una comunicación efectiva y afectiva, cuando se resuelven los conflictos, o a la hora de tomar decisiones. Todo ello, para lograr un mayor bienestar social.

En cuanto a los contenidos de la Educación Emocional que señala Bisquerra (2000), estamos muy de acuerdo con el criterio “b)”, la educación emocional requiere una metodología práctica, en la que se realicen juegos y actividades, que permitan al niño/a conocer sus propios sentimientos, sus posibilidades de acción, desarrollar sus capacidades afectivas y relacionarse con los demás. Por ello, entendemos que la Educación Emocional y la psicomotricidad son aspectos que se pueden trabajar conjuntamente. Plantaremos las actividades de psicomotricidad como un momento de juego, en el que el niño/a se divierta, desarrolle y progrese tanto sus habilidades motrices como emocionales y le ayude a relacionarse con el resto de compañeros/as.

2.2. COMPETENCIAS DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL.

Tal y como afirma Bisquerra (2000) podemos decir que el objetivo principal de la Educación Emocional es el desarrollo de competencias emocionales. Entendiendo las competencias emocionales como el conjunto de conocimientos, competencias y habilidades, imprescindibles para entender, manifestar y regular de manera positiva todo lo relacionado con las emociones.

Como se puede observar hay coincidencias entre el objetivo principal de la educación emocional, con los objetivos del currículo de la Educación Infantil. En ambos, se dota al niño/a de competencias físicas, intelectuales, afectivas y sociales.

A continuación, se presenta el modelo de competencias emocionales que se encuentra permanentemente en un estado de construcción y de análisis. A dicho modelo, se le denomina “*pentágono de competencias emocionales*” y se estructura en cinco grandes competencias: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y habilidades de vida y bienestar. (Bisquerra, 2000)

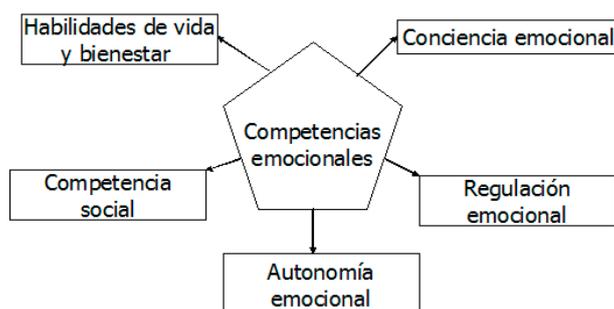


Figura 2. El modelo pentagonal de competencias emocionales. Fuente: Bisquerra (2000, p.20)

La **conciencia emocional**, es entendida como la capacidad que tiene una persona de ser consciente de sus emociones y las de los demás, incluyendo la habilidad para saber qué estado emocional hay en determinados contextos. Dentro de la conciencia emocional podemos encontrarnos con una serie de aspectos:

- Habilidad para percibir las propias emociones.
- Saber el adecuado uso del vocabulario emocional.
- Observar con claridad las emociones y sentimientos de los demás.
- Ser conscientes de la relación que existe entre emoción, cognición y comportamiento.

Se entienden que antes de pasar al resto de competencias, se debe partir de la conciencia emocional. Esta competencia, se puede trabajar en Educación Infantil a través de actividades en las que tengan que diferenciar imágenes con expresiones agradables o desagradables, con preguntas que fomenten la expresión de sentimientos, o con ejercicios en los que representen

libremente con su cuerpo algunas emociones (alegre, triste, enfadado, etc.). En cuanto a la **regulación emocional**, es la habilidad para utilizar las emociones de manera adecuada. Es decir, ser conscientes de la relación que hay entre emoción, cognición y comportamiento; tener la capacidad para producir sus propias emociones positivas, etc. Dentro de la regulación existen unas microcompetencias:

- Expresar emociones de forma adecuada.
- Regulación emocional. Admitir que los sentimientos y emociones de vez en cuando, han de ser regulados. Incluyen: la impulsividad, la frustración, etc.
- Habilidad para afrontar retos o momentos de conflicto. Implica estrategias de autorregulación.
- Competencia para originar y percibir de forma voluntaria y consciente emociones como la alegría o el amor, de tal manera que se obtenga un bienestar emocional para una mejor vida.

La regulación emocional, desempeña un papel muy significativo ya que gracias a ella, controlamos positivamente las emociones, y de esta forma, dispondremos de una correcta educación emocional. Se puede trabajar en un aula con actividades que fomenten un clima relajado y acogedor, además de potenciar vínculos afectivos, como por ejemplo, a través de masajes. Por lo que respecta a la **autonomía emocional**, hace referencia a la autoestima, tener una actitud positiva ante la vida, ser responsable, tener capacidad para analizar las normas sociales, la aptitud para pedir ayuda y recursos, así como, la autoeficiencia emocional. Existen una serie de microcompetencias:

- Autoestima, tener una imagen positiva de uno mismo.
- Automotivación, implicarse emocionalmente tanto cuestiones personales, como sociales, profesionales, etc.
- Autoeficacia emocional, eficacia en las relaciones sociales y personales.
- Responsabilidad, saber responder ante cualquier acto propio.
- Actitud positiva, tomar una actitud positiva ante cualquier situación de la vida.
- Análisis crítico de normas sociales, no adoptar los comportamientos estereotipados que tiene la sociedad.
- Resiliencia, la aptitud para enfrentarse con éxito a situaciones desagradables como la pobreza, las guerras, etc.

En este aspecto, el educador/a tiene una labor muy importante ya que deberá transmitir a los niños/as una actitud positiva y una motivación en lo que realiza, de esta manera los alumnos/as lo imitarán. La **competencia social** es la habilidad que tiene una persona para mantener relaciones positivas con los demás. Las microcompetencias que contiene son:

- Controlar las habilidades sociales básicas, como por ejemplo: saludar, despedirse, dar las gracias, pedir disculpas, etc.

- Respeto hacia los demás, el propósito de una persona de aceptar y apreciar las diferencias de otra.
- Practicar la comunicación receptiva y expresiva, es decir, atender a los demás en la comunicación verbal y en la no verbal, e iniciar y mantener conversaciones.
- Compartir emociones.
- Comportamientos positivos para socializarse y cooperar, como por ejemplo, realizar actos de ayuda hacia otras personas.
- Asertividad, hace referencia a tener un comportamiento neutro entre la agresividad y la pasividad.
- Prevenir y solucionar conflictos. Facilidad para identificar, anticiparse o afrontar cualquier problema social o personal.
- Capacidad para gestionar situaciones emocionales. Encaminar situaciones emocionales en contextos sociales.

En esta competencia, la sociabilización tiene una función muy importante ya que ésta, se produce tanto en los propios niños/as con sus compañeros/as, como en el profesorado con el alumnado. En Educación Infantil, consideramos importante llevar a cabo actividades en grupo, puesto que son necesarias para propiciar una interacción social. Gracias a ellas, se potencian diversas formas de comunicación y expresión de sentimientos y emociones, la relación entre iguales y actitudes de colaboración y de ayuda. Y para terminar, estarían las **habilidades para la vida y el bienestar**, que se entienden como la habilidad para tener comportamientos apropiados y responsables para hacer frente de manera positiva a los problemas que nos presenta la vida. Como microcompetencias se incluyen las siguientes:

- Fijar objetivos positivos y realistas.
- Tomar decisiones. Adoptar la responsabilidad por las propias emociones.
- Buscar ayuda y recursos. Identificar cuando se necesita apoyo y saber acceder a los recursos correctos.
- Ciudadanía activa y participativa, crítica, responsable y comprometida con la sociedad.
- Bienestar emocional. Disfrutar de forma consciente de todo aquello positivo que se nos presente.
- Originar experiencias óptimas en la vida, ya sea personal, profesional o social.

Todas estas competencias son necesarias en la Educación Infantil, ya que gracias a ellas, el alumnado tendrá la posibilidad de afrontar muchas situaciones de su vida. Desde que son pequeños/as, hay que propiciar momentos en los que se planteen preguntas, resuelvan conflictos, reflexionen y tomen sus propias decisiones. Siempre se deberá tener en cuenta la edad a la que nos dirigimos. Bajo nuestro punto de vista, pensamos que es necesario que los niños/as adquieran

poco a poco las microcompetencias que se incluyen en cada una de las competencias, porque de esta manera, tendrán una buena base emocional, al igual que un buen desarrollo psico-afectivo.

2.3. AGENTES DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL.

¿Qué entendemos por agentes de la Educación Emocional? Son todas aquellas personas e instituciones que ayudan en la puesta en práctica de una Educación Emocional: la escuela, la familia, los iguales, y el entorno. En este caso, nos centraremos fundamentalmente en la importancia que tienen las familias y la escuela.

En primer lugar, la escuela es uno de los principales agentes de la Educación Emocional, incluyendo todos los agentes implicados en ella, que pretenden ayudar en la formación de la personalidad de un niño/a. Puesto que están muchas horas del día en la escuela, todo aquello que vivencian les ayudará a constituir el concepto que tiene una persona de sí mismo. También, en la escuela se favorecen lazos de amistad y relaciones con el resto de sus compañeros/as, potenciando así, la convivencia en actividades tanto formales como extraescolares. Al mismo tiempo, se fomentarán valores como la empatía, el respeto y la responsabilidad, para que los alumnos/as alcancen un apropiado nivel de desarrollo emocional.

El segundo agente, pero no menos importante, es la familia. Su tarea es esencial en el desarrollo de sus hijos/as. La familia y la escuela han de colaborar y mantener la comunicación, porque de esta manera, el niño/a, gracias a la interacción familia-escuela, adquirirá una personalidad sana (Perea, 2000). Es necesario que los niños/as se sientan respaldados por estos dos agentes tan significativos para ellos como son, la familia y la escuela, es decir, que exista un clima apropiado y que no haya contradicciones en las rutinas, hábitos, etc. Ya que eso, supondría una inseguridad en el niño/a.

Entendemos que el trabajo que tiene tanto la familia, como la escuela, ha de ser reforzado y complementado mutuamente. Por lo que en términos generales, en la familia, en la escuela y en la sociedad en general, es imprescindible incluir la Educación Emocional. Asimismo, no podemos olvidar, que desde edades tempranas, un buen desarrollo emocional constituye la base necesaria para el desarrollo integral de la personalidad, además de un aprendizaje que se pone en práctica a lo largo de toda la vida.

2.4. LA IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EDUCACIÓN INFANTIL.

Partimos de que la Educación Emocional debe empezar en la etapa de Educación Infantil y seguir presente a lo largo de todo el ciclo vital. Por lo que si se ponen en práctica actividades que eduquen emocionalmente, se facilitará el desarrollo de las competencias emocionales, favoreciendo así el bienestar, la armonía, el crecimiento y el desarrollo integral del niño/a.

Para Bisquerra (2011), la Educación Emocional debe ser trabajada desde el sistema educativo, dando respuesta a las necesidades sociales y evitando comportamientos como la baja autoestima o el estrés. El objetivo principal es desarrollar competencias emocionales, para facilitar un bienestar personal y social. Creemos que educar emocionalmente es descubrir todo aquello que está relacionado con las emociones, mostrar actitudes empáticas e identificar, controlar y expresar las emociones de manera correcta.

Cabe destacar que la Educación Emocional busca el bienestar personal gracias a las emociones positivas, pero no excluye a las emociones negativas, ya que éstas, son también necesarias para un correcto proceso evolutivo de los niños/as. La Educación Emocional, en la etapa de Educación Infantil, debe trabajarse no solo en el entorno educativo, sino también en el de la familia, es decir, la responsabilidad educativa que tienen ambas debe ser compartida. Es la escuela, la que tiene que proporcionar recursos y herramientas a las familias para trabajar la Educación Emocional.

Según López Cassá (2011) los educadores/as son un referente y modelo del niño/a, por lo que deben formarse en competencias emocionales y han de tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Dejarles expresar libremente sus emociones.
- No dejar de lado las emociones negativas, ya que también son necesarias para conseguir un buen aprendizaje emocional.
- Permitirles que se equivoquen y aprendan a ser más autónomos emocionalmente.
- Facilitarles la intervención y colaboración de las familias en la escuela.
- Hacerles comprender que las emociones se pueden regular.

Así pues, debemos llevar a la práctica la Educación Emocional de manera que el alumnado disponga de experiencias en las que vivan las emociones, las respeten y las acojan en su amplitud. Sin olvidar el papel del educador/a, el cual debe ser formado en la práctica de la educación emocional, favoreciendo con sus actitudes un clima de seguridad, respeto y confianza ante los que niños/as.

CAPITULO III. LA PSICOMOTRICIDAD.

3.1. ORIGEN Y EVOLUCIÓN DEL CONCEPTO DE PSICOMOTRICIDAD.

A continuación, analizaremos diferentes conceptos de psicomotricidad, así como, su evolución histórica. A partir de ellas, podremos identificar las principales características y rasgos que tiene la psicomotricidad y su importancia en la Educación Infantil.

El concepto de psicomotricidad ha ido evolucionando a lo largo de la historia, haciendo que experimentase numerosas transformaciones, como por ejemplo, en la concepción del cuerpo, en la que se establecía la idea de que el cuerpo y el alma estaban unidos.

A finales del XIX y principios del XX, se empezó a plantear la idea de que el cuerpo no era físico, si no únicamente biológico. Por lo que, Freud, se centró en demostrar que sí que existía un vínculo entre lo corporal y lo psíquico, creando la teoría psicósomática del ser humano (Vázquez, 1989, como citó Mendiara Rivas, 2008). A esta idea se le suma el desarrollo de la psicología genética cuyos máximos exponentes son Piaget y Wallon (Vázquez, 1989).

El concepto de psicomotricidad, nace de la mano de Dupré a principios del siglo XX, cuando tuvo que trabajar con gente mentalmente enferma (Mendiara Rivas, 2008). Es decir, Dupré, estudió la debilidad motora y se centró en la idea de que era posible volver a educar a una persona “retrasada”, estableciendo relaciones entre lo físico y lo cognitivo. Dupré, 1925 (como citó Mendiara Rivas, 2008), opina que:

Cuanto más se estudian los desórdenes motores en los psicópatas, más se llega a la convicción de las estrechas relaciones que hay entre las anomalías psíquicas y las anomalías motrices, relaciones que son la expresión de una solidaridad original y profunda entre los movimientos y el pensamiento. (p.84)

Picq y Vayer 1969 (citado por Mendiara y Gil, 2003) entienden la educación psicomotriz como una acción educativa que utiliza medios de la educación física con el objetivo de mejorar el comportamiento y las acciones de los niños y niñas. Por otra parte, Jean Le Boulch, 1969 (citado por Mendiara y Gil, 2003), crea el modelo psicocinético, el cual “se trata de un método general de educación que, como medio pedagógico, utiliza el movimiento humano en todas sus formas.” (p.17). A través de estas definiciones, podemos analizar la importancia que tiene una buena educación psicomotriz. Bajo nuestro punto de vista, consideramos que es importante tener siempre presente estos conceptos, ya que la psicomotricidad está relacionada con todo lo que rodea al niño/a y cómo se desenvuelve ante diferentes situaciones.

En este sentido, Wallon, (según Mendiara y Gil, 2003) ha sido uno de los psicólogos que más significado otorgó a la psicomotricidad. En sus diferentes obras, se centró en dar a la psicomotricidad un valor físico, afectivo y emocional. Afirmando así que, adquirir las emociones y el tono muscular, eran los objetivos esenciales para ayudar a un niño/a no sólo a desarrollar las competencias comunicativas, sino también a expresarse con los demás. Del mismo modo, Wallon considera imprescindible que para que el niño/a consiga su pleno desarrollo, se necesita de la figura de un adulto.

Avanzando el concepto de psicomotricidad, Rigal (según Mendiara y Gil, 2003) define el concepto de educación psicomotriz, como “un enfoque pedagógico fundamentado en la integración de las funciones motrices y mentales combinando el desarrollo del sistema nervioso y las acciones educativas”. (p. 15). Entendemos, que para Rigal, esta educación, es una educación dirigida, no solo relacionado con la concepción biológica del cuerpo, sino que hace referencia además, a la mejora y desarrollo de las interrelaciones que tiene el cuerpo y la mente.

Por su parte, el término de psicomotricidad según la Real Academia Española (RAE), está formada por las palabras “psico” que significa cognitividad y afectividad, y “motricidad”, que significa movimiento. La RAE (2001) define la psicomotricidad como un procedimiento en el cual se establece la coordinación de las funciones motrices y psíquicas. Basándonos en la definición anterior, entendemos que la psicomotricidad no está relacionada solamente con el desarrollo de las habilidades motrices, sino que éstas, se encuentran unidas a las capacidades psíquicas. Es decir, se establece la unión entre el cuerpo y la mente.

Por consiguiente, creemos que la psicomotricidad, aparte de ser una técnica para desarrollar las habilidades motrices y psíquicas, está pensada para proporcionar experiencias gratificantes en los niños/as. En otras palabras, no sólo se debe inculcar el saber, el pensar o el hacer, sino además, el sentir y el saber vivir. A su vez, es importante el papel del maestro/a y de la familia, los cuales, deberán centrar la atención en el niño/a, posibilitándoles múltiples y variadas experiencias que les permitan desarrollar el pensamiento, la inteligencia, la creatividad, la responsabilidad, la autonomía y la organización del comportamiento. En definitiva, podemos definir la psicomotricidad como una materia para que los niños/as, a través del juego, unidades didácticas, proyectos, y actividades, logren desarrollar sus capacidades físicas, cognitivas, afectivas y sociales; considerando su cuerpo como un todo, en relación a él/ella y a su entorno.

3.2. LA PSICOMOTRICIDAD EN EL CURRÍCULUM DE EDUCACIÓN INFANTIL.

En el presente apartado nos ocupamos de la normativa legal de la Comunidad Autónoma de Castilla y León centrada en la Educación Infantil. En el Decreto 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículum del segundo ciclo de la Educación Infantil (según el Boletín Oficial de Castilla y León). El currículum se compone de áreas de conocimiento y en cada una de ellas hay objetivos y contenidos (divididos por bloques). Las áreas se organizan en: conocimiento de sí mismo y autonomía personal; conocimiento del entorno y lenguajes: comunicación y representación.

Dentro del área de conocimiento de sí mismo y autonomía personal, queremos señalar los siguientes aspectos relacionados con la psicomotricidad:

Respecto de los objetivos, señalar:

- Realizar actividades de movimiento que requieren coordinación, equilibrio, control y orientación y ejecutar con cierta precisión las tareas que exigen destrezas manipulativas.

En cuanto a los contenidos, destacamos:

Bloque: Movimiento y juego.

- Dominio sucesivo del tono muscular, el equilibrio y la respiración para que pueda descubrir sus posibilidades motrices.
- Valoración de sus posibilidades y limitaciones motrices, perceptivas y expresivas y las de los demás.
- Descubrimiento y confianza en sus posibilidades de acción, tanto en los juegos como en el ejercicio físico.

En relación al área de lenguajes: comunicación y representación destacamos los siguientes aspectos:

Con referencia a los objetivos, queremos señalar:

- Demostrar con confianza sus posibilidades de expresión artística y corporal.
- Descubrir e identificar las cualidades sonoras de la voz, del cuerpo, de los objetos de uso cotidiano y de algunos instrumentos musicales. Reproducir con ellos juegos sonoros, tonos timbres, entonaciones y ritmos con soltura y desinhibición.
- Escuchar con placer y reconocer fragmentos musicales de diversos estilos.

Dentro de los contenidos, cabe destacar:

Bloque: Lenguaje corporal.

- 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.
- Utilización del cuerpo en actividades de respiración, equilibrio y relajación. Posibilidades motrices del propio cuerpo con relación al espacio y al tiempo.

Como se puede comprobar, la educación emocional y la educación psicomotriz forman parte del currículum y están contemplados en diferentes contenidos y bloques. No se trata de conceptos abstractos, sino que son importantes y por tanto, es necesario que se trabajen en la Educación Infantil. Asimismo, nos parece interesante destacar que la Educación Infantil se caracteriza por unos principios metodológicos, que a su vez, se encuentran relacionados con la Educación Emocional y la Inteligencia Emocional, ya que la finalidad de dichos principios, es contribuir en el desarrollo físico, intelectual, afectivo, social y moral de los niños/as. Estos principios metodológicos, aparecen recogidos también en el Decreto 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículum de Castilla y León (según el Boletín Oficial de Castilla y León):

- Aprendizaje significativo. Se encuentra relacionado con los intereses más cercanos y próximos a la infancia. Desde nuestro punto de vista, es necesario que sean los niños/as los propios protagonistas de su propio aprendizaje y que esos aprendizajes cubran sus necesidades e inquietudes.
- Principio de globalización. La perspectiva globalizadora surge criterios y pautas para proponer objetivos, organizar contenidos, diseñar actividades y proporcionar materiales. Gracias a este principio, se utilizarán métodos de enseñanza-aprendizaje que cubran las capacidades tanto cognitivas, afectivas y sociales del niño/a.
- El juego. Favorece la imaginación y la creatividad, posibilita la interacción con otros y permite al adulto tener un conocimiento del niño/a, tanto de lo que sabe hacer por sí mismo, como de las ayudas que requiere. Es por eso, por lo que el juego forma parte de la tarea escolar, teniendo en Educación Infantil la intencionalidad de organizarse de un modo significativo y distinto del practicado fuera de la escuela.
- Las actividades en grupo, por las que se propicia la interacción social. Es esencial favorecer un ambiente lúdico, agradable y acogedor, que ofrezca múltiples situaciones de comunicación y relación para que el alumno/a se sienta motivado, aprenda en un clima cálido, de afecto, mejore su independencia y autonomía. Para que el niño/a alcance autonomía es necesario el desarrollo psicomotor, intelectual, afectivo y social. Consideramos que en la Educación

Infantil se pueden dar muchos momentos en los que propiciar el proceso socializador de los niños/as.

- La organización del aula. Se tendrá en cuenta la creación de espacios estéticamente agradables que cubran las necesidades de movimientos del alumnado, espacios en los cuales se puedan relacionar en gran grupo, en grupos más pequeños o de manera individual. Es muy importante que en el aula existan diferentes espacios en los que trabajar, así como, tener presentes las características del grupo en general y de cada niño/a en particular, porque no todos tienen las mismas necesidades.
- Familia y escuela. El niño/a de estas edades, se desarrolla en dos ámbitos muy significativos: la familia y la escuela, ambos están íntimamente relacionados. Es muy importante que ambos agentes intercambien información y colaboren estrechamente en su desarrollo evolutivo.
- Atención a la diversidad. Aparece reflejada a nivel nacional en el Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de educación infantil, y en su artículo 8, señala:
 1. La intervención educativa debe contemplar como principio la diversidad del alumnado adaptando la práctica educativa a las características personales, necesidades, intereses y estilo cognitivo de los niños y niñas, dada la importancia que en estas edades adquieren el ritmo y el proceso de maduración.
 2. Los centros adoptarán las medidas oportunas dirigidas al alumnado que presente necesidad específica de apoyo educativo.
 3. Los centros atenderán a los niños y niñas que presenten necesidades educativas especiales buscando la respuesta educativa que mejor se adapte a sus características y necesidades personales. Es imprescindible tener herramientas para poder responder a las demandas de niños/as que presentan Necesidades Educativas Especiales (NEE).
- Conocimientos previos y ritmos de aprendizaje. Es muy importante conocer las experiencias que aportan los niños y niñas al aula, su nivel de autonomía y de lenguaje, su dominio psicomotor y sus habilidades manipulativas, las formas de interacción con el entorno y con sus iguales. Consideramos que, partir de los conocimientos previos de los niños/as, es indispensable para llevar a cabo cualquier actividad, de esta forma, conoceremos el punto de partida de estos.
- La observación directa y el imprescindible registro de datos son los instrumentos más adecuados para llevar a cabo la evaluación. Asimismo, el registro de datos nos permite recoger aquellas conductas que nos permitan evaluar y extraer conclusiones.

Gracias a estos principios metodológicos en los que se apoya la Educación Infantil, nos ayudan a la hora de trabajar la psicomotricidad de una manera muy organizada y estructurada, pues atienden de forma general todos los pilares necesarios para esta etapa.

3.3. LA IMPORTANCIA DE LAS EMOCIONES EN LA PSICOMOTRICIDAD EN EDUCACIÓN INFANTIL.

Para poder relacionar los conceptos de emoción y psicomotricidad, nos hemos basado principalmente en la importancia que tiene la Educación Emocional en la etapa de infantil, sin olvidarnos de la necesidad que tienen las escuelas de desarrollar proyectos específicos relacionados con las competencias emocionales, para lograr el desarrollo integral y armónico del niño/a. Por consiguiente, si queremos que la Educación Emocional sea lo más significativa posible, es necesario crear ambientes y experiencias que permitan a los niños/as expresar sus propias emociones de una manera natural, de esta forma, serán ellos/as mismos los que identifiquen y relacionen mejor, no sólo sus emociones, sino las de los demás.

Somos conscientes que la educación no verbal y la expresión corporal, nos acompañan durante toda la vida, pero es importante recalcar que en Educación Infantil es aún más significativo, ya que una de las mejores vías de aprendizaje para que un niño/a pueda relacionarse y comunicarse, es a través del cuerpo y el movimiento. Como señalaba Asín (1989) las relaciones que tiene un niño/a durante los primeros meses, son fundamentalmente motrices, es decir, se expresan a través del dialogo corporal influenciado por el tono y la habilidad espontánea y reactiva. En definitiva, tanto el movimiento como el cuerpo son el medio que tiene un niño/a para expresar su mundo afectivo y emocional.

Muchos investigadores han llegado a la conclusión de que el ser humano, en muchas ocasiones utiliza la comunicación no verbal. Por ello, partiremos de que toda comunicación no verbal es comunicación emocional. A través de la comunicación no verbal, utilizamos la expresión corporal, con cualquier parte del cuerpo o la combinación de ambos. Por ello, podemos concluir diciendo que, la Educación Emocional está estrechamente relacionada con la psicomotricidad.

La educación psicomotriz parte del conocimiento y construcción de nuestro propio cuerpo, además está muy ligada con todo lo relacionado al medio y a las personas. De esta manera, el hecho de interactuar con el medio y, con otras personas, va a favorecer que adquiramos nuestro esquema corporal. No obstante, no podemos olvidar que, no es suficiente con que el niño/a conozca su cuerpo, sino que también debe percibirlo, estructurarlo y moverlo dependiendo del contexto físico y las personas con las que se encuentre.

Existen muchas aportaciones que contemplan la parte física y la parte emocional del ser humano como algo unitario. Damasio en 1996 (citado por Herrero, 2000) planteó el vínculo que existía entre el cuerpo y la mente, el sentimiento con el cuerpo, y el cuerpo con los pensamientos. Wallon (1976) también reflejó el vínculo entre el cuerpo y la mente, para él, el tono muscular conecta lo

biológico con lo psicológico. Y una de las tres funciones principales que tiene el tono muscular, es que sirve como expresión y regulación de las emociones teniendo así, una función más afectiva.

En esta misma línea, se encuentra el trabajo de Herrero (2000) en la *Revista Interuniversitaria de formación del profesorado* en la cual publicó un artículo en el que mostraba, desde un punto de vista teórico, la idea de entender el cuerpo en tres partes: el cuerpo instrumental, que se refiere a los aspectos neuromotores; el cuerpo cognitivo, como acto motor que nos permite conocer el medio que nos rodea; y por último, el cuerpo tónico-emocional, en el que relaciona lo motor con las emociones, la acción y las modificaciones en el tono corporal, la expresión, la actitud y el gesto, y nos permiten expresar las vivencias afectivas y las emociones de forma no consciente.

Al respecto pensamos que, para llevar a cabo una práctica psicomotriz en Educación Infantil, se debe proponer una metodología donde el alumnado sea protagonista de la acción a través de su cuerpo en movimiento, implicando a las emociones como parte principal de la vivencia y del aprendizaje; de la motivación, que parte de sus necesidades, ya sea por el propio proceso evolutivo que tenga, como de aquellas cosas que le producen deseos o temores. Y no se puede olvidar, el respeto que debe tener el maestro/a ante el ritmo evolutivo de cada niño/a.

Por último, Ruano (2004) afirma que “el cuerpo no funciona sólo atendiendo a la dimensión física, sino que las emociones y la mente están asociadas a su funcionamiento y es imposible separarlas”. (p.62). Existe una estrecha relación entre el funcionamiento del tono muscular, la actitud postural, procesos psicológicos (la percepción, el aprendizaje, el lenguaje o el pensamiento, entre otras), y las emociones. Y por ello, el cuerpo reacciona ante diferentes estados emocionales. Por ejemplo, nuestra musculatura dependiendo de cómo nos encontremos emocionalmente, se contraerá o se relajará, es decir, se moverá libremente en función de la situación a la que estemos expuestos.

Por todo ello, consideramos que la psicomotricidad puede ayudarnos a trabajar las emociones entendiendo el cuerpo en su globalidad. El cuerpo, no sólo es el conjunto de músculos, huesos y articulaciones, sino que además, éste, nos permite pensar, sentir, escuchar, comunicarnos, expresarnos, etc. Los objetivos que se pretenden conseguir en Educación Infantil, a través de la psicomotricidad son: estimular a los niños y niñas para que crezcan en armonía; favorecer el desarrollo global del individuo así como de sus potencialidades en sus aspectos sensoriomotores, perceptivomotores y cognitivos, además de los afectivos, relacionales y sociales.

3.3.1. La formación del psicomotricista.

Para trabajar la educación psicomotriz el docente requiere de una formación basada en un trabajo profundo que se fundamente en unos contenidos teóricos, una formación práctica y una formación personal.

Sánchez y Llorca (2008) en la *Revista Interuniversitaria de formación del profesorado* publicaron un artículo en el que explicaban que los **contenidos teóricos** hacen referencia a los contenidos específicos de la psicomotricidad, las bases psicológicas, cognitivas, motrices y socioafectivas en las que se sostiene el desarrollo del niño/a; y las herramientas de un trabajo psicomotriz, como por ejemplo, la estructura, los tiempos, espacios y materiales para preparar una sesión. Por **contenidos prácticos**, se hace referencia a la aplicación de los contenidos teóricos anteriormente citados, es decir, la elaboración de proyectos, la realización de observaciones sobre la práctica motriz del niño/a-grupo, la reflexión y el debate en común, al finalizar el trabajo realizado, o la puesta en práctica de estrategias comunicativas con otros profesionales u/o familiares. Y por último, la **formación profesional**, en ella se hace referencia al conocimiento vivencial de la utilización del espacio, los objetos y las personas; y al conocimiento de su propio cuerpo, sus posibilidades, actitudes, dificultades y necesidades.

Sánchez y Llorca (2001) destacaron que el perfil del profesional de la psicomotricidad se basa en las siguientes dimensiones:

a) Capacidad de observación y escucha.

En dicha capacidad se implican dos procesos, el de escuchar y el de observar. Para que se produzca una observación, es necesario pararse en la acción, es decir, no estar muy inmerso en la actividad y poder observar con más detenimiento a los niños/as. Y en cuanto a la escucha, es necesario que se realice dentro de la observación, para así poder entender cómo se siente cada niño/a y a partir de ahí, ofrecerle una respuesta que le ayude a progresar.

Es importante destacar que un/a psicomotricista debe aceptar a cada niño/a tal y como es y no como le gustaría que fuese. Por lo que supone un trabajo personal y reflexivo por parte del psicomotricista.

b) Expresividad psicomotriz.

Para lograr un mayor análisis de expresividad, es necesario que el/la psicomotricista se adapte a la actuación del niño/a por medio de la vía corporal y del lenguaje, de esta manera, sabrá cuáles son sus emociones, su necesidades, su disponibilidad y además, se iniciará en la comunicación.

El/la psicomotricista debe ser consciente de que existen diferentes mediadores de comunicación, entre ellos, se destacan: el gesto, Montagner, 1995 (según Sánchez y Llorca, 2001) que hace referencia al papel de la imitación en el comportamiento que tienen los niño/as entre ellos; la mímica del rostro y del cuerpo; la voz, gracias a ella y a los sonidos, se puede encuadrar y acompañar la actividad; y por último, la mirada, considerándola como forma de comunicación, ya que según las emociones, los sentimientos y la intención que tenga una persona, se mira de diferentes maneras. Entendemos que para poder utilizar estos mediadores, el/la psicomotricista

debe ser una persona con una buena habilidad de expresión, capacitado para reencontrar el placer del juego y favorable a las relaciones tanto de aceptación como de rechazo que puedan surgir.

c) Capacidad para utilizar diferentes estrategias de implicación.

Sánchez y Llorca (2001) plantean distintas estrategias de implicación, algunas de ellas son más generales y se pueden utilizar en cualquier momento de la sesión, como por ejemplo:

- La colaboración y el acuerdo en el momento de montar un espacio, desempeñar un papel, o recoger y organizar el material.
- La sorpresa, (en la mirada, los gestos o la voz), ésta, es una de las estrategias que más se desarrolla cuando el psicomotricista entra en relación con el niño/a.
- El refuerzo, son todas aquellas acciones que ofrece ayuda corporal o verbal para lograr que los niños/as realicen determinadas acciones.
- La afectividad, en todos aquellos momentos en los que se exprese afecto (dar abrazos, sonreír, etc.), gracias a ella se favorecerá que el niño/a se sienta más satisfecho emocionalmente y pueda avanzar en su desarrollo.

El objetivo principal de todas las prácticas psicomotrices es: favorecer la autonomía del niño/a, para lo cual, implica tomar decisiones en las intervenciones, ya que gracias a ello, se conseguirá que los niños/as aprendan a ser dueños de sus actos, aprendan a decidir por sí solos, así como a resolver conflictos, a hablar, a pensar y a jugar por sí mismos.

En cuanto a las estrategias más específicas, responden a diferentes momentos y juegos que se desarrollan en la práctica psicomotriz, como por ejemplo, las normas básicas que están establecidas dentro de la sala de psicomotricidad, el juego sensoriomotor (juego de descubrimiento, de desinhibición), momentos de calma o actividades de representación.

d) Competencias para elaborar de manera creativa y ajustada diferentes escenarios para la intervención psicomotriz.

La sala donde se realizan las prácticas psicomotrices es el lugar en el que transcurre toda la vida profesional de un/a psicomotricista, por lo que la sala ha de estar distribuida de manera que sea un lugar creativo y que les proporcione retos y descubrimientos. El/la psicomotricista a través de la presentación de los materiales y espacios debe facilitar el deseo de jugar.

Consideramos que es importante reflexionar sobre qué objetivos se quieren alcanzar antes de organizar la sala de psicomotricidad, ya que no debe convertirse en un espacio estructurado de forma fija, puesto que el descubrimiento y la exploración de lo nuevo, permitirá encadenar nuevas emociones y vivencias, así como hacer el juego sensoriomotor y simbólico más agradable y variado. También, es útil que se disponga de un espacio de trabajo multisensorial, con estímulos para la actividad psicomotriz, es decir, un espacio concreto para la utilización de un solo material,

de esta manera, exigirá al niño/a mayor implicación en el juego, en su creatividad y en la relación con el resto de sus compañeros/as.

e) Capacidad de comunicación con la familia y otros profesionales.

La relación que mantiene el/la psicomotricista con el niño/a, permite descubrir y mantener vínculos que quizá no se establecen en ningún otro lugar. Gracias a la información sobre la expresividad psicomotriz, el/la psicomotricista conocerá al niño/a observando que es lo que hace en la sala de psicomotricidad.

Pensamos que el principal objetivo del psicomotricista es fomentar una relación fluida, cercana y enriquecedora. Si no se quiere que el trabajo, desde la educación psicomotriz, se convierta en una situación aislada, hay que proporcionar una intervención y una comprensión que permita conocer al niño/a, no sólo en el ámbito psicomotriz, sino también en otros contextos educativos. De esta manera, se podrá llegar a generar nuevas actitudes, dependiendo de los cambios que el niño/a introduce a partir de sus vivencias y de la información que se haya podido obtener de padres y madres u otros educadores/as.

f) Capacidad de mirarse.

La formación del psicomotricista recae tanto en el conocimiento del niño/a, como de sí mismo. Con la mirada, el psicomotricista podrá trabajar en sus dificultades y realizar nuevas sesiones. Al mismo tiempo, debe profundizar en las actitudes y valores en la relación que existen con los niños/as, para que se pueda favorecer una buena acción educativa. Consideramos que ser psicomotricista es un proceso de autoconocimiento y conocimiento de la otra persona que no terminan nunca. Debe ser una persona respetuosa, que comprenda a los otros, que escuche y se comunique con los demás, que esté abierta a nuevas experiencias y conocimientos que puedan ir enriqueciendo su práctica profesional.

En cuanto a la intervención del psicomotricista en una sesión de psicomotricidad, Aucouturier con el libro de Bernaldo de Quirós (2012), titulado *Psicomotricidad. Guía de evaluación e intervención*, señala una serie de funciones fundamentales que se deben desempeñar dentro de la sala:

- a) Actitud de escucha, no sólo a lo que se dice, sino a lo que se hace, y a cómo están los demás.
- b) Ser símbolo de ley de seguridad, es decir, no se trata de imponer de forma rígida las reglas, sino de ir haciendo comprender a los niños/as progresivamente la necesidad que tienen dichas reglas.

- c) Ser compañero simbólico, dicho de otra manera, participar en algunas ocasiones en las actividades, pero no como un compañero más del juego, sino para responder las demandas de los niños y niñas y hacer evolucionar las situaciones que se presenten.

3.3.2. El juego como recurso básico de la psicomotricidad.

Una vez entendida la relación que existe entre la educación psicomotriz y las emociones, nos centraremos en la etapa de Educación Infantil. Como ya hemos comentado anteriormente, es en este momento en el que los niños y niñas aprenden a través de las experiencias y actividades motrices propias, que les ofrece su entorno (experimentan, manipulan, prueban, juegan, etc.). Es por ello, por lo que la educación psicomotriz utiliza como herramienta de aprendizaje los juegos. Cuando un niño/a juega, surge la espontaneidad, se manifiestan diferentes emociones, tanto positivas como negativas. Y gracias a esas emociones que se van creando a partir del juego, aprenden a gestionarlas, de manera que cuando una emoción, en concreto, aparezca en un momento determinado, en el que el niño/a no esté jugando, el mismo sabrá cómo gestionarla porque ya la ha vivido anteriormente.

Las técnicas que se utilizan en la intervención de una sesión psicomotriz son muy variadas y dependen de las características de los niños/as (edad, nivel madurativo, patología, preferencias), del tipo de sesión (dirigida o vivenciada), del momento concreto y de la propia formación del psicomotricista.

Existen varias técnicas de intervención, aunque nosotros nos centraremos en el juego, ya que es una de las que más se utiliza cuando se trabaja con los niños/as. Partimos de que todos los juegos, tanto los que se realizan con el cuerpo como con los objetos, tienen un papel notable en el desarrollo psicomotor, completando los efectos de la maduración nerviosa y estimulando la coordinación de las distintas partes del cuerpo.

El juego desde el punto de vista psicomotriz, potencia el desarrollo del cuerpo y de los sentidos, la fuerza, el control muscular, el equilibrio, la percepción y la confianza en uno mismo, así como, el desenvolvimiento en las actividades lúdicas.

Para Garaigordobil, 2002 (citado por Bernaldo de Quirós, 2012), el juego ayuda al desarrollo global de la persona contribuyendo de forma relevante al desarrollo psicomotriz desde distintos puntos de vista:

- Biológico, como agente de crecimiento del cerebro.
- Motriz, potencia el desarrollo del cuerpo y de los sentidos.
- Cognitivo o intelectual, estimula el desarrollo del pensamiento y de la creatividad infantil.
- Afectivo, proporciona placer y permite que expresen libremente sus emociones.

- Social, favorece la adaptación social, estimulando la comunicación y la cooperación con los demás.

Consideramos al juego como la principal actividad social, en la cual se pueden ver claramente reflejadas las características del pensamiento, las emociones y los sentimientos. Toda la actividad que realiza una persona surge de la necesidad de explorar y controlar el entorno, aumentando al mismo tiempo la motivación y la iniciativa. Asimismo, los niños/as aprenden por medio de la observación y la imitación, permitiéndoles posteriormente que les sirva en su vida futura.

En cuanto a las clasificaciones del juego infantil, la más utilizada es la de Piaget 1996 (citado por Bernaldo de Quirós, 2012), que lo divide en tres categorías:

- El juego sensoriomotor, es el que se realiza a través de movimientos en el espacio, la manipulación de objetos y el dominio perceptual que esto implica.
Un tipo de juego sensoriomotor que se puede llevar a la práctica es aquel que esté formado por actividades motoras, como saltos, persecuciones, volteretas, etc.
- El juego simbólico, este juego se establece en la utilización de símbolos que permiten “hacer como si”, o “pretender” situaciones o personajes como si estuvieran presentes.
En Educación Infantil, juegan a papás y mamás, médicos/as, es decir, reproducen situaciones sociales.
- El juego de reglas, para Piaget (1966) son juegos de combinaciones sensoriomotoras o intelectuales. Lo característico de estos juegos es que los niños/as deben respetar unas reglas, que son las que determina el ganador/a del juego. De esta manera, los niños/as tienen que cooperar entre ellos, adaptarse a las reglas, así como competir entre sí. Como por ejemplo, el pilla-pilla, el escondite, relevos, etc.

Como ya hemos comentado anteriormente, la psicomotricidad trata de favorecer el desarrollo global en todos sus aspectos, tanto motores, cognitivos como socioafectivos. Y el juego es una actividad muy importante en el desarrollo infantil. Asimismo, si el juego se realiza en grupo, permitirá al niño/a dirigirse al resto de sus compañeros/as con respeto, conocer el mundo social y favorecer su desarrollo social.

El juego cooperativo es especialmente importante en las sesiones de psicomotricidad, puesto que son juegos en los que los niños/as dan y reciben ayuda para contribuir a fines comunes. Gracias a estos juegos, se promueve la comunicación, la cohesión y la confianza. Garaigordobil (2002) incluye dentro de la categoría de los juegos cooperativos, los juegos sensoriomotores, simbólicos y de reglas, que implican como elementos estructurales la participación y la cooperación.

Escribá 2002 (citado por Bernaldo de Quirós, 2012), sigue una serie de criterios a la hora de utilizar los juegos en la sala de psicomotricidad:

- Fomentar juegos que permitan la participación de todos, la integración y la interacción grupal. Y evitar la exclusión o eliminación de los jugadores/as.
- Desarrollar juegos fáciles y sencillos. Trabajar aspectos psicomotrices y evitar la competitividad.
- Intentar evitar si se puede, que haya ganadores/as o perdedores/as.

Apoyándonos, en el último criterio de Escribá (2002), consideramos que los niños/as cuando juegan han de expresar sus emociones, y en este caso, un niño no va a expresar lo mismo si gana el juego o si lo pierde. Con esto, no queremos decir que todos los juegos deban fomentar la competitividad, pero no es conveniente que se pasen por alto este tipo de juegos.

Existen dos tipos de juegos que se realiza en la sala de psicomotricidad, los que se llevan a cabo en las sesiones dirigidas, y lo que se llevan a cabo en las sesiones vivenciadas. En las **sesiones dirigidas**, el psicomotricista selecciona los juegos que se van a desarrollar para trabajar los objetivos propuestos. Basándonos en la clasificación del juego infantil de Piaget (1996) comentada anteriormente, explicaremos como se llevarían a cabo los diferentes juegos, dependiendo de la sesión que se plantee: Los juegos sensoriomotores, se utilizan en los momentos iniciales a la sesión. Son actividades relacionadas con el cuerpo, como por ejemplo, realizar distintos desplazamientos, o en actividades sensoriomotoras que relacionen el cuerpo con los objetos, como por ejemplo, actividades con pelotas, aros, etc. Los juegos simbólicos, se emplean más en la parte de la sesión que más avanzada está. En ella se pueden imitar distintos animales experimentando diferentes desplazamientos y posturas. Y en cuanto a los juegos de reglas, también en la segunda parte de la sesión, y cuyo objetivo principal es poner en práctica conductas que ya están aprendidas. Por ejemplo, el pilla - pilla o juegos de relevos.

En las **sesiones vivenciadas**, se fomenta la actividad libre y espontánea y sin lugar a duda, el juego es la actividad propia de los niños/as. El papel del psicomotricista, es favorecer la evolución del juego y a partir del llamado juego libre o de distintas propuestas, afrontará los objetivos que se propongan.

En un ambiente de seguridad el niño/a llevará a cabo juegos sensoriomotores, en el que vivirá situaciones en las que tomará conciencia de su cuerpo y las posibilidades de movimiento, así como adquirir distintas habilidades. En el juego simbólico, hace referencia a juegos de rol o juegos de construcción con módulos de goma espuma. Y en el juego de reglas, permitirá al niño/a, aceptar las normas externas, compartirá con los demás el placer y la complicidad de trabajar juntos y de lograr los objetivos comunes.

No cabe duda que, la psicomotricidad y el juego son dos elementos de gran ayuda en la educación y terapia psicomotriz de un niño/a. Como cita Llorca y Sánchez (2003) no sólo se convierte en un objetivo, sino en un instrumento mediante el cual se estructura la intervención.

CAPITULO IV. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.

4.1. JUSTIFICACIÓN.

La realización de esta propuesta de intervención tiene como objetivo poner de manifiesto la importancia de las emociones trabajadas a través de la psicomotricidad.

Cabe destacar, que dicha propuesta ya ha sido llevada a la práctica en un centro de Educación Infantil, por lo que hemos podido de reflexionar sobre ella y presentarla con algunas mejoras.

4.2. CONTEXTUALIZACIÓN.

El centro educativo destinatario de esta propuesta se encuentra en Valladolid. Los niveles que imparte comprenden desde Educación Infantil hasta el último curso de Educación Primaria. Se ubica en un contexto socio-cultural de clase media/baja, siendo el número medio de dos hijos por familia.

El entorno en el que nos encontramos es en un aula del segundo ciclo, primer nivel (3-4 años), con un total de 24 niños/as; en el cual, se ha llevado a cabo un propuesta de intervención de las emociones concretamente en el ámbito de la psicomotricidad.

4.3. OBJETIVOS.

Los objetivos generales de dicha propuesta coinciden con el Decreto de Castilla y León, y son:

- a) Conocer su propio cuerpo y el de los otros, sus posibilidades de acción y aprender a respetar las diferencias.
- b) Construir una imagen positiva y ajustada de sí mismo y desarrollar sus capacidades afectivas.
- e) Relacionarse con los demás y adquirir progresivamente pautas elementales de convivencia y relación social, con especial atención a la igualdad entre niñas y niños, así como ejercitarse en la resolución pacífica de conflictos.
- f) Desarrollar habilidades comunicativas en diferentes lenguajes y formas de expresión.
- g) Iniciarse en las habilidades lógico-matemáticas, en la lecto-escritura y en el movimiento, el gesto y el ritmo.

Los objetivos específicos que se plantean, en términos de habilidades, que esperamos que nuestro alumnado consiga a través de las diferentes actividades que vamos a desarrollar. Por lo tanto, en esta propuesta los objetivos específicos se enuncian en términos de “ser capaz de”:

1. Diferenciar los tipos de emociones (alegría, tristeza, miedo, rabia y calma) presentadas en dicha propuesta.
2. Relacionar los bits con las emociones, como por ejemplo, la alegría con el emoticono de la cara sonriente.
3. Desarrollar habilidades motrices y percepción de sonidos.
4. Dominar el tono muscular, el equilibrio y la respiración.
5. Entender y controlar las diferentes emociones y expresarlas por medio de la expresión corporal.
6. Dominar el control estático y dinámico.
7. Volver a la calma después de un trabajo activo.
8. Comprender, aceptar y aplicar las reglas del juego.
9. Desarrollar actividades de confianza en sí mismo y en sus iguales para adquirir conocimiento de forma cooperativa.

4.4. CONTENIDOS.

Los contenidos que se abordan en la propuesta parten del Decreto 122/2007 de Castilla y León:

- Identificación y expresión de sentimientos y emociones a través del cuerpo, y reconocimiento de estas expresiones en los otros compañeros/as.
- Dominio sucesivo del tono muscular, el equilibrio y la respiración para que pueda descubrir sus posibilidades motrices, perceptivas y expresivas.
- Aprendizaje de juegos y canciones siguiendo distintos ritmos y melodías, individualmente o en grupo.
- Utilización del lenguaje oral para manifestar sentimientos, necesidades e intereses, comunicar experiencias propias y transmitir información.
- Comprensión, aceptación y aplicación de las reglas para jugar.

4.5. METODOLOGÍA.

Mi tarea como docente se centra en la utilización de métodos y metodologías variadas, cuyos principios metodológicos, se establecen en función de mi intencionalidad educativa en cada momento y del estado o proceso de aprendizaje en el que se encuentren mis alumnos/as.

La metodología que se ha llevado a cabo ha atendido a los principios metodológicos del Decreto 122/2007 del 27 de diciembre por la que se establece el curriculum del segundo ciclo de la Educación Infantil para Castilla y León siendo, en términos generales, los siguientes: Principio de globalización, metodología activa y participativa, atendiendo a aprendizajes significativos y

especial atención a la diversidad. Cabe destacar, que se ha respetado el ritmo de aprendizaje de cada niño/a, entendiendo que es un proceso fundamental para su completo desarrollo integral.

Del mismo modo también considero importante la teoría del constructivismo de Brunner. De acuerdo a esta teoría, los contenidos serán introducidos de lo general a lo particular; de lo concreto a lo abstracto; de lo conocido a lo desconocido. De este nuevo contenido supondrá una reestructuración del conocimiento previo.

Finalmente, deberemos tener en cuenta la Educación Emocional. Nuestras actividades, juegos y las interacciones entre el alumnado y el profesorado han de ser controladas y enfocadas al respeto de la situación emocional de los alumnos/as en cada momento.

4.6. TEMPORALIZACIÓN.

Dicha propuesta ha sido planteada para trabajarla durante el mes de noviembre, desde el día 5 hasta el 28. Las actividades han sido programadas para realizarlas concretamente en los días señalados de psicomotricidad, pero como únicamente disponían de un ahora, me permitieron llevarlas a cabo en el aula un día o dos a la semana.

4.7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

En relación a la Atención a la Diversidad (AD), debemos centrarnos en dirigir y modificar nuestras actividades para adaptarlas a los alumnos/as con Necesidades Educativas Especiales (NEE), tal y como se refleja en el plan de AD. En particular para la clase que nos ocupa, trabajamos con 24 alumnos de la clase de 3 años. Ninguno de ellos tiene ninguna NEE que requiera de una modificación directa de las actividades, por lo tanto cualquier modificación que se requiera se llevará a cabo en las formas de agrupación o de presentación de la actividad, pero no en su contenido.

4.8. DESARROLLO DE LA PROPUESTA, SUS RECURSOS Y ACTIVIDADES.

En este apartado se desarrollan las diferentes actividades de la propuesta. Es necesario destacar que me he centrado en cinco emociones: la alegría, la tristeza, la calma, el miedo y la rabia. El motivo de haber escogido la alegría, ha sido porque considero muy importante trabajarla puesto que, es una cualidad emocional que los niños/as deben saber interpretar en cualquier momento, en el que se sientan felices y disfrutando de todo aquello que realice. En cuanto a la tristeza y el miedo, porque necesitan especial cuidado e interés ya que son emociones comunes que, por norma general, no son bien gestionadas a esas edades. La rabia y la calma porque se plantean como un reto, tanto desde el punto de vista del alumno/a como del maestro/a.

Las actividades se han organizado en cuatro bloques. El primer bloque parte de un acercamiento al mundo de las emociones de forma global (bloque 1: Introducción a las emociones), a continuación, nos hemos centrado individualmente en las emociones citadas (bloque 2: Las emociones). Posteriormente, hemos introducido un bloque a modo de repaso de todas las emociones anteriormente trabajadas (bloque 3: Actividades de repaso), y por último, se exponen dos actividades finales para evaluar si se han adquirido los objetivos propuestos (bloque 4: Actividades finales).

Además, en alguna de estas actividades del acercamiento a las emociones, no sólo se parte de un cuento o canción, sino que, tienen una justificación, es decir, utilizan el juego como pilar previo. El motivo de esta estructura, está en poder partir de los conocimientos previos que los niños/as tienen acerca de las emociones.

Bloque 1: Introducción a las emociones.

Sesión 1. Nos adentramos al mundo de las emociones.

Objetivos:

- Diferenciar los diferentes tipos de emociones (alegría, tristeza, miedo, rabia y calma).
- Relacionar los bits con las emociones de dicha propuesta.

Desarrollo:

1. *Calentamiento:* Los niños y niñas estarán sentados sobre la alfombra del aula de psicomotricidad. Sería interesante aprovechar que fueran ellos solos los que dieran pie a introducir las emociones (algún comentario de un estado de ánimo...). A continuación se procedería a lanzar una serie de preguntas que irán resolviendo. Algunas podrían ser:

- ¿Qué creéis que son las emociones?
- ¿Son iguales?
- ¿Cuántas emociones conocéis?

2. *Puesta en marcha:* Tras la puesta en común de las ideas previas acerca de las emociones, se les mostrará a los niños y niñas unos bits con diferentes expresiones. De esta manera, irán relacionando la forma gestual que se reproduce cuando sentimos cada una de ellas. (Anexo 1). Una vez que hayan relacionado correctamente cada bits con su emoción. Les explicaremos que cada imagen va a estar colocadas en diferentes lugares de la sala; y cuando el maestro/a diga una emoción, deberán ir corriendo al lugar donde se encuentre el bits que representa dicha emoción.

3. *Vuelta a la calma:* Al finalizar el juego, volveremos a sentarnos todos en un círculo para hablar sobre la actividad realizada. Preguntaremos a los alumnos/as qué es lo que más y lo que menos les ha gustado de la sesión y por qué.

A continuación, todos se tumbarán en el suelo y cerrarán los ojos, permaneciendo quietos y sin hablar. El maestro/a irá contando un pequeño cuento relacionado con las emociones en el que el alumnado podrá gesticular y encoger el cuerpo para después irse relajando lentamente. El maestro/a irá remarcando lo que nos niños/as tienen que hacer.

“El fuerte calor del verano nos ha derretido y nos hemos convertido en agua. Mirar que cielo más azul, ¡hay gaviotas! Las gaviotas vuelan y vuelan por el cielo y sienten en la cara el fresquito del mar. Imaginar que sois gaviotas y que estáis volando alto, muy alto. Sentir el aire

fresquito del mar. Vamos bajando poco a poco hacia la playa y vamos sintiendo el sonido de las olas del mar. ¡Qué fresquita está el agua! Vamos a respirar muy profundamente para llenarnos el cuerpo de aire de mar. Poco a poco nos vamos levantando”.

Temporalización: 25 minutos.

Recursos:

- Humanos: Maestro/a.
- Materiales: Bits de las distintas emociones. Cuento: <https://virginalogopeda.wordpress.com/2014/06/02/31/>
- Espaciales:
 - Macroentorno: Centro educativo.
 - Microentorno: Aula de psicomotricidad

Sesión 2. El monstruo de los colores.

Objetivos:

- Diferenciar los distintos tipos de emociones a partir del cuento El Monstruo de los colores.
- Desarrollar habilidades motrices (carrera de relevos).

Desarrollo:

1. *Calentamiento:* En esta segunda sesión, comenzaremos como se suele hacer en todas las sesiones de psicomotricidad, realizando estiramientos desde los pies hasta la cabeza. Una vez finalizado el calentamiento, aprenderemos una canción para saludarnos cuando lleguemos a la clase de psicomotricidad.

“Buenos días para todos, buenos días para mí. Hoy estoy contento, hoy estoy muy feliz. Si estas feliz y lo sabes aplaudirás, si estás feliz y lo sabes patearás. Y si estas feliz y lo sabes, muy fuerte gritarás: ¡FELIZ!”

Tras cantar la canción, preguntaremos a los niños/as si se sienten felices o no, sin necesidad de que nos digan porqué, ya que es algo que iremos trabajando en futuras sesiones para que al finalizar el año todos sepan reconocer sus propias emociones.

2. *Puesta en marcha:* En esta sesión, y para seguir reforzando los conocimientos sobre las emociones, se trabajará con el cuento El monstruo de colores de Anna Llenas. A partir del mismo, la sesión se dividirá en dos partes:

En la primera parte, se les contará a los niños/as el cuento:

(Cuento): Te has hecho un lío con las emociones. Y así, todas revueltas, no funcionan bien. Tendrías que separarlas y colocarlas cada una en su bote. Si quieres, te ayudo a poner orden. La alegría es contagiosa. Brilla como el sol, parpadea como las estrellas. La tristeza siempre está echando de menos algo. Es suave como el mar, dulce como los días de lluvia. La rabia arde y es feroz como el fuego, que quema fuerte y cuesta de apagar. El miedo es cobarde. Se esconde y huye como un ladrón en la oscuridad. La calma es tranquila como los árboles, ligera como una hoja al viento. Pero... ¿y ahora se puede saber qué te pasa?

Tras su lectura, se les realizarán diferentes preguntas:

- ¿Qué le pasa al monstruo de los colores?
- ¿Cuál son las emociones que tiene el monstruo?
- ¿Qué colores representa cada emoción?

A continuación, se procederá a la segunda parte de la actividad, en la que tendrán que realizar carreras de relevos. En un extremo de la sala, se colocarán bits de los cinco monstruos (rojo la rabia, amarillo la alegría, azul la tristeza, verde la calma y negro el miedo). A cada niño/a, se

le repartirá un depresor amarillo, rojo, azul, etc., y deberán correr para pegarlo en el monstruo correcto y volver corriendo a chocar la mano del compañero/a siguiente. (Anexo 2).

3. *Vuelta a la calma*: Para la vuelta a la calma mandaremos a los niños/as que se tumben en el suelo y les pondremos una melodía que representen las diferentes emociones.

(Música): (https://www.youtube.com/watch?v=5X_85vkX6rM)

Temporalización: 45 minutos.

Recursos:

- Humanos: Maestro/a.
- Materiales: Cuento: Anna Llenas Serra (2012) *El monstruo de los colores*. Vasos y depresores y reproductor de música.
- Espaciales:
 - Macroentorno: Centro educativo.
 - Microentorno: Sala de psicomotricidad.

Bloque 2: Las emociones.

Sesión 1. Porque la alegría siempre triunfa.

Objetivos:

- Diferenciar la emoción de la alegría a través de consignas.
- Dominar el tono muscular y el equilibrio a través de un cuento motor.

Desarrollo:

1. *Calentamiento*: Después de realizar el calentamiento oportuno de la clase de psicomotricidad y cantar la canción de “Buenos días para todos”, el maestro/a les presentará un cuento llamado “La alegría siempre triunfa”.

En esta actividad, nos centraremos únicamente en trabajar la alegría, una emoción muy necesaria que a la hora de realizar las actividades de psicomotricidad, ya que son los propios niños/as los que tienen mostrar felicidad con lo que hacen, descubriendo, interactuando, etc.

2. *Puesta en marcha*: A continuación, se pasará a contar el cuento motor en el que los niños/as deberán ir representándolo por la sala según el maestro/a les indique. El cuento muestra la historia de una payasa que vivía en un circo, en el que todo el mundo era muy feliz, pero había una bruja que no le gustaba ni los circos ni que la gente estuviese contenta; por lo que hace un hechizo para que los miembros del circo no puedan actuar. Y para recuperar a los personajes, los niños/as deberán pasar una serie de pruebas (el circuito que plantea el maestro/a). (Anexo 3)

3. *Vuelta a la calma*: Para la actividad de relajación los niños/as se colocarán por parejas y se realizarán un masaje donde se nombrará distintos animales que tendrán que representar con las manos. Por ejemplo: *Suben los elefantes, suben los elefantes, bajan los elefantes (golpearán suavemente con el puño). Suben las hormiguitas, bajan las hormiguitas (con las yemas de los dedos) suben las serpientes, bajan las serpientes (con la palma de la mano).*

Temporalización: 45 minutos.

Recursos:

- Humanos: Maestro/a.
- Materiales: Pandereta, aros de colores, reproductor de música, picas o ladrillos y un banco. Cuento motor: Estefanía Valenzuela, M. (2017). *La educación emocional a través de los cuentos motores*. (Trabajo fin de grado). Universidad de Valladolid, Segovia.
- Espaciales:
 - Macroentorno: Centro educativo.

- Microentorno: Sala de psicomotricidad.

Sesión 2. Derrotamos al miedo.

Objetivos:

- Identificar la emoción del miedo.
- Desarrollar habilidades motrices.

Desarrollo:

1. *Calentamiento:* Una vez realizado el calentamiento al comienzo de la clase de psicomotricidad, cantaremos de nuevo la canción “Buenos días para todos”. Esta vez, sí que animaremos a los niños/as a que nos digan en este caso, que cosas son las que les dan miedo. Para ello el maestro/a, les pondrá un ejemplo de lo que le da miedo a ella de pequeña, y de cómo superó ese miedo. Es necesario que alguno aporte alguna idea de lo que le puede dar miedo, pero si no fuese el caso, será el maestro/a la que les pondrá en diferentes situaciones.

El hecho de comenzar trabajando el miedo de manera individual en una sola sesión es porque consideramos que es una emoción muy delicada para tratar con niños/as de 3 años, no queremos que en la propia actividad en vez de asumir y quitar dicho miedo, sea todo lo contrario, aumentarlo. Por ello, es necesario que los niños/as sepan qué cosas son las que les dan miedo y de cómo superarlas y para ello, se realizará una actividad psicomotriz que a su vez se podrá tratar de manera individual con cada uno.

2. *Puesta en marcha:* El maestro/a presentará a los niños/as una canasta de baloncesto en la cual deberán encestar uno a uno la pelota. Para ello, los niños/as de manera individual antes de encestar deberán decir que es a lo que tienen miedo, si encestan en la canasta, el maestro/a les dirá que han superado ese miedo, pero si no encestan deberán repetirlo hasta conseguir encestar. De esta manera, no solo afrontarán que tienen un miedo, sino que lo habrán superado. Por ejemplo, si un niño/a dice que tiene miedo a la oscuridad, el maestro/a una vez que el niño/a haya enceestado, le dirá que pruebe a dormir con una lamparita encendida, para que poco a poco pierda ese miedo.

3. *Vuelta a la calma:* Cuando los niños/as estén tumbados y con los ojos cerrados, el maestro/a comenzará contándoles una adaptación del cuento de Jo Witek llamado “Mis pequeños miedos”.

(Cuento): Tengo muchos miedos tan altos como una montaña y miedos pequeños que pinchan, miedos que crujen, miedos verdes, miedos azules, miedos pegajosos, miedos que dan escalofríos... Todos me persiguen y tratan de atraparme. ¡Aquí están otra vez! ¡Papá, mamá, ayudadme! Cuando me entra el miedo, mi barriga hace ruidos y es como si de repente se hiciera invierno... ¡Brrrr, qué escalofríos! Así que, para entrar en calor, lo cierro todo con la llave: Los ojos, los puños, las orejas, mis pensamientos... Cric-Crac ¡Estoy a salvo en mi iglú imaginario! Por la noche, cuando todo está oscuro, oigo ruidos desde mi cama: Chirridos en la cocina, pisadas en el pasillo, monstruos en el armario... ¿Sabes mi secreto para echarlos? ¡Mi lámpara maravillosa y mi pijama especial a prueba de peligros! Cuando paso por delante de la casa del vecino, ¡me muero de miedo! Hay un perro gigante y muy feo que ladra y me enseña todos los dientes. ¡Es horrible y terrorífico! Yo me agarro fuerte a la mano de mamá, ¡Uaaaaaa! ¡Corre, vámonos ya!

En el supermercado, les estoy enseñando mis pinturas nuevas a los cangrejos y los peces de la pescadería cuando, de repente, ¡chasss! ¡Mamá desaparece como por arte de magia! Las mamás se pierden todo el tiempo en los supermercados para gigantes. ¡Uffff, ahí está! Ya la

veo, ¡menos mal! Estoy montando en el tiovivo, ¡yo solita en un platillo volante! No sabía que una horrible bola peluda iba a atacarme “¡¡Ahhh, un extraterrestre, papá!”!, grito bien fuerte. “¡¡Me quiero bajar!!!” Lo que más me gusta es el día de Halloween, cuando los fantasmas, las brujas y los zombis salen a la calle. “¿Truco o trato?”, dicen, ¡y a mí me da la risa! ¡Es tan divertido que te asusten monstruos de mentirijillas...! A veces, los bichos dan miedo, aunque sean pequeños. Esta arañita puede picarme, ¡y a mí me asustan las cosas que pinchan, como las inyecciones! A mi hermanito le pasa igual, solo que, si vamos al médico, ¡yo intento no llorar! “Tranquilo Nico”, le digo. “Cuando yo era como tú, todo me asustaba, ¡pero enseguida se te pasa!”. ¡Mírame en la nieve, yo solita y sin caerme! Mi montaña de miedos se ha hecho más bajita... Si la miro desde aquí, ¡se ve muuuuy pequeñita! ¡A lo mejor es que ya me he hecho mayor!

Temporalización: La duración de esta actividad puede variar ya que tiran de uno en uno y no todos los niños/as encestarán a la primera. Por lo que puede durar unos 25-30 minutos aproximadamente.

Recursos:

- Humanos: Maestro/a.
- Materiales: Balones o pelotas rojas y verdes y reproductor de música. Cuento: Jo Witek “Mis pequeños miedos”.
- Espaciales:
 - Macroentorno: Centro educativo.
 - Microentorno: Sala de psicomotricidad.

Sesión 3. Practicamos Yoga.

Objetivos:

- Identificar la emoción de la calma.
- Dominar de forma coordinada el equilibrio, el tono muscular y la respiración.

Desarrollo:

1. Calentamiento: Al igual que en las anteriores sesiones, se comenzará con el calentamiento del cuerpo de los pies a la cabeza y cantando la canción “Buenos días para todos”. De igual forma, el maestro/a seguirá preguntando a los niños/as cómo se sienten y por qué creen que se sienten así.

Para trabajar la emoción de la calma se llevará a cabo una actividad de yoga. Consideramos importante trabajar esta emoción a través del yoga, porque contribuye a que se desarrollen plenamente, tomen conciencia de su cuerpo y logren una atención plena. Asimismo, aprenderán a relajarse, a concentrarse para poder mantener las posturas y mejorar su equilibrio y el tono muscular.

2. Puesta en marcha: antes de comenzar, el maestro/a les indicará que deberán sentarse formando un círculo. A continuación, les irá representando las diferentes posturas que ellos mismos tendrán que repetir. (Anexo 4).

- “La postura de la mariposa”, sentados al estilo indio, y apoyando las plantas de los pies una contra otra, se agarrarán con las manos los pies y moverán las rodillas de arriba a abajo como si aleteasen. La espalda debe estar recta y se podrá aletear durante el tiempo que queramos.
- “La postura de la cobra”, tumbados en el suelo y apoyadas las manos a la altura de los hombros, se estirarán los brazos todo lo que puedan sin hacerse daño en la espalda. Se mantendrá la mirada hacia arriba entre 30 y 40 segundos.

<ul style="list-style-type: none"> ▪ “La postura del niño”, tendrán que apoyar los glúteos sobre los talones y estirar los brazos hacia delante, apoyando las manos sobre el suelo. La frente deberá apoyar en el suelo para poder relajar el cuello. Se puede mantener la postura el tiempo que se quiera. ▪ “La postura del perro”, deberán mantener los dos pies pegados al suelo por completo, sin levantar los talones, y la cabeza se deberá esconder entre los brazos, para no forzar el cuello. Y mantener durante 40 segundos y levantarse despacio para no marearnos. ▪ “La postura del árbol”, primero se hace con una pierna, doblándola y apoyándola en la pierna que queda estirada, y luego se realizará con la pierna contraria, y deberán aguantar la postura durante 40 segundos con cada pierna. ▪ Y por último, “la postura del guerrero”, se realizará con la pierna de delante doblada ligeramente hasta notar que se endurecen los cuádriceps, y la de atrás totalmente estirada. Los dedos de los pies de la pierna delantera deberán mirar al frente, mientras que el pie de la pierna posterior debe estar de lado. Mantener la postura con cada pierna durante 40 segundos. <p>3. <i>Vuelta a la calma</i>: Una vez terminadas las diferentes posturas del yoga, realizarán una actividad muy sencilla que implica un poco de movimiento pero a su vez terminarán relajándose por completo. Para ello, los niños/as jugarán a imaginar que son hielos. Al ritmo de la música en la que se escuchará el mar, las gaviotas y demás elementos del verano, deberán moverse por todo el espacio. Como hielos que poco a poco se van derritiendo, los niños/as irán bajando sus cuerpos hasta acabar todos tumbados en el suelo.</p> <p>(Música): https://www.youtube.com/watch?v=5X_85vkX6rM</p>
Temporalización: 45 minutos aproximadamente.
Recursos: <ul style="list-style-type: none"> - Humanos: Maestro/a. - Materiales: Reproductor de música. Posturas de yoga: http://insayoga.com/24-posturas-yoga-para-ninos/ - Espaciales: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Macroentorno: Centro educativo. ▪ Microentorno: Sala de psicomotricidad.

Sesión 4. Con la rabia me agacho y con la tristeza me levanto.
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - Identificar las emociones de rabia y tristeza. - Dominar el control estático y dinámico en función de las consignas.
Desarrollo: <p>1. <i>Calentamiento</i>: Al igual que en las anteriores sesiones, se comenzará con el calentamiento habitual y se cantará la canción de “Buenos días para todos”, a continuación, a modo de repaso, el maestro/a enseñará a los niños/as una caja de zapatos decorada a la que llamará “caja de los sentimientos”. En ella encontrarán emoticonos de caras que expresen diferentes emociones: la alegría, la calma y el miedo, que ya conocen y como nuevas emociones conocerán la rabia y la tristeza.</p> <p>El maestro/a llamará a los niños/as individualmente, y cuando cojan un emoticono, deberán decir que emoción representa y poner un ejemplo. Puesto que la rabia y la tristeza son emociones nuevas para ellos, el maestro/a les orientará con más ejemplos de cómo se presentan dichas emociones. De esta manera, podrán relacionar más fácilmente la emoción con la representación del emoticono.</p>

<p>2. <i>Puesta en marcha</i>: Esta actividad se divide en dos partes, en la primera parte el maestro/a dispondrá de un xilófono, en el cual hará sonar una nota grave para representar la rabia, y una nota más aguda para representar la tristeza. Una vez que los alumnos/as sepan discriminar ambos sonidos, se les asignará más consignas, es decir, cuando se oiga la nota grave, los niños/as representarán la emoción de la rabia andando a gatas por el suelo, y cuando se oiga la tristeza, tendrán que andar cabizbajos por la sala.</p> <p>Y en la segunda parte de la actividad, el maestro/a tendrá dos círculos de dos colores y cuando vean uno rojo que representa la rabia se deberán agachar y si ven un círculo azul de la tristeza, se tendrán que levantar.</p> <p>3. <i>Vuelta a la calma</i>: Para finalizar la sesión, con música relajante, el maestro/a irá acariciando uno a uno la cara con ayuda de una pluma.</p> <p>(Música): https://www.youtube.com/watch?v=E70zMHpKpQU</p>
<p>Temporalización: 45 minutos aproximadamente.</p>
<p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Humanos: Maestro/a. - Materiales: Caja de los sentimientos con los emoticonos, xilófono, cartulina de color azul y roja. - Espaciales: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Macroentorno: Centro educativo. ▪ Microentorno: Sala de psicomotricidad.

Bloque 3: Actividades de repaso.

<p>Sesión 1. Escucha y muévete.</p>
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diferenciar las emociones del miedo, la tristeza y la alegría. - Desarrollar habilidades motrices y percepción y discriminación de sonidos.
<p>Desarrollo:</p> <p>1. <i>Calentamiento</i>: En esta sesión se trabajarán diferentes emociones a la vez, es decir, después de realizar el calentamiento oportuno de la clase de psicomotricidad y cantar la canción de “Buenos días para todos”, el maestro/ presentará a los niños/as tres instrumentos musicales, los cuales haciéndolos sonar, les explicará que a través de su sonido, van a representar las emociones de la alegría, el miedo y la tristeza.</p> <p>2. <i>Puesta en marcha</i>: Para comenzar dicha actividad, el maestro/a asignará a cada instrumento una cada emoción:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ El miedo estará representado por un pandero, por sus fuertes ruidos. ▪ La alegría serán las maracas, por su alegre y bailable sonido. ▪ La tristeza se representará mediante el triángulo, por su sonido agudo. <p>Y mientras los alumno/as andan por la sala, el maestro/a tocará los diferentes instrumentos, de tal manera que cuando se oiga el pandero, los niños y niñas tendrán que representar el miedo corriendo libremente. Cuando suenen las maracas, los alumnos/as saltaran con los pies juntos y cuando se escuche el triángulo, deberán andar despacito representando así la tristeza.</p> <p>3. <i>Vuelta a la calma</i>: Para terminar la actividad, los alumnos/as se colocarán por parejas, uno se tumbará y el compañero/a le pasará una pluma por el cuerpo del que está tumbado, mientras se escuchan sonidos de la naturaleza. Luego se cambiará el rol con la pareja.</p> <p>(Música): https://www.youtube.com/watch?v=E70zMHpKpQU</p>
<p>Temporalización: 45 minutos.</p>

Recursos:

- Humanos: Maestro/a.
- Materiales: Instrumentos musicales (pandero, maracas, triángulo), plumas.
- Espaciales:
 - Macroentorno: Centro educativo.
 - Microentorno: Sala de psicomotricidad.

Sesión 2. El pilla-pilla de las emociones.**Objetivos:**

- Diferenciar las emociones del miedo y la calma.
- Dominar el control dinámico y estático.

Desarrollo:

1. Calentamiento: Al finalizar el calentamiento y tras hablar de los sentimientos a través de la canción “Buenos días para todos”, se jugará al tradicional juego del pilla-pilla. La calma acompañada del miedo, son dos actividades que han de trabajarse conjuntamente, ya que es necesario que aprendan que la mejor manera para dominar el miedo es a través de la calma. Por lo que previamente, el maestro/a explicará que, cuando sentimos miedo, nos hacemos pequeños, nos quedamos quietos en un lugar sin movernos, sin embargo cuando nos encontramos en calma, nos sentimos libres en armonía con el mundo, y podemos caminar tranquilamente.

2. Puesta en marcha: Para realizar el juego, se escogerá a cinco niños/as que representarán la calma con un gomets verde y el resto de la clase, será el miedo y se diferenciarán a través de un gomets de color negro. Por lo que los cinco niños/as, la calma, deberán ir a pillar al resto de compañeros/as. El juego finalizará cuando todos estén pillados y convertidos en clama, y por lo tanto, se les explicará que gracias a la calma, el miedo ha desaparecido. Se podrá realizar varias partidas cambiando los gomets para que roten por ambas emociones.

3. Vuelta a la calma: Se realizará una actividad llamada “El Fantasma”. Con música de fondo, los alumnos/as se mueven y bailan libremente por todo el espacio. Al parar la música, se tumban en el suelo y se echan a dormir cerrando los ojos. En ese momento, el maestro/a tapaná con una sábana o tela a uno de los alumnos/as. Después preguntará: “¿Quién es el Fantasma?” El resto de niños/as se levantan e intentan adivinar que compañero es “El Fantasma”.

Temporalización: 40-45 minutos.

Recursos:

- Humanos: Maestro/a.
- Materiales: Gomets de color negro y verde y una sábana. Acitividad “El fantasma”: [www.educacionfisicaenprimaria.es/uploads/4/2/1/.../juegos de vuelta a la calma.pdf/](http://www.educacionfisicaenprimaria.es/uploads/4/2/1/.../juegos_de_vuelta_a_la_calma.pdf/)
- Espaciales:
 - Macroentorno: Centro educativo.
 - Microentorno: Sala de psicomotricidad.

Bloque 4: Actividades finales.**Sesión 1. ¡Jugamos al Twister!****Objetivos:**

- Diferenciar los tipos de emociones (alegría, tristeza, miedo, rabia y calma).
- Dominar el control estático y dinámico a través del juego.

Desarrollo:

1. *Calentamiento:* Tras comenzar con nuestros ejercicios de calentamiento y haber cantado la canción de “Buenos días para todos”, pasaremos a realizar una actividad en la que se engloben todas las emociones aprendidas. Para ello, se colocarán muchos folios de diferentes colores en el suelo, para jugar al Twister.

2. *Puesta en marcha:* Antes de comenzar la actividad, se realizará un pequeño repaso sobre qué emociones hemos estado trabajando y a qué colores representa cada una de ellas. Para ello, el maestro/a enseñará los bits de los monstruos de colores. Una vez hecho el repaso, les explicará que van a jugar al twister. Según las indicaciones los niños/as deberán colocarse de una forma u otra. Primero, el maestro/a irá dando consignas de uno en uno, es decir, nombrará a un niño/a y le dará una indicación, como por ejemplo, que deben situarse encima de la rabia, (de esta manera tendrá que colocarse encima del color rojo que es el que representa la rabia). Una vez que hayan salido todos, se realizará con todo el grupo y se añadirá mayor dificultad en las indicaciones, como por ejemplo, que coloque una mano en la tristeza y la otra en alegría. De esta manera, no solo se evaluará en gran grupo sino individualmente.

3. *Vuelta a la calma:* Como actividad de relajación, los niños/as sentados en el suelo formando un círculo, realizarán una actividad para controlar la respiración. Para ello, imaginarán que cada uno tiene un globo que han de inflar y poco a poco desinflar, de esta manera los alumnos/as estarán inspirando y expirando de manera relajada y poco a poco se irán relajando.

Temporalización: 45 minutos.

Recursos:

- Humanos: Maestro/a.
- Materiales: Bits del monstruo de los colores, papeles de colores, cuento.
- Espaciales:
 - Macroentorno: Centro educativo.
 - Microentorno: Sala de psicomotricidad.

Sesión 2. Cada emoción en su rincón.**Objetivos:**

- Diferenciar los tipos de emociones trabajadas en las anteriores sesiones.
- Entender y controlar las diferentes emociones expresadas a través del juego.

Desarrollo:

1. *Calentamiento:* Puesto que es la última sesión de esta propuesta, se realizarán una serie de actividades en la que se recojan todas las emociones trabajadas anteriormente, la cual servirá a modo de evaluación, para comprobar si los alumnos/as han adquirido los conocimientos propuestos.

Se comenzará como en todas las sesiones, calentando el cuerpo en su totalidad y cantando la canción “Buenos días para todos”. A continuación, cada niño/a deberá decir cómo se siente y porqué se siente así, de manera que todos/as intervengan.

2. *Puesta en marcha:* Esta actividad se divide en dos partes, en la primera, espaciaremos por la sala bolas de colores (amarillo, azul, verde, negro y rojo). Los niños/as se colocaran por parejas y cogidos de la mano, irán andando por el espacio y cuando el maestro/a les diga que han de escoger una emoción concreta, todos deberán coger la bola que represente dicha emoción, por ejemplo la de la rabia es de color rojo. Una vez que tienen la bola correcta tendrán que colocarla en la caja del color que represente dicha emoción. También podremos aprovechar que están

por parejas para pasarse la bola, entre ellas de diferentes maneras, con la mano, con el pie, etc. (Anexo 5).

En la segunda parte de la actividad, el maestro/a repartirá por la sala de psicomotricidad folios de los cinco colores que representen las emociones. Los niños/as se colocarán en medio de la sala y el maestro/a les planteará una situación, por ejemplo: “¿Cómo me siento cuando mamá o papá me hace un regalo por portarme bien?”, a lo que deberán responder dirigiéndose al folio del color que represente la alegría, en este caso, al folio de color amarillo. Una vez que se hayan proyectado diferentes situaciones y los niños/as se ubiquen en el folio correcto, el maestro/a reducirá el número de folios, de tal manera que cuando se plantee otra situación vayan más número de niños/as al folio correcto. Gracias a esto, se crearán situaciones de conflicto, porque todos querrán estar cerca del folio y se podrá aprovechar esas situaciones para dialogar sobre el compañerismo, la empatía, el saber compartir, etc. Al igual que si algún niño o niña se dirige a otro folio distinto, deberá explicar por qué considera que según la situación planteada, el expresa la emoción escogida.

3. *Vuelta a la calma*: Para finalizar las once sesiones, los alumnos/as se sentarán en círculo y se les preguntará sobre qué es lo que más les ha gustado de todas las actividades planteadas, se enseñará de nuevo los bits de los emoticonos de las emociones así como los del cuento “El monstruo de los colores”, despidiéndonos así, de cada una de las emociones trabajadas. Y por último, se tumbarán en el suelo, y el maestro/a les contará el cuento “El monstruo de los colores” con una música relajante de fondo.

Temporalización: 40-45 minutos aproximadamente.

Recursos:

- Humanos: Maestro/a.
- Materiales: Bolas y folios de colores (amarillo, negro, verde, azul y rojo), reproductor de música y el cuento “El monstruo de los colores”.
- Espaciales:
 - Macroentorno: Centro educativo.
 - Microentorno: Sala de psicomotricidad.

4.9. EVALUACIÓN

La evaluación de esta propuesta tiene como fin la identificación de las emociones, así como la valoración del desarrollo alcanzado por el alumnado. Siempre teniendo en cuenta que cada niño/a tiene su ritmo y estilo de maduración, desarrollo y aprendizaje, por lo que su afectividad, sus características personales, sus necesidades e intereses y el estilo cognitivo son elementos que condicionan la práctica educativa.

La recogida de información en las dos primeras sesiones y su interpretación constituyen la evaluación inicial y el punto de partida para la práctica educativa que, es ajustada al nivel madurativo de los alumnos/as. Durante las siguientes sesiones, la evaluación es continua, ya que el proceso de desarrollo y aprendizaje de cada uno de los niños/as orienta la intervención pedagógica, además, nos permite establecer medidas correctoras o de progreso, atendiendo al ritmo individual de cada uno.

El método para evaluar es la rúbrica de observación. En ella partiendo de cuatro niveles (siendo el uno el más bajo y el cuatro el más elevado), se recogen los diferentes criterios necesarios para evaluar el proceso de enseñanza-aprendizaje referente a la propuesta de intervención expuesta:

<i>Nivel</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
Criterios	<i>El proceso de aprendizaje es muy limitado</i>	<i>Muestra algunos detalles de calidad pero podría ser mejorado en muchos aspectos</i>	<i>Cubre en general los objetivos</i>	<i>Se han alcanzado los objetivos establecidos</i>
Comprende e identifica cada una de las emociones	No comprende nada	Comprende las emociones pero se muestra pasivo	Comprende las emociones	Comprende las emociones y las identifica
Realiza las actividades con un buen tono muscular, equilibrio, coordinación y la respiración	No muestra ningún interés	Muestra interés pero le cuesta involucrarse	Muestra interés y tiene iniciativa	Muestra interés, tiene iniciativa
Acepta y respeta las reglas del juego establecidas para cada situación	Nunca	Rara vez	Alguna vez	Siempre
Expresa sentimientos y emociones por medio de la expresión corporal	No expresa nada	No muestra demasiado esfuerzo	Expresa y comunica el contenido	Produce escenas con significado y expresa y describe el contenido
Desarrollar actividades de confianza en sí mismo y en sus iguales para adquirir conocimiento de forma cooperativa	Nunca	Alguna vez pero no muestra interés por superarse	Confía en sus posibilidades	Confía en sus posibilidades

CONCLUSIONES.

Las emociones cumplen muchas funciones importantes en el ser humano, por lo que es importante saber reconocerlas y aprender a convivir con ellas, utilizándolas y gestionándolas de la mejor forma posible. Es un proceso que necesita de un aprendizaje, que ha de realizarse tanto en el ámbito familiar como el escolar, de ahí la importancia de colaborar con las familias, manteniendo una comunicación fluida en la que toda acción escolar sea reforzada por las familias y viceversa. La Educación Emocional contribuye al desarrollo integral del niño/a y es un elemento fundamental y necesario desde la infancia. La escuela como un pilar básico para el desarrollo emocional de los niños/as, necesita de la introducción de programas para la gestión de las emociones a lo largo de toda la etapa educativa.

Como maestros/as no podemos olvidar que los niños/as presentan diferentes ritmos de aprendizaje que debemos respetar, y de la misma manera, dejar que ellos mismos marquen sus límites y no los frenemos en su aprendizaje. El desarrollo y la comprensión de las emociones está relacionado con un proceso continuo, en él las emociones se presentan gradualmente, de las más simples a las más complejas. Es importante que los niños/as vivencien y descubran todo tipo de emociones tanto las positivas, como las negativas y las neutras. La Educación Emocional no excluye las emociones negativas, ya que son necesarias para su desarrollo evolutivo y les dotarán de las competencias necesarias para desenvolverse y desarrollarse con éxito en el mundo que les rodea.

Una de las maneras más comunes de expresar nuestras emociones es a través del cuerpo y el movimiento; por lo tanto, una posible introducción de las emociones podría ser mediante la psicomotricidad. Los niños/as en las edades a las que se dirige esta propuesta utilizan su cuerpo para adquirir todo tipo de aprendizajes y permanecen muy receptivos a la posibilidad de comprender lo desconocido. La adquisición de habilidades emocionales de una manera dinámica y significativa, puede conseguirse a través del fomento de la motivación hacia el aprendizaje de las mismas, consiguiendo así el desarrollo de una Inteligencia Emocional permanente.

Los/as maestros debemos tener en cuenta que tanto los adultos como los compañeros/as actúan como un referente de actuación y pueden afectar en la formación de la personalidad del alumno/a. Por ello, es importante fomentar una atmósfera de trabajo libre y no competitiva en la que el alumnado se vea capacitado para expresar sus emociones libremente.

Respecto a la propuesta de intervención llevada a la práctica, cabe destacar dos aspectos. Por un lado, durante el desarrollo de las diferentes sesiones el alumnado ha mostrado un alto nivel de participación, cooperación y comprensión de los objetivos de trabajo. Por otro lado, podemos

afirmar que una vez realizadas las actividades, los niños/as son capaces de identificar e interiorizar las emociones presentadas y, de la misma manera, han adquirido las rutinas de trabajo propuestas.

Trabajar las emociones a través de la psicomotricidad permite a los niños/as aprender en un ambiente lúdico y placentero, estimula los sentidos, favorece la socialización con sus compañeros/as, ayuda a canalizar sus sentimientos, fomenta el desarrollo de habilidades motrices y percepción de sonidos, etc. Por lo tanto, podemos concluir que las emociones a través de actividades de psicomotricidad, estaremos desarrollando las capacidades tanto cognitivas, como afectivas, y sociales, y lograremos que los niños/as sepan identificar y regular sus emociones en cada situación.

BIBLIOGRAFÍA.

- Aguado, L. (2014). *Emoción, afecto y motivación*. España: Alianza.
- Aneas, A. S. (2018). *El valor de la inteligencia emocional*. España: Alcala Grupo.
- Aragón, M. B. (2012). *Psicomotricidad: Guía de evaluación e intervención*. Madrid, España: Pirámide.
- Araujo, M. C., & Leal Guerra, M. (2007). Inteligencia emocional y desempeño laboral en las instituciones de educación superior públicas. *Centro de investigación de ciencias administrativas y gerenciales*, Venezuela. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3218188.pdf>
- Berrueto, P. (Agosto de 2008). El contenido de la psicomotricidad. Reflexiones para la delimitación de su ámbito teórico y práctico. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 62(22, 2), 19-34. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2707331.pdf>
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de investigación educativa*, 21(1), 7-43.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid, España: Síntesis.
- Bisquerra, R. (2011). *Educación emocional. Propuestas para educadores*. Bilbao, España: Descleé de Brouwer.
- Bisquerra, R. (2016). Inteligencia emocional y bienestar II. Universo de emociones: la elaboración de un material didáctico. *Dianlet*, 20-31. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5568380>
- Bisquerra, R. (s.f.). *Rafael Bisquerra*. Obtenido de <http://www.rafaelbisquerra.com/es/educacion-emocional.html>
- Bisquerra, R., & Agulló, M. J. (2010). *La educación emocional en la práctica*. Barcelona, España: Horsori.
- Cassá, E. L. (2003). *Educación emocional*. Barcelona, España: Praxis.
- Cassá, E. L. (Diciembre de 2005). La educación emocional en la Educación Infantil. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 19(3), 153-167. Obtenido de https://www.aufop.com/aufop/uploaded_files/articulos/1209146070.pdf
- Cassá, E. L. (2011). *Educación emocional en la infancia (0 a 6 años)*. Madrid, España: Wolters Kluwer.
- Decreto 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el segundo ciclo de la Educación Infantil en la comunidad de Castilla y León. *Junta de Castilla y León*. Castilla y León, 2 de enero de 2018, núm 1, pp. 6-16.
- Dueñas, M. L. (2002). Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa. *Educación XXI* (5), 77-96.
- Fernández-Berrocal, P., & Extremera Pacheco, N. (2005). *La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey*. Obtenido de http://emotional.intelligence.uma.es/documentos/pdf61modelo_de_mayer_salovey.pdf

- Fernández-Berrocal, P., & Ruiz Aranda, D. (2008). La inteligencia emocional en educación. *Revista electrónica de investigación psicoeducativa*, 6(15), 421-436. Obtenido de http://www.investigacion-psicopedagogica.org/revista/articulos/15/espagnol/Art_15_256.pdf
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Madrid, España: Kairós.
- Goleman, D. (1997). *Inteligencia emocional*. Barcelona, España: Kairós.
- Herrero, A. B. (Abril de 2000). Intervención psicomotriz en el primer ciclo de Educación Infantil: estimulación de situaciones sensoriomotoras. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 37, 87-102. Obtenido de https://www.aufop.com/aufop/uploaded_files/articulos/1223462770.pdf
- Ibarrola, B. (s.f.). *Begoña Ibarrola*. Obtenido de <https://www.begoibarrola.com/>
- López, P. I., Mudarra Sánchez, M. J., & Alfonso Ibáñez, C. (s.f.). *La estimulación psicomotriz en la infancia a través del método estitsológico multisensorial de atención temprana*. Facultad de Educación. Universidad Nacional de Educación a Distancia. Obtenido de <http://revistas.uned.es/index.php/educacionXX1/article/download/332/288>
- Mora, F., & Sanguinetti, A. M. (2004). *Diccionario de neurociencia*. Madrid, España: Alianza.
- Quesada, R. P. (2001). Educación para la salud, reto de nuestro tiempo. *Revistas UNED*. Obtenido de <http://revistas.uned.es/index.php/educacionXX1/article/view/361>
- Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre de 2006, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil. *Boletín Oficial del Estado*. Madrid, 4 de enero de 2007, núm 4, pp. 474-482.
- Rivas, J. M. (Agosto de 2008). La psicomotricidad educativa: un enfoque natural. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 22(2), 199-200. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2707451.pdf>
- Rivas, J. M., & Gil Madrona, P. (2003). *La psicomotricidad. Evolución, corrientes y tendencias actuales*. Sevilla, España: wanceulen.
- Ruano, K. (2004). *La influencia de la expresión corporal sobre las emociones: un estudio experimental*. Universidad politécnica de Madrid, Departamento de física e instalaciones aplicadas a la edificación al medio ambiente y al urbanismo de la escuela técnica superior de arquitectura.
- Sánchez, P. A., Rabadán Martínez, M., & Vives, I. (2008). *La psicomotricidad en la escuela: una práctica preventiva y educativa*. España: Aljibe.
- Sánchez, J. R., & Llorca, M. L. (Agosto de 2008). El rol del psicomotricista. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 22(2), 35-60. Obtenido de <http://www.redalyc.org/pdf/274/27414780004.pdf>
- Sanguinetti, F. M. (2004). *Diccionario de neurociencia*. Madrid, España: Alianza.
- Santamaría, J. S. (2010). La competencia emocional en la escuela: una propuesta de organización dimensional y criterial. *Revista de la Facultad de Educación de Albacete* (25), 79-96.
- Vicens, S. P. (2004). *Sentir y crecer. El crecimiento emocional en la infancia*. Barcelona: Grao.
- Wallon, H. (1976). *La evolución psicológica del niño*. Barcelona, España: Grijalbo.

ANEXO nº 1.

Bloque Introducción: Las emociones. (Sesión 1. Nos adentramos al mundo de las emociones).



Bloque Introducción: Las emociones. (Sesión 2. El monstruo de los colores).



ANEXO nº 2.

Bloque 2: Las emociones. (Sesión 1. Porque la alegría siempre triunfa).

TEXTO DEL CUENTO MOTOR	PUESTA EN ESCENA
<p>¿Hola chicos, sabéis quién soy? Soy la payasa Fafania y os voy a contar un cuento sobre el circo. ¿Os apetece escucharlo? Había una vez un circo en el que la gente siempre estaba muy alegre.</p>	<p>Los niños se sientan en el suelo a escuchar el inicio del cuento.</p>
<p>El circo tenía un montón de animales. Había tigres que eran muy feroces, había elefantes que tenían la trompa muy larga muy larga, había jirafas que tenían el cuello muy largo y lo estiraban hacia arriba.</p>	<p>Cuando la maestra dice que había un tigre, todos corren imitando al animal. Si nombra a los elefantes, imitarán el movimiento de la trompa. Y si dicen las jirafas, andarán de puntillas.</p>
<p>Pero a la bruja Piruja no le gustaba nada los circos, ni tampoco le gustaban las personas que siempre estaban contentas. Así que hizo un hechizo para convertir a todos los animales en estatuas y que no pudiesen actuar. <i>(¿Sabéis cómo lo hizo?, mirad vamos a hacerlo igual nosotros.)</i></p>	<p>La maestra irá tocando una pandereta, y cuando esta suene los niños se moverán por el espacio, pero cuando la pandereta se para, los niños tendrán que quedarse como estatuas. Primero formarán estatuas de manera libre, después se les dirá que pongan cara de alegría, luego de tristeza, después de enfado y por último de miedo.</p>
<p>Pero a los niños que veían al circo esto les puso muy tristes, porque ya no podían ver actuar a los animales que más les gustaban. La bruja les dijo que la única manera de recuperar a los animales, era que pasasen unas pruebas.</p>	
<p>La primera prueba dijo: consistirá en unos aros musicales. Tendréis que tocar el aro del color que yo diga. Así que, la bruja dijo que los niños tenían que tocar los aros de color azul. Después rojo, verde y amarillo. <i>(Vamos a todos a tocar los aros de colores y cuando la música se pare, pero cuando la música esté sonando nos moveremos por el circo muy alegres.)</i></p>	<p>Cuando la música esté sonando, los niños se moverán por el espacio de manera alegre y muy contenta, y cuando la música pare, cada niño tendrá que tocar el aro del color que haya dicho la bruja Piruja.</p>
<p>Y la última prueba es la más difícil, dijo la bruja Piruja. Si queréis recuperar a vuestros animales tendréis que saltar estas picas como hacen los equilibristas, que son aquellas personas que trabajan en el circo y se dedican a hacer equilibrio. Después tendréis que cruzar este banco porque los equilibristas también hacen equilibrio sobre bancos. <i>(¿Qué os parece si pasamos la prueba que ha dicho la bruja Piruja?, ¿estáis preparados? ¡Genial, pues allá vamos!)</i> ¡No me puedo creer! Dijo la bruja, sois unos auténticos artistas de circo.</p>	<p>Los niños tendrán que saltar unas picas o ladrillos simulando ser equilibristas del circo. Después harán equilibrio pasando por encima de un banco.</p>

Por fin, los niños consiguieron derrotar a la bruja Piruja que se fue corriendo del circo en una escoba voladora. Así que, para celebrarlo los niños se pusieron a bailar.

Los niños se muestran felices y contentos por haber superado las pruebas, haber echado a la bruja del circo y haber conseguido que todos estén muy felices y bailan por la sala.

Bloque 2: Las emociones. (Sesión 3. Practicamos Yoga).



Bloque 4: Actividades finales. (Sesión 2. Cada emoción en su rincón).

