

Universidad de Valladolid

Trabajo Fin de Grado

LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL

AUTORA: CLAUDIA MARTÍNEZ PARDO

TUTORA: MARÍA JOSÉ ARROYO GONZÁLEZ



CAMPUS PÚBLICO
MARÍA ZAMBRANO
SEGOVIA

RESUMEN

En este trabajo, analizamos aquellos aspectos más significativos relacionados con la Educación e Inteligencia Emocional. Posteriormente, desarrollamos su aplicación en la etapa de Educación Infantil desde un punto de vista teórico y práctico. La finalidad de este proyecto es proporcionar al alumnado y futuros docentes un bagaje sólido para la óptima gestión y comprensión de las emociones contribuyendo así al desarrollo integral del individuo. La integración de la propuesta didáctica dentro del Plan de Acción Tutorial ayudará a implicar a todos los miembros de la comunidad educativa para mayor beneficio del alumno.

PALABRAS CLAVE

Emociones, Plan de Acción Tutorial, Educación Emocional, Inteligencia Emocional, Competencias emocionales.

ABSTRACT

In this paper, we analyze the most significant aspects concerning Emotional Education and Intelligence. Subsequently, we apply and develop them throughout the Preschool period from both theoretical and practical points of view. The aim of this project is to provide the students and future educators with a solid background for an optimum management and comprehension of emotions, therefore contributing to a complete development of the individual. The integration of our proposal to the Tutorial Action Plan will help to involve all the members within the educational community for the student's benefit.

KEY WORDS

Emotions, Tutorial Action Plan, Emotional Education, Emotional Intelligence, Emotional Competences.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	7
2. JUSTIFICACIÓN	9
3. OBJETIVOS	9
4. MARCO TEÓRICO	10
4.1 ¿Qué son las Inteligencias Múltiples?	10
4.1.1 Definición	10
4.1.2 Tipos de emociones	12
4.1.3 Importancia de las emociones en Educación Infantil	14
4.1.4 Competencias emocionales	15
4.2 ¿Qué es la Educación Emocional?	17
4.2.1 Definición	17
4.2.2 Beneficios de la Educación Emocional	18
4.2.3 Importancia de la formación del profesorado	18
4.2.4 Importancia de la formación de las familias	19
4.3 Plan de Acción Tutorial	21
4.3.1 Tutorías en Educación Infantil	21
4.3.2 Objetivos	22
4.3.3 ¿Qué se trabaja?	22
5. PROPUESTA PRÁCTICA	24
5.1 Marco Legislativo	24
5.2 Propuesta de Plan de Acción Tutorial	25
5.3 Objetivos	25
5.4 Contenidos	27
5.5 Contexto educativo	28
5.6 Metodología	28
5.6.1 Principios Metodológicos	28
5.7 Recursos utilizados	29
5.8 Interdisciplinariedad	30

5.9	Temporalización	30
5.10	Atención a la diversidad	31
5.11	Propuesta de actividades	32
5.11.1	ACTIVIDAD 1. Lola y sus emociones	32
5.11.2	ACTIVIDAD 2. Representación de colores	33
5.11.3	ACTIVIDAD 3. Memori de las emociones	34
5.11.4	ACTIVIDAD 4. Mímica	35
5.11.5	ACTIVIDAD 5. Cocineros de emociones	36
5.11.6	ACTIVIDAD 6. Buzones emocionales	37
5.11.7	ACTIVIDAD 7. La ruleta de las emociones	38
5.12	Evaluación	39
5.13	Criterios de evaluación	40
6.	CONCLUSIONES	41
7.	BIBLIOGRAFÍA	43
8.	ANEXOS	45
	ANEXO 1: CUENTO DE “LOLA Y LAS EMOCIONES”	45
	ANEXO 2: ACTIVIDAD 1	46
	ANEXO 3: ACTIVIDAD 3	47
	ANEXO 4: ACTIVIDAD 5	49
	ANEXO 5: ACTIVIDAD 6	49
	ANEXO 6: ACTIVIDAD 7	50
	ANEXO 7: RÚBRICA DE EVALUACIÓN DE CADA ACTIVIDAD PARA EL ALUMNADO	50
	ANEXO 8: EVALUACIÓN ACTIVIDAD 1	51
	ANEXO 9: EVALUACIÓN ACTIVIDAD 2	51
	ANEXO 10: EVALUACIÓN ACTIVIDAD 3	51
	ANEXO 11: EVALUACIÓN ACTIVIDAD 4	52
	ANEXO 12: EVALUACIÓN ACTIVIDAD 5	52
	ANEXO 13: EVALUACIÓN ACTIVIDAD 6	53

ANEXO 14: EVALUACIÓN ACTIVIDAD 7	53
ANEXO 15: RÚBRICA EVALUATIVA DE LA PROPUESTA PRÁCTICA	53
ANEXO 16: RÚBRICA DE EVALUACIÓN DOCENTE PARA EL ALUMNADO	54

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Tipos de Inteligencia según Autunes, 2004	12
Tabla 2: Características de las emociones según Rodríguez, 2008	14
Tabla 3: Habilidades de la Competencia Emocional según Bisquerra y Piaget, 2007	18
Tabla 4: Leyes empleadas en nuestra Propuesta Práctica	26
Tabla 5: Objetivos generales y específicos de la Propuesta Práctica	27
Tabla 6: Contenidos generales y específicos de la Propuesta Práctica	28
Tabla 7: Recursos empleados en nuestra Propuesta Práctica	31
Tabla 8: Habilidades y competencias que se desarrollan al mismo tiempo en una Unidad Didáctica	32
Tabla 9: Actividad 1: Lola y las emociones	33
Tabla 10: Actividad 2: Representación de colores	34
Tabla 11: Actividad 3: Memori de las emociones	35
Tabla 12: Actividad 4: Mímica	36
Tabla 13: Actividad 5: Cocineros de emociones	37
Tabla 14: Actividad 6: Buzones emocionales	38
Tabla 15: Actividad 7: La ruleta de las emociones	39
Tabla 16: ACTIVIDAD 1. Lola y las emociones	47
Tabla 17: ACTIVIDAD 3. Memori de las emociones	48
Tabla 18: Rúbrica de evaluación de cada actividad para el alumnado	51
Tabla 19: Evaluación Actividad 1	52
Tabla 20: Evaluación Actividad 2	52
Tabla 21: Evaluación Actividad 3	52

Tabla 22: Evaluación Actividad 4	53
Tabla 23: Evaluación Actividad 5	53
Tabla 24: Evaluación Actividad 6	54
Tabla 25: Evaluación actividad 7	54
Tabla 26: Rúbrica evaluativa de la propuesta práctica	54
Tabla 27: Rúbrica evaluativa del docente por parte del alumnado	55

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Términos metodológicos según Madureira, 2013	22
Figura 2: Características de las funciones de profesores, alumnos y familiares, según Salmerón, 2011	25
Figura 3: Ámbitos de la función tutorial, según Salmerón, 2011	25
Figura 4: Horario de realización de actividades	33
Figura 5: Actividad 5	51
Figura 6: Actividad 7	52

1. INTRODUCCIÓN

La cuestión clave de nuestra exposición es comprender el concepto de las emociones. A lo largo de nuestra investigación, las definiremos personalmente como la gran variedad de sentimientos y experiencias que nos ocurren en la vida, especialmente durante la infancia. Por ejemplo, las sensaciones que experimentamos en ocasiones especiales como navidad o vacaciones, o por el contrario, aquellos momentos tristes relacionados con la muerte de un ser querido o las despedidas, normalmente rodeados de nuestra familia y amigos. De esta manera, los individuos establecen una relación entre los sentimientos que emergen y las vivencias de cada momento.

Consideramos la infancia como una etapa de continuo aprendizaje, en la que los niños, los principales protagonistas, asimilan con enorme rapidez todos los estímulos a su alrededor. En esta etapa se fomentan habilidades como empatía, autoconocimiento, motivación, colaboración o autocontrol. Esto proporciona una base para superar aquellos futuros conflictos con los que se encuentren. En consecuencia, es esencial para un niño aprender a gestionar sus emociones, así como disfrutar de sus experiencias.

Aquellos sentimientos relacionados con la alegría, la empatía o la cordialidad, producen felicidad en nuestro entorno con consecuencias y efectos de grado positivo a nivel individual, comunitario y social. Por esta razón, nuestro objetivo es remarcar la importancia de trabajar la educación emocional en las escuelas. Como docentes, debemos proporcionar a los niños y niñas todas las herramientas disponibles para desarrollar las competencias necesarias desde la infancia, con el fin de que aprendan a gestionar sus emociones eficazmente. Para ello, aplicaremos la educación emocional con el objetivo de conseguir la formación integral del niño: cognitiva, motora, afectiva y social.

La emoción es el motor que nos mantiene en constante movimiento con el mundo que nos rodea y con nosotros mismos. A este respecto, las emociones son la base fundamental de la toma de decisiones y del proceso de razonamiento.

Hasta hace unos años, la finalidad de la educación de los niños y niñas era la adquisición de conocimientos y la aceptación de normas sociales como responsabilidad, honestidad o esfuerzo. La falta de atención a sus capacidades, habilidades y motivaciones puede causar en el niño trastornos tanto personales como profesionales en su futuro.

En el desarrollo del presente trabajo, analizaremos el concepto de las emociones en sus diferentes ámbitos. Primeramente trabajamos la Inteligencia Emocional, tomando como soporte la metodología de las Inteligencias Múltiples, la cual nos aportará los diferentes tipos de emociones con las que vamos a trabajar. A continuación, presentamos en la educación emocional a partir de sus dos elementos base, la educación y las emociones, destacando su importancia en toda la Comunidad Educativa (docentes, familia y escuela). En tercer lugar, enfocaremos e integraremos los dos conceptos anteriores al Plan de Acción Tutorial y su aplicación en la Educación Infantil. Finalmente, hemos realizado una propuesta didáctica para poder llevarla a cabo en el aula.

2. JUSTIFICACIÓN

La principal razón para la realización de este trabajo es la relevancia de la Educación Emocional como un componente base del desarrollo íntegro de los individuos.

Un segundo motivo es la presencia activa y dinámica de las emociones y su papel en la construcción de la personalidad y en la interacción social. Asimismo, cabe mencionar las dificultades que entraña este tipo de educación desde el punto de vista del niño, quien la recibe, y la comunidad educativa responsable de su educación.

Por último, la justificación más remarcable de nuestro trabajo es la importancia de las emociones como principal fuente de toma de decisiones en la vida diaria, ya que intervienen en todos los procesos evolutivos: desarrollo de la comunicación, conocimiento social, procesamiento de la información, apego, desarrollo moral, etc.

3. OBJETIVOS

Para este trabajo, pretendemos desarrollar los siguientes objetivos:

- 1) Conocer y comprender los diferentes conceptos relacionados con la Educación Emocional.
- 2) Realizar una propuesta práctica relacionada con la Inteligencia Emocional basándonos en el Plan de Acción Tutorial.
- 3) Ayudar a los alumnos a reconocer y gestionar las emociones, tanto las propias como las externas.
- 4) Fomentar la empatía, la curiosidad y la motivación a través de la Educación Emocional en edades tempranas.

4. MARCO TEÓRICO

A lo largo del Marco Teórico, expondremos el concepto de Educación Emocional. Partiendo de la definición de la Inteligencia Emocional, explicaremos los diferentes tipos de emociones y sus beneficios en la etapa de Educación Infantil. Finalmente, investigaremos en profundidad el concepto de Educación Emocional, donde expondremos los beneficios de este tipo de educación y su importancia en la formación del profesorado y de las familias.

4.1 ¿Qué son las Inteligencias Múltiples?

En este apartado, comenzaremos definiendo lo que comúnmente conocemos como inteligencia con el objetivo de establecer una base general sobre la que desarrollar nuestra teoría. A continuación, explicaremos en qué consisten las Inteligencias Múltiples como subcategorías de nuestro concepto base y nos enfocaremos particularmente en la Inteligencia Emocional, nuestro objeto de estudio, el cual nos proporcionará los diferentes tipos de emociones, que utilizaremos como material de análisis.

4.1.1 Definición

Comenzaremos definiendo la inteligencia como la capacidad cerebral obtenida por parte de los individuos a la hora de asimilar lo que nos rodea y buscar las soluciones que mejor se adecuen a la situación. A partir de aquí, podemos decir que la construcción de ideas razonadas están señaladas como actos relacionados con este concepto que está asociado a la facultad de comprender (Autunes, 2004).

Según Autunes (2004), desarrollaremos las Inteligencias Múltiples, como aquellas zonas del cerebro humano que corresponden a espacios de cognición específicos donde cada punto representa a un sector que alberga una forma de comprensión y procesamiento de información. Para ello, de acuerdo con las ideas de Howard Gardner, dividimos el cerebro en una serie de secciones que se asocian con los diferentes puntos a lo que se relacionan las diversas capacidades del ser humano: lingüística, lógico-matemática, cinestésica-corporal, naturalista, musical y personalista (intrapersonal e interpersonal) (Tabla 1).

Tabla 1. *Tipos de Inteligencia según Autunes, 2004*

TIPOS DE INTELIGENCIA	DEFINICIÓN
INTELIGENCIA LINGÜÍSTICA	Capacidad del individuo para procesar mensajes lingüísticos, ordenar palabras y darles un sentido.
INTELIGENCIA LÓGICO-MATEMÁTICA	Facilidad para el cálculo, la percepción de la geometría espacial y los problemas lógicos, como el ajedrez.
INTELIGENCIA ESPACIAL	Capacidad de distinguir formas y objetos, percibir lo que le rodea con precisión y desarrollar cambios sobre las percepciones del exterior.
INTELIGENCIA MUSICAL	Facilidad para identificar diferentes sonidos y percibir matices de la intensidad (tono, melodía, ritmo, timbre y frecuencia) y la direccionalidad.
INTELIGENCIA CINESTÉSICA-CORPORAL	Capacidad de expresarnos con el cuerpo de forma diferenciada y hábil.
INTELIGENCIA PICTÓRICA	Capacidad de expresión a través de movimientos y belleza, dibujos o caricaturas.

INTELIGENCIA NATURALISTA	Capacidad de atracción y sensibilidad por la naturaleza, identificar el lenguaje natural y fascinación ante el paisaje humanizado o no.
INTELIGENCIA PERSONAL	<ul style="list-style-type: none"> - Interpersonal: Capacidad de percibir y comprender a otras personas, sentir empatía por ellas y descubrir las fuerzas que las impulsan a hacer las cosas. - Intrapersonal: Capacidad del individuo para tener autoestima y automotivación, y la formación de un modelo coherente para llevar a cabo la creación de la felicidad personal y social

Fuente: Elaboración propia

La Inteligencia Emocional, nuestro ya mencionado objeto de estudio, se define como la forma de interactuar con el mundo teniendo en cuenta los sentimientos, que abarcan una serie de acciones como la motivación, la autoconciencia, el entusiasmo, la empatía o la agilidad mental, entre otros. Por el contrario, el descuido de ésta nos puede causar graves daños y conducir a la depresión, trastornos alimentarios, agresividad o delincuencia (Goleman, 1996).

4.1.2 Tipos de emociones

Comenzamos teniendo en cuenta la definición aportada por Bisquerra, considerada de gran relevancia por parte de López (2005), en la que las emociones son un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación generada como respuesta a un acontecimiento externo o interno.

Por ello, nos podemos encontrar con las emociones relacionadas con el bienestar, como la alegría y la tristeza, y a las emociones morales, por ejemplo, el orgullo y la culpa. Estos tipos son indicadores que están relacionados con el análisis cultural de cualquier objeto o práctica social, es decir, los sistemas de significados de la cultura social se comprenden mejor si tomamos en cuenta las emociones y las premisas culturales que las desencadenan (Rodríguez, 2008).

En palabras de Nussbaum, posteriormente citadas por Rodríguez (2008), existe una gran diversidad de la experiencia emocional que puede estar presente en distintas culturas.

1. Las reglas para la expresión y el comportamiento emocional, ya que cada sociedad tiene sus propias expresiones de las emociones.
2. Los juicios legales sobre emociones que cambian según los tipos que nos encontremos, debido a que cada sociedad marca sus normas sobre los objetos y acciones propias para cada una de ellas.
3. La clasificación de emociones es diferente según la cultura.
4. Multitud de historias a raíz de las cuales los individuos desarrollan sus propias emociones.

De acuerdo con Elster, las emociones podemos distinguirlas según una serie de características: los objetos a los que van dirigidos, las circunstancias que les ocurren a lo largo del tiempo y el tipo de evaluación que se realiza basándose en ellas. Estas características identifican diversas emociones (Tabla 2) (Rodríguez, 2008).

Tabla 2. *Características de las emociones según Rodríguez, 2008*

Emociones sociales como la ira o la admiración
Emociones generadas por circunstancias buenas o malas como la alegría o la tristeza
Emociones generadas por pensamientos sobre cosas buenas o malas como la esperanza o el miedo
Emociones que surgen a raíz de pensamientos buenos malos de otras personas como la simpatía o la lástima
Emociones contrafactuales generadas por pensamientos acerca de lo que pudo haber pasado pero no pasó como el remordimiento o la euforia
Emociones que se dan en casos dudosos o de polémicas como sorpresa o interés

Fuente: Elaboración propia

Tras la exposición de nuestra teoría, podemos extraer varias conclusiones. Por un lado, la inteligencia emocional distingue entre modelos mixtos y modelos de habilidad basados en el procesamiento de la información. La Inteligencia Emocional la desarrollamos a través de modelos mixtos cuando existen rasgos marcados de la personalidad, competencias socio-emocionales, aspectos que motiven a los individuos y diversas habilidades cognitivas. Y hablaremos de Inteligencia Emocional con modelos de habilidades, cuando se relacionen en la adaptación de las emociones y su aplicación en la mente de los individuos (Fernández y Extremera, 2005).

Por otro lado, según Rodríguez (2008), de todas las clases de emociones identificadas por diversos autores, las que mejor se adaptan a los indicadores de los diferentes grupos sociales son las emociones de bienestar y las emociones morales, ya que tienen un carácter claramente evaluativo y dependen, en muchas ocasiones, de procesos de comparación social.

4.1.3 Importancia de las emociones en Educación Infantil

Las emociones forman parte de la vida del individuo desde el nacimiento y juegan un papel muy importante en la construcción de la personalidad y la interacción con el exterior. En su evolución, intervienen en una serie de procesos: comunicación, conocimiento del entorno, procesamiento de la información que dicho entorno le proporciona, apego, desarrollo moral, etc. Además, se les considera la principal fuente de información mediante la cual tomamos las decisiones de nuestro día a día (López, 2005).

Según López (2005), la educación tradicional ha valorado más el conocimiento que las emociones en las diferentes etapas del desarrollo. Sin embargo, son un elemento muy importante a tener en cuenta si se quiere alcanzar una buena y completa educación. Un ejemplo práctico es el programa *Self Science*, descrito por Goleman (1996), cuyo tema fundamental son los sentimientos internos y externos, lo cual conduce a los alumnos a prestar más atención a la vida emocional tratando sus problemas y tensiones cotidianas cada día.

Por ello, según Cabello (2011), como profesionales de la enseñanza debemos ser conscientes de que tratar las emociones y los sentimientos en edades tempranas como Educación Infantil, podemos conseguir un desarrollo óptimo por parte del alumnado, haciendo que todas las actividades que realicemos con el alumnado dentro del aula, trabajen fundamentalmente dichos conceptos.

López (2005), considera que educar significa atender el desarrollo integral de las personas, las capacidades cognitivas, físicas, lingüísticas, morales, afectivas y emocionales. Por esta razón, las emociones deben considerarse un punto fundamental de la educación con la escuela como principal mediador

A la hora de poner en práctica la Educación Emocional en la etapa infantil, hay que tener en cuenta un enfoque práctico a través de programas secuenciados a partir de estas edades (López, 2005). Considerando la importancia de los aspectos emocionales y sociales para facilitar la adaptación global de los ciudadanos en un mundo cambiante, que cuenta con constantes y peligrosos desafíos (Fernández y Extremera, 2005). Estos programas de Educación Emocional requieren una educación previa, metódica e intencionada del profesorado. Sin embargo, como resultado de los datos recogidos, se puede afirmar que el desarrollo de competencias emocionales aún no está incluido en los programas de los maestros (López, 2005).

La Educación Infantil implica no solo el desarrollo de la inteligencia en el plano intelectual, sino que el aspecto emocional también juega un papel importante para la vida de niños y niñas porque es la que los va a preparar para enfrentar y resolver los problemas de la vida cotidiana (Cabello, 2011).

Por ello, se considera que la formación inicial del profesorado debería contar con información fundamental en cuanto a materia y competencias emocionales. A raíz de esto, podemos llevar a la práctica la educación emocional para desarrollar actitudes y formas de expresión en las que el profesorado tenga en cuenta un modelo educativo en el que las emociones sean vividas, respetadas y acogidas en su totalidad con el objetivo de analizar como afrontan estas

experiencias emocionales. De este modo, desarrollaremos programas que permitan un seguimiento continuo a lo largo del curso y que incluyan los puntos esenciales como objetivos, contenidos, metodología, actividades y evaluación (López, 2005).

4.1.4 Competencias emocionales

La competencia se define como la capacidad del individuo para emplear correctamente el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar diferentes actividades con cierta calidad y eficacia (Bisquerra y Pérez, 2007).

Por ello, Carolyn Saarni, base del argumento de Giménez y Quintanilla (2009), propone los principios de un acuerdo eficaz en el desarrollo de las competencias emocionales. Su análisis parte de diversos estudios relacionados con la socialización, para formar reglas culturales, relacionado con los conflictos, la expresión y la presentación de diversas emociones; la importancia y la función del diálogo como principal instrumento en la comprensión emocional; la estrecha relación entre la regulación emocional y las competencias sociales; así como, la influencia de la situación concreta en la regulación de la emoción.

A partir de aquí, según Bisquerra y Pérez (2007), se pueden destacar una serie de características.

- Aplicable tanto al individuo propiamente como a un grupo de ellos.
- Implica unos conocimientos, unas habilidades, unas actitudes y unas conductas.
- Incluye las capacidades tanto informales como formales.
- Noción esencial de desarrollo y de aprendizaje unido a la experiencia.
- Constituye un potencial de actuación vinculado a la capacidad de ponerse en acción.

A partir de aquí, estos autores presentan un listado de habilidades relacionadas con la competencia emocional (Tabla 3).

TABLA 3. *Habilidades de la Competencia Emocional según Bisquerra y Piaget, 2007*

Conciencia del propio estado emocional que influye la posibilidad de experimentar diversas emociones
Habilidad para comprender las capacidades de los demás, en base a las diversas situaciones
Habilidad para utilizar términos disponibles en ciertas culturas, relacionando la emoción con los roles sociales
Capacidad para implicarse en las emociones de los demás
Habilidad para comprender que el estado emocional interno no corresponde a las emociones externas
Habilidad para afrontar emociones negativas a través de estrategias de autocontrol que regulan la intensidad y la duración de tales estados de ánimo
Conciencia de la estructura y naturaleza de las relaciones que se definen por una serie de características: el grado cercano a las emociones y el grado de reciprocidad en la relación entre individuos
Capacidad de autoeficacia emocional, ya que el individuo se ve a sí mismo lo que siente y como se quiere sentir

Fuente: Elaboración propia

4.2 ¿Qué es la Educación Emocional?

En este apartado, presentamos los conceptos de educación, emociones y Educación Emocional, del cual analizaremos los beneficios y la importancia que aportan al profesorado y a las familias.

4.2.1 Definición

La educación es la acción organizada para el completo desarrollo y capacidades intelectuales, físicas, lingüísticas y morales relacionadas con diversos ámbitos internos y externos que

ejercen una influencia intelectual para ayudarles a realizar unas metas tanto individuales como sociales (López, 2005).

Para Bisquerra (2011), la Educación Emocional es una respuesta educativa a las necesidades sociales que no están suficientemente atendidas en las áreas académicas ordinarias. Entre estas necesidades sociales están la ansiedad, estrés, depresión, violencia, consumo de drogas, comportamientos de riesgo, etc. En todas estas situaciones las emociones juegan un papel muy importante.

Las emociones están presentes desde el nacimiento y todas nuestras relaciones sociales –la familia, los amigos, la escuela, entre otros–. Por ello, la escuela se considera un ámbito esencial a la hora de adquirir conocimientos y diversas experiencias que nos ayudan a desarrollar y controlar nuestras emociones (López, 2005).

Por último, la Educación Emocional es el proceso educativo, continuo y permanente que desarrolla la capacidad emocional como elemento fundamental del desarrollo intelectual, lo que constituye un completo fundamental en el desarrollo de la personalidad del individuo. En consecuencia, se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades acerca de las emociones con el objetivo de capacitar al individuo para afrontar mejor las pruebas que se le presentan en la vida cotidiana (López, 2005).

4.2.2 Beneficios de la Educación Emocional

Según Soler, Aparicio, Díaz, Escolano y Rodríguez (2016), los beneficios de la Educación Emocional han sido un referente en la educación, demostrando que un proyecto educativo que incluye las emociones en el aula, aporta a los niños mejoras socioemocionales.

- Bajos niveles de ansiedad.
- Capacidad del individuo para reconocer y distinguir las emociones.
- Habilidad para expresar sus ideas y sentimientos.

- Habilidad para defender sus derechos en su relación con el exterior evitando los conflictos.
- Capacidad de recuperarse de aquellos acontecimientos negativos que producen emociones negativas.

Asimismo, la Educación Emocional nos aporta multitud de beneficios en diversos contextos donde se desarrolla la dimensión afectiva relacionada con el apego hacia los demás. Partiendo de los factores que forman parte de ella, destacan las ideas relacionadas con una educación completa que integre y desarrolle las dimensiones del ser humano y los beneficios que potencian dichas dimensiones como la empatía, la socialización y el bienestar (Moraleda, 2015).

4.2.3 Importancia de la formación del profesorado

La Educación Emocional es de vital importancia en la formación docente, ya que dará lugar a los cambios sociales y competencias profesionales orientadas a diversos aspectos relacionados con las emociones. Esto se consigue a través de la formación de teorías y mejoras de estrategias para enseñar a lidiar con ellas. Estas circunstancias cobran especial importancia cuando el maestro presenta un escaso dominio de sus emociones debido al posterior efecto que puede causar en la formación de los alumnos. Por esta razón, educar la inteligencia emocional es una tarea primordial de las instituciones educativas para potenciar el desarrollo socioemocional de los alumnos (Gallego y Vivas, 2008).

En general, el desarrollo apoya la inclusión de la Educación Emocional en las aulas para poder adquirir el desarrollo íntegro del niño. Sin embargo, la voluntad se lleva a través del conocimiento hipotético, y posteriormente, a la práctica. Todo ello, se realizará a través de un programa de intervención psicopedagógica y un diseño de investigación que analice los efectos en la Inteligencia Emocional de los alumnos, cuya finalidad es mejorar el futuro del profesor (Moraleda, 2015).

El nuevo rol del profesor debe ser el de conductor de un grupo de alumnos empleando metodologías adaptadas a las características de cada uno de ellos, logrando así un protagonismo igualitario. En definitiva, los profesores deberían contar con una formación específica en inteligencia emocional, con la cual desarrollarán habilidades sociales y competencias emocionales. De igual manera, el profesor que trabaja en este ámbito colabora tanto con el resto del equipo docente como con las familias, manteniendo reuniones individuales y colectivas. Cada vez contamos con más profesores que ven la Educación Emocional como uno de los principales factores para evitar el fracaso escolar, favorecer la motivación, facilitar las relaciones humanas, gestionar conflictos y prevenir la violencia (Moraleda, 2015).

4.2.4 Importancia de la formación de las familias

La familia se considera el principal contexto en el desarrollo emocional. Algunos autores facilitan ambientes familiares donde se expresan por medio de diversas posibilidades, lenguajes, juegos, tiempos o ámbitos. Igualmente, los principales actores del entorno familiar colaboran con la escuela para desarrollar mejor aquellos matices sociales (Moraleda, 2015).

Como profesionales, Madureira (2013), trabaja el ámbito relacionado con la educación especial, ya que nos preocupa entender cuáles son las necesidades de las familias, niños y jóvenes con necesidades educativas especiales derivadas de la deficiencia concreta que les caracteriza. Las preocupaciones que surgen de las familias pueden llevarnos a realizar un estudio, cuyo fundamento se basa en un programa de formación de padres, con el objetivo de recoger datos sobre las necesidades de aquellas que cuentan con niños implicados, analizando las características de los diversos sistemas familiares. Se analizó también su nivel de satisfacción del soporte social. En términos metodológicos, hemos realizado la investigación en dos fases (Figura 1).

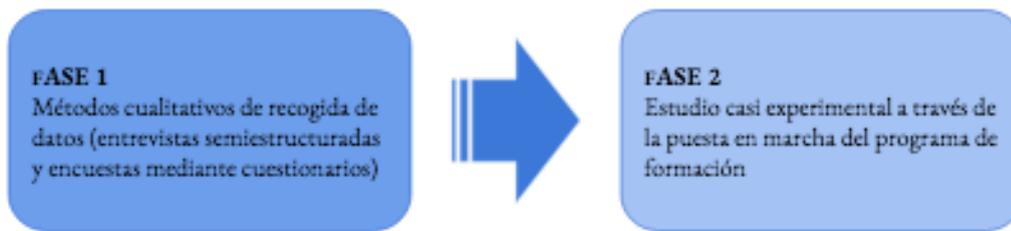


Figura 1. Términos metodológicos según Madureira, 2013

Por otro lado, según Moraleda (2015), los estudiantes encontrarán mayor motivación en aquellos profesores capaces de aportarles una serie de competencias emocionales que les servirán de gran ayuda en el futuro. De igual manera, aquel profesor que trabaja las emociones debe adquirir una serie de competencias para tratar con el resto de profesorado y en las intervenciones con las familias tanto de forma individual como colectiva. En ese sentido, se llevarán a cabo una serie de entrevistas donde se trabajan las estrategias fundamentales de cada etapa.

Los programas relacionados con la Educación Emocional tienen a su vez en cuenta a las familias, como por ejemplo *Educación Responsable*, que trabaja la formación integral de los niños, valorando las posibilidades en los ámbitos no-educativos. Además, entienden la importancia de las diferentes actividades destinadas a la sociedad con el objetivo de implicar y concienciar, y considera de vital importancia la participación activa de las familias a través de proyectos, el trabajo de la cooperación, la igualdad entre lugares y momentos y en muchas de las acciones que realizamos (Moraleda, 2015).

4.3 Plan de Acción Tutorial

El Plan de Acción Tutorial es un concepto inicialmente elaborado y tratado por varios autores que consiste en establecer una base sólida a partir de la cual los educadores facilitan el desarrollo de las habilidades y competencias de cualquier alumno. A través de este proceso, las actividades dentro del aula pueden adaptarse de manera particular para que cada estudiante refuerce sus características propias con ayuda del docente. En este trabajo, utilizaremos este plan para establecer unos criterios de referencia de las tutorías en Educación Infantil, sus objetivos y contenidos.

4.3.1 Tutorías en Educación Infantil

El objetivo del Plan de Acción Tutorial en las tutorías es que los padres o tutores comprendan la importancia de las emociones dentro del aula. Primeramente, es importante definir claramente el concepto de tutoría y sus finalidades, analizar a qué personas va orientado y cómo se llevarán a cabo con el propósito de ofrecer una preparación para introducir las emociones en este contexto.

Una tutoría es una labor permanente y orientativa dirigida al alumno durante su periodo de aprendizaje como parte fundamental de su formación educativa. Establece una relación individual profesor-alumno que permite al educador enfocarse en los diferentes aspectos de su vida personal y poner especial atención a sus necesidades afectivas. Esta relación complementa la acción educativa que, junto con las diferentes áreas curriculares y materias de aprendizaje, impulsan el logro y desarrollo de las competencias básicas. Su finalidad, al igual que la de la educación emocional, es alcanzar el desarrollo integral del alumno como persona y que sea capaz de constituir la base de un proyecto futuro de vida (Álvarez, 2010).

Las tutorías no sólo implican la relación profesor-alumno, sino un buen conocimiento de su entorno familiar y sociocultural así como fomentar la colaboración de padres, madres y tutores en la acción educativa. Estos tres componentes —alumnado, profesorado y familias— han de tenerse en cuenta para integrar las diferentes experiencias en los diversos ámbitos familiares, escolares, sociales y personales (Pastor, 2009).

Por ello, la introducción de las emociones en las tutorías son esenciales. El profesorado y las familias deben estar plenamente preparados para atender las nuevas necesidades de los estudiantes que puedan en la interacción con factores externos en su vida diaria (Obiols, 2005).

4.3.2 Objetivos

En este apartado, según Álvarez (2010), conoceremos los objetivos del Plan de Acción Tutorial orientado a las emociones. Con todo esto, destacamos los siguientes:

- Conocer mejor las propias emociones y las de los demás.
- Valorar las cualidades propias y las de los demás.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.
- Facilitar el desarrollo emocional de los alumnos de las edades más tempranas.
- Aprender a vivir en sociedad.
- Desarrollar la capacidad de diálogo.
- Desarrollar la capacidad de automotivarse.
- Centrar su atención en algún aspecto en concreto.

4.3.3 ¿Qué se trabaja?

El Plan de Acción Tutorial organiza y sistematiza la base de las tutorías y su puesta en práctica a través de un documento que pertenece al Proyecto de Centro, en el que se recogen los objetivos, las funciones de los miembros del centro, y los programas y actividades tutoriales (Morales, 2010).

Este documento se elabora con la colaboración de la comunidad educativa e incluye las características del centro, las funciones de los Equipos de Orientación Educativa o del Departamento de Orientación y los ámbitos de actuación del propio centro: atención a la diversidad –medidas preventivas, de apoyo ordinario y de carácter extraordinario–, orientación académica y profesional –profesorado, alumnado, familia, entre otras– y acción tutorial –funciones de los tutores– (Morales, 2010).

Para Salmerón (2011), la actividad tutorial va dirigida a profesores, alumnos y familiares (Figura 2). El tutor sirve de interlocutor en las relaciones entre la familia y la escuela. Estos tres niveles tienen la finalidad de personalizar la educación, contribuyendo al desarrollo de los objetivos generales establecidos en la etapa.

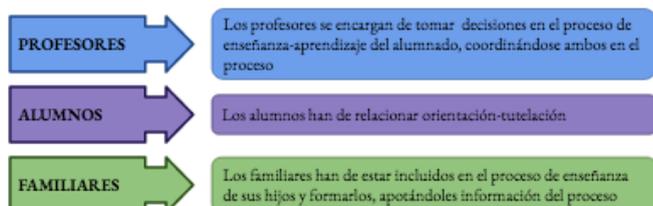


Figura 2. Características de las funciones de profesores, alumnos y familiares, según Salmerón, 2011

Según Salmerón (2011), la acción tutorial ofrece una atención individualizada e integradora a las particulares necesidades educativas, que se llevan a cabo a través de una función tutorial que atiende a cuatro ámbitos diferentes (Figura 3).

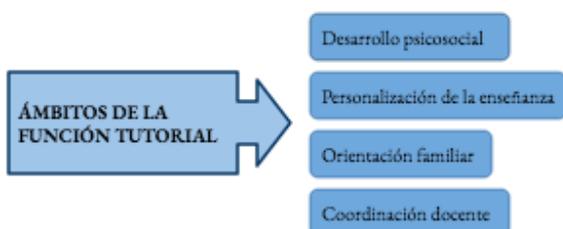


Figura 3. Ámbitos de la función tutorial, según Salmerón, 2011

Dentro del Plan, el papel del tutor debe ser empático y, para ello, ceñirse a una serie de características: registrar y comprender las emociones de los demás, interpretar la perspectiva y los intereses que motivan el comportamiento de los demás e identificarse con sus sentimientos y perspectivas, sabiendo diferenciar sus propias emociones y puntos de vista (Álvarez, 2010).

Asimismo, partiendo de la definición de M. Artigot, el tutor es aquel experto cuya principal misión es ocuparse de la integración del alumnado en lo relacionado con su escolaridad, vocación y personalidad (Morales, 2010).

Existen cinco tipos de enseñanza fundamentales a tener en cuenta para diseñar el Plan de Acción Tutorial: enseñar a pensar, enseñar a convivir, enseñar a ser persona, enseñar a ser persona y enseñar a tomar decisiones. Gracias a su formato flexible y fácilmente modificable, las actividades se pueden ajustar y adaptar a las circunstancias particulares del centro educativo, de acuerdo con los Departamentos de Orientación (Morales, 2010).

5. PROPUESTA PRÁCTICA

Como todo proyecto educativo, esta propuesta de actividad a realizar en el aula está sujeta al marco legislativo correspondiente, cuenta con unos objetivos y contenidos específicos y deben fijarse unos criterios de evaluación. Todo ello lo expondremos en este apartado, así como los recursos utilizados, temporalización, interdisciplinariedad y principios metodológicos y su relación con la Educación Emocional.

5.1 Marco Legislativo

A continuación, presentamos las leyes dentro de marco educativo a las cuales está condicionada nuestra propuesta (Tabla 4):

Tabla 4. *Leyes empleadas en nuestra Propuesta Práctica*

Ley Orgánica 2/2006, de 3 de marzo, de Educación (L.O.E.)
Real Decreto 806/2006, de 30 de junio, por el que se establece el calendario de aplicación de la nueva ordenación del sistema educativo, establecida por la L.O.E.
Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil
Decreto 122/2007, del 27 de diciembre por el que se establece el currículo del segundo ciclo de Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León
ORDEN EDU/1951, del 29 de noviembre, por la que se regula la evaluación en la Comunidad de Castilla y León
ORDEN EDU/721/2008, del 5 de mayo, por la que se regula la implantación, el desarrollo y la evaluación del segundo ciclo de Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León

Fuente: Elaboración propia

5.2 Propuesta de Plan de Acción Tutorial

Subsiguientemente, procedemos a enmarcarla dentro de la acción tutorial donde el profesorado y los alumnos serían los principales actores en este caso.

El Plan de Acción Tutorial debe estar orientado a que el alumnado se conozca mejor, a su integración en el centro y a una mejor relación entre el entorno familiar y escolar. Consecuentemente, los estudiantes se encontrarán preparados de manera óptima para formar parte de la sociedad, tomar decisiones con libertad y responsabilidad y conseguir valores tan importantes como la tolerancia, la solidaridad, etc. Cuanto más adecuada es la unión entre familia-docente y alumnado, la educación recibida será de mayor calidad (Morales, 2010).

La propuesta dentro del Plan de Acción Tutorial se puede presentar desde los puntos de vista de los actores. Por un lado, como ya sabemos, el departamento de orientación analizaría las investigaciones pertinentes y presentará un informe con los resultados para comenzar a trabajar las emociones en aula dentro del Proyecto Educativo de Centro. Por otro lado, el tutor llevaría a cabo el desarrollo de la actividad con los alumnos.

5.3 Objetivos

Para nuestra propuesta didáctica redactaremos una serie de objetivos generales, basándonos en el DECRETO 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo de segundo ciclo de Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León. A raíz de estos, planteamos nuestros objetivos propios de la Propuesta Didáctica, divididos según las experiencias propias de la etapa redactados a continuación (Tabla 5).

Tabla 5. *Objetivos generales y específicos de la Propuesta Práctica*

ÁREAS	OBJETIVOS GENERALES	OBJETIVOS DIDÁCTICOS
Conocimiento de sí mismo y autonomía personal	2. Reconocer e identificar los sentimientos, emociones, necesidades, preferencias e intereses, siendo capaces de expresarlos a los demás, respetando los de los compañeros.	2.1 Identificar las emociones tanto internas como externas, ya que cada una de ellas manifiesta un sentimiento diferente: alegría, tristeza, miedo, ira, asco y sorpresa, respetando los de los demás.
	3. Lograr una imagen ajustada y positiva de sí mismo, a través de su reconocimiento personal y de la interacción con los otros, y descubrir sus posibilidades y limitaciones para alcanzar una ajustada autoestima.	3.1 Conseguir una buena imagen de sí mismo, adquiriendo autoestima a través de su relación con el exterior.
	7. Tener la capacidad de iniciativa y planificación en distintas situaciones de juego, comunicación y actividad. Participar en juegos colectivos respetando las reglas establecidas y valorar el juego como medio de relación social y recurso de ocio y tiempo libre.	7.1 Considerar el juego como un medio de relación con los demás, a través de la comunicación y las actividades lúdicas.
Conocimiento del entorno	1. Identificar las propiedades de los objetos y descubrir las relaciones que se establecen entre ellos a través de comparaciones, clasificaciones, seriaciones y secuencias.	1.1 Identificar las diversas imágenes o tarjetas, descubriendo las relaciones que se establecen entre ellas a través de comparaciones o clasificaciones, según el color o la emoción que se representa.
Lenguajes: Comunicación y representación	2. Utilizar la lengua como instrumento de comunicación, representación, aprendizaje, disfrute y relación social. Valorar la lengua como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia y de la igualdad entre hombres y mujeres.	2.1 Utilizar la lengua como instrumento de comunicación, representación, aprendizaje y relación con los demás, con la finalidad de obtener una mejor convivencia dentro del aula.
	4. Comprender las informaciones y mensajes que recibe de los demás y participar con interés y respeto en las diferentes situaciones de interacción social. Adoptar una actitud positiva hacia la lengua, tanto propia como extranjera.	4.1 Analizar y comprender la información que transmiten los demás con interés y respeto.
	5. Comprender y responder, de forma verbal y no verbal, a producciones orales en lengua extranjera, asociadas a tareas usuales del aula con abundante apoyo visual.	5.1 Comprender y responder de forma tanto verbal como no verbal, todo lo relacionado con las emociones y sus expresiones gestuales.
	10. Acercarse al conocimiento de obras artísticas expresadas en distintos lenguajes, realizar actividades de representación y expresión artística mediante el empleo creativo de diversas técnicas, y explicar verbalmente la obra realizada.	10.1 Expresar en diversos lenguajes mediante el empleo diversas técnicas, las obras que han llevado a cabo dentro del aula, relacionado con las diferentes emociones.

Fuente: Elaboración propia

5.4 Contenidos

En este apartado, se exponen los contenidos generales y, a partir de éstos, los específicos basados en el DECRETO 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo de segundo ciclo de Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León. Los contenidos generales siguen la misma estructura que los objetivos generales, dividiéndolos en las áreas de aprendizaje propias de la etapa (Tabla 6).

Tabla 6. *Contenidos generales y específicos de la Propuesta Práctica*

ÁREAS	CONTENIDOS GENERALES	CONTENIDOS DIDÁCTICOS
Conocimiento de sí mismo y autonomía personal	<p>Bloque 1. El cuerpo y la imagen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificación y expresión equilibrada de sentimientos, emociones, vivencias, preferencias e intereses propios en distintas situaciones y actividades. - Aceptación y valoración ajustada y positiva de sí mismo y de las posibilidades y limitaciones. 	<p>1.1 Identificación, comprensión y gestión de las emociones: alegría, tristeza, miedo, ira, asco y sorpresa.</p> <p>1.2 Aceptación y valoración de sus virtudes y limitaciones.</p>
	<p>Bloque 2. Movimiento y juego</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comprensión, aceptación y aplicación de las reglas para jugar. - Valorar la importancia del juego como medio de disfrute y de relación con los demás. 	<p>2.1 Comprensión, aceptación y aplicación de una serie de reglas para poder realizar las actividades.</p> <p>2.2 Importancia del juego como medio de aprendizaje, disfrute y relación con los demás.</p>
Conocimiento del entorno	<p>Bloque 1. Medio físico: elementos, relaciones y medidas</p> <ul style="list-style-type: none"> - Propiedades de los objetos de uso cotidiano: color, tamaño, forma, textura, peso. - Relaciones que se pueden establecer entre los objetos en función de sus características: comparación, clasificación, gradación. - Colecciones, seriaciones y secuencias lógicas e iniciación a los números ordinales. 	<p>1.1 Propiedades y características de las emociones: forma, color, tamaño.</p> <p>1.2 Relaciones que se establecen entre los diferentes elementos como tarjetas con dibujos, letras o imágenes.</p> <p>1.3 Iniciación de los números pares e impares.</p>
Lenguajes: Comunicación y representación	<p>Bloque 1. Lenguaje verbal</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utilización del lenguaje oral para manifestar sentimientos, necesidades e intereses, comunicar experiencias propias y transmitir información. Valorarlo como medio de relación y regulación de la propia conducta y la de los demás. - Comprensión de las ideas básicas en textos descriptivos y narrativos (juegos, rutinas, canciones, cuentos, etc.) en lengua extranjera, con ayuda de imágenes y otros recursos de la lengua escrita, así como de medios informáticos y audiovisuales. - Comprensión y reacción a órdenes e instrucciones en lengua extranjera, asociadas a tareas usuales del aula, siempre que el contexto sea evidente, se expresen con producciones redundantes y se apoyen en gestos y lenguaje no verbal. 	<p>1.1 Lenguaje oral o corporal para expresar sentimientos, comunicar experiencias propias o imaginarias y transmitir información, que nos permite relacionarnos con los demás.</p> <p>1.2 Comprensión de las ideas básicas a través de imágenes, textos o dibujos, así como de otros medios audiovisuales.</p> <p>1.3 Comprensión de los sentimientos expresados a través del lenguaje no verbal, apoyándose en los gestos, teniendo en cuenta el contexto del que se parte.</p> <p>1.4 Escucha, reflexión de los mensajes y respeto de los demás, formulando respuestas oportunas, empleando un tono adecuado.</p>

- Ejercitación de la escucha a los demás, reflexión sobre los mensajes de los otros, respeto por las opiniones de sus compañeros y formulación de respuestas e intervenciones orales oportunas utilizando un tono adecuado.

Fuente: Elaboración propia

5.5 Contexto educativo

El centro educativo donde realizaremos nuestra propuesta didáctica, se llama CEIP Cervantes, en la provincia de Albacete.

Este centro, de una sola línea —a excepción de 6º de Educación Primaria que por la situación sanitaria actual, cuenta con dos líneas educativas—, trata a dos etapas educativas: Educación Infantil y Educación Primaria. Esta zona cuenta con multitud de recursos educativos, para hacer salidas o hacer salidas.

5.6 Metodología

La metodología que se plantea para dicha propuesta didáctica se caracteriza por la construcción del aprendizaje de los alumnos transmitiendo diferentes emociones, guiados y orientados por el profesor que plantea diversas situaciones: explorar, buscar, observar, reforzar las acciones positivamente, y reflexionar tanto individualmente como en grupo.

5.6.1 Principios Metodológicos

Los principios metodológicos a seguir en esta propuesta son el juego y el colectivo, esenciales en las aulas de Educación Infantil y en esta etapa del desarrollo del alumno. Estos principios se deben ajustar al marco legislativo a través del DECRETO 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León.

El alumno desarrolla nuevos conocimientos a partir de los que ya posee y participa directamente en su propio proceso de enseñanza-aprendizaje. El carácter lúdico de este

proceso fomenta un clima afectivo-social agradable y positivo que proporciona seguridad y autonomía al alumnado, crucial en estas edades.

El principio metodológico del juego es uno de los principales recursos educativos. Provee al alumno con un auténtico medio de aprendizaje y disfrute, favoreciendo en gran medida la imaginación y la creatividad. El hecho de que nuestra actividad sea grupal crea un ambiente claramente propicio para la interacción social, a través de la cual se potencian diversas formas de comunicación y expresión de sentimientos y emociones, el respeto de distintos puntos de vista y el aprendizaje de valores. A su vez, esta interacción con otros compañeros no sólo favorece la relación entre iguales, sino que permite al adulto darse cuenta del grado de independencia del niño así como sus necesidades e intereses.

5.7 Recursos utilizados

Los recursos a emplear en nuestra propuesta didáctica son los expuestos a continuación (Tabla 7):

Tabla 7. *Recursos empleados en nuestra Propuesta Práctica*

RECURSOS MATERIALES	<ul style="list-style-type: none"> ● El cuento de “Lola y las emociones” <p>ACTIVIDAD 1</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Cartulinas ● Rotuladores ● Fotografías de las emociones <p>ACTIVIDAD 2</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Papel ● Ceras de colores <p>ACTIVIDAD 3</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Fotos de las emociones ● Tarjetas con características de las emociones <p>ACTIVIDAD 4</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Papeles con las emociones <p>ACTIVIDAD 5</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Papel con una sartén dibujada ● Ceras de colores <p>ACTIVIDAD 6</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Buzones de colores (roja y verde) ● Papel ● Lápiz
----------------------------	---

	ACTIVIDAD 7 <ul style="list-style-type: none"> • Ruleta con franjas de colores
RECURSOS ESPACIALES	El aula de Educación Infantil
RECURSOS PERSONALES	Yo como maestra-tutora del curso

Fuentes: Elaboración propia

5.8 Interdisciplinariedad

En nuestro caso particular, estableceremos nuestra propia definición de interdisciplinariedad aquellas habilidades y competencias generales que se desarrollan al mismo tiempo que se trabaja una unidad didáctica específica. La propuesta didáctica tendrá relación con las diferentes materias de aprendizaje (Tabla 6):

Tabla 8. *Habilidades y competencias que se desarrollan al mismo tiempo en una Unidad Didáctica*

LECTOESCRITURA	Leer, escribir e interpretar las imágenes de las diferentes emociones de los niños. Además, de aquellas que se representan a lo largo de la historia.
ARTÍSTICA	Dibujar y representar las emociones que ellos sienten después de las vacaciones.
PSICOMOTRICIDAD	Expresar las diferentes emociones a través del cuerpo.

Fuente: Elaboración propia

5.9 Temporalización

Esta propuesta educativa está diseñada para llevarla a cabo durante el primer mes del tercer trimestre del curso escolar, donde los alumnos habrán avanzado lo suficiente en la programación didáctica. Gracias a los conocimientos previamente adquiridos, podrán comenzar a aprender a gestionar las emociones propias y reconocer las externas. El carácter flexible e interactivo de este proyecto permite su total integración con el resto de contenidos de una manera globalizada. El periodo ideal para su realización podría considerarse después de

la pausa de recreo, ya que a esa hora los niños son más receptivos a estímulos tras un tiempo de descanso.

“La ayuda entre iguales”. Esto nos servirá de base a la hora de resolver los conflictos que puedan surgir dentro del aula. Todo ello, lo adaptará el profesor-tutor del aula a las características y necesidades del grupo-aula.

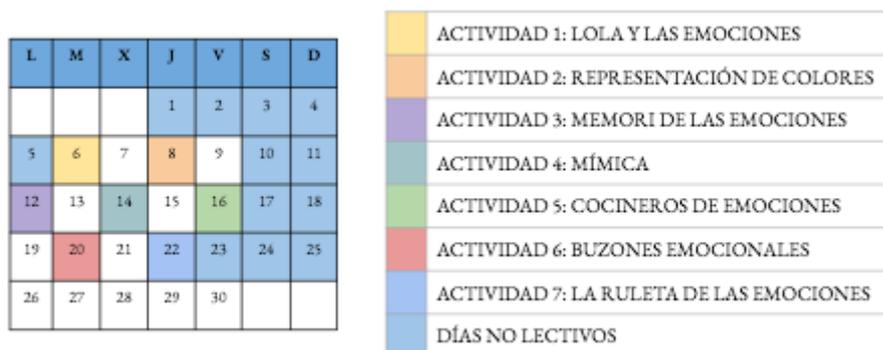


Figura 4. Horario de realización de actividades

5.10 Atención a la diversidad

Una de las ventajas más interesantes de nuestra propuesta es su capacidad de adaptación en lo referente a los alumnos con necesidades educativas especiales. Para el desarrollo de las sesiones planteadas, se han previsto de antemano una serie de ajustes para algunas de las actividades que acompañan nuestra propuesta que se adecúan perfectamente a las capacidades de estos alumnos en particular. La principal modificación será tener un apoyo visual a través de pictogramas donde el niño podrá seguir tanto el cuento como las diferentes actividades propuestas por la maestra-tutora. También, para la actividad final, contará con tarjetas diferentes donde el niño tendrá que elegir cuál es la solución correcta. Un ejemplo, sería un niño con un implante coclear, que no tendría ninguna dificultad en seguir el ritmo de la clase.

5.11 Propuesta de actividades

Nuestra propuesta didáctica se basa en un libro de elaboración propia llamado “Lola y las emociones” (Anexo 1), a partir del cual hemos desarrollado una serie de actividades relacionadas con dicho cuento para llevar a cabo en el aula.

5.11.1 ACTIVIDAD 1. Lola y sus emociones

Tabla 9. *Actividad 1: Lola y las emociones*

NOMBRE	Lola y las emociones
TEMPORALIZACIÓN	Recordar las emociones que salen en el cuento: 10 minutos Crear las tarjetas: 20 minutos Elaborar el diccionario de las emociones: 30 minutos TIEMPO TOTAL: 1 hora
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Considerar el juego y la lengua como instrumento de relación con los demás, para obtener un buen clima de aula. - Identificar diferentes imágenes o tarjetas, descubriendo las relaciones que se establecen entre ellas a través de comparaciones y clasificaciones, según la emoción que transmiten.
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> - Juego como medio de aprendizaje, disfrute y relación con los demás. Lenguaje para expresar sentimientos y transmitir información, que nos permite relacionarnos con los demás. - Relación que se establece entre las diferentes imágenes y tarjetas, según las emociones que transmite: alegría, tristeza, miedo, ira, sorpresa y asco.
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD	<p>Lola, una niña de su misma edad con la que los niños se pueden identificar fácilmente, relata las emociones que experimenta en su día a día y la ayudan a relacionarse con los demás.</p> <p>Para alcanzar una mejor comprensión, a los alumnos se les propone la creación de un diccionario de las emociones: por grupos se elaboran una tarjetas, las cuales tendrán el color respectivo a cada emoción, en ellas pegarán fotografías que muestran las distintas emociones trabajadas en el cuento. Posteriormente, las ordenamos alfabéticamente, con ayuda del alfabeto que tenemos dentro del aula (Anexo 2).</p>
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	<p>Evaluremos esta actividad a través de instrumentos de observación directa, anotando en el diario de clase los conocimientos previos de los que precisa el alumnado y algún hecho que se considere relevante durante su desarrollo. A continuación, emplearemos una lista de control, para saber hasta qué punto han entendido y cómo se transmite a través del cuento de Lola cada una de las emociones (Anexo 7). También, evaluaremos la sensación de los niños durante la actividad a través de una prueba de estimación gráfica, con la finalidad de ver como se ha sentido el alumnado durante su desarrollo (Anexo 6).</p>

Fuente: Elaboración propia

5.11.2 ACTIVIDAD 2. Representación de colores

Tabla 10. *Actividad 2: Representación de colores*

NOMBRE	Representación de colores
TEMPORALIZACIÓN	Recordar como aparece la emoción de la alegría dentro del cuento: 10 minutos Realizar el dibujo: 30 minutos TIEMPO TOTAL: 40 minutos
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Considerar el juego como principal instrumento de aprendizaje. - Expresar a través del arte sus principales acontecimientos. - Analizar y comprender sus composiciones artísticas, seleccionando si es positiva o negativa, para pintarla con colores cálidos o fríos respectivamente.
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> - Juego como medio de aprendizaje. - Acontecimientos que transmiten emociones. - Colores cálidos para transmitir emociones positivas y colores fríos para las emociones negativas.
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD	<p>La aventura de Lola, comienza reflejando la emoción de la alegría, a través de la relación con sus amigos, Candela y Lucero, en un evento inusual en la vida de un niño: la visita al parque de atracciones más grande de la ciudad.</p> <p>Para esta actividad, se requiere que los alumnos desarrollen sus habilidades artísticas a través del dibujo. Para ello, se les repartirá un papel en blanco, en el que tendrán que dibujar algo que les haya ocurrido durante las vacaciones, que les gustará mucho o poco. Los alumnos tendrán que pintar el dibujo de diferentes colores dependiendo del estado de ánimo que quieran transmitir. En aquellos casos que el acontecimiento sea positivo tendrán que pintar el dibujo con colores cálidos (amarillo, rojo o naranja), por el contrario, tendrán que pintar aquel acontecimiento negativo con colores fríos (azul, verde o violeta). Finalmente, expondrán sus dibujos al resto de la clase.</p>
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Evaluaremos esta actividad a través de instrumentos de observación directa, anotando en el diario de clase, lo que se haya destacado en cuanto al dibujo y la emoción que transmite. Todo ello, lo evaluaremos a través de una lista de control (Anexo 8). También, evaluaremos la sensación de los niños durante la actividad a través de una prueba de estimación gráfica, con la finalidad de estimar cuales son las emociones que han sentido los alumnos (Anexo 6).

Fuente: Elaboración propia

5.11.3 ACTIVIDAD 3. Memori de las emociones

Tabla 11. *Actividad 3: Memori de las emociones*

NOMBRE	Memori de las emociones
TEMPORALIZACIÓN	Recordar como aparece miedo en el cuento: 10 minutos Actividad principal: 20 minutos Actividad complementaria 1: 20 minutos Actividad complementaria 2: 10 minutos TIEMPO TOTAL: 1 hora
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar las emociones que caracterizan cada una de las tarjetas y clasificarlas. - Representar a través del lenguaje artístico las emociones que se representan en el cuento. - Considerar el juego como principal instrumento de aprendizaje.
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> - Identificación de aquellas tarjetas con diversas características relacionadas con las emociones. - Lenguaje artístico como medio para transmitir emociones. - Juego como principal medio de aprendizaje.
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD	<p>En esta situación, la emoción representada es el miedo, en el caso de Lola, a una de las atracciones del parque. En esta actividad, “<i>memori de las emociones</i>” nos podremos encontrar con tres tipos de tarjetas: niños expresando diferentes emociones, las palabras de las diferentes emociones y las emociones que nos presenta Lola en el cuento. Los niños tendrán que unir aquellas tarjetas que tengan en común el concepto de la misma emoción (Anexo 3).</p> <p>ACTIVIDAD COMPLEMENTARIA 1</p> <p>En esta actividad, organizamos a los alumnos en seis grupos, correspondientes a las seis emociones que nos presenta Lola en el cuento (tristeza, alegría, sorpresa, ira, miedo y asco). Un miembro de cada grupo, que será elegido por la maestra como representante, sacará una imagen de una emoción. A partir de dicha emoción, los alumnos deberán dibujar en un papel algo que se corresponda con ella. Finalmente, se lo explicarán al resto de la clase.</p> <p>ACTIVIDAD COMPLEMENTARIA 2</p> <p>Para la siguiente actividad, según los grupos formados en la actividad anterior, vamos a trabajar los conceptos de número par e impar. Para ello, el representante elegido en cada uno de los grupos se pondrá en pie, y según las instrucciones dadas por la maestra, tendrá que colocarse en el lado derecho (si la emoción que se ha trabajado en la actividad anterior es positiva) o en el lado izquierdo (si la emoción que se ha trabajado en la actividad anterior es negativa). Una vez los alumnos se han puesto en el lado correcto, contaremos cuántos niños hay: si en el grupo los niños al ponerse por parejas no queda ningún niño suelto es que el número de niños es par, en el caso contrario, el número de niños será impar.</p>
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Evaluaremos esta actividad a través de una lista de control, para saber como tienen de adquiridos los conocimientos que en estas actividades se trabajan (Anexo 9). También, veremos la sensación de los niños durante la actividad a través de una prueba de estimación gráfica, con la finalidad de estimar cuales son las emociones que han sentido los alumnos (Anexo 6).

Fuente: Elaboración propia

5.11.4 ACTIVIDAD 4. Mímica

Tabla 12. *Actividad 4: Mímica*

NOMBRE	Mímica
TEMPORALIZACIÓN	Recordar como tristeza aparece en el cuento: 10 minutos Actividad de mímica: 20 minutos TIEMPO TOTAL: 30 minutos
OBJETIVOS	- Expresar las emociones a través del lenguaje gestual
CONTENIDOS	- Lenguaje gestual como medio para expresar las emociones
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD	<p>Al final del día de nuestro cuento, Lola se enfrenta a la emoción de la tristeza tras el incidente con uno de sus juguetes favoritos. Para sobreponerse, la niña contará con la ayuda de otros personajes, como sus amigos, Lucero y Candela.</p> <p>Esta actividad conlleva la puesta en práctica de la psicomotricidad a través de la mímica para atraer la atención de los alumnos. Para su realización, dispondremos de una variedad de papeles —a continuación, desarrollaré cinco ejemplos— dentro de una bolsa o recipiente. Todos ellos deberán estar relacionados con las emociones que nos podemos encontrar al llevar a cabo cualquier acción.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Alegría al recomponer un juguete —en nuestro cuento, un osito de peluche—. 2) Tristeza cuando vemos que el juguete había sido dañado. 3) Miedo a quemarse mientras contribuyen a las tareas del hogar en el contexto familiar —ayudar a cocinar a tus padres, por ejemplo—. 4) Ira cuando nuestras acciones deseadas se ven bloqueadas por factores externos —querer ver la televisión pero tenemos que ir a dormir—. 5) Sorpresa al ver que se ha conseguido el objetivo final —una buena nota o un cumplido por un trabajo bien realizado—.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Evaluaremos esta actividad a través de una lista de control, donde iremos viendo cuales son los conocimientos y habilidades que el alumnado va aprendiendo y adquiriendo (Anexo 10). También, veremos la sensación de los niños durante la actividad a través de una prueba de estimación gráfica, con la finalidad de estimar cuales son las emociones que han sentido los alumnos (Anexo 6).

Fuente: Elaboración propia

5.11.5 ACTIVIDAD 5. Cocineros de emociones

Tabla 13. *Actividad 5: Cocineros de emociones*

NOMBRE	Cocineros de emociones
TEMPORALIZACIÓN	Recordar como asco aparece en el cuento: 10 minutos Dibujar y pintar alimentos y las emociones que transmiten: 20 minutos TIEMPO TOTAL: 30 minutos
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Considerar el juego como principal instrumento de aprendizaje. - Analizar y comprender sus composiciones artísticas, seleccionando si es positiva o negativa, pintándolo de color rojo o azul respectivamente.
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> - Juego como medio de aprendizaje. - Alimentos que transmiten emociones, pintados a través del rojo para transmitir emociones positivas y azul para las emociones negativas.
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD	<p>Un contexto típico en la vida de los niños es el hecho de tener que tomar alimentos que les desagradan. En la historia, nuestra protagonista odia las verduras, otra situación fácilmente identificable.</p> <p>Para la actividad, se les pedirá a los alumnos que creen su propia receta con sus alimentos favoritos así como otros que no. En una hoja con una sartén vacía dibujada en el centro, los alumnos tendrán que expresar a través del dibujo aquellos alimentos que reflejan en ellos las emociones de alegría y asco respectivamente. Posteriormente, se colorean de rojo aquellos que expresan emociones positivas y de azul las negativas (Anexo 4).</p>
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	<p>Evaluaremos a través de la observación directa, donde podremos ver cuales son los conocimientos y habilidades que el alumno posee. Y todo ello, se va aprendiendo y adquiriendo por una lista de control en la que podemos ver si reconoce o no dichas emociones (Anexo 11). También, veremos la sensación de los niños durante la actividad a través de una prueba de estimación gráfica, con la finalidad de estimar cuales son las emociones que han sentido los alumnos (Anexo 6).</p>

Fuente: Elaboración propia

5.11.6 ACTIVIDAD 6. Buzones emocionales

Tabla 14. *Actividad 6: Buzones emocionales*

NOMBRE	Buzones emocionales
TEMPORALIZACIÓN	Recordar cómo aparecen las emociones de ira y sorpresa dentro del cuento: 20 minutos Actividad relacionada con la gestión y reconocimiento de las emociones: 20 minutos TIEMPO TOTAL: 40 minutos
OBJETIVOS	- Aceptar y gestionar las emociones tanto propias como las de los demás, siendo capaz de identificar las emociones puestas por los demás, tanto positivas como negativas.
CONTENIDOS	- Emociones tanto propias como de los demás, capaz de identificar las positivas y las negativas.
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD	<p>Tras haber trabajado la tristeza mediante el incidente con su juguete preferido, Lola experimenta sentimientos de ira y sorpresa a continuación.</p> <p>Con el fin de optimizar la identificación y gestión de emociones negativas y positivas, para esta última actividad, se crea lo que denominaremos “<i>buzones de las emociones</i>”. Dispondremos de dos buzones de colores, uno rojo (emociones negativas) y otro azul (emociones positivas). Gracias a la competencia de la lectoescritura, los alumnos podrán escribir sus emociones en dos trozos de papel que les proporcionará la maestra. Posteriormente, todos leeremos dichos trozos, tratando de identificarlas y clasificarlas en cada uno de los buzones (Anexo 5).</p> <p>ACTIVIDAD COMPLEMENTARIA 1</p> <p>Además, con la ayuda de las familias, pediremos a los alumnos que traigan de casa, tres fotos propias, en las que expresen algunas de las emociones que salen dentro del cuento. Cuando todos los alumnos tengan sus imágenes, nos colocaremos en círculo y los niños pondrán en montones aquellas fotos que expresen la misma emoción. Con la finalidad de saber que imagen o imágenes va a ir en cada uno de los dibujos que se realizarán posteriormente. A continuación, en papel continuo, estarán representados los diferentes personajes que representan las emociones dentro de la historia, con sus respectivos colores. Para empezar, entre todos intentarán identificar cada uno de los dibujos, con el objetivo de tener más seguro en que lugar poner la foto. Después, pegaremos entre todos las fotos en la emoción que corresponda, creando así seis collages de las emociones teniendo como protagonistas a los niños.</p>
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Evaluaremos a través de la observación directa, como los alumnos interaccionan y gestionan sus emociones con el resto de sus compañeros. Esto se va aprendiendo y adquiriendo a través de una lista de control en la que podemos ver si reconoce o no dichas emociones (Anexo 12). También, veremos la sensación de los niños durante la actividad a través de una prueba de estimación gráfica, con la finalidad de estimar cuales son las emociones que han sentido los alumnos (Anexo 6).

Fuente: Elaboración propia

5.11.7 ACTIVIDAD 7. La ruleta de las emociones

Tabla 15. *Actividad 7: La ruleta de las emociones*

NOMBRE	La ruleta de las emociones
TEMPORALIZACIÓN	Realizar un repaso del cuento comentando las emociones y cómo interacciona Lola con ellas: 15 minutos Relacionar los colores con los emoticonos de las emociones: 5 minutos Actividad de repaso: 20 minutos TIEMPO TOTAL: 40 minutos
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar y relacionar las emociones según los elementos que las contienen como la ruleta o los colores - Respetar, aceptar y gestionar las emociones tanto propias como la del resto de compañeros
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> - Emociones: alegría, tristeza, asco, miedo, ira y sorpresa - Respeto por las emociones tanto propias como las externas
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD	<p>Al finalizar, repasaremos todo lo visto anteriormente, como las emociones que nos muestra Lola en el cuento, representadas con diferentes emoticonos y colores.</p> <p>Para realizar esta actividad contamos con una ruleta de colores. En primer lugar, recordaremos las diferentes emociones, poniendo en cada color el emoticono correspondiente. Después, nos colocamos en semi-círculo. El docente elige al primer voluntario, se acercará a la ruleta, le hará girar y tendrá que decir qué color es, a qué emoción corresponde y algo que le haya hecho sentir dicha emoción. Una vez haya terminado, el niño se volverá hacia sus compañeros y se fijará en los colores de sus prendas (ropas, diademas, zapatillas, etc.), eligiendo así al siguiente niño que saldrá a realizar la actividad.</p>
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Evaluaremos a través de la observación directa, como los conocimientos que ha adquirido a lo largo de la Propuesta Práctica. Esto lo podemos observar a través de una lista de control en la que podemos ver cuáles son los conocimientos principales adquiridos por parte del alumno (Anexo 13). También, veremos la sensación de los niños durante la actividad a través de una prueba de estimación gráfica, con la finalidad de estimar cuáles son las emociones que han sentido los alumnos (Anexo 6).

Fuente: Elaboración propia

5.12 Evaluación

Partiendo del concepto de evaluación desarrollado por Lavilla (2011), que nos dice que la evaluación es una actividad sistemática, continua e integrada en el proceso educativo, cuya finalidad es el progreso del mismo, mediante el conocimiento, lo más exacto posible del alumno, de dicho proceso y de todos los factores que intervienen en el mismo. A raíz de esto, hemos desarrollado nuestra propia definición de evaluación como el instrumento empleado en el proceso de enseñanza-aprendizaje que integra las actividades cotidianas del aula. Este documento nos sirve para identificar y hacer un seguimiento de los aprendizajes del alumnado, teniendo en cuenta el ritmo y características de su evolución y necesidades, facilitando así al profesorado la toma de decisiones respecto a su adaptación y apoyo. En

concreto, nuestra evaluación, tendrá como fin evaluar la propuesta práctica (en general) y las actividades (en concreto), una vez se hayan acabado.

Para desarrollar nuestra evaluación de la propuesta práctica, nos basaremos en la ORDEN EDU/362/2015, de 5 de mayo, por la que se regula la implantación, el desarrollo y la evaluación del segundo ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León.

Este documento especifica las características en la evaluación en Educación Infantil:

- La evaluación será global, continua y formativa, tomando como referencia los criterios de evaluación de las áreas del DECRETO por el que se establece el currículo del segundo ciclo de la Educación Infantil para la Comunidad de Castilla y León.
- La evaluación se llevará a cabo a través de una observación directa y sistemática.
- La evaluación tendrá un carácter regulador del proceso educativo, al proporcionar una información constante sobre los aprendizajes adquiridos y, el ritmo y características de la evolución del alumnado. Los resultados permiten introducir variaciones que pueden mejorar dicho proceso, lo que le hace adquirir un carácter formativo y orientador.
- La evaluación del aprendizaje del alumno corresponde al tutor del grupo.
- La valoración del proceso de aprendizaje de los niños y niñas se expresará en términos cualitativos, recogiendo la apreciación de su evaluación en este proceso, las medidas de refuerzo y las adaptaciones llevadas a cabo.

Para poder llevarla a cabo, emplearemos diversos y variados instrumentos y técnicas de evaluación dependiendo del momento educativo en el que nos encontremos y de los criterios de evaluación, los cuales analizaremos en el siguiente apartado. Concretamente en nuestro caso, utilizaremos la técnica de la observación directa, en la que veremos cuáles son los progresos y dificultades que tiene el alumnado a través de una carpeta-dossier.

También, empleamos la técnica de respuesta gráfica, con la finalidad de medir las respuestas a determinados estímulos. Para ello, en cada una de las actividades contaremos con una tabla, en la que los niños tendrán que pintar de color verde (bien), amarillo (regular) o rojo (mal), según como se han sentido.

5.13 Criterios de evaluación

En cuanto a los criterios, evaluaremos principalmente tres ámbitos: la adquisición de conocimientos en la Propuesta Práctica, cómo se han sentido los alumnos realizando cada una de las actividades y como ha sido la labor docente.

En primer lugar, la adquisición de conocimientos de la propuesta, tendremos una rúbrica de evaluación individual y específica en cada una de las actividades. Además, se empleará a través de la técnica de observación directa a lo largo de todo el proceso, y de una lista de control con una serie de ítems que se trabajará al final de la propuesta, en una asamblea a través de las siguientes preguntas:

- ¿Es capaz de identificar las diferentes emociones por las que pasa Lola a lo largo del cuento: alegría, tristeza, miedo, ira, sorpresa y asco?
- ¿Es capaz de reconocer dichas emociones en sus compañeros?
- ¿Expresa las emociones descritas por Lola de forma natural?
- ¿Toma conciencia de sus emociones en cada momento?
- ¿Gestiona las emociones en diferentes ocasiones?

En segundo lugar, realizaremos una prueba de respuesta gráfica, con la finalidad de ver que les ha parecido y como se han sentido a lo largo de las sesiones (Anexo 7). Para ello, los alumnos tendrán que coger tres ceras de colores (rojo, amarillo y verde), y pintarán aquel hueco en el que ellos se sientan identificados: rojo (mal), amarillo (regular) y verde (bien).

Finalmente, en tercer lugar, realizaremos una segunda prueba, para ver como han visto la acción docente a lo largo de las sesiones (Anexo 16).

- ¿Hemos entendido las explicaciones del maestro?
- ¿Las actividades propuestas por el maestro me han parecido interesantes?
- ¿El maestro ha mostrado interés por las emociones del resto de los niños?
- ¿Los materiales que hemos utilizado nos han servido para entender mejor lo que queríamos aprender?

6. CONCLUSIONES

Para concluir este proyecto de investigación, se presentarán algunas reflexiones personales acerca de la propuesta educativa, cuya finalidad es llevar a cabo actividades con eficacia y éxito.

Para ello, se tendrán en cuenta diversos puntos:

- Los conocimientos previos que tiene el alumnado sobre las emociones, interiorizando y afianzando lo aprendido posteriormente.
- Los padres, las madres y todos los miembros de la comunidad educativa que se implican en la formación emocional de sus hijos y alumnos para conseguir así resultados satisfactorios. Esto nos lleva a la importancia de integrar la propuesta educativa dentro de un Plan de Acción Tutorial.
- En relación con las actividades, es fundamental que la propuesta se adapte a las necesidades y características del alumnado. Asimismo, estimular la participación y la relación de todo el alumnado crea un clima socio-afectivo agradable y positivo, que favorece la adquisición del aprendizaje. Todas las actividades se desarrollan de manera globalizada e integradora con el resto de contenidos didácticos.

Tras haber realizado una revisión bibliográfica, relacionada con la Educación Emocional, su aplicación dentro del aula y su repercusión en el desarrollo cognitivo y físico del alumnado, así como el grado de implicación de las familias y el centro educativo en dicha educación, queremos ver que objetivos y en qué grado los hemos logrado conseguir con éxito.

1.- Conocer y comprender los diferentes conceptos relacionados con la Educación Emocional.

Atendido a lo largo de las diferentes actividades las necesidades sociales del alumnado, trabajandolas de una manera cooperativa y grupal en su gran mayoría, con la finalidad de identificar y respetar las diferentes emociones de los demás y las nuestras propias. Considerando fundamental el desarrollo intelectual del individuo, lo que le llevará a desarrollar la personalidad y capacitarlo para afrontar mejor las pruebas que se le presentan en la vida cotidiana como menciona López (2005).

2.- Realizar una propuesta práctica de la Inteligencia Emocional basándonos en el Plan de Acción Tutorial

Teniendo en cuenta la relación entre los alumnos a la hora de preparar y crear las actividades, sus sentimientos, sensaciones y emociones, a lo largo de su desarrollo. Como Goleman (1996) nos comenta, podemos abarcar dos tipos de emociones contrapuestas, ya sean las emociones positivas como la motivación, el entusiasmo o la empatía, mientras que por el contrario, nos encontramos con las emociones negativas como la depresión, la agresividad o la delincuencia.

3.- Ayudar a los alumnos a reconocer y gestionar sus emociones, tanto las propias como las externas

En relación con la Propuesta Práctica, se puede ver como en los objetivos planteados tanto los del currículum como los específicos de cada una de las actividades, están relacionados con reconocer y gestionar las emociones tanto propias como del resto de compañeros. Un ejemplo sería la *“Actividad 2: Representación de colores”*, ya que los alumnos tienen que representar un hecho que les haya ocurrido, ya sea positivo o negativo, dando color a dicho acontecimiento, con colores cálidos o fríos respectivamente, para posteriormente enseñarlo y explicarlo al resto de sus compañeros.

4.- Fomentar la empatía, la curiosidad y la motivación, a través de la Educación Emocional en edades tempranas

En este último objetivo, podemos decir que nuestro trabajo está basado en el segundo ciclo de Educación Infantil, lo que nos lleva a tener la mejor edad con la que empezar a trabajar la gestión y reconocimiento de emociones, ya que fomentamos la relación con el resto de compañeros, la curiosidad por aquello que les pasa y la motivación a la hora de llevar a cabo cualquier actividad o ejercicio tanto físico como intelectual.

Como conclusión personal, se puede afirmar que las emociones son un elemento esencial para trabajar desde las edades más tempranas y requieren de un desarrollo progresivo y reforzado hasta alcanzar las etapas finales. Esta formación proporcionará a los alumnos y a los miembros de su círculo más cercano bienestar, tanto afectivo como social, y cualidades como la empatía o el optimismo. A su vez, estableciendo una relación con la Inteligencia Emocional, aquellos estudiantes que se beneficien de este tipo de educación conseguirán generar y gestionar emociones de manera más eficiente. Por ello, serán capaces de desarrollar fuertes personalidades basadas en la seguridad, la felicidad y el respeto hacia uno mismo y hacia otros con las habilidades sociales y las competencias necesarias para resolver conflictos.

Por último, con el fin de proveer una orientación hacia futuras investigaciones y a los actores sociales relacionados con este campo, se debería tener en especial consideración la aplicación de la Educación Emocional al Plan de Acción Tutorial debido a sus potenciales beneficios dentro del aula. Algunos ejemplos de ello serían una identificación más rápida de las necesidades y características de los alumnos, así como elaboración de estrategias a fin de fomentar la participación y relación de todo el alumnado con el propósito de alcanzar los objetivos mencionados anteriormente, los cuales conducirán a un mejor aprendizaje.

BIBLIOGRAFÍA

Álvarez Vallina, N. (2010). La tutoría, el tutor y el Plan de Acción Tutorial. *Pedagogía Magna*, 8, 176-186.

Antunes, C. (2004). *Estimular las Inteligencias Múltiples. Qué son, cómo se manifiestan, cómo funcionan*. Madrid: Narcea.

Bisquerra Alzina, R. (2011). Educación Emocional. *Padres y Maestros*, 337, p.5-8

Bisquerra, R. y Pérez, N. (2007). Las Competencias Emocionales. *Facultad de Educación (UNED)*. 10, 61-82.

Cabello Salguero, M. J. (2011). Importancia de la Inteligencia Emocional como contribución al desarrollo integral de los niños/as de Educación Infantil. *Pedagogía Magna*, 11, 178-188.

Colegio Público Cervantes (2017). *Proyecto Educativo de Centro*. Albacete. Documento inédito.

Fernández, P. y Extremera, N. (2005). La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*. 19 (3), 63-93.

Giménez-Dasí, M. & Quintanilla, L. (2014). “Competencia” social, “competencia” emocional: una propuesta para intervenir en Educación Infantil. *Infancia y Aprendizaje*, 32 (3), 354-373.

Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.

Gallego Gil, D. y Vivas García, M. (2010). La inteligencia emocional ¿Por qué y Cómo desarrollarla?. *Acción Pedagógica*, 19, 155-164.

Lavilla Cerdán, L. (2011). La evaluación. *Pedagogía Magna*, 11, p. 303-310.

López, E. (2005). La educación emocional en educación infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*. 19 (3), 153-167.

Madureira Macedo, C. C. (2013). *La Competencia Emocional de las familias de personas con Necesidades Especiales (NE): Diseño, implementación y evaluación de un programa de Educación Emocional y parental: "Escola de pais.nee"* (Tesis doctoral). Universidad de Salamanca, Facultad de Educación.

Moraleda Ruano, A. (2015). *Justificación de la necesidad de una educación emocional. Diseño de un programa de intervención psicopedagógica de educación emocional* (Tesis de doctorado). Universidad Complutense de Madrid.

Morales A. B. (2010). La Acción Tutorial en Educación. *Revista Educativa Digital*, 7, 95-114.

Moreno Sánchez, S. (2020-2021). *La ratita presumida, juguetona y divertida* (Programación Didáctica Educación Infantil, 5 años). Colegio Público Cervantes, Albacete.

Obiols Soler, M. (2005). Diseño, desarrollo y evaluación de un programa de educación emocional en un centro educativo. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19 (3), 137-152.

Pastor Santos, M. C. (2009). La acción tutorial en Educación Infantil y Primaria. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 16, 1-12.

Rodríguez, T. (2008). *El valor de las emociones para el análisis cultural*. Universidad de Guadalajara, México.

Salmerón Sánchez, M. (2011). Programa de orientación educativa y acción tutorial (POAT) en el Sistema Educativo Andaluz. *Revista digital*, Recuperado de <https://www.efdeportes.com/efd153/programa-de-orientacion-educativa-y-accion-tutorial.htm>

Soler, J. L.; Aparicio L.; Díaz, O.; Escolano, E. y Rodríguez, A. (coords.) (2016). *Inteligencia emocional y bienestar II*. Zaragoza: Ediciones Universidad San Jorge.

Tortosa Ybáñez, M. T.; Álvarez Teruel, J. D. y Pellín Buades, N. (2012). *Una reflexión sobre la docencia y el Plan de Acción Tutorial*. Universidad de Alicante.

7. ANEXOS

ANEXO 1: CUENTO DE “LOLA Y LAS EMOCIONES”

Hola niños y niñas,

Me llamo Lola y estoy aquí para contaros una pequeña historia. ¿Sabéis qué son las emociones? Las emociones son nuestros sentimientos y sensaciones. Además, nos ayudan a contar nuestras experiencias a los demás.

Las personas vivimos con seis emociones diferentes, que nos dicen lo que se nos pasa por la mente: **Alegría**, **Tristeza**, **Miedo**, **Ira**, **Sorpresa** y **Asco**. Con su ayuda, os contaré mi súper verano.

Mis amigos Lucero y Candela me habían preparado un gran regalo: ¡pasar un día en un parque de atracciones era mi sueño más esperado!

¿Qué ven mis ojos? Con **Sorpresa**, estaba muda de **asombro**. Los colores, la música, las atracciones. ¡Cuántas emociones! **Curiosa**, comencé a explorar lo que me rodeaba. ¡Qué noria tan alta! ¡Y qué montaña rusa tan rápida! Estaba **fascinada**.

Alegría me hizo **sonreír** con amor. Quería montar en todas las atracciones con mis amigos, ¡Nunca lo había probado! ¡Qué **divertido**! En las atracciones con tantos giros, no era nada sencillo. **Miedo** vino a mí cuando un montón de **hormiguitas paseando por mi estómago** sentí. Con mis **piernas temblando ante el peligro**, me agarraba de la mano de mi amigo.

Al llegar a casa, estábamos agotados. ¡No podíamos mover ni los músculos de la mano! Entonces, mi madre llegó con un juguete roto en sus brazos. ¡**Oh, no!** Mi osito de peluche con el que mi hermano Dariel estaba jugando. **Tristeza** me llenó de **lágrimas** la cabeza.

Sin embargo, **Ira** hizo que me **enfadara** con mi hermano. Mi madre me explicó que **había perdido el control** y debía pedir perdón. ¡Qué follón!

Por la noche, **Asco** apareció y no me pude controlar ¡Había brócoli para cenar! ¡**Puaj!** Aunque no me gustase nada, comerme todo lo del plato me tocaba.

Sorpresa, **Alegría**, **Miedo**, **Tristeza**, **Ira** y **Asco** son las seis emociones con las que podemos transmitir a los demás nuestros pensamientos y sensaciones. ¡Una caricia, una mirada o un beso nos ayudan a tratar a los demás con más respeto!

ANEXO 2: ACTIVIDAD 1

Tabla 16. ACTIVIDAD 1. Lola y las emociones

EL DICCIONARIO DE LAS EMOCIONES



ALEGRÍA



ASCO



IRA



MIEDO





Fuente: Elaboración propia

ANEXO 3: ACTIVIDAD 3

Tabla 17. *ACTIVIDAD 3. Memori de las emociones*

	<p>MIEDO</p>	
	<p>ALEGRÍA</p>	

	<p>TRISTEZA</p>	
	<p>SORPRESA</p>	
	<p>ASCO</p>	
	<p>IRA</p>	

Fuente: Elaboración propia

ANEXO 4: ACTIVIDAD 5



Figura 5. Actividad 5

ANEXO 5: ACTIVIDAD 6



EMOCIONES NEGATIVAS

- No me gusta el brócoli
- Me duele la barriga
- Me he enfadado con mi hermano por romperme mi osito de peluche

EMOCIONES POSITIVAS

- Me encanta la sorpresa que me ha dado Candela y Lucero
- Me gusta la sopa
- Mis amigos saben sorprenderme

ANEXO 6: ACTIVIDAD 7

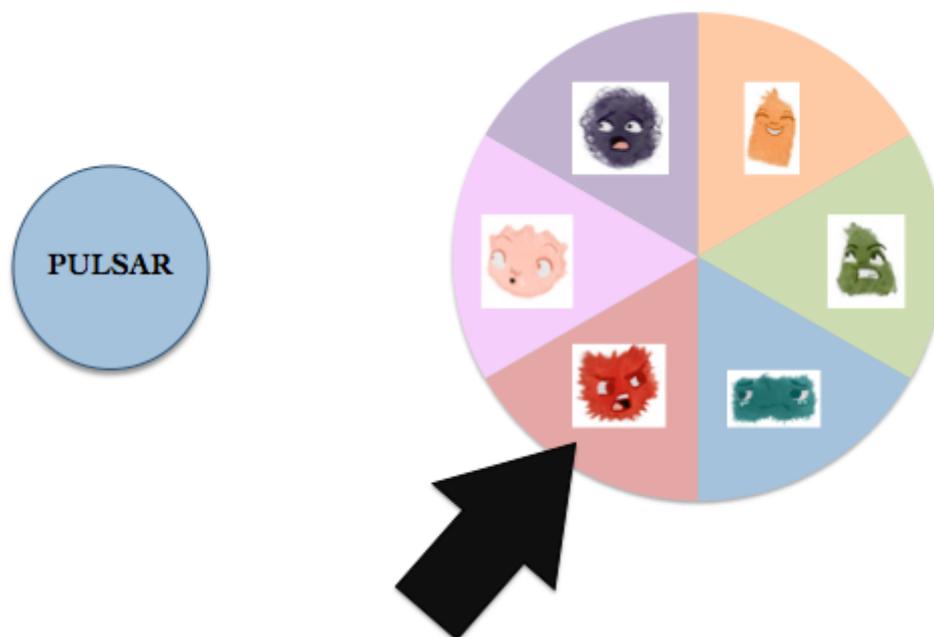


Figura 6. Actividad 7

ANEXO 7: RÚBRICA DE EVALUACIÓN DE CADA ACTIVIDAD PARA EL ALUMNADO

Tabla 18. Rúbrica de evaluación de cada actividad para el alumnado

ACTIVIDADES			
ACTIVIDAD 1 Lola y las emociones			
ACTIVIDAD 2 Representación de colores			
ACTIVIDAD 3 Memori de las emociones			
ACTIVIDAD 4 Mímica			
ACTIVIDAD 5 Cocineros de emociones			
ACTIVIDAD 6 Buzones emociones			

ACTIVIDAD 7 La ruleta de las emociones			
---	--	--	--

Fuente: Elaboración propia

ANEXO 8: EVALUACIÓN ACTIVIDAD 1

Tabla 19. *Evaluación Actividad 1*

Clasifica correctamente la emoción seleccionada				
NOMBRE	NUNCA	POCAS VECES	A MENUDO	SIEMPRE
Alumno/a 1				
Alumno/a 2				
...				

Fuente: Elaboración propia

ANEXO 9: EVALUACIÓN ACTIVIDAD 2

Tabla 20. *Evaluación Actividad 2*

LISTA DE CONTROL		
NOMBRE:	EDAD:	
ACTIVIDAD 2. <i>Representación de colores</i>		
Distingue las emociones positivas (alegría y sorpresa) de las negativas (tristeza, miedo, ira y asco)	SÍ	NO

Fuente: Elaboración propia

ANEXO 10: EVALUACIÓN ACTIVIDAD 3

Tabla 21. *Evaluación Actividad 3*

LISTA DE CONTROL		
NOMBRE:	EDAD:	
ACTIVIDAD 3. <i>Memori de las emociones</i>		
Clasifica correctamente las emociones que se representan en las diversas tarjetas	SÍ	NO

Distingue y representa perfectamente la emoción seleccionada	SÍ	NO
Identifica la diferencia entre números pares e impares	SÍ	NO

Fuente: Elaboración propia

ANEXO 11: EVALUACIÓN ACTIVIDAD 4

Tabla 22. Evaluación Actividad 4

LISTA DE CONTROL		
NOMBRE:		EDAD:
ACTIVIDAD 4. <i>Mímica</i>		
Representa las emociones a través del lenguaje gestual	SÍ	NO
Identifica las emociones representadas por los demás	SÍ	NO

Fuente: Elaboración propia

ANEXO 12: EVALUACIÓN ACTIVIDAD 5

Tabla 23. Evaluación Actividad 5

LISTA DE CONTROL		
NOMBRE:		EDAD:
ACTIVIDAD 5. <i>Cocineros de las emociones</i>		
Distingue las emociones positivas (color rojo) de las negativas (color azul)	SÍ	NO

Fuente: Elaboración propia

ANEXO 13: EVALUACIÓN ACTIVIDAD 6

Tabla 24. Evaluación Actividad 6

LISTA DE CONTROL		
NOMBRE:	EDAD:	
ACTIVIDAD 6. <i>Buzones emocionales</i>		
Respetar, aceptar y gestionar las emociones tanto propias como las del resto de sus compañeros	SÍ	NO
Identificar las emociones positivas y negativas	SÍ	NO

Fuente: Elaboración propia

ANEXO 14: EVALUACIÓN ACTIVIDAD 7

Tabla 25. Evaluación actividad 7

LISTA DE CONTROL		
NOMBRE:	EDAD:	
ACTIVIDAD 7. <i>La ruleta de las emociones</i>		
Distingue perfectamente las emociones vistas en el cuento: alegría, tristeza, asco, miedo, ira y sorpresa	SÍ	NO
Respetar, aceptar y gestionar correctamente las emociones tanto propias como las del resto de compañeros	SÍ	NO

Fuente: Elaboración propia

ANEXO 15: RÚBRICA EVALUATIVA DE LA PROPUESTA PRÁCTICA

Tabla 26. *Rúbrica evaluativa de la propuesta práctica*

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SI	NO	OBSERVACIÓN
Identificar las diferentes emociones por las que pasa Lola a lo largo del cuento: alegría, tristeza, miedo, ira, sorpresa y asco			
Reconocer las emociones de sus compañeros			
Expresar las emociones de Lola de forma natural			
Reconocer sus propias emociones			

Gestionar las emociones en diferentes ocasiones			
---	--	--	--

Fuente: Elaboración propia

ANEXO 16: RÚBRICA DE EVALUACIÓN DEL DOCENTE PARA EL ALUMNADO

TABLA 27. *Rúbrica evaluativa del docente por parte del alumnado*

PREGUNTAS DE EVALUACIÓN			
¿Hemos entendido las explicaciones del maestro?			
¿Las actividades que ha propuesto el maestro me han parecido interesantes?			
¿El maestro ha mostrado interés por las emociones de todos los niños del aula?			
¿Los materiales que hemos utilizado nos han servido para entender mejor lo que queríamos aprender?			

Fuente: Elaboración propia