



---

**Universidad de Valladolid**

Facultad de Educación y Trabajo social,  
Campus Miguel Delibes

Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal

# Trabajo Fin de Grado

**LA CANALIZACIÓN DE LAS EMOCIONES A TRAVÉS DE LA  
EDUCACIÓN ARTÍSTICA EN LA ETAPA DE INFANTIL**

Presentado por Sandra Prado Méndez  
para optar al grado de educación infantil por la Universidad de Valladolid

Tutelado por: Olaia Fontal Merillas y  
Pablo de Castro Martín

## Índice:

1. INTRODUCCIÓN .....	4
2. JUSTIFICACIÓN .....	4
3. OBJETIVOS GENERALES DEL TRABAJO FIN DE GRADO.....	5
3.1 Objetivo general .....	5
3.2 Objetivos específicos .....	5
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA .....	6
4.1 Las emociones: definición y clasificación.....	6
4.2 Modelos de educación emocional .....	10
4.3 Las emociones en el aula de infantil y la educación emocional.....	14
4.4 Enseñanza a través de metodologías artísticas en educación infantil.....	17
5. INTERVENCIÓN PILOTO .....	21
5.1 Justificación de la intervención piloto .....	21
5.2 Objetivos y contenidos .....	22
5.3 Secuencia de actividades .....	23
5.4 Recursos: materiales y espaciales.....	25
5.5 Metodología.....	25
5.6 Temporalización .....	27
5.7 Evaluación .....	28
5.7.1 Criterios de evaluación.....	28
5.7.2 Instrumentos de evaluación .....	29
5.7.3 Autoevaluación del docente.....	30
5.8. Conclusiones de la intervención piloto.....	30
5.9 Informe de la intervención piloto llevada a la práctica .....	33
6. CUMPLIMIENTO DE LOS OBJETIVOS GLOBALES DEL TRABAJO.....	34
7. CONCLUSIONES FINALES DEL TFG .....	35
8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	39
9. ANEXOS .....	42

## **RESUMEN**

El siguiente documento contiene un Trabajo de Fin de Grado realizado desde el cariño, la ilusión y la necesidad de buscar solución a un problema que, hoy en día, se está acentuando. He realizado un proyecto innovador y creativo basado en el aprendizaje a partir de la expresión plástica, dónde los alumnos aprendan siendo ellos mismo los protagonistas de sus aprendizajes y comprendan, identifiquen, regulen y canalicen las emociones de manera correcta. Al ser alumnado de infantil, este proyecto está enfocado a iniciar el entendimiento de las emociones y en la regulación de las emociones primarias.

En este documento se realiza un recorrido por algunas teorías importantes relacionadas con la inteligencia y la educación emocional. A su vez, se tratan las distintas clasificaciones de emociones a través de autores muy reconocidos y la importancia de enseñar a través de metodologías artísticas en educación infantil. La propuesta de intervención reúne una programación basada en el aprendizaje emocional que se llevaría a cabo durante un curso escolar. En esta programación se trabaja el desarrollo de cinco emociones primarias que veo necesarias para el buen desarrollo personal del alumnado. Para terminar, recojo las conclusiones halladas después de la realización de este proyecto.

**Palabras clave:** emoción, inteligencia emocional, educación emocional, educación infantil, alegría, tristeza, miedo, enfado y asco.

## **ABSTRACT**

The following study contains a Final Degree Project made out of affection, illusion and the need to seek a solution to a problem which, nowadays, is becoming more remarkable. I have developed an innovative and creative project based on the learning from the plastic expression in which the students learn being the protagonists themselves of their educational process and understand, identify, regulate and channel their emotions in a correct way. As they are kindergarten students, this project focuses on initiate them in the comprehension of the emotions and the regulation of the primary emotions.

This project is carried out through the study of some important theories related to the intelligence and the emotional education. At the same time, the different emotional classifications are addressed through important and well-known authors and the importance of teaching through artistic methods in infant education. The purpose of intervention gathers a programming based on the emotional learning that will be developed along the academic year. In this programming, the development of five primary emotions that I think they are necessary is presented for a good personal development of the students. To conclude, I collect the conclusions found after the completion of this project.

**Key words:** Emotion, emotional intelligence, emotional education, children's education, happiness, sadness, fear, anger and disgust.

## 1. INTRODUCCIÓN

El trabajo que se presenta a continuación es el reflejo de una investigación y una creación de una propuesta didáctica que he llevado a cabo en un aula de 5 años.

En primer lugar, diseñé la propuesta didáctica con el pensamiento de que no iba a poder realizarla por el COVID, dado a que tenía dudas de si iba a poder ejecutar las prácticas de cuarto de carrera; finalmente pude realizar las prácticas y con ello, llevé a cabo la propuesta que expongo a continuación, dejándome así poder evaluar mis actividades y mis objetivos iniciales.

El tema principal de mi trabajo de fin de grado es la canalización de las emociones a través de metodologías artísticas en educación infantil; por ello, en primer lugar, en el documento, se encuentra un marco teórico hablando de distintas definiciones y clasificaciones de emociones; tras esto, se tratan los diferentes modelos y la educación e inteligencia emocionales y por último, la importancia de la enseñanza a través de las artes. En este bloque más teórico se presentan definiciones de autores y referencias que me han parecido importantes y relevantes en este trabajo.

Después se localiza la propuesta de intervención dónde se puede observar cual es el objetivo principal y los específicos y cómo voy a llevar a cabo las distintas actividades para conseguir estos objetivos junto con la metodología, temporalización y evaluación correspondiente.

En último lugar se pueden encontrar las conclusiones del trabajo a las que he llegado después de su realización.

## 2. JUSTIFICACIÓN

Hoy en día muchos son los estudios que reflejan el aumento de trastornos emocionales desde edades muy tempranas. Esto es una de las razones principales por las que he realizado este proyecto.

En muchas ocasiones, por no haber tenido una educación emocional en los primeros años de vida, muchas personas presentan trastornos de ira, de control de impulsos, tics, autoexpresión emocional, etc.

Veo fundamental la enseñanza de identificación, reflexión y canalización de emociones para que estos comportamientos aparezcan en menor medida o desaparezcan.

Si dotamos a los niños de las herramientas suficientes para que regulen las emociones de manera adecuada, controlen sus impulsos y sepan verbalizar lo que les sucede, estaremos disminuyendo posibles problemas que pueden aparecer con el paso del tiempo.

Como futura docente, me he visto en la obligación de investigar y analizar este tema para así poder realizar la propuesta de intervención que he presentado en mi trabajo de fin de grado, adecuándome a las necesidades del alumnado y adaptando y regulando actividades para que sean los propios niños quien identifiquen y distingan cada emoción y sepan expresar de manera verbal lo que les sucede o lo que sienten.

He realizado este trabajo centrándome en que las actividades con las cuales trabajaremos sean adaptativas a cada alumnado, se adecúen a la atención a la diversidad y tengan un enfoque globalizador, donde sea el niño el protagonista de su aprendizaje, se divierta y aprenda a través de tareas plásticas y lúdicas.

### 3. OBJETIVOS GENERALES DEL TRABAJO FIN DE GRADO

#### 3.1 Objetivo general

- Desarrollar la expresión y el reconocimiento de las emociones principales en alumnado de educación infantil.

#### 3.2 Objetivos específicos

- Investigar los distintos modelos de educación y la inteligencia emocionales.
- Desarrollar distintas actividades para la expresión correcta de las emociones.
- Identificar y adquirir los conocimientos necesarios para la canalización de las emociones.
- Generar una propuesta de intervención adecuada para llevarla a cabo en un aula de educación infantil.
- Proponer una propuesta de intervención basada en el aprendizaje a través de metodologías artísticas

## 4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

### 4.1 Las emociones: definición y clasificación

#### **DEFINICIÓN DE EMOCIÓN**

El concepto de emoción es un término abstracto, muy difícil de definir y muy complicado de explicar, por ello han sido muchos los autores que han querido determinar qué serían las emociones.

A continuación, se destacan definiciones de Goleman y Bisquerra.

Para Goleman (1996) “El término de emoción se refiere a un sentimiento y a los pensamientos, los estados biológicos, los estados psicológicos y el tipo de tendencias a la acción que lo caracterizan.”

Es una palabra muy compleja de explicar ya que Goleman no solo lo relaciona con los pensamientos y los sentimientos, sino también, con la biología.

Sin embargo, para Bisquerra (2000) “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.”

Esta definición establece vínculos con lo que podríamos denominar, estímulo-respuesta. Se percibe un acontecimiento o situación y a partir de este, se produce una reacción consecuente. Las respuestas pueden ser muy diversas debido a que no controlamos las situaciones que surgen en el entorno.

Por esto, podríamos establecer también, como matiz a la definición de emoción, las reacciones psicológicas y biológicas que reflejan la adaptación del individuo a una situación, a un lugar, una persona, un pensamiento, una idea...

Cada individuo percibe las vivencias y situaciones de manera diferente, por esto, cada uno reacciona de un modo distinto ante la misma situación, pudiendo sentir distintas emociones ante un mismo hecho.

Solemos partir de lo que se denominarías emociones primarias como la tristeza, la alegría o la ira y las vamos transformando en emociones secundarias como la desesperación, la rabia o la tranquilidad, entre muchos otros términos.

## CLASIFICACIÓN DE LAS EMOCIONES

La clasificación de las emociones a lo largo de la historia ha sido un proceso muy enredoso. Han sido muchos los autores que han intentado ordenarlas, pero no han llegado a concretar una manera correcta de coordinar las mismas.

De entre todas las posibilidades, destaco dos clasificaciones de los autores que he nombrado anteriormente, Goleman y Bisquerra, dado que lo reflejan de manera muy clara y precisa.

En primer lugar, Goleman (1996) parte de unas emociones que él considera primarias, que serían las emociones básicas, hacia unas emociones secundarias, las cuales ya serían más profundas y concretas.

<b>EMOCIONES PRIMARIAS</b>	<b>EMOCIONES SECUNDARIAS</b>
Ira	Rabia, enojo, furia, exasperación, indignación, actitud, animosidad, irritabilidad, hostilidad. En caso extremo: odio y violencia.
Miedo	Ansiedad, aprensión, temor, preocupación, consternación, inquietud, desasosiego, incertidumbre, nerviosismo, angustia, susto, temor. En caso psicopatológico: fobia y pánico.
Tristeza	Aflicción, pena, desconsuelo, pesimismo, melancolía, autocompasión, soledad, desaliento, desesperación. En caso de patología: depresión grave.
Alegría	Felicidad, gozo, tranquilidad, contento, deleite, beatitud, diversión, dignidad, placer sensual, estremecimiento, raptó, gratificación, satisfacción, euforia, capricho, éxtasis. En caso extremo: manía.
Amor	Aceptación, cordialidad, confianza, amabilidad, afinidad, devoción, adoración, enamoramiento y ágape.
Sorpresa	Sobresalto, asombro, desconcierto, admiración.
Aversión	Desprecio, desdén, displicencia, asco, antipatía, disgusto y repugnancia.
Vergüenza	Culpa, perplejidad, desazón, remordimiento, humillación, pesar y afición.

Figura 1: *Emociones primarias y secundarias*. Fuente: elaboración propia, a partir de Goleman (1996)

Como podemos ver en la tabla de Goleman, diferencia entre emociones primarias y secundarias; en la columna de la izquierda se ve como sitúa las emociones que son más globales y en la columna de la derecha las que serían las emociones concretas; cabe destacar que refleja las emociones más extremas cuando habla de patologías o psicopatologías; como, por ejemplo: en la alegría, la manía o en el miedo, la fobia o el pánico.

Por otro lado, Bisquerra (2016) agrupa las emociones en grandes familias (por ejemplo, la familia de la ira, donde incluye la rabia, el dolor, la furia, el odio, la indignación...) Él considera las familias como galaxias de emociones. En cada familia hay un conjunto de emociones con características similares, y por ello las agrupa en las mismas zonas. En algunos casos parecen sinónimos, pero Bisquerra señala que son matices dentro de la familia.

Cada galaxia de emociones se denomina, de forma genérica, con el nombre de una de ellas; partiendo del ejemplo anterior, la ira, representa a toda la galaxia; lo mismo sucede respecto al miedo, la tristeza, etc. Son palabras que tienen un sentido general en la galaxia y un sentido específico dentro de la galaxia principal, tal y como puede comprobarse en la siguiente tabla.

UNIVERSO DE LAS EMOCIONES	
EMOCIONES NEGATIVAS	
MIEDO	Temor, horror, pánico, terror, pavor, desasosiego, susto, fobia, etc.
IRA	Rabia, cólera, rencor, odio, furia, indignación, resentimiento, aversión, exasperación, tensión, excitación, agitación, animadversión, animosidad, irritabilidad, hostilidad, violencia, enojo, celos, envidia, impotencia, desprecio, acritud, animosidad, antipatía, resentimiento, rechazo, recelo, etc.
TRISTEZA	Depresión, frustración, decepción, aflicción, pena, dolor, pesar, desconsuelo, pesimismo, melancolía, autocompasión, soledad, desaliento, desgana, morriña, abatimiento, disgusto, preocupación.
ASCO	Aversión, repugnancia, rechazo, desprecio.
ANSIEDAD	Angustia, desesperación, inquietud, inseguridad, estrés, preocupación, anhelo, desazón, consternación, nerviosismo.

### EMOCIONES POSITIVAS

ALEGRÍA	Entusiasmo, euforia, excitación, contento, deleite, diversión, placer, estremecimiento, gratificación, satisfacción, capricho, éxtasis, alivio, regocijo, humor.
AMOR	Aceptación, afecto, cariño, ternura, simpatía, empatía, interés, cordialidad, confianza, amabilidad, afinidad, respeto, devoción, adoración, veneración, enamoramiento, ágape, gratitud, interés, compasión.
FELICIDAD	Bienestar, satisfacción, armonía, equilibrio, plenitud, paz interior, tranquilidad, serenidad, gozo, dicha, placidez, etc.

### EMOCIONES AMBIGUAS

SORPRESA	La sorpresa puede ser positiva o negativa. En esta familia se puede incluir: sobresalto, asombro, desconcierto, confusión, perplejidad, admiración, inquietud, impaciencia. Relacionadas con la sorpresa, pero en el otro extremo de la polaridad pueden estar anticipación y expectativa, que pretenden prevenir sorpresas.
EMOCIONES SOCIALES	Vergüenza, culpabilidad, timidez, vergüenza ajena, bochorno, pudor recato, rubor, sonrojo, verecundia.
EMOCIONES ESTÉTICAS	Las emociones estéticas son las que se experimentan ante las obras de arte y ante la belleza.

Tabla 1: *Universo de las emociones*. Fuente: elaboración propia a partir de Bisquerra (2009)

### GRANDES CONSTELACIONES

CONSTELACIÓN DE LAS EMOCIONES NEGATIVAS	Miedo, ira y tristeza. (también añade asco y ansiedad)
CONSTELACIÓN DE LAS EMOCIONES POSITIVAS	Alegría, amor y felicidad.

Tabla 2: *Grandes constelaciones*. Fuente: elaboración propia a partir de Bisquerra (2009)

### FENÓMENOS AFECTIVOS DIVERSOS

Las <b>emociones ambiguas</b> también van navegando alrededor de otras galaxias. La sorpresa puede ser positiva (alegría) o negativa (miedo, ira, tristeza).
Las <b>emociones sociales</b> pueden tener polaridad positiva y negativa, y se extienden por todo el universo de emociones a modo de materia interestelar.
Las <b>emociones estéticas</b> también pueden tener valencia positiva o negativa y forman una especie de materia intergaláctica que se puede extender por todo el mundo.
Los <b>valores y actitudes</b> se entremezclan con las emociones, dando como consecuencia una predisposición a actuar a favor o en contra de algo o de alguien. En este sentido son como cometas que navegan por todo el universo.
La <b>pasión</b> es como un asteroide o cometa que navega entre diversas galaxias (tristeza, amor)

Tabla 3: *Fenómenos afectivos diversos*. Fuente: elaboración propia a partir de Bisquerra (2009)

#### MATERIA OSCURA

La materia oscura emocional está formada por el pozo de las emociones negativas (miedo, ira, tristeza), que forma una constelación que es un campo gravitacional de grandes fuerzas, que pueden absorber toda la energía del ser humano.

Tabla 4: *Materia Oscura*. Fuente: elaboración propia, a partir de Bisquerra (2009)

Adjunto tabla de Excel en **Anexo I** para clarificar la clasificación.

A partir de toda la información que proporciona Bisquerra cabe destacar lo que el nombra fenómenos afectivos diversos, en este apartado engloba las emociones ambiguas, emociones sociales y estéticas, añadiendo los valores, actitudes y la pasión. Esto se debe a que son emociones que tienen doble polaridad, es decir, pueden tener tanto carga positiva, como negativa.

La interpretación de estas emociones es un proceso complejo debido a que somos individuos con características y personalidades distintas, por esto, cada uno interiorizará de manera diferente los matices de estas. Por ello, las clasificaciones de Goleman y Bisquerra nos permiten darnos cuenta de la cantidad de emociones que puede sentir el ser humano y la dificultad que tiene el poder interpretar todas ellas.

#### 4.2 Modelos de educación emocional

La educación emocional es un aspecto que se debe trabajar desde los primeros años de vida. Hay numerosas formas de llevarlo a cabo en el aula y por ello lo podemos clasificar en: modelos mixtos, modelos de habilidades y modelos que complementan los dos anteriores.

#### MODELOS MIXTOS

Los modelos mixtos incluyen rasgos de personalidad de los individuos y se centran en la canalización de la tolerancia, la frustración, el estrés, la ansiedad, entre otros.

Destaco dos modelos mixtos recogidos por García-Fernández M. y Giménez-Mas S. I. En primer lugar, el Modelo de Goleman (1995): Goleman, vincula el cociente emocional con el cociente intelectual, estos dos no se oponen, se complementan y se manifiestan en

interrelaciones que producen. Los componentes que incluye este modelo son: la **conciencia** de uno mismo refiriéndose a la conciencia que se tiene en los propios estados internos, las intuiciones; **la autorregulación** destinada al control de los estados, impulsos y recursos internos; **la motivación** explicada como tendencias emocionales que guían o facilitan la consecución de un objetivo; **la empatía** entendida como la conciencia de los sentimientos, necesidades y preocupaciones ajenas y **las habilidades sociales** que capacitan al individuo para inducir respuestas deseables en los demás pero no control sobre otro individuo.

Este modelo se podría aplicar para mejorar la relación con uno mismo y con los demás debido a que si partimos de los componentes podemos ver que se centra en la capacidad de conciencia de uno mismo y en las habilidades con los demás.

En segundo lugar, el Modelo de Bar-On: Bar-On hace un modelo más complejo, dividido en diferentes aspectos: componentes intrapersonales, interpersonales, de adaptabilidad, de manejo del estrés y de estado de ánimo general. Dentro de cada uno de ellos, destaca diferentes características. En el apartado de componente intrapersonal se pueden observar distintos aspectos como: **la comprensión emocional de sí mismo**, entendida como la capacidad para comprender sentimientos, emociones y diferenciarlos; **la asertividad**, habilidad para expresar sentimientos y creencias sin dañar los sentimientos de los demás; el **auto concepto**, explicada como habilidad para comprenderse y respetarse a uno mismo; **la autorregulación**, refiriéndose a la habilidad para realizar lo que realmente deseamos y podemos y disfrutar de ello y, por último, **la independencia**, que capacita al individuo para auto dirigirse, sentirse seguro de sí mismo y ser independiente emocionalmente.

En el componente interpersonal se encuentran: **la empatía**, entendida como habilidad para sentir y comprender los sentimientos de los demás; **las relaciones interpersonales**, refiriéndose a la capacidad para establecer y mantener relaciones satisfactorias, caracterizadas por la cercanía emocional y **la responsabilidad social**, explicada como habilidad para mostrarse como una persona cooperante, miembro del grupo social.

El componente de adaptabilidad se estructura en: **la solución de problemas**, como la capacidad para identificar, definir los problemas y generar soluciones efectivas; **la prueba de realidad**, como habilidad para evaluar la correspondencia de la realidad

existente y la **flexibilidad**, como facilidad para realizar un ajuste adecuado de nuestras emociones, pensamientos y conductas.

El componente de manejo de estrés se compone por: la **tolerancia al estrés**, entendida como capacidad para soportar eventos o situaciones adversos y el **control de los impulsos**, como la habilidad para resistir y controlar emociones.

El componente de estado de ánimo general se organiza en: la **felicidad**, para sentir satisfacción con nuestra vida y el **optimismo**, para ver el aspecto más positivo de la vida. Se observa que este modelo hace mucho hincapié en las competencias sociales y en la adaptación del individuo a situaciones o ámbitos. Es fundamental el buen desarrollo de estas para que los individuos se desenvuelvan de manera correcta en la vida.

## **MODELOS DE HABILIDADES**

Los modelos de habilidades se centran en el procesamiento de la información emocional. Estos modelos no incluyen componentes de factores de personalidad, sino que se centran más en habilidades cognitivas o destrezas para llegar a autorregular las emociones y las relaciones sociales.

De entre todas las opciones, resalto el modelo de Salovey y Mayer que recogen Berrocal P. y Pacheco N.

Modelo de Salovey y Mayer (1997): Salovey y Mayer interpretan que los alumnos se enfrentan diariamente, en clase, a situaciones y momentos en los que tienen que ser capaces de hacer uso de las habilidades emocionales para la adaptación de manera correcta a la escuela.

Las habilidades que incluye este modelo son varias. La **percepción emocional** permite identificar y reconocer los propios sentimientos y los de los demás. Para esto tienen que ser capaces de prestar atención y decodificar señales emocionales; expresiones, movimientos corporales y tono de voz. **La facilitación o asimilación emocional** tiene en cuenta los sentimientos para facilitar el razonamiento o la solución de problemas. Esto ayuda a priorizar nuestros procesos cognitivos, focalizando la atención en lo realmente importante. **La comprensión emocional** ayuda a reconocer e interpretar las emociones y saber en qué categoría se agrupan los sentimientos y, para terminar, **la regulación emocional**. Esta dimensión contribuye a estar abierto a sentimientos, negativos o positivos y ser capaces de aprovechar la información de utilidad.

Estos autores hablan de potenciar unas habilidades internas para la canalización correcta de las emociones.

Este modelo es el más utilizado hoy en día. Muchos autores han ido añadiendo modificaciones y, por ello, es uno de los más populares.

## **MODELOS DE COMPLEMENTO**

Por último, los modelos de complemento son la reunión de los dos modelos anteriores. Incluyen tanto aspectos de personalidad, como habilidades cognitivas y muchos otros factores personales.

Son numerosos modelos los que podría destacar aquí, pero me voy a centrar en dos modelos: el modelo de Matineaud y Engelhartn y el de Boccardo, Sasia y Fontela recogidos por García-Fernández y Giménez-Mas:

Modelo de Matineaud y Engelhartn (1996): estos autores añaden diferentes ámbitos integrando componentes emocionales.

Los componentes son: el **conocimiento de sí mismo**, la **gestión del humor**, la **motivación de uno mismo de forma positiva**, el **control del impulso** y la **apertura a los demás**.

Este modelo se diferencia del resto dado que incluye la apertura externa, a los otros individuos, incluyendo factores exógenos.

Modelo de Boccardo, Sasia y Fontela (1999):

sin embargo, estos autores establecen distintas áreas dentro del modelo. Las áreas son: el **autoconocimiento emocional**, destinado al reconocimiento de los sentimientos; el **control emocional**, como habilidad para relacionar sentimientos y adaptarlos a cualquier situación; la **automotivación**, para dirigir las emociones con el fin de lograr un objetivo; el **reconocimiento de las emociones ajenas**, como capacidad que construye el autoconocimiento emocional y las **habilidades de relaciones interpersonales**, para ser capaces de producir sentimientos en los demás.

La innovación que aportan estos autores es la diferenciación entre inteligencia emocional y la inteligencia interpersonal, señalando habilidades de autoconocimiento, autorregulación...

A partir de la explicación de estos tres tipos de modelos de educación emocional, se puede observar que hay numerosos aspectos que los diferencian entre sí y que cada uno de ellos son muy complejos.

Hoy en día, el modelo de educación emocional más conocido es el de Mayer y Salovey, pero no es el único destacado. Con esto no se puede confirmar que haya un modelo único de educación emocional, sino que hay demasiado entre los que elegir cual es el más adecuado. Al tener tanta variedad en donde escoger se hace muy complicado el posicionamiento hacia uno o hacia otro.

#### 4.3 Las emociones en el aula de infantil y la educación emocional

En este apartado nos encontramos ante algunas definiciones de los términos educación e inteligencia emocionales para llegar a comprender los aspectos que conciernen estos apartados.

La educación emocional tiene que ser un aprendizaje continuo, desde los primeros años de vida hasta que envejecemos y morimos. Las emociones juegan un papel fundamental en la personalidad e interacción social de las personas. Como asegura Cassá (2005) las emociones intervienen en todos los procesos evolutivos: desarrollo de la comunicación, conocimiento social, procesamiento de información, apego, desarrollo moral, etc.

En estos últimos tiempos, nos encontramos ante muchas definiciones diferentes de educación emocional. Como señala Bisquerra (2000) según recoge Cassá (2005) la educación emocional es, por tanto,

un proceso educativo, continuo y permanente que pretende potenciar el desarrollo emocional como completo indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en una vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social.

La educación emocional es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada.

Las emociones se general habitualmente como respuesta a un acontecimiento externo o interno.

Cabe destacar el hincapié que hace el autor de la formación de la personalidad del individuo. Señala que se debe proporcionar las habilidades necesarias para afrontar acontecimientos y que estas aporten bienestar y felicidad a las personas. A su vez,

Bisquerra (2011) afirma que

la regulación de las emociones probablemente sea el elemento esencial de la educación emocional. Conviene no confundir la regulación (y otros términos afines: control, manejo de las emociones) con la represión. La tolerancia a la frustración, el manejo de la ira, la capacidad para retrasar gratificaciones, las habilidades de afrontamiento en situaciones de riesgo (inducción al consumo de drogas, violencia, etc.), el desarrollo de la empatía, etc., son aspectos de la regulación. Algunas técnicas que contribuyen al desarrollo de la regulación emocional son: introspección, relajación, meditación, respiración, diálogo interno, control del estrés, autoafirmaciones positivas, asertividad, etc. El desarrollo de competencias emocionales exige una práctica continuada.

Educar emocionalmente ayuda a las personas a comprender sus emociones y validarlas. Con la educación emocional pueden llegar a identificar y clasificar las emociones que están sintiendo en cada momento y aceptar como expresarlas con los demás. A su vez entenderán a empatizar con los demás, aceptarse a uno mismo y tener la capacidad de resolver problemas.

El educador debe llevar a la experiencia las emociones para que el alumnado pueda vivirlas, clasificarlas y codificarlas de manera correcta. Esto les permitirá acoger a estas emociones y desarrollar actitudes ante estas. El papel del educador es fundamental ya que, como dice Cassá (2005), el profesor es el mediador del desarrollo del aprendizaje. Este debe de proporcionar seguridad y confianza al niño, creando contextos de comunicación y afecto. La seguridad emocional es fundamental para el niño experimente con el entorno.

Un término muy ligado a la educación emocional es la inteligencia emocional.

A lo largo de la historia, han sido muchos autores los que han definido y recogido aspectos de este término. Por ejemplo, Pescador (2005) señala que,

en 1920, Edward Thorndike se convertía en el precursor de lo que hoy conocemos como inteligencia emocional, al definir el concepto de inteligencia social como la habilidad para comprender y dirigir a los hombres y las mujeres..., y para actuar samiamente en las relaciones humanas.

Posteriormente Gardner, proponía en *Frames of mind*, la teoría de las inteligencias múltiples, entre las que incluyó la inteligencia intrapersonal y la interpersonal, que juntas determinan la capacidad para dirigir de forma satisfactoria la propia vida, y que supusieron una nueva aproximación al concepto de inteligencia emocional.

Por otro lado, como recogen Berrocal y Pacheco (2005), Salovey y Mayer (1997), la inteligencia emocional se define como

una habilidad centrada en el procesamiento de la información emocional que unifica las emociones y el razonamiento, permitiendo utilizar nuestras emociones para facilitar un razonamiento más efectivo y pensar de forma más inteligente sobre nuestra vida emocional.

Siguiendo por esta línea, Bisquerra y Paniello (2017) también recogen una definición de Mayer y Salovey con Caruso y Cherkasskiy (2015) en la que definen la inteligencia emocional como “la capacidad para percibir y expresar las emociones, utilizar las emociones para facilitar el pensamiento, comprender y razonar a través de las emociones y regular las emociones en uno mismo y en los demás”.

Como vemos en estas tres últimas definiciones, los autores destacan la importancia del razonamiento de las emociones para ser capaces de codificarlas de manera correcta y llevar a cabo un desarrollo emocional óptimo.

Para terminar de definir este término cabe destacar la explicación que recogen Gómez y Valencia (2017) de Acosta (2008) en la que destaca que “la creencia de que la educación emocional, el fomento de la inteligencia emocional, puede ser una valiosa ayuda para encarar con mayores posibilidades de éxito los retos a que se enfrenta el sistema educativo”.

En esta última descripción Acosta nos deja claro que los términos de educación e inteligencia emocionales van muy ligados entre sí y que son fundamentales para un buen aprendizaje.

El educador debe tener en cuenta estos dos términos para ayudar al niño en el camino del aprendizaje. Es esencial que el educador esté bien formado para que el alumnado aprenda

de manera correcta a afrontar situaciones problemáticas, adquiera una autoimagen positiva, se sienta seguro y satisfecho consigo mismo y estos conocimientos le ayuden a afrontar experiencias y situaciones a lo largo de su vida.

La adquisición de todos estos conceptos puede disminuir el riesgo de trastornos psicológicos.

Trabajar la inteligencia emocional en el aula de manera continuada y estructurada dará lugar a resultados muy beneficiosos para el alumnado. La adquisición de las habilidades necesarias para comprender y asimilar las emociones conllevará una correcta reflexión de las emociones y fomentará el crecimiento personal.

A lo largo de la vida, se tiende a no expresar los sentimientos cuando se viven situaciones muy complejas, por ello, es necesario que los educadores validen las emociones del alumnado y que ayuden a los niños a expresar de manera verbal y corporal estas emociones. La no expresión de los sentimientos con el paso del tiempo puede convertir las emociones en miedos o frustraciones que pueden concluir en violencia o más extremadamente podrían manifestarse en enfermedades psicológicas. Los profesores debemos fomentar un clima de aula en lo que los niños se sientan felices, seguros y no vivan situaciones de estrés o inseguridad.

#### 4.4 Enseñanza a través de metodologías artísticas en educación infantil

En este apartado quiero destacar la relevancia de la enseñanza a través de las metodologías artísticas en la primera infancia dado a que asignaturas como Educación Plástica, Educación Física o Música han pasado a ocupar un espacio menor en los horarios de las clases de los más pequeños. Las asignaturas que ocupan la mayor parte de tiempo suelen ser Matemáticas, Lengua o Ciencias.

La educación artística en las edades más tempranas es un recurso fundamental para el aprendizaje de los conocimientos. Muchos son los alumnos que en los primeros años de vida no saben cómo expresarse, cómo comunicarse; a través del arte pueden manifestar sus pensamientos de una manera más sencilla y esto les puede ayudar a desarrollar la expresión oral o la expresión corporal.

Como recoge Zevallos (2019), según Orihuela (2012), en su estudio de la inteligencia emocional y su incidencia en la experiencia creativa del niño, expone el arte como un medio de expresión. Plantea que mientras más pequeños son los niños, más libres son de expresarse sin ningún condicionamiento.

A partir de aquí podíamos decir que la educación artística es fundamental en el aula para que los niños aprendan a expresarse de manera correcta pero no solo manifestaciones orales o corporales sino también la expresión de los sentimientos y las emociones.

La UNESCO (2016) plantea la educación artística como fomento del desarrollo emocional, facilitando así la consecución de un mejor equilibrio entre el desarrollo emocional y cognitivo, y en consecuencia contribuye al desarrollo de una cultura en paz. También recalca que la educación artística proporciona a las personas habilidades para expresarse y evaluar de manera crítica al mundo que los rodea.

El arte nos hace pensar a través de la acción, la creatividad, el simbolismo, la investigación, el movimiento y lo más importante, la experimentación a través de objetos y materiales y esta última es la manera natural que los niños tienen de aprender desde que nacen; especialmente desde los 0 a los 6 años de vida. Por otro lado, aporta las habilidades necesarias para que el alumnado entre en contacto consigo mismo y con los demás, permitiendo así sensibilizarse con el mundo que les rodea. También desarrollarán vínculos afectivos y emocionales con sus compañeros de clase facilitando así la socialización con los demás.

Según Piaget (1954) recogido por Zevallos (2019), en su teoría del desarrollo cognitivo el desarrollo afectivo se desarrolla entre los dos y los cinco años, es el momento de proceso de maduración y de crecimiento que tiene lugar en el plano afectivo, es decir, el camino en el que el niño gradualmente da sentido y forma a sus afectos determina la manera de vivir estos afectos, los interpreta y lleva a cabo conductas afectivas.

Para ir concluyendo, cabe destacar los contenidos que se trabajan en los distintos campos de las metodologías artísticas. La Educación plástica o audiovisual, trabaja a través de la

creatividad y la imaginación. Fomenta la realización del trazo desarrollando la motricidad fina y gruesa y estimula la canalizar las emociones representándolas de maneras diferentes y llamativas. Por otra parte, la educación musical trabaja la expresión de sentimientos y emociones a través de sonidos y canciones. Involucra la expresión y la comunicación corporal a través del movimiento del cuerpo realizando danzas y favorece la escucha de diferentes canciones, sonidos o instrumentos y potencia el silencio. Por último, la educación corporal, promueve el movimiento del cuerpo, desarrolla habilidades para expresar emociones y sentimientos e incentiva el gesto, el juego y el disfrute.

Ahora, según el BOCyL en el Decreto 122/2007 los objetivos que se deben trabajar y que relaciono con los tres campos destacados anteriormente son:

#### ÁREA DE CONOCIMIENTO DE SI MISMO Y AUTONOMÍA PERSONAL

- Conocer y representar su cuerpo, diferenciando sus elementos y algunas de sus funciones más significativas, descubrir las posibilidades de acción y de expresión y coordinar y controlar con progresiva precisión los gestos y movimientos.
- Reconocer e identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades, preferencias e intereses, y ser capaz de expresarlos y comunicarlos a los demás, respetando los de los otros.
- Lograr una imagen ajustada y positiva de sí mismo, a través de su reconocimiento personal y de la interacción con los otros, y descubrir sus posibilidades y limitaciones para alcanzar una ajustada autoestima.
- Adecuar su comportamiento a las necesidades y requerimientos de los otros, actuar con confianza y seguridad, y desarrollar actitudes y hábitos de respeto, ayuda y colaboración.
- 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.

- Realizar actividades de movimiento que requieren coordinación, equilibrio, control y orientación y ejecutar con cierta precisión las tareas que exigen destrezas manipulativas.
- Descubrir la importancia de los sentidos e identificar las distintas sensaciones y percepciones que experimenta a través de la acción y la relación con el entorno.

### ÁREA DE CONOCIMIENTO DEL ENTORNO

- Observar y explorar de forma activa su entorno y mostrar interés por situaciones y hechos significativos, identificando sus consecuencias.
- Interesarse por los elementos físicos del entorno, identificar sus propiedades, posibilidades de transformación y utilidad para la vida y mostrar actitudes de cuidado, respeto y responsabilidad en su conservación.
- Relacionarse con los demás de forma cada vez más equilibrada y satisfactoria, ajustar su conducta a las diferentes situaciones y resolver de manera pacífica situaciones de conflicto.
- Actuar con tolerancia y respeto ante las diferencias personales y la diversidad social y cultural, y valorar positivamente esas diferencias.

### ÁREA DE LENGUAJES: COMUNICACIÓN Y REPRESENTACIÓN

- Expresar ideas, sentimientos, emociones y deseos mediante la lengua oral y otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación.
- Utilizar la lengua como instrumento de comunicación, representación, aprendizaje, disfrute y relación social. Valorar la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia y de la igualdad entre hombres y mujeres.
- Comprender las informaciones y mensajes que recibe de los demás, y participar con interés y respeto en las diferentes situaciones de interacción social.

- Comprender y responder, de forma verbal y no verbal, a producciones orales en lengua extranjera, asociadas a tareas usuales de aula y con abundante apoyo visual.

La consecución de todos estos objetivos es fundamental para que el alumnado tenga una buena base de conocimientos y así, su desarrollo de habilidades y capacidades sea óptimo a lo largo de su vida. La educación a través de las artes les ayuda a conseguirlo y les dota de habilidades extra para la socialización, creatividad e imaginación. Por otro lado, contribuye al desarrollo de expresiones motoras y verbales.

## 5. INTERVENCIÓN PILOTO

### *UN VIAJE DE EMOCIONES.*

#### *Trabajo de las emociones a través de la expresión plástica.*

##### 5.1 Justificación de la intervención piloto

Presento esta intervención piloto dado que en mis prácticas de tercero de carrera pude observar los numerosos problemas que tenía el alumnado para canalizar y enfrentarse a sus emociones. Realicé mis prácticas con alumnos de primero de infantil, 3 años, dónde aprecié las dificultades que tenían para aceptar sus emociones y saber interpretarlas. Tuve dos casos en concreto donde se veía claramente que no manejaban sus emociones de manera correcta, dando lugar a enfrentamientos con la profesora tutora y los otros niños. Lo que quiero conseguir con el trabajo planteado es que el alumnado sea capaz de identificar, reconocer y aceptar las distintas emociones y desarrollar las habilidades necesarias para la resolución de conflictos tanto internos como externos.

Considero que trabajando la educación emocional desde edades tempranas se puede llegar a conseguir un buen manejo de las emociones y que, a través de estas, pueden resolver los problemas o conflictos que se encuentren a lo largo de la vida.

Por otro lado, no tengo constancia de que los centros escolares tengan proyectos centrados únicamente en el desarrollo de las emociones, de modo que esta fue una de las razones por las que me planteé realizar esta propuesta.

Todos los días en el aula se pueden ver distintas emociones que manifiestan los alumnos, es algo que está a la orden del día, pero muy pocas veces nos paramos a reflexionar sobre

ellas, por esto, en mi propuesta hay muchos espacios para reflexionar y verbalizar sus sentimientos y emociones.

Considero que los maestros debemos conducir al alumno hacía el máximo desarrollo personal. Por consiguiente, la escuela debe de fomentar el máximo progreso personal y de autonomía y favorecer las relaciones internas y externas. Para poder conseguir esto es elemental la correcta interpretación y relación con las emociones; para regularlas y no hacerse daños así mismos ni a los demás.

El trabajo que se presenta a continuación es el planteamiento de una intervención piloto que he llevado a cabo en un aula de infantil con alumnado de 5 años.

El tema principal del proyecto es la canalización de emociones a través de metodologías artísticas en educación infantil. Esto se trabajará a partir de actividades dinámicas y de interés para el alumnado, donde implicarán habilidades cognitivas, emocionales, de adaptación, expresivas y corporales, entre otras.

En primer lugar se presenta un marco teórico donde se explican las principales emociones que se desarrollan en el proyecto y la importancia de trabajar estas desde edades tempranas. También se trata la relevancia de trabajar a partir de metodologías que impliquen las artes para el fomento de la creatividad e imaginación del alumnado.

En segundo lugar se puede observar los objetivos y contenidos que se quieren trabajar en esta propuesta y las actividades que se van a realizar para la consecución de estos. También la temporalización de las actividades, los recursos y metodologías utilizadas para que los alumnos consigan los objetivos marcados por el maestro.

Luego se describe el sistema de evaluación que se aplica tanto con el alumnado como con el docente y, por último, se incorpora un cuerpo de anexos, en el que se detallan las actividades del proyecto junto a imágenes diversas.

## 5.2 Objetivos y contenidos

Los objetivos que he perseguido en todo momento en mi proyecto están ligados al reconocimiento de las emociones, a la identificación de los sentimientos, a crear una imagen ajustada de sí mismos y de los demás, a descubrir los sentidos, a la socialización y a la expresión y comunicación con los demás. Por supuesto, todos estos objetivos están relacionados a su vez con el conocimiento artístico dado a que es el motor de todo el proyecto. Todo esto lo he trabajado a través de actividades donde los niños han sido los protagonistas, han aprendido desde su autonomía y se han divertido.

Los objetivos los he escogido a partir del currículo de infantil y se encuentran desarrollados en el **Anexo II**.

Por otro lado, he propuesto unos objetivos didácticos más específicos y detallados del proyecto. Estos, están ligados a las actividades y son objetivos reales como el reconocimiento de las expresiones faciales de las emociones o canalizar de manera correcta las emociones, entre otros. Véase en **Anexo II**.

Los contenidos que he trabajado están enfocados al aprendizaje personal de cada niño. He desarrollado contenidos específicos del tema que estamos tratando como, por ejemplo: las emociones mediante actividades dinámicas, la motricidad fina y gruesa, el trabajo en equipo y la cooperación, entre otros.

Estos contenidos están enfocados al aprendizaje individualizado de cada niño y a lo que tienen que ir trabajando y mejorando día a día. Véase en **Anexo III**.

### 5.3 Secuencia de actividades

A través de la secuencia de actividades he trabajado las distintas emociones particularmente una a una. El hilo conductor de todo el proyecto es un cuento que he creado llamado *Un viaje revoltoso* (Sandra Prado, inédito) 2020, donde se trabajan las distintas emociones y con el cual hemos hecho distintas tareas para el desarrollo de estas.

#### (Anexo IV)

En primer lugar, empecé con una sesión de presentación, en esta, los niños se fueron familiarizando con las emociones a través del cuento nombrado anteriormente y realicé distintas actividades con él para el trabajo de estas.

En las siguientes cinco sesiones trabajaron las emociones una por una particularmente desarrollando distintas actividades para optimizar sus conocimientos y fomentar sus capacidades artísticas, corporales y musicales.

Las sesiones las realicé en el orden siguiente: la sesión de la ALEGRÍA, la sesión de la TRISTEZA, la sesión del MIEDO, la sesión del ENFADO y la sesión del ASCO.

Por último, la sesión final, fue una recopilación de todas las creaciones que hizo el alumnado en las sesiones anteriores.

A continuación, presento los nombres de las actividades con su orden correspondiente y las explicaciones de las actividades se encuentran en **Anexo V**.



Figura 2: *Sesiones de las emociones*. Fuente: Elaboración propia.

#### 5.4 Recursos: materiales y espaciales

Los **recursos materiales** utilizados en las sesiones son los siguientes: block de dibujo A3, rotuladores de colores, pinturas de colores, cartulinas de colores, papel de seda, folios de colores, cartón, papel continuo, arcilla, pintura de dedos, frascos, cajas de cartón, fotos, canciones, pinceles, pintura para arcilla.

Los **recursos espaciales** utilizados en el proyecto fueron el aula de psicomotricidad para hacer todas las actividades que impliquen el cuerpo, la propia clase de los niños donde se desarrollaron la mayoría de las tareas, los pasillos del colegio donde se fueron colgando los murales y los collage y el salón de actos donde creamos la galería final, exponiendo todos los recursos creados por los niños para que pudiera verlo el resto de alumnado, los profesores del colegio y los padres del alumnado.

#### 5.5 Metodología

La metodología principal utilizada es el trabajo por proyectos.

El aprendizaje por proyectos surge gracias a Gardner y a la teoría de inteligencias múltiples y nos permite que el alumnado desarrolle autonomía para planificar, implementar, ejecutar y evaluar su propio trabajo.

Como decía Gardner (1987),

es de suma importancia que reconozcamos y alimentemos todas las inteligencias humanas y todas las combinaciones de inteligencias. Todos somos tan diferentes en parte porque todos poseemos combinaciones distintas de inteligencias. Si reconocemos este hecho, creo que al menos tendremos más posibilidades de enfrentarnos adecuadamente a los numerosos problemas que se nos plantean en esta vida.

Esta cita define como Gardner da mucha importancia a las distintas capacidades que tiene cada individuo para resolver problemas de la vida cotidiana.

La metodología de trabajo por proyectos prepara al alumnado para la resolución de inconvenientes y obstáculos de la vida cotidiana, aumenta la motivación para la adquisición de conocimientos y mejora las habilidades de investigación, exploración y autoevaluación.

Otras metodologías utilizadas en el proyecto son el ABJ (Aprendizaje Basado en el Juego) que se centra en el aprendizaje lúdico a través de juegos. Esta metodología ayuda a que el alumnado se plantee los objetivos que tienen que conseguir, genere unas ideas de resolución y solucione las incógnitas. Esto se refleja en alguna de las actividades propuestas para la intervención como por ejemplo en la sesión número dos, la sesión de la tristeza cuando juegan al memori con sus propias fotos.

También se desarrolló el aprendizaje cooperativo dado que en alguna actividad tuvieron que realizar las tareas propuestas por parejas o en grupos mixtos y heterogéneos para trabajar de forma orientada y coordinada para cumplir los objetivos fijados.

Por último, trabajamos el Visual Thinking debido a que en algunas actividades el alumnado representó y organizó sus pensamientos e ideas en dibujos o murales.

Otros factores que he tenido en cuenta son la atención a la diversidad y el enfoque globalizador.

La atención a la diversidad ofrece una respuesta a las capacidades, experiencias y necesidad de cada alumno. Esto ofrece al niño las capacidades necesarias para resolver los problemas que se le planteen haciéndole así sentirse eficaz y competente ante las situaciones a resolver. También se sentirá autónomo al poder realizar las distintas tareas propuestas de manera correcta.

Por otro lado, el enfoque globalizador ayuda al niño a interaccionar y utilizar sus capacidades cognitivas, emocionales, relacionales y motrices para la resolución de los conflictos. Con esto, los niños sabrán identificar qué capacidad o capacidades tienen que utilizar en cada momento para resolver los problemas.

## 5.6 Temporalización

La temporalización de las sesiones es la siguiente y las casillas que están señaladas con una X es debido a que no hay actividad en esa sesión.

	Sesión 1	Sesión 2	Sesión 3	Sesión 4	Sesión 5	Sesión 6	Sesión 7
<i>Actividad 1</i>	Cuento emociones	Bailamos la alegría	Asamblea de fotos	Cajiedo	Relajados	Frascascos	Galería final
	20 minutos	20 minutos	20 minutos	20 minutos	15/20 minutos	15/20 minutos	60 minutos
<i>Actividad 2</i>	Caras de las emociones	Creamos la alegría	Arciteza	Mi miedo	¿Enfadados?	Enfrascados	X
	10 minutos	30 minutos	30/40 minutos	20 minutos	30 minutos	30/40 minutos	
<i>Actividad 3</i>	Mural de las emociones	X	X	Collage	X	X	X
	30 minutos			20 minutos			
<i>Tiempo total de sesión</i>	60 minutos	50 minutos	50/60 minutos	60 minutos	50 minutos	50/60 minutos	60 minutos

Figura 3: *Temporalización*. Fuente: Elaboración propia.

## 5.7 Evaluación

La evaluación de la intervención piloto fue continua, formativa y global junto con directa y sistemática. Esta evaluación estuvo centrada en primer lugar, la adquisición de los conocimientos por parte del alumnado y en segundo lugar, la propia propuesta del docente.

Me centré en primer lugar en la evaluación del alumnado. Por ello, realicé una evaluación inicial para observar los conocimientos emocionales que manejan estos. Esta evaluación fue antes de poner en práctica la propuesta de intervención.

Por otro lado, realicé una evaluación continua donde observé de manera activa al alumnado realizando las distintas actividades propuestas y cumplimenté una tabla de observación al final de cada sesión. Los puntos a evaluar en cada sesión fueron diferentes debido a que cada día está destinado a desarrollar unos objetivos distintos.

En último lugar, llevé a cabo una evaluación final donde registré en una tabla de observación si se ha cumplimentado o no los objetivos de la propuesta de intervención de manera global, abarcando toda la propuesta.

### 5.7.1 Criterios de evaluación.

Los criterios de evaluación recogidos por el decreto 122/2007 que he tenido en cuenta a la hora de realizar mi evaluación son:

1. Área de conocimiento de sí mismo y autonomía personal:
  - Identificar, nombrar y diferenciar las distintas partes de su cuerpo, las de los otros y representarlas en un dibujo.
  - Identificar ciertas secuencias temporales de una acción.
  - Reconocer los sentidos e identificar las distintas sensaciones y percepciones que puede experimentar con ellos.
  - Confiar en sus posibilidades para realizar las tareas encomendadas, aceptar las pequeñas frustraciones y mostrar interés y confianza por superarse.
  - Mostrar actitudes de ayuda y colaboración.
  - Aceptar y respetar las reglas del juego establecidas para cada situación.
  - Reconocer las situaciones de peligro y actuar adecuadamente ante ellas.

2. Área de conocimiento del entorno:

- Manipular de forma adecuada objetos del entorno y reconocer sus propiedades y funciones.
- Actuar con respeto y colaborar en el mantenimiento de espacios limpios y cuidados.
- Interesarse por otras formas de vida social del entorno, respetando y valorando la diversidad.
- Analizar y resolver situaciones conflictivas con actitudes tolerantes y conciliadoras.

3. Área de Lenguajes: Comunicación y Representación:

- Comunicar por medio de la lengua oral sentimientos, vivencias, necesidades e intereses.
- Escuchar con atención y respeto las opiniones de los demás.
- Relatar o explicar situaciones, hechos reales, razonamientos, tareas realizadas e instrucciones de forma clara y coherente.
- Explicar y escuchar planes, propuestas de trabajo, proyectos, etc. y participar en ellos con interés.
- Comunicar sentimientos y emociones espontáneamente por medio de la expresión artística.
- Dibujar escenas con significado y describir el contenido.

#### 5.7.2 Instrumentos de evaluación

El instrumento principal utilizado en la evaluación de la intervención son tablas de observación que como ya he dicho anteriormente, se utilizó una tabla por cada sesión para evaluar los conocimientos adquiridos (**Anexo VI**). En estas tablas, se evaluaron ítems cómo: refleja con creatividad e imaginación las distintas emociones, expresa verbalmente como se siente o muestra buen manejo de la motricidad fina con la arcilla.

Al final de la propuesta se utilizó otra tabla global para evaluar la consecución de los objetivos con ítems como: canaliza las emociones de manera correcta, expresa verbalmente sus emociones o identifica y reconoce las diferentes emociones. (**Anexo VII**)

He visto necesario la realización de tablas específicas por cada sesión debido a que en cada una de ellas se tratan contenidos y aspectos concretos de las emociones.

### 5.7.3 Autoevaluación del docente

Para evaluar la propuesta de intervención y mi papel como docente, he utilizado un cuestionario donde me he preguntado aspectos relacionados con la consecución de los objetivos de la propuesta y el aprendizaje de los alumnos. Algunos ítems que voy a evaluar son: ¿He comprobado que el alumnado comprendía mis explicaciones?, ¿Las actividades han resultado de interés para el alumnado, o ¿Cuándo un alumno ha presentado dificultades, he investigado sobre cuál era la causa? entre muchos otros. (**Anexo VIII**)

Es muy importante evaluarme como profesora y evaluar la propuesta para obtener datos que me puedan servir para restablecer aspectos, adaptar actividades y mejorar la propuesta de intervención para realizaciones futuras.

## 5.8. Conclusiones de la intervención piloto

Para concluir este proyecto, he realizado un análisis de la intervención piloto y he llegado a las siguientes conclusiones.

### **Conclusión 1: El proyecto favorece la expresión de las emociones.**

A través de esta intervención piloto he comprobado que el alumnado alcanza la expresión de las emociones. A través del hilo conductor que es el cuento de las emociones, y mediante las actividades lúdicas donde el alumnado es protagonista de su aprendizaje, poco a poco, han ido expresando sus emociones o sentimientos, ya sea de manera verbal o través del arte debido a que hay muchos espacios en la propuesta donde pueden parar la vida frenética que llevamos día a día y pensar en lo que les pasa cuando están enfadado, tristes, etc.

Es fundamental la expresión oral de las emociones y, como señala (Montero, 2003) recogido por Francisco, Gervás y Hervás (2005), es necesario que el alumnado escuche

previamente los distintos estados de ánimo o los sentimientos para después poder interiorizar e imitar los mismos, por ello, me pareció fundamental utilizar una narrativa como hilo conductor durante todo mi proyecto.

**Conclusión 2: Es fundamental la incorporación de actividades dinámicas y de autorrealización para un aprendizaje completo del alumnado.**

En segundo lugar, me parece muy importante incluir actividades dinámicas, donde los niños se lo pasen bien y consigan autorregular su aprendizaje. Mi propuesta didáctica tiene como base que los niños pasen un buen rato haciendo las actividades, pero que también sean los protagonistas de su aprendizaje y vaya cada alumno a su ritmo. Es fundamental que en educación infantil se desarrolle la educación integral, respetando la evolución global del niño y teniendo en cuenta su esfuerzo y el progreso. Como señala Piaget, recogido por Zevallos (2019), el alumnado de educación infantil se encuentra en la etapa simbólica, una fase de egocentrismo en la que quieren y necesitan realizar las actividades de manera autónoma, de carácter personal y, también imaginativas para la expresión de sus emociones y sentimientos.

**Conclusión 3: El proyecto prioriza el reconocimiento de las propias emociones y las emociones de los otros.**

En tercer y último lugar concluyo que es fundamental el reconocimiento de las propias emociones y las emociones de los demás. Por esto, creo que es fundamental que se empiece a enseñar desde edades muy tempranas para que después el alumnado tenga un buen desarrollo psicológico y pueda resolver conflictos de manera autónoma. Alonso Jeta (1998) remarca que la percepción o canalización de las emociones propias o las de los demás actúan constantemente en nuestra personalidad. Estas capacidades son las que necesitamos para disfrutar de las relaciones con los demás y tener confianza en nosotros mismos. Esta autora señala como estos aspectos se van forjando a lo largo de la vida y que, por ello, es primordial profundizar en ellos y en la construcción social de los niños dado a que es muy importante para su formación integral.

#### **Conclusión 4: La propuesta de intervención proporciona habilidades para un manejo adecuado de las emociones.**

Tras analizar el proyecto desde el marco teórico hasta la intervención piloto, veo necesaria la enseñanza del manejo de las emociones desde edades muy tempranas.

Considero que la intervención piloto que he realizado fomenta el manejo de las emociones dado a que las actividades están enfocadas a que interpreten y verbalicen las emociones; considero que esto es un buen comienzo para que en un futuro el alumnado maneje de manera total las emociones.

Opino que en las primeras edades debemos de empezar a introducirles las emociones; cómo se llaman, qué nos sucede cuando sentimos esas emociones y cómo podemos gestionar las mismas.

Las emociones están abiertas a una gran cantidad de interpretaciones, por ello he querido realizar las actividades desde una interpretación libre, donde los niños sean quienes representen como quieran o como consideren adecuado las emociones.

La adecuada expresión y resolución de las emociones puede ayudar a mitigar las situaciones estresantes. También, la expresión de las emociones evita que el estrés se vuelva crónico.

Por esto último, creo que iniciando a los niños en el manejo adecuado de las emociones les ayudaremos a reducir situaciones problemáticas o de estrés, dando lugar así a personalidades y pensamientos mucho más claros y adecuados.

#### **Conclusión 5: Es imprescindible que una maestra de infantil se reinvente.**

Estamos viviendo una situación de incertidumbre, de miedo, de caos... Tras experimentar una pandemia mundial, un confinamiento y, un desconfinamiento, todos nos hemos tenido que adaptar a las nuevas medidas COVID. Los colegios no son una excepción, por consiguiente, he tenido que readaptar algunas actividades para hacer posible su desarrollo. El alumnado no puede mover entre su casa y el colegio, ni a casa material de aula; por tanto, he tenido que realizar yo todo el material inicial, como *la caja de los miedos* o *el frasco de los ascos*. También adapté el masaje *infantil* dado a que en una idea inicial iba a ser en la cara, pero finalmente decidí que fuera en las manos, dado a que tras realizarlo se echaron gel hidroalcohólico y no pasó nada.

Como señala Massa (2020), la infancia ha sido la gran silenciada a la hora de hablar de la pandemia, nadie ha tenido en cuenta los efectos que podía conllevar todo lo vivido tanto en aspectos afectivos, familiares o de salud mental. Todo esto ha afectado a los

niños a la hora de crear un mecanismo de reactivo-adaptativo pero, a su vez, en algunos casos, esto ha sido un desencadenante a algún tipo de trauma como estar agazapado por el COVID-19.

#### Limitación:

Para terminar, quiero señalar una limitación que me he encontrado a la hora de realizar el análisis de mi proyecto y es que podría haber incorporado más actividades corporales a lo largo de este. Pienso que me he centrado tanto en basar todas las actividades en la expresión plástica, y trabajaran mucho a través de las manos para fomentar su expresión y el desarrollo de la motricidad fina, que he dejado un poco de lado la expresión corporal. Creo que podría modificar alguna actividad para que se movieran. Como señalan Vaca, Fuentes y Santamaria (2013) es necesario que dentro del horario escolar los niños tengan momentos de movimiento, lo que llamamos cuñas motrices. Señalan que atendiendo a los aspectos biológicos estas cuñas ayudan a los alumnos a estar más disponibles y con mayor capacidad de implicación en las tareas escolares que se les proponen.

#### 5.9 Informe de la intervención piloto llevada a la práctica

Tras llevar a cabo mi intervención piloto en un aula real con niños de cinco años, llego a la conclusión de que hay emociones que el alumnado considera como buenas y otras como malas, lo que he reflejado en el marco teórico de este trabajo como emociones positivas y negativas según Goleman (1996) y Bisquerra (2009).

En todo momento he hecho ver al alumnado que es necesario sentir todo tipo de emociones y que está bien estar triste o enfadado, pero que hay que aprender a canalizar esos sentimientos.

En las sesiones que he realizado a lo largo de mis prácticas les he enseñado a calmarse cuando están enfadados, a pensar en positivo cuando sienten mucha tristeza, a enfrentarse a sus miedos y a afrontar sus ascos. Con esto, he conseguido que cuando se enfaden con sus compañeros no se griten ni se frustren, que cuando estén tristes busquen soluciones ellos solos para estar más contentos y que cuando sientan mucho miedo no se bloqueen y sigan adelante. Concretamente en la sesión del enfado pude ver cómo, después de provocarles una situación en la que se enfadarán, llegaron a la calma total con el masaje

de manos en parejas. Esto les ayudará cuando tengan un problema en su futuro, para que no se frustren y se relajen con el fin de encontrar la mejor solución.

Con todo esto, he podido evaluar las actividades y comprobar que todos mis planteamientos eran acertados y, por tanto, he conseguido los objetivos marcados en la propuesta.

Por otro lado, en las emociones del miedo y de la tristeza pude examinar cómo había alumnos que no querían sentir, se negaban a sentir tristeza o no tenían miedo a nada cuando compartían información en gran grupo, esto se debe a que no quieren mostrar sus debilidades antes los demás, esto, si no se radica desde infantil, puede llegar a convertirse en una coraza de sentimientos que en un futuro será muy difícil suprimir y a ese alumno o alumna le será muy complicado llegar a compartir con los demás sus emociones.

Hubo un alumno que llamó mi atención dado a que el no mostraba nunca sus emociones negativas y, sin embargo, a la hora de realizar las actividades manipulativas y artísticas sí las desarrollaba de manera muy favorable, expresándose y haciendo ver sus sentimientos. Con esto refuerzo mi afirmación anterior de que el arte es fundamental para la expresión de emociones y sentimientos a todas las edades, pero sobretodo en la infancia.

Tras estas sesiones he podido observar como a muchos alumnos les cuesta mucho mostrar sus sentimientos y cuando les preguntas no te contestan o te dicen lo mismo que el anterior. También destaco que en algunas actividades se dejaban llevar por lo que hicieran sus amigos y no por lo que sintieran ellos realmente. Seguían al líder del grupo o al que más llamaba la atención.

Todo esto puede radicar en conflictos internos, en no entenderse ni uno mismo y en no saber cómo solucionar sus propias emociones. Por esto, veo fundamental el trabajo de las emociones desde la educación infantil para un buen desarrollo afectivo-emocional.

## 6. CUMPLIMIENTO DE LOS OBJETIVOS GLOBALES DEL TRABAJO

Por último, centrándome en los objetivos globales del trabajo considero que he conseguido todos o la gran mayoría de estos.

El objetivo general de desarrollar la expresión y el reconocimiento de las emociones principales en alumnado de educación infantil está implícito a lo largo de todo el trabajo, tanto en el marco teórico como en la propuesta de intervención, donde se observan

actividades y espacios donde el alumnado reflexiona y expresa sobre sus emociones y sobre las emociones de los demás.

El objetivo específico de investigar los distintos modelos de educación y la inteligencia emocionales, está reflejado en el marco teórico y me ha permitido profundizar en la educación emocional dotándome así de los conocimientos necesarios para tener la capacidad de escoger que modelo de educación emocional me conviene más o es más a fin a mis criterios y a mis habilidades como maestra.

Los objetivos específicos de desarrollar distintas actividades para la expresión correcta de las emociones e identificar y adquirir los conocimientos necesarios para la canalización de las emociones, lo planteo a lo largo de la propuesta de intervención con unas quince actividades todas dinámicas y diferentes, donde se puede observar que todas ellas están enfocadas a la expresión de las emociones a través de realizaciones artísticas y la verbalización de estas para la posterior gestión e interpretación adecuada.

Y, por último, los objetivos específicos de generar una propuesta de intervención adecuada para llevarla a cabo en un aula de educación infantil y proponer una propuesta de intervención basada en el aprendizaje a través de metodologías artísticas, están reflejados en la propuesta de intervención. La propuesta está adecuada a edades de 4 a 5 años y se basa en la realización de actividades artísticas que fomentan la creatividad y la imaginación de manera lúdica y divertida, donde los niños pasen un buen rato y aprendan reflexionando ellos mismo y escuchando a los demás.

Por todo esto, como he dicho al principio he alcanzado los objetivos propuestos en mi Trabajo de Fin de Grado, el cual me ha ayudado a entender la educación emocional de una manera mucho más amplia y a ser capaz de crear un proyecto de emociones que se puede llevar a cabo en un aula real de educación infantil.

## 7. CONCLUSIONES FINALES DEL TFG

A continuación, se muestran las conclusiones finales del proyecto extraídas a partir de un análisis basado en la reflexión y observación mediante la realización del mismo. Además, se recoge la limitación más llamativa que me he encontrado a la hora de realizar este trabajo. Por último, se encuentran la consecución de los objetivos donde argumento si se han logrado o no y de que manera están reflejados a lo largo del trabajo.

## **CONCLUSIÓN 1: ES IMPRESCINDIBLE INCORPORAR LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LAS AULAS**

Empezando a concluir este trabajo, veo fundamental y necesaria la educación emocional en las aulas. Considero que debería de haber proyectos de educación emocional en los colegios a todas las edades y sobre todo empezando por educación infantil. Es necesario que los alumnos obtengan una base emocional para su óptimo desarrollo futuro.

Según Cassá (2005) es elemental educar emocionalmente dado que se parten de las actitudes afectivas, que en edades tempranas están mucho más acentuadas, para fomentar en el niño una simbiosis entre el pensamiento, la emoción y la acción, afrontando los problemas sin que se vea afectada su autoestima.

Por otro lado, si el alumnado sabe manejar las emociones y canaliza de manera adecuada respetando sus emociones y las de los demás tendrá las capacidades imprescindibles para las relaciones sociales. Goleman (1996) recalca que el reconocimiento de las propias emociones es el alfa y el omega de la competencia emocional.

## **CONCLUSIÓN 2: LA ENSEÑANZA ARTÍSTICA FAVORECE LA EXPRESIÓN DE EMOCIONES**

En la primera infancia es donde los niños son libres de expresión y se expresan sin ningún condicionamiento. El arte es un gran vínculo con la expresión de emociones y sentimientos dado a que les permite jugar e interpretar las emociones de la manera que ellos creen correcta. Semedo y Fontal (2017) argumentan que la incorporación de objetos relacionados con los museos o con aspectos artísticos facilitan la estructuración de la identidad del ser humano y de la sociedad. El arte fomenta la creatividad, la imaginación, la sensibilidad, la comunicación y aumenta la concentración y la expresión de sus inquietudes, miedos, gustos...

He realizado mi proyecto partiendo de una base artística dado a que considero que a través del arte es más fácil llegar a conectar con las emociones y sentimientos del alumnado. Los niños son más libres a la hora de expresarse y este sentimiento hará más fácil la interpretación y verbalización de las emociones.

Estévez y Rojas (2017) recogido por Zevallos (2019) exponen que la educación artística desarrolla el pensamiento, y con esto la productividad y creatividad; así mismo las actividades y expresiones artísticas están relacionadas con la socialización de los niños fortaleciendo los vínculos afectivos.

Por esto último, he visto correcto realizar mi proyecto basándome en aspectos artísticos donde los niños interpreten y se expresen de la manera que ellos quieran; fomentando la creatividad e imaginación en cada una de las actividades y dejándoles espacios donde pueden reflexionar sobre sus emociones para después canalizarlas y saber interpretarlas.

### **CONCLUSIÓN 3: ES PRIMORDIAL ESTABLECER VÍNCULOS CON LAS EMOCIONES Y LOS SENTIMIENTOS DESDE EDADES TEMPRANAS**

Tras haber realizado un análisis exhaustivo de las emociones y sentimientos realizando este trabajo, concluyo diciendo que es muy importante que los niños y niñas de las aulas de infantil creen vínculos con estos.

Si desde edades tempranas los maestros les enseñamos a vincular sus sentimientos con las emociones, sabrán en todo momento que les pasa, que sienten o que les sucede y no habrá cabida a la incertidumbre o duda.

Como señalan Buitrón y Talavera (2008), los docentes tienen que ser agentes de desarrollo de la inteligencia emocional facilitando así la formación integral de los alumnos. Para esto, es fundamental que vinculen los sentimientos con las emociones favoreciendo la construcción y el reforzamiento de valores. Por tanto, enseñarán a llevar vidas emocionalmente más saludables. Debemos educar emocionalmente bien para llevar a cabo un desarrollo planificado y sistemático de habilidades de autoconocimiento, autocontrol, empatía, comunicación e interrelación.

### **CONCLUSIÓN 4: LA INCORPORACIÓN DEL ARTE EN LA PRIMERA INFANCIA ES ESENCIAL PARA UN DESARROLLO DEL APRENDIZAJE MÁS COMPLETO**

A lo largo de todo mi trabajo he reafirmado lo importante que es incorporar el arte y la educación artística desde la primera infancia. Defiendo desde mis creencias la necesidad de incorporar actividades artísticas en las aulas de infantil para aumentar el desarrollo motor, emocional y de habilidades cognitivas.

Son numerosos estudios los que demuestran que alumnado con conocimientos en educación artística manifiestan habilidades cognitivas, competencias emocionales y creatividad en mayor medida. Zevallos (2019) recoge que Estévez y Rojas (2017) argumentan que la educación artística desarrolla el pensamiento del alumnado y esto a su vez aumenta la productividad y la creatividad; así mismo, las actividades y expresiones

artísticas están relacionadas con la socialización de los niños fortaleciendo los vínculos afectivos.

Por tanto, la educación artística sirve como puente para un desarrollo más íntegro del pensamiento, la socialización y la personalidad de los individuos.

### **CONCLUSIÓN 5: ES NECESARIO BASAR EL APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS EN ACTIVIDADES LÚDICAS Y DINÁMICAS**

Para terminar mis conclusiones, quiero destacar la importancia de que los niños aprendan a través de actividades dinámicas y lúdicas, donde se fomente el movimiento y que se priorice que los niños se diviertan y pasen un buen rato.

Muchos estudios demuestran que cuando educas a los niños desde la diversión, fomentando la creatividad y la imaginación, están más predispuestos a la consecución de objetivos e interiorización de conocimientos.

Magdalena (2017) recoge que las actividades lúdicas potencian el desarrollo de habilidades cognitivas de los estudiantes de primera infancia. Argumenta que según Vigotsky las actividades con estas características aproximan al alumnado a la zona de desarrollo próximo y ayudan a evolucionar las habilidades del pensamiento. Es fundamental que la enseñanza de conocimiento fomente el desarrollo de las habilidades cognitivas dado que estas permiten al alumno adquirir, retener y recuperar conocimientos y son entendidas como capacidades de representación selección y autodirección para los individuos.

Solo cuando se aprende a percibir las señales emocionales, a categorizarlas y aceptarlas, es posible dirigir las y canalizarlas adecuadamente sin dejarse arrastrar por ellas.

Para Goleman (1996) el conocimiento de uno mismo y de los sentimientos propios es la piedra angular de la inteligencia emocional; por ello, las maestras de infantil debemos dotar a los niños de habilidades y pilares emocionales para que comprendan e identifiquen las emociones, haciéndoles así ser conscientes de lo que sienten y de los efectos de las emociones.

## 8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguaded Gómez, M.C. & Valencia, J. (2017) *Estrategias para potenciar la inteligencia emocional en educación infantil: aplicación del modelo de Mayer y Salovey*. *Tendencias pedagógicas N°30*. Universidad de Huelva.
- Alonso Jeta, P.M. (1998) *El desarrollo emocional infantil (0-6 años) Pautas de educación*. Ponencia presentada en el congreso de Madrid Diciembre-98.
- Bernal Vázquez, J. & Calvo Niño, M.L. *Didáctica de la música. La expresión musical en educación infantil*. Ediciones Aljibe.
- Berrocal, E. & Pacheco, N. (2005) *La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Salovey y Mayer*. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*. Universidad de Málaga.
- Bisquerra, R. (2000) *Educación emocional y bienestar*. *Barcelona Praxis*.
- Bisquerra, R. (2011) *Educación emocional*. Universidad de Barcelona.
- Bisquerra, R. (2016) *Universo de las emociones. La elaboración de un material didáctico*. Universidad de Barcelona.
- Bisquerra, R. & Paniello, S. (2017) *Psicología positiva, inteligencia emocional y programa de aulas felices*. Universidad de Barcelona. CIFE Juan de Zaragoza.
- Buitrón, S.B., & Talavera, P. N. (2008). El docente en el desarrollo de la inteligencia emocional: reflexiones y estrategias. *Revista digital de investigación en docencia universitaria*. Universidad peruana de ciencias aplicadas.
- Cassá, L. E. (2005) *La educación emocional en educación infantil*. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*. Ediciones Universidad de San Jorge.
- De educación C. (2007) Decreto 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo de educación infantil en la comunidad de Castilla y León. BOCyL (02/01/2008)
- Francisco, V., Gervás, P. & Hervás, R. (2005) Análisis y síntesis de expresión emocional en cuentos leídos en voz alta. *Procesamiento del lenguaje natural*, (35) 293-300. *Sociedad española para el Procesamiento del Leguaje Natural Jaén, España*.
- Gardner, H. (1987) *Fundamentos de la teoría de las inteligencias múltiples*. Santiago de Chile. *Instituto construir*.
- García-Fernández M. & Giménez-Mas S. I. La inteligencia emocional y sus principales modelos: propuesta de un modelo integrador. *Espiral. Cuadernos del profesorado*. 3(6), 43-52. Almería.
- Goleman, D. (1996) *La inteligencia emocional*. Barcelona: Kairos.

González, C. S. G. (2014) Estrategias para trabajar la creatividad en la Educación superior: pensamiento de diseño, aprendizaje basado en juegos y en proyectos. *Revista de Educación a Distancia. Universidad de Murcia.*

Hernández, M.A. (2020) Principios que orientan nuestra práctica e implicaciones en los procesos de aprendizaje. *Análisis de prácticas y diseño de proyectos (EFI). Universidad de Valladolid.*

Magdalena, J. (2017) *Actividades lúdicas como estrategias del desarrollo próximo según Vigotsky y su influencia en las habilidades cognitivas de los estudiantes de educación inicial de la escuela de educación básica "Miguel de Cervantes". Bachelor's thesis, Babahoyo.*

Massa, J.L.P. (2020) Salud mental y COVID-19 en la infancia y adolescencia: visión desde la psicopatología y la salud pública. *Revista Esp Salud Pública*, 94 (16), 17.

Ortega, P. (2010) *La expresión corporal en Educación Infantil. Revista innovación y experiencias educativas. N°35. Universidad politécnica de Valencia.*

Pescador, J. (2005) *La educación emocional una revolución pendiente. Presentación de la reedición del número 54 de la RIFOP.*

Semedo, A & Fontal, O. Objetos y museos. Bibliografías, relatos y vínculos de identidad. *Call for paper Revista MIDAS N8. Universidad de Valladolid, do Porto y País Vasco.*

Vaca, M., Fuentes, S. & Santamaria, N. (2013) *Cuñas motrices en la escuela infantil y primaria. Universidad de Valladolid.*

Zevallos, D. (2019) *El arte infantil como vía de comunicación y expresión para canalizar las emociones en niños de 4 a 5 años. Universidad casa grande.*

# **ANEXOS**

## 9. ANEXOS

### ANEXO I

UNIVERSO DE LAS EMOCIONES										
EMOCIONES NEGATIVAS					EMOCIONES NEGATIVAS			EMOCIONES AMBÍGUAS		
Asco	Miedo	Ira	Tristeza	Ansiedad	Alegría	Amor	felicidad	Sorpresa	Emociones sociales	Emociones estéticas
aversión	Temor	Rabia	Depresión	angustia	entusiasmo	aceptación	bienestar	asombro	vergüenza	obras de arte
repugnancia	Horror	Cólera	frustración	desesperación	diversión	afecto	paz	sobresalto	culpabilidad	belleza
rechazo	Pánico	rencor	decepción	inquietud	placer	cariño	placidez	admiraación	timidez	
desprecio	Terror	odio	aflicción	estrés	estremecimiento	empatía	gozo	confusión	pudor	
	Pavor	furia	desaliento	preocupación	alivio	interés	dicha	inquietud	recato	
	Desasosiego	tensión	desgana	anhelo	regocijo	gratitud	armonía	impaciencia	sonrojo	
	Susto	acritud	decepción	deshazón	éxtasis	compasión	equilibrio	deconcierto	rubor	
	Fobia	envidia	preocupación		humor	veneración	satisfacción	perplejidad	etc	
	etc	etc	etc		etc	etc	etc	etc		

Materia oscura

FENÓMENOS ADVERSOS

### GRANDES CONSTELACIONES

Figura 4: Fuente: elaboración propia.

### ANEXO II

Los objetivos del currículo que voy a trabajar a lo largo de mi proyecto son:

- Reconocer e identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades, preferencias e intereses, y ser capaz de expresarlos y comunicarlos a los demás, respetando los de los otros. (Área conocimiento de sí mismo y autonomía personal)
- 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. (Área conocimiento de sí mismo y autonomía personal)

- Descubrir la importancia de los sentidos e identificar las distintas sensaciones y percepciones que experimenta a través de la acción y la relación con el entorno. (Área conocimiento de sí mismo y autonomía personal)
- Relacionarse con los demás de forma cada vez más equilibrada y satisfactoria, ajustar su conducta a las diferentes situaciones y resolver de manera pacífica situaciones de conflicto. (Área de conocimiento del entorno)
- Expresar ideas, sentimientos, emociones y deseos mediante la lengua oral y otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación. (Área de lenguajes: expresión y comunicación)
- Utilizar la lengua como instrumento de comunicación, representación, aprendizaje, disfrute y relación social. Valorar la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia y de la igualdad entre hombres y mujeres. (Área de lenguajes: expresión y comunicación)
- 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. (Área de lenguajes: expresión y comunicación)

Los objetivos didácticos que quiero conseguir a lo largo de mi proyecto son:

- Reconocer las distintas expresiones faciales de las emociones a través de la realización de actividades apoyadas en el hilo conductor de la propuesta, el cuento.
- Canalizar las emociones de manera correcta poniendo al alumnado en situaciones de reflexión y de superación personal.
- Identificar las emociones de alegría, tristeza, miedo, asco y enfado; trabajándolo específicamente en cada sesión de trabajo.
- Reconocer las emociones y sentimientos ayudándoles con actividades de reflexión personal e interiorización a través de diferentes situaciones.
- Expresar de manera verbal como se sienten dejando a cada alumno su momento de protagonismo para comunicarse con los demás.
- Trabajar las distintas emociones a partir de actividades lúdicas como montar sus cajas de los ascos o exponer sus creaciones en la galería final de las emociones.

- Desarrollar la motricidad fina y gruesa con actividades como el mural de las emociones donde pintan con los dedos, el baile de la alegría o el trabajo con la arcilla.

### **ANEXO III**

Los contenidos que trabajo con esta intervención piloto son:

- Las emociones mediante todas las actividades que van a realizar. En un principio de manera más general pero después, específicamente desarrollarán cada emoción.
- Motricidad fina y gruesa mediante distintas actividades que involucran el cuerpo y la coordinación; y a través de habilidades motoras de las mano y dedos.
- Trabajo en equipo y socialización dado que muchas actividades las tendrán que desarrollar todos juntos cooperando o por parejas, donde se tendrán que comunicar con los demás para poder trabajar de manera adecuada.
- Colores debido a que cada casa de las emociones tiene colores diferentes, esto, lo trabajaremos mediante el cuento.
- Canalización de las emociones mediante la presentación al alumnado de distintas emociones y situaciones donde reflexionen e interioricen sus sentimientos.
- Imitación de expresiones faciales de la alegría, tristeza, enfado, asco y miedo como se presenta en el cuento.
- Competencias emocionales por medio de tiempos y espacios de reflexión personal y de puesta en común con el resto de los compañeros.
- Reflexión, tanto personal como grupal, sobre las distintas emociones, dado a que en cada sesión tienen el momento de expresar sus sentimientos y el momento de escuchar a los demás sus reflexiones.
- Escucha debida a los momentos de asamblea donde tienen que estar en silencio y atender a sus compañeros.

## **ANEXO IV (CUENTO DE EMOCIONES)**

### Historia del cuento

¡Hola! Yo soy Mike, algunos días me despierto muy raro y no sé qué me pasa, no sé si reír o llorar.

El otro día fui a visitar a mi amigo Jaime, que es psicólogo y me dijo ¿tus emociones están un poco revoltosas no? ¿por qué no hacemos un viaje un tanto especial? Prepara las maletas.

Una vez en el tren, Jaime me dijo que íbamos a visitar el misterioso mundo de las emociones.

Nuestra primera parada fue La casa de la alegría. La casa de la alegría es muy colorida, el sol lo ilumina todo y se escucha música tan divertida que solo te entran ganas de bailar. Cuando entras en la casa de la alegría te llenas de energía y no paras de reír todo el día.

La siguiente parada... la casa de la tristeza, en la casa de la tristeza no hay muchos colores y todo está en silencio. Cuando entras en la casa de la tristeza todo te da pereza y en ocasiones se te cae alguna lagrimita por las mejillas.

Seguimos por el viaje y llegamos a la casa del miedo. La casa del miedo es de un solo color y se oyen ruidos muy bajitos. Cuando entras en la casa del miedo, te entra un escalofrío por todo el cuerpo y quieres hacerte pequeño.

Casi en el final de nuestro viaje llegamos a la casa del enfado. La casa del enfado es de colores muy fuertes y se escucha una música muy alta y desagradable. Cuando entras en la casa del enfado estás con el ceño marcado y lo que oyes y ves no te gusta demasiado.

La última casa es la casa del asco. La casa del asco tiene colores muy raros, hay bichitos por la puerta y sale un olor muy malo. Cuando entras a la casa del asco, te sientes extraño y no estás muy entusiasmado.

Terminamos nuestro viaje y en el tren volviendo a casa me dijo Jaime que a lo largo de nuestra vida pasamos por todas las casitas en las que hemos estado y nos ayudarán a vivir miles de aventuras todos los días.

¿Sabéis una cosa...? El viaje fue muy chulo y ahora estoy mucho más tranquilo.

Imágenes del cuento

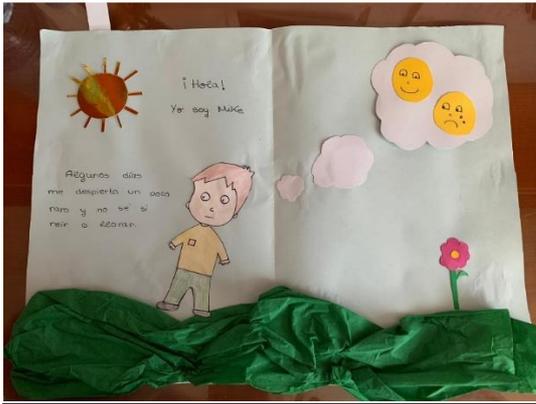


Imagen 1



Imagen 2



Imagen 3



Imagen 4

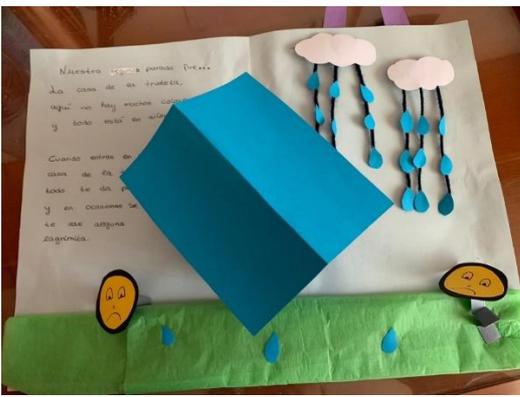


Imagen 5

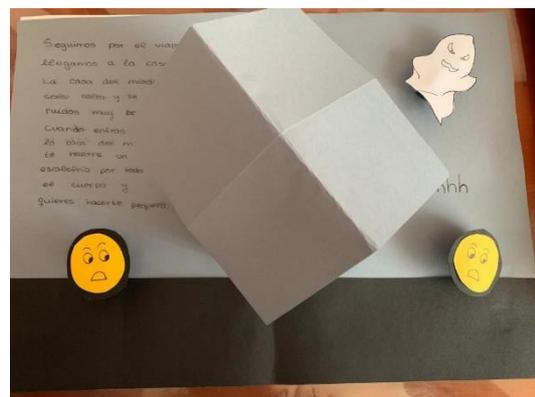


Imagen 6



Imagen 7



Imagen 8



Imagen 9

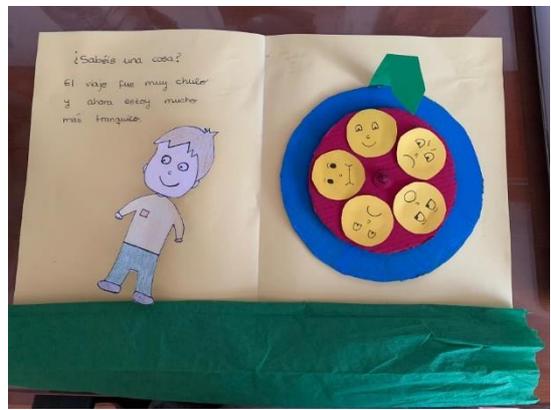


Imagen 10

## **ANEXO V (EXPLICACIÓN DE LAS ACTIVIDADES)**

En todas las sesiones se hará fotos a los niños realizando la expresión facial de la emoción que se esté trabajando ese día para hacer en la galería final una colección de retratos.

### **Sesión 1**

Se cuenta el cuento en la asamblea y tras esto les hace a los niños preguntas del tipo: ¿Cómo te sientes hoy? ¿qué piensas cuando estás enfadado? ¿Cuándo te sientes triste que te apetece hacer?...

Tras estas preguntas, se reflexiona con ellos un tiempo, pero siempre en torno al cuento, es decir, si hablamos de la tristeza, los niños visualizan la página del cuento que tiene la

tristeza, si hablamos del miedo, los niños verán en todo momento la página del miedo para que vayan relacionando cada emoción con su expresión facial.

El siguiente momento es jugar a las “caras de emociones”, esta actividad trata de hacer girar la ruleta de la última hoja del cuento y tienen que representar la expresión facial que señale la flecha.

Cada vez se levanta un niño y tira de la ruleta, así trabajo el momento personal con cada niño en el cual se siente protagonistas y también trabajo el movimiento corporal, dado a que se tienen que levantar a tirar de la ruleta. Con esta actividad, fomento un ambiente de concentración e interés ya que lo van a hacer todos y están atentos para ver cuando les toca.

Por último, se pone en el suelo papel continuo y con pintura de dedos haremos un mural de emociones. Cada niño pinta una cara, la que el niño quiera y como él quiera para fomentar su creatividad e imaginación. Después se cuelga en la clase y se comentan todas las caras para que cada niño tenga tiempo de expresar lo que ha pintado y porque lo ha hecho de esa manera.



*Imagen 11*



*Imagen 12*

## Sesión 2

En esta segunda sesión trabajé la alegría a través de dos actividades.

En primer lugar, trabajé con la página del cuento que trata de la alegría y haré distintas preguntas al alumnado como ¿Qué notas cuando estás alegre? ¿Qué situaciones te provocan este sentimiento? ¿Hacer actividades diferentes como bailar te crea alegría?

Tras una pequeña asamblea en la que se plateará el baile como forma de expresión, llevé a cabo la actividad de bailamos la alegría, esta actividad la realicé en el aula de psicomotricidad y trató de bailar canciones alegres. Los niños escucharon distintas músicas y se movieron como ellos quisieron.

Les puse canciones tanto alegres como tristes para que comparando se den cuenta de que es lo que les provoca las canciones alegres. Tras jugar y bailar, se hizo una reflexión de lo que han sintieron tanto bailando canciones alegres como tristes, pero nos centramos en los aspectos relacionados con la alegría.

Después de esto realizaremos la actividad de creamos la alegría, esta trata de crear una coreografía para una canción que trabaje la alegría que será el Himno de la alegría ([https://www.bing.com/videos/search?q=cancion+de+alegria+infantil% c3% b1&docid=608043541428046236&mid=DB401F49E2A6F1C629A7DB401F49E2A6F1C629A7&view=detail&FORM=VIRE](https://www.bing.com/videos/search?q=cancion+de+alegria+infantil%c3%b1&docid=608043541428046236&mid=DB401F49E2A6F1C629A7DB401F49E2A6F1C629A7&view=detail&FORM=VIRE)). Con esto, se trabaja el concepto de alegría a través de habilidades motrices y de memorización. Trabajando con una canción los niños interiorizarán el concepto de la alegría y a través de la danza desarrollarán habilidades motoras y se divertirán.

## Sesión 3

En esta sesión los niños tendrían que llevar al aula fotos que representen la tristeza, ya puede ser una foto llorando, o una situación que a ellos no les guste y les provoque tristeza, con esto fomento la participación de las familias en el aula.

(Por la situación de COVID-19 las fotografías las aportó la profesora tutora)

Ese día hicimos una asamblea hablando de sus fotos y de porque han escogido esas fotos, que situaciones les provocan tristeza y leímos la página del cuento de la tristeza y trabajamos cuestiones sobre ella. Tras esto realicé la primera actividad el Memori, se dividió la clase en grupos de cuatro niños. Los alumnos jugaron al memori con sus propias fotos dado que de cada foto hay una copia igual, el juego consistió en poner todas las

fotos boca abajo y que de uno en uno vayan levantando las fotos hasta que encuentren la pareja de su foto, el grupo se ayudará entre sí para poder conseguirlo. Con esto trabajé la memoria, el aprendizaje basado en el juego y el trabajo cooperativo.

Después realicé la segunda actividad Arciteza que consistió en que el alumnado realizara la cara de la tristeza con arcilla y después con pinceles y pinturas la pintaran y decoraran a su gusto. Con esta actividad trabajé la motricidad fina a la hora de trabajar con arcilla y con los pinceles, la creatividad y la expresión artística.



*Imagen 13*



*Imagen 14*

#### Sesión 4

En esta sesión empecé con una asamblea hablando del miedo, leímos la página del cuento destinada al miedo y reflexionamos sobre que les da miedo o que situaciones provocan esta emoción. Trabajamos con la primera actividad el Cajiedo, llevé al aula una caja sorpresa donde fueron sacando los diferentes objetos (una araña de juguete, un fantasma dibujado, una serpiente de peluche...) los niños expresaron si les da miedo o no y porqué.



*Imagen 15*



*Imagen 16*

Después de esto realicé la segunda actividad llamada mi miedo donde de manera individual cada niño tuvo que dibujar su miedo y contar a sus compañeros porque han dibujado eso. Al expresar verbalmente sus sentimientos y miedos estarán más cerca de superarlos y saber afrontarlos. En esta actividad también se trabaja las artes plásticas, la motricidad y la imaginación.

Por último, realizarán un collage de miedos con todos los miedos creados anteriormente haciendo así una colección de miedos donde se podrá ver el trabajo de los alumnos.



*Imagen 17*

## Sesión 5

En esta sesión trabajé la emoción del enfado. Como en todas las emociones anteriores hice una asamblea inicial en la que me centré en la página del cuento destinada al enfado, la leí y haremos preguntas sobre esta emoción.

En segundo lugar, nos desplazamos al aula de psicomotricidad y desarrollamos la primera actividad llamada relajados, donde realizamos una relajación infantil adecuada a su nivel, que ellos puedan llevar a cabo cuando estén estresados, enfadados o en situaciones donde se alteren y pierdan los nervios. También trabajamos el contacto con los demás haciendo un masaje de manos infantil por parejas donde trabajaré el contacto físico y la conciencia corporal.



*Imagen 18*

Por último, fuimos al aula e hicimos un juego llamado ¿Enfadados? Primero haremos el material necesario para jugar posteriormente. Di a los niños un mini lienzo en blanco donde tuvieron que pintar la expresión facial del enfado y lo podrán decorar con papel de seda o purpurinas de colores. Los lienzos se situaron en distintas localidades de la clase y yo planté situaciones que les puedan crear enfado, por ejemplo: ¿cuándo tu hermano te quita el juguete con el que estabas jugando, te enfadas? ¿Cuándo papá y mamá te echan la bronca, te enfadas?... los niños si les enfada la situación planteada tenían que buscar su cuadro y colocarse a su lado, en caso de que no les enfada la situación, tendrían que

quedarse en la zona sin enfado. Después de cada pregunta se habló con algunos niños para ver el por qué y cómo no enfadarse en diversas situaciones. Con esta actividad trabajé la percepción del enfado, la expresión y el movimiento corporal dado a que tienen que levantarse e ir a donde esté su lienzo.



*Imagen 19*

### Sesión 6

Esta sesión estuvo destinada a la última emoción, el asco. Hicimos una asamblea inicial donde trabajaremos sobre la página del asco del cuento. En esta sesión los niños tendrían que haber traído de casa un frasco con lo que a ellos les de asco dentro, pero por el COVID-19 tuve que llevar yo mi tarro solo y trabajar sobre el dado que en los colegios no les dejan llevar nada a los alumnos. Tras esto, realizamos la primera actividad llamada Frascascos, en los frascos, los ascos, puede ser dibujado, un peluche o lo que ellos quieran. Cada uno explicaría lo que ha traído y haríamos una creación todos juntos con los tarros, como no llevaron sus frascos de casa les hicimos en clase. El alumnado cooperando entre sí con la ayuda de la maestra creó su escena de frascos ya puede ser en pirámide, haciendo una figura o como ellos quieran. Lo decoraron con dibujos, peluches, creaciones de plastilina, etc... hasta que establecieron su creación final.



*Imagen 20*

Después de esto se realizó la segunda actividad llamada Enfrascados donde el alumnado decoró cajas de cartón con los diferentes ascos que ellos perciben. Tras esto se metieron en sus propios “frascos” (las cajas de cartón) y representaron la escena creada en la actividad anterior, montando y colocando las cajas de la misma manera. Todo esto fue grabado y fotografiado para la exposición final. Con esta actividad se trabajan las habilidades artísticas, la motricidad fina y gruesa, el trabajo cooperativo...

### Sesión 7

Esta es la sesión final del proyecto, donde creamos la galería de las emociones.

En el pasillo de infantil, recogimos todas las actividades creadas a lo largo del proyecto, haciendo una galería como las de los museos, pero en el propio colegio.

El alumnado hizo carteles para diferenciar las zonas de las distintas emociones y colocaron todas las creaciones como los lienzos, las fotos, los collages, la arcilla... en el lugar indicado.

Habría un día donde irán los padres a ver la galería de los niños, estos, les enseñarían a sus padres las creaciones y representarán el baile de la alegría, pero por el COVID-19 esto no ha podido ser dado que los padres no pueden entrar en el colegio.

Esta es una manera muy bonita de recoger todo lo aprendido, donde los niños se sienten protagonistas y se hacen conscientes de su propio aprendizaje.

## ANEXO VI (TABLAS DE OBSERVACIÓN)

<b>Sesión 1</b>		Nombre del alumno:	
<b>Ítems:</b>	<b>Conseguido</b>	<b>Por conseguir</b>	<b>NO conseguido</b>
Refleja con creatividad e imaginación las distintas emociones.			
Expresa verbalmente como se sienten.			
Manifiesta correctamente las expresiones fáciles			
Observaciones:			

Tabla 5: *Evaluación Sesión 1.* Fuente: Elaboración propia.

<b>Sesión 2</b>		Nombre del alumno:	
<b>Ítems:</b>	<b>Conseguido</b>	<b>Por conseguir</b>	<b>NO conseguido</b>
Maneja su cuerpo para la expresión correcta de la alegría.			
Entiende la emoción de la alegría.			
Muestra interés por hacer manifestaciones corporales.			
Observaciones:			

Tabla 6: *Evaluación sesión 2.* Fuente: Elaboración propia.

<b>Sesión 3</b>		Nombre del alumno:	
<b>Ítems:</b>	<b>Conseguido</b>	<b>Por conseguir</b>	<b>NO conseguido</b>
Entiende y expresa la emoción de la tristeza.			
Muestra buen manejo de la motricidad fina con la arcilla.			
Expresa verbalmente distintas situaciones que reflejen la tristeza.			
Observaciones:			

Tabla 7: *Evaluación sesión 3.* Fuente: Elaboración propia.

<b>Sesión 4</b>		Nombre del alumno:	
<b>Ítems:</b>	<b>Conseguido</b>	<b>Por conseguir</b>	<b>NO conseguido</b>
Entiende y reconoce el miedo.			
Representa su miedo a través de una manifestación plástica.			
Expresa verbalmente sus miedos.			
Observaciones:			

Tabla 8: *Evaluación sesión 4.* Fuente: Elaboración propia.

<b>Sesión 5</b>	Nombre del alumno:		
<b>Ítems:</b>	<b>Conseguido</b>	<b>Por conseguir</b>	<b>NO conseguido</b>
Entiende y reconoce el enfado.			
Reconoce situaciones en la que tiene que estar quieto y relajarse.			
Manifiesta facialmente el enfado y verbaliza que situaciones se lo provocan.			
Observaciones:			

Tabla 9: *Evaluación sesión 5.* Fuente: Elaboración propia.

<b>Sesión 6</b>	Nombre del alumno:		
<b>Ítems:</b>	<b>Conseguido</b>	<b>Por conseguir</b>	<b>NO conseguido</b>
Entiende y reconoce el asco.			
Realiza tareas propuestas para casa.			
Muestra destreza para realizar tareas con motricidad fina y gruesa.			
Observaciones:			

Tabla 10: *Evaluación sesión 6.* Fuente: Elaboración propia.

<b>Sesión 7</b>		Nombre del alumno:	
<b>Ítems:</b>	<b>Conseguido</b>	<b>Por conseguir</b>	<b>NO conseguido</b>
Muestra interés por colocar todas las creaciones.			
Verbaliza cuales son sus creaciones y porqué las ha realizado así.			
Observaciones:			

Tabla 11: *Evaluación sesión 7*. Fuente: Elaboración propia.

### **ANEXO VII TABLA DE EVALUACIÓN DE LA INTERVENCIÓN PILOTO**

<b>Ítems</b>	<b>Conseguido</b>	<b>Por conseguir</b>	<b>NO conseguido</b>
Reconoce las distintas expresiones faciales de las emociones.			
Canaliza las emociones correctamente.			
Identifica y reconoce las diferentes emociones.			
Expresa verbalmente sus sentimientos.			

Desarrolla correctamente la motricidad fina y gruesa.			
---	--	--	--

Tabla 12: *Evaluación de la propuesta de intervención.* Fuente: Elaboración propia.

### **ANEXO VIII AUTOEVALUACIÓN DOCENTE**

<b>PREGUNTAS</b>	<b>RESPUESTA</b>
1. ¿He tenido en cuenta los conocimientos previos de mis alumnos?	
2. ¿He comprobado que el alumnado comprendía las explicaciones?	
3. ¿Las actividades han resultado de interés para los niños?	
4. ¿Han conseguido la gran mayoría de objetivos?	
5. ¿Han sabido manejar de manera correcta la motricidad fina y gruesa?	
6. ¿He sabido manejar la situación cuando ha habido problemas de ejecución?	
7. ¿Me siento satisfecho con el trabajo realizado?	
8. ¿Las pautas para realizar las actividades eran claras y concretas?	
9. ¿Cuándo un alumno ha presentado dificultades, he	

investigado sobre cuál es la causa?	
10. ¿El ambiente de aula ha sido correcto para realización de la propuesta de intervención?	

Tabla 13: *Autoevaluación docente*. Fuente: Elaboración propia.