



---

# **Universidad de Valladolid**

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL

Grado de Educación Infantil

TRABAJO DE FIN DE GRADO:

## **La Educación Emocional en la etapa de Educación Infantil a través de las Metodologías Activas**

Presentado por: Silvia Garrido Casares

Tutelado por: María Teresa Crespo Sierra

Curso: 2021/2022

## RESUMEN

La finalidad de la Educación Infantil es el desarrollo integral del alumnado, favoreciendo el máximo desarrollo de sus capacidades individuales y sociales, intelectuales, culturales y emocionales.

A lo largo del presente Trabajo de Fin de Grado nos vamos a centrar en la capacidad emocional, puesto que consideramos que es un aspecto clave en la educación que debe comenzar en la infancia y prolongarse a lo largo de toda la vida.

Para ello hemos realizado una fundamentación teórica sobre la Inteligencia Emocional, centrándonos en los conceptos clave que de ella se desprenden, como es el caso de la Educación Emocional y Competencia Emocional; del mismo modo, hemos profundizado en el concepto de Metodologías Activas con el fin de hallar una que nos facilitase trabajar la parte emocional del alumnado, como es el caso del Aprendizaje Cooperativo. Asimismo, hemos analizado varios programas de Educación Emocional. Todo ello con el objetivo de diseñar una propuesta de intervención en la que se trabaje dicho aspecto en la etapa de Educación Infantil.

**Palabras clave:** Educación Emocional, Educación Infantil, Metodologías Activas, Aprendizaje Cooperativo, Propuesta de Intervención.

## ABSTRACT

The final aim of Early Childhood Education is the holistic development of the students, favoring the utmost development of their individual, social, intellectual, cultural, and emotional skills.

In this Final Year Dissertation, the focus is placed in the emotional capacity, as it was considered to be a key aspect in the education that must begin in the infancy period and continue throughout life.

To do this, we have worked on a theoretical foundation on Emotional Intelligence, key concepts that emerge from it, as is the case of Emotional Education and Emotional Competence. In the same way, we have delved into the concept of Active Methodologies in order to find one that would make it easier to work on the emotional part of the students, as is the case of Cooperative Learning. Likewise, we have analyzed several Emotional Education programs. All this was done with the objective of designing an intervention proposal in which this aspect is worked on in the Early Childhood Education stage.

**Keywords:** Emotional Education, Early Childhood Education, Active Methodologies, Cooperative Learning, Intervention Proposal.

ÍNDICE	
RESUMEN.....	1
1.-INTRODUCCIÓN .....	4
2.-OBJETIVOS.....	6
3.-JUSTIFICACIÓN.....	7
4.-FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA .....	10
4.1.- INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	10
4.1.1.-Desarrollo emocional 0-6 años .....	12
4.1.2.-Educación Emocional .....	13
4.1.3.-Competencia emocional.....	14
4.1.4.-Formación del profesorado .....	16
5.-METODOLOGÍAS ACTIVAS.....	18
5.1.-Conceptualización .....	18
5.2.-Clasificación .....	20
5.3.-Aprendizaje Cooperativo .....	24
6.-ANÁLISIS DE PROGRAMAS.....	26
6.1.-INTRODUCCIÓN.....	26
6.2.-PROGRAMAS.....	26
Inteligencia emocional. Educación Infantil 2º ciclo (Agirrezabala Gorostidi).....	26
Educación Emocional. Programa para 3-6 años (López Cassá) .....	28
Educar las Emociones en la infancia (de 0 a 6 años). Reflexiones y propuestas prácticas (López Cassá) .....	29
Los trastornos afectivos en la escuela. Guía del programa escolar de desarrollo emocional (P.E.D.E.) (Lozano González, García Cueto, Lozano Fernández, Pedrosa García, & Llanos López).....	30
Programa de Educación Emocional. (Dolores Hurtado) .....	32
Educación Emocional. Programa y guía de desarrollos didácticos (Hurtado Montesinos) .....	33
Como trabajar la Inteligencia Emocional mediante el Aprendizaje Cooperativo en 4º de Primaria (González Carretero).....	35
Una aventura emocionante (Guiaro Hernández).....	36
6.3.- CONCLUSIONES .....	37
7.-PROPUESTA DE INTERVENCIÓN .....	40
7.1.-INTRODUCCIÓN.....	40
7.2.-PROPUESTA .....	41
Contexto.....	41

Objetivos.....	41
Contenidos.....	41
Metodología.....	42
Recursos.....	42
Actividades.....	43
Evaluación.....	49
8.-CONCLUSIONES, LIMITACIONES Y PROPUESTAS DE MEJORA .....	50
9.-REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	51
ANEXOS.....	54
Anexo 1. Libro de las emociones .....	54
Anexo 2. Tarjetas emociones.....	55
Anexo 3. Cubos .....	56
Anexo 4. Siluetas.....	57
Anexo 5. La Tortuga .....	58
Anexo 6. Tarjetas chistes.....	59
Anexo 7. Sol.....	60
Anexo 8. Escala de estimación .....	61
Anexo 9. Lista de control.....	62
Anexo 10. Diario de clase.....	63
Anexo 11. Anecdario.....	64
Anexo 12. Autoevaluación .....	65

# 1.-INTRODUCCIÓN

Como punto de partida de nuestro trabajo tomamos como anclaje el hecho de que desde 2015 la OCDE (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico) está investigando y comprobando la necesidad de la educación emocional en niños y jóvenes, así como promoviendo políticas y guías para su implantación en los centros. Según un informe de 2020 de la UNESCO (Organización de Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura), incluir habilidades socioemocionales en los programas de formación docentes ayuda a abordar el estrés e impulsan las habilidades emocionales y sociales en el aula. Además, en la actualidad, no existen estadísticas oficiales en España sobre cuántos colegios imparten educación emocional.

En este sentido, consideramos que la Educación Emocional se puede trabajar en diferentes ámbitos, pero en este trabajo nos centraremos en el educativo. Los docentes deben aceptar todas las emociones y empatizar con sus alumnos para ayudarles a identificar y ponerles nombre a las emociones que sienten, poner límites, enseñar formas de expresión, aprender a quererse y aceptarse tal como son, proponer estrategias para la resolución de problemas, etc. (López, 2005).

Según (Bisquerra, 2005)“La educación emocional es un proceso educativo continuo y permanente, puesto que debe estar presente a lo largo de todo el currículum académico y en la formación permanente a lo largo de toda la vida”. Además, considera que la educación emocional se debe llevar a la práctica a través de programas secuenciados a lo largo de todas las etapas educativas, siendo prolongados en la vida adulta.

El presente Trabajo de Fin de Grado (a partir de ahora TFG) consiste en el diseño de un programa de educación emocional a través de las metodologías activas. Para ello he realizado una labor de investigación y análisis tanto del concepto de Educación emocional, como de las diversas metodologías activas hoy al uso.

En primer lugar, podemos encontrar el marco teórico en el que está basado tanto el TFG como la propuesta pedagógica. En dicho apartado hablaremos sobre el concepto de Inteligencia Emocional, centrándonos en el desarrollo emocional de 0-6 años y la Educación Emocional, llevándonos todo ello al concepto de Competencia Emocional. Del mismo modo, abordaremos el concepto de Metodologías Activas y su evolución a lo largo de los últimos años, centrándonos en el Aprendizaje Cooperativo.

Tras esta primera toma de contacto he realizado un análisis refutado de varios programas de educación emocional que se han llevado a cabo en los últimos años en España. Dicho análisis y sus posteriores conclusiones han sido el punto de partida para la elaboración de nuestra propuesta pedagógica en la que se plantean diversas actividades sustentadas en los objetivos y contenidos marcados, así como en la metodología indicada.

Finalizamos este TFG con las conclusiones a las que he llegado tras su elaboración, dónde, además, describo las principales dificultades con las que me he encontrado a la hora de realizarlo.

## 2.-OBJETIVOS

*El* objetivo general de este Trabajo de Fin de Grado es:

- Profundizar en el concepto de inteligencia emocional y, por ende, en el concepto de Educación Emocional.
- Analizar diferentes programas de Educación Emocional.
- Elaborar un programa de Educación Emocional dirigido a la etapa de Educación Infantil a través de Metodologías Activas.

Para lograr la consecución de los objetivos generales, nos hemos marcado los objetivos específicos detallados a continuación:

- Trabajar la educación emocional desde una perspectiva de prevención primaria inespecífica, con el fin de prevenir o minimizar futuras disfunciones o problemas en el futuro.
- Ofrecer y presentar recursos tanto a la comunidad educativa, como a las familias, para crecer emocionalmente.
- Favorecer la adaptación a situaciones de incertidumbre que aparecen en la vida de forma inesperada.
- Poner en valor la importancia de la formación del profesorado en Educación Emocional.

### 3.-JUSTIFICACIÓN

Según aparece reflejado en el artículo 71.1. de la Ley orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (de aquí en adelante LOMLOE) “Las Administraciones educativas dispondrán los medios necesarios para que todo el alumnado alcance el máximo desarrollo personal, intelectual, social y emocional, así como los objetivos establecidos con carácter general en la presente Ley”.

Tal y como aparece reflejado en la ley de educación anteriormente mencionada, el desarrollo del alumno debe ser integral, por lo que consideramos que se debe otorgar la misma importancia a los cuatro pilares, trabajándolos de forma globalizada, puesto que es como el niño adquiere e integra los nuevos conocimientos.

Nuestra realidad social y educativa en la actualidad nos muestra una sociedad sometida a una gran cantidad de estrés y presiones. La vida que llevamos, por lo general, suele ser muy activa, rápida y con horarios familiares fijados con precisión para intentar conciliar la vida laboral y familiar, lo cual resulta muy complicado en ocasiones. Esta forma de vida tan acelerada nos puede hacer olvidar la parte emocional, tanto de nuestros hijos o alumnos como la nuestra propia. Los niños sufren este estrés en su día a día, y es necesario trabajar la emocionalidad con ellos para que sean capaces de desarrollar estrategias para calmar por ejemplo aspectos como el estrés.

En la actualidad nos encontramos inmersos en medio de una pandemia mundial a causa del Covid-19. Esta pandemia nos afecta a todos, ya que ha cambiado nuestras vidas por completo. Ha modificado nuestras costumbres, la forma de relacionarnos con nuestros conocidos y entorno más cercano, cambió la forma de trabajo y por supuesto, cambió la escuela. En la primera ola de la pandemia los niños pasaron de clases presenciales, en las que se relacionaban con sus iguales, aprendían de forma lúdica y tangible, a clases online, solos en sus domicilios y mucho más abstractas.

A todos estos cambios debemos añadir el confinamiento domiciliario, no poder realizar actividades rutinarias para ellos, como ir al parque, jugar con sus amigos, o incluso ver a sus abuelos. Si para los adultos fue un momento duro y difícil de asimilar, para un niño más, ellos no han desarrollado aún todas las estrategias necesarias para poder afrontar una situación así, sin olvidar que se encuentran en una etapa de pleno desarrollo, en la que aspectos como el

movimiento, la interacción social y un entorno estable donde se sientan seguros, son elementos esenciales.

Cuando el curso escolar comenzó los alumnos regresaron a las aulas, pero todo había cambiado. Pasaron del aprendizaje en grupo, compartir materiales, etc., al distanciamiento físico con sus compañeros, mascarilla, gel desinfectante, ventanas abiertas... Un gran cambio para el que nadie preparó a los niños y tampoco a muchos adultos, en concreto al profesorado.

Nuestros alumnos se han adaptado a todas estas circunstancias, nos han dado una lección de ejemplaridad, siendo en ocasiones más responsables que algunos adultos. Pero esto no quiere decir que haya sido fácil para ellos.

Desde nuestro punto de vista consideramos que ahora más que nunca la educación emocional cobra aún más importancia, ya que es necesario trabajar con ellos todo lo relacionado con las emociones (tanto suyas como ajenas), que sean capaces de identificar como se sienten y de verbalizarlo, promover la adquisición de habilidades sociales, desarrollar estrategias de control emocional, etc.

Otro de los aspectos que me ha hecho decantarme por este tema es la visión de la educación emocional como medida preventiva de enfermedades futuras, ya que la capacidad de reconocer, identificar y controlar nuestras emociones favorece la correcta gestión de estas, pudiendo ayudar a evitar en el futuro posibles adicciones, depresiones, etc.

Para Bisquerra (2003) la educación emocional es una innovación educativa que se justifica en las necesidades sociales. La finalidad es el desarrollo de competencias emocionales que contribuyan a un mejor bienestar personal y social. Para ello se requieren una serie de condiciones interrelacionadas: en primer lugar, diseñar programas fundamentados en un marco teórico; para llevarlos a la práctica hay que contar con profesorado debidamente preparado; para apoyar la labor del profesorado se necesitan materiales curriculares; para evaluar los programas se necesitan instrumentos de recogida de datos, etc.

Siguiendo a (Bisquerra, La educación emocional en la formación del profesorado, 2005): La educación emocional sigue una metodología eminentemente práctica (dinámica de grupos, autorreflexión, razón dialógica, juegos, etc.) con objeto de favorecer el desarrollo de competencias emocionales.

Por su parte, (Ortiz, Romera, & Ruiz, 2017) analizan el papel de la inteligencia emocional, el dominio moral y la competencia social en la convivencia escolar, especialmente en conductas de Bullying. Estas autoras afirman que estas tres variables son determinantes para desarrollar conductas cívicas y de tolerancia entre los compañeros, lo que da lugar a relaciones más positivas y satisfactorias y, a su vez, genera una buena convivencia escolar. Con los resultados de su investigación plantean la necesidad de desarrollar en el alumnado habilidades de reflexión, empatía, regulación emocional y tolerancia a la incertidumbre. Finalmente desatacan también la importancia de desarrollar las mismas habilidades en el profesorado, ya que son el modelo en el desarrollo positivo de su alumnado. Estas habilidades se potencian haciendo uso de la psicología positiva.

Además, el otro punto clave de este Trabajo de Fin de Grado son las metodologías activas. Hemos decidido abordar esta metodología porque consideramos que nos ofrece la posibilidad de trabajar la educación emocional de una forma práctica, favoreciendo la adquisición de los contenidos trabajados puesto que nos permite ponerlos en práctica. En concreto nos vamos a centrar en el Aprendizaje Cooperativo, ya que no debemos olvidar que somos seres sociales, por lo que debemos trabajar tanto la inteligencia intrapersonal como la interpersonal y para trabajar esta segunda es conveniente realizar actividades en grupo.

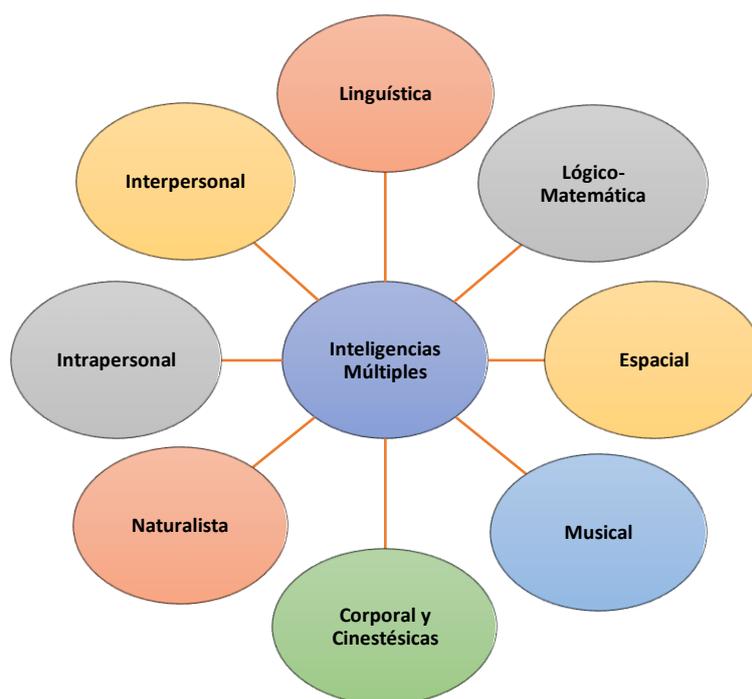
## 4.-FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

### 4.1.- INTELIGENCIA EMOCIONAL

Tradicionalmente la educación ha estado enfocada a los aprendizajes de tipo académico, los contenidos curriculares han estado durante años focalizados en promover y desarrollar una inteligencia práctica, centrándose en lo cognitivo. Sin embargo, a lo largo de los últimos años la educación ha comenzado a poner el foco en aspectos que han estado relegados a un segundo plano.

En 1983, Gardner publicó la obra “Múltiple Intelligences. The Theory in practice” (Gardner, 1983), en la cual muestra su desconformidad con el concepto de Cociente Intelectual y desarrolla la teoría de las Inteligencias Múltiples. Gardner enumera estos siete tipos de inteligencia:

*Figura 1 INTELIGENCIAS MÚLTIPLES SEGÚN GARDNER*



Posteriormente, en el año 2001, Gardner añadió dos inteligencias más a su teoría, la inteligencia existencial, y la inteligencia naturalista.

Nosotros nos vamos a centrar en la inteligencia interpersonal y la inteligencia intrapersonal, (que son las que darán lugar a la denominada inteligencia emocional) ya que son las que están estrechamente ligadas con el tema que vamos a abordar en este TFG, la inteligencia emocional. Estas dos inteligencias comprenden varias competencias que aparecen reflejadas

de una forma similar en las diferentes definiciones de Inteligencia Emocional. La inteligencia intrapersonal engloba la conciencia de uno mismo, la automotivación y la autorregulación o control de sí mismo. La inteligencia interpersonal está compuesta la empatía y las habilidades sociales.

El concepto de inteligencia emocional aparece por primera vez en el artículo “Emotional Intelligence” por parte de Salovey y Mayer, en el año 1990. En 1994 se fundó el CASEL (Consortium for the Advancement of Social and Emotional Learning) con el objetivo de potenciar en todo el mundo la educación social y emocional. Sin embargo, el término pasa desapercibido y no se le da mucha importancia, hasta que, (Goleman, 1996) publica una obra titulada “Inteligencia Emocional”, a partir de ese momento el término se populariza y comienza a aparecer en una gran cantidad de documentos, artículos, libros, etc.,

A continuación, voy a plasmar algunas de las definiciones del concepto inteligencia emocional que han elaborado diferentes autores a lo largo de todos estos años.

- (Salovey & Mayer, 1990). “Subconjunto de la inteligencia social que comprende la capacidad de controlar los sentimientos y las emociones propias, así como los de los demás, de discriminar entre ellos y utilizar esta información para guiar nuestro pensamiento y nuestras acciones”.
- (Mayer & Salovey, 1997). “Habilidad para percibir, valorar y expresar las emociones con exactitud; para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; para comprender la emoción y el conocimiento emocional, y para regular las emociones que promueven el crecimiento emocional e intelectual”.
- (Goleman, 1996). “capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivar- nos y de manejar adecuada- mente las relaciones”. Capacidad para la autorreflexión: Identificar las propias emociones y regularlas de forma apropiada.

Como podemos apreciar cada definición hace hincapié en diferentes aspectos, pero todas ellas tienen características comunes:

- Se busca el desarrollo integral, es decir, tanto el crecimiento emocional, como el cognitivo e intelectual.

- En todas se hace referencia tanto a sus propios sentimientos como al de los demás, esto es debido a que vivimos en sociedad, somos seres sociales, y por ello debemos desarrollarnos también en ese aspecto.
- En ellas se habla de una forma u otra de desarrollo de habilidades o capacidades.

En definitiva, nos parece importante resaltar que niños y niñas del siglo XXI deben ser entrenados en los secretos de las relaciones humanas, para lo que entrenarán o deberán entrenar su propio autoconocimiento, autocontrol y autogestión. Debe dominar las técnicas de la comunicación, el manejo de la tecnología de forma crítica y el asentamiento de los valores básicos que le ayudarán durante toda su vida a asumir los fracasos, celebrar y cuidar los éxitos, disfrutar de los demás y ser lo suficientemente flexible para que desde la adaptación pueda hacer de los cambios una fortaleza. De este modo, y desde la escuela, ya desde la etapa de educación infantil, es importante trabajar como docentes en facilitar y enseñar al alumnado sobre competencias socioemocionales, máxime si tenemos en cuenta que la alfabetización emocional es tan necesario e importante como cualquier otro tipo de enseñanza-aprendizaje.

#### **4.1.1.-Desarrollo emocional 0-6 años**

A continuación, vamos a ver la evolución de la emocionalidad hasta los 6 años, señalando los hitos principales que se dan en cada franja de edad, todo ello teniendo en cuenta que las edades señaladas son orientativas, por lo que hay niños en los que se dan estos hitos antes o después de la franja marcada.

Cuando nace el bebé ya posee emociones innatas: el llanto, la sonrisa y el disgusto. Desde este momento, el estado de placer y calma va unido a la satisfacción de sus necesidades básicas. El desarrollo emocional cumple funciones de supervivencia y comunicación con sus cuidadores hasta los 8-9 meses.

Sobre los 3 meses, reconoce emociones positivas y negativas en los demás y describe la expresión facial de: contento, sorpresa y rabia. Además, aparece la sonrisa social, el susto ocasionado por estímulos bruscos y reacciones por sobresaltos.

A los 5 meses comienza el desarrollo del interés y aparece la sorpresa; poco después, entre los 6-8 meses, el niño ya presenta reacciones de asombro y ansiedad ante estímulos inesperados o desconocidos, manifiesta miedo a extraños e identifica el significado

emocional de una emoción. Además, muestra comportamientos empáticos y aparece el miedo y la culpa.

Al año, el niño comienza a superar pequeñas situaciones de miedo, y durante el primer año y medio, aprenden de las conductas afectivas de los demás y comienzan a inhibir sus emociones.

A los 2 años es capaz de imitar la expresión facial de emociones básicas, y a los 3 y medio reconoce en los personajes de los cuentos emociones y sentimientos. A los 4 años emplea términos como feliz, contento, alegre, enfadado, asustado, etc. Hasta los 6 años se da un aprendizaje acelerado de la expresión emocional, dándose a esta edad asociaciones entre acción y emoción.

#### **4.1.2.-Educación Emocional**

En el Informe de la UNESCO, La Educación encierra un tesoro, (Delors, 1996) considera que la educación debe organizarse en cuatro pilares básicos: a) aprender a conocer; b) aprender a hacer; c) aprender a vivir juntos; y d) aprender a ser.

Tradicionalmente la educación ha ido encaminando al desarrollo intelectual del niño, otorgando más importancia a los dos primeros, y relegando a un segundo plano a los dos últimos, los cuales están muy relacionados con la educación emocional.

En este sentido, y como futura maestra, voy siendo cada vez más consciente de que en la sociedad del futuro se va a hacer más necesario la existencia de personas con una gran madurez emocional capaces de tolerar la frustración, de trabajar en equipo, de ser fácilmente motivables y con gran capacidad de liderazgo. De este modo, capacidades y competencias, relacionadas con la inteligencia emocional, la perseverancia en la tarea, la capacidad de innovación y creatividad, la empatía y las habilidades sociales, van a ser necesarias para mejorar en los aspectos personales y también en las competencias profesionales.

En este punto señalamos que Bisquerra define la educación emocional como el “proceso educativo, continuo y permanente que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social”. (Bisquerra, 2000).

### 4.1.3.-Competencia emocional

El concepto de educación emocional nos guía hacia otro punto clave, como es el caso de las competencias emocionales.

Siguiendo a Bisquerra (2003) podemos definir la competencia emocional como “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades, y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales”. Además, propone la siguiente estructuración de las competencias emocionales: Estas competencias emocionales son el vehículo conductor para trabajar la educación emocional.

*Tabla 1 COMPETENCIAS EMOCIONALES*

COMPETENCIAS EMOCIONALES	DIFINICIÓN	SUBGUPOS
<b>CONCIENCIA EMOCIONAL</b>	Capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y las de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado	<ul style="list-style-type: none"><li>-Toma de conciencia de las propias emociones</li><li>-Dar nombre a las propias emociones</li><li>-Comprensión de las emociones de los demás</li></ul>
<b>REGULACIÓN EMOCIONAL</b>	Capacidad para manejar las emociones de forma apropiada.	<ul style="list-style-type: none"><li>-Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento</li><li>-Expresión emocional</li><li>-Regulación emocional</li><li>-Habilidades de afrontamiento</li><li>-Competencia para autogenerar emociones positivas</li></ul>

COMPETENCIAS EMOCIONALES	DEFINICIÓN	SUBGRUPOS
<b>AUTONOMÍA PERSONAL</b>	Engloba un conjunto de características relacionadas con la autogestión personal	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Autoestima</li> <li>-Automotivación</li> <li>-Actitud positiva</li> <li>-Responsabilidad</li> <li>-Análisis crítico de normas sociales</li> <li>-Buscar ayuda y recursos</li> <li>-Autoeficacia emocional</li> </ul>
<b>INTELIGENCIA INTERPERSONAL</b>	La inteligencia personal es la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Dominar las habilidades sociales básicas</li> <li>-Respeto por los demás</li> <li>-Comunicación receptiva</li> <li>-Comunicación expresiva</li> <li>-Compartir emociones</li> <li>-Comportamiento prosocial y cooperación</li> <li>-Asertividad</li> </ul>
<b>HABILIDADES DE VIDA Y BIENESTAR</b>	Capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables de solución de problemas personales, familiares, profesionales y sociales. Todo ello de cara a potenciar el bienestar personal y social	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Identificación de problemas</li> <li>-Fijar objetivos adaptativos</li> <li>-Solución de conflictos</li> <li>-Negociación</li> <li>-Bienestar subjetivo</li> <li>-Fluir</li> </ul>

*Nota 1 Tabla de elaboración propia siguiendo a (Bisquerra, 2003)*

Si nos fijamos en las capacidades nombradas por Bisquerra, podemos apreciar que todo este conjunto de habilidades y capacidades aparecen reflejadas en las definiciones de los autores mencionados anteriormente, por lo que a la hora de elaborar el TFG no he querido

orientarme por un único autor, si no que serán esas habilidades o capacidades que de una forma u otra todos abordan las que me guiarán.

#### **4.1.4.-Formación del profesorado**

Los alumnos de educación infantil pasan la mayor parte del tiempo en el aula y en casa, siendo estos los contextos en los que el niño se relaciona. En el caso del aula, se dan interacciones entre el alumno-alumno, profesor-alumno y alumno-grupo. La calidad de este tipo de interacciones es la que marca gran parte del desarrollo socioemocional del alumno, y depende en gran medida del profesor, ya que tiene una función esencial, la de propiciar un clima adecuado en el aula, donde las interacciones entre todos sus miembros sean sanas, creando un ambiente seguro y tranquilo que permita a los alumnos un desarrollo emocional estable. Del mismo modo, en esta etapa educativa el aprendizaje por modelado cobra gran importancia, (Bandura, 1987) por lo que el profesor debe estar formado en educación emocional, además de ser emocionalmente competente. Por todo ello consideramos que la formación del profesorado en el ámbito de la educación emocional es esencial, ya que no podemos enseñar ni transmitir algo que desconocemos.

La formación del profesorado en este aspecto debería estar presente tanto en los planes de formación en los Grados de educación, como posteriormente, cuando estén en activo, ya que no debemos olvidar que la educación emocional es un proceso continuo que requiere formación a lo largo de toda la vida.

Como veremos posteriormente, una de las formas más adecuadas para trabajar la educación emocional es a través de programas. Este es otro de los motivos que pone de manifiesto la importancia de la formación del profesorado, ya que la elaboración de estos programas requiere de formación para detectar necesidades, establecer objetivos, diseñar actividades, etc.

Bisquerra (2005), en el artículo “La educación emocional en la formación del profesorado” señala los objetivos y contenidos que podría tener una asignatura de educación emocional. A continuación, a modo de ejemplo, vamos a señalar algunos de ellos.

##### ***Objetivos.***

- Tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, en particular del alumnado, en las interacciones sociales.

- Regular las propias emociones y ejercer un autocontrol emocional en las situaciones conflictivas de la vida ordinaria, en particular en la dinámica de clase.
- Enfrentarse al alumnado de forma más eficiente y satisfactoria, tomando en consideración la dimensión emocional.
- Realizar un análisis del contexto para identificar necesidades emocionales que deberán ser atendidas a través de un programa de educación emocional.
- Diseñar un programa que fomente el desarrollo de las competencias emocionales en el alumnado.

***Contenidos.***

- Marco conceptual de las emociones y tipología de estas.
- El cerebro emocional.
- La inteligencia emocional.
- Características de la educación emocional.
- Aplicaciones de la educación emocional.

Como hemos mencionado anteriormente, la formación continua no solo es recomendable, sino que también es necesario. Para ello diversas instituciones ofrecen formación, como es el caso del GROPE (Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica), los cuales ofrecen programas de formación de formadores en educación emocional. Desde 1997 han realizado cursos en Barcelona y Catalunya, extendiéndose después a otros lugares de España. Los objetivos de esta formación son:

- Difundir el conocimiento científico sobre competencias emocionales entre la comunidad educativa.
- Traducir el conocimiento científico en prácticas educativas mediante el diseño de programas de educación emocional.
- Promocionar la implantación de la educación emocional en los centros educativos.
- Identificar centros en los cuales se den unas condiciones apropiadas para proceder a innovaciones educativas controladas.

A continuación, nos vamos a centrar en la metodología que consideramos más adecuada para trabajar la educación emocional.

## **5.-METODOLOGÍAS ACTIVAS**

### **5.1.-Conceptualización**

En numerosos artículos, publicaciones o libros, se señala que la metodología más favorecedora para abordar todo lo relacionado con la educación emocional debe basarse en una metodología eminentemente práctica, en la que se den interacciones positivas entre los alumnos.

El origen de las Metodologías Activas lo podemos encontrar en el contexto de la aparición de la Escuela Nueva. Esta es un movimiento de renovación pedagógica que surge a finales del S.XIX y principios del S.XX, motivada por los cambios que se estaban dando en todos los ámbitos, tanto social, económico, político y demográfico. Estos cambios fueron motivados en parte por la industrialización. Todo ello favorece la aparición de esta nueva corriente educativa que persigue formar a individuos más activos, críticos y solidarios. En el Ideario de la “Liga Internacional de la Educación Nueva” aparecen sus siete principios, los cuales son los pilares sobre los que se asientan las Metodologías Activas. (Principios de adhesión y fines de la Liga Internacional de la Escuela Nueva).

1. El fin esencial de toda educación es preparar al niño para querer y para realizar en su vida la supremacía del espíritu.
2. Debe respetar la individualidad del niño.
3. Los estudios, y de una manera general el aprendizaje de la vida, deben dar curso libre a los intereses innatos del niño.
4. Cada edad tiene su carácter propio. Es necesario, pues, que la disciplina personal y la disciplina colectiva se organicen por los mismos niños con la colaboración de los maestros; aquéllas deben tender a reforzar el sentimiento de las responsabilidades individuales y sociales.
5. La competencia o concurrencia egoísta debe desaparecer de la educación y ser sustituida por la cooperación, que enseña al niño a poner su individualidad al servicio de la colectividad.

6. La coeducación reclamada por la Liga excluye el trato idéntico impuesto a los dos sexos; pero implica una colaboración que permite a cada sexo ejercer libremente sobre el otro una influencia saludable.
7. La Educación Nueva prepara en el niño no sólo al futuro ciudadano capaz de cumplir sus deberes hacia su prójimo, su nación y la Humanidad en su conjunto, sino también al ser humano, consciente de su dignidad de hombre.

De este modo, podemos resumir que estas nuevas metodologías activas han supuesto una aproximación a la educación emocional en las aulas al plantear situaciones que parten de los intereses del alumnado, de la necesidad de trabajar en grupo y por ende resolver problemas de manera asertiva, mediante el diálogo y la escucha activa. No obstante, ello no supone necesariamente un abordaje explícito en las aulas por varios aspectos. En primer lugar, pese a trabajar por competencias, no hay una referida a la competencia emocional. En segundo lugar, el componente académico continúa siendo en muchas ocasiones el aspecto central en las aulas; en la etapa de Infantil se pone énfasis en la adquisición de la lectoescritura y las etapas de Primaria y Secundaria, el profesorado trata de cumplir sus programaciones y de dar todos los contenidos recogidos en el currículum a tiempo. Ello conlleva que las emociones, en una gran cantidad de ocasiones, no tengan un espacio propio en las aulas, quedando la educación emocional relegada a la hora de tutoría, convirtiéndose esta en el cajón de sastre. No obstante, esta situación empeora en los centros públicos de Infantil y Primaria, en los que no hay una hora semanal reglada de tutoría y, por ende, si no está presente y no se aborda en las distintas materias, la educación emocional queda totalmente invisibilizada.

A continuación, vamos a desarrollar el concepto de metodologías activas ya que consideramos que esta forma de trabajo puede ser adecuada y beneficiosa a la hora de llevar a cabo actividades de educación emocional puesto que reúnen las condiciones anteriormente nombradas.

Bonwell (1991) define el concepto de aprendizaje activo como: “cualquier método de instrucción que involucre a los estudiantes en el proceso de aprendizaje. En resumen, el aprendizaje activo requiere que los alumnos lleven a cabo actividades de aprendizaje significativas y que piensen sobre lo que están haciendo”

Labrador y Andreu (2008) consideran que “las metodologías activas son aquellos métodos, técnicas y estrategias que utiliza el docente para convertir el proceso de enseñanza en actividades que fomenten la participación activa del estudiante y lleven al aprendizaje”.

## 5.2.-Clasificación

Podemos diferenciar un gran número de Metodologías activas, a continuación, encontramos un cuadro resumen de algunas de ellas.

*Tabla .2 METODOLOGÍAS ACTIVAS*

CONCEPTO		CARACTEREÍSTICAS
<b>Visual Thinking</b>	Herramienta que consiste en volcar y manipular ideas a través de dibujos simples y fácilmente reconocibles, creando conexiones entre sí por medio de mapas mentales, con el objetivo de entenderlas mejor, definir objetivos, identificar problemas, descubrir soluciones, simular procesos y generar nuevas ideas.	Usa un lenguaje gráfico, universal, que permite conectar con cualquier persona del mundo.  La retención en memoria de una imagen es del orden de varias veces mayor que un conjunto de palabras. Si esta imagen va acompañada de sentimiento, la capacidad de retención se multiplica.  Las imágenes permiten una vista global de la situación, ayudando a representar mejor mentalmente situaciones complejas, sentimientos, flujogramas, jerarquías.

CONCEPTO		CARACTERÍSTICAS
<p><b>Aprendizaje basado en Problemas/ Retos</b></p>	<p>El aprendizaje basado en problemas es una estrategia pedagógica en la que se presenta a los alumnos un problema iniciando un proceso de investigación que los llevará a buscar posibles soluciones a la situación planteada.</p> <p>El aprendizaje basado en retos es un enfoque pedagógico que involucra activamente al estudiante en una situación problemática real, relevante y de vinculación con el entorno, la cual implica la definición de un reto y la implementación de una solución</p>	<p>Conecta con la realidad en el entorno del alumno.</p> <p>Actividades de nivel de dificultad adaptado a los alumnos.</p> <p>Se desarrollan las Competencias Básicas.</p> <p>El aprendizaje se adquiere en el proceso de resolución del reto o problema.</p> <p>Precisa de la puesta en común y reflexión individual y conjunta con todos los miembros del equipo.</p> <p>Favorece la integración en los alumnos.</p>
<p><b>Aprendizaje basado en proyectos</b></p>	<p>Conjunto de tareas de aprendizaje basado en la resolución de preguntas y/o problemas, que implica al alumno en el diseño y planificación del aprendizaje, en la toma de decisiones y en procesos de investigación, dándoles la oportunidad de trabajar de manera relativamente autónoma durante la mayor parte del tiempo, que culmina en la realización de un producto final presentado ante los demás.</p>	<p>Se trabaja el currículo a través de los intereses de los alumnos.</p> <p>El aprendizaje es motivador, atractivo y funcional para el alumno.</p> <p>Los alumnos trabajan en grupos cooperativos.</p> <p>Los alumnos investigan y toman decisiones autónomas</p> <p>Incluye: autoevaluación, coevaluación y heteroevaluación</p>

CONCEPTO		CARACTEREÍSTICAS
<b>Aprendizaje basado en investigación</b>	Aplicación de estrategias de enseñanza y aprendizaje que tienen como propósito conectar la investigación con la enseñanza, permitiendo la incorporación parcial o total del estudiante en una investigación basada en métodos científicos, bajo la supervisión del profesor	Metodología científica Motivación continua a los alumnos Desarrollo de habilidades y de las competencias básicas
<b>Aprendizaje colaborativo</b>	Postulado constructivista que concibe la educación como un proceso de socio-construcción que permite conocer las diferentes perspectivas para abordar un determinado problema, desarrollar tolerancia en torno a la diversidad y pericia para reelaborar una alternativa conjunta.	Debe tener igualdad cada individuo en el proceso de aprendizaje y la mutualidad Existen al menos tres formas de poner en práctica el aprendizaje colaborativo: la interacción de pares, el tutorio de pares y el grupo colaborativo
<b>Ambiente y rincones</b>	Un rincón de trabajo es: Un entorno de aprendizaje, fuente de motivación, escenario de diversidad de contenidos y tipos de actividades, enfocado a la exploración, experimentación, acción y expresión; lugar de desarrollo de las competencias clave	Espacios delimitados y concretos, ubicados en las aulas o en su entorno más próximo. Los alumnos trabajan de forma simultánea y alrededor de un único proyecto o unidad de programación

CONCEPTO		CARACTEREÍSTICAS
<b>Flipped classroom</b>	Práctica educativa que invierte el proceso de enseñanza-aprendizaje, pues la asimilación de contenidos se realiza en casa, mientras que las tareas se realizan en el aula bajo la supervisión de este	<p>El proceso de enseñanza-aprendizaje se lleva a cabo de manera múltiple</p> <p>Las carencias del alumnado son detectadas con mayor rapidez y tratadas de manera mucho más específica.</p> <p>Ambiente colaborativo, participativo y solidario en el aula.</p>
<b>Aprendizaje cooperativo</b>	Es un tipo de metodología activa que favorece la interacción, por lo que se podría catalogar dentro de aquellas relacionadas con la estructuración del aula	<p>Interdependencia positiva</p> <p>Interacciones cara a cara de apoyo mutuo</p> <p>Responsabilidad personal individual</p> <p>Destrezas interpersonales y habilidades sociales</p> <p>Autoevaluación frecuente del funcionamiento del grupo</p>
<b>Gamificación</b>	Es la integración de dinámicas de juego adaptados al aula en entornos no lúdicos. La finalidad es aprender, potenciar la concentración, el esfuerzo y otros valores positivos comunes a los juegos	<p>La evaluación y el aprendizaje es continuo, dando progresión al aprendizaje y no permitiendo un retroceso</p> <p>Proporciona un feedback inmediato y continuo, lo que hará que aprendamos más rápidamente</p>

*Nota 2 Tabla de elaboración propia basada en (Portal de Educación educacyl)*

### 5.3.-Aprendizaje Cooperativo

A continuación, vamos a profundizar más en el Aprendizaje Cooperativo, ya que va a ser la metodología principal del programa que vamos a desarrollar posteriormente.

Podemos señalar como el momento de aparición del concepto de Aprendizaje Cooperativo a principios del S.XIX en Estados Unidos. Es en los años 70 cuando aumenta tanto el estudio como la puesta en práctica de este método.

Johnson (1993) considera que “el aprendizaje cooperativo es una herramienta educativa en la que pequeños grupos de estudiantes trabajan juntos para aumentar el aprendizaje grupal e individual. El aprendizaje cooperativo existe cuando los estudiantes trabajan juntos para lograr objetivos de aprendizaje conjuntos”.

Además, Johnson (1989) establece cinco fundamentos básicos del aprendizaje cooperativo:

1. Cooperación. Los alumnos deben entender que para que ellos logren éxito, sus compañeros también lo tienen que lograr. Los miembros del grupo se deben responsabilizar de que todos los miembros aprendan, compartiendo información y ayudándose en las tareas.
2. Responsabilidad. Es necesaria la implementación de dinámicas de grupo para que los alumnos adquieran las habilidades necesarias para trabajar de forma cooperativa.
3. Comunicación. Se debe dejar tiempo a los miembros del equipo para que interactúen entre ellos, de forma directa en el aula.
4. Habilidades personales y de trabajo en equipo. Cada miembro del grupo debe responsabilizarse de las tareas individuales que tenga asignadas.
5. Evaluación periódica. Es necesario que se evalúe de forma continua y formativa, para valorar como está siendo el trabajo en equipo.

A la hora de estructurar y organizar los alumnos en grupos en un aprendizaje cooperativo, debemos tener en cuenta:

- Número de alumnos por grupo; va a depender en gran medida, de la experiencia que tengan los alumnos en el trabajo cooperativo (a mayor experiencia, más numeroso puede ser el grupo), sin olvidar que el número de alumnos por grupo para un correcto funcionamiento de este debe oscilar entre 2-6.

- Durabilidad del grupo; dependiendo de los objetivos perseguidos en cada caso, las agrupaciones pueden mantenerse todo el curso, varias sesiones, o una sola sesión o actividad. Lo más recomendable son los grupos estables, pero esporádicamente se puede trabajar variando los equipos, adaptándonos de esta forma a las circunstancias y favoreciendo la relación entre todos los alumnos.
- Grupos homogéneos o heterogéneos; al igual que en el caso de la durabilidad, en función de los objetivos marcados, nos decantaremos por agrupar a los alumnos de una forma u otra. Lo recomendable son grupos heterogéneos, equilibrados, en los que se vean reflejados las características del grupo clase. Los grupos homogéneos los podemos utilizar para reforzar contenidos ya trabajados, ya que nos permite adaptarnos al nivel de los alumnos, pudiendo aumentar dicho nivel en algunos de ellos y/o reforzarlo en otros.

Según las investigaciones realizadas sobre la agrupación de los alumnos en el aprendizaje cooperativo lo más recomendable para obtener éxito y favorecer este tipo de aprendizaje es crear grupos heterogéneos, estables y de entre 4 y 6 miembros, sin olvidarnos la importancia de adaptarnos a cada caso o circunstancia.

Teniendo en cuenta todo esto, podemos diferenciar tres tipos de agrupamientos a la hora de organizar el aprendizaje cooperativo:

- Grupo de aprendizaje cooperativo formal o grupo de expertos. Su durabilidad es variable, pudiendo ser desde una sesión de clase a varias semanas, y su composición se adapta a las necesidades de cada caso.
- Grupos informales de aprendizaje cooperativo o grupos esporádicos. En este caso el grupo se forma para una sesión de clase o una actividad concreta. Pueden estar compuestos de forma homogénea o heterogénea, dependiendo del contenido a trabajar.
- Grupos de base cooperativa. Son grupos permanentes, los cuales pueden durar un trimestre o incluso un curso completo. Su composición es heterogénea.

La educación emocional se puede trabajar a través de diferentes estrategias, ya sea a través de la orientación ocasional, asignaturas optativas, acción tutorial, integración curricular o programas. Diversas investigaciones consideran que el procedimiento más adecuado para trabajar la educación emocional es a través de programas de intervención.

## 6.-ANÁLISIS DE PROGRAMAS

### 6.1.-INTRODUCCIÓN

La Educación Emocional se puede trabajar a través de diferentes estrategias, ya sea a través de la orientación ocasional, asignaturas optativas, acción tutorial, integración curricular o programas. Diversas investigaciones consideran que el procedimiento más adecuado para trabajar la educación emocional es a través de programas de intervención.

Por ello, a continuación, voy a realizar un análisis de varios programas de educación emocional que se han llevado a cabo en España en los últimos años.

Desde el año 2007 en nuestro país surge la Fundación Botín, la cual apuesta por una educación que potencie el crecimiento saludable de los menores promoviendo la creatividad y el talento para ayudarles a adquirir mayor autonomía, ser más competentes, solidarios y felices. Trabaja desde tres ámbitos: la intervención, la formación y la investigación. Con sede en España, su difusión se da tanto a nivel nacional como internacional. Su propósito es conocer y difundir el estado de educación emocional y social de diferentes lugares del mundo a través de experiencias desarrolladas en estos países. Tratan de explorar determinadas prácticas y su eficacia para después compartirlas y que otros puedan encontrar su camino, inspirados en las publicaciones de la Fundación. A nivel internacional la Fundación Botín, (2008) (2011) (2013) (2015) )ha publicado 4 informes sobre Educación Emocional y Social con un análisis en el ámbito mundial pasando por 21 países.

### 6.2.-PROGRAMAS

#### **Inteligencia emocional. Educación Infantil 2º ciclo (Agirrezabala Gorostidi)**

Este programa está elaborado por Ro Agirrezabala Gorostidi, y editado por la Diputación Foral de Gipuzkoa. El programa se encuentra dentro de un conjunto de materiales que la Diputación Foral de Gipuzkoa pone al alcance de los profesores para trabajar la inteligencia emocional. Los programas están orientados a llevarlos a la práctica a lo largo de todas las etapas educativas, desde los 3 a los 20 años, estructurándose por etapas educativas de la siguiente forma: Educación Infantil 1er ciclo, Educación Infantil 2º ciclo, Educación Primaria 1er ciclo, Educación Primaria 2º ciclo. Educación Primaria 3er ciclo, ESO 1er ciclo, ESO 2º ciclo y Bachillerato/CF; todos ellos tienen una misma estructura, adaptándose a

medida que asciende la etapa educativa, a los alumnos a los que va dirigido. En este caso voy a analizar el programa diseñado para segundo ciclo de Educación Infantil.

Lo primero que debemos tener en cuenta al analizarlo es que es un modelo de programa o propuesta metodológica, el cual debe ser adaptado a las características y necesidades de cada aula en la que se vaya a llevar a cabo; y está enfocado como una estrategia de prevención inespecífica.

El programa cuenta con una fundamentación teórica muy completa, comienza contextualizando la educación emocional desde sus antecedentes, resaltando su importancia desde varios puntos de vista, como, por ejemplo, Bisquerra (Bisquerra, 2000), posteriormente aborda las diferentes estrategias de intervención en la educación emocional, centrándose en la intervención a través de programas, mostrando las fases que desarrolla y debe incluir.

El programa se estructura en cinco bloques temáticos, que coinciden con las competencias emocionales que trabaja, estos son:

- Habilidades de vida y bienestar
- Conciencia emocional
- Regulación emocional
- Autonomía emocional
- Habilidades emocionales

En cuanto a la metodología, en el programa se indica que se lleva a cabo a través de un enfoque constructivista, de forma activa y globalizada, buscando un aprendizaje funcional y significativo. Para ello recomienda la coordinación de todos los niveles educativos y fomenta la participación de las familias a través de ciertas actividades, con el fin de lograr un trabajo en equipo.

Las actividades recogidas en el programa están organizadas en los 5 bloques temáticos antes mencionados, cada bloque se divide en cinco subapartados, y en cada uno de ellos se ofrece un número variable de actividades con una duración de 15-20 minutos. Aparecen plasmadas cada una de ellas en una tabla en la que se indica: el nombre de la actividad, objetivos, metodología, recursos, duración y orientaciones.

En cuanto a la organización de los alumnos, la autora indica que se llevaran a cabo en gran grupo, recomendando trabajar algunas de ellas de forma individual. Las realizando las actividades en el aula, patio o aula de psicomotricidad.

En cuanto a la evaluación propone que sea continua y formativa, a través de dos herramientas como son el diario y los cuestionarios, adjuntando ejemplos de ellos. Además, cuenta con un apartado de sugerencias para profesores.

### **Educación Emocional. Programa para 3-6 años (López Cassá)**

Este programa es una propuesta metodológica enfocada para alumnos de entre 3 y 6 años. Está coordinado por Élia López Cassá.

El programa está sustentado en una fundamentación teórica, comienza con una introducción en la que pone en valor la importancia de la educación emocional, remitiendo a Bisquerra (2000) para conocer más sobre los conceptos básicos de la educación emocional.

El programa se estructura en cinco bloques temáticos, los cuales coinciden en esencia con las capacidades emocionales que marca Bisquerra (2000).

- Conciencia emocional
- Regulación emocional
- Autoestima
- Habilidades socioemocionales
- Habilidades de vida

En cuanto a la metodología, aconseja la utilización de un enfoque metodológico globalizado y activo, para construir aprendizajes funcionales y significativos. Considera que el aprendizaje debe partir de los conocimientos previos, intereses y necesidades de los niños, y se debe tener en cuenta el principio de atención a la diversidad e individualización, para ello, el papel del profesor es el de mediador del aprendizaje, proporcionando modelos de actuación, seguridad y confianza.

Las actividades propuestas se encuentran agrupadas en cada uno de los 5 bloques antes mencionados, en cada uno de ellos se presentan seis actividades, en las que podemos encontrar: objetivos, procedimiento, recursos, temporalización y orientaciones didácticas

con posibles adaptaciones y sugerencias. Al final de cada bloque encontramos el material complementario de todas las actividades.

En cuanto a la organización de los alumnos, se recomienda que sean actividades colectivas y en grupos reducidos, especialmente para los más pequeños.

En cuanto a la evaluación, en el programa se propone una evaluación continua, directa y sistemática a través de la observación, tanto en situaciones no estructuradas como en tareas diseñadas para ello, pudiendo completarla con procedimientos como la escala de observación, registro de clase o el diario de clase.

Poner en algún momento que la duración del programa no está estipulada, ya que se la autora considera que no es necesario realizar todas las actividades que en el se presentan, si no que se puede hacer una selección. Lo importante es adaptarse a las características del grupo clase en el que lo vayamos a llevar a la práctica.

### **Educación de las Emociones en la infancia (de 0 a 6 años). Reflexiones y propuestas prácticas (López Cassá)**

Este programa es una propuesta metodológica elaborado por Élia López Cassá, la misma autora del programa anteriormente analizado. En este caso está diseñado para una franja de edad más amplia, 0-6 años. El programa mantiene una estructura similar al anterior, pero incorpora algunas variaciones.

Está fundamentado teóricamente en las aportaciones de Bisquerra (2000), y justifica la necesidad de la Educación Emocional en Educación Infantil en los cambios y necesidades de la sociedad actual, considerando que los programas son la mejor opción metodológica para trabajarlo.

El programa se estructura en cinco bloques, los cuales coinciden en esencia con las cinco competencias emocionales expuestas por Bisquerra y Pérez Escoda (2007). En este caso se han ajustado la terminología para que sea coherente con el desarrollo evolutivo de las personas a las que va dirigido, 0-6 años. Por ello, habla de capacidades emocionales en vez de competencias emocionales.

- Conciencia emocional
- Regulación emocional
- Autonomía emocional

- Habilidades sociales
- Habilidades para la vida y bienestar

En cuanto a la metodología propone que sea vivencial y participativa, que contemple la historia personal del alumno, su entorno y necesidades. Además, sigue la inclusión del modelado como estrategia de intervención.

Como indicábamos anteriormente, el programa está dividido en cinco bloques, al comienzo de cada uno se define la capacidad que se va a desarrollar, y posteriormente se desarrollan las actividades, las cuales se encuentran divididas en tres grupos de edad: Meses- primer año de vida, 2-4 años, 3-6 años; Estas edades son meramente orientativas, lo importante es respetar siempre el nivel evolutivo del niño y sus necesidades reales.

Cada actividad aparece recogida en un cuadro, en el que aparece: el grupo de edad al que va dirigido, el nombre, desarrollo y procedimiento, objetivos, temporalización, recursos y orientaciones.

En cuanto a la evaluación, considera que las personas evaluadas serán las familias, los maestros y el propio niño cuando tenga la capacidad de expresar lo que ha aprendido. Para ello recomienda crear sencillos protocolos de observación. Además, no solo evalúa a los alumnos, sino que también evalúa el programa, la labor del profesor y el centro, todo ello con el fin de mejorar y contribuir en la calidad educativa.

Incluye un apartado con de recomendaciones, pautas y consejos

**Los trastornos afectivos en la escuela. Guía del programa escolar de desarrollo emocional (P.E.D.E.) (Lozano González, García Cueto, Lozano Fernández, Pedrosa García, & Llanos López)**

Programa ofrecido por la Consejería de Educación y Ciencia del Principado de Asturias, enfocado a niños de entre 8-12 años, a través del cual se trata de favorecer el desarrollo de la Inteligencia Interpersonal e Intrapersonal. Se parte de sesiones estructuradas que deben ser adaptadas a las características de cada grupo clase.

El programa comienza conceptualizando términos que son esenciales conocer para poder llevar a cabo este programa de forma eficaz, como es el caso de los problemas internalizados y los externalizados, todo ello desde un enfoque pedagógico, para centrarse posteriormente en los dos trastornos internalizados más importantes: la ansiedad y la depresión, relacionando

estos con los problemas más comunes en estas etapas evolutivas y con el rendimiento académico. El programa se centra en la prevención de trastornos internalizados a través de diversas actividades.

El programa se enmarca en un planteamiento cognitivo- conductual, otorgando gran importancia al desarrollo de los esquemas de pensamientos y tratando de favorecer un desarrollo equilibrado de la personalidad. La metodología ha de ser activa, participativa y abierta, dando cabida tanto a momentos de interacción entre compañeros, como a momentos en los que se potencie las actividades individuales.

Este programa da mucha importancia a las familias, no solo está orientado al trabajo con los alumnos, sino que también incluye el trabajo, a la par, con las familias.

El programa se divide en dos partes, la diseñada para los alumnos, y la diseñada para la familia, cada una de ellas está organizada en torno a seis bloques:

- Presentación.
- Educación emocional
- Detective de pensamiento
- Actividades de postura
- Yo también digo no
- Pocaer

En el caso del programa diseñado para familias, los bloques son similares, varían el bloque 3, que pasa a llamarse “controlamos la conducta”, y el bloque 4, que pasa a llamarse “comunicación de aspectos positivos”.

En cuanto a los materiales, este programa es muy amplio en cuanto a materiales que aporta, ofrece un cuaderno para trabajar en el aula con el maestro, un cuaderno de actividades para casa, y un cuaderno diseñado para trabajar con las familias a lo largo de varias sesiones con el orientador del centro.

El programa estructura las actividades de los cuadernos en las sesiones, indica que páginas del cuaderno se debe trabajar en cada sesión, así como las tareas que deben realizar en casa los alumnos. El programa ofrece, por cada página del cuaderno, el tiempo estimado que se

debe dedicar a la actividad, orientaciones sobre como guiar la sesión para los profesores e información que le puede servir de ayuda a estos.

En el caso del cuaderno para las familias, se estructura de la misma forma que el de los alumnos, las actividades del cuaderno aparecen estructuradas a lo largo de las diferentes sesiones, y en cada una de las actividades se indica la duración, orientaciones para guiar la sesión y material complementario para el docente.

Se diferencia del resto de programas en que este es un programa de prevención de algo concreto, no solo de educación o alfabetización emocional.

### **Programa de Educación Emocional. (Dolores Hurtado)**

Este programa está elaborado por María Dolores Hurtado, dirigido para alumnos de infantil, educación especial y educación primaria. Se ha llevado a la práctica en el Centro de Recursos CPEE, en el curso 2013/2014. Por lo tanto, es el primer programa de los que hemos analizado hasta el momento, que está diseñado para un centro en concreto.

El programa se enmarca en un apartado teórico en el que se hace un recorrido del concepto de la educación emocional y se justifica la importancia del trabajo de esta en el aula, a través de un pequeño repaso a la normativa de educación.

El programa está estructurado en seis bloques de contenidos:

- Autoconocimiento emocional
- Autocontrol emocional
- Autoestima
- Empatía
- Habilidades sociales y de comunicación
- Resolución de conflictos.

Al comienzo de cada uno de estos bloques encontramos una conceptualización y el objetivo principal del bloque.

En cuanto a la metodología, el programa tiene un enfoque constructivista y activo, que permite la construcción de aprendizaje significativo y funcionales.

Las actividades se encuentran organizadas por bloques, y ordenadas dentro de esta de menor a mayor complejidad. Proponen como procedimientos más adecuados para trabajar con los alumnos el juego, la dramatización, las dinámicas de grupo y una reflexión al final de cada sesión.

Las actividades aparecen en cuadros, en cada una de ellas se recoge: el nombre de la actividad, objetivos, competencias emocionales y descripción de la actividad. Además, en los anexos, podemos encontrar todo el material complementario necesario para llevar a cabo las actividades.

En el programa se propone una evaluación integrada en el proceso enseñanza-aprendizaje a través de la observación directa y sistemática, escalas de observación, registro anecdótico y diario de clase.

### **Educación Emocional. Programa y guía de desarrollos didácticos (Hurtado Montesinos)**

El presente programa se encuentra recogido en un libro, cuya autora es María Dolores Hurtado, al igual que en el programa anterior. El libro está editado por el observatorio para la Convivencia Escolar en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia, y recoge un programa de educación emocional que ha sido implementado en varios centros de dicha región.

El programa está sustentado en una fundamentación teórica que aborda los términos de inteligencia emocional, competencias emocionales y educación emocional, justificando la importancia de esta en los centros educativos en base a la normativa, aspectos curriculares, organizativos y metodológicos.

El programa se encuentra estructurado en bloques, a pesar de ello, la autora señala que, una vez que se toma conciencia de las emociones y las estrategias para regularlas, se pueden alternar de forma equilibrada. Los bloques están basados en las competencias que aparecen en dos de las inteligencias que enumera Gardner (1983), la Inteligencia Intrapersonal, y la Inteligencia Interpersonal. Los bloques son los siguientes:

- Conciencia emocional
- Regulación de las emociones
- Autoestima

- Empatía
- Habilidades sociales y de comunicación
- Solución de problemas y conflictos

En cuanto a la metodología, el programa está enfocado en dos acciones diferenciadas, pero complementarias, una de ellas enfocada al desarrollo de la competencia personal, y la otra el desarrollo de la competencia social. Por ello propone un trabajo personal e individual, que posteriormente se enriquece compartiéndolo con el grupo.

En el caso de este programa, se otorga gran importancia a la formación tanto del profesorado, como de la familia, y a la relación que se da entre ambos. El papel del profesor es de mediador del aprendizaje y modelo competencial, empático y de escucha activa.

Las actividades que se plantean están estructuradas en los diferentes bloques marcados, y secuenciadas de mayor a menor complejidad. No se señala ninguna etapa educativa concreta porque consideran que, con ciertas modificaciones, puede ser adaptado a todas las edades. Propone realizarlas a través del diálogo guiado, juego, dramatizaciones y dinámicas de grupo.

Al comienzo de cada bloque, se nombran las competencias generales y subcompetencias que se pretenden lograr, así como las recomendaciones para su puesta en práctica. A continuación, aparecen las actividades, cada una de ellas recogida en una tabla en la que se indica: el bloque al que pertenecen, la competencia general y subcompetencias, título de la actividad, descripción y recursos necesarios.

En cuanto a la evaluación, en este programa se señalan tres momentos fundamentales para realizarla: la primera de ellas es la evaluación inicial, la cual nos da información y ayuda a planificar la intervención; la segunda de ellas es la evaluación durante el proceso, que nos aportará información de la evolución de los alumnos y de la idoneidad de las actividades diseñadas, para poder ajustarlas o modificarlas; por último, se debe realizar una evaluación final, donde se valore los cambios producidos en el alumnado, el funcionamiento del programa y nuestra función como docentes.

El programa aporta material complementario para la realización de las actividades: dichas, cuentos etc.

Al ser un programa que se ha llevado a la práctica, nos habla del resultado de su implementación y aporta conclusiones sobre ello.

No habla de la duración del programa, porque en algunos centros lo han llevado íntegro a la práctica, con una periodicidad de 1 sesión semanal o quincenal a lo largo de todo el curso, mientras que, en otros, han realizado actividades de forma aislada.

### **Como trabajar la Inteligencia Emocional mediante el Aprendizaje Cooperativo en 4º de Primaria (González Carretero)**

Este programa está elaborado por Encarnación González Carretero, y al igual que el programa anteriormente analizado, está editado y fomentado por la Región de Murcia

Este proyecto surge tras observar cómo los alumnos de 4º de Primaria, tras haber trabajado la Educación Emocional de forma tradicional, continuaban presentando déficits en este aspecto. Por ello, decidieron aplicar el Aprendizaje Cooperativo para trabajarlo. Por lo tanto, no es un programa de prevención, es un programa para tratar una problemática detectada.

La estructura de este programa es ligeramente diferente a los analizados hasta el momento, ya que no es solo una propuesta metodológica, es un programa diseñado para un aula y una problemática concreta, por lo que está completamente adaptado a dicho aula.

El programa comienza contextualizándonos, primeramente, expone el déficit que ha detectado y la metodología que se va a usar para solventarlo. Posteriormente describe el centro y el aula donde se va a poner en práctica.

El programa está fundamentado teóricamente, tanto la parte relacionada con la educación emocional, como la relacionada con el aprendizaje cooperativo. En cuanto a la educación emocional, se fundamenta en aportaciones de autores como Bisquerra, Goleman, Mayer y Salovey, Fernando Berrocal y Ruiz, etc. En el caso del aprendizaje cooperativo aporta conceptos básicos de este.

Metodológicamente, el programa tiene en cuenta las características y necesidades de cada alumno, fomenta el aprendizaje por descubrimiento, basado en la actividad y la relación con los demás, teniendo en cuenta el principio de trabajo en equipo. Todo ello de forma progresiva y gradual, procurando lograr un aprendizaje significativo.

La función del profesor es la de orientar y supervisar el desarrollo de las actividades, y la coordinación con las familias siempre que sea posible, haciéndoles partícipes del proyecto.

La duración del proyecto es de 10 semanas, se llevará a cabo durante un trimestre, con una frecuencia de una sesión de 50 minutos a la semana.

Las actividades que se proponen aparecen recogidas con la siguiente información: nombre de la actividad, explicación de esta, objetivos, temporalización, contenidos y materiales. En los anexos incluye cada una de las fichas necesarias.

Además, el programa cuenta con otro tipo de actividades que lo complementan, como es el caso de las actividades enfocadas a las familias.

En cuanto a la evaluación, en el programa se señalan tres momentos de evaluación: inicial, continua y final. Todas ellas se basan en la observación sistemática y en el análisis de las evaluaciones que realizan los alumnos al finalizar cada actividad.

### **Una aventura emocionante (Guiaro Hernández)**

Este programa está coordinado por Susana Guirao Hernández, y al igual que el anterior, está impulsado por la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia.

Este programa parte de las sugerencias de los padres en materia de salud, y está diseñado para los alumnos de primaria.

Este fundamentado teóricamente en el Informe Delors (1996), Bisquerra (2012) y Goleman (1996). Todos ellos ponen de manifiesto la importancia de la educación integral de los individuos, lo que incluye la educación emocional.

El programa está estructurado sobre un hilo conductor, consiste en “una aventura emocionante”, un viaje hacia “tranquilandia”, el viaje está formado por una serie de paradas, cada una de ellas da paso a las sesiones planteadas en el programa, un total de nueve sesiones, de entre 45 y 60 minutos de duración, durante al menos un curso escolar. Podríamos considerar cada una de estas paradas como bloques de contenido, señalando los siguientes:

- Mis emociones
- Tus emociones
- Mis pensamientos
- Los siento, me he equivocado
- Practico deporte, me siento feliz
- Los demás me dirigen
- Yo decido

- Soluciono mis problemas
- Experiencias inolvidables

Metodológicamente, el programa se guía por el constructivismo y propone un enfoque metodológico fundamentalmente activo y vivencial, que permita aprendizajes significativos y funcionales. Para ello utiliza procedimientos y técnicas como: integrar el aprendizaje cooperativo como forma de trabajo, aplicaciones de prácticas de Mindfulness, etc.

Todas las actividades aparecen recogidas en un cuaderno de actividades, el cual va completando el alumno a medida que va avanzando el programa, el cual se incluye.

La evaluación se realiza de forma directa y sistemática, mediante escalas de observación, registros anecdóticos y emodiarario. Aporta un modelo de la evaluación de las competencias individuales, para la interacción social y un modelo de evaluación del desarrollo emocional. además, remite al programa “educadrogas”, donde se recogen dos modelos para medir el progreso en las habilidades sociales y emocionales a través de ítems cerrados, tanto para infantil como para primaria.

### **6.3.- CONCLUSIONES**

Como podemos observar tras este análisis, hay diferentes programas de educación emocional, cada uno de ellos con un enfoque distinto, otorgando importancia a diversos aspectos, a pesar de esto, también he podido observar como todos ellos comparten una serie de puntos en común.

- Todos ellos se encuentran estructurados en bloques de contenido, los cuales coinciden entre ellos, a pesar de que la denominación pueda variar. Podemos observar cómo abordan las capacidades emocionales que hemos señalado al comienzo de este TFG.
- En cuanto a la fundamentación teórica, podemos observar cómo casi en su totalidad se aborda el termino de inteligencia emocional, a través de varios autores, siendo Bisquerra (2000) el que aparece en más programas. En dos de ellos la fundamentación teórica es diferente a los demás; en el de Encarnación González si incluye un apartado en el que se recogen los aspectos claves del Aprendizaje Cooperativo; en el caso de P.E.D.E., al tratarse de un programa de prevención de trastornos específicos, la fundamentación teórica gira en torno a ello.

- En cuanto a la metodología se refiere, las estrategias que encontramos mayoritariamente están basadas en una metodología activa, funcional y significativa, en la que haya momentos tanto de trabajo individual, como de trabajo grupal. Siendo el papel del profesor en todos ellos el de mediador del conocimiento y guía de las actividades. En la mayoría de ellos se considera de gran importancia el papel de la familia, por lo que se apuesta por su participación siempre que sea posible.
- Las actividades se encuentran mayoritariamente organizadas a lo largo de los diferentes bloques de contenido, estando, en ocasiones, secuenciadas de menor a mayor dificultad. Las actividades se encuentran plasmadas en cuadro, en los que se recogen los aspectos más importantes de ellas. Dos de los programas presentan sus actividades a través de un cuaderno de actividades para el alumno. En cuanto al material necesario para realizarlas, todos ellos lo aportan.
- La evaluación propuesta en los diferentes programas se caracteriza por ser a través de la observación directa y sistemática, formativa, y en gran parte de ellos se diferencian tres momentos para su realización: inicial, continua y final. Para ello recomiendan usar sencillos protocolos, como registros anecdóticos, diarios o cuestionarios.

Tras este análisis, considero que un programa de educación emocional debe tener, como mínimo, los siguientes puntos clave:

- Fundamentación teórica
- Objetivos
- Contenidos
- Metodología
- Actividades
- Evaluación

A modo de resumen podemos señalar las diez recomendaciones (o criterios) fundamentales que convendría considerar a la hora de diseñar, implementar y evaluar un programa de educación emocional en un centro educativo:

*Tabla 3 Recomendaciones para elaboración de programa de educación emocional*

RECOMENDACIONES
1. Basar el programa en un marco conceptual sólido y en la investigación previa, haciendo explícito cuál es el modelo de inteligencia emocional o de competencias socioemocionales que se adopta.
2. Especificar los objetivos del programa en términos evaluables, haciéndolos también comprensibles para los alumnos, de modo que puedan comprometerse en la consecución de los mismos
3. Realizar esfuerzos coordinados que impliquen a toda la comunidad educativa (familias, profesores, alumnos) en el desarrollo de algún aspecto del programa, teniendo como meta el desarrollo de una comunidad de aprendizaje.
4. Asegurar el apoyo del centro (dirección y claustro del centro, familias y resto del personal) previamente a la aplicación del programa.
5. Impulsar una implantación sistemática a lo largo de varios años, con una programación coordinada, integrada y unificada con el resto de las actividades y programas del centro.
6. Emplear técnicas de enseñanza-aprendizaje activas y participativas, que, además, promuevan el aprendizaje cooperativo y sean variadas, para así atender a los diversos estilos de aprendizaje de los/as alumnos/as.
7. Ofrecer oportunidades para practicar todas las facetas de la Inteligencia Emocional y favorecer su generalización a múltiples situaciones, problemas y contextos cotidianos.
8. Incluir planes de formación y de asesoramiento de los agentes educativos (profesorado, tutores, orientadores, padres y madres).
9. Incluir un plan de evaluación del programa antes, durante, y después de su aplicación.
10. Usar diseños experimentales o cuasiexperimentales rigurosos e instrumentos fiables/válidos

Este análisis realizado es el punto de partida para diseñar mi propio programa de educación emocional, tomando como referencia los puntos clave señalados anteriormente y basándome en todo momento en la fundamentación teórica del presente TFG.

De todos modos, somos plenamente conscientes de que tras la realización de nuestro TFG muchos de esos criterios o recomendaciones anteriormente señalados, no hemos sido capaces de cumplirlos, siendo este un aspecto a tener en cuenta en lo referente a las limitaciones y propuestas de mejora a nuestro propio TFG.

# 7.-PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

## 7.1.-INTRODUCCIÓN

Consideramos necesario trabajar las emociones en todos los contextos en los que el niño se desarrolla, principalmente escuela y familia por ser los dos entornos en los que el niño pasa la mayor parte de su tiempo.

Teniendo esto en cuenta, a la hora de elaborar el programa de educación emocional hemos pretendido que se pueda llevar a cabo de forma íntegra en el centro escolar, pero que también lo puedan trabajar las familias en sus casas, a través de las diferentes actividades propuestas. De este modo pretendemos favorecer que los niños puedan trasladar los contenidos trabajados en el aula a sus hogares, y por consiguiente favorecer la inferencia de lo trabajado a su vida personal.

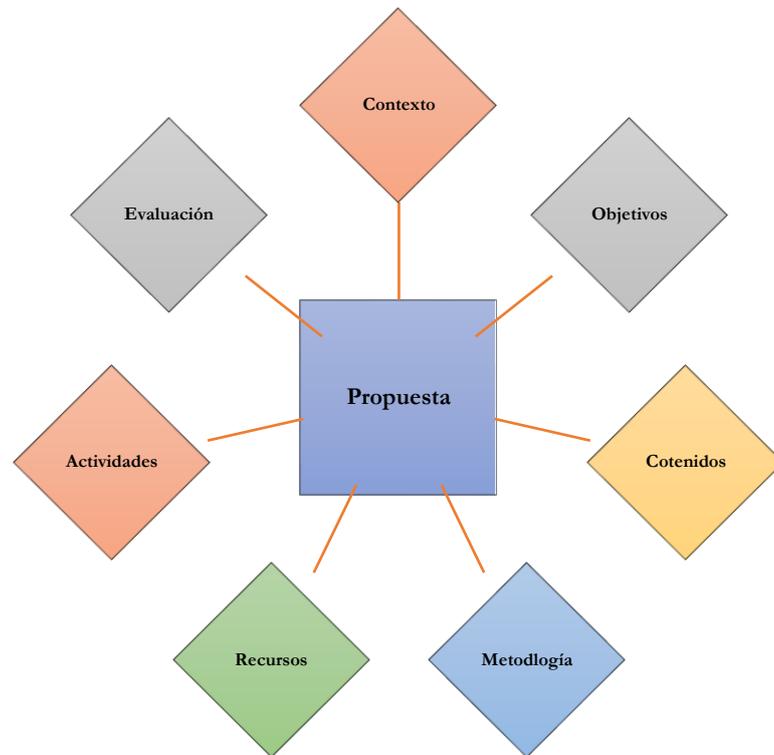
Además, queremos ofrecer a las familias recursos prácticos para trabajar en el hogar la educación emocional, de una forma lúdica, lo cual puede favorecer que todos los miembros de la familia (tanto adultos como niños), de forma progresiva, vayan mejorando su competencia emocional.

Tomando como referencia las capacidades señaladas por Bisquerra (2000), nombradas anteriormente, vamos a diseñar nuestro programa de Educación Emocional. Elaboraremos una batería de actividades divididas en 5 bloques, cada uno de ellos estará orientado a mejorar cada una de las 5 capacidades que hemos visto.

Comenzaremos trabajando la conciencia emocional, posteriormente el control emocional y la autoestima; cuando tengamos estos contenidos trabajados y/o afianzados pasaremos a los dos siguientes, la empatía y las habilidades sociales. El motivo por el cual hemos decidido realizarlo en este orden es porque consideramos que para poder alcanzar las competencias que abarca la inteligencia interpersonal es necesario haber adquirido las que comprende la inteligencia intrapersonal.

## 7.2.-PROPUESTA

Figura 2 Aspectos básicos de la propuesta



### Contexto

El programa ha sido diseñado para llevarlo a la práctica en el segundo ciclo de Educación Infantil, más concretamente, un aula de alumnos de 5 años, siendo posible llevarlo a la práctica con alumnos más pequeños modificando algunos aspectos para adaptarlo a sus características evolutivas.

### Objetivos

- Reconocer e identificar emociones propias y ajenas.
- Expresar sus propias emociones y respetar las de los demás.
- Identificar las emociones básicas, sus características principales y la representación de estas.
- Adquirir estrategias de regulación emocional.
- Adquirir una imagen ajustada de uno mismo reforzando la autoestima y valorando los aspectos positivos tanto de uno mismo, como de los demás.
- Tomar conciencia de la interacción entre emoción y comportamiento.
- Favorecer la cohesión grupal.

### Contenidos

- Reconocimiento e identificación de las emociones propias
- Reconocimiento e identificación de las emociones ajenas

- Emociones básicas: características y representación
- Procedimientos y estrategias de regulación emocional
- Identificación de respuestas emocionales
- Imagen ajustada y positiva de nosotros mismos y los demás

### **Metodología**

El programa sigue como principal referencia metodológica el Aprendizaje Cooperativo, ya que consideramos que esta opción metodológica favorece el desarrollo de la educación emocional. Para ello proponemos actividades tanto en gran grupo, como en grupos más reducidos, en los que los alumnos deben poner en práctica habilidades sociales para su correcto funcionamiento.

Además, el programa está basado en una serie de principios metodológicos que consideramos importantes tenerlos en cuenta a la hora de llevar a cabo la labor educativa.

Las actividades planteadas fomentan el aprendizaje significativo y globalizador, ya que consideramos que el alumno debe poder establecer relación entre sus experiencias previas y los nuevos aprendizajes, en todos los ámbitos educativos, planteando actividades activas, ya que la actividad física y mental son unas de las fuentes principales de aprendizaje, atendiendo de este modo al principio de movimiento, y partiendo en todo momento del nivel de desarrollo de cada uno de los alumnos.

A lo largo del programa planteamos actividades con cierto carácter lúdico, puesto que el juego, en esta etapa educativa, es una actividad natural que nos ayuda a transmitir conocimientos de una forma natural.

Todo ello en un ambiente cálido y acogedor, que nos permita ofrecer seguridad al alumno, favoreciendo de este modo la expresividad emocional.

### **Recursos**

Los recursos materiales necesarios para llevar a cabo las actividades planteadas a continuación están compuestos por diversas fichas de trabajo, lectura de cuentos, etc., los cuales aparecen especificados en cada una de las actividades y adjuntadas en anexos.

En cuanto a los recursos personales, se cuenta con el docente del aula, la colaboración en determinados momentos de docentes de apoyo, así como la participación de las familias siempre que sea posible.

Las actividades se realizarán en el aula ordinaria y el aula de psicomotricidad, pudiendo llevarse a cabo parte de ellas en el patio si las condiciones meteorológicas lo permiten.

## Actividades

### ACTIVIDAD 1. Las Emociones

#### Objetivos

- Reconocer diferentes emociones
- Identificar las emociones y sus características principales
- Representar las emociones principales

#### Temporalización

Las actividades se realizarán a lo largo de dos sesiones de 40 minutos cada una. En la primera de ellas se realizarán los tres primeros apartados y en la segunda los 3 siguientes.

#### Recursos

- Modelo de página del libro para rellenar (Anexo 1)
- Cartas de las emociones (Anexo 2)
- Fichas de las emociones
- Fotos de los niños

#### Desarrollo de la actividad

En asamblea, presentamos cada una de las emociones con la ayuda de las tarjetas, en las que aparecen el nombre de la emoción y un dibujo del rostro representándolas. En todo momento lo acompañamos de diálogo, donde los alumnos se expresen libremente.

A continuación, en grupo base, se le entrega a cada uno de ellos las tarjetas con el rostro que representa cada emoción, y por otro lado, los nombres de dichas emociones, debiendo unir cada tarjeta con su nombre. Finalmente deben verbalizar o escribir en el dorso de la tarjeta, alguna característica de esa emoción.

Al finalizar todos los grupos, volvemos a asamblea. Cada grupo muestra lo que ha decidido poner en cada tarjeta, intentamos completar las que se han dejado en blanco con la ayuda de los otros grupos, y ponemos en común las características de cada emoción.

En otra sesión, practicaremos frente al espejo la expresión de las emociones en el rostro de la siguiente forma, el profesor dice una emoción y todos deben representarla en su rostro, sirviendo el espejo de ayuda para poder observarse. A continuación, en grupo base continúan practicándolo de la siguiente manera, uno de los alumnos coge una tarjeta de las emociones, representa la emoción en el rostro, sus compañeros deben adivinar de que emoción se trata. Finalizaremos la sesión realizando una foto a cada alumno expresando una emoción, de tal forma que cada miembro del grupo represente una de ellas.

Finalizaremos la actividad realizando un libro de las emociones por grupo, en el que aparecen: el nombre de la emoción, sus características principales y la representación de la emoción en el rostro, en donde colocaremos las fotos realizadas a los alumnos anteriormente.

#### Actividades complementarias

A medida que vamos avanzando en el programa podemos ir añadiendo más emociones para trabajar con ellas.

En el caso del libro, según vayamos trabajando otros apartados iremos añadiendo hojas con diversos contenidos.

## ACTIVIDAD 2. El gran libro de las emociones

### Objetivos

- Reconocer las emociones que aparecen en el relato
- Tomar conciencia de la interacción entre emoción y comportamiento

### Temporalización

La actividad se llevará a cabo en una sesión de 40 minutos. Los 10 primeros minutos estarán dedicados a la lectura del cuento y comentario; los 15 minutos siguientes, al trabajo en el grupo base, y los últimos 15 a la puesta en común y evaluación grupal

### Recursos

- Libro “El gran libro de las emociones”
- Imágenes de los personajes
- Tarjetas de las emociones

### Desarrollo de la actividad

En gran grupo, la profesora lee una historia del libro “El gran libro de las emociones”, a continuación, se comentarán las emociones que experimenta el personaje a lo largo del cuento y porque siente esas emociones.

Posteriormente, en grupo base, se reparte a cada grupo varias imágenes de diferentes partes del cuento y las tarjetas de las emociones. El grupo debe unir cada una de esas imágenes con la emoción que experimenta el personaje en ellas.

Finalmente, en asamblea, cada grupo muestra las imágenes con la emoción asignada y comentamos entre todos.

### Actividades complementarias

En gran grupo, el profesor lee una historia del libro “El gran libro de las emociones”. A continuación, se comentarán las emociones que experimenta el personaje del cuento, que hace que se sienta así, etc.

En grupo base se les entrega una imagen de cada uno de los personajes y tarjetas con las emociones que aparecen en el cuento, entre todos los miembros del grupo deben asignar a cada personaje la emoción que le corresponde. Al finalizar todos los grupos volvemos a gran grupo, un miembro de cada grupo expone la emoción que ha asignado a uno de los personajes, y por qué creen que es así. Entre todos debatiremos si las asociaciones de personaje y emoción son correctas o no, realizando de esta forma la autoevaluación.

Podemos aumentar la dificultad de la actividad incrementando el número de personajes que aparecen en el cuento, o incluso, asignando dos emociones a cada personaje.

### ACTIVIDAD 3 ¿Cómo se sienten?

#### Objetivos

- Reconocer e identificar emociones en otras personas
- Comprender las emociones de los demás

#### Temporalización

La primera parte de la actividad tendría una duración de 15-20 minutos. La segunda parte tendría una duración de 30 minutos.

#### Recursos

- Imágenes de personajes con emociones
- Revistas y periódicos
- Papel continuo para pegar las imágenes

#### Desarrollo de la actividad

En asamblea, la profesora muestra imágenes de personas en las que se aprecie una emoción, los alumnos deben decir que emoción creen que aparece en cada imagen e imaginar porque se puede sentir así esa persona.

A continuación, en grupo base, se le entrega a cada grupo revistas y periódicos, ellos deben buscar y recortar personas que expresen alguna emoción, agrupándolas en emociones.

Finalizaremos la sesión en gran grupo, por turnos cada grupo muestra a sus compañeros las imágenes que han seleccionado y las pegarán en el apartado que corresponda en el mural.

### ACTIVIDAD 4. ¿Qué siento?

#### Objetivos

- Tomar conciencia de las propias emociones

#### Temporalización

La sesión se divide en dos partes, la primera de ellas con una duración de 15 minutos, la segunda 25 minutos

#### Recursos

- Tarjetas que plasmen diferentes situaciones:  
<https://www.actividadesdeinfantilyprimaria.com/wp-content/uploads/2020/11/juego-de-mimica-emociones.pdf>
- Hoja del libro para completar

#### Desarrollo de la actividad

En asamblea, la profesora plantea situaciones a los alumnos, y estos deben decir cómo se sienten en esas situaciones, ejemplificándolo si ellos quieren. Dialogando en todo momento sobre porque puede ser que se sientan así.

En grupo base se rellenan la página del libro correspondiente, en este caso poniendo ejemplos en cada emoción de situaciones que les provocan esa emoción.

#### Actividades complementarias

Podemos ampliar la actividad en grupo base, eligen una tarjeta al azar en las que están plasmadas posibles situaciones y tienen que adivinar entre todos que emoción representa, argumentándolo hasta llegar al consenso.

## ACTIVIDAD 5. Nuestros cuentos

### Objetivos

- Reconocer e identificar emociones

### Temporalización

La sesión se divide en dos partes, la primera de ellas tiene una duración de 20 minutos, y posteriormente se realizará la segunda parte, con una duración de 20 minutos.

### Recursos

- Datos de las emociones, personajes, acción y lugar (Anexo 3)

### Desarrollo de la actividad

En grupo base, cada alumno lanza un dado, en uno de ellos aparecen emociones, en otros personajes, en otras acciones y en otros lugares. Cuando estén todos los dados lanzados, deben crear una historia en la que aparezcan todos esos elementos.

Cuando todos los grupos hayan creado la historia pasamos a asamblea, en ella va saliendo cada grupo a contar su narración.

### Actividades complementarias

Podemos aumentar o disminuir la dificultad añadiendo o quitando dados y por lo tanto personajes, del mismo modo, la dificultad puede aumentar en la extensión de la historia, pasando de un breve relato a un cuento más extenso.

En el caso de crear historias con varios personajes podemos representarlas y que el resto de los compañeros identifiquen que emociones representa cada uno.

## ACTIVIDAD 6. ¿Cómo me siento?

### Objetivos

- Expresar sus propias emociones
- Identificar las emociones de los demás compañeros del aula

### Temporalización

La actividad se realizará en una sesión de 40 minutos.

### Recursos

- Plantilla ¿Cómo me siento? (Anexo 4)
- Pinturas y rotuladores
- Cartulina

### Desarrollo de la actividad

En asamblea, la profesora muestra la plantilla ¿Cómo me siento?, la cual consiste en una cartulina con el dibujo de una silueta humana en el centro, y en un lo laterales siluetas de colores pegadas con velcro. La profesora explica a los alumnos qué es y qué refleja, mostrándole su uso, a continuación, pone ejemplos de situaciones y los alumnos deben decir cómo se siente el personaje del ejemplo y el color de la silueta que creen que refleja esa emoción.

Posteriormente, en grupo base, se le entrega a cada alumno una plantilla ¿Cómo me siento? para que la decore libremente. Finalizamos colocando cada silueta en la parte trasera del respaldo de la silla de cada alumno, y les ofrecemos la oportunidad de marcar en él la emoción que les identifica en ese momento.

La silueta estará siempre colocada en la silla de cada alumno, pudiendo libremente marcar cada día la emoción que los representa.

### ACTIVIDAD 7. La Ira

#### Objetivos

- Adquirir estrategias de regulación emocional

#### Temporalización

Se realizará en dos sesiones de 30 minutos de duración, que se pueden repetir a lo largo del curso como algo habitual

#### Recursos

- Lectura para realizar la relajación (Anexo 5)
- Vídeo para regular la respiración :<https://www.youtube.com/watch?v=0I1qohoJ3r8>

#### Desarrollo de la actividad

En asamblea dialogamos sobre la ira, que es, que nos pasa cuando sentimos ira, etc. A continuación, realizamos una sesión de relajación, quizás hablar aquí de la técnica de la tortuga. Del mismo modo, en sesiones posteriores, en asamblea hablamos del estrés, dialogamos y posteriormente realizamos una actividad de control de la respiración para controlar el estrés. Al finalizar ambas actividades, pasamos a grupo base, y completamos la hoja del libro correspondiente a esas emociones en la que pongan ejemplos de cómo se comportan cuando sienten esas emociones y otra en la que pongan que pueden hacer para no sentirse así.

### ACTIVIDAD 8. La tristeza

#### Objetivos

- Desarrollar habilidades de afrontamiento en diversas situaciones

#### Temporalización

La actividad se llevará a cabo a lo largo de una sesión de 40 minutos

#### Recursos

- Modelo hoja del libro

#### Desarrollo de la actividad

En asamblea comentamos como nos sentimos cuando estamos tristes, y que cosas podemos hacer para sentirnos mejor.

A continuación, en grupo base, rellenarán la hoja del libro correspondiente, en la que deben escribir o dibujar cosas que pueden hacer cuando se sienten tristes para sentirse mejor.

### ACTIVIDAD 9. Risoterapia

#### Objetivos

- Adquirir competencias para autogenerar emociones positivas

#### Temporalización

La actividad se llevará a cabo en una sesión de 40 minutos

#### Recursos

- Tarjetas de cartulina (Anexo 6)

#### Desarrollo de la actividad

En asamblea hablaremos de la risa, sobre cómo nos hace sentir, qué nos causa risa, etc. A continuación, en grupo base, cada alumno debe escribir algún chiste en las tarjetas, o verbalizarlo, cuando todos hayan finalizado, se mezclan las tarjetas de todos, por turnos, deben coger una tarjeta y contar el chiste que aparece en ella.

Posteriormente, realizaremos de nuevo la parte final de la actividad, pero en gran grupo, compartiendo de este modo los chistes entre todos los compañeros.

#### Actividades complementarias

Podemos intercambiar las tarjetas con los chistes entre los diferentes grupos base.

### ACTIVIDAD 10 ¿Cómo me veo?

#### Objetivos

- Reconocer como son
- Valorar aspectos positivos de uno mismo y de los demás

#### Temporalización

La actividad se llevará a cabo en una sesión de 40 minutos de duración

#### Recursos

- Espejo
- Folios

#### Desarrollo de la actividad

En gran grupo, los alumnos se colocan frente al espejo y se observan durante unos minutos, a continuación, cada uno debe escribir en el folio como se ve, o verbalizarlo, así como aspectos positivos sobre él. A continuación, en grupo base, cada alumno muestra lo que ha escrito o dibujado en el folio y el resto de los compañeros añaden aspectos positivos que ellos consideran que tiene y no aparecen reflejados.

#### Actividades complementarias

Podemos realizar la última parte de la actividad con los otros grupos base.

### ACTIVIDAD 11. Nuestro gran Sol

#### Objetivos

- Reforzar la autoestima de los alumnos
- Favorecer la cohesión grupal

#### Temporalización

La actividad se llevará a cabo en una sesión de 40 minutos

#### Recursos

- Plantilla para realizar el sol (Anexo 7)
- Pinturas y rotuladores
- Pegamento

#### Desarrollo de la actividad

En grupo base confeccionan el sol, para ello la profesora les entrega los ramos que lo componen, cada alumno tiene un rayo, en el que debe escribir o dibujar aspectos positivos suyos, cuando todos los hayan realizado, van rotando los rayos para que escriban un algo bueno a cada compañero en su rayo. Cuando todos hayan finalizado se les entrega el centro del sol, en el que, entre todos, deben escribir cosas positivas del grupo. Posteriormente pegamos los rayos al centro del sol.

Finalizamos la actividad en asamblea, mostrando cada grupo su sol al resto de compañeros.

#### Actividades complementarias

Podemos realizar la misma actividad en gran grupo, realizando un sol más grande, cada rayo perteneciendo a un alumno, y en el centro escribir los aspectos positivos de la clase.

<b>ACTIVIDAD 12. Caja de la alegría</b>	
<b>Objetivos</b>	- Autogenerar emociones positivas cuando se sientan tristes
<b>Temporalización</b>	La actividad se llevará a cabo a lo largo de una sesión de 40 minutos
<b>Recursos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caja de cartón</li> <li>- Nariz de payaso</li> <li>- Fotos de recuerdos bonitos</li> <li>- Tarjetas con chistes</li> <li>- Tarjetas con frases o dibujos bonitos</li> </ul>
<b>Desarrollo de la actividad</b>	<p>En asamblea, la profesora junto a los alumnos comenta que cosas les provocan felicidad, y recuerdan actividades anteriores en las que se ha trabajado sobre este aspecto, por ejemplo, el taller de chistes, los soles, etc. A continuación, la profesora les muestra una caja, en cuyo interior se encuentran objetos que a la profesora le hacen sentir bien, como por ejemplo una foto de ella con sus alumnos, una foto de su familia, un recuerdo de un viaje, tarjetas con chistes, etc. A continuación, cada grupo base debe confeccionar su caja de la alegría, decorándola y consensuando que objetos introducen en su interior.</p> <p>Las cajas estarán durante el resto de curso a disposición de los alumnos para que puedan acudir a su caja cuando lo necesiten.</p>

<b>ACTIVIDAD 13. Las normas del aula</b>	
<b>Objetivos</b>	- Definir las normas del aula
<b>Temporalización</b>	La actividad se llevará a cabo a lo largo de una sesión de 40 minutos de duración
<b>Recursos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cartulina grande</li> <li>- Pinturas, rotuladores, etc.</li> </ul>
<b>Desarrollo de la actividad</b>	<p>En asamblea se realiza un consenso sobre las normas que consideramos importantes mantener en el aula. Los alumnos van dando ideas y la profesora lo apunta en la pizarra, y se eligen algunas de ellas.</p> <p>A continuación, se realiza un mural en el que aparezcan las normas del aula seleccionadas.</p>

### **Evaluación**

La evaluación se llevará a cabo según lo establecido en la ORDEN EDU/721/2008, de 5 de mayo, por la que se regula la implantación, el desarrollo y la evaluación del segundo ciclo de la educación infantil en la Comunidad de Castilla y León.

Se realizará de forma continua, global y formativa, y se llevará a cabo a través de la observación sistemática y directa.

Para ello utilizaremos diferentes instrumentos, como, escala de estimación (Anexo 8), listas de control (Anexo 9), diario de clase (Anexo 10) y anecdotario (Anexo 11) ; mediante la triangulación de los datos obtenidos, realizaremos la evaluación.

Del mismo modo, realizaré una evaluación mi labor realizada (Anexo 12), centrándome en aspectos relativos a la duración adecuada de las actividades, adecuación de las actividades a las características de los alumnos, organización espacial, agrupamiento de alumnos, etc.

La información aportada por todos estos documentos me facilitará el análisis del alcance de la propuesta metodológica, puesto que me mostrará las partes positivas de este, así como las partes que deben ser modificadas para mejorar su práctica en un aula.

## **8.-CONCLUSIONES, LIMITACIONES Y PROPUESTAS DE MEJORA**

Tras la realización del presente TFG sobre la educación emocional en la etapa de educación infantil a través de las metodologías activas y para concluir me gustaría analizar y comentar en qué medida, el desarrollo de este me ha facilitado la consecución de los objetivos marcados al inicio del presente TFG.

Y en líneas generales he de decir que a realización del presente TFG me ha facilitado la ampliación de conocimientos tanto en el ámbito de la educación emocional, como en el campo de las metodologías activas. De este modo, dicho TFG me aporta una mayor comprensión y conocimiento del tema a la vez que me ha servido para tomar mayor conciencia respecto a la necesidad y utilidad de trabajar la educación emocional en el aula e incidir en la formación como futura profesional respecto al tema.

En el caso de la educación emocional, los conocimientos adquiridos a través de la lectura de diversos materiales me han facilitado la comprensión de ese ámbito tan importante de los alumnos, el cual en ocasiones se encuentra en un segundo plano. Además, me ha aportado beneficios a nivel personal, puesto que es un ámbito en el que no había trabajado con anterioridad, y la adquisición de todos estos conocimientos ha mejorado mi alfabetización emocional.

En cuanto a las metodologías activas la realización de este TFG me ha aportado los conocimientos básicos de varias de ellas, pero especialmente en el Aprendizaje Cooperativo, puesto que era una de las metodologías que consideraba más favorecedora para trabajar la educación emocional.

En lo referente a la propuesta metodológica, nace a partir del análisis de varios programas de educación emocional, dicho análisis me permitió observar las diferencias y similitudes entre ellos, aportándome varios enfoques para trabajarlo, convirtiéndose todos ellos en el punto de partida de mi propuesta metodológica y fuente de inspiración.

Dicha propuesta metodológica está indicada para llevarla a cabo con alumnos de 5 años, pudiendo realizar las modificaciones oportunas para adaptarlo a niveles superiores o inferiores. Al no estar diseñada para un grupo de alumnos concreto, es necesario que antes de llevarla la práctica sea adaptada y concretada al grupo clase.

Por todo ello, considero que he alcanzado los objetivos propuestos, a pesar de las dificultades e inconvenientes encontrados.

En el caso de la fundamentación teórica, la principal dificultad que he encontrado ha sido la concreción de la información, debido a la gran cantidad de documentación.

En cuanto a las limitaciones de dicha propuesta, destaco la imposibilidad de llevarla a la práctica, lo cual nos impide tener una visión real del aula, y, por consiguiente, no nos aporta la información necesaria para realizar modificaciones y adaptaciones en sus diferentes apartados (objetivos, actividades, etc.).

El no haber tenido la posibilidad real y directa de implementar en el aula la propuesta de intervención presentada entiendo que tiene que servir de estímulo para que, en la práctica y cuando me encuentre en activo, pueda retomar lo que ahora, en este TFG ha quedado como mera propuesta de intervención.

Para finalizar me gustaría resaltar la importancia que tiene la educación emocional desde las primeras etapas de la educación, tal como aparece reflejado en la LOMLOE, Capítulo I. Educación Infantil, Artículo 12. Principios generales, la finalidad de la Educación Infantil es la de contribuir a desarrollo físico, afectivo, social, cognitivo y artístico del alumnado, así como la educación en valores cívicos para la convivencia.

Del mismo modo, considero de vital importancia la formación del profesorado en este ámbito, pues es imprescindible una base sólida y una formación adecuada para poder trabajar con sus alumnos cuando sea docente.

## 9.-REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Agirrezabala Gorostidi, R. (s.f.). *Inteligencia emocional. Educación infantil 2º ciclo*. Gipuzkoa: Gipuzkoako Foru Aldundia.
- Bandura. (1987). *Teoría del aprendizaje social*. España: Espasa Universitaria.
- Bisquerra. (2000). *Educación Emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación educativa*, 21(1), 7-43.
- Bisquerra. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 95-114.
- Bisquerra, R. (, Punset, E., Mora, F., García Navarro, E., López-Cassá, E., Pérez-González, J. C., . . . Planells, O. (2012). *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Esplugues de Llobregat (Barcelona): Hospital Sant Joan de Déu.
- Bisquerra, R. ; Agulló, M. J. ; Filella, G. ; García, E. ; López, E. (2010). *La educación emocional en la práctica*. Barcelona: Horsori Editorial.
- Bonwell, C. &. (1991). *Active learning: creating excitement in the classroom*. Washington: The George Washington University.

- Campillo Ranea, E. C. (s.f.). *Junta de Andalucía*. Recuperado el 12 de 03 de 2021, de <https://www.juntadeandalucia.es/educacion/portals/delegate/content/ab2f1d46-cd27-47f8-b849-e928a701df05>
- Coord. Muñoz, M. (2019). *Incorporación de metodologías activas al aula: Aprendizaje Cooperativo*. Asturias: CPR Asturias.
- De Andrés Viloría, C. (2005). La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela. Programa de educación emocional, nuevo reto en la formación de los profesores. *Tendencias Pedagógicas*, 109-123.
- Delors. (1996). *Learning: The treasure within. Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre educación para el S.XXI*.
- Dolores Hurtado, M. (2013/2014). *Programa de educación emocional. Centro de Recursos CPEE Pérez Urruti*.
- Fundación Botín. (2011). *Educación Emocional y Social. Análisis Internacional*. Santander: Fundación Botín.
- Fundación Botín. (2013). *Educación Emocional y Social. Análisis Internacional*. Santander: Fundación Botín.
- Fundación Botín. (2015). *Educación Emocional y Social. Análisis Internacional*. Santander: Fundación Botín.
- Fundación Marcelino Botín. (2008). *Educación Emocional y Social. Análisis Internacional*. Santander: Fundación Marcelino Botín.
- Gardner. (1983). *Multiple Intelligences. The Theory in practice*.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.
- González Carretero, E. (2016). *Como trabajar la Inteligencia Emocional mediante el Aprendizaje Cooperativo en 4º curso de Primaria*. Región de Murcia.
- Guiaro Hernández, S. (. (2016). *Una aventura emocionante. Cuaderno de actividades de educación emocional*. Región de Murcia.
- Hurtado Montesinos, M. D. (2015). *Educación Emocional. Programa y Guía de desarrollo didáctico*. Región de Murcia.
- Jiménez, E. (2019). *Metodologías activas de aprendizaje en el aula: Apuesta por un cambio de paradigma educativo*. Aula Magna.
- Johnson, D. W. & Johnson, R. T. . (1989). *Cooperation and Competition: Theory and Research*. Minnesota: Interaction Book Company.
- Labrador, M. J. & Andreu Andrés, M. (2008). *Metodologías Activas*. Valencia: Editorial de la UPV.
- López, Cassá É. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19, 153-167.
- López Cassá, E. (2007). *Educación Emocional. Programa para 3-6 años*. Madrid: Wolters kluwer education.

- López Cassá, E. (2019). *Educación de las emociones en la infancia (0-6 años)*. Wolters Kluwer.
- Lozano González, L., García Cueto, E., Lozano Fernández, L., Pedrosa García, I., & Llanos López, A. (2011). *Los trastornos afectivos en la escuela. Guía del Programa Escolar de Desarrollo Emocional*. Asturias: Consejería de Educación y Ciencia. Dirección General de Políticas Educativas y Ordenación Académica.
- Luelmo del Castillo, M. (2018). Origen y desarrollo de las metodologías activas dentro del sistema educativo español. *Encuentro* 27, 4-21.
- Maestre, J. M. ; Fernández Berrocal, P. (2015). *Manual de inteligencia emocional*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Mayer & Salovey. (1997). What is emotional intelligence? En *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators* (págs. 3-31).
- Menendez- Ponte, M. (2018). El gran libro de las emociones. Barcelona. Duomo Editorial
- Morera, I., Climent, M., Iborra, S., & Atienza, J. (s.f.). Aprendizaje Cooperativo. En *Metodologías activas. Grupo de innovación en metodologías activas* (págs. 45-56). Valencia: Editorial de la UPV.
- Ortiz, Romera, & Ruiz, y. (2017). La competencia para gestionar las emociones y la vida social, y su relación con el fenómeno del acoso y la convivencia escolar. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 27-38.
- Portal de Educación educacyl. (15 de 02 de 2021). Obtenido de <https://www.educa.jcyl.es/profesorado/es/formacion-profesorado/proyectos-relacionados-formacion-permanente-profesorado/inclusion-cambio-metodologico/documentacion/fichas-resumen-metodologias-activas>
- Salovey, & Mayer. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 185-211.
- Tiana, A. (s.f.). Principios de adhesión y fines de la Liga Internacional de la Escuela Nueva. *Transatlántica de educación*, V, 43-48.
- Vallés, A. ; Vallés, C. (2013). *Inteligencia Emocional. Aplicaciones educativas*. Madrid: EOS.
- Varas Mayoral, M., & Zariquiey Biondi, F. (s.f.). *Universidad de Alcalá*. Recuperado el 20 de 02 de 2021, de [http://www3.uah.es/convivenciayaprendizajecooperativo/wp-content/uploads/2016/05/Cap%C3%ADtulo-t%C3%A9cnicas\\_Alumnos-con-altas-capacidades-y-aprendizaje-cooperativo-Libro-Torrego.pdf](http://www3.uah.es/convivenciayaprendizajecooperativo/wp-content/uploads/2016/05/Cap%C3%ADtulo-t%C3%A9cnicas_Alumnos-con-altas-capacidades-y-aprendizaje-cooperativo-Libro-Torrego.pdf)

# ANEXOS

## Anexo 1. Libro de las emociones



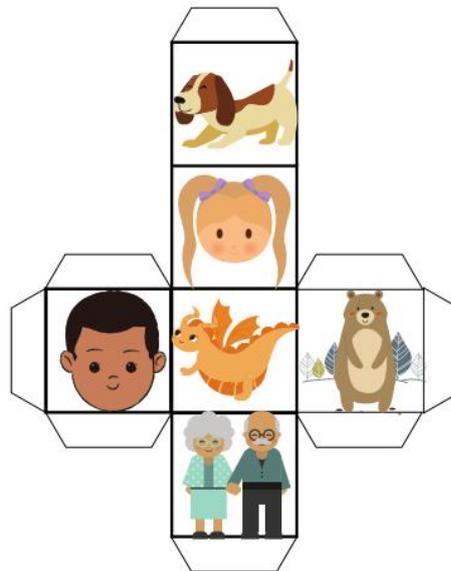
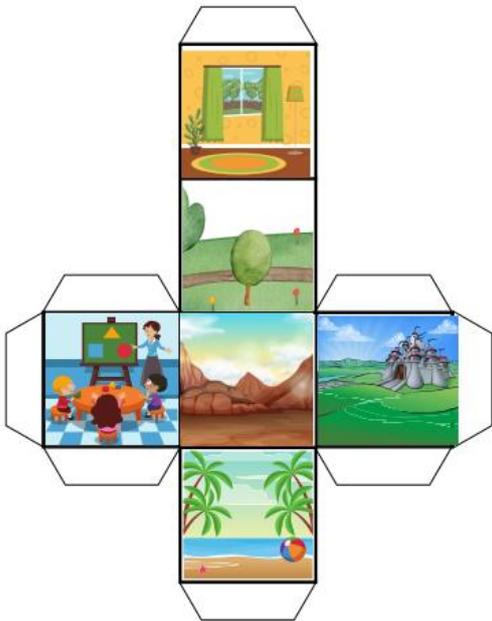
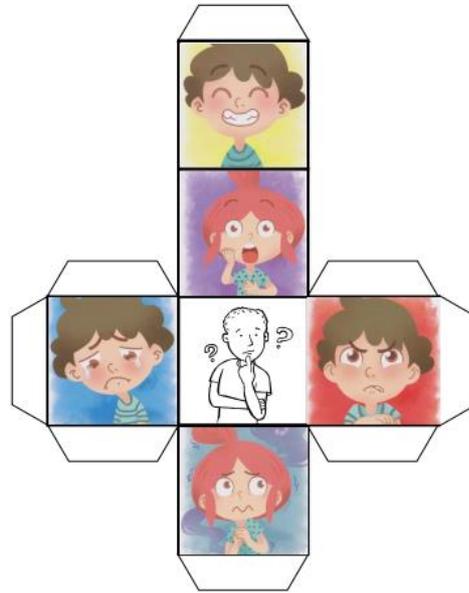
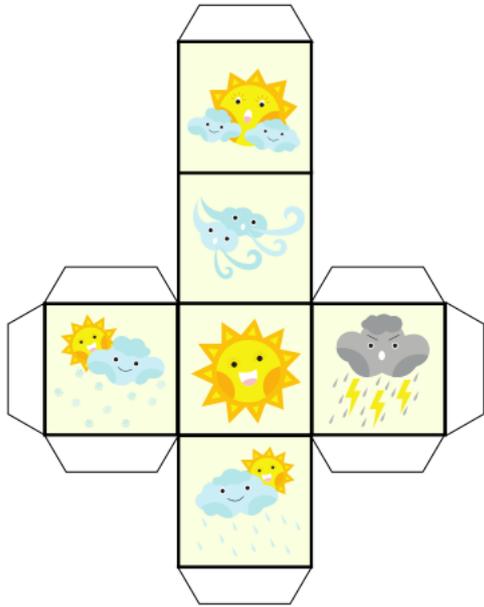
## Anexo 2. Tarjetas emociones

Las tarjetas he imágenes de esta actividad pertenecen al juego Emötiö.

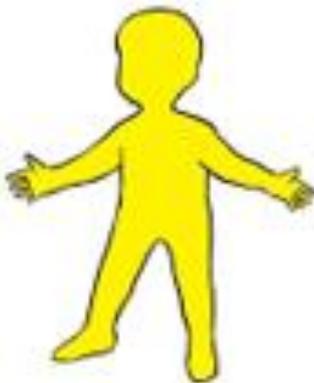


ALGRÍA	Alegría
TRISTEZA	Tristeza
MIEDO	Miedo
RABIA	Rabia
SORPRESA	Sorpresa

### Anexo 3. Cubos



## Anexo 4. Siluetas



## Anexo 5. La Tortuga

### LA TORTUGA

Esta es la historia de una pequeña tortuga a la que le gustaba jugar a solas y con sus amigos. También le gustaba mucho ver la televisión y jugar en la calle, pero no parecía pasárselo muy bien en la escuela.

A esa tortuga le resultaba muy difícil permanecer sentada escuchando a su maestro. Cuando sus compañeros y compañeras de clase le quitaban el lápiz o la empujaban, nuestra tortuguita se enfadaba tanto que no tardaba en pelearse o en insultarles hasta el punto de que luego la excluían de sus juegos.

La tortuguita estaba muy molesta. Estaba furiosa, confundida y triste porque no podía controlarse y no sabía cómo resolver el problema. Cierta día se encontró con una vieja tortuga sabía que tenía trescientos años y vivía al otro lado del pueblo. Entonces le preguntó:

- ¿Qué es lo que puedo hacer? La escuela no me gusta. No puedo portarme bien y, por más que lo intento, nunca lo consigo.

Entonces la anciana tortuga le respondió:

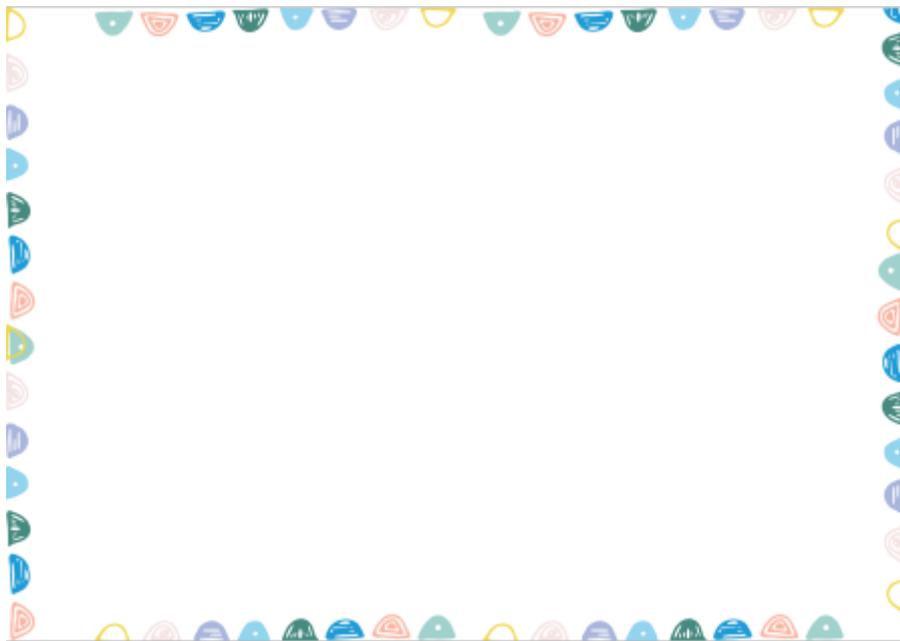
-La solución a este problema está en ti misma. Cuando te sientas muy contrariada o enfadada y no puedas controlarte, métete dentro de tu caparazón (encerrar una mano en el puño de la otra y ocultando el pulgar como si fuera la cabeza de una tortuga replegándose en su concha). Ahí dentro podrás calmarte. Cuando yo me escondo en mi caparazón hago tres cosas. En primer lugar, me digo – Alto - luego respiro profundamente una o más veces si así lo necesito y, por último, me digo a mí misma cuál es el problema.

A continuación, las dos practicaron juntas varias veces hasta que nuestra tortuga dijo que estaba deseando que llegara el momento de volver a clase para probar su eficacia.

Al día siguiente, la tortuguita estaba en clase cuando otro niño empezó a molestarla y, apenas comenzó a sentir el surgimiento de la ira en su interior, que sus manos empezaban a calentarse y que se aceleraba el ritmo de su corazón, recordó lo que le había dicho su vieja amiga, se replegó en su interior, donde podía estar tranquila sin que nadie la molestase y pensó en lo que tenía que hacer. Después de respirar profundamente varias veces, salió nuevamente de su caparazón y vio que su maestro estaba sonriéndole.

Nuestra tortuga practicó una y otra vez. A veces lo conseguía y otras no, pero, poco a poco, el hecho de replegarse dentro de su concha fue ayudándole a controlarse. Ahora que ya ha aprendido tiene más amigos y amigas y disfruta mucho yendo a la escuela

## Anexo 6. Tarjetas chistes



Anexo 7. Sol



## Anexo 8. Escala de estimación

Alumno: Fecha:		Edad:		Curso:	
	Nunca	A veces	Habitualmente	Siempre	
Reconoce sus propias emociones					
Identifica sus emociones					
Reconoce las emociones de los demás					
Identifica las emociones de los demás					
Expresa emociones a través del lenguaje corporal					
Expresa emociones a través del lenguaje verbal					
Respeto las emociones de sus compañeros					
Identificas las emociones básicas y sus características principales					
Pone en práctica estrategias de regulación emocional					
Valora los aspectos positivos propios					
Valora los aspectos positivos de sus compañeros					
Respeto las normas de convivencia					
Muestra interés en las actividades planteadas					
Adquiere confianza en sí mismo					

## Anexo 9. Lista de control

Alumno:	Edad:	Curso:	Fecha:
<b>Logro de objetivos</b>			
<b>Actividad 1.</b>	Sí	No	Observaciones
- Reconocer las emociones que aparecen en el relato			
- Tomar conciencia de la interacción entre emoción y comportamiento			
<b>Actividad 2.</b>	Sí	No	Observaciones
- Reconocer diferentes emociones			
- Identificar las emociones y sus características principales			
- Representar las emociones principales			
<b>Actividad 3.</b>	Sí	No	Observaciones
- Reconocer e identificar emociones en otras personas			
- Comprender las emociones de los demás			
<b>Actividad 4.</b>	Sí	No	Observaciones
- Tomar conciencia de las propias emociones			
<b>Actividad 5.</b>	Sí	No	Observaciones
- Reconocer e identificar emociones			
<b>Actividad 6.</b>	Sí	No	Observaciones
- Adquirir estrategias de regulación emocional			
<b>Actividad 7.</b>	Sí	No	Observaciones
- Expresar sus propias emociones			
- Identificar las emociones de los demás compañeros del aula			
<b>Actividad 8.</b>	Sí	No	Observaciones
- Desarrollar habilidades de afrontamiento en diversas situaciones			
<b>Actividad 9.</b>	Sí	No	Observaciones
- Adquirir competencias para autogenerar emociones positivas			
<b>Actividad 10.</b>	Sí	No	Observaciones
- Autogenerar emociones positivas cuando se sientan tristes			
<b>Actividad 11.</b>	Sí	No	Observaciones
- Reconocer como son			
- Valorar aspectos positivos de uno mismo y de los demás			
<b>Actividad 12.</b>	Sí	No	Observaciones
- Reforzar la autoestima de los alumnos			
- Favorecer la cohesión grupal			
<b>Actividad 13.</b>	Sí	No	Observaciones
- Definir las normas del aula			

## Anexo 10. Diario de clase

Diario de clase	
Clase:	Fecha:
<b>Observaciones:</b>	

## Anexo 11. Anecdotalio

Anecdotalio		
Fecha:	Hora:	Curso:
Alumnos implicados		
Conductas:		
Causas:		
Consecuencias:		
Aspectos que considerar:		

## Anexo 12. Autoevaluación

	Si	No	Observaciones
Se han logrado los objetivos propuestos			
Las actividades se han realizado en el tiempo estimado			
Las actividades se adecuaban a las características de los alumnos			
Las actividades han resultado motivadoras para los alumnos			
La organización espacial del aula ha sido favorable			
El agrupamiento de los alumnos ha favorecido el aprendizaje cooperativo			
Ha aumentado la cohesión grupal			