



---

**Universidad de Valladolid**

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

TRABAJO FIN DE GRADO:

**LA INTELIGENCIA EMOCIONAL A TRAVÉS DE  
LOS CUENTOS EN EDUCACIÓN INFANTIL**

Curso académico 2021-2022

Presentado por Julia Gómez González para optar al Grado de  
Educación Infantil por la Universidad de Valladolid.

Tutelado por: María Jesús Irurtia Muñiz y Elena Betegón Blanca.

# RESUMEN

El presente Trabajo Fin de Grado (TFG) se dirige a trabajar las emociones en la etapa de Educación Infantil, utilizando el cuento como herramienta didáctica. Para ello, se ha realizado una consulta teórica acerca del concepto y los modelos de Inteligencia emocional y Educación Emocional, así como, un acercamiento a la literatura infantil.

Asimismo, se ha diseñado una propuesta de intervención destinada al segundo curso del segundo ciclo de Educación Infantil, con la que se pretende promover la adquisición de las competencias emocionales a partir de diversas actividades cuyo elemento central es el cuento.

**Palabras clave:** Inteligencia Emocional, Emociones, Competencias emocionales, Cuentos, Educación Infantil.

# ABSTRACT

The Final Degree Project (TFG) is aimed at working the emotions in the Early Childhood Education stage, using the tales as a learning tool. To this end, a theoretical review has been carried out about the concept and models of Emotional Intelligence and Emotional Education, as well as an approach to children's Literature.

Furthermore, an intervention proposal has been designed for the second year of the second cycle of Early Childhood Education, through which it is intended to promote the acquisition of emotional skills from various activities whose key element is the story.

**Keywords:** Emotional Intelligence, Emotions, Emotional Competencies, Stories, Early Childhood Education.

# ÍNDICE

<b>1. INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>4</b>
<b>2. JUSTIFICACIÓN</b> .....	<b>5</b>
<b>3. OBJETIVOS E HIPÓTESIS</b> .....	<b>8</b>
<b>3.1 OBJETIVOS</b> .....	<b>8</b>
<b>3.2 HIPÓTESIS</b> .....	<b>8</b>
<b>4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA</b> .....	<b>9</b>
<b>4.1 ORIGEN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL</b> .....	<b>9</b>
<b>4.2 MODELOS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL</b> .....	<b>11</b>
<b>4.3 EDUCACIÓN EMOCIONAL</b> .....	<b>13</b>
<b>4.4 IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LA ETAPA DE INFANTIL</b> .....	<b>15</b>
<b>4.5 EL CUENTO COMO HERRAMIENTA PARA TRABAJAR LAS EMOCIONES</b> <b>17</b>	
<b>4.6 MARCO LEGISLATIVO</b> .....	<b>19</b>
<b>5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN</b> .....	<b>22</b>
<b>5.1 CONTEXTUALIZACIÓN</b> .....	<b>22</b>
<b>5.2 OBJETIVOS</b> .....	<b>22</b>
<b>5.3 CONTENIDOS</b> .....	<b>23</b>
<b>5.4 COMPETENCIAS</b> .....	<b>23</b>
<b>5.5 METODOLOGÍA</b> .....	<b>25</b>
<b>5.6 TEMPORALIZACIÓN Y PLANIFICACIÓN</b> .....	<b>26</b>
<b>5.7 ACTIVIDADES</b> .....	<b>29</b>
<b>5.8 RECURSOS</b> .....	<b>32</b>
<b>5.9 EVALUACIÓN</b> .....	<b>34</b>
<b>6. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES</b> .....	<b>36</b>
<b>7. LIMITACIONES Y LÍNEAS FUTURAS</b> .....	<b>39</b>
<b>8. REFERENCIAS</b> .....	<b>40</b>
<b>9. ANEXOS</b> .....	<b>44</b>
<b>Anexo A. Actividades</b> .....	<b>44</b>
<b>Anexo B. Ficha de evaluación</b> .....	<b>78</b>

# 1. INTRODUCCIÓN

Las emociones están presentes en nuestro día a día y tienen una función fundamental en el crecimiento, en los aprendizajes, así como, en el bienestar y el desarrollo integral de las personas, por lo que es vital trabajarlas desde edades tempranas.

El presente trabajo tiene como finalidad fomentar el desarrollo de la Inteligencia emocional en el contexto escolar ya que es un ámbito en el que conviven numerosas emociones a lo largo de la jornada. Así pues, se ha llevado a cabo una revisión bibliográfica acerca del concepto y los modelos de Inteligencia Emocional, al igual que, de los beneficios que aporta la educación emocional en la etapa de Educación Infantil y también, se ha aludido al marco legislativo actual. Asimismo, se ha realizado una aproximación a la literatura infantil, en concreto, al papel primordial del cuento como recurso educativo para tratar las emociones y comprender nuestro mundo interior y el de los demás.

Por otro lado, se ha planteado una propuesta didáctica con diversas actividades destinadas a trabajar las emociones básicas, en concreto, alegría, tristeza, miedo, enfado y calma, en un aula del segundo ciclo de Educación Infantil, relativa a cuatro años. El eje motivador para tratar cada una de las emociones es el cuento infantil, al ser una herramienta didáctica adecuada para promover el desarrollo emocional de los niños. Además, se han diseñado otras actividades para afianzar las emociones y trabajarlas de manera conjunta.

Finalmente, se han reflejado las conclusiones relativas a la elaboración del trabajo, tal como, las limitaciones, posibles líneas futuras y las referencias consultadas para la realización del marco teórico.

## 2. JUSTIFICACIÓN

Se ha escogido la Inteligencia emocional como tema a tratar en el presente Trabajo Fin de Grado (TFG) por diversas razones que se reflejan a continuación.

Durante la realización de las practicas se ha observado una ausencia en la gestión y expresión de las emociones por parte de los alumnos. Cabe destacar que, en algunas situaciones de la jornada escolar, no se conocía lo que les podía ocurrir ya que no lo manifestaban y a veces ellos mismos no percibían el motivo de su estado de ánimo.

Bisquerra (2010, 2011) menciona que la educación emocional debe ser formativa, constante y duradera en el tiempo para lograr un crecimiento y desarrollo humano adecuado. Por consiguiente, debe figurar en el currículo escolar, comenzándose a trabajar desde la etapa de Educación Infantil y continuándose como una formación constante a lo largo de la vida. Por estos motivos, se debe fomentar desde edades tempranas para poder obtener mayor bienestar personal y social.

Además, Educación Infantil es la etapa de máxima expresividad, donde los sentimientos están a flor de piel, duran segundos y los estados emocionales varían con gran frecuencia. Así pues, ha de destacarse la importancia de tratar la educación emocional en el contexto escolar, creando un clima emocionalmente sano donde los alumnos dispongan de una plena libertad para exteriorizar sus sentimientos y compartirlos con sus compañeros. De esa manera, se fomentará el desarrollo de las competencias emocionales a través de las cuales, los alumnos pongan nombre a sus sentimientos, los identifiquen y regulen, así como, los de los demás.

Hoy en día, los niños intensifican sus estados impulsivos, de agresividad y nerviosismo, en definitiva, poseen mayor número de problemas emocionales. De acuerdo con Goleman (1996), la escuela es el lugar idóneo para tratar de resolverlos, contribuyendo al desarrollo de algunas de las habilidades humanas, entre las que destacar, autocontrol, empatía, escucha y colaboración.

Además, se ha seleccionado trabajar la Inteligencia emocional a través de los cuentos ya que además de ser un elemento de disfrute, estimula la imaginación y la creatividad y de igual modo, ayuda a los alumnos a empatizar con los personajes, poniéndose en su lugar. Ibarrola (2010) sostiene que los cuentos permiten observar lo que nos rodea, adentrarnos a conocer la vida de los demás, así como, sentirnos identificados con las emociones que experimentan los personajes ante diversas situaciones.

Asimismo, Martínez-Hita (2017) defiende que a partir los cuentos se refleja lo que sucede en el mundo interior de los niños, de igual modo, comenta que son adecuados para ayudarles a enfrentarse a los problemas internos que surgen en el transcurso de su crecimiento y desarrollo. Por ello, el cuento es una herramienta didáctica adecuada para tratar las emociones en la etapa de Educación Infantil.

Por otro lado, se debe hacer referencia a que la propuesta didáctica planteada en este trabajo es original y de elaboración propia, así mismo, está compuesta por numerosas actividades a través de las cuales se emplean recursos específicos y manipulativos que despiertan el interés del alumnado. De igual manera, se va a tratar un cuento general que engloba todas las emociones y seguidamente, uno concreto para trabajar cada una de ellas, por lo que, se pretende obtener un trabajo más individualizado con cada emoción. Una vez se hayan tratado todas, se llevarán a cabo actividades de expresión artística, digitales y de relajación, entre otras, para afianzar los conocimientos. Estos aspectos previamente nombrados diferencian este trabajo de otros que están relacionados con las emociones.

A continuación, se indican las competencias correspondientes al grado de Educación Infantil reglamentadas por la Orden ECI/3854/2007, de 27 de diciembre, que regula el Título de Maestro en Educación Infantil.

#### **Competencias generales:**

- Que los estudiantes apliquen los conocimientos adquiridos en su trabajo y demuestren las competencias correspondientes a su ámbito de investigación.

## **Competencias específicas:**

### *De formación básica:*

- Entender los procesos educativos y de aprendizaje en la etapa 0-6 en el entorno escolar y percibir insuficiencias emocionales que alteren el desarrollo físico y cognitivo de los alumnos.
- Comprender las leyes que regulan los centros educativos.

### *Didáctico disciplinar:*

- Emplear las tecnologías de la información y la comunicación como instrumento de aprendizaje.
- Contribuir a un adecuado progreso en la manifestación y comunicación oral a través de la interacción.
- Comprender la literatura infantil y emplear instrumentos que fomenten la aproximación a la lectura.

### *Trabajo Fin de Grado:*

- Controlar las competencias sociales para promover un ambiente estimulante que favorezca el aprendizaje cooperativo.
- Vincular la teoría y la práctica con el aula y el centro educativo.

Por último, ha de mencionarse que el trabajo presente se ha fundamentado en un caso concreto estudiado durante el periodo de prácticas correspondiente al prácticum II.

## **3. OBJETIVOS E HIPÓTESIS**

### **3.1 OBJETIVOS**

El objetivo principal consiste en desarrollar las competencias emocionales en alumnos del segundo ciclo, en concreto, el segundo curso de Educación Infantil a partir de cuentos y otras actividades, diseñadas en una propuesta de intervención para favorecer la autoestima, así como, las habilidades sociales y la autorregulación.

A continuación, se reflejan los objetivos específicos:

- Consultar la teoría relativa a la Inteligencia y Educación emocional para ampliar los conocimientos y llevar a cabo una correcta propuesta didáctica.
- Elaborar una propuesta de intervención para trabajar la Inteligencia emocional, utilizando el cuento como eje motivador, en un aula del segundo ciclo de Educación Infantil, correspondiente a los cuatro años.
- Comprender la importancia del cuento como herramienta educativa para tratar las emociones.

### **3.2 HIPÓTESIS**

La hipótesis planteada en el presente trabajo es:

A través de la realización de la propuesta didáctica, los alumnos de cuatro años correspondientes al segundo ciclo de Educación Infantil adquirirán las competencias emocionales, identificando, expresando y comprendiendo lo que sienten, de esta manera, se favorecerá la autoestima, la autorregulación y el desarrollo de las habilidades sociales.

# 4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

## 4.1 ORIGEN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Previo a tratar la Inteligencia emocional, se ha llevado a cabo un recorrido histórico acerca del concepto de inteligencia. Los estudios relacionados con dicho concepto, los cuales fueron fundamentales para la posterior investigación, comenzaron con Broca (1824-1880) quien estudió sobre la medición del cráneo humano, así como, de sus características. Simultáneamente, Galton (1822-1911) empleó diversas técnicas estadísticas para averiguar los genios.

A principios del siglo XX, concretamente en 1905, se elaboró el primer test de inteligencia por parte de Alfred Binet (1857-1911), con el objetivo de ser una herramienta para diferenciar a los alumnos que podían escolarizarse en centros ordinarios de aquellos que debían permanecer en los correspondientes a la educación especial. Se realizaron numerosas observaciones acerca del funcionamiento de las pruebas hasta que anunciaron su utilidad para medir el rendimiento académico. Las personas que lograban puntuaciones altas eran más propensas a obtener mejores resultados en la escuela (Bisquerra et al. 2015).

A lo largo de este siglo, se popularizaron los test de inteligencia y se establecieron los principios básicos relacionados con dicho concepto, a través de los cuales se postulaba que solo existía una inteligencia formada por diversos factores, la cual era permanente e inmodificable y se medía con pruebas objetivas, como es el caso de los test de inteligencia.

Por otra parte, Thorndike (1920) definió por primera vez la inteligencia social como un matiz de la inteligencia emocional que te permite entender las necesidades de los demás y comportarte de manera intelectual en las relaciones con el ser humano (Goleman,1996).

Gardner profundizó acerca de la inteligencia y diseñó la teoría de las Inteligencias Múltiples en 1983, con la que pretendía enfatizar acerca de la existencia de un conjunto de inteligencias que todas las personas poseen en diferente medida, las cuales son la inteligencia lógico-matemática, inteligencia lingüística, inteligencia espacial, inteligencia musical, inteligencia cinestésica-corporal, inteligencia existencial, inteligencia

naturalista, inteligencia intrapersonal e inteligencia interpersonal. Entre ellas, se han de destacar dos que mantienen un estrecho vínculo con la inteligencia emocional, en concreto, la inteligencia interpersonal que consiste en la capacidad para comprender a los demás y relacionarse con ellos teniendo en cuenta sus emociones y sentimientos, de igual modo, está formada por la habilidad de dirigir, solucionar problemas y análisis social. Y, por otro lado, la inteligencia intrapersonal que es la capacidad para conocerse a sí mismo en los diferentes acontecimientos que ocurren durante el transcurso de la vida. (Bisquerra et al. 2015)

Otro de los autores que estudió sobre el concepto de inteligencia fue Sternberg, quien implantó la teoría de la inteligencia triárquica en 1985, la cual estaba formada por tres tipos de inteligencia: la analítica, referida a la memoria, el razonamiento y la capacidad analítica; la inteligencia práctica que sirve para solucionar las adversidades del día a día y adaptarse correctamente al entorno (Bisquerra et al. 2015) y la inteligencia creativa referida a las diferentes relaciones que establece el individuo con su experiencia de vida (Prieto y Sternberg, 1991).

Por otro lado, el primer documento científico sobre inteligencia emocional fue elaborado por Salovey y Mayer en 1990, quienes definieron el concepto como la habilidad para controlar y diferenciar las emociones y los sentimientos y emplear lo aprendido para guiar las ideas de uno mismo. Cabe destacar que pasó desapercibido hasta que Goleman lo promulgó cinco años más tarde (Bisquerra, 2010b).

Del mismo modo, Goleman (1996) postula que la inteligencia emocional es un modelo general de inteligencia que te permite descubrir la realidad mediante la conducta y puede ser ordenada por medio de los procesos cognitivos.

Siete años después de su primera definición formal, Salovey y Mayer decidieron reformularla incluyendo la comprensión de las emociones como otra dimensión imprescindible a tratar en la inteligencia emocional.

Según Mayer y Salovey (1997):

la inteligencia emocional implica la capacidad para percibir, valorar y expresar las emociones con exactitud; la capacidad para acceder a, o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la capacidad para comprender las emociones y el

conocimiento emocional; y la capacidad para regular las emociones promoviendo el crecimiento emocional e intelectual. (Bisquerra et al. 2015, p.55)

Desde otro punto de vista, Bar- On (1997) determina la inteligencia emocional como un conjunto de habilidades relacionadas con las emociones y el entorno social que contribuyen en la capacidad para hacer frente a lo que requiere el entorno, de manera real. (Rojas, 2019)

## **4.2 MODELOS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL**

Una vez tratado el concepto de inteligencia y el origen de la inteligencia emocional, se debe destacar la existencia de diversos modelos de inteligencia emocional, de los cuales, se han reflejado los de habilidades de Salovey y Mayer, y los modelos mixtos de Goleman y Bar-On.

### Modelos de habilidades

Son los modelos que basan la inteligencia emocional en habilidades encargadas de procesar la información relacionada con las emociones. (Rojas, 2019)

- **Modelo de Salovey y Mayer (1997)**

El modelo de habilidades de Salovey y Mayer es el más destacado de la Inteligencia emocional, el primero de ellos se llevó a cabo en 1990, sin embargo, ha sido reformulado en diversas ocasiones hasta 1997, cuando se realizó el segundo modelo a través del cual, la inteligencia emocional se organiza en cuatro ramas relacionadas entre sí y estructuradas jerárquicamente que parten de los procesos psicológicos más básicos hasta los más complejos (Bisquerra, 2010b).

Las habilidades que se incluyen en el modelo son:

1. *La percepción emocional* es la habilidad a través de la cual se reconocen las emociones propias, así como, las de los demás. También se refiere a la capacidad para expresar dichos sentimientos junto a sus necesidades, de forma apropiada, del mismo modo que, diferenciar entre aquellos que sean imprescindibles de los que no.

2. *La facilitación emocional del pensamiento* es la habilidad mediante la cual se anteponen las emociones que son verdaderamente importantes. Asimismo, permite que nuestros estados afectivos intervengan cuando se toman decisiones o se resuelven problemas.
3. *La comprensión emocional* es la habilidad a través de la cual se pone nombre a las emociones y se asimila su significado. De igual modo, es aquella que permite ser consciente de los sentimientos complicados e identificar el cambio de una emoción a otra.
4. *La regulación emocional* es la habilidad para controlar las emociones propias y las de los demás, moderando las negativas y estimulando las positivas. Además, hace referencia a la capacidad de reflexionar acerca de los sentimientos ya sean agradables o desagradables.

Relacionado con dicha habilidad, Salovey y Mayer (1990) definen un término denominado “metaexperiencias del estado de ánimo” que consiste en vivencias particulares que poseen las personas relacionadas con las emociones propias que ayudan en el control emocional, algunas de ellas son la revisión de las emociones, la conservación de las agradables y la evitación de las negativas (Bisquerra et al. 2015).

### Modelos mixtos

Son los modelos basados en los rasgos de la personalidad, como la motivación, el control de los impulsos, la tolerancia al fracaso y la confianza, entre otros. (Rojas, 2019)

- **Modelo de Goleman (1995)**

El modelo de Goleman ha desempeñado un papel fundamental en la divulgación del concepto de Inteligencia emocional. Seguidamente, se muestran los componentes que constituyen su modelo. (Bisquerra, 2010b)

- *Autoconciencia*: autoconocimiento emocional, autoevaluación apropiada y confianza en sí mismo.
- *Autorregulación*: control en uno mismo, responsabilidad, flexibilidad y novedad.
- *Automotivación*: motivación de logro, iniciativa, entusiasmo y compromiso.
- *Empatía*: moralidad de organización y guía al servicio.

- *Habilidades sociales*: comunicación, cooperación, liderazgo, estimulación del cambio, formación de alianzas y control de problemas.

- **Modelo de Bar-On (1997)**

El modelo de Bar-On está formado por cinco dimensiones o componentes de la Inteligencia emocional. (Bisquerra, 2010b ; Bisquerra et al. 2015).

- *Inteligencia intrapersonal*: abarca el autoconocimiento emocional, autoestima, asertividad, independencia y autorrealización.
- *Inteligencia interpersonal*: comprende la empatía, responsabilidad social y relaciones interpersonales.
- *Adaptabilidad*: abarca la resolución de conflictos, flexibilidad, a la hora de llevar a cabo un ajuste idóneo de las emociones con las circunstancias de la vida y prueba de realidad, que consiste en la habilidad para valorar la coherencia entre lo que se vive y la realidad.
- *Gestión del estrés*: abarca la tolerancia al estrés y la regulación de la impulsividad.
- *Estado de ánimo general*: está relacionado con la felicidad y el optimismo.

### 4.3 EDUCACIÓN EMOCIONAL

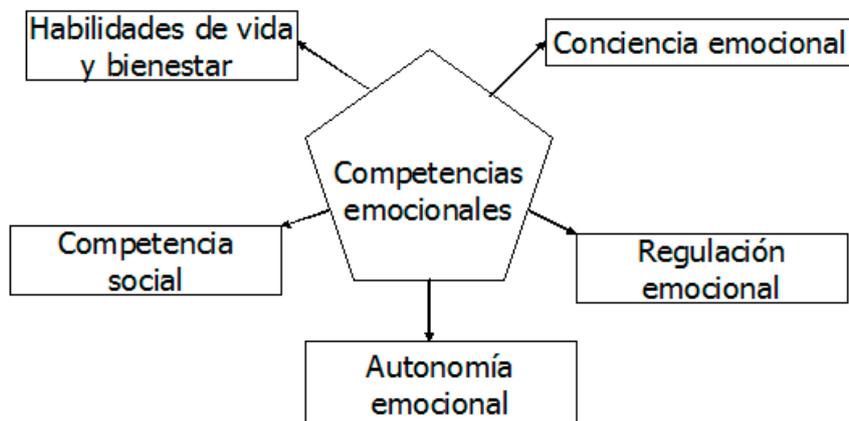
La Inteligencia emocional es un concepto que está englobado en la educación emocional. Bisquerra (2000) define la educación emocional como

un proceso educativo, continuo y permanente que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con el objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social (Bisquerra, 2010a, pp.11-12).

Las competencias emocionales son una totalidad de habilidades y actitudes imprescindibles para concebir, manifestar y gestionar de manera adecuada, los diferentes estados emocionales. A continuación, se expone el modelo pentagonal de las competencias emocionales. (Bisquerra, 2010a)

**Figura 1**

*Modelo pentagonal de las competencias emocionales.*



- **Conciencia emocional:** es la capacidad para ser consciente de las emociones de uno mismo y de las de los demás, así como, identificarlas y ponerlas nombre, haciendo uso de la terminología referente a los estados emocionales. (Bisquerra, 2010a)
- **Regulación emocional:** es la capacidad para expresar los sentimientos que experimentamos de manera apropiada, de igual manera, hace referencia al control emocional, sobre todo, de los estados impulsivos o la frustración, para evitar estados emociones desagradables. Asimismo, consiste en la capacidad para gestionar las emociones agradables y lograr el bienestar emocional (Bisquerra, 2003).
- **Autonomía emocional:** es el conjunto de habilidades relativas a la autogestión personal, entre ellas, autoestima, motivación en uno mismo, actitud positiva, responsabilidad y estudio de las reglas sociales. (Bisquerra, 2010a)
- **Competencia social:** es la capacidad para establecer vínculos afectivos con los demás y posee relación con las habilidades sociales básicas, respeto hacia los demás, comunicación expresiva y receptiva, conducta prosocial, reparto de emociones, asertividad, resolución de problemas y gestión de estados emocionales (Bisquerra, 2010a).

- **Habilidades de vida y bienestar:** son la capacidad de implantar actitudes oportunas para enfrentarse a los retos del día a día y obtener mayor bienestar a nivel personal y social. Incluye el reconocimiento y solución de los conflictos, establecimiento de objetivos reales, negociación, bienestar subjetivo y la generación de experiencias optimas en la vida (Bisquerra,2003).

#### **4.4 IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LA ETAPA DE INFANTIL**

Educación Infantil es la etapa donde se fomenta el desarrollo de las capacidades lingüísticas, físicas, cognitivas, afectivas, sociales y emocionales. Asimismo, las emociones juegan un papel fundamental en el crecimiento de los niños ya que están presentes desde el nacimiento, al principio, son innatas y útiles para sobrevivir y a medida que evoluciona el proceso de crecimiento, se convierten en una herramienta de comunicación con los adultos, así como, con sus iguales.

En un aula de educación infantil conviven numerosos miedos e inquietudes, entre los que resaltar, la ausencia de la figura de apego, por lo que el desarrollo emocional es un eje muy importante para tratar. Además, se debe destacar que el desarrollo de las competencias emocionales beneficia el control de la frustración, agresividad, rabietas y otras conductas inadecuadas, a la vez que, favorece el crecimiento, proceso de aprendizaje y bienestar de los alumnos. Por estas razones, es fundamental educar en emociones desde edades tempranas en el ámbito escolar (López, 2010).

Según Ibarrola (2009) las emociones son el motor de nuestros actos, por lo que es muy posible que las conductas llevadas a cabo por los niños a estas edades respondan a una situación emocional que estén viviendo.

Por otro lado, se han realizado diversos estudios sobre la importancia de trabajar las competencias emocionales en un aula de infantil, mediante los cuales, se ha manifestado un progreso favorable en las actitudes hacia uno mismo y hacia los demás, comportamientos más adecuados en el aula, mejora del rendimiento escolar, así como, del clima de clase. De igual manera, se presencia una disminución de ansiedad, conflictos entre el alumnado y comportamientos inadecuados (Bisquerra, 2016).

Es muy importante que se trabaje la educación emocional en el ámbito escolar y familiar de manera conjunta ya que son los entornos más próximos a los niños. Estos imitan los comportamientos de sus figuras de referencia, en este caso, los padres y la maestra, por lo que la persona adulta debe educarse en competencias emocionales y ofrecer a partir de sus actitudes y conductas, un clima de confianza, afecto y respeto para que los niños se sientan a gusto y seguros (López, 2010).

Ibarrola (2009) propone algunas directrices para tratar el desarrollo de las competencias emocionales en un aula:

- Se ha de basar en experiencias propias de los alumnos donde se ponen de manifiesto las emociones tanto dentro como fuera del aula.
- Se ha de utilizar el momento y la circunstancia para aprender de manera satisfactoria desde un punto de vista educativo.
- Se debe ofrecer el tiempo y espacio adecuado para expresar y comunicar lo que se siente.
- No se ha de cohibir a los alumnos cuando sienten emociones desagradables como el enfado o el miedo ya que es muy importante que también experimenten ese tipo de emociones.
- La asamblea es el lugar idóneo para compartir los sentimientos con los compañeros y de esta manera, empatizar con ellos.
- Por último, se ha de poner a la disposición del alumnado diversos recursos para expresar las emociones a través del lenguaje oral, gestual y corporal , así como, de los cuentos, el dibujo y el juego.

Desde otro punto de vista, López (2010) defiende que los educadores deben crear ambientes emocionalmente sanos a través de los cuales, los alumnos se relacionen con sus iguales, creando vínculos afectivos y saludables y del mismo modo, promover la intervención de las familias en las actividades escolares.

A continuación, se muestran los aspectos principales del desarrollo cognitivo perteneciente a los cuatro años. Según Piaget, dicha edad corresponde a la etapa preoperacional, la cual está caracterizada por un progreso en el desarrollo de las capacidades cognitivas, en cuanto al empleo de símbolos, lenguaje y el uso de esquemas que favorecen la concienciación sobre uno mismo. Asimismo, los niños van constituyendo un pensamiento más razonable, a la vez que, van siendo conscientes de que

una cosa puede simbolizar diferentes hechos. Por otro lado, también se inician en el desarrollo de la empatía, sintiéndose identificados con los sentimientos de los demás.

Esta etapa se subdivide en dos estadios, el simbólico que está comprendido entre los dos y los cuatro años y el intuitivo, desde los cuatro hasta los siete años. Como bien se ha nombrado, el trabajo presente está basado en el segundo curso de Educación Infantil, en concreto, cuatro años, por lo que los niños van a poseer particularidades de cada uno de los subestadios. El relativo al simbólico se determina por el uso de conceptos según sus vivencias, ya que las palabras poseen un significado concreto según lo que ellos han experimentado y vivido mientras se relacionaban con el entorno. Así pues, según el subgrupo intuitivo, los niños van generalizando lo que observan conforme a los conocimientos adquiridos.

Del mismo modo, Piaget estableció diversas características a los infantes situados en dicha etapa. En primer lugar, la centración que consiste en tener en mente un aspecto de un objeto o circunstancia al unísono y el egocentrismo que hace referencia a que las explicaciones y observaciones de los niños se basan en lo vivido por ellos mismos, de esta manera, piensan que lo que ven o sienten lo hacen igual los demás. Asimismo, el juego simbólico predomina en esta etapa ya que tienden a actuar como si fueran otras personas y el animismo al imaginarse que todo lo que les rodea tiene una finalidad e incluso una vida propia. Por último, el artificialismo caracterizado por la creencia de que los aspectos del entorno, como las nubes o los animales, están elaborados por los humanos y la irreversibilidad que consiste en la dificultad de alterar la dirección en la que se producen unos hechos determinados (Triglia,s.f).

#### **4.5 EL CUENTO COMO HERRAMIENTA PARA TRABAJAR LAS EMOCIONES**

En relación con la importancia de tratar la educación emocional en la etapa de Educación Infantil, se ha de comentar que el cuento es un recurso primordial para trabajar las emociones en dicha etapa. Ibarrola (2009) postula que es un recurso por medio del cual podemos adentrarnos en nuestro mundo interno, así como, en el de las personas que nos rodean para ser conscientes tanto de las emociones propias como de las ajenas.

Asimismo, los cuentos permiten a los niños sentirse identificados con los sentimientos de los personajes, construyendo vínculos afectivos y emocionales. (López, 2010, 2011)

De acuerdo con Ibarrola (2015), favorecen la conciencia emocional y el autoconocimiento, te permiten afrontar las adversidades y ser consciente de los hechos, ya que a veces si no se controlan las emociones de manera correcta, puede haber consecuencias negativas mediante las cuales se genere un daño hacia uno mismo o hacia los demás. De igual manera, los cuentos fomentan el desarrollo del optimismo al tener finales felices y la empatía, al ponerte en el lugar de los protagonistas de la historia y reconocer sus sentimientos. También, ayudan a socializar y establecer vínculos afectivos con las personas de nuestro alrededor y es un motor imprescindible en la transmisión de valores.

La lectura de cuentos en la infancia brinda a los niños la oportunidad de indagar en los mundos de ficción donde se muestran realidades de la vida cotidiana, en las que se pueden reconocer diferentes sentimientos vivenciados por los personajes de ficción. A su vez, dicho recurso puede ayudarlos a enfrentarse a distintos conflictos internos que surgen a lo largo de su etapa de desarrollo (Martínez-Hita, 2017).

Asimismo, estimulan la imaginación y el desarrollo del lenguaje puesto que permite a los alumnos descubrir nuevas expresiones o palabras relacionadas con las emociones y los anima a iniciarse en la lectura de cuentos. También es una herramienta adecuada para trabajar la atención, mejorar la concentración y ejercitar la memoria (Córdova-Cando et al. 2021). Estos autores también postulan que es fundamental que la estructura del cuento esté establecida de forma correcta para así, fomentar la curiosidad del lector por averiguar lo que ocurre en el relato desde el principio hasta el final.

Los cuentos poseen otros valores como recursos didácticos ya que fomentan la motivación, despiertan el interés en los alumnos, son transmisores de valores, permiten el desarrollo del pensamiento resolutivo ante posibles problemas y favorecen la creatividad y el mundo fantástico (Méndez, 2017).

Otro aspecto relacionado con el valor de los cuentos es que a través de ellos, los lectores pueden descubrir diferentes experiencias propias que originan emociones en aquellas personas que leen y escuchan la historia. Así pues, los niños van a conseguir

aprendizajes duraderos en el tiempo ya que es un recurso motivador que transforma lo imaginario y ficticio en verdadero. También se debe tener en cuenta que la lectura de cuentos permite al docente percibir la forma de reflexionar y buscar soluciones de sus alumnos ante las adversidades que se muestran durante la narración de una historia. Esto podría resultar interesante puesto que, de esta manera, se fomenta el pensamiento crítico.

Por otro lado, la mayoría de los cuentos infantiles poseen ilustraciones llamativas y coloridas que despiertan la imaginación de los niños, esto hace que puedan elaborar sus propias historias en base a lo que ven. Un modo adecuado de evaluar la lectura de un cuento es a través de la formulación de preguntas relacionadas con el mismo, lo que favorecerá la reflexión, así como, el pensamiento resolutivo (Méndez, 2017).

Por último, se debe destacar que los cuentos provocan diferentes emociones en las personas puesto que nos hacen llorar, reír, saltar, enfurecernos, entre otros. Algunas de ellas son más agradables que otras, sin embargo, todas nos ofrecen la oportunidad de descubrirnos a nosotros mismos y a los que nos rodean (Córdova-Cando et al. 2021).

## **4.6 MARCO LEGISLATIVO**

Seguido de la fundamentación teórica relativa a la educación e inteligencia emocional, así como, su implementación en Educación Infantil y el valor del cuento como herramienta para trabajar las emociones, se va a hacer referencia a las leyes educativas actuales junto a los aspectos pertenecientes a las emociones que están reflejados en el currículo de la etapa.

La etapa de Educación Infantil se rige por la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, la cual regula en el Título 1, Capítulo 1, la Educación Infantil, etapa educativa con identidad propia que atiende a niños y niñas desde el nacimiento hasta los seis años.

Relacionado con la educación emocional, en el artículo 12 correspondiente a los principios generales, señala que la educación infantil tiene como objetivo colaborar en el desarrollo físico, afectivo, social e intelectual de los niños. Del mismo modo, en el artículo 13 relativo a los objetivos hace hincapié en desarrollar las capacidades afectivas de los alumnos de dicha etapa.

Por otro lado, el Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil pretende conseguir el pleno desarrollo del niño en el ámbito físico, emocional, afectivo, motórico, social y cognitivo.

El Decreto 122/ 2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León, sostiene en el artículo 3, que dicha etapa atiende el desarrollo afectivo, físico, social e intelectual de los alumnos. Asimismo, en el artículo 4 establece como uno de los objetivos fundamentales, formar una imagen positiva de uno mismo y promover el crecimiento de las competencias relacionadas con el afecto.

Relativo a las áreas de conocimiento del segundo ciclo de Educación Infantil, la primera y la tercera son las que tratan el desarrollo afectivo de los niños y, por lo tanto, están estrechamente vinculadas con las emociones. Además, se ha de señalar que la propuesta de intervención mostrada más adelante también trata la segunda área correspondiente al conocimiento del entorno, dado que se va a trabajar la serie numérica relacionándola con las emociones.

### **Área I. Conocimiento de sí mismo y autonomía personal**

Instaura como uno de los objetivos principales, reconocer y expresar las emociones propias, así como, valorar los sentimientos de los demás. Referente a los contenidos, el bloque 1.4 alude al reconocimiento y expresión adecuada de las emociones propias ante diferentes situaciones, tal como, la identificación y el aprecio a los sentimientos ajenos. También señala el uso de habilidades sociales para comunicarse de manera afectiva con otras personas.

### **Área III. Lenguajes: Comunicación y representación**

Uno de los objetivos relativos a esta etapa alude a la manifestación de los sentimientos y emociones mediante el tipo de lenguaje más conveniente según la situación. En cuanto a los contenidos, el bloque I se refiere al empleo de la lengua oral para expresar las emociones propias y la valoración de estas como un recurso para relacionarse y controlar los comportamientos propios y de los demás. Además, en la propuesta de intervención desarrollada en el presente trabajo, se van a tratar las emociones

a través de los cuentos, por lo que el contenido relacionado con la comprensión de cuentos como herramienta de aprendizaje juega un papel muy importante.

Por otra parte, se van a utilizar recursos digitales para el desarrollo de alguna de las actividades, por tanto, se debe resaltar el contenido del bloque II relativo a la aplicación de medios tecnológicos como fuente de aprendizaje. En el bloque III se señala la manifestación de las emociones a través de la expresión plástica y, por último, en el bloque IIII la expresión de sentimientos y el reconocimiento de los demás a través del lenguaje corporal, así como, el uso del cuerpo para trabajar la relajación y respiración.

# 5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

## 5.1 CONTEXTUALIZACIÓN

Dicha propuesta de intervención se denomina “Emociones de cuento” y se ha diseñado para trabajar las emociones básicas: alegría, tristeza, miedo, enfado y calma, en un aula del segundo ciclo de Educación Infantil, en concreto, el segundo curso con alumnos de cuatro años. Para ello, se ha utilizado el cuento como una herramienta de aprendizaje al jugar un papel fundamental en el desarrollo emocional.

Se pretende que los alumnos sean conscientes de las emociones propias y ajenas, se inicien en la identificación, expresión y regulación de estas, así como, se fomenten las habilidades sociales, relacionándose positivamente con los demás.

Como se comentó con anterioridad, se ha desarrollado durante la fase de prácticas en un colegio público con catorce alumnos de cuatro años, sin embargo, cabe destacar que se puede desarrollar en el resto de los cursos pertenecientes a esta etapa, realizando las adaptaciones oportunas en algunas actividades e incluso añadiendo emociones secundarias.

## 5.2 OBJETIVOS

Los objetivos que se pretenden alcanzar con esta propuesta didáctica son los siguientes:

- Poner nombre a las emociones básicas (alegría, tristeza, miedo, enfado y calma).
- Identificar las emociones en uno mismo y en los demás.
- Expresar las emociones a través del lenguaje oral, corporal y artístico.
- Desarrollar habilidades y técnicas de regulación emocional.
- Desarrollar habilidades sociales como la empatía.
- Escuchar y comprender el cuento como fuente de aprendizaje.
- Valorar el cuento como recurso didáctico para trabajar las emociones.

### 5.3 CONTENIDOS

Los contenidos que se van a trabajar son:

- Identificación y expresión de las emociones básicas: alegría, tristeza, miedo, enfado y calma, propias y ajenas.
- Reconocimiento de las expresiones faciales en las emociones.
- Empleo de técnicas de regulación emocional.
- Desarrollo de las competencias emocionales: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional y competencia social.

### 5.4 COMPETENCIAS

Las competencias básicas poseen un carácter globalizador y están estrechamente relacionadas con los objetivos correspondientes a las diversas áreas del curriculum. El perteneciente a la etapa de Educación Infantil no alude a su desarrollo, sin embargo, se va a hacer hincapié en ellas a través de la propuesta didáctica diseñada en este trabajo. En concreto, se pretende trabajar aquellas que están vinculadas con el desarrollo emocional y las actividades propuestas.

- **Competencia en comunicación lingüística**

A lo largo de la propuesta, los alumnos deberán expresar sus sentimientos e ideas de forma apropiada, escuchar y comprender cuentos relacionados con las emociones. Asimismo, tendrán que hacer uso del lenguaje oral y corporal para comunicarse, establecer diálogos con los demás y regular las conductas.

- **Competencia matemática**

Se refleja en las actividades relacionadas con ordenaciones, agrupaciones, conteo y series numéricas del 1 al 10, trabajando dichos conceptos matemáticos a través de las emociones.

- **Competencia digital**

Algunas de las actividades requieren el empleo de recursos tecnológicos, en este caso, la pizarra digital y la aplicación wordwall.

- **Competencia social y ciudadana**

Gran parte de las actividades se llevan a cabo de manera grupal, por lo que, los alumnos deberán cooperar, creando vínculos afectivos entre ellos. De igual manera, tendrán que respetar el turno de palabra de los compañeros, mostrar actitudes de escucha ante la diversidad de opiniones y empatizar con sus sentimientos. Dicha competencia tiene especial relación con el desarrollo de las habilidades sociales, las cuales juegan un papel fundamental en la propuesta.

- **Competencia en autonomía e iniciativa personal**

Los alumnos irán conociendo su mundo interior a través de la interacción con sus iguales y la maestra, también a la hora de expresar sus sentimientos y compartirlos con los demás. Además, deberán mostrar autonomía, confianza y seguridad durante el desarrollo de las actividades, de igual modo, utilizar habilidades sociales para relacionarse con los demás y cooperar en las actividades grupales.

- **Competencia cultural y artística**

Los alumnos deberán expresar sus sentimientos e ideas a través del lenguaje artístico y corporal, desarrollando la creatividad e imaginación, así como, valorar dichas producciones plásticas y las de los compañeros. Asimismo, tendrán que utilizar las habilidades motrices finas para realizar sus producciones.

- **Competencia emocional**

Es la competencia más relevante dado que los alumnos deberán identificar y expresar sus emociones, reconocer las de los demás, así como, iniciarse en la autorregulación de las conductas y en el control de la frustración. También deberán conocerse a sí mismos y valorarse de manera positiva. Por otro lado, tendrán que relacionarse con sus compañeros, creando vínculos afectivos y de confianza.

- **Competencia para aprender a aprender**

Los alumnos deberán mostrar interés por aprender cosas nuevas, vinculándolo con los aprendizajes adquiridos, desarrollar las habilidades básicas para desenvolverse en su entorno, de igual manera, realizar las actividades con progresiva autonomía y tratar de solucionar posibles problemas del día a día.

## 5.5 METODOLOGÍA

La metodología que se va a emplear en el desarrollo de la propuesta didáctica está apoyada en el aprendizaje por proyectos ya que se trata de una metodología activa, participativa y globalizadora, fundamentada en las experiencias propias y vivenciales del alumnado para que se sientan los principales protagonistas de su aprendizaje.

Además, se estimulará un ambiente significativo de cariño y confianza para que estén cómodos y seguros a la hora de expresar sus emociones y en todo momento se atenderán sus intereses y necesidades, teniendo en cuenta los diferentes ritmos de aprendizaje. Por esta razón, será flexible y estará adaptada a cada circunstancia.

De igual modo, se pretende que los alumnos observen e investiguen todo lo que les rodea, por lo que la motivación por aprender cosas nuevas será un elemento fundamental en la propuesta. Asimismo, se tratará de suscitar el desarrollo del pensamiento crítico y la comunicación entre iguales al tener que cooperar en la realización de algunas actividades (Fernández et al. 2016).

En todo momento el docente ayudará a los alumnos y los guiará, creando situaciones a través de las cuales reflexionen, decidan y dialoguen con los compañeros. Así pues, será fundamental otorgarles la libertad para confundirse y rectificar por ellos mismos, para que aprendan de los errores y se conciencien de las adversidades que pueden surgir a lo largo del proceso de aprendizaje (Federación de Enseñanza de CC.OO de Andalucía, 2012).

Por otra parte, la metodología también se fundamenta en los principios metodológicos del currículo de Educación Infantil ya que se fomentará el desarrollo de un aprendizaje significativo, estableciendo conexiones entre los conocimientos nuevos y aquellos que ya se han adquiridos. Todo bajo un enfoque globalizador a través del cual se traten los contenidos de las tres áreas de manera conjunta. El lenguaje tendrá un papel fundamental como medio de comunicación puesto que el alumnado tendrá que expresar sus emociones y sentimientos, compartiéndolos con sus compañeros. Por consiguiente, el juego será un medio esencial de aprendizaje puesto que, a través de él, se desarrollarán los aprendizajes relativos a las áreas de conocimiento, favoreciéndose la imaginación y creatividad.

Asimismo, se va a fomentar la socialización e interacción entre iguales al haber diversas actividades en gran o pequeño grupo donde los alumnos tendrán que colaborar y ayudarse mutuamente. Por otro lado, deberán respetar y valorar las emociones y opiniones de los compañeros, concienciándose de la existencia de diferentes puntos de vista. Además, los diversos materiales elaborados para la realización de las actividades serán motivadores y manipulativos para que despierten el interés de los alumnos por aprender cosas nuevas (Decreto 122/ 2007, de 27 de diciembre, p.8).

Por último, se ha de señalar la importancia del cuento como elemento motivador para tratar las emociones en la propuesta didáctica.

## **5.6 TEMPORALIZACIÓN Y PLANIFICACIÓN**

La propuesta didáctica se va a realizar durante el mes de marzo y principios de abril y está formada por diez sesiones y un total de veinticinco actividades. Además, se van a desarrollar dos sesiones por semana, en concreto, los martes y viernes y tienen una duración aproximada de cuarenta a cincuenta minutos, mientras que las actividades mayoritariamente están comprendidas entre los diez y los veinte minutos.

El horario fijado para realizar las sesiones es de 9:00 a 10:00, una vez finalizada la asamblea. Asimismo, cabe señalar que algunas actividades se pueden desarrollar en diferente franja horaria, dependiendo de la intensidad de estas, así como, de las necesidades de los alumnos.

Se ha establecido durante el segundo cuatrimestre porque es un periodo del curso escolar en el que los alumnos van empleando oraciones compuestas cuando se comunican, van haciendo uso del condicional y de los tiempos futuros a la hora de hablar y manifiestan una comprensión primordial de los verbos reflexivos, utilizándoles frecuentemente en las conversaciones. De igual manera, se van iniciando en la elaboración de frases más largas, las cuales están compuestas por un mayor número de palabras (Bruma et al. 1976). Todo ello favorece el desarrollo del lenguaje, así como, la competencia lingüística que es fundamental para trabajar las emociones.

Dicha propuesta se ha diseñado para trabajar cinco emociones básicas, en concreto, alegría, tristeza, miedo, enfado y calma. La primera sesión se ha destinado a la presentación de la temática, por lo que las actividades planteadas van dirigidas a establecer un primer contacto con las emociones que se van a trabajar.

Cada una de las cinco sesiones siguientes están enfocadas a trabajar una emoción concreta. Asimismo, están compuestas por tres actividades, exceptuando, las relativas al enfado y la calma ya que contienen dos cada una. Por otro lado, en la sesión siete se han elaborado dos actividades para trabajar el enfado y la calma conjuntamente. Las tres sesiones restantes están formadas por dos actividades cada una, a través de las cuales se trabajan todas las emociones agrupadas, una vez ya se hayan familiarizado con cada una de ellas.

Por otra parte, se debe señalar la importancia que posee el cuento como recurso didáctico en esta propuesta, la cual comienza con uno titulado *Así es mi corazón*, en el que se muestran las diferentes emociones. De igual modo, es una herramienta fundamental en el trabajo dado que va a ser el eje central del proyecto y algunas actividades están basadas en su relato. Finalmente, se ha de resaltar que cada una de las emociones parte de un cuento concreto a través del cual se trabaja esa emoción de manera individualizada.

A continuación, se muestra el calendario donde queda reflejada la organización de las sesiones.

**Figura 2**

*Planificación de las sesiones.*



**Figura 3**

*Planificación de las sesiones.*



## 5.7 ACTIVIDADES

En este apartado se muestran las diez sesiones con sus actividades correspondientes. La explicación de las mismas se desarrolla en el *anexo A*.

Antes de empezar la propuesta didáctica, se colocará el emocionómetro con las diferentes emociones y el cuento inicial, para que cuando los alumnos entren al aula, traten de descubrir la temática.

**Tabla 1**

*Programación de las actividades.*

<b>SESIÓN 1: PRESENTACIÓN</b>
Actividad 1: ¿Qué sabemos?
Actividad 2: ¡Así es mi corazón!
Actividad 3: ¿Cómo me siento?
Actividad 4: ¿Cómo está mi corazón?
<b>SESIÓN 2: ALEGRÍA</b>
Rutina: ¿Cómo me siento?
Actividad 5: La sonrisa de Olaf
Actividad 6: ¿Cuándo estoy alegre?
Actividad 7: ¡Repartimos alegría!
<b>SESIÓN 3: TRISTEZA</b>
Rutina: ¿Cómo me siento?

Actividad 8: Cuando estoy triste.
Actividad 9: ¿Cuándo me siento triste?
Actividad 10: ¡Gira con las emociones!
<b>SESIÓN 4: MIEDO</b>
Rutina: ¿Cómo me siento?
Actividad 11: Los miedos del Capitán Cacurcias.
Actividad 12: ¿Cuándo siento miedo?
Actividad 13: ¡Atrapa miedos!
<b>SESIÓN 5: ENFADO</b>
Rutina: ¿Cómo me siento?
Actividad 14: Tengo un volcán.
Actividad 15: ¿Cuándo estoy enfadado?
<b>SESIÓN 6: CALMA</b>
Rutina: ¿Cómo me siento?
Actividad 16: La tortuga.
Actividad 17: ¿Cuándo estoy en calma?

<b>SESIÓN 7: ENFADO Y CALMA</b>
Rutina: ¿Cómo me siento?
Actividad 18: Mi bote de la calma.
Actividad 19: Respira, escucha y relájate.
<b>SESIÓN 8: TODAS LAS EMOCIONES</b>
Rutina: ¿Cómo me siento?
Actividad 20: ¿Cómo se siente Anacleto?
Actividad 21: 1,2,3 ¡A contar emociones!
<b>SESIÓN 9: TODAS LAS EMOCIONES</b>
Rutina: ¿Cómo me siento?
Actividad 22: Piruletas de emociones.
Actividad 23: ¡Construyendo emociones!
<b>SESIÓN 10: TODAS LAS EMOCIONES</b>
Rutina: ¿Cómo me siento?
Actividad 24: El mago emocionado
Actividad 25: ¡Un par de emociones!

## 5.8 RECURSOS

Uno de los principales recursos que se va a utilizar para el desarrollo de las actividades es el cuento. A continuación, se muestra la justificación de los cuentos seleccionados para llevar a cabo la presente propuesta de intervención.

- *Así es mi corazón* (Witek y Roussey, 2014): después de leer diferentes cuentos sobre las emociones, en concreto, *Qué bigotes me pasa*; *Nimbus, una nube de emociones* y *Las emociones de Nacho*, se ha escogido dicho cuento porque creemos que puede ser un recurso idóneo para introducir las emociones, al utilizar el corazón como eje central de la historia, donde surgen los sentimientos. Además, la protagonista es una niña, lo que llama más la atención de los alumnos a la hora de sentirse identificados con ella. Por otro lado, las ilustraciones son muy llamativas y coloridas, destacando el corazón grande que se va convirtiendo en otros más pequeños con diferentes colores y formas en cada emoción. Por último, la historia narrada es adecuada y sencilla ya que relata lo que le ocurre al corazón de la protagonista en cada una de las emociones y cómo ella lo experimenta ante situaciones que los alumnos viven en su vida diaria.
- *La sonrisa de Olaf* (Ibarrola, 2018): tras revisar varios cuentos a través de los cuales se trabaja la alegría, en concreto, *Mis pequeñas alegrías* y *Cuando estoy contento*, se ha seleccionado este porque el personaje principal llamado Olaf, es muy reconocido por los niños por su simpatía en la película de Frozen, la cual es muy atractiva y motivadora a estas edades. De igual manera, este libro ayuda a que los niños identifiquen situaciones y acciones que les producen felicidad, como, jugar, sonreír o los abrazos, entre otros y también les enseña a reconocer dicha emoción en los demás, haciendo uso de ilustraciones grandes y coloridas.
- *Cuando estoy triste* (Moroney, 2007): tras la lectura de este cuento y el correspondiente a *Lágrimas bajo la cama* se ha optado por este para tratar la tristeza ya que utiliza un lenguaje claro y sencillo a la hora de narrar situaciones que le hacen sentir dicha emoción al protagonista, así como, aquello que realiza para sentirse mejor. Es muy probable que estas situaciones se experimenten en el día a día por lo que los alumnos pueden familiarizarse con ellas. Asimismo, el cuento transmite un mensaje muy significativo, la tristeza no es muy agradable, pero es fundamental experimentarla alguna vez y, además, si compartes los sentimientos con otras personas, puedes sentirte mucho mejor.

- *Los miedos del capitán Cacurcias* (Andrés y Wimmer, 2015): tras revisar este cuento y otros relacionados con el miedo, concretamente, *Cuando tengo miedo y Nada puede asustar a un oso*, se ha escogido este porque refleja la valentía y la fuerza del protagonista para superar distintos miedos de una manera muy significativa. Además, trata de convencer al lector de que los miedos se pueden vencer y le hace reflexionar sobre aquellos relacionados con seres imaginarios, en este caso, fantasmas, vampiros y hombres lobo.
- *Tengo un volcán* (Tirado y Turu, 2018): tras la lectura de este cuento junto al de *Vaya rabieta*, se ha escogido este porque relata situaciones comunes en las que los niños se enfadan y de esta manera, pueden empatizar con la protagonista. Además, vincula el funcionamiento de un volcán con la sensación de experimentar la rabia y propone una técnica muy útil y sencilla que pueden realizar los alumnos para controlar dicha emoción.
- *Medita conmigo* (Gates y Surnaite, 2017): se ha seleccionado este cuento para trabajar la calma ya que propone ejercicios de meditación apropiados a la etapa de infantil, a través de los cuales los niños puedan aprender a tomar consciencia de su respiración, concentrarse, canalizar sus emociones a través del cuerpo y relajarse, escuchando los sonidos que nos rodean. Asimismo, utiliza las ilustraciones, en este caso, animales, como guía de los ejercicios lo que facilita a los alumnos su puesta en práctica.
- *Respira* (Castel-Branco, 2015): se ha elegido este cuento porque ofrece numerosos ejercicios para trabajar la respiración plena y conectar con nuestro cuerpo, puesto que la respiración está relacionada con las emociones que sentimos. Los ejercicios se muestran con su explicación correspondiente, los beneficios que aporta y en algunos casos, con ilustraciones representativas. Para la propuesta didáctica hemos utilizado “La ola del mar”.

Finalmente, se ha de señalar que los demás recursos empleados están detallados en cada una de las actividades.

## 5.9 EVALUACIÓN

La evaluación es un instrumento imprescindible para reconocer los aprendizajes adquiridos por parte de los alumnos, así como, la consecución y obtención de los objetivos propuestos. De esta manera, se va a realizar una evaluación global, al conocer el desarrollo de la personalidad de cada alumno, valorando las capacidades y competencias fijadas en los objetivos generales de la etapa y los pertenecientes a las áreas; formativa, al comprenderse el nivel alcanzado por cada uno en las diferentes tareas; continua, al evaluarse individualmente cada una de las actividades y abierta, al adecuarse la propuesta a distintos contextos.

Se llevará a cabo una evaluación inicial a través de la actividad *¿Qué sabemos?*, donde se demostrarán los conocimientos previos que poseen los alumnos sobre las emociones.

La principal técnica que se va a utilizar para evaluar cada una de las actividades es la observación directa y sistemática puesto que, permite al docente obtener informaciones directas y objetivas de los conocimientos que van adquiriendo los alumnos de acuerdo con aquellos que ya poseen en un ambiente habitual y natural, de igual modo, posibilita la comprobación de la eficacia de la planificación, organización del espacio, distribución del tiempo, agrupamientos y materiales empleados.

Asimismo, como evaluación final de la propuesta didáctica, cada alumno realizará una ficha sobre los contenidos trabajados. (*Anexo B*)

Seguidamente, se muestra la tabla con los criterios de evaluación diseñados para comprobar el grado de adquisición de los objetivos propuestos.

**Tabla 2***Criterios de evaluación del alumnado.*

<b>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</b>	<b>EP</b>	<b>C</b>
Pone nombre a las emociones propias.		
Identifica las emociones básicas (alegría, tristeza, miedo, enfado y calma) en uno mismo.		
Identifica las emociones básicas (alegría, tristeza, miedo, enfado y calma) en los demás.		
Expresa las emociones de manera adecuada a través del lenguaje oral.		
Expresa las emociones a través del lenguaje corporal.		
Utiliza el cuerpo en actividades de respiración y relajación.		
Expresa las emociones a través del dibujo.		
Hace uso de técnicas para la regulación de las emociones, en especial, el enfado.		
Muestra actitudes de respeto y escucha hacia los compañeros.		
Utiliza la serie numérica del 1 al 10 para contar objetos.		
Escucha y comprende los cuentos como fuente de aprendizaje.		
Valora el cuento como recurso educativo para trabajar de las emociones.		
Utiliza los recursos digitales como instrumento de aprendizaje.		
Participa activamente en las actividades.		
Muestra actitudes de ayuda y colaboración con los demás.		

En proceso (EP) Conseguido (C)

## 6. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Una vez finalizada la elaboración de este Trabajo Fin de Grado (TFG), se debe mencionar que se han alcanzado de manera satisfactoria los objetivos fijados al comienzo del trabajo.

En primer lugar, se ha indagado y reflexionado acerca del origen de la Inteligencia emocional, haciendo hincapié en sus modelos y el concepto de Educación emocional, centrándose en las competencias emocionales. De igual modo, se ha investigado sobre la importancia de trabajar las emociones en la etapa de Educación Infantil y se ha llegado a la conclusión de que es fundamental desde edades tempranas, que los niños reconozcan y expresen lo que sienten, así como, aprendan a gestionarlo para conseguir un desarrollo personal adecuado.

Asimismo, se ha llevado a cabo una revisión teórica relacionada con el cuento, mediante la cual, se han reflejado creencias de diferentes autores sobre el valor que posee para tratar las emociones desde edades tempranas. Ambos coinciden en que es una herramienta apropiada para utilizar en Educación emocional por los numerosos beneficios que aporta, entre ellos, se ha de destacar su función como transmisor de valores, del mismo modo, favorece la imaginación y creatividad, fomenta el desarrollo de habilidades sociales como la empatía y permite al lector vincularse con los sentimientos de los personajes.

Dicha fundamentación teórica se ha realizado mediante la consulta de libros y artículos científicos y ha permitido poder profundizar más en el tema y ampliar los conocimientos relativos a él.

Por otro lado, se ha cumplido el objetivo relativo al diseño de una propuesta de intervención para trabajar las emociones básicas en un aula del segundo ciclo de Educación Infantil, concretamente, el segundo curso, empleando el cuento como eje central. Dicha propuesta está basada en el modelo pentagonal de las competencias emocionales de Bisquerra, especialmente, en la conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional y competencia social.

A continuación, se exponen los resultados que se esperan obtener con la realización de la propuesta, en concreto, que los alumnos pongan nombre a las emociones básicas, las reconozcan en uno mismo y en los demás, de igual modo, las exterioricen mediante distintos tipos de lenguaje: oral, gestual y artístico. Además, se pretende que se inicien en el control emocional, usando técnicas de regulación, en especial, de las emociones desagradables, como el enfado, para poder lograr un estado de calma favorable. Una correcta expresión y regulación emocional facilita la resolución de conflictos. Asimismo, se espera que comprendan los cuentos narrados y se identifiquen con los sentimientos de los protagonistas para también empatizar con ellos. Igualmente, que muestren actitudes de escucha y respeto hacia la diversidad de opiniones, participen activamente en las actividades, cooperando con los compañeros y aprendan a valorarse para desarrollar una autonomía emocional sana.

Seguidamente, se van a reflejar algunas conclusiones extraídas de distintas investigaciones y proyectos educativos semejantes al propuesto en este trabajo.

Uno de ellos consiste en un proyecto sobre inteligencia emocional, llevado a cabo en un colegio con alumnos de Educación Infantil. Tras su puesta en práctica han valorado que la mayoría de los alumnos eran capaces de reconocer las emociones propias y ajenas en situaciones reales y expresar de manera adecuada, la alegría y la tristeza, mientras que han mostrado ciertos problemas con el miedo y el enfado. Además, han sabido cómo actuar ante conflictos surgidos en circunstancias diarias. También, se ha observado una mejora en el control de los comportamientos impulsivos, se ha trabajado la cooperación y el respeto hacia los demás, han identificado situaciones que les hacen sentirse felices, sobre todo, en ambientes familiares y, por último, han interpretado las expresiones faciales de las emociones trabajadas (Aguaded y Pantoja, 2015).

Otra de las investigaciones consta de una propuesta didáctica destinada a los alumnos de Educación Infantil, en ella también han participado los familiares y el profesorado mediante la realización de un cuestionario. A través de este estudio, se pretendía identificar la relación que existe entre el desarrollo emocional y el uso de los cuentos en esta etapa. Los resultados obtenidos demuestran que el cuento es un elemento primordial para trabajar las emociones. En relación con la regularidad con la que los familiares leen cuentos a los alumnos, se observa que la mayoría de ellos lo hacen de uno a cuatro días a la semana, mientras que un porcentaje minoritario lo realizan todos los

días o los fines de semana. Dichos resultados evidencian que los alumnos son los que suelen tomar la decisión de leer un cuento y se decantan más por los tradicionales o aquellos relacionados con animales.

En cuanto a la importancia que conceden las maestras al cuento como herramienta para el desarrollo emocional, el estudio refleja que todas hacen uso de este recurso para trabajar las emociones básicas, el 50% lo hacen continuamente, mientras que la otra mitad de manera periódica. Finalmente, se observa una notable diferencia en el reconocimiento de las emociones por parte del alumnado respecto antes y después de la realización del proyecto. Todo ello, demuestra que utilizar el cuento en el aula favorece la identificación de las emociones básicas (Bernabéu y Birlanga, 2014).

Por otro lado, se ha llevado a cabo una experiencia educativa con alumnos y educadores con el fin de incluir la inteligencia emocional en la escuela infantil. Las conclusiones obtenidas señalan la ausencia de tiempo destinado a las habilidades socioemocionales en el aula. Asimismo, los alumnos se muestran ilusionados por trabajar las emociones, en concreto, el reconocimiento y la expresión a través de juegos de interpretación e imitación. Es cierto que se ha observado una correcta identificación de la alegría, tristeza y enfado, sin embargo, el miedo y la sorpresa resultan más complicadas de reconocer y expresar mediante gestos. Este estudio registra determinados casos de alumnos con problemas en las habilidades socioemocionales, los cuales se ven reflejados a la hora de relacionarse con los demás, así como, en el rendimiento académico (Albendea et al. 2016).

Por último, se debe indicar que todas las investigaciones consultadas defienden la importancia de promover el desarrollo emocional desde la infancia, para lograr un bienestar personal y social favorable junto al resto de beneficios nombrados a lo largo del trabajo.

## 7. LIMITACIONES Y LÍNEAS FUTURAS

Referente a las limitaciones detectadas durante la realización del trabajo, se ha de destacar la insuficiente información encontrada relativa a la importancia del cuento como recurso para trabajar las emociones. Además, a la hora de revisar artículos relacionados con la educación emocional, la mayoría estaban basados en el mismo autor, en este caso, Bisquerra.

Asimismo, en relación con las líneas futuras, se ha de comentar que la propuesta educativa planteada en el presente trabajo se podría llevar a cabo en otros cursos de la etapa de Educación Infantil. Para ello, se realizarían las modificaciones oportunas de las actividades para ajustar su nivel al curso determinado y de esta manera, se obtendría una comparación de los resultados extraídos en ambas intervenciones.

Por otro lado, las emociones es un tema que requiere tiempo y dedicación, por esta razón, se podría plantear la idea de desarrollar la propuesta durante un curso escolar completo en vez de durante un mes aproximadamente. Este planteamiento sería idóneo y adecuado ya que se dispondría de más tiempo para trabajar de manera individualizada y se observaría su eficacia a largo plazo, teniendo en cuenta la evolución de los alumnos en el proceso de aprendizaje. De igual manera, está enfocada a tratar cinco emociones básicas, sin embargo, una vez se adquirieran los contenidos relativos a estas, resultaría interesante comenzar a trabajar otras emociones secundarias siguiendo la dinámica establecida.

Finalmente, se debe hacer referencia a la oportunidad ofrecida para llevar a la práctica la propuesta diseñada, puesto que ha sido muy gratificante, al ver reflejado el trabajo propio en un aula real de un centro educativo. Esto posibilita la realización de correcciones oportunas para su correcto desarrollo en un futuro.

## 8. REFERENCIAS

- Aguaded Gómez, M.C. y Pantoja Chaves, M.J. (2015). Innovar desde un proyecto educativo de Inteligencia emocional en Primaria e Infantil. *Tendencias Pedagógicas*, 26, 69-88.  
<https://revistas.uam.es/tendenciaspedagogicas/article/view/2122>
- Albendea Saornil, C., Bermúdez Crespo, M y Pérez Ruiz, C. (2016). Educando en positivo: aplicación de la inteligencia emocional en la Escuela Infantil. En Universidad San Jorge (Ed.), *Inteligencia emocional y bienestar II*, (173-185). Une.
- Andrés, J.C y Wimmer, S. (2015). *Los miedos del capitán Cacurcias*. NubeOcho
- Bernabéu Lorente, A y Birlanga Hurtado, A. (2014). Diseño, uso y evaluación de una propuesta didáctica para el desarrollo de la inteligencia emocional a través del cuento en Educación Infantil. En A. Mirete y M. Sánchez (Eds.), *Investigación en Educación Infantil para la mejora educativa*, (167-177). Edit.um.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de investigación educativa*, 21(1), 7-43.  
<https://revistas.um.es/rie/article/view/99071/94661>
- Bisquerra, R. (2010a). Características generales de la educación emocional. En R. Bisquerra (Ed.), *La educación emocional en la práctica*, (11-37). Horsori Editorial, S.L.
- Bisquerra, R. (2010b). *Psicopedagogía de las emociones*. Síntesis.
- Bisquerra, R. (2011). Educación emocional y bienestar. En R. Bisquerra (Ed.), *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*, (15-27). Desclée de Brouwer.
- Bisquerra, R., Pérez, J. y García, E. (2015). *Inteligencia emocional en educación*. Síntesis.
- Bisquerra, R. (2016). *10 ideas clave de Educación emocional*. Graó.

- Bluma,S., Shearer,M., Frohman,A. y Hilliard,J. (1976). Guía Portage de Educación Preescolar. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*.
- Castel- Branco, I. (2015). *Respira*. Akiara books
- Córdova Cando,D.J., Fernández Bernal,R.E., Rivadeneira Díaz,Y.M. y Jaya Vivanco,M.A. (2021). El cuento infantil como estrategia didáctica para el desarrollo emocional en la educación inicial. *Polo del conocimiento*,6(5), 560-579. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8016886>
- Decreto 122/ 2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León. *Boletín Oficial de Castilla y León*.
- Federación de Enseñanza de CC.OO. de Andalucía. (2012). Aprendizaje por proyectos en Educación Infantil. *Revista digital para profesionales de la enseñanza*, (19). <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd9224.pdf>
- Fernández Román,V., Fouce Seoane,D., Sarceda Gorgoso, M. C. y Seijas Barrera,S.M. (2016). El trabajo por proyectos en Educación Infantil: aproximación teórica y práctica. *Revista Latinoamericana de Educación Infantil*,4 (3), 159-176. El trabajo por proyectos en Educación Infantil: aproximación teórica y práctica| RELAdEI. *Revista Latinoamericana de Educación Infantil* (usc.gal)
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Kairós.
- Ibarrola, B.(2009).*Crecer con emoción. El desarrollo de la competencia emocional en educación infantil*. SM.
- Ibarrola, B.(2010). *Educación de las emociones a través del cuento*.SM.
- Ibarrola, B. (2015). Quiero cambiar el mundo a través de los cuentos, que las personas sientan la belleza y la importancia de sentir. *Cambiamos el mundo. Cambiamos la educación*. 21 agosto, 2015 – Cambiamos el Mundo Cambiamos la Educación (wordpress.com)
- Ibarrola, B. (2018). *La sonrisa de Olaf*. SM

- Gates, M y Surnaite, M. (2017). *Medita conmigo. Mindfulness para niños paso a paso*. Beascoa.
- Ley Orgánica 2/2006. de 3 de mayo, de Educación. *Boletín Oficial del Estado*, 106, de 4 de mayo de 2006, 17158-17207. <https://www.boe.es/eli/es/lo/2006/05/03/2>
- López, È. (2010). La educación emocional en la educación infantil. En R. Bisquerra (Ed.), *La educación emocional en la práctica*, (39- 51). Horsori Editorial, S.L.
- López, É. (2011). Bases didácticas de la educación emocional: un enfoque práctico. En R. Bisquerra (Ed.), *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*, (71- 88). Desclée de Brouwer.
- Martínez-Hita, M. (2017). Educación emocional. El cuento como herramienta para su desarrollo. *Padres y maestros*, (370), 18-22. <https://doi.org/10.14422/pym.i370.y2017.003>
- Méndez del Portal, R. (2017). El valor del cuento como recurso didáctico. *Educación*, (23), 41-44. <https://doi.org/10.33539/educacion.2017.n23.1167>
- Moroney, T. (2007). *Cuando estoy triste*. SM
- Orden ECI/3854/2007, de 27 de diciembre, que regula el Título de Maestro en Educación Infantil. *Boletín Oficial del Estado*, 312, de 29 de diciembre de 2007, 53735-53738. <https://www.boe.es/eli/es/o/2007/12/27/eci3854>
- Prieto Sánchez, M.D y Sternberg, R.J. (1991). La teoría triárquica de la inteligencia: un modelo que ayuda a entender la naturaleza del retraso mental. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, (11), 77-93. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=117765>
- Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil. *Boletín Oficial del Estado*, 4, de 4 de enero de 2007, 474-482. <https://www.boe.es/eli/es/rd/2006/12/29/1630>

Rojas, P. (2019). *Inteligencia y gestión emocional del profesorado en la escuela*. Wanceulen.

Tirado, M y Turu, J. (2018). *Tengo un volcán*. Carambuco.

Triglia, A.(s.f). *Etapas preoperacional: características de esta fase de desarrollo según Piaget. Psicología y mente.*  
<https://psicologiaymente.com/desarrollo/etapas-desarrollo-cognitivo-jean-piaget>

Witek, J y Roussey, C. (2014). *Así es mi corazón*. Bruño.

# 9. ANEXOS

## Anexo A. Actividades

### SESIÓN 1

#### Tabla 3

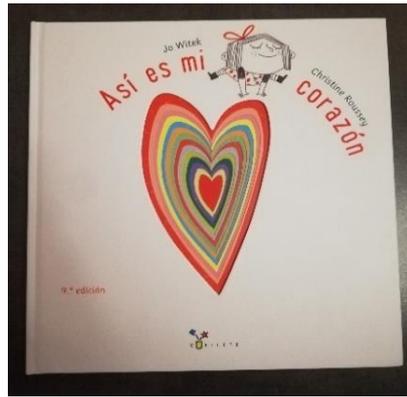
#### Actividad 1

<b>ACTIVIDAD 1: ¿QUÉ SABEMOS?</b>		
<b>Organización del aula</b>	<b>Temporalización</b>	
Gran grupo.	10 minutos.	
<b>Objetivos</b>		
<ul style="list-style-type: none"><li>- Exponer los conocimientos previos sobre las emociones.</li><li>- Escuchar atentamente y mostrar respeto hacia las opiniones de los demás.</li></ul>		
<b>Desarrollo</b>		
Cada alumno comentará sus conocimientos previos sobre las emociones. Asimismo, la maestra hará hincapié en el valor de expresar lo que sentimos para que las personas de nuestro alrededor tengan constancia de ello y nos puedan ayudar. De igual manera, explicará que las emociones pueden ser agradables o desagradables, sin embargo, es fundamental experimentar todas.		
<b>Recursos</b>		
Sin recursos.		
<b>Evaluación</b>		
Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:		
<b>Estándares de aprendizaje</b>	<b>EP</b>	<b>C</b>
Expone los conocimientos previos sobre las emociones.		
Escucha atentamente y muestra respeto hacia las opiniones de los demás.		
En proceso (EP) Conseguido (C)		

**Tabla 4**

*Actividad 2*

<b>ACTIVIDAD 2: ¡ASÍ ES MI CORAZÓN!</b>	
<b>Organización del aula</b> Gran grupo.	<b>Temporalización</b> 20 minutos.
<b>Objetivos</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Escuchar y entender el cuento <i>Así es mi corazón</i> como herramienta de aprendizaje.</li><li>- Reconocer los sentimientos de la protagonista del cuento.</li><li>- Respetar la importancia del cuento como recurso para trabajar las emociones.</li></ul>	
<b>Desarrollo</b> <p>La maestra leerá el cuento <i>Así es mi corazón</i> a través del cual se descubren las emociones que se van a trabajar, concretamente, alegría, tristeza, miedo, enfado y calma. Posteriormente, se realizarán preguntas acerca de los sentimientos que experimenta la protagonista a lo largo de la historia para que el alumnado los identifique. Algunas de ellas son:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- “Cuando su corazón grita, patalea y sus mofletes se ponen colorados”, ¿Qué emoción siente?”</li><li>- “Cuando se cuele un elefante gris gigante en su corazón y la hace llorar, ¿Qué creéis que la está pasando?”</li></ul>	
<b>Recursos</b> <p>Cuento: <i>Así es mi corazón</i> de Jo Witek y Christine Roussey.</p>	



### Evaluación

Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:

Estándares de aprendizaje	EP	C
Escucha y entiende el cuento <i>Así es mi corazón</i> como herramienta de aprendizaje.		
Reconoce los sentimientos de la protagonista del cuento.		
Respeto la importancia del cuento como recurso para trabajar las emociones.		

También se valorará a través de las preguntas relacionadas con el cuento.

### Tabla 5

#### Actividad 3

ACTIVIDAD 3: ¿CÓMO ME SIENTO?	
<b>Organización del aula</b> Gran grupo.	<b>Temporalización</b> 10 minutos.
<b>Objetivos</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nombrar las emociones propias.</li> <li>- Identificar y manifestar las emociones básicas de uno mismo a través del lenguaje oral.</li> <li>- Reconocer los sentimientos de los demás.</li> </ul>	

## Desarrollo

Se colocará un emocionómetro con las expresiones de las emociones que se van a trabajar en la pizarra. Está basado en el cuento trabajado por lo que se representa mediante corazones. A continuación, se mostrará para conocer cada emoción.

Al comenzar la asamblea, se preguntará al alumnado, individualmente, ¿Cómo te sientes? Cada uno expresará lo que siente en ese instante y colocará su fotografía en el corazón correspondiente. Durante la jornada escolar, podrán cambiar su foto si su estado emocional ha variado.

Dicha actividad se va a llevar a cabo todos los días, al principio de la asamblea, como una rutina.

## Recursos

Emocionómetro de corazones.



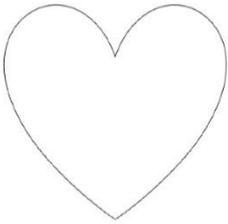
## Evaluación

Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:

Estándares de aprendizaje	EP	C
Nombra las emociones propias.		
Identifica y manifiesta las emociones básicas de uno mismo a través del lenguaje oral.		
Reconoce los sentimientos de los demás.		

**Tabla 6**

*Actividad 4*

<b>ACTIVIDAD 4: ¿ CÓMO ESTÁ MI CORAZÓN?</b>	
<b>Organización del aula</b> Individual.	<b>Temporalización</b> 20 minutos.
<b>Objetivos</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Identificar la emoción que se siente en ese instante.</li><li>- Manifestar los sentimientos de forma oral.</li><li>- Expresar la emoción mediante el dibujo.</li><li>- Respetar los sentimientos de los compañeros.</li></ul>	
<b>Desarrollo</b> <p>Cada alumno deberá expresar lo que siente en ese momento, realizando un dibujo, para ello, se pondrá a su disposición diversos colores. Esta actividad está basada en el cuento trabajado, a través del cual la protagonista nos da a conocer su corazón, por lo que, ahora es el momento de que los alumnos experimenten esa experiencia.</p>	
<b>Recursos</b> <p>Plantilla de corazón.</p> 	
<b>Evaluación</b> <p>Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:</p>	

<b>Estándares de aprendizaje</b>	<b>EP</b>	<b>C</b>
Identifica la emoción que siente en ese instante.		
Manifiesta los sentimientos de forma oral.		
Expresa la emoción mediante el dibujo.		
Respeto los sentimientos de los compañeros.		

## **SESIÓN 2**

### **Tabla 7**

#### *Actividad 5*

<b>ACTIVIDAD 5: LA SONRISA DE OLAF</b>	
<b>Organización del aula</b>	<b>Temporalización</b>
Gran grupo.	20 minutos.
<b>Objetivos</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Escuchar y entender el cuento <i>La sonrisa de Olaf</i>.</li> <li>- Diferenciar las situaciones en las que el protagonista siente alegría.</li> <li>- Valorar la importancia del cuento como recurso para trabajar las emociones.</li> </ul>	
<b>Desarrollo</b>	
<p>La maestra leerá el cuento <i>La sonrisa de Olaf</i>, en el que el protagonista narra diferentes momentos en los que está alegre. Una vez finalizada la lectura, los alumnos identificarán cuándo se ha sentido contento, así como, las cosas que le hacen vivenciar dicha emoción.</p>	
<b>Recursos</b>	
Cuento <i>La sonrisa de Olaf</i> de Begoña Ibarrola.	



### Evaluación

Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:

Estándares de aprendizaje	EP	C
Escucha y entiende el cuento <i>La sonrisa de Olaf</i> .		
Diferencia las situaciones en las que el protagonista siente alegría.		
Valora la importancia del cuento como recurso para trabajar las emociones.		

También se valorará a través de las preguntas relacionadas con el cuento.

### Tabla 8

#### Actividad 6

ACTIVIDAD 6: ¿CUÁNDO ESTOY ALEGRE?	
<b>Organización del aula</b> Gran grupo e individual.	<b>Temporalización</b> 15 minutos.
<b>Objetivos</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconocer situaciones en las que me siento alegre.</li> <li>- Expresar cuándo experimento alegría de manera oral.</li> <li>- Valorar los sentimientos de los demás.</li> </ul>	

<p><b>Desarrollo</b></p> <p>Se realizará en la alfombra, donde cada alumno expresará los momentos en los que siente alegría, de igual modo, las cosas que le hacen sentirse así. Mientras tanto, la maestra lo anotará en el mural de Olaf el cual colocará en la pizarra, para que se pueda repasar cuando se trabajen las demás emociones.</p>		
<p><b>Recursos</b></p> <p>Mural de Olaf.</p>		
		
<p><b>Evaluación</b></p> <p>Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:</p>		
<b>Estándares de aprendizaje</b>	<b>EP</b>	<b>C</b>
Reconoce situaciones en las que se siente alegre.		
Expresa cuándo experimenta alegría de manera oral.		
Valora los sentimientos de los demás.		

**Tabla 9**

*Actividad 7*

<b>ACTIVIDAD 7: ¡REPARTIMOS ALEGRÍA!</b>	
<b>Organización del aula</b>	<b>Temporalización</b>
Gran grupo e individual.	15 minutos.
<b>Objetivos</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar situaciones de alegría en el día a día.</li> <li>- Expresar oralmente la emoción que se refleja en la tarjeta.</li> </ul>	

## Desarrollo

Cada alumno dispondrá de una tarjeta con una situación alegre y tendrá que explicar al resto de compañeros lo que observa en la misma, así como, la emoción que se representa y por qué. Hay que destacar que todas las tarjetas reflejan situaciones en la que solemos sentirnos alegres, sin embargo, nos podemos encontrar con alumnos que no experimenten alegría ante dicha situación, ante esto, se respetarán sus ideas.

## Recursos

Tarjetas con situaciones de alegría.



## Evaluación

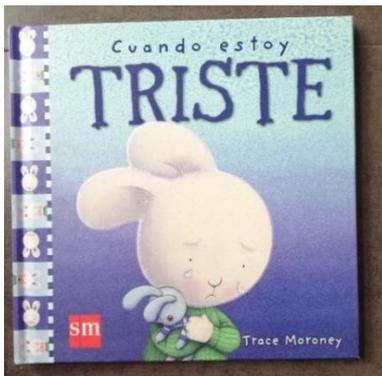
Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:

<b>Estándares de aprendizaje</b>	<b>EP</b>	<b>C</b>
Identifica situaciones de alegría en el día a día.		
Expresa oralmente la emoción que se refleja en la tarjeta.		

### SESIÓN 3

#### Tabla 10

#### Actividad 8

ACTIVIDAD 8: CUANDO ESTOY TRISTE	
<b>Organización del aula</b> Gran grupo.	<b>Temporalización</b> 20 minutos.
<b>Objetivos</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Escuchar y comprender el cuento <i>Cuando estoy triste</i>.</li><li>- Determinar cuándo el protagonista está triste.</li><li>- Ser consciente de la importancia del cuento como herramienta para trabajar las emociones.</li></ul>	
<b>Desarrollo</b> <p>La maestra leerá el cuento <i>Cuando estoy triste</i>, a través del cual, el protagonista narra diversas situaciones en las que experimenta tristeza. Una vez finalizado, los alumnos averiguarán cuándo esta triste y lo que le gusta hacer para sentirme mejor.</p>	
<b>Recursos</b> <p>Cuento <i>Cuando estoy triste</i> de Trace Moroney.</p> 	
<b>Evaluación</b> <p>Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:</p>	

<b>Estándares de aprendizaje</b>	<b>EP</b>	<b>C</b>
Escucha y comprende el cuento <i>Cuando estoy triste</i> .		
Determina cuándo el protagonista está triste.		
Es consciente de la importancia del cuento como herramienta para trabajar las emociones.		

También se valorará a través de las preguntas relacionadas con el cuento.

**Tabla 11**

*Actividad 9*

<b>ACTIVIDAD 9: ¿CUÁNDO ME SIENTO TRISTE?</b>	
<b>Organización del aula</b> Gran grupo e individual.	<b>Temporalización</b> 15 minutos.
<b>Objetivos</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconocer distintos instantes en los que me siento triste.</li> <li>- Expresar oralmente cuándo experimento tristeza.</li> <li>- Identificar momentos en los que los demás están tristes.</li> </ul>	
<b>Desarrollo</b> Cada alumno comentará los momentos o cosas que le hacen estar tristes, tal como, lo que le gusta hacer cuando experimenta dicha emoción. Seguidamente, la maestra lo apuntará en el mural que se colocará con el correspondiente a la alegría.	

**Recursos**

Mural del conejo protagonista.

**Evaluación**

Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:

<b>Estándares de aprendizaje</b>	<b>EP</b>	<b>C</b>
Reconoce distintos instantes en los que se siente triste.		
Expresa oralmente cuándo experimenta tristeza.		
Identifica momentos en los que los demás están tristes.		

**Tabla 12***Actividad 10*

<b>ACTIVIDAD 10: ¡GIRA CON LAS EMOCIONES!</b>	
<b>Organización del aula</b>  Gran grupo e individual.	<b>Temporalización</b>  15 minutos.
<b>Objetivos</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Distinguir situaciones y objetos que hacen sentirnos alegres o tristes.</li> <li>- Expresar la emoción que se muestra en la imagen a través del lenguaje oral.</li> <li>- Apreciar la importancia de los recursos digitales como fuente de aprendizaje.</li> </ul>	

<p><b>Desarrollo</b></p> <p>Se empleará un recurso digital elaborado por la maestra que está compuesto por una ruleta con situaciones y objetos que nos hacen experimentar alegría o tristeza. El alumnado tendrá que girar la ruleta y adivinar si lo que muestra la ruleta le hace sentirse alegre o triste. Todas las respuestas serán correctas ya que no tienen que sentir la misma emoción ante una determinada situación. Así, se trabajará ambas emociones juntas.</p>														
<p><b>Recursos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pizarra digital.</li> <li>- Aplicación Wordwall: <a href="https://wordwall.net/resource/30249703">https://wordwall.net/resource/30249703</a></li> </ul>														
<p><b>Evaluación</b></p> <p>Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: left;">Estándares de aprendizaje</th> <th style="text-align: center;">EP</th> <th style="text-align: center;">C</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Distingue situaciones y objetos que le hacen sentirse alegre o triste.</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Expresa la emoción que se muestra en la imagen a través del lenguaje oral.</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Aprecia la importancia de los recursos digitales como fuente de aprendizaje</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>			Estándares de aprendizaje	EP	C	Distingue situaciones y objetos que le hacen sentirse alegre o triste.			Expresa la emoción que se muestra en la imagen a través del lenguaje oral.			Aprecia la importancia de los recursos digitales como fuente de aprendizaje		
Estándares de aprendizaje	EP	C												
Distingue situaciones y objetos que le hacen sentirse alegre o triste.														
Expresa la emoción que se muestra en la imagen a través del lenguaje oral.														
Aprecia la importancia de los recursos digitales como fuente de aprendizaje														

## **SESIÓN 4**

### **Tabla 13**

#### *Actividad 11*

<b>ACTIVIDAD 11: LOS MIEDOS DEL CAPITÁN CACURCIAS</b>	
<p><b>Organización del aula</b></p> <p>Gran grupo.</p>	<p><b>Temporalización</b></p> <p>20 minutos.</p>

## Objetivos

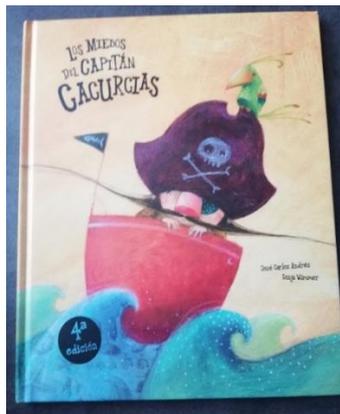
- Escuchar y comprender el cuento *Los miedos del capitán Cacurcias*.
- Identificar situaciones en las que el protagonista siente miedo.
- Respetar el valor del cuento como medio para trabajar las emociones.

## Desarrollo

La maestra leerá el cuento *Los miedos del capitán Cacurcias*, mediante el cual, el protagonista siente miedo ante diversas circunstancias. A continuación, los alumnos descubrirán las emociones que experimentaba el personaje al principio y al final del relato, de la misma manera, las cosas que le hacían sentirse así.

## Recursos

Cuento *Los miedos del capitán Cacurcias* de José Carlos Andrés y Sonja Wimmer.



## Evaluación

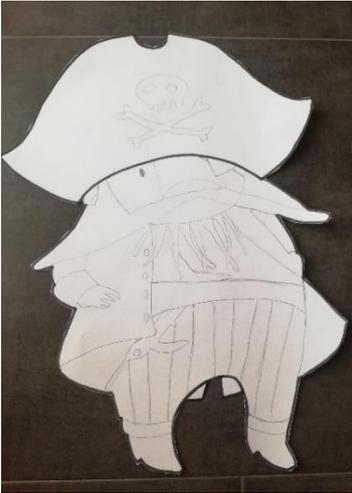
Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:

Estándares de aprendizaje	EP	C
Escucha y comprende el cuento <i>Los miedos del capitán Cacurcias</i> .		
Identifica situaciones en las que el protagonista siente miedo.		
Respeto el valor del cuento como medio para trabajar las emociones.		

También se valorará a través de las preguntas relacionadas con el cuento.

**Tabla 14**

*Actividad 12*

<b>ACTIVIDAD 12: ¿CUÁNDO SIENTO MIEDO?</b>	
<b>Organización del aula</b> Gran grupo e individual.	<b>Temporalización</b> 15 minutos.
<b>Objetivos</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Reconocer situaciones en las que siento miedo.</li><li>- Manifestar los miedos a través del lenguaje oral.</li><li>- Identificar los miedos en los demás.</li></ul>	
<b>Desarrollo</b> <p>Cada alumno compartirá con sus compañeros las cosas o situaciones que le hacen sentir miedo. La maestra lo anotará en el mural, siguiendo la misma dinámica que en las demás emociones y lo colocará junto a los otros.</p>	
<b>Recursos</b> <p>Mural del capitán Cacurcias.</p> 	
<b>Evaluación</b> <p>Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:</p>	

<b>Estándares de aprendizaje</b>	<b>EP</b>	<b>C</b>
Reconoce situaciones en las que siente miedo.		
Manifiesta los miedos a través del lenguaje oral.		
Identifica los miedos en los demás.		

**Tabla 15**

*Actividad 13*

<b>ACTIVIDAD 13: ¡ATRAPA MIEDOS!</b>	
<b>Organización del aula</b>	<b>Temporalización</b>
Individual.	10 minutos.
<b>Objetivos</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar los miedos propios.</li> <li>- Manifiestar los miedos a través de la expresión plástica.</li> </ul>	
<b>Desarrollo</b>	
<p>La maestra enseñará a los alumnos “El baúl atrapa miedos”, una caja en la que se conservan los miedos. Para ello, los alumnos dibujarán las cosas que les dan miedo, arrugarán el papel y lo guardarán en el baúl. Seguidamente, tirarán el baúl al contenedor correspondiente para deshacernos de esos miedos.</p>	
<b>Recursos</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Baúl atrapa miedos.</li> <li>- Folios.</li> <li>- Pinturas.</li> </ul>	



### Evaluación

Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:

Estándares de aprendizaje	EP	C
Identifica los miedos propios.		
Manifiesta los miedos a través de la expresión plástica.		

## SESIÓN 5

### Tabla 16

#### Actividad 14

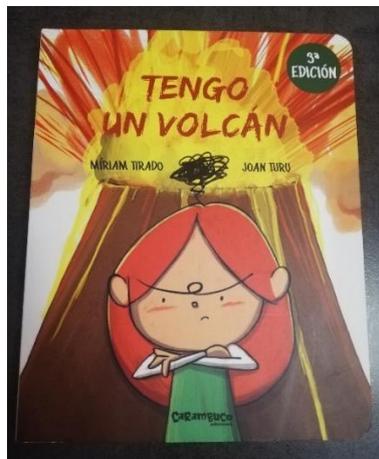
ACTIVIDAD 14: TENGO UN VOLCÁN	
<b>Organización del aula</b>  Gran grupo.	<b>Temporalización</b>  20 minutos.
<b>Objetivos</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Escuchar y entender el cuento <i>Tengo un volcán</i>.</li> <li>- Reconocer situaciones en las que la protagonista está enfadada.</li> <li>- Descubrir la técnica que usa la protagonista para regular la rabia.</li> <li>- Valorar la importancia del cuento como herramienta para trabajar las emociones.</li> </ul>	

## Desarrollo

La maestra leerá el cuento *Tengo un volcán*, a través del cual la protagonista narra diversos momentos en los que está enfadada y la técnica que emplea para controlar esa emoción y alcanzar un estado de calma y tranquilidad. A continuación, los alumnos tratarán de identificar dichos momentos y la técnica usada.

## Recursos

Cuento *Tengo un volcán* de Miriam Tirado y Joan Turu.



## Evaluación

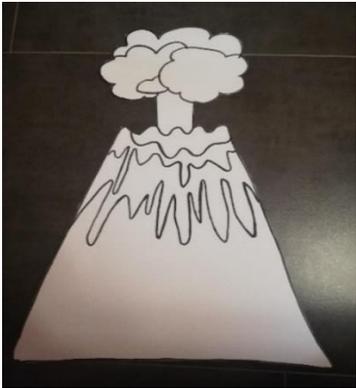
Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:

Estándares de aprendizaje	EP	C
Escucha y entiende el cuento <i>Tengo un volcán</i> .		
Reconoce situaciones en las que la protagonista está enfadada.		
Descubre la técnica que usa la protagonista para regular la rabia.		
Valora la importancia del cuento como herramienta para trabajar las emociones.		

También se valorará a través de las preguntas relacionadas con el cuento.

**Tabla 17**

*Actividad 15*

<b>ACTIVIDAD 15: ¿ CUÁNDO ESTOY ENFADADO?</b>		
<b>Organización del aula</b>	<b>Temporalización</b>	
Gran grupo e individual.	15 minutos.	
<b>Objetivos</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar situaciones o cosas que me enfadan.</li> <li>- Expresar mis enfados a través del lenguaje oral.</li> <li>- Reconocer momentos de enfado en los demás.</li> </ul>		
<b>Desarrollo</b>		
<p>Cada alumno expresará distintas ocasiones a través de las cuales experimenta el enfado. La maestra lo apuntará en el mural del volcán y lo colocará junto al resto de murales.</p>		
<b>Recursos</b>		
<p>Mural de un volcán.</p> <div style="text-align: center;">  </div>		
<b>Evaluación</b>		
<p>Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:</p>		
<b>Estándares de aprendizaje</b>	<b>EP</b>	<b>C</b>
Identifica situaciones o cosas que le enfadan.		
Expresa sus enfados a través del lenguaje oral		
Reconoce momentos de enfado en los demás.		

## **SESIÓN 6**

### **Tabla 18**

#### *Actividad 16*

<b>ACTIVIDAD 16: LA TORTUGA</b>	
<b>Organización del aula</b>	<b>Temporalización</b>
Gran grupo e individual.	20 minutos.
<b>Objetivos</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Escuchar y entender el cuento <i>La tortuga</i>.</li><li>- Reconocer la emoción que experimenta la tortuga y en qué situaciones.</li><li>- Utilizar la técnica de la tortuga para controlar el enfado.</li><li>- Lograr un estado de calma y tranquilidad tras el uso de la técnica.</li><li>- Valorar la importancia del cuento para trabajar las emociones.</li></ul>	
<b>Desarrollo</b> <p>La maestra leerá el cuento <i>La tortuga</i>, mediante el cual se relata la historia de una tortuga que se enfadaba muy a menudo y no sabía qué hacer ante esta situación. Hasta que un día, una tortuga mayor la enseñó una técnica para regular el enfado y permanecer tranquila. Una vez acabada la lectura, los alumnos tratarán de averiguar las emociones que sentía la protagonista, así como, la técnica que utilizaba para autorregularse.</p> <p>Seguidamente, los alumnos llevarán a cabo la técnica siguiendo las indicaciones de la maestra.</p>	
<b>Recursos</b>	
Adaptación propia del Cuento <i>La tortuga</i> .	



## LA TORTUGA

Esta es la historia de Tortuguita, una pequeña tortuga a la que le gustaba jugar sola o con sus amigos. También le encantaba ver la televisión y jugar en la calle, pero no parecía pasárselo muy bien en el colegio. Tortuguita nunca se sentaba en la silla ni escuchaba a su maestra. Cuando sus compañeros le quitaban el lápiz o le empujaban sin querer, Tortuguita se enfadaba tanto que empezaba a patear y gritar, incluso alguna vez les pegaba. Por eso, muchas veces, sus amigos no querían jugar con ella. Tortuguita estaba muy enfadada, y triste, porque no sabía cómo tranquilizarse.

Un día, se encontró con una tortuga muy mayor y sabia y la preguntó:

- ¿Qué puedo hacer? No me gusta mucho ir al colegio y aunque intento portarme bien..., no lo consigo.

La tortuga mayor le respondió:

- "La solución está en ti. Cuando te sientas enfadada y no puedas tranquilizarte, escóndete dentro de tu caparazón, ahí, podrás calmarte".
- "Cuando yo me escondo en mi caparazón, hago tres cosas:"
- 1. Respiro profundamente para tranquilizarme.
- 2. Pienso ¿cómo me siento? y ¿por qué me siento así?
- 3. Busco una solución y actúo.

Las dos tortugas practicaron juntas varias veces. Después, Tortuguita estaba deseando volver al colegio para probar esa maravillosa técnica.

Al día siguiente, Tortuguita estaba en clase cuando un compañero empezó a molestarla, sintió como el enfado iba creciendo y se le aceleraba el corazón. Recordó lo que le había contado su vieja amiga y se escondió en su caparazón, donde podía estar tranquila sin que nadie le molestara. Ahí, pensó que hacer. Respiro varias veces y cuando salió de su caparazón, vio que su maestra estaba muy contenta porque no había gritado, ni pateado.

Tortuguita practicó muchas veces, algunas veces lo conseguía y otras no., pero poco a poco aprendió a controlar su enfado dentro de su caparazón.

Ahora, tiene más amigos y amigas con los que jugar y disfruta mucho yendo al colegio. Y TÚ... ¿QUIÉRES APRENDER LA TÉCNICA DE LA TORTUGA?

## Evaluación

Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:

Estándares de aprendizaje	EP	C
Escucha y entiende el cuento <i>La tortuga</i> .		
Reconoce la emoción que experimenta la tortuga y en qué situaciones.		
Utiliza la técnica de la tortuga para controlar el enfado.		
Logra un estado de calma y tranquilidad tras el uso de la técnica.		
Valora la importancia del cuento para trabajar las emociones.		

También se valorará a través de las preguntas relacionadas con el cuento.

## Tabla 19

### Actividad 17

ACTIVIDAD 17: ¿CUÁNDO ESTOY EN CALMA?	
<b>Organización del aula</b> Gran grupo e individual.	<b>Temporalización</b> 15 minutos.
<b>Objetivos</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Identificar situaciones en las que experimento calma.</li><li>- Expresar de forma oral cuándo estoy en calma.</li><li>- Concienciarse de las ocasiones en las que los demás están en calma.</li></ul>	
<b>Desarrollo</b> <p>Cada alumno expresará oralmente diversas situaciones en las que siente calma o las cosas que le hacen sentirse así. La maestra lo apuntará en el mural correspondiente y lo situará con los demás.</p>	

**Recursos**

Mural de la tortuga.

**Evaluación**

Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:

<b>Estándares de aprendizaje</b>	<b>EP</b>	<b>C</b>
Identifica situaciones en las que experimenta calma.		
Expresa de forma oral cuándo está en calma.		
Se conciencia de las ocasiones en las que los demás están en calma.		

**SESIÓN 7****Tabla 20***Actividad 18*

<b>ACTIVIDAD 18: MI BOTE DE LA CALMA</b>	
<b>Organización del aula</b> Individual.	<b>Temporalización</b> 20 minutos.

### Objetivos

- Elaborar el bote de la calma para controlar las emociones, en concreto, el enfado.
- Concentrarse en lo que se está realizando.
- Lograr un estado óptimo de relajación.

### Desarrollo

La maestra explicará a los alumnos la utilidad de un bote de la calma, el cual se emplea para gestionar las emociones, sobre todo, en situaciones en las que nos enfadamos. Seguidamente, cada alumno elaborará el suyo propio siguiendo las indicaciones de la maestra. Cuando le hayan fabricado, se agitará para observar cómo se mueve la purpurina de manera rápida y poco a poco se va ralentizando, quedándose en la superficie del bote. Después, se colocarán los botes en una estantería para hacer uso de ellos cuando se considere oportuno.

### Recursos

- Botellas de plástico.
- Agua.
- Purpurina.
- Pegamento Glitter.
- Pajitas.



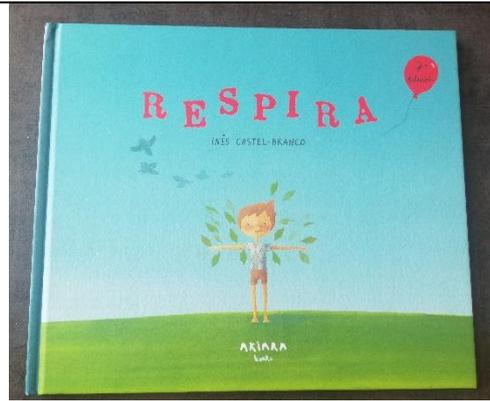
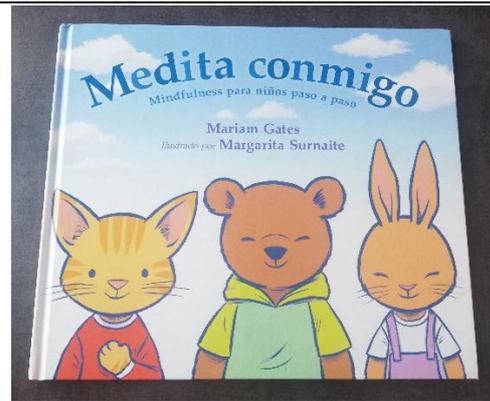
### Evaluación

Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:

Estándares de aprendizaje	EP	C
Elabora el bote de la calma para controlar las emociones, en concreto, el enfado.		
Se concentra en lo que está realizando.		
Logra un estado óptimo de relajación.		

**Tabla 21***Actividad 19*

<b>ACTIVIDAD 19: RESPIRA, ESCUCHA Y RELAJATE</b>	
<b>Organización del aula</b>	<b>Temporalización</b>
Gran grupo.	25 minutos.
<b>Objetivos</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>- Ser consciente de la respiración.</li><li>- Concentrarse en lo que se está llevando a cabo.</li><li>- Valorar la relajación como una técnica para controlar emociones.</li></ul>	
<b>Desarrollo</b>	
<p>Está formada por tres ejercicios mediante los cuales se trabaja la respiración, atención plena y meditación.</p> <p><u>Ejercicio 1 Siéntate y relájate</u>: sentados en una silla, hay que levantar los hombros hacia las orejas, colocar los brazos contra el pecho y apretar todo el cuerpo haciendo fuerza durante tres segundos, después, soltar la tensión (3 veces).</p> <p><u>Ejercicio 2 Respira y relájate</u>: tumbados en la alfombra con los ojos cerrados y los brazos relajados, suponemos que nuestra tripa es una ola del mar y colocamos sobre ella un barco de papel que está navegando sobre esa ola. Respiramos, cuando entra el aire en nuestro cuerpo, esta sube, mientras que, cuando sale el aire, baja.</p> <p><u>Ejercicio 3 Escucha y relájate</u>: sentados en la silla, los alumnos cerrarán los ojos y en silencio, deberán atender y concentrarse en los sonidos del aula. A continuación, dirán lo que han escuchado.</p> <p>Cada ejercicio se realizará tres veces.</p>	
<b>Recursos</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>- Cuento <i>Medita conmigo</i> de Mariam Gates.</li><li>- Cuento <i>Respira</i> de Inês Castel-Branco.</li><li>- Sillas.</li></ul>	



### Evaluación

Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:

Estándares de aprendizaje	EP	C
Es consciente de la respiración.		
Se concentra en lo que está llevando a cabo.		
Valora la relajación como una técnica para controlar emociones.		

## SESIÓN 8

### Tabla 22

#### Actividad 20

ACTIVIDAD 20: ¿CÓMO SE SIENTE ANACLETO?	
<b>Organización del aula</b> Gran grupo.	<b>Temporalización</b> 30 minutos.
<b>Objetivos</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Asociar los ojos y la cara con la expresión facial relativa a cada emoción.</li> <li>- Diferenciar las expresiones faciales de las emociones básicas en imágenes.</li> </ul>	

## Desarrollo

Se necesita una plantilla de la cara del personaje llamado Anacleto y distintos ojos y bocas que corresponden a las expresiones faciales de cada una de las emociones trabajadas. Cada alumno tendrá un ojo o una boca repartidos aleatoriamente. Cuando ella diga “Anacleto se siente... (y el nombre de la emoción)”, aquellos que tengan los ojos y la boca de dicha emoción, deberán colocarlo en la cara del protagonista y así, sucesivamente con el resto de las emociones.

## Recursos

- Plantilla de la cara.
- Ojos y bocas correspondientes a las expresiones de la cara.



## Evaluación

Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:

Estándares de aprendizaje	EP	C
Asocia los ojos y la cara con la expresión facial relativa a cada emoción.		
Diferencia las expresiones faciales de las emociones básicas en imágenes.		

**Tabla 23**

*Actividad 21*

<b>ACTIVIDAD 21: 1,2,3 ¡A CONTAR EMOCIONES!</b>	
<b>Organización del aula</b> Individual.	<b>Temporalización</b> 25 minutos.
<b>Objetivos</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Identificar la expresión facial correspondiente a la emoción nombrada.</li><li>- Reconocer el número del tablero.</li><li>- Contar las caritas necesarias.</li></ul>	
<b>Desarrollo</b> <p>Se distribuirán las caritas de las expresiones faciales de las emociones por la alfombra, así como, el tablero del 1 al 5 y el del 1 al 10. Después, la maestra dirá una emoción y cada alumno situará tantas caritas de esa emoción como indica el número en el tablero. También se puede realizar otra variante que consiste en que el alumno coloque de manera libre las emociones en el tablero y seguidamente, cuente cada emoción que ha situado.</p>	
<b>Recursos</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Tablero del 1 al 5 y otro del 1 al 10.</li><li>- Caritas con las expresiones faciales de las emociones trabajadas.</li></ul>	
	

<b>Evaluación</b>		
Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:		
<b>Estándares de aprendizaje</b>	<b>EP</b>	<b>C</b>
Identifica la expresión facial correspondiente a la emoción nombrada.		
Reconoce el número del tablero.		
Cuenta las caritas necesarias.		

## **SESIÓN 9**

### **Tabla 24**

#### *Actividad 22*

<b>ACTIVIDAD 22: PIRULETAS DE EMOCIONES</b>	
<b>Organización del aula</b> Gran grupo.	<b>Temporalización</b> 20 minutos.
<b>Objetivos</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Agrupar las piruletas de la misma emoción.</li> <li>- Hacer parejas de la misma o distinta emoción.</li> <li>- Diferenciar el sonido y silencio en la música.</li> </ul>	
<b>Desarrollo</b> Cada alumno tendrá que coger una piruleta y compartir con los compañeros la emoción que es. Después, sonará la música y se desplazaran por el espacio de manera libre. Cuando la música pare, deberán agruparse todas las piruletas de la misma emoción. También se puede realizar, formando parejas de la misma o distinta emoción.	
<b>Recursos</b> Piruletas de emociones.	



**Evaluación**

Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:

Estándares de aprendizaje	EP	C
Agrupar las piruletas de la misma emoción.		
Hace parejas de la misma o distinta emoción.		
Diferencia el sonido y silencio en la música.		

**Tabla 25**

*Actividad 23*

ACTIVIDAD 23: ¡CONSTRUYENDO EMOCIONES!	
<b>Organización del aula</b> Grupos pequeños.	<b>Temporalización</b> 20 minutos.
<b>Objetivos</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ordenar la serie numérica del 1 al 5 y del 1 al 10 para formar emociones.</li> <li>- Descubrir la emoción creada tras la ordenación de los números.</li> <li>- Expresar la emoción a través del lenguaje corporal.</li> </ul>	

## Desarrollo

Se dividirá a los alumnos en grupos de cuatro. La maestra les dará las piezas del rompecabezas que tendrán que ordenar del 1 al 5 o del 1 al 10 para así, poder construir la expresión facial de las emociones trabajadas. Seguidamente, descubrirán la emoción formada tras la ordenación de los números y la expresarán mediante gestos.

## Recursos

Rompecabezas de las expresiones faciales de las emociones trabajadas.



## Evaluación

Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:

Estándares de aprendizaje	EP	C
Ordena la serie numérica del 1 al 5 y del 1 al 10 para formar emociones.		
Descubre la emoción creada tras la ordenación de los números.		
Expresa la emoción a través del lenguaje corporal.		

## **SESIÓN 10**

### **Tabla 26**

#### *Actividad 24*

<b>ACTIVIDAD 24: EL MAGO EMOCIONADO</b>	
<b>Organización del aula</b> Gran grupo o pequeños grupos.	<b>Temporalización</b> 20 minutos.
<b>Objetivos</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Averiguar la emoción representada en la cinta mediante las pistas dadas por los compañeros.</li><li>- Expresar a través del lenguaje oral y corporal distintas situaciones en las que experimento esa emoción.</li></ul>	
<b>Desarrollo</b> <p>La maestra enseñará la caja con los materiales a los alumnos para despertar su curiosidad. Un alumno será el mago emocionado, al que se le colocará una cinta en la cabeza con una cara de las emociones trabajadas, sin que lo vea. El resto de los compañeros tendrán que darle pistas de la emoción que se representa en la cinta para que lo averigüe. Como norma, no podrán decir el nombre de la emoción, sino que deberán expresar diferentes momentos en los que se sientan así, utilizando la expresión: “Me siento así cuando...”. Cuando el mago haya adivinado la emoción, se cambiará de mago para que gran parte de los alumnos representen los dos papeles.</p>	
<b>Recursos</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Cinta.</li><li>- Caras de las emociones.</li></ul>	



**Evaluación**

Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:

Estándares de aprendizaje	EP	C
Averigua la emoción representada en la cinta mediante las pistas dadas por los compañeros.		
Expresa a través del lenguaje oral y corporal distintas situaciones en las que experimenta esa emoción.		

**Tabla 27**

*Actividad 25*

ACTIVIDAD 25: ¡ UN PAR DE EMOCIONES!	
<p><b>Organización del aula</b></p> <p>Gran grupo.</p>	<p><b>Temporalización</b></p> <p>10 minutos.</p>
<p><b>Objetivos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hacer parejas de las emociones y reconocer su nombre.</li> <li>- Valorar la importancia de los medios digitales como recursos de aprendizaje.</li> </ul>	

**Desarrollo**

Se hará uso de un recurso digital creado por la maestra, que consiste en un memory con distintas tarjetas de las emociones trabajadas. Los alumnos tendrán que emparejar las que sean iguales y ponerlas nombre.

**Recursos**

- Pizarra digital.
- Aplicación Wordwall: <https://wordwall.net/resource/30201936>

**Evaluación**

Se evaluará mediante la observación directa y sistemática y para ello, se empleará una escala de estimación verbal con los siguientes estándares de aprendizaje:

<b>Estándares de aprendizaje</b>	<b>EP</b>	<b>C</b>
Hace parejas de las emociones y reconoce su nombre.		
Valora la importancia de los medios digitales como recursos de aprendizaje.		

## Anexo B. Ficha de evaluación

NOMBRE: \_\_\_\_\_

IDENTIFICA LAS EXPRESIONES FACIALES DE LAS EMOCIONES,  
COLOREANDO CADA UNA DEL COLOR CORRESPONDIENTE.

TRISTEZA → VERDE

CALMA → AZUL

ENFADO → AMARILLO

MIEDO → ROJO

ALEGRÍA → NARANJA



HOY ME SIENTO \_\_\_\_\_

¿ TE HA GUSTADO TRABAJAR LAS EMOCIONES?