



---

# **Universidad de Valladolid**

## **FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL**

TRABAJO DE FIN DE GRADO EN EDUCACIÓN SOCIAL

### **“PROPUESTA DE INTERVENCIÓN SOCIOEDUCATIVA EN EL BARRIO DE PAJARILLOS CON MENORES DISRUPTIVOS Y SUS FAMILIAS”**

Curso académico 2023 – 2024

Autora: Alba del Río Iglesias

Tutora académica: Sandra Laso Salvador

Fecha: 28/06/2024

**Resumen:**

El presente Trabajo de Fin de Grado, aborda la posibilidad de realizar una intervención, en el colectivo de menores en riesgo de exclusión, que viven en barrios marginales y a sus familiares, que involucre un crecimiento en la gestión de sus emociones, mediante la promoción de hábitos de vida saludables, el trato con animales, y la educación a sus familias.

Tras una revisión documental de los aspectos que se abordan en este trabajo, una encuesta realizada a los miembros más implicados en el día a día de los menores, y la experiencia personal durante cinco años en este tipo de barrios, en concreto el barrio de Pajarillos en Valladolid de la autora, se considera que no existe ninguna actividad ofertada con las mismas características, sobretodo que incluya la educación en el ámbito familiar, vital en este tipo de programas. Se abordará mediante actividades de inteligencia emocional, rutas en bicicleta, charlas de discusión, y juegos tradicionales, con una duración de ocho meses.

Palabras clave: gestión emocional, hábitos de vida saludables, actividades asistidas con animales, formación a las familias.

**Abstract:**

The present Final Degree Work, considers the possibility of carrying out an intervention, in the group of minors at risk of exclusion, who live in marginal neighborhoods and their families, that involves a growth in the management of their emotions, through the promotion of healthy life habits, the treatment with animals, and the education of their families.

After a documentary review of the aspects that are considered in this work, a survey of the members most involved in the day to day life of the minors, and the personal experience of the author during five years in this type of neighborhoods, specifically the neighborhood of Pajarillos in Valladolid, it is considered that there is not any other activity offered with the same characteristics, especially that includes education in the family area, vital in this type of programs. It will be considered through emotional intelligence activities, bicycle routes, discussion talks, and traditional games, with a duration of eight months.

**Key words:** emotional management, healthy life habits, animal-assisted activities, family training.

## **Agradecimientos.**

Quisiera agradecer a todas las personas que de una manera u otra han hecho posible la realización de este trabajo.

En primer lugar, quiero agradecer a mi tutora Sandra Laso, por su encomiable misión de corregir a la velocidad de la luz, con toda la paciencia del mundo, por sus orientaciones y su buen hacer.

En segundo lugar, quiero agradecerles a mis padres el apoyo incondicional que me han dado desde el minuto cero que decidí dedicarme al mundo de lo social, y a toda mi familia por apoyarme en todo lo que he necesitado, ya que sin ellos nada de esto haría sido posible.

Por último, a mi abuelo Nazario Iglesias Ruíz, que desde pequeña me inculcó los valores de la lucha obrera, minero de profesión y buena persona de vocación. Él luchó durante toda su vida para mejorar y conseguir derechos para las personas que menos tenían. Abuelo, tu conseguiste grandes cosas para mucha gente, sin recibir apenas nada a cambio, y yo voy a continuar esa misión.

## ÍNDICE:

ÍNDICE DE FIGURAS .....	5
ÍNDICE DE TABLAS:.....	6
1. INTRODUCCIÓN .....	1
2. MOTIVACIÓN PERSONAL .....	5
3. OBJETIVOS.....	8
4. JUSTIFICACIÓN DE LA NECESIDAD .....	10
5. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	17
5.1. Contexto socioeconómico y educativo de los barrios marginales .....	17
5.2. Programas educativos y comunitarios sobre el deporte, trato con animales y gestión emocional .....	20
5.3. La gestión de los hábitos saludables .....	24
5.4. Deporte y educación física.....	25
5.5. Gestión emocional a través del trato con animales .....	26
6. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN .....	27
6.1. Contexto.....	27
6.2. Objetivos .....	31
6.3. Metodología .....	32
6.4. Temporalización .....	34
6.5. Recursos y materiales .....	40
6.5.1. Espacios.....	40
6.5.2. Recursos materiales.....	41
6.5.3. Recursos humanos.....	41
6.5.4. Presupuesto.....	43
6.6. Actividades/Acciones .....	43
6.7. Evaluación .....	81
7. CONSIDERACIONES FINALES.....	84
8. BIBLIOGRAFÍA .....	85
ANEXOS .....	91
Anexo 1: Fomento de la vida saludable en los colegios.....	91
Anexo 2: Cuestionario sobre hábitos de vida saludables, control emocional.....	92
Anexo 3: Ruta en bicicleta.....	93
Anexo 4: Refugio “Scooby” .....	94
Anexo 5: BIKI Acompaña a la fundación INTRAS.....	95
Anexo 6: Información de los presupuestos.....	96



Anexo 7: Presupuesto de monitora. ....	98
Anexo 8: “Vamos a jugar a querernos un poco más” .....	99
Anexo 9: “El árbol de las emociones” .....	100
Anexo 10: “El poder de las palabras” .....	101
Anexo 11: “Cuestionario de autopercepción emocional” .....	102
Anexo 12: “Entrevista individual” .....	103
Anexo 13: “Escala de observación del comportamiento emocional de los alumnos/as” .....	104
Anexo 14: “¿Hemos progresado? .....	105
Anexo 15: “¿Ves progresos?.....	108
Anexo 16: “Evaluación final” .....	109
Anexo 17: “Evaluación final para los profesores/as” .....	110
Anexo 18: “Evaluación final para padres/madres” .....	111

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1</b> Hábitos de vida saludables, control emocional.....	11
<b>Figura 2</b> Barrios de Valladolid .....	27
<b>Figura 3</b> Algunas conclusiones del estudio del barrio de Pajarillos.....	30
<b>Figura 4</b> Leyenda del cronograma.....	36
<b>Figura 5</b> Presupuesto .....	43
<b>Figura 6</b> Tablas de discusión .....	45

## ÍNDICE DE TABLAS:

<b>Tabla 1</b>	Calendario de actividades de octubre .....	37
<b>Tabla 2</b>	Calendario de actividades de noviembre .....	37
<b>Tabla 3</b>	Calendario de actividades de diciembre .....	38
<b>Tabla 4</b>	Calendario de actividades de enero .....	38
<b>Tabla 5</b>	Calendario de actividades de febrero.....	39
<b>Tabla 6</b>	Calendario de actividades de marzo .....	39
<b>Tabla 7</b>	Calendario de actividades de abril.....	40
<b>Tabla 8</b>	Actividades para el refugio - Atrapa la bandera .....	46
<b>Tabla 9</b>	Actividades para el refugio - El castro .....	47
<b>Tabla 10</b>	Actividades para el refugio - El juego de la comba.....	48
<b>Tabla 11</b>	Actividades para el refugio- Cuidado de animales y trabajo en el refugio.....	49
<b>Tabla 12</b>	Actividades para el refugio - La cola del elefante .....	50
<b>Tabla 13</b>	Actividades para el refugio - Las canicas .....	51
<b>Tabla 14</b>	Actividades para el refugio - Las chapas.....	52
<b>Tabla 15</b>	Actividades presenciales - Semana 1.....	53
<b>Tabla 16</b>	Actividades presenciales - Semana 2.....	54
<b>Tabla 17</b>	Actividades presenciales - Semana 3.....	55
<b>Tabla 18</b>	Actividades presenciales - Semana 4.....	56
<b>Tabla 19</b>	Actividades presenciales - Semana 5.....	57
<b>Tabla 20</b>	Actividades presenciales - Semana 6.....	58
<b>Tabla 21</b>	Actividades presenciales - Semana 7.....	59
<b>Tabla 22</b>	Actividades presenciales - Semana 8.....	60
<b>Tabla 23</b>	Actividades presenciales - Semana 9.....	61
<b>Tabla 24</b>	Actividades presenciales - Semana 10.....	62
<b>Tabla 25</b>	Actividades presenciales - Semana 11.....	63
<b>Tabla 26</b>	Actividades presenciales - Semana 12.....	64
<b>Tabla 27</b>	Actividades presenciales - Semana 13.....	65
<b>Tabla 28</b>	Actividades presenciales - Semana 14.....	66
<b>Tabla 29</b>	Actividades presenciales - Semana 15.....	67
<b>Tabla 30</b>	Actividades presenciales - Semana 16.....	68
<b>Tabla 31</b>	Actividades presenciales - Semana 17.....	69
<b>Tabla 32</b>	Actividades presenciales - Semana 18.....	70

<b>Tabla 33</b> Actividades presenciales - Semana 19.....	71
<b>Tabla 34</b> Actividades presenciales - Semana 20.....	72
<b>Tabla 35</b> Charlas para los padres - Sesión 1 .....	73
<b>Tabla 36</b> Charlas para los padres - Sesión 2 .....	74
<b>Tabla 37</b> Charlas para los padres - Sesión 3 .....	75
<b>Tabla 38</b> Charlas para los padres - Sesión 4 .....	76
<b>Tabla 39</b> Charlas para los padres - Sesión 5 .....	77
<b>Tabla 40</b> Charlas para los padres - Sesión 6 .....	78
<b>Tabla 41</b> Charlas para los padres - Sesión 7 .....	79
<b>Tabla 42</b> Charlas para los padres - Sesión 8 .....	80

## 1. INTRODUCCIÓN

En los barrios que presentan cierta marginalidad, los niños a menudo enfrentan desafíos significativos que pueden afectar su desarrollo integral. Entre estos desafíos, la gestión emocional y los hábitos de vida saludable se destacan como dos aspectos fundamentales que requieren una atención especial. La falta de recursos y apoyo en estos entornos puede llevar a dificultades emocionales y de comportamiento, así como a estilos de vida poco saludables desde una edad temprana.

Recordando el modelo ecológico de Bronfenbrenner, que busca comprender el desarrollo cognitivo, moral y relacional de los individuos a través de sus interacciones con diversos entornos, es fundamental introducirse en la vida de los alumnos de barrios marginales para influir en varios de los factores que conforman su realidad: el microsistema, mesosistema, exosistema y macrosistema. Enmarcar estos niveles permite una intervención estructurada y efectiva. Trabajar el control emocional es crucial, ya que tiene repercusiones en todos los ámbitos de la vida de los menores.

El modelo de Bronfenbrenner permite analizar los factores que influyen en el comportamiento y que pueden aumentar las probabilidades de cometer actos violentos (Sandoval, 2020). Según Sandoval (2020), estos factores se pueden clasificar en los siguientes niveles:

- Nivel individual – microsistema: Los elementos biológicos y la trayectoria personal afectan la conducta y pueden aumentar la susceptibilidad a actos violentos. Se evalúan factores demográficos, trastornos mentales o de personalidad, adicciones y experiencias previas de agresión o abuso.
- Nivel de las relaciones – mesosistema: Se analizan los vínculos íntimos, como los establecidos con la familia, amigos y compañeros de escuela, y cómo estas relaciones pueden influir en la probabilidad de experimentar o cometer actos violentos.
- Nivel comunitario – exosistema: Se examinan los entornos comunitarios como escuelas, lugares de trabajo y vecindarios para identificar características que aumenten el riesgo de violencia, influenciados por aspectos como la densidad poblacional y el desempleo.

- Nivel social – macrosistema: Se consideran elementos como ideologías, leyes y costumbres culturales que configuran un entorno positivo o negativo para la violencia, incluyendo políticas en salud, educación y bienestar social.

Específicamente, los problemas de conducta afectan gravemente a los menores en Valladolid. Datos de la Subdirección General de Estadística y Estudios del Ministerio muestran que, en el curso 2021/2022, había 519 alumnos/as con necesidades educativas especiales debido a trastornos graves de conducta, situando a Valladolid en la tercera posición de Castilla y León (Ministerio de Educación, 2023). Estos problemas de conducta están estrechamente relacionados con el control emocional.

Según Goleman (1996), las habilidades emocionales son cruciales para el éxito personal y profesional, destacando competencias como la conciencia emocional, el autocontrol, la motivación, la empatía y las habilidades sociales.

Las emociones y su control influyen significativamente en todas las áreas definidas por Bronfenbrenner. Un mal control de la ira puede provocar conflictos en el entorno cercano, como con la familia y amigos, y afectar negativamente el rendimiento académico y el comportamiento en la escuela. Además, las creencias culturales y situaciones específicas, como divorcios o conflictos bélicos, también tienen un impacto emocional considerable.

La propuesta de intervención busca lograr, en gran medida, los efectos positivos que señala el psicólogo Rafael Bisquerra (2020) al trabajar la educación emocional: aumentar las habilidades sociales, reducir pensamientos autodestructivos, mejorar la autoestima, disminuir la violencia y las conductas antisociales, mejorar el rendimiento académico y la adaptación escolar, social y familiar, y reducir sentimientos de tristeza, ansiedad y estrés (Bisquerra, 2020). Por tanto, diseñar propuestas extraescolares específicas para abordar estas áreas no solo es necesario, sino crucial para mejorar el bienestar y las oportunidades futuras de estos niños. Una de las estrategias prometedoras es la terapia asistida con animales, aunque actualmente carece de una legislación amplia y los estudios específicos que involucran a menores son limitados. López-Cepero et al. (2015) destacan que, aunque los metaanálisis sobre programas de intervención asistida muestran una efectividad moderada en diversas áreas, los beneficios más relevantes se observan en la mejora de los trastornos de conducta y el bienestar emocional. Integrar esta forma de terapia en las propuestas extraescolares puede ser una herramienta valiosa para potenciar el desarrollo integral de los niños en barrios marginales.

En cuanto al problema del sedentarismo, no se puede separar el bienestar psicológico de los menores de la realización de deporte y una vida sana. Hernández y su equipo, en el estudio "Sedentarismo, obesidad y salud mental en la población española de 4 a 15 años de edad", encontraron que los efectos negativos en la salud mental debido a la falta de actividad física y el sobrepeso se evidencian desde temprana edad. En la población escolar española (de 4 a 15 años), estos problemas incluyen baja autoestima, riesgo de depresión o ansiedad, aislamiento social, mayor estrés, dificultades para manejar las emociones y bajo rendimiento académico (Hernández et al., 2011).

Mantener un peso adecuado está relacionado con diversos aspectos del bienestar psicológico. Participar en actividades físicas durante el tiempo libre es un indicador positivo de la salud infantil en su totalidad. La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda que los niños y adolescentes de 5 a 17 años realicen al menos una hora diaria de actividad física de intensidad moderada o vigorosa. Además, dedicar más de 60 minutos diarios a la actividad física puede generar aún mayores beneficios para la salud (OMS, 2010).

En la línea de los pocos hábitos saludables también nos encontramos con el uso temprano de cigarrillos electrónicos, cuyo peligro ya ha llamado la atención de la Organización Mundial de la Salud (OMS). Este organismo, avisa de la importancia de tomar medidas urgentes de protección a los niños/as y a los no fumadores. Añaden que el consumo de nicotina a temprana edad puede afectar al desarrollo del cerebro y causar trastornos del aprendizaje (Organización Mundial de la Salud: OMS, 2023). Todo esto, sumado al sedentarismo general que hay en su ocio, hace de todo un bucle del que es complicado salir.

Por ello, este trabajo de fin de grado propone una intervención dirigida a promover la gestión emocional y hábitos de vida saludables, ofreciendo un enfoque integral y sostenible que pueda marcar una diferencia positiva en la vida de los menores de barrios marginales. La propuesta se centra en una actividad extraescolar que vincula el deporte y la gestión emocional a través del trato con animales de una protectora. Además, se ofrecerá orientación para las familias de los niños que participen en la iniciativa, abarcando ambos ámbitos, con el objetivo de generar un cambio positivo a largo plazo.

Los padres y madres de los alumnos que participen en esta iniciativa recibirán una formación voluntaria sobre la alimentación adecuada para sus hijos. Según Saltos Solís

(2012), "existe una alta correlación entre la calidad de los alimentos ingeridos y el rendimiento escolar" (p. 33), lo cual es fundamental para nuestra propuesta. Actualmente, contamos con el apoyo de los colegios, que ya han implementado iniciativas como los almuerzos saludables y los comedores escolares con dietas variadas ([véase Anexo 1: Fomento de la vida saludable en los colegios](#)).

Es indispensable recalcar que un niño "que no está bien alimentado con los nutrientes esenciales que debe ingerir en la dieta diaria, será un niño con un inadecuado crecimiento, lo cual afecta su nivel cognitivo, manifestado en la disminución del rendimiento escolar" (Saltos Solís, 2012, p. 22). Muchos padres no son conscientes de la importancia de una buena alimentación. La falta de tiempo y los recursos económicos han llevado a un deterioro en la calidad de la alimentación, con un aumento en el consumo de bebidas carbonatadas y bollería industrial. Esto se refleja en estadísticas preocupantes, como el hecho de que un 18,3% de los niños y adolescentes de Valladolid tienen obesidad (Estudio ENE-COVID, 2023).

Además, numerosos estudios destacan la influencia del contexto familiar en las conductas adaptadas o desadaptadas de los niños. Factores como la dimensión afectiva, el refuerzo positivo, el apoyo emocional y la implicación paterno-filial son cruciales para el desarrollo social. En contraste, la rigidez, el rechazo y la hostilidad se asocian negativamente con la disposición prosocial y favorecen la agresividad (Mestre et al., 2012). Por último, dada la importancia que tiene el entorno familiar en los sentimientos, emociones, y formas de afrontar la vida de estos niños/as, se ve necesario el hecho de que también reciban una formación en la que se conciencie de los buenos hábitos, tanto de ocio como de alimentación, y sobre la importancia de trabajar en la inteligencia emocional.

## 2. MOTIVACIÓN PERSONAL

Desde el año 2018 la autora del presente trabajo, ha estado inmersa en el ámbito social a través del Ciclo Formativo de Grado Superior en Integración Social, y el Grado en Educación Social. Durante este periodo, se ha enfocado especialmente en el estudio y análisis del barrio de Pajarillos. Ha tenido la oportunidad de trabajar de forma activa a lo largo de los años consecutivamente hasta la actualidad en 2024, ha dado clases y ha sido monitora de campamentos vacacionales, además de aprovechar los dos periodos de prácticas en la zona, primero en la asociación “Pajarillos Educa” y después en el Equipo de Orientación Escolar y Psicopedagógica, número 4, que trabaja en este barrio y en el barrio de Pilarica.

Ha podido observar desde distintos prismas a menores de todas las edades comprendidas entre infantil y primaria, desde una visión más reglada, dentro de las aulas, o recibiendo clases de inglés y español a una visión más lúdica y relajada en los campamentos.

Durante la experiencia que le ha dado trabajar y observar mediante herramientas como el diario de campo, ha podido ver la brecha existe en los ámbitos ya referidos en el trabajo. Los menores que conviven en el barrio son muy explosivos, viven en un continuo clima de crispación en el que se normalizan muchas conductas negativas. Ha podido escuchar testimonios que reflejan la realidad, “solo me calmo si pego puñetazos a la pared”, “si me gritan, grito, si me pegan pego más fuerte y si me insultan, insulto más”. Ha podido ver como la brecha cultural ataca a los más pequeños/as escuchando como menores referían que sus padres les habían castigado con golpes, o en una actividad en la que se habla de estilos comunicativos el personaje del “humano” la mayoría de alumnos/as de distintas edades, en colegios distintos, asuman por regla general, que va a gritar, a insultar y a comportarse mal. Tienen unos modelos instaurados que se pueden observar a plena vista.

En el sentido de los hábitos de vida saludables, ha podido ver una realidad, desde la sinceridad de los menores, que incluso muchos profesionales no llegan ni llegaran a conocer. Los menores que sus padres presuponen que están corriendo en el parque están sentados enfrente de los bancos del Mercadona comiéndose hamburguesas de un euro junto a una bebida energética, o en el quiosco comprando bollería. También ha podido observar la cantidad de ellos/as que fuman a escondidas, o muchos/as que no duermen en toda la noche desperdiciando el tiempo en juegos online, o en plataformas como TikTok.



En otro orden de problemas, hay muchos menores que cuentan muchas cosas sin querer, y reflejan problemáticas familiares o tendencias negativas. Ha podido ver como menores traen bollería al recreo porque a su madre/padre se le ha olvidado prepararle el almuerzo, otros que dicen que van a cenar pizza y que ayer comieron hamburguesa, otros que desayunan coca – cola u otros que directamente camino del colegio van con la lata de bebida energética en la mano. También muchos llegan con frases tales como, “mi madre me ha dicho que, si me pegan, pegue”, en una ocasión un niño entro en el aula a primera hora de la mañana y dio un tortazo a otro, la explicación fue muy simple, “ayer me pego en el parque, y mi padre me ha dicho que se la devuelva”.

Otra de las situaciones que ha podido observar, durante el periodo en el que impartió clases en la asociación, tuvo a un grupo que se suponía que no sabía español, pero que en la realidad estaban en esa actividad porque no tenían plaza en ninguna otra, allí tuvo la oportunidad de realizar actividades en las que se hablaba de las emociones, de los sentimientos, y de cómo expresarnos de forma adecuada, o gestionar problemas que surgían en el día a día. Pudo ver como niños/as de origen completamente distinto, edades diferentes y procedencias también, no tenían ningún tipo de conocimiento sobre el tema, no sabían expresarse, muchos decían directamente que no tenían sentimientos, o que cuando se enfadaban se enfadaban y ya, no veían el trasfondo, no tenían base de conocimiento al respecto del tema.

Por toda la variedad de situaciones observadas, tanto desde la visión de una profesional, como desde la visión de una alumna más, ha podido determinar que la mejor forma de intentar frenar todas estas problemáticas es con esta iniciativa, que, de forma general, consiste en mejorar esencialmente dos ámbitos de la vida de los niños y niñas de educación primaria, la mejora en la calidad de su ocio, y la mejora en la gestión y control de emociones. En primer lugar, se realizaría una coordinación con el equipo de orientación y la profesora de servicios a la comunidad, además del equipo directivo y el profesorado de un colegio, en esta reunión crearíamos una lista de posibles usuarios para el proyecto, el sesgo que se marca son los problemas de conducta o de gestión emocional. La actividad consiste en ir en bicicleta hasta la protectora, y una vez allí, mientras trabajamos en las tareas que nos necesiten, como limpiar o pasear perros, crearemos un grupo de apoyo en el que se generen discusiones, debates, y conversaciones que nos ayuden a que aprendan a gestionar sus emociones. Estas charlas tendrán varias categorías,

identificación de emociones, expresión emocional, manejo del estrés, resolución de conflictos, empatía y comprensión emocional, habilidades sociales y comunicativas... los temas podrían variar dependiendo de las características o necesidades del grupo. Cada tres sesiones, se realizarían sesiones en un aula del colegio para reflexionar y hacer actividades como el árbol de las emociones, en el que piensan sobre sus emociones negativas y positivas. Además de fomentar un ocio saludable en el que hagan deporte, desplazándose ida y vuelta, se hablará sobre la importancia de llevar una buena alimentación, se ofrecerá la posibilidad de hacer jornadas formativas, en las que se orienten a los padres y madres de los niños/as sobre temas de su interés como, aprender a llevar una dieta equilibrada, trabajar las emociones con sus hijos/as...

### **3. OBJETIVOS**

En este trabajo, se aplica una perspectiva biopsicosocial, la cual considera tres dimensiones principales dentro de la experiencia humana: lo biológico, lo psicológico y lo social. Este enfoque reconoce que el bienestar de una persona depende de una combinación dinámica de todos estos factores y de su interacción.

Desde los términos puramente biológicos, se consideran aspectos como la salud física, la genética y el funcionamiento del cuerpo. La perspectiva psicológica abarca las emociones, los pensamientos, los procesos cognitivos y las actitudes. Por otro lado, la perspectiva social analiza el contexto social, cultural, económico y ambiental en el que una persona vive y se desarrolla, incluyendo la familia, la comunidad, el colegio y otros entornos sociales.

Este enfoque busca comprender cómo estas tres dimensiones interactúan y se influyen mutuamente, afectando la salud y el bienestar de las personas. En este sentido, la perspectiva biopsicosocial se utiliza para abordar las necesidades y desafíos de los individuos, considerando los aspectos biológicos, psicológicos y sociales en el proceso de evaluación.

Partiendo de esta perspectiva biopsicosocial, este trabajo se propone desarrollar una propuesta educativa y comunitaria que integre el deporte, y la gestión emocional a través del trato con animales y la orientación hacia la creación de hábitos de vida saludable, en contextos escolares de barrios que se caractericen por ser marginales.

A continuación, se plantean los objetivos específicos:

- Realizar un análisis exhaustivo de la situación socioeconómica y cultural de los barrios marginales seleccionados, identificando las necesidades específicas de la población infantil y adolescente en términos de educación, salud y bienestar emocional.
- Investigar programas educativos y comunitarios exitosos que integren el deporte, el trato con animales y la gestión emocional, tanto a nivel nacional como internacional, para extraer las mejores prácticas y adaptarlas al contexto local.
- Estudiar y comprender como el deporte y la interacción con animales ayudan en la gestión de los hábitos saludables.

- Diseñar una propuesta educativa y comunitaria que integre de manera efectiva el deporte, el trato con animales y la gestión emocional, enfocada en la creación de hábitos de vida saludable y dirigida a niños y adolescentes en edad escolar de los barrios marginales seleccionados.
- Desarrollar y poner a prueba la propuesta educativa y comunitaria en colaboración con instituciones educativas y organizaciones comunitarias de los barrios marginales, evaluando su efectividad en términos de participación de los estudiantes, impacto en su bienestar emocional y adopción de hábitos saludables.
- Analizar los resultados obtenidos durante la implementación de la propuesta, identificando los factores que favorecieron o dificultaron su éxito, y proponer recomendaciones para su mejora y replicación en otros contextos similares.

#### 4. JUSTIFICACIÓN DE LA NECESIDAD

La propuesta para integrar el deporte, la gestión emocional a través del trato con animales, y la orientación hacia la creación de hábitos de vida saludable en contextos escolares del barrio marginal de Pajarillos, Valladolid, surge como respuesta a una serie de desafíos socioeconómicos y culturales específicos que afectan a la población infantil y adolescente de esta comunidad. Pajarillos es un barrio caracterizado por una serie de indicadores que reflejan su marginalidad y vulnerabilidad socioeconómica.

Esta propuesta abarca de manera holística varios ámbitos dentro de una misma acción. La necesidad de incidir en estos aspectos, sumada a la escasez de recursos similares que combinen tantas características, hace necesaria la creación de esta iniciativa. Dado que no se están realizando actividades con estas características en el barrio de Pajarillos, consideramos que la realización de un cuestionario a los miembros del entorno es muy pertinente. Estos miembros conviven diariamente con los menores y, en muchos casos, también con sus familias, por lo que pueden proporcionar información valiosa. Es importante comentar algunas de las respuestas obtenidas, ya que ofrecen una perspectiva directa y relevante sobre la situación y necesidades del barrio. (véase [Anexo 2: Cuestionario sobre hábitos de vida saludables, control emocional](#))

Más concretamente, algunas de las personas que han resuelto las preguntas son, Pedro Prieto Zambrano, graduado en enfermería, especialista en enfermería familiar y comunitaria, trabaja como enfermero en el proyecto “PajarillosEducaSalud”, Miriam Alonso Gil, Trabajadora e Integradora social, coordinadora de proyectos, Judit Marqués Paniagua, Integradora Social, coordinadora del apoyo escolar y del programa “Conciliamos incluye” y María José Gómez Rodríguez, Educadora social, coordinadora del proyecto “Aprendiendo en familia” son las personas en las que se apoya esta información, todos/as miembros de la asociación Pajarillos Educa.<sup>1</sup> En otra línea de respuestas, contamos con las aportaciones de los miembros del Equipo de Orientación Educativa y Psicopedagógica, número 4, por lo que contamos con la opinión de Orientadoras Educativas, con formaciones en Educación Social, Trabajo Social, Pedagogía... y, por otro lado, Profesoras de Servicios a la Comunidad, formadas por Educadoras y Trabajadoras Sociales. Gracias a la participación en el practicum también tendremos respuestas del equipo directivo de varios de los colegios del barrio, en su

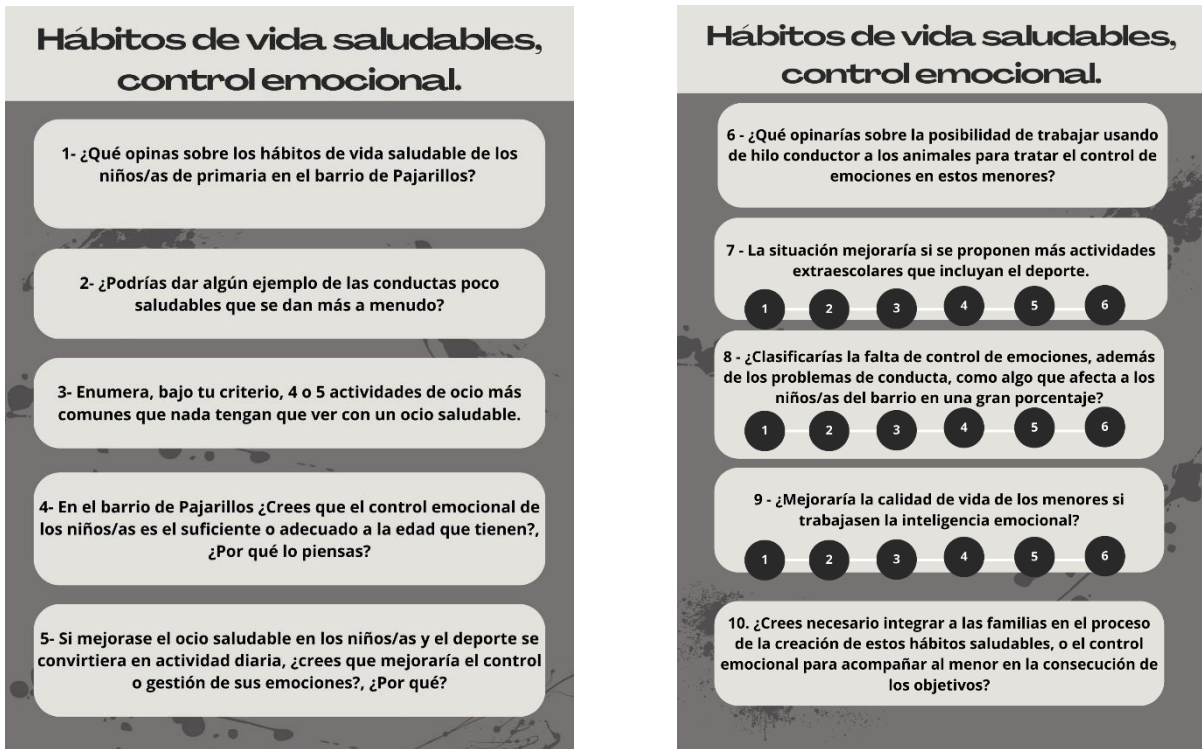
---

<sup>1</sup> Información obtenida de la página web: <https://www.pajarilloseduca.com/nuestro-equipo>

mayoría docentes o en algunos casos con formación en filología inglesa, y algunos profesionales voluntarios que han tenido contacto diario con estos menores, un total de 25 profesionales que trabajan en el barrio de Pajarillos. (Figura 1)

**Figura 1**

*Hábitos de vida saludables, control emocional.*



Elaboración propia.

En las tres primeras preguntas, las opiniones van en la misma dirección, se considera que los hábitos de vida saludable son muy mejorables, destacando la mala alimentación y la falta de sueño causado por el excesivo consumo de dispositivos electrónicos. Acosta y sus compañeros en 2018, tras su investigación, llegaron a la conclusión de que si un niño, no duerme la cantidad de horas recomendada, puede afectar e influir tanto a los menores, que degenera en problemas de atención, de conducta, de memoria y de aprendizaje. Además, tanto niños como adolescentes necesitan esas horas de sueño para poder procesar y almacenar de una manera eficaz la información que hayan adquirido durante el día, de lo contrario el aprendizaje y el desarrollo serán más lentos al no retener la información a la misma velocidad que niños/as que sí que duermen lo necesario. (Acosta-Hernández et al., 2018). Se ha podido observar de cerca la vida oculta de estos menores una vez se cierra la puerta de su habitación, los/las que tienen móvil fingen estar dormidos/as, pero se quedan hasta altas horas de la noche, otros tienen play en la habitación y juegan, y

otros simplemente ven la tele, muchos de los padres presuponen que están dormidos, pero para nada.

En líneas generales son populares el consumo de bollería industrial, golosinas, comida basura... y hacen hincapié en la peligrosidad de la temprana ingesta de bebidas energéticas y carbonatadas, además del consumo de vapers o cigarrillos electrónicos. El bajo coste y la comodidad de consumir este tipo de alimentos, genera más consumo entre los integrantes de estos barrios. Se suman a la ecuación quedadas entre ellos para consumo de bebidas alcohólicas, en fiestas en las plazas del barrio, o simplemente sentarse en las plazas con el teléfono móvil, sin ningún tipo de objetivo. También reflejan que, en este grupo de edad, tanto el acceso ilimitado a las redes sociales y tecnología como el consumo habitual de alimentos procesados, o de cadenas de comida rápida, se ve cada vez más.

Ante las preguntas, cuarta y quinta, algunas frases tomadas de las respuestas ayudan a comprender la situación al respecto de la cantidad de control emocional que tienen estos niños:

“existen conductas muy desorganizadas y faltas de respeto”;

“tienen muy poca gestión de emociones, así como autocontrol y capacidad para la frustración”;

“he visto desesperarse a muchos niños/as porque no sabían gestionar un conflicto, y en muchos casos han acabado autolesionándose, dando puñetazos a su mochila”;

“En muchas de las familias se les educa de forma autoritaria y con violencia”;

“Las familias de religión musulmana, machacan mucho la figura de cómo se debe comportar un hombre y como debe ser una mujer, todo de forma muy machista, no se puede generalizar porque hay familias que no tratan así a sus hijos/as.”,

Las opiniones del equipo directivo de los colegios al respecto de este tema, se basan en el conocimiento de muchos casos parejos. Muchos menores se pasan toda la tarde jugando a juegos online con otros de los alumnos/as del colegio, con estímulos negativos continuos, en juegos en los que hay que matar o luchar contra otro equipo para ganar, muchos sangrientos o con vocabulario poco adecuado. Ese tipo de reacciones agresivas ante la pérdida de una partida en un videojuego, se trasladan a los partidos en el recreo o

a las actividades extraescolares, generando ansiedad por la victoria y comportamientos disruptivos.

Respecto del trabajo de la propia inteligencia emocional:

“en los colegios no se trabaja y en sus casas tampoco”;

“creo que muchos profesores/as no tienen la formación para tratar la inteligencia emocional”;

“muchas de las discusiones que se dan en el aula, se hacen más grandes porque no saben cómo pararlas”;

“las familias tienen comportamientos muy desorganizados y nada de control emocional, crían a sus hijos/as en los mismos términos, y no saben cómo gestionarse”;

“tienen muy poca capacidad para enfrentarse a la frustración, quieren la inmediatez y si no es así les supone un conflicto”;

“es habitual escuchar a los niños/as frases estereotipadas, como al ver un niño llorar, rápido le llaman nenaza”;

“el nivel emocional de las familias también es bastante inestable”;

“La vida en Pajarillos no es fácil y, a pesar de que no se puede meter a todo el mundo en el mismo saco, son situaciones de vida complicadas relacionadas con las drogas y otras conductas nocivas. Lo que conlleva a vidas algo más desestructuradas desde los primeros años.”.

En muchas ocasiones hay dudas de si el tratamiento de las emociones es efectivo, dada la frivolidad de este tema de cara a algunos colectivos, pero si podéis ver conferencias como la del psicólogo Chaux, especializado en psicología educativa y desarrollo infantil y adolescente, sostiene que es posible cambiar este panorama. Destaca la importancia de manejar la rabia y la ira, desarrollar empatía para comprender las emociones de los demás y aprender a gestionar las propias emociones en relación con las de los demás (TEDx Talks, 2019, visualizado el 8 de mayo de 2024).

Si le sumamos el añadir actividad física a una actividad de inteligencia emocional, la opinión es clara, las bicicletas funcionarían como enganche a la propuesta, como



actividad motivadora, incluyendo todos los valores que se fomentan a la hora de realizar actividades físicas en grupo/equipo. La tendencia de estos menores es clara, no asisten a clase, pero sí que van a fútbol por la tarde, muchos padres/madres llevan a sus hijos/as a actividades deportivas por la tarde, por el hecho de cansarles y que se puedan dormir antes.

La práctica de actividad, física ha sido asociada a un buen nivel de funciones ejecutivas, entendiendo estas como procesos cognitivos (inhibición, atención...) y afectivos (regulación emocional). Sin embargo, los estudios que vinculan el efecto que tiene esta actividad en dichas funciones, solo toman en cuenta los componentes cognitivos. Hay trabajos que encuentran una relación positiva entre ambas, otros que no encuentran relación, y algunos que incluso dicen que la influencia es negativa (Escolano-Pérez et al., 2023).

La sexta pregunta aborda la relación entre los animales y la inteligencia emocional. Cabe destacar que la propuesta que se lleva a cabo es una actividad asistida con animales, en esta tipología de actividades los perros son los más utilizados, aunque en ocasiones también se emplean gatos o conejos. Estas actividades no tienen un objetivo terapéutico específico, sino que buscan obtener beneficios educativos, emocionales y motivacionales, mejorando la calidad de vida de las personas (Yagüe, 2019).

Tres opiniones coinciden en la participación de una iniciativa muy interesante, unos menores que se dedicaban como pago de medidas judiciales, a pasear a perros por el centro de grandes ciudades para conseguir adopciones. Estas personas creen que la mayoría de estos menores han conseguido crear vínculos, en ocasiones por primera vez. Algunos es la primera vez que reciben un trato amable, aunque venga de un animal y esto afecta significativamente a controlar las emociones utilizando a los animales.

Las preguntas en las que se ha tenido que escoger del 1 al 5, se denominan preguntas de escala Likert. Este tipo de preguntas son utilizadas para medir actitudes, opiniones o percepciones, niveles de acuerdo, frecuencia, probabilidad, dejando a las personas expresar la intensidad de sus sentimientos hacia una declaración. Esta escala fue desarrollada por Rensis Likert, y normalmente tiene un número impar de opciones para permitir una opción neutral (Likert, 1932). Las respuestas no dejan lugar a dudas, se resumen entre el 4 y el 5, aprobando la idea de integrar el deporte en más actividades extraescolares, dejando claro que ven el poco control emocional como un problema que

afecta en un gran porcentaje y creen que la suma de la inteligencia emocional a sus habilidades aportaría una mayor calidad de vida a los menores.

Por último, se pregunta por la integración de las familias a todo este proceso, y todas las personas que han respondido a este cuestionario, están completamente de acuerdo en que, sin el apoyo de las familias, no se conseguiría, han reflexionado que no tiene significado enseñar a un niño a expresar sus sentimientos, si después su padre le castiga si llora. Creen que las generaciones de padres, actuales no están preparados para afrontar muchos de los retos que supone esa tarea, y si sumamos el bajo nivel cultural del barrio, tenemos la receta perfecta para cronificar la no educación o los malos hábitos educativos.

Las respuestas de los cuestionarios reflejan la necesidad de cambiar los hábitos adquiridos en el trato con los animales, señalando una falta de empatía y respeto hacia ellos. Además, se observan mascotas muy deterioradas, incluso abandonadas, viviendo en el barrio. La vinculación emocional con animales que han tenido vidas difíciles, como los perros de la residencia "Scooby", a través de actividades como pasearlos, limpiar sus patios o alimentarlos, contribuye significativamente al control y la comprensión de las emociones

En otros centros de España, como en el colegio "Menéndez Pelayo" de Castro Urdiales, en Cantabria, tienen la suerte de que les enseñan de una manera mucho más interactiva, por ejemplo, trigonometría con malabares, o mezclar las matemáticas y la educación física para trabajar las emociones. El director del colegio, cree que los niños/as que trabajan en su desarrollo emocional, social y creativo son más sociables, felices y optimistas, tras el estudio analizado en su propio colegio durante tres años. Han conseguido disminuir los niveles de agresividad, y han subido los de manejo del estrés, la creatividad, y el estado del ánimo. En los más mayores se consigue que se retraigan menos emocionalmente, y a que controlen sus impulsos, pero en lo que más diferencia se nota es en el desarrollo de la inteligencia emocional. (Solidaridad Intergeneracional, 2018) En los colegios del barrio se carece de este tipo de propuestas educativas, aunque sí, se pueden ver tendencias a la nueva educación por proyectos siguiendo más el modelo 2030, pero nada más lejos de conseguir instalar esa inteligencia emocional como eje de todas ellas.

Una iniciativa muy interesante es la "Red de Escuelas de Inteligencia Emocional", un proyecto que se dio en los colegios de primaria y en los institutos de Extremadura. Se centra en promover el desarrollo de las habilidades emocionales y sociales dentro del

ámbito educativo, viendo la inteligencia emocional como algo crucial para el bienestar personal. Con esta modalidad escolar quieren conseguir promover la inteligencia social y emocional a través de la generación de hábitos, actitudes y valores. Esto implica crear un entorno de trabajo y estudio que valore las competencias emocionales, como el reconocimiento y regulación emocional tanto propia como ajena, y la gestión de relaciones interpersonales. Se propone implementar proyectos de innovación para fortalecer estas habilidades, abordando aspectos como la identidad cultural, la motivación comunitaria y la regulación emocional. Además, se pretende detectar y prevenir problemas que puedan afectar la inteligencia emocional tanto a nivel personal como interpersonal. Se brindarán recursos para el desarrollo de habilidades sociales y emocionales, facilitando una convivencia óptima y excelencia en actitudes y aptitudes. (Junta de Extremadura, 2014) En este caso se da apoyo desde el propio gobierno a que las iniciativas que surjan en los centros nazcan de la vertiente de la educación emocional, tratando a su vez aspectos muy importantes que queremos trabajar también.

Uno de los atractivos añadidos a la propuesta, según la opinión general, es el hecho de practicar algún tipo de deporte. La atención continuada a la misma actividad de estos individuos, es bastante baja, por lo que usarla como vía, o medio para un fin, conseguiremos lo que deseamos, la médica especializada en medicina de la educación física y el deporte, Eva Ferrer de la escuela de salud de Sant Joan de Déu, cree que escoger actividades deportivas, o que incluyan el deporte como extraescolar, trae consigo beneficios psicológicos tales como el simple hecho de enseñar a compartir, enseñar a gestionar las emociones, y mejorar el rendimiento escolar. (Ferrer, 2024) Moviéndonos en bicicleta siempre pueden surgir problemas (una rueda pinchada, una caída, que llueva de repente...), que se resolverán de la mejor manera, fomentando todos esos aprendizajes que menciona Ferrer.

## 5. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

La fundamentación de este trabajo de fin de, grado pretende resolver de una forma lógica los objetivos, definiendo en un primer momento, cómo es el contexto socioeconómico y educativo de los barrios marginales, para esto reflejaremos aspectos, socioeconómicos, culturales, y educativos, añadiendo los retos o dificultades que se encuentran en los colegios de estas zonas. A continuación, se mencionan algunas de las iniciativas que más llaman la atención, a nivel internacional y nacional, añadiendo algunas propuestas de éxito, que aglutinan el deporte, la gestión emocional, y el trato con los animales. Para finalizar se contextualiza la gestión de los hábitos de vida saludables, como afecta el deporte a estos menores, y como es de importante el trato con animales para el control emocional.

### 5.1.Contexto socioeconómico y educativo de los barrios marginales

Los barrios marginales en España, también conocidos como barrios periféricos o áreas de exclusión social, presentan una serie de características comunes que se manifiestan en aspectos socioeconómicos, culturales y educativos. En cuanto a los aspectos a analizar hemos propuesto, algunas características principales de cada concepto para analizarlo:

Respecto de los aspectos socioeconómicos:

1. Altas tasas de desempleo: Los barrios marginales en España suelen tener tasas de desempleo significativamente más altas que la media nacional. Esto se debe a la falta de oportunidades laborales y la baja cualificación de muchos de sus habitantes (Fernández, 2015).
  2. Pobreza y exclusión social: La pobreza es una característica predominante en estos barrios, donde muchas familias viven por debajo del umbral de pobreza. Esta situación conlleva problemas como la falta de acceso a servicios básicos y condiciones de vivienda inadecuadas (Martínez, 2018).
  3. Economía informal: Debido a la falta de empleo formal, muchas personas en estos barrios recurren a la economía informal para subsistir. Esta situación agrava la precariedad y dificulta la mejora de las condiciones de vida (López, 2016).
- José María García Hernández, en su obra *“La Exclusión Social en España”* (2005), subraya cómo la falta de oportunidades económicas contribuye a la perpetuación de la marginalidad.

- Según Boscán (2010), la segregación socioeconómica en estos barrios es evidente, con un acceso limitado a recursos básicos como la vivienda, la salud y la educación.

En cuanto a los aspectos culturales:

1. **Diversidad Étnica:** Los barrios marginales suelen ser culturalmente diversos, con una alta presencia de inmigrantes y minorías étnicas. Esta diversidad puede generar tanto riqueza cultural como tensiones sociales (García, 2017).
- La población de estos barrios incluye a comunidades gitanas, inmigrantes y personas de distintos orígenes. Durán (2008), analiza cómo estas comunidades mantienen sus tradiciones culturales a pesar de las dificultades socioeconómicas, lo que a veces puede generar tensiones con la población mayoritaria.
2. **Estigmatización:** La percepción negativa de estos barrios por parte del resto de la sociedad contribuye a la estigmatización de sus habitantes. Esta estigmatización puede dificultar la integración social y económica (Rodríguez, 2019).
3. **Redes de Solidaridad:** A pesar de las dificultades, en muchos barrios marginales se desarrollan fuertes redes de solidaridad entre los vecinos, que se apoyan mutuamente en situaciones de necesidad (Sánchez, 2020).
- Además, Vallespín (2003), destaca cómo la identidad cultural y la cohesión social pueden verse debilitadas por la discriminación y la estigmatización, creando un círculo vicioso de exclusión.

El ámbito educativo en los barrios marginales es uno de los más críticos. Las tasas de abandono escolar son elevadas, y la calidad de la educación recibida es frecuentemente deficitaria.

1. **Bajo nivel educativo:** Los niveles de educación en estos barrios suelen ser bajos, con altas tasas de abandono escolar y baja asistencia a la educación superior. Esto limita las oportunidades futuras de los jóvenes (Pérez, 2014).

Uno de los principales desafíos es el alto índice de abandono escolar y la baja asistencia a clase. Los estudiantes en estos contextos a menudo enfrentan situaciones familiares y económicas difíciles que afectan su capacidad para asistir regularmente a la escuela. Inés Dussel, en su obra *“Educar en la Incertidumbre”* (2009), señala que el abandono escolar temprano es prevalente en estos entornos debido a la falta de expectativas académicas y las necesidades económicas de las

familias que priorizan el trabajo sobre la educación. Además de los negocios ilegales, que afectan significativamente. Además, Antonio Bolívar, en “*Fracaso y Abandono Escolar en España*” (2006), destaca que la falta de motivación y apoyo educativo contribuye significativamente a la deserción escolar. No existe una red que aporte este tipo de valores a los estudiantes y son valores que se traspasan de generación en generación.

- José Antonio Marina, en “*La Educación y la Cultura de la Paz*” (2000), señala que la falta de recursos educativos y la escasa inversión en infraestructuras educativas contribuyen a una baja calidad educativa, lo que perpetúa la desigualdad social.
  - Según Carmen Ruiz Repullo, en su estudio “*Educación y Desigualdad Social*” (2005), los niños y jóvenes de estos barrios enfrentan múltiples barreras educativas, como la falta de apoyo familiar, la inestabilidad económica y la escasa formación de los docentes en técnicas de inclusión y atención a la diversidad.
2. Déficit de Infraestructuras Educativas: A menudo, los barrios marginales carecen de suficientes infraestructuras educativas de calidad, lo que afecta negativamente el rendimiento académico de los estudiantes (Jiménez, 2015).

Las escuelas en barrios marginales suelen estar subfinanciadas y carecen de recursos básicos necesarios para ofrecer una educación de calidad. Esto incluye infraestructuras deficientes, escasez de material educativo y falta de personal docente capacitado. Otero (2010), subraya que la insuficiencia de recursos económicos en estas escuelas limita las oportunidades de aprendizaje y el desarrollo de programas educativos integrales. En la misma línea, Granell (2007), enfatiza la necesidad de una mayor inversión en infraestructura escolar y formación docente para abordar las desigualdades educativas. En las vertientes de educativas más modernas, el uso de medios digitales, o el aprendizaje de las nuevas tecnologías, es totalmente necesario, y en estos contextos escolares los medios son escasos o deficientes.

3. Programas de Intervención: Existen diversas iniciativas y programas de intervención educativa que buscan mejorar las condiciones educativas en estos barrios. Estas intervenciones incluyen tutorías, actividades extraescolares y programas de apoyo a familias (Torres, 2017).

4. La alta diversidad cultural y lingüística de los estudiantes en barrios marginales presenta desafíos adicionales para las escuelas, que a menudo no están equipadas para manejar estas diferencias de manera efectiva. Díaz (2003), menciona que las escuelas deben implementar estrategias de educación intercultural y programas de apoyo específicos para atender las necesidades de estudiantes de diferentes orígenes culturales y lingüísticos. Por su parte, Serrano (2011), discute la importancia de adaptar el currículo y las metodologías de enseñanza para incluir a todos los estudiantes, independientemente de su origen o necesidades particulares.
5. Los problemas de conducta y la falta de disciplina son comunes en escuelas de barrios marginales, a menudo como resultado de las condiciones socioeconómicas y la falta de apoyo familiar. José Antonio Caride Gómez, en *“La Escuela y la Calle: Educación Social y Drogodependencias”* (2005), analiza cómo los problemas familiares y comunitarios, como la violencia y las drogas, influyen negativamente en el comportamiento de los estudiantes. Además, Luis Rodríguez Gómez, en *“La Gestión de la Convivencia en las Escuelas”* (2008), propone estrategias de intervención para mejorar la convivencia y reducir los problemas de conducta en entornos escolares complejos, a través de programas que trabajen la inteligencia emocional.

Las escuelas en barrios marginales enfrentan desafíos multifacéticos que requieren soluciones integrales y adaptadas a las necesidades específicas de sus estudiantes. La combinación de abandono escolar, falta de recursos, diversidad cultural y problemas de conducta crea un entorno educativo difícil que necesita una atención especial y una intervención constante para mejorar las condiciones de aprendizaje y la inclusión social.

### **5.2. Programas educativos y comunitarios sobre el deporte, trato con animales y gestión emocional**

Se expondrá un resumen de las iniciativas que se han encontrado, en primer lugar, los programas a nivel internacional.

- Programa que utiliza el deporte para el desarrollo y la paz. La iniciativa se llama *“Right to Play”*, y emplea el deporte y el juego como herramienta para mejorar la vida de los niños y jóvenes de las comunidades más desfavorecidas de África, Asia, Medio Oriente y Canadá. La traducción sería *“Derecho a Jugar”*, estos

entornos tan alejados, no utilizan el juego como método de aprendizaje, y desde esta iniciativa, crean entornos positivos y seguros donde los estudiantes pueden aprender jugando. Hace falta usar estos métodos interactivos sobre todo en las zonas más afectadas por las guerras o la pobreza extrema (Right to Play, 2024).

Utilizar el deporte y el juego como herramienta educativa, es beneficioso para los menores de los barrios marginales. La creación de esos entornos seguros, ayuda significativamente a que los niños/as desarrollen mejor las habilidades sociales, mejore su bienestar emocional, y se fomenten hábitos de vida saludables. En las comunidades de los barrios más marginales, estas intervenciones pueden proporcionar una alternativa constructiva ante entornos tan peligrosos.

- El programa de equitación terapéutica PATH International (Professional Association of Therapeutic Horsemanship): Ofrece programas de equitación terapéutica para personas con necesidades especiales, con énfasis en aspectos emocionales y físicos. Además de formar a profesionales para que puedan intervenir en sus hogares con los caballos. Es muy significativa la labor que hacen, ya que no todas las asociaciones o empresas que ofrecen estos servicios, atienden a personas con discapacidad (PATH International, 2024).

El vínculo con los caballos enseña empatía, responsabilidad y auto – regulación, habilidades que son indispensables para las personas con poco control emocional, tener interacción con animales en un entorno dirigido es una vía de apoyo para canalizar las emociones de una forma positiva.

- Este programa de terapia asistida con animales, “Therapeutic Animal Interactions” (TAI), utiliza perros y otros animales en terapias para mejorar la salud mental y emocional de personas en hospitales y centros de rehabilitación (TAI, 2024).

Este tipo de terapias son muy beneficiosas para los menores en barrios complicados, el contacto con animales tiene efectos calmantes, y pueden mejorar a nivel emocional. El hecho de que los menores con problemas de control emocional puedan encontrar en el animal, un medio para canalizar o expresar sus sentimientos, reduce el estrés, y facilita el buen comportamiento.

- El programa “Dogs in Schools Program” en Australia, integra a los perros en el entorno escolar para ayudar a los estudiantes con necesidades emocionales, y de



aprendizaje, mejorando su bienestar general y su capacidad de aprender (Paws in schools, 2024).

Integrar a los perros en el entorno escolar, favorece en muchos sentidos el aprendizaje, el impacto genera un mejor ambiente, reduce la ansiedad, y fomenta la responsabilidad y la empatía entre los estudiantes.

Algunos de los programas a nivel nacional, encontrados son los siguientes:

- Un programa de terapia asistida con perros en los centros educativos, viene dado por la “Fundación Affinity” que implementa programas de terapia asistida con perros para mejorar el bienestar emocional y social en entornos educativos (Fundación Affinity, 2024).

En la misma línea que el anterior programa, este tipo de acciones pueden mejorar el bienestar emocional y social de los menores, crear un apoyo para fomentar el buen ambiente dentro del aula es muy positivo.

- En la “Fundación Deporte y Desafío” se desarrollan programas que combinan deporte y actividades al aire libre con educación emocional para jóvenes en riesgo de exclusión social. (Fundación Deporte y Desafío, 2024) Y en la “Fundación Trinidad Alfonso” se promueven programas deportivos escolares que incorporan educación emocional y social para niños y jóvenes (Fundación Trinidad Alonso, 2024).

El deporte, además de fomentar los hábitos de vida saludable, enseña valores de disciplina, a trabajar en equipo, y a manejar las emociones. El deporte, funciona como alternativa constructiva a otro tipo de actividades nocivas y les proporciona herramientas para manejar el estrés.

- Para conseguir la integración a través del deporte, la “Fundación Rafa Nadal” tiene un programa que utiliza el tenis para fomentar la integración social y el desarrollo personal de jóvenes en riesgo de exclusión social (Fundación Rafa Nadal, 2024).

La estructura y disciplina que requiere el tener el tenis, junto con el apoyo emocional y social, pueden ayudar a los menores a desarrollar un sentimiento de pertenencia que mejore su autoestima, y se sientan más integrados/as.

- “Humanymal” es una entidad española que trabaja en proyectos de educación emocional y terapia asistida con animales para mejorar el bienestar de niños/as y adultos (Humanymal, 2024).

Muy efectivo para los menores que han tenido una vida más complicada, o que han tenido que ver o incluso vivir sucesos muy traumáticos para su edad.

Algunos ejemplos que se quieren aportar dada la trascendencia o éxito que han conseguido:

- “Proyecto GOALS” Utiliza el fútbol para enseñar habilidades de gestión emocional y trabajo en equipo a jóvenes en todo el mundo. Para involucrar a los niños en el trabajo comunitario que mejora su calidad de vida, el medio ambiente y el liderazgo local (Global Outreach an Love of Soccer, 2024).

El fútbol es un deporte muy popular que tiene mucho atractivo entre los menores, se puede utilizar para inculcar esos valores de cooperación y responsabilidad, y después trasladarlo al entorno comunitario.

- “PAWS for People” en este caso ofrecen terapia asistida con animales para mejorar la salud emocional en hospitales y centros comunitarios, además de ofrecer personal formado que va a las casas a ofrecer apoyo a personas mayores, y asisten a centros en los que se tratan adicciones (PAWS for People, 2024).
- “The Horse Boy Foundation” Esta fundación utiliza la equinoterapia para mejorar la comunicación y las habilidades sociales de niños con autismo, traumas, ansiedad, problemas de aprendizaje, trastorno de estrés postraumático y otras afecciones neuropsiquiátricas en los centros, escuelas y otras instalaciones capacitadas de sus empresas en todo el mundo (The Horse Boy Foundation,2024).
- “Sport 4 Life UK” esta organización que usa el deporte para mejorar las oportunidades educativas y de empleo de jóvenes en comunidades desfavorecidas en el Reino Unido (Sport 4 Life, 2024).

El deporte enseña disciplina, trabajo en equipo y resiliencia, habilidades que son valiosas tanto en el ámbito educativo como en el laboral. Este enfoque puede ofrecer a los jóvenes una vía para salir de la pobreza y construir un futuro más prometedor.

### 5.3.La gestión de los hábitos saludables

El Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS) número 3, "Salud y bienestar", enfatiza la importancia de asegurar una vida saludable y promover el bienestar para todas las personas en todas las edades. Este objetivo global, adoptado por las Naciones Unidas en 2015, insta a promover y proteger la salud, así como a garantizar el acceso universal a servicios de salud de calidad (Naciones Unidas, 2015). Cumplir con el ODS 3 requiere un esfuerzo colectivo para promover la salud y el bienestar a través de la educación, la acción individual y la exigencia de políticas públicas efectivas. Al hacerlo, no solo se avanza hacia un futuro más saludable y sostenible, sino que también se garantiza que todos tengan la oportunidad de vivir una vida plena y saludable (Naciones Unidas, 2015).

Desde una perspectiva individual, promover hábitos de vida saludables desde temprana edad es fundamental. Los beneficios a nivel emocional, físico, social y racional avalan la necesidad de promocionar hábitos saludables desde la infancia y a lo largo de la vida (García Mínguez & Sánchez Ramos, 2016; Puertas-Molero, González-Valero & Sánchez-Zafra, 2017). Una gran parte de las enfermedades que afectan a la sociedad española actual, como el estrés, las cardiopatías y las enfermedades de transmisión sexual, están relacionadas con malos hábitos alimenticios, el tabaquismo, el alcoholismo o la falta de actividad física. Muchas de estas conductas se adquieren en la infancia o en la adolescencia, lo que hace muy complejo cambiarlas. Por esto, es importante ofrecer desde el principio oportunidades de capacitar y educar a las personas para que se favorezca el desarrollo de actitudes y conductas saludables, y se abandonen las nocivas.

Una escuela que promueva la salud es aquella que proporciona unas condiciones favorables para el desarrollo intelectual, emocional, físico y social de los alumnos. La educación para la promoción de la salud debe ser coherente con las necesidades de los destinatarios, por lo que deben existir programas bien estructurados y con continuidad en el tiempo que promocionen la educación en salud dentro del ámbito escolar (García, 1998). La Ley General de Sanidad<sup>2</sup> especifica la prioridad de la Promoción de la Salud y Educación para la salud (EpS) dentro del Sistema Nacional de Salud, así como la colaboración estrecha del personal de Atención Primaria de Salud con los sectores de población en el que los centros de salud están inmersos. La escuela es uno de ellos y son muchos los profesionales de la salud que están desarrollando proyectos de EpS

---

<sup>2</sup> Boletín Oficial del Estado. Ley 14/86 de 25 de abril General de Sanidad, (BOE 26-4-1986)

conjuntamente con el profesorado y los padres y madres del alumnado, en la tarea de que los alumnos y alumnas adquieran y desarrollen hábitos saludables relacionados con la salud física, psíquica y social (García, 1998).

Por ejemplo, tomar decisiones informadas sobre la salud personal y practicar hábitos como la vacunación y el sexo seguro no solo protege la propia salud, sino que también contribuye al bienestar comunitario. Según Martínez (2012), aumentar la conciencia sobre la importancia de estos estilos de vida saludables puede influir positivamente en la comunidad, fomentando una cultura de salud preventiva y un acceso equitativo a los servicios de atención médica.

Además, es crucial responsabilizar a los gobiernos y líderes locales para que cumplan con sus compromisos de mejorar el acceso a la atención médica, especialmente para grupos vulnerables como mujeres y niños. Esta acción no solo fortalece los sistemas de salud, sino que también promueve la justicia social y la equidad en el acceso a servicios esenciales (Sánchez, 2019).

#### **5.4. Deporte y educación física**

Una iniciativa realizada por Alba Sandoval, desde la Universidad de Murcia, analiza la inclusión social a través del deporte, en un centro de menores en conflicto con la ley. En sus conclusiones, Sandoval destaca la importancia de detectar situaciones de conflicto en los menores desde el colegio para motivarlos desde el aula. El ejercicio físico estimula el cerebro, predisponiéndolo para el aprendizaje, y funciona como un medio de desinhibición y control de las emociones, lo que conduce a una mayor tranquilidad en el aula. La investigación demuestra que el deporte es un complemento formativo de gran potencia. Además de alcanzar las metas educativas y pedagógicas en el ámbito social, el deporte impacta de manera beneficiosa en las dimensiones cognitiva, física y afectiva de los menores, fomentando aprendizajes y valores que promueven la inclusión (Sandoval – Iniesta, & Alonso – Roque, 2023).

Por otro lado, Elena Escolano y Fernando Martín, en su investigación “Actividad física en escolares: efecto sobre las funciones ejecutivas, rendimiento académico y calidad de vida”, concluyen que "Los resultados obtenidos corroboraron parcialmente esta hipótesis ya que solo se encontraron diferencias significativas en la calidad de vida (en sus cinco dimensiones) pero no en las funciones ejecutivas ni en el rendimiento académico. Por lo tanto, puede concluirse que, en esta investigación, un nivel alto de actividad física se

asoció positivamente con un mayor nivel de calidad de vida" (Escolano-Pérez et al., 2023).

### **5.5. Gestión emocional a través del trato con animales**

En la revisión literaria realizada por la Universidad de Luis Amigó, los principales hallazgos evidenciados en las investigaciones revisadas muestran que la integración de estrategias educativas asistidas con perros en entornos escolares genera un impacto positivo en la autoestima, motivación, seguridad, confianza, socialización y estado de ánimo de los estudiantes. Estas estrategias facilitan la externalización de sentimientos, tanto positivos como negativos, en situaciones orientadas al aprendizaje cooperativo y la participación en el aula, logrando una mayor atención e interacción con el entorno y un mejor control emocional. Esto reduce sentimientos negativos como la depresión, ansiedad, aburrimiento y soledad.

Adicionalmente, se observó que la incorporación de un perro en el aula tiende a incentivar en los estudiantes un mayor interés por la lectura, el mejoramiento en la utilización de su memoria de trabajo y un aumento notable en el uso de su vocabulario. Sin embargo, algunas limitaciones evidenciadas en la revisión documental se relacionan con el desconocimiento de estas estrategias, debido a la poca incorporación y reconocimiento de esta herramienta como un método alternativo a la intervención tradicional de problemas educativos y sociales.

No obstante, la amplia evidencia de su efectividad demostrada en aplicaciones con diversas poblaciones que presentan patologías orgánicas, mentales o psicosociales ha permitido que su uso se extienda a diferentes escenarios educativos, mostrando resultados muy satisfactorios en los procesos desarrollados dentro de las aulas (Correa-Duque, et al., 2019)

La propuesta de intervención quiere arrojar resultados que aporten información para demostrar que la utilización de actividades asistidas con animales provoca una mejora notable en el control emocional.

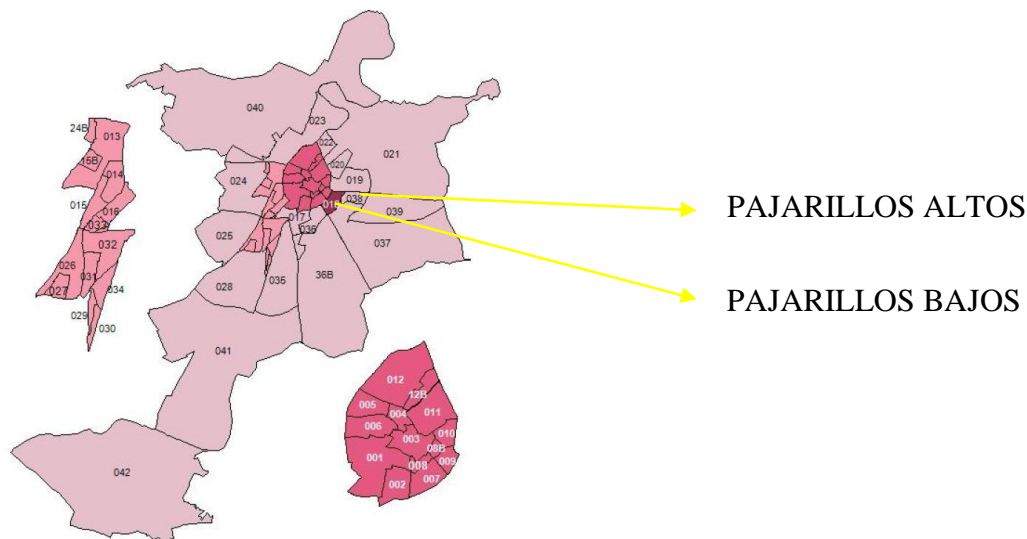
## 6. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

### 6.1.Contexto

El barrio de Pajarillos, situado en la zona este de Valladolid, se divide en dos áreas distintas: Pajarillos Bajos y Pajarillos Altos. Pajarillos Bajos se caracteriza por su estructura de cuadrícula, con calles octogonales y grandes espacios subdivididos, destacando el “Polígono 29 de Octubre”. Esta área cuenta con equipamientos importantes a lo largo de la calle Cigüeña. Por otro lado, Pajarillos Altos se compone de viviendas molineras articuladas sobre el camino a Villabañez. (Figura 2)

**Figura 2**

Barrios de Valladolid



Fuente: *Valladolid en cifras*. <http://www.valladolidencifras.es/zonas.html>

Históricamente, la zona se desarrolló debido a la expansión urbana necesaria para acomodar a la creciente población de Valladolid durante las décadas de 1950 a 1970. La ciudad enfrentaba una falta de viviendas, lo que llevó a un crecimiento descontrolado y a menudo ilegal en las periferias, como Pajarillos.

Este contexto resalta la necesidad de intervenciones que no solo mejoren las infraestructuras, sino que también fomenten un desarrollo social y emocional saludable para los residentes, particularmente en áreas tan densamente pobladas y con un historial de crecimiento urbano desorganizado.

Dadas estas características urbanísticas, el barrio creció alrededor de la barriada del 29 de Octubre, avanzando y dejando atrás esta zona que, aun siendo rehabilitada paulatinamente, ha dejado la zona con unas viviendas, destruidas, en malas condiciones, que se convierte en una razón más por la que tener ciertos prejuicios con la gente que allí reside, en su mayoría población gitana, además de árabes y personas de múltiples nacionalidades.

El barrio de Pajarillos Bajos cuenta con una población total de 14.273 personas, a fecha del 1 de enero de 2024. Es una zona de amplia diversidad social, por la cantidad de nacionalidades diferentes que conviven en la misma, en este caso estamos hablando de un 13,1 % de población extranjera, destacando los siguientes países, Marruecos, Bulgaria, Colombia, Rumanía y República Dominicana, entre otros. Este barrio cuenta con una ventaja en términos generacionales, y es su alta tasa de reemplazo, que se eleva a un 74,4%, esto sumado a su buen índice de juventud, un 36,8% trae un futuro de crecimiento para el barrio (Ayuntamiento de Valladolid, 2024).

Llama la atención que, en un barrio sin problemas de natalidad, en el que su media de tamaño familiar es de un 2,4, las matriculaciones de las aulas de infantil cada vez son más bajas, obligando a cerrar algunas líneas en varios colegios. Esto se debe a la no obligatoriedad de cursar esta etapa, y a que muchas personas de este barrio perciben algún tipo de ayuda social, que está sujeta a la contraprestación de que sus hijos/as no sean absentistas, por lo que están creando esa tendencia, y recurren a esperar hasta la primaria para matricularles y así entrar más tarde a que les controlen. (Ayuntamiento de Valladolid, 2024)

Uno de los problemas más graves a encontrar en los colegios de estos barrios, es el elevado absentismo escolar. No existe ningún tipo de concienciación, además de que se está dando una tendencia de cronificación de este fenómeno de familia en familia, es decir, se ha podido observar cómo los hijos, de unos padres previamente absentistas, siguen en la misma línea. Tras la asistencia presencial a las reuniones del curso 2023/2024 de la comisión de absentismo de la ciudad de Valladolid, se puede decir que el nivel de absentismo en estos colegios es muy elevado. Aunque la cantidad de, alumnos no sea elevada, hay pocos con mucho nivel, y viceversa.

El informe sobre el barrio de Pajarillos incluye información relevante sobre el nivel de estudios y la situación educativa en la zona (Red Pajarillos, 2007). A continuación, se

presenta un resumen de los aspectos más destacados según la Red Pajarillos (2007) relacionados con la educación:

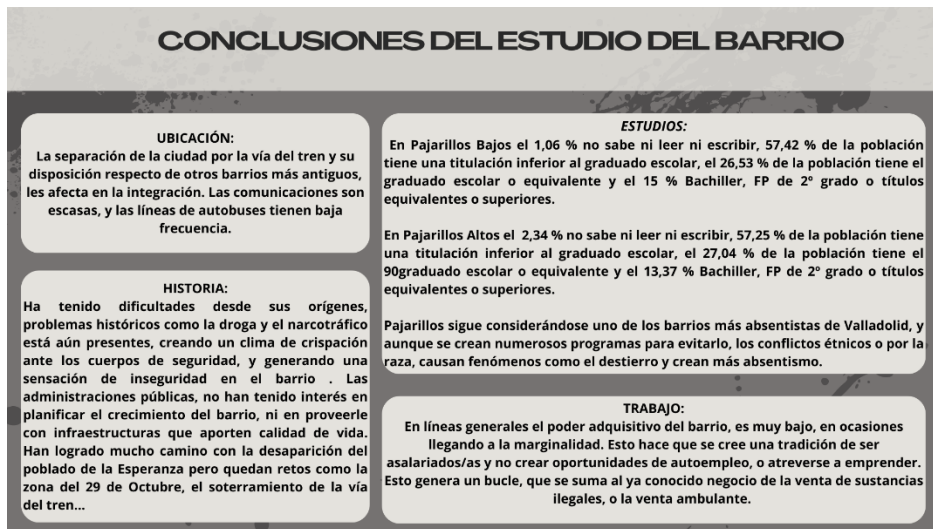
- **Bajos Niveles Educativos:** Se ha identificado que una proporción significativa de la población adulta en el barrio de Pajarillos tiene bajos niveles de educación formal. Muchos residentes no han completado la educación secundaria, y hay una presencia considerable de personas que solo han terminado la educación primaria o menos.
- **Escasa Escolarización Infantil:** Existe una preocupación particular por la baja tasa de escolarización en la educación infantil. Muchos niños no asisten regularmente a la escuela, lo que afecta negativamente su desarrollo académico y social. Este problema es especialmente acentuado en el colectivo gitano y en otras comunidades con dificultades para integrarse en el sistema educativo español.
- **Acceso a Educación No Reglada:** El barrio cuenta con diversos proyectos y programas de intervención socioeducativa dirigidos a menores, mujeres y hombres, con el objetivo de mejorar la formación y la participación comunitaria. Sin embargo, estos esfuerzos no siempre son suficientes para contrarrestar los efectos de la baja escolarización y los bajos niveles educativos.
- **Desigualdades Educativas:** Las desigualdades en el acceso a la educación y en los resultados académicos son una problemática persistente en el barrio. Estas desigualdades están vinculadas a factores socioeconómicos y culturales, y se manifiestan en la alta tasa de abandono escolar y en el bajo rendimiento académico de muchos estudiantes.
- **Educación para Adultos:** Hay iniciativas dirigidas a la educación de adultos para mejorar sus competencias básicas y favorecer su integración social y laboral. Estos incluyen programas de alfabetización y formación profesional.
- **Impacto de la Inmigración:** La presencia de una población inmigrante significativa añade una capa adicional de complejidad a la situación educativa en Pajarillos. Las barreras idiomáticas y culturales dificultan la integración de los niños inmigrantes en el sistema educativo, lo que contribuye a los desafíos existentes en el ámbito educativo.



Se han plasmado algunas de las conclusiones del estudio en una tabla, para que de una forma más visual se comprenda mejor la información (Figura 3).

### Figura 3

#### Algunas conclusiones del estudio del barrio de Pajarillos



Elaboración propia. Información obtenida de: “*Estudio de la realidad del Barrio de Pajarillos*”.

Recuperado de:

[https://www.pajarilloseduca.com/files/ugd/82df24\\_c25802b573244c42a3bea157c0dc76fb.pdf](https://www.pajarilloseduca.com/files/ugd/82df24_c25802b573244c42a3bea157c0dc76fb.pdf)

El barrio de Pajarillos tiene una necesidad de cambio, todas esas familias que en el 2007 no sabían leer ni escribir, o que no llegaban a tener el graduado escolar, son los padres y madres que llevan al colegio a sus hijos/as hoy día. La necesidad de implementar en estos menores un ocio de calidad, en el que se cree un espacio de calma, para expresarse con toda confianza, en el que se hable y se respeten sus emociones y en el que, además, se intente educar a toda la familia en esta forma de actuación, creará otra conciencia, creará menores que consigan entender y entenderse, además de tener hábitos más saludables, aprendiendo a respetar así su mente y su cuerpo. La historia del barrio pesa mucho, y hace mella en todo el entorno que rodea al menor, esto hace que desde muy pequeños/as normalicen actos violentos, actuaciones de la policía, o trapicheos de drogas, a los cuales no están preparados para exponerse emocionalmente.

La propuesta integra y aglutina todo este tipo de necesidades, para crear una conciencia social, en la que se integra una vida sana que luche por la comprensión de emociones, y la inteligencia emocional.

Para ejemplificar uno de los entornos en los que dicho proyecto estaría correctamente desarrollado, se puede mencionar el lugar donde se han llevado a cabo las prácticas de Educación Social, en los “Laboratorios de Arte y Transformación Educativa”. Este centro se encuentra en el barrio de Pajarillos, en Valladolid, un área que destaca por su considerable población de etnia gitana. Desde la Red de Pajarillos Educa, se están implementando diversas actividades para evitar la marginación y exclusión social del barrio

Muchas familias tienen hijos que no asisten regularmente a la escuela, lo que convierte a este entorno en ideal para la intervención. Los niños/as del barrio suelen participar frecuentemente en los talleres de educación no formal, pero no en las clases formales de su escuela. Esto se debe, en gran parte, a que encuentran más atractivo aprender mediante el juego que sentarse en un aula a escuchar al profesor.

Estos jóvenes, como manifestaron en una de las tardes que asistieron a los talleres, prefieren un entorno educativo en el que puedan aprender sin la presión de los exámenes, ya que estos les generan tensión y a menudo les hacen dudar de su capacidad para superarlos. Por tanto, el barrio de Pajarillos, con sus características específicas y el contexto ya existente de apoyo educativo informal, es un lugar propicio para llevar a cabo la intervención propuesta.

## **6.2.Objetivos**

En las líneas más generales de la propuesta, se quiere dotar a los individuos de herramientas de control emocional para que se autogestionen en el día a día mediante actividades y el trato con animales y, fomentar la creación de hábitos de vida saludables. Apoyando la intervención con una enseñanza a los padres/madres de los usuarios.

De una forma más específica los objetivos serían los siguientes:

- Promover el bienestar físico y emocional de los estudiantes a través de actividades deportivas y la interacción con animales, proporcionando un espacio seguro y estimulante que les permita desarrollar su autoconfianza y autoestima.
- Fomentar hábitos de vida saludables entre los niños y adolescentes, inculcando la importancia de una alimentación equilibrada, la práctica regular de ejercicio físico y el autocuidado, mediante rutas en bicicleta.

- Desarrollar habilidades sociales y emocionales en los estudiantes, facilitando dinámicas grupales y sesiones de gestión emocional que les enseñen a manejar el estrés, la frustración y a resolver conflictos de manera asertiva y empática.
- Crear un entorno inclusivo y de apoyo donde los estudiantes puedan expresar sus emociones y preocupaciones, favoreciendo la construcción de relaciones positivas con sus compañeros y adultos referentes.
- Trabajar con las familias en inteligencia emocional para que comprendan mejor a sus hijos/as y en hábitos de vida saludables, especialmente en lo que respecta a la alimentación.

### **6.3. Metodología**

Esta propuesta comienza bajo la más pura metodología participativa, este enfoque se basa en involucrar de una forma activa a los participantes, ya que las personas que serán afectadas por las decisiones que se tomen, tienen derecho de participar en el proceso de creación. Para crear un buen programa que ayude a los alumnos/as, se necesita que todos los miembros de la comunidad educativa tengan la oportunidad de aportar ideas, lo que fomenta la cohesión de grupo.

Este enfoque tiene en cuenta el contexto en el que se trabaja, además del poder de realizar cambios según vayan surgiendo los errores, por esto la retroalimentación a través de una evaluación procesual, es de vital importancia. Las soluciones que se propondrán serán más efectivas ya que se basan en la opinión de los participantes y de las personas que están en contacto con ellos, analizando sus comportamientos.

Así que previamente a comenzar la intervención se dedicará un tiempo a que los profesores/as y el equipo de orientación del colegio en el que se realice la propuesta, conozcan de que trata este programa, ya que serán ellos/as las personas que ayuden a seleccionar los alumnos/as con problemas conductuales, que sean participantes, además, de la observación personal que se realizará de aula en aula. En ese tiempo, todos estos miembros de la comunidad que hemos mencionado aportarán ideas y opiniones que se recogerán en un cuaderno de campo, para la elaboración de las actividades. Mediante las evaluaciones procesuales, contaremos con la información de estos, para realizar cambios, tanto metodológicos como en las propias actividades.

En el factor animal, tenemos claro que la metodología estará basada en el método Montessori, ya que potencia el aprendizaje autónomo y el desarrollo integral de los

estudiantes. Cuando estemos ubicados en el refugio, los días iniciales necesitarán más instrucciones del personal, pero con el paso de los días, y el apoyo del educador, podemos utilizar muchas de las historias de vida de los animales para fomentar una reflexión que les haga crecer emocionalmente. Además de que la forma correcta de tratar a los animales, y el cariño recíproco que recibirán también fomentan los valores que queremos conseguir en los menores.

Para llegar a dicho refugio, utilizaremos en carril bici de Valladolid (véase: [Anexo 3: Ruta en bicicleta](#)) para ir y para volver al barrio. El punto del que partimos es la plaza del Centro de Iniciativas Ciudadanas, “Santiago López” situada en la Calle Pavo Real, número 8 y la protectora de animales se ubica en la Calle Panera, número 2, el recorrido sumando la ida y la vuelta son 11 kilómetros, media hora y media hora de recorrido. Este proceso que van a vivir los participantes lo basamos en el aprendizaje experiencial, al principio las agujetas y las quejas por el largo recorrido serán muchas, pero podrán ver por sí mismos, y reflexionar al respecto, cómo su fondo físico va mejorando poco a poco.

Para trabajar de la mejor forma posible el ámbito de las emociones, hemos adoptado valores de la pedagogía Waldorf, hemos fijado conceptos de esta como la enseñanza basada en los valores del respeto y la empatía, la enseñanza por fases, en la que se respetan los procesos individuales de cada niño/a ya que es imposible avanzar en el conocimiento de las emociones todos/as a la vez (Steiner, 1919). Guiándonos de la opinión de Bisquerra (2020) hemos fusionado, los contenidos que para él no pueden faltar en la educación emocional, y conseguir los objetivos ya mencionados con anterioridad con la metodología del aprendizaje cooperativo (AC de ahora en adelante), que fortalece las habilidades sociales y emocionales, más esenciales para la vida:

- El primer contenido esencial es la dinámica de grupos, esencial en el AC. En todos los grupos hay líderes naturales, por lo que en todas las dinámicas que impliquen dinámicas de grupos, se rotarán los responsables o líderes.
- En segundo lugar, está el negociar soluciones, en el AC se fomenta la resolución de conflictos y la negociación en el trabajo en equipo. Bisquerra opina que prevenir conflictos exponiéndose a ellos, hace que se cree un proceso de mediación para las actuaciones futuras en la vida real.
- El tercer contenido trabaja la conexión personal, el AC promueve estas conexiones personales entre los estudiantes a través de la colaboración y el apoyo

entre iguales. Desarrollar empatía por el otro, aprender a entender las problemáticas de los demás favorece el crecimiento emocional.

- En el cuarto contenido se trata el análisis social, el AC nos acompaña en este caso, ya que los individuos pertenecen al mismo barrio, trabajando de forma cooperativa se aprende a reconocer las contribuciones de los compañeros/as, sus preocupaciones, sentimientos, o motivaciones. A lo largo de la realización de las actividades se preguntará como se sienten antes y después.

Por otro lado, están las familias, es necesario involucrarlas en el desarrollo emocional y en los hábitos de vida saludables de sus hijos, es crucial para asegurar apoyo constante y coherente dentro del hogar. Al final queremos que lo que trabajan los alumnos/as, en este caso, sus hijos/as con nosotros, lo tienen que llevar también a sus hogares, aplicando esos conocimientos que están adquiriendo, por lo que tenemos que preparar a las familias para que reciban esta información de forma recíproca.

#### **6.4.Temporalización**

El programa comenzaría el día 11 de septiembre de 2023, en el que comenzará el primer periodo de compilación de la información, durante el horario escolar de 9 de la mañana hasta las 14 de la tarde, hasta el 25 de septiembre, que comienzan las actividades del programa, con los grupos preseleccionados anteriormente. La finalización de esta iniciativa será el 26 de abril.

El programa se dividirá en las actividades que tendrán esta relación:

- Actividades de presentación: 2 para el grupo de los pequeños y 2 para el grupo mayores. Número total de actividades - presentación: 4.
- Actividades en ruta + actividades en el refugio: 25 para el grupo de los pequeños y 25 para el grupo de los mayores. Número total de actividades – rutas + refugio: 50.
- Sesiones presenciales: 29 para el grupo de los pequeños y 29 para el grupo de los mayores. Número total de actividades – presenciales: 58.
- Sesiones para los padres/madres: 8 en total. Dividiendo los grupos según sus hijos/as. Número total de sesiones – padres/madres: 16
- Periodos de evaluación: Cada 4 semanas. 8 evaluaciones a cada grupo incluyendo la inicial y la final. Número total de evaluaciones: 16.

La duración del programa es desde el mes de septiembre, hasta el mes de abril, ambos incluidos, eliminando el mes de septiembre parcialmente para las actividades, que se utilizará para la programación previa, comenzaremos el 25 de septiembre, para ejemplificar la temporalización, se utilizará el calendario escolar del curso 2023/2024 ya que podremos tener en cuenta días festivos. Los destinatarios son los niños/as de educación primaria, desde 1º de E.P. hasta 6º de E.P. lo que comprende unas edades entre los 6 y los 11 años, con variaciones dependiendo de la fecha de nacimiento, y todos/as con algún tipo de problema de conducta, absentismo, mal comportamiento, o graves carencias socioafectivas/educativas en su entorno, sumados a malos hábitos. Tendremos dos grupos diferenciados, los pequeños de 6, 7, y 8 años, y los mayores, de 9, 10, y 11 años. Las edades de Infantil, aunque también es importante trabajar las emociones, no saben montar en su mayoría en bicicleta, se puede estudiar algún caso excepcional que afecte mucho al aula y pueda participar en las sesiones presenciales, y su familia en las formaciones. Tras consultar los horarios de numerosas asociaciones que ofrecen recursos extraescolares, el horario para el grupo de pequeños será lunes y jueves de 16:30h a 18:30h y el horario del grupo de los mayores será martes y miércoles de 18:30h a 20:30h. Los horarios y disposición de las actividades para padres serán las dos horas anteriores o posteriores, a las sesiones presenciales de sus hijos/as, dependiendo si son del grupo de pequeños o de mayores, los padres/madres del grupo de los pequeños vendrán después de la sesión, a las 18:30h hasta las 20:30h y en el caso de los padres/madres de los mayores vendrán previamente a las 16:30h hasta las 18:30h, el tipo de sesión del día se detalla en el cronograma. (Figura 4)

Para que la temporalización sea más clara, se han dividido las actividades, por colores y por temáticas, que se explicaran a continuación.

- Periodo de recogida de datos y selección del alumnado. Durante este periodo se realizarán las pertinentes observaciones para seleccionar de la manera más correcta los participantes que formarán el grupo.
- Actividades de presentación/cohesión de grupo. En estas actividades realizadas al principio, queremos lograr que los miembros del grupo se conozcan y cojan confianza. Es necesario crear un buen ambiente, en el que sientan seguridad para expresarse. (Amarillo).

- Actividades en ruta. Quedarán reflejadas algunas de las actividades que de forma transversal se realizarán durante la hora que ocupa la ida y la vuelta en bicicleta al refugio. En la ida tendremos una asamblea en los que trataremos temas de interés, y en la vuelta tendremos momentos para discutir sobre casos reales que se propongan. (Rojo).
- Sesiones presenciales. Algunas de las actividades se realizarán dentro del aula, es esencial tener acceso a este tipo de recursos para poder hacer actividades que trabajen mejor las emociones, y tener un entorno tranquilo para reflexionar. (Verde).
- Actividades para realizar en el refugio. Actividades que inviten a reflexionar, que les creen conciencia social, que conozcan más profundamente a sus compañeros/as. (Lila).
  - Actividades para los padres. Basaremos la intervención en charlas, seminarios, círculos de debate, y todo tipo de charlas que nos ayuden a formar y concienciar a las familias. (Naranja).
  - Evaluaciones. (Azul).
  - Días festivos. (Gris oscuro).

**Figura 4**

*Leyenda del cronograma*



**Tabla 1**

*Calendario de actividades de octubre*

OCTUBRE (25/09/2023 - 31/10/2023)				
GRUPO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				

PEQUEÑOS: P - MAYORES: M

**Tabla 2**

*Calendario de actividades de noviembre*

NOVIEMBRE (02/11/2023 - 30/11/2023)				
GRUPO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				

PEQUEÑOS: P - MAYORES: M



**Tabla 3**

*Calendario de actividades de diciembre*

DICIEMBRE (01/12/2023 - 22/12/2023)				
GRUPO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				

PEQUEÑOS: P - MAYORES: M

**Tabla 4**

*Calendario de actividades de enero*

ENERO (08/01/2024 - 31/01/2024)				
GRUPO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				

PEQUEÑOS: P - MAYORES: M



**Tabla 7**

*Calendario de actividades de abril*

ABRIL (03/04/2024 - 30/04/2024)				
GRUPO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
P				
M				

PEQUEÑOS: P - MAYORES: M

*Elaboración propia.*

### 6.5. Recursos y materiales

A continuación, se muestra la clasificación de los recursos necesarios para poder llevar a cabo esta propuesta.

#### 6.5.1. Espacios

Para la resolución satisfactoria del programa, necesitamos tener el acceso al refugio, por una parte, y el acceso a una aula o sala cedida por la asociación, colegio o entidad que lo acoja.

El refugio para animales “Scooby” está en una zona apartada de Valladolid, cuenta con un amplio patio en el que pasan el día los animales, además de una amplia zona para pasearles y desarrollar actividades por los alrededores. Se ubica en la Calle Panera, número 2. (Véase: [Anexo 4: Refugio “Scooby”](#)).

Las instituciones que nos requieran deberán proporcionar un aula o sala con mesas y sillas para las actividades presenciales, donde se manipularán objetos, se escribirá y se dibujará. Dado que la propuesta se integrará en una institución, estas disponen de espacios cedidos para actividades similares, y a nivel municipal también se facilitan salas para estas iniciativas.

### **6.5.2. Recursos materiales**

Para solucionar el tema de las bicicletas, en un primer momento se dará la posibilidad a las personas que tengan una bicicleta propia de traerla a la actividad, para las personas que no tengan, y no tengan tampoco ni la necesidad ni los recursos de comprar una, podemos contar con BIKI, que asegura su compromiso con impulsar los proyectos que fomenten el uso de las bicicletas como un elemento de mejora de la salud. Ya han colaborado con entidades de índole social como la fundación INTRAS en su iniciativa, “Pedaladas” (Véase: [Anexo 5: BIKI Acompaña a la fundación INTRAS](#)).

Se debe detallar que esta propuesta está pensada para encajarla dentro de los proyectos de una asociación que trabaje con estos perfiles, por ejemplo, la Asociación Pajarillos Educa, ya mencionada con anterioridad. La autora ha tenido la oportunidad de trabajar en los laboratorios de varias temáticas, el de inglés, el de español y el taller de prelectura. La posibilidad de crear un laboratorio de las características de nuestra propuesta es muy factible de llevarse a cabo. Trabajan con el colectivo, se ubica en el barrio de Pajarillos y acaban de recibir una subvención de 930.960 € para transformar el barrio. El presupuesto tiene en cuenta el gasto que podría suponer a la empresa, colegio o asociación que podría adoptar la iniciativa, no obstante, en la mayoría de estos lugares, tienen un presupuesto para los materiales de oficina, por lo que el coste se vería reducido de forma notable (Para más información consulte: [Anexo 6: Información de los presupuestos](#)).

### **6.5.3. Recursos humanos**

La formación perfecta para realizar esta propuesta es la de “Graduada en Educación Social”, este perfil tiene una serie de características esenciales para que se satisfagan todos los objetivos. La Universidad de Valladolid bajo el Real Decreto 1393/2007, de 29 de octubre, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias, establece que los/las Educadores sociales, tienen una serie de competencias, algunas básicas para el desarrollo de las actividades (Universidad de Valladolid, consultado el 20 de junio de 2024).

- Resolución de problemas y toma de decisiones: Definir el problema con precisión, analizarlo desde distintos puntos de vista, hacer preguntas, buscar información, fragmentar problemas, pensar racional y creativamente, analizar y priorizar causas, y buscar alternativas de solución.
- Capacidad para integrarse y comunicarse con profesionales de equipos multidisciplinares.
- Reconocimiento y respeto a la diversidad y a la multiculturalidad.
- Adaptación a situaciones nuevas.
- Creatividad.
- Competencia para evaluar programas y estrategias de intervención socioeducativa en diversos ámbitos de trabajo.
- Aptitud para dirigir, coordinar y supervisar planes, programas y proyectos socioeducativos.
- Mediación en situaciones de conflicto.

Por estas razones y por el sentimiento de cambio y de progreso que tienen ante las acciones.

El resto de los profesionales implicados, forman parte del refugio, una parte tienen contrato de trabajo y otra parte está formada por voluntarios/as.

#### 6.5.4. Presupuesto

La puesta en marcha de la propuesta conlleva los siguientes costes. (Figura 5)

**Figura 5**

*Presupuesto*

PRESUPUESTO			
HUMANOS	Nº	COSTE MENSUAL	COSTE TOTAL
EDUCADORA SOCIAL	1	1200 €	9600 €
PERSONAL REFUGIO	4	Cedido	0 €
FUNGIBLES	Nº	COSTE TOTAL	
Pack de 90 Bolígrafos BIC Cristal Original + 10 gratuitos.	1		22,98 €
Folios	2	x1 6,66 €	13,32 €
Cinta adhesiva neutra x6	1		7,62 €
Rotuladores Alpino Standard x24 unidades	5	x1 5,14 €	25,70 €
NO FUNGIBLES	Nº	COSTE TOTAL	
Sala	1		CEDIDA - 0 €
Bicicletas	x		CECIDAS - 0 €
<b>COSTE DEL PROGRAMA</b>			<b>9669,62 €</b>

*Elaboración propia.*

En el caso de que el presupuesto sea muy elevado, la observación continuada, hace ver que la mayoría de contrataciones tienen la categoría de monitora, causa intrusismo laboral, pero para las asociaciones es mucho más económico. (Véase [Anexo 7: Presupuesto de Monitora](#)).

#### 6.6. Actividades/Acciones

Del mismo modo se han establecido unas categorías para dividir las actividades, se utilizan las mismas para contextualizar las actividades.

En cuanto a las actividades de presentación, se realizan con el objetivo de que los miembros del grupo se conozcan, de esta manera podemos crear una cohesión de grupo en la que se genera el clima de confianza que queremos conseguir.

Para los niños/as de 6, 7 y 8 años se plantean dos actividades:

- “La telaraña de la amistad”; situamos a los niños/as en círculo, uno de ellos/as comienza con un ovillo de lana, presentándose, dirá su nombre, su edad y una cosa que le guste, después lanzará el ovillo a otro niño/a manteniendo un extremo, el siguiente, repetirá lo del anterior, sumando cada vez un participante más. Está permitido que se ayuden entre ellos/as, ya que hay que memorizar una gran cantidad de cosas según avanza la actividad. Acabaremos creando una tela de araña, que tendrán que desenredar pasando el ovillo en el orden contrario cooperando entre todos/as.
- “El juego de quién soy”; pegaremos en la frente de cada niño/a un personaje famoso, reconocible para su edad, y tendrán que ir haciendo por orden preguntas dicotómicas de si/no. Así seguirán conociéndose y creando un buen ambiente en el que trabajar.

Para el grupo de los mayores, de 9, 10 y 11 años, estas son las dos actividades:

- “Rueda de presentaciones”; Los niños se sientan en círculo. El niño con la pelota se presenta (nombre, edad, y una cosa que le gusta). Luego, pasa la pelota a otro niño, quien se presenta y añade una cosa que le gustaría aprender o hacer este año. Se repite hasta que todos se hayan presentado y van repitiendo para memorizarlo, pueden ayudarse entre ellos/as.
- “Mapa de intereses”; Dibujar mapa en el papel. Cada niño se presenta de nuevo y elige un lugar en el mapa que le gustaría visitar o del que tenga una conexión personal. Escribe su nombre en ese lugar y explica brevemente por qué lo eligió.

Por otra parte, tenemos la combinación de actividades en ruta, con las actividades que se realizarán allí en el refugio. Para esto se han elaborado unas tablas de discusión, en la que tendremos siempre disponible una batería de temáticas suficientes para abordar todas las sesiones, sin embargo, la intención es aprovechar las noticias impactantes que vayan surgiendo en la vida diaria. Las actividades en ruta, son conversaciones nutritivas que ayuden a implementar todas esas habilidades que queremos conseguir. (Figura 6)

**Figura 6**

*Tablas de discusión*

TEMAS DE CONVERSACIÓN PARA LA IDA		
LA AMISTAD	MANERAS DE MANEJAR LA ANSIEDAD	LA IMPORTANCIA DEL EJERCICIO FÍSICO
LA RESPONSABILIDAD	LOS BENEFICIOS DE LEER	LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE
LA SINCERIDAD	EL RECICLAJE Y SU IMPORTANCIA	LOS VALORES FAMILIARES
EL RESPETO	LAS PROFESIONES DEL FUTURO	LAS MASCOTAS Y SU CUIDADO
EL TRABAJO EN EQUIPO	LOS DERECHOS DE LOS NIÑOS/AS	LOS HOBBIES SALUDABLES
LA INCLUSIÓN	EL CUIDADO DEL MEDIO AMBIENTE	USO RESPONSABLE DE LAS TICS
LA DIVERSIDAD CULTURAL	EL BULLYING Y COMO PREVENIRLO	COMO EXPRESAR LAS EMOCIONES
EL PAPEL DE LOS AMIGOS	METAS PERSONALES	LA AUTOCONFIANZA
EL VOLUNTARIADO Y AYUDAR A LOS DEMÁS.		
TEMAS DE CONVERSACIÓN PARA LA VUELTA		
Charla sobre las emociones del día.	Actividades de reciclaje	Reflexión sobre la diversidad cultural del entorno.
Intercambio de ideas sobre hábitos de vida saludable.	Hablar sobre el respeto mutuo	Compartir sus sueños.
Reflexión sobre algún día especial.	Agradecerse cosas entre ellos, y al mundo.	Importancia de la honestidad.
Compartir experiencias sobre las noticias del momento.	Compartir buenas acciones que se han realizado.	Hablar sobre la frustración.
Debatir como mejorar el entorno escolar.	Hablar sobre la seguridad en internet.	Debatir sobre cómo se comportan en sus casas.
Conceptos básicos del cuidado de animales.	Hablar sobre las profesiones que les interesan.	Debatiremos sobre temáticas sociales.
Discusión sobre la importancia del deporte.	Cómo ser más responsables.	Hablaremos sobre la importancia de ir al colegio.
Ideas de proyectos comunitarios, y reflexión al respecto.	Dinámicas sobre la resolución de conflictos.	Debatiremos sobre la importancia del control emocional.
Reflexionaremos sobre la comodidad que tenemos para expresarnos en nuestro entorno.		

Elaboración propia.

Las actividades que se van a ir realizando en los mismos días, pero en el refugio, se resumen en un trabajo normalizado en la perrera, haciendo tareas de limpieza, y de cuidado. Sobre todo, las primeras semanas para conocer a los animales, y el entorno, se estará más en contacto con los profesionales del centro. Las demás actividades, que se irán rotando según las necesidades, o las condiciones, van a girar en torno a juegos muy



tradicionales, queremos mantener ese tipo de juegos en el tiempo, y de esta manera también introducimos juegos de reglas sencillas que se pueden introducir en los patios de los colegios para alejarse de los típicos juegos de siempre. (Consultar tablas 8 – 14)


**Tabla 8**

*Actividades para el refugio - Atrapa la bandera*

FICHA DE ACTIVIDAD	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL Y PERSONAL DEL REFUGIO
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años <span style="margin-left: 100px;">Mayores: 9, 10 y 11 años.</span>
LOCALIZACIÓN	REFUGIO "SCOOBY"
DURACIÓN	DOS HORAS
NOMBRE	<b>ATRAPA LA BANDERA</b>
DESCRIPCIÓN	Cada equipo intenta capturar la bandera del equipo contrario y llevarla a la base propia, sin ser atrapado por los jugadores del equipo contrario.
MATERIALES	Dos trozos de tela.
PREPARACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Campo de juego:</b> Se marca un área grande y abierta, preferiblemente al aire libre, dividida en dos mitades iguales. Cada equipo tiene una base en su mitad del campo.</li> <li>• <b>Bandera:</b> Cada equipo tiene una bandera (puede ser un pañuelo o un objeto fácil de distinguir) ubicada en su base.</li> <li>• <b>Equipos:</b> Se dividen los jugadores en dos equipos equitativos. Cada equipo elige un área dentro de su mitad del campo como su base y coloca su bandera allí.</li> </ul>
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Canalizar la energía en una actividad positiva.</li> <li>• Mejora del autocontrol: Aprender a controlar impulsos y actuar de manera reflexiva.</li> <li>• Fomento de relaciones positivas: Establecer conexiones y amistades a través del juego.</li> <li>• Aumento de la autoestima: Sentirse competente y valorado por sus contribuciones al equipo.</li> <li>• Desarrollo de habilidades sociales: Practicar interacciones sociales en un entorno seguro y estructurado.</li> </ul>

**Tabla 9**

*Actividades para el refugio - El castro*

FICHA DE ACTIVIDAD	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL Y PERSONAL DEL REFUGIO
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	REFUGIO "SCOOBY"
DURACIÓN	DOS HORAS
NOMBRE	EL CASTRO
DESCRIPCIÓN	Es un juego tradicional en el que se juega dibujando un patrón en el suelo y lanzando una piedra o un objeto a las casillas numeradas.
MATERIALES	Tiza
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollo del equilibrio y de la coordinación.</li> <li>• Aprendizaje de la paciencia y la perseverancia.</li> <li>• Fomento de la socialización y el juego en grupo.</li> </ul>
MODALIDADES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cada jugador, en su turno, lanza una piedra en la primera casilla.</li> <li>• El jugador salta en una pierna a lo largo del patrón, evitando la casilla donde está la piedra, y luego regresa.</li> <li>• Al regresar, el jugador recoge la piedra y continúa al siguiente número en el siguiente turno.</li> </ul> <div style="text-align: center;">  <p>El diagrama muestra un patrón de juego vertical con 10 casillas numeradas. La casilla 10 está en un arco superior. Las casillas 8 y 9 están en una fila horizontal. Las casillas 5 y 6 están en una fila horizontal. Las casillas 2 y 3 están en una fila horizontal. Las casillas 1, 4, 7 y 10 están en una columna vertical central.</p> </div>

**Tabla 10***Actividades para el refugio - El juego de la comba*

FICHA DE ACTIVIDAD	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL Y PERSONAL DEL REFUGIO
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	REFUGIO "SCOOBY"
DURACIÓN	DOS HORAS
NOMBRE	<b>EL JUEGO DE LA COMBA</b>
DESCRIPCIÓN	El juego de la comba se juega en grupo con una cuerda larga y canciones o rimas específicas que se cantan mientras se salta.
MATERIALES	Comba
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fomento de la coordinación y el equilibrio.</li> <li>• Desarrollo de la capacidad para seguir instrucciones.</li> <li>• Promoción del trabajo en equipo y la cooperación.</li> <li>• Estimulación de la memoria y el aprendizaje rítmico.</li> </ul>
MODALIDADES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>El Salto de tren:</b> Dos participantes dan a la comba (rotándose) y los demás van entrando a la cuerda de uno en uno con el objetivo de estar todos/as a la vez saltando en la misma comba. Una vez estén todos/as dentro se saltará una vez por persona que esté dentro, y después saldrán de la comba de uno en uno.</li> <li>• <b>"Pan, vino, tocino, aguardiente, fuerte, fuerte...":</b> El juego consiste en entrar a saltar en la comba, tras decir esas palabras, los dos participantes que estén dando a la comba comenzarán a dar todo lo rápido que puedan, se medirá el tiempo que aguanta cada uno/a y el que más consiga ganará.</li> <li>• <b>Carrera de obstáculos:</b> Se pactará un recorrido con giros y curvas que tomar, por equipos se recorrerá el circuito (no muy grande), por relevos, saltando individualmente a la comba, el equipo que antes consiga pasar todos sus miembros, ganará.</li> </ul>

**Tabla 11***Actividades para el refugio- Cuidado de animales y trabajo en el refugio*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL Y PERSONAL DEL REFUGIO
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años <span style="margin-left: 100px;">Mayores: 9, 10 y 11 años.</span>
LOCALIZACIÓN	REFUGIO "SCOOBY"
DURACIÓN	DOS HORAS
NOMBRE	<b>CUIDADO DE ANIMALES Y TRABAJO EN EL REFUGIO</b>
DESCRIPCIÓN	Se ayudará a los profesionales del centro a realizar las tareas básicas que tienen que cumplir ese día.
MATERIALES	X
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Empatía y compasión: Interactuar con animales que necesitan cuidado y afecto fomenta el desarrollo de la empatía y la compasión hacia los seres vivos, fundamental para el bienestar emocional.</li> <li>Reducción del estrés y la ansiedad: La presencia de animales, especialmente perros, ha demostrado reducir los niveles de estrés y ansiedad en las personas.</li> <li>Sentido de propósito y satisfacción.</li> <li>Fomento del bienestar emocional: La conexión con los animales puede mejorar el estado de ánimo y promover el bienestar emocional general. Los momentos de juego, afecto y gratitud de los animales pueden ser muy gratificantes.</li> <li>Desarrollo de habilidades sociales: Trabajar en equipo con otros voluntarios o cuidadores del refugio promueve el desarrollo de habilidades sociales, como la comunicación efectiva, la colaboración y el trabajo en equipo.</li> <li>Aprendizaje de manejo emocional: Al cuidar de animales que pueden haber experimentado trauma o abandono, se aprende a manejar emociones complejas como la compasión, la tristeza y la esperanza.</li> <li>Reducción de la soledad y el aislamiento: Los animales pueden proporcionar compañía y afecto incondicional, reduciendo la sensación de soledad y fortaleciendo los lazos sociales.</li> <li>Crecimiento personal y autoestima: Superar desafíos y ver el progreso en la salud y el bienestar de los animales puede aumentar la autoestima y la sensación de logro personal.</li> </ul>
MODALIDADES	Paseos con los animales, alimentación, limpieza de áreas comunes y jaulas, creación de juguetes con materiales reciclados, concienciación del individuo y su entorno con el buen trato a los animales.

**Tabla 12***Actividades para el refugio - La cola del elefante*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONALES	EDUCADORA SOCIAL Y PERSONAL DEL REFUGIO
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	REFUGIO "SCOOBY"
DURACIÓN	DOS HORAS
NOMBRE	<b>LA COLA DEL ELEFANTE</b>
DESCRIPCIÓN	Cada equipo intenta capturar la tela (llamada "cola" o "rabito") que lleva un jugador del equipo contrario y llevarla a su propia base sin ser capturado.
MATERIALES	Trozos de tela
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fomento del ejercicio físico.</li> <li>• Promoción del trabajo en equipo.</li> <li>• Desarrollo de habilidades sociales.</li> <li>• Reducción del estrés.</li> <li>• Fortalecimiento del sentimiento de pertenencia.</li> </ul>
REGLAS DEL JUEGO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inicio del juego: Se decide quién empieza primero (generalmente por sorteo o por alguna otra regla acordada). Cada equipo se reúne en su base.</li> <li>• Captura de la cola: <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ El objetivo principal es capturar la tela (cola) que lleva un jugador del equipo contrario y llevarla de vuelta a la propia base sin ser tocado por otro jugador del equipo contrario.</li> <li>◦ Los jugadores deben evitar ser capturados mientras intentan robar la cola del equipo contrario.</li> </ul> </li> <li>• Atrapar a los jugadores: Si un jugador es tocado por un jugador del equipo contrario mientras lleva la cola, debe entregarla al jugador que lo tocó.</li> <li>• Ganar el juego: El juego termina cuando un equipo logra capturar las colas del equipo contrario y llevarlas de regreso a su base sin ser capturado por los jugadores del equipo contrario. Ese equipo gana la partida.</li> </ul>

**Tabla 13**

*Actividades para el refugio - Las canicas*

FICHA DE ACTIVIDAD	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL Y PERSONAL DEL REFUGIO
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	REFUGIO "SCOOBY"
DURACIÓN	DOS HORAS
NOMBRE	<b>LAS CANICAS</b>
DESCRIPCIÓN	Consiste en utilizar unas pequeñas bolas de cristal de colores para realizar distintos juegos de habilidad.
MATERIALES	Canicas
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Desarrollo de la coordinación ojo - mano.</li> <li>Mejora de las habilidades estratégicas y de precisión.</li> <li>Fomento de la socialización y el juego en grupo.</li> <li>Aprendizaje de habilidades matemáticas básicas al contar y sumar puntos.</li> </ul>
MODALIDADES	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>El Hoyito:</b> Se excava un pequeño agujero en el suelo, y a su alrededor varias circunferencias concéntricas con distintas puntuaciones, siendo la central, la más valiosa, por turnos tiraran las canicas hacia la diana. La persona que más puntos consiga al finalizar el número de canicas pactado, será el ganador/a. Es válido empujar las canicas de los compañeros/as.</li> <li><b>La troya:</b> Se dibuja un círculo en el suelo y cada participante en el juego, coloca una canica dentro, en un tiempo limitado, el jugador/a que consiga sacar más canicas fuera del círculo, ganará.</li> <li><b>Carrera de canicas:</b> Se trazará un circuito en el suelo al gusto de los participantes, por turnos tienen el objetivo de alcanzar la meta, con el reto de que cada vez que la canica se salga de las líneas marcadas en el circuito, deberá empezar desde el principio.</li> </ul>

**Tabla 14***Actividades para el refugio - Las chapas*

FICHA DE ACTIVIDAD	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL Y PERSONAL DEL REFUGIO
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	REFUGIO "SCOOBY"
DURACIÓN	DOS HORAS
NOMBRE	<b>LAS CHAPAS</b>
DESCRIPCIÓN	Es un juego tradicional que consiste en el uso de chapas de botellas para competir en distintas modalidades de juego.
MATERIALES	Chapas de botellines de cristal.
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollo de la coordinación ojo - mano.</li> <li>• Fomento de la creatividad y personalización.</li> <li>• Mejora de la motricidad fina.</li> <li>• Aprendizaje del respeto mutuo y la asunción de turnos.</li> </ul>
MODALIDADES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Carrera de chapas:</b> Se dibuja un circuito en el suelo en el que se pueden hacer rectas, curvas y obstáculos. Cada jugador/a desde la línea de meta, tendrá que recorrer el circuito completo. El primero en cruzar la meta es el ganador.</li> <li>• <b>Chapas futboleras:</b> Se dibuja en el suelo un campo de fútbol en el que se marquen las dos porterías de cada extremo. Los jugadores/as se alternan golpeando entre sí las chapas para conseguir cruzar la portería contraria y marcar gol.</li> <li>• <b>Tiros de precisión:</b> Se colocan varios objetivos por el suelo, como pequeños objetos como palos, o se dibujan círculos en el suelo para alcanzar el objetivo. Decidirán los objetivos a conseguir y la puntuación que se consigue con cada uno. Al finalizar un número pactado de tiros, la persona con más puntuación gana.</li> </ul>



En el sentido de las actividades que se realizarán al respecto del control de las emociones, giran en torno a varios elementos que tienen que ver o están relacionados con esta temática. En todas las actividades se reflexiona ampliamente con los alumnos/as para que quede clara la consecución de los objetivos de esa actividad. Son las siguientes, que se realizarán de forma presencial. (Visualizar tablas 15 - 34)

**Tabla 15**

*Actividades presenciales - Semana 1*

FICHA DE ACTIVIDAD	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
PERIODO	<b>SEMANA 1: Identificación y nombres de emociones.</b>
NOMBRE	<b>MAPA DE EMOCIONES</b>
DESCRIPCIÓN	Después de hacer una tormenta de ideas en las que crearemos un mapa gigante de emociones. Después los menores colocarán post-its con sus nombres en las emociones que han sentido recientemente. Al finalizar, por turnos expresarán cuáles han sido las situaciones que les han llevado a sentir esas emociones.
MATERIALES	Folio y bolígrafo.
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar y reconocer diversas emociones que los participantes han experimentado recientemente.</li> <li>Fomentar la reflexión sobre las situaciones específicas que han provocado diferentes emociones.</li> <li>Promover la expresión verbal de experiencias emocionales a través del intercambio de ideas y experiencias.</li> <li>Facilitar la empatía entre los participantes al compartir y escuchar las experiencias emocionales de los demás.</li> <li>Fortalecer el vocabulario emocional de los menores al asociar emociones con situaciones concretas.</li> </ul>



**Tabla 16***Actividades presenciales - Semana 2*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
PERIODO	<b>SEMANA 2: Diario emocional detallado.</b>
NOMBRE	<b>MI DIARIO DE SENTIMIENTOS</b>
DESCRIPCIÓN	Este diario tiene como objetivo que los menores recojan en el, de una forma semanal, las emociones y sentimientos negativos y positivos que han sentido, qué las provocó y cómo lo gestionaron. Si no sabemos cuales son los sentimientos que tenemos, pero una situación nos lleva a encontrarnos de una forma que no identificamos, anotaremos la situación para poder analizarla posteriormente.
MATERIALES	Cuaderno pequeño o folios.
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar y registrar emociones y sentimientos tanto negativos como positivos experimentados semanalmente.</li> <li>Reflexionar sobre las situaciones específicas que han provocado estas emociones.</li> <li>Aprender estrategias y habilidades para gestionar emociones de manera efectiva.</li> <li>Promover la autoconciencia emocional al identificar y nombrar las emociones experimentadas.</li> <li>Facilitar el análisis y la comprensión de situaciones que generan emociones desconocidas o confusas para los participantes.</li> </ul>

**Tabla 17**

*Actividades presenciales - Semana 3*

FICHA DE ACTIVIDAD	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
PERIODO	<b>SEMANA 3: Arte - terapia Emocional</b>
NOMBRE	<b>ESCULTURAS EMOCIONALES</b>
DESCRIPCIÓN	<p>Utilizaremos plastilina o arcilla para moldear figuras que representen como se siente. Después van a tener que reflexionar sobre cuantos sentimientos se involucran en una sola acción que les haya causado enfado, desde que comienza, hasta que se acaba.</p>
MATERIALES	Arcilla o plastilina
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utilizar plastilina o arcilla para moldear figuras que representen emociones y sentimientos personales.</li> <li>Reflexionar sobre la complejidad emocional involucrada en una acción que haya causado enfado, desde su inicio hasta su resolución.</li> <li>Promover la conciencia emocional al visualizar y representar emociones a través del arte.</li> <li>Fomentar la expresión creativa y la comunicación de experiencias emocionales a través de la escultura.</li> <li>Explorar cómo las emociones pueden manifestarse físicamente y transformarse durante el proceso creativo de la escultura.</li> </ul>

**Tabla 18***Actividades presenciales - Semana 4*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
PERIODO	<b>SEMANA 4: Cuentos con dilemas emocionales.</b>
NOMBRE	<b>DECIDIMOS ENTRE EMOCIONES</b>
DESCRIPCIÓN	<p>Leeremos cuentos en los que se nos presenten dilemas emocionales, en pequeños grupos se discutirá cuales son las mejores maneras de resolver ese dilema, y que emociones están involucradas en sus decisiones. Los grupos expondrán su visión y luego se votará la mejor entre todos/as.</p>
MATERIALES	X
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leer cuentos que presenten dilemas emocionales para analizar y discutir las mejores maneras de resolverlos.</li> <li>Identificar y explorar las emociones involucradas en las decisiones tomadas frente a los dilemas presentados.</li> <li>Fomentar la reflexión crítica sobre las consecuencias emocionales de las decisiones tomadas en situaciones difíciles.</li> <li>Promover la colaboración y el debate constructivo en pequeños grupos para compartir perspectivas y llegar a consensos.</li> <li>Reforzar la capacidad de tomar decisiones considerando las emociones y sus implicaciones en diferentes contextos.</li> </ul>

**Tabla 19***Actividades presenciales - Semana 5*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
PERIODO	<b>SEMANA 5: Representación de escenarios.</b>
NOMBRE	<b>TEATRO DE EMOCIONES</b>
DESCRIPCIÓN	En pequeños grupos se representarán distintas situaciones de la vida diaria en las que se manejan emociones difíciles, y debatiremos sobre la mejor o la peor manera de resolver esa situación y cómo lo harían los otros grupos.
MATERIALES	X
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Representar situaciones de la vida diaria que involucren emociones difíciles en pequeños grupos.</li> <li>• Explorar y debatir sobre diferentes enfoques para resolver las situaciones emocionales representadas.</li> <li>• Fomentar la empatía al considerar cómo otros grupos abordarían las mismas situaciones emocionales.</li> <li>• Promover la reflexión crítica sobre las consecuencias emocionales de las acciones tomadas en cada representación.</li> <li>• Reforzar habilidades de comunicación y expresión emocional a través de la actuación teatral.</li> </ul>

**Tabla 20**

*Actividades presenciales - Semana 6*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
PERIODO	<b>SEMANA 6: Trabajándonos a nosotros/as mismos/as.</b>
NOMBRE	<b>VAMOS A JUGAR A QUERERNOS UN POCO MÁS</b>
DESCRIPCIÓN	En un primer momento se definirán los conceptos de "autoestima y autoconcepto"; material elaborado de forma específica para que lo entiendan los menores. Y podamos reflexionar acerca de la falta de objetividad que hay en los estereotipos que tenemos. Más adelante se realiza la actividad del acordeón de la empatía, explicada en el recurso.
MATERIALES	Folios
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexionar sobre la falta de objetividad presente en los estereotipos que influyen en nuestra percepción de nosotros mismos y de los demás.</li> <li>Promover la empatía mediante la actividad del "acordeón de la empatía", como se explica en el recurso proporcionado, además de fomentar su autoestima.</li> <li>Fomentar la autoaceptación y el reconocimiento de la propia valía personal entre los participantes.</li> <li>Proporcionar un espacio seguro y estructurado para que los menores exploren y compartan sus experiencias relacionadas con la autoestima y el autoconcepto.</li> </ul>

(Véase [Anexo 8: “Vamos a jugar a querernos un poco más”](#)).

**Tabla 21***Actividades presenciales - Semana 7*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
PERIODO	<b>SEMANA 7: Creación de un botiquín de emociones.</b>
NOMBRE	<b>MI KIT DE LA CALMA</b>
DESCRIPCIÓN	Cada niño, seleccionara o fabricará materiales que les ayudan a volver a un estado de calma. Los objetos pueden variar, desde bolas antiestrés, una libreta para escribir, un peluche pequeño, una fotografía... Queremos crear este recurso para llevarlo a las aulas y así intentar mejorar la explosividad dentro de los comportamientos de los menores.
MATERIALES	Libertad de materiales
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Seleccionar o fabricar materiales personalizados que ayuden a los niños a regresar a un estado de calma.</li> <li>Promover la auto-regulación emocional al utilizar herramientas específicas dentro del kit personalizado.</li> <li>Facilitar estrategias prácticas para manejar la explosividad y otros comportamientos impulsivos.</li> <li>Fomentar la responsabilidad personal al permitir que cada niño elija y maneje su propio kit de la calma.</li> <li>Integrar recursos para la gestión emocional en el entorno escolar para mejorar el bienestar general de los menores.</li> </ul>

**Tabla 22***Actividades presenciales - Semana 8*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
PERIODO	<b>SEMANA 8: Juegos de mesa emocionales.</b>
NOMBRE	<b>AVENTURA EMOCIONAL</b>
DESCRIPCIÓN	Readaptaremos alguno de los juegos de mesa tradicionales como el parchís, para que en cada casilla se propongan desafíos emocionales que deben resolver. Tienen que trabajar en equipo para lograr todas las actividades, aunque se juegue de forma individual.
MATERIALES	Un juego de mesa
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adaptar juegos de mesa tradicionales para incluir desafíos emocionales en cada casilla.</li> <li>• Promover la cooperación y el trabajo en equipo para resolver los desafíos emocionales, incluso en un contexto de juego individual.</li> <li>• Fomentar la reflexión y discusión sobre las emociones a través de los desafíos propuestos en el juego.</li> <li>• Desarrollar habilidades de comunicación y resolución de problemas emocionales en un entorno lúdico.</li> <li>• Integrar el aprendizaje emocional en actividades recreativas para mejorar la inteligencia emocional de los participantes.</li> </ul>

**Tabla 23***Actividades presenciales - Semana 9*

FICHA DE ACTIVIDAD	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
PERIODO	<b>SEMANA 9: Técnicas de relajación.</b>
NOMBRE	<b>RELAJACIÓN PROGRESIVA</b>
DESCRIPCIÓN	Enseñaremos técnicas de relajación progresiva, mediante la contracción y relajación de distintos grupos musculares, esto además de servirles para crecer, lo pueden utilizar en sus hogares, para poder dormir con más facilidad.
MATERIALES	X
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"><li>• Enseñar técnicas de relajación progresiva mediante la contracción y relajación de distintos grupos musculares.</li><li>• Promover el uso de estas técnicas como herramientas para el crecimiento personal y el bienestar emocional.</li><li>• Facilitar la práctica de la relajación progresiva en el hogar para mejorar la calidad del sueño.</li><li>• Desarrollar la capacidad de identificar y liberar la tensión muscular acumulada.</li><li>• Fomentar hábitos saludables de relajación que contribuyan al bienestar físico y mental.</li></ul>



**Tabla 24***Actividades presenciales - Semana 10*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
PERIODO	<b>SEMANA 10: Creación de un árbol de emociones.</b>
NOMBRE	<b>MI ÁRBOL INTERIOR</b>
DESCRIPCIÓN	En un folio se dibujará un árbol, es indispensable que se muestren las raíces, el tronco, y que en la copa frondosa, haya frutos. En el recurso se detalla mejor cuales son las intenciones de realización, pero se reflexionara acerca de las fortalezas y las debilidades.
MATERIALES	Folios
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar y representar visualmente las debilidades personales en las raíces del árbol.</li> <li>Reflexionar sobre las áreas de mejora y los cambios necesarios, ubicándolos en el tronco del árbol.</li> <li>Destacar y celebrar los logros personales, simbolizándolos en los frutos del árbol.</li> <li>Promover la autoevaluación y el autoconocimiento al visualizar diferentes aspectos del crecimiento personal.</li> <li>Facilitar un espacio para la introspección y la planificación de acciones para el desarrollo y la superación personal.</li> </ul>

(Véase [Anexo 9: “El árbol de las emociones”](#)).

**Tabla 25**

*Actividades presenciales - Semana 11*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
PERIODO	<b>SEMANA 11: Estilos de comunicación.</b>
NOMBRE	<b>EL PODER DE LAS PALABRAS</b>
DESCRIPCIÓN	<p>Representaran escenas de la vida cotidiana, adoptando de forma obligatoria distintos estilos de comunicarse. Asumiendo el rol del papel que les ha tocado. En el recurso se especifica más detalladamente cuáles son los estilos comunicativos, y las escenas de la vida cotidiana que tienen que representar.</p> <p>Reflexionaremos acerca de cómo se han sentido circulando por los distintos papeles.</p>
MATERIALES	X
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Representar escenas de la vida cotidiana adoptando distintos estilos de comunicación: agresivo, pasivo y asertivo.</li> <li>• Asumir y desempeñar roles específicos basados en el estilo de comunicación asignado.</li> <li>• Reflexionar sobre las experiencias y sentimientos asociados con cada estilo de comunicación adoptado.</li> <li>• Identificar las características y consecuencias de cada estilo comunicativo en las interacciones cotidianas.</li> <li>• Promover la comprensión y la práctica de la comunicación asertiva como una herramienta para mejorar las relaciones interpersonales.</li> </ul>

(Véase [Anexo 10: “El poder de las palabras”](#)).

**Tabla 26***Actividades presenciales - Semana 12*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años   Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
PERIODO	<b>SEMANA 12: Ejercicios de gratitud.</b>
NOMBRE	<b>MI LIBRO DE LAS MUCHAS GRACIAS</b>
DESCRIPCIÓN	Dentro del propio diario semanal en el que están anotando sus emociones y sentimientos, haremos un apartado en el que escribiremos todas las cosas por las que tenemos que dar gracias. Reflexionaremos sobre las muchas personas que no tienen la misma suerte que ellos/as.
MATERIALES	Recurso en el que hayan realizado el diario previamente
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"><li>• Promover la reflexión sobre la gratitud y el reconocimiento de las cosas positivas en sus vidas.</li><li>• Fomentar la apreciación y el agradecimiento por las personas y circunstancias que contribuyen a su bienestar.</li><li>• Desarrollar la conciencia sobre las desigualdades y la suerte relativa en comparación con otras personas.</li><li>• Facilitar la práctica regular de la gratitud como una herramienta para mejorar el bienestar emocional y mental.</li></ul>

**Tabla 27**

*Actividades presenciales - Semana 13*

FICHA DE ACTIVIDAD	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
PERIODO	<b>SEMANA 13: Debate sobre situaciones reales.</b>
NOMBRE	<b>¿QUÉ HARÍAS SÍ...?</b>
DESCRIPCIÓN	<p>Tras realizar una actividad en la que aprendemos sobre formas correctas de comunicarnos. En este caso propondremos una batería de situaciones reales por medio de la opinión del grupo, y en todas ellas se tienen que haber sentido mal, o con emociones negativas, ante un conflicto. Las personas que lo deseen nos plantearan situaciones que hayan vivido, y cómo actuaron en ese caso, para que le podamos dar la opinión grupal y buscar nuevas formas de solucionarlo.</p>
MATERIALES	X
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proponer y analizar situaciones reales en las que los participantes se hayan sentido mal o hayan experimentado emociones negativas debido a un conflicto.</li> <li>• Reflexionar sobre las formas en que los participantes actuaron en esas situaciones conflictivas.</li> <li>• Facilitar un espacio seguro donde los participantes puedan compartir sus experiencias personales y recibir retroalimentación del grupo.</li> <li>• Fomentar el aprendizaje de nuevas estrategias y formas correctas de comunicación para resolver conflictos.</li> <li>• Promover la empatía y el apoyo mutuo al discutir y buscar soluciones alternativas para manejar situaciones difíciles.</li> </ul>

**Tabla 28***Actividades presenciales - Semana 14*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
PERIODO	<b>SEMANA 14: Proyecto de autoestima</b>
NOMBRE	<b>VENTA PROPIA</b>
DESCRIPCIÓN	<p>Como los mejores creadores de contenido, tienen que crear la campaña más personal del mundo. Por un lado, tienen que venderse a sí mismos en tercera persona, como si fueran un producto, y tienen que decir todas sus características buenas. Después de que todos/as se vendan, pasaran a hacerlo sobre un compañero/a por sorteo.</p> <p>Se reflexionara sobre la facilidad que tenemos de decir cosas buenas sobre otros, y no sobre nosotros mismos/as.</p>
MATERIALES	X
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Practicar la autoevaluación positiva y la promoción personal de una manera creativa y divertida.</li> <li>Crear una campaña para un compañero seleccionado al azar, resaltando sus cualidades y fortalezas.</li> <li>Reflexionar sobre la facilidad de identificar y expresar aspectos positivos de los demás en comparación con uno mismo.</li> <li>Fomentar la autoestima y el reconocimiento de las propias virtudes a través de la valoración mutua y el apoyo positivo entre compañeros.</li> </ul>

**Tabla 29***Actividades presenciales - Semana 15*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
PERIODO	<b>SEMANA 15: Dinámica de grupo sobre la confianza.</b>
NOMBRE	<b>LA RED DE CONFIANZA</b>
DESCRIPCIÓN	<p>En este ejercicio los niños/as trabajaran por parejas para guiarse por un recorrido, con los ojos vendados. También nos lanzaremos al vacío para que nos sujeten nuestros compañeros/as, y haremos ejercicios variados en los que tienen que dejar el sentido de la vista a cargo de otra persona.</p> <p>Reflexionaremos sobre la importancia de tener una red de apoyo, que te ayude en tu vida diaria, y tener a gente con la que verdad puedas contar,</p>
MATERIALES	Trozos de tela.
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participar en actividades por parejas donde uno de los participantes guiará al otro, que estará con los ojos vendados, a través de un recorrido.</li> <li>• Realizar ejercicios de confianza como lanzarse al vacío para ser sujetos por los compañeros.</li> <li>• Experimentar diversos ejercicios en los que se dependa de otra persona para la seguridad y orientación, dejando de lado el sentido de la vista.</li> <li>• Reflexionar sobre la importancia de contar con una red de apoyo confiable en la vida diaria.</li> <li>• Fomentar la confianza mutua y el fortalecimiento de las relaciones interpersonales mediante experiencias prácticas de dependencia y apoyo.</li> </ul>

**Tabla 30***Actividades presenciales - Semana 16*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
PERIODO	<b>SEMANA 16: Taller de asertividad.</b>
NOMBRE	<b>HABLANDO EN PLATA</b>
DESCRIPCIÓN	Aprenderemos lo que es la asertividad, visualizaremos videos en los que se evidencian este tipo de comportamientos, y después haremos juegos de rol y discusiones grupales, en las que se enfrenten personas agresivas, pasivas, y asertivas, para que vean la diferencia entre los estilos, y observen que la asertividad es la base para hablar con respeto.
MATERIALES	X
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aprender el concepto de asertividad y comprender su importancia en la comunicación.</li> <li>• Visualizar videos que muestren comportamientos asertivos, agresivos y pasivos para identificar las diferencias entre estos estilos de comunicación.</li> <li>• Participar en juegos de rol donde se representen situaciones con personas que usan estilos de comunicación agresivo, pasivo y asertivo.</li> <li>• Facilitar discusiones grupales sobre las experiencias y observaciones de los diferentes estilos de comunicación durante los juegos de rol.</li> <li>• Promover la asertividad como la base para una comunicación respetuosa y efectiva en las interacciones diarias.</li> </ul>

**Tabla 31***Actividades presenciales - Semana 17*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
PERIODO	<b>SEMANA 17: Actividad de Mindfulness</b>
NOMBRE	<b>MOMENTO PRESENTE</b>
DESCRIPCIÓN	<p>Reflexionaremos sobre la importancia de saber llegar de un momento de máxima tensión, a la calma, de una manera efectiva y rápida. En los menores con comportamientos tan explosivos, y con ritmos de vida rodeados de tanto frenetismo viene bien realizar sesiones en las que se puedan relajar.</p> <p>Practicaremos la relajación guiada, y el entrenamiento de la respiración consciente.</p>
MATERIALES	Esterilla opcional.
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexionar sobre la importancia de transitar efectivamente de momentos de máxima tensión a estados de calma en situaciones cotidianas.</li> <li>• Reconocer y abordar los comportamientos explosivos mediante técnicas de relajación y manejo del estrés.</li> <li>• Implementar sesiones de relajación guiada para facilitar la reducción del estrés y la promoción del bienestar emocional.</li> <li>• Practicar el entrenamiento de la respiración consciente como una herramienta para gestionar las emociones y mantener la calma.</li> <li>• Fomentar hábitos saludables de manejo del estrés y promover la habilidad de encontrar calma en momentos de frenetismo.</li> </ul>



**Tabla 32***Actividades presenciales - Semana 18*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
PERIODO	<b>SEMANA 18: Área de seguridad.</b>
NOMBRE	<b>ESPACIO SEGURO</b>
DESCRIPCIÓN	<p>Vamos a darles herramientas para saber crearse en su casa un entorno en el que puedan estar siempre tranquilos, al que puedan acceder siempre. Esta iniciativa se realiza ya en muchas de las aulas de los colegios, y es interesante trasladarlo a casa. Reflexionaremos sobre la necesidad de tener un espacio seguro al que acudir.</p>
MATERIALES	X
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enseñar a los participantes a crear un entorno tranquilo y seguro en su hogar.</li> <li>• Proporcionar herramientas prácticas para establecer y mantener un espacio seguro accesible en casa.</li> <li>• Reflexionar sobre la importancia de tener un lugar seguro al que acudir para relajarse y recuperarse emocionalmente.</li> <li>• Promover la autoconciencia sobre las necesidades personales de tranquilidad y bienestar en el entorno doméstico.</li> <li>• Facilitar la transferencia de estrategias aprendidas en el colegio hacia el entorno familiar, mejorando así el bienestar general de los participantes.</li> </ul>

**Tabla 33***Actividades presenciales - Semana 19*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
PERIODO	<b>SEMANA 19: Técnicas de relajación.</b>
NOMBRE	<b>LA TÉCNICA DEL 5 - 4 - 3 - 2 - 1</b>
DESCRIPCIÓN	<p>En las reflexiones que realizamos en el día a día de este programa, se reflexionara sobre la importancia de tener estos pequeños trucos, como ases en la manga para actuar.</p> <p>En este caso les enseñaremos, y practicaremos esta técnica. Deben de nombrar 5 cosas que están viendo en esa sitio, 4 cosas que puedan tocar en ese momento, 3 cosas que puedan escuchar, 2 que puedan oler y 1 que puedan saborear.</p>
MATERIALES	X
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enseñar a los participantes la técnica del 5-4-3-2-1 como herramienta para manejar el estrés y la ansiedad.</li> <li>• Practicar la técnica para que los participantes puedan aplicarla de manera efectiva en situaciones de tensión.</li> <li>• Promover la conciencia sensorial al nombrar y reconocer objetos y sensaciones presentes en el entorno.</li> <li>• Reflexionar sobre la utilidad de tener estrategias simples y rápidas para reducir el estrés y recuperar la calma.</li> <li>• Facilitar la incorporación de la técnica del 5-4-3-2-1 en las prácticas diarias como una herramienta para el autocuidado y el bienestar emocional.</li> </ul>

**Tabla 34***Actividades presenciales - Semana 20*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Pequeños: 6, 7, 8 años      Mayores: 9, 10 y 11 años.
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
PERIODO	<b>SEMANA 20: Identificación de emociones.</b>
NOMBRE	<b>CÁMARAS Y ACCIÓN</b>
DESCRIPCIÓN	<p>Realizaremos dos juegos de reconocimiento de emociones. En primer lugar de forma individual, la persona verá en una foto una persona expresando claramente una emoción, y este tendrá que conseguir que adivinen esa emoción, poniendo otros ejemplos que le lleven a él/ella a sentirlo.</p> <p>Después mediante mímica, el profesional dirá una emoción y la persona tendrá que representar con mímica una situación que se la cause, para que lo adivinen los demás.</p>
MATERIALES	X
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Practicar el reconocimiento de emociones a través de la observación de expresiones faciales en fotos.</li> <li>• Desarrollar la habilidad de expresar y comunicar emociones utilizando ejemplos personales que generen las mismas emociones.</li> <li>• Mejorar la empatía al identificar y entender las emociones representadas por otros.</li> <li>• Fomentar la comunicación no verbal y la expresión emocional a través de la mímica.</li> <li>• Promover el trabajo en equipo y la cooperación al adivinar y reconocer emociones representadas por los demás mediante la mímica.</li> </ul>

En cuanto a las actividades para los padres, se basarán en charlas formativas, sobre las temáticas que más nos interesan, los hábitos de vida saludables, el fomento de una vida sana, y el control emocional, además de aprender inteligencia emocional. Podemos observar las actividades a continuación. (Visualizar tablas 35 – 42)

**Tabla 35**

*Charlas para los padres - Sesión 1*

FICHA DE ACTIVIDAD	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Padres/Madres de los alumnos/as
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
NOMBRE	<b>ALIMENTACIÓN SALUDABLE PARA TODA LA FAMILIA</b>
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introducción a la alimentación saludable: Explicación de los principios básicos de una dieta equilibrada.</li> <li>• Grupos de alimentos: Detalle de los grupos de alimentos y su importancia (frutas, verduras, proteínas, carbohidratos, lácteos y grasas saludables).</li> <li>• Planificación de comidas: Cómo planificar menús semanales balanceados y económicos.</li> <li>• Lectura de etiquetas: Enseñanza sobre cómo leer y entender las etiquetas de los alimentos para hacer mejores elecciones.</li> <li>• Consejos prácticos: Ejemplos de recetas saludables y fáciles de preparar, sugerencias para incorporar más frutas y verduras en la dieta diaria.</li> </ul>
MATERIALES	X
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introducir los principios básicos de una alimentación saludable como base fundamental para el bienestar familiar.</li> <li>• Detallar la importancia de cada grupo de alimentos (frutas, verduras, proteínas, carbohidratos, lácteos y grasas saludables) en la dieta equilibrada.</li> <li>• Explicar cómo planificar menús semanales balanceados y económicos que promuevan la salud familiar.</li> <li>• Enseñar a leer y entender las etiquetas de los alimentos para facilitar la toma de decisiones saludables en las compras.</li> <li>• Ofrecer consejos prácticos, incluyendo ejemplos de recetas saludables y fáciles de preparar, así como sugerencias para aumentar el consumo de frutas y verduras en la dieta diaria de manera accesible y atractiva para todos los miembros de la familia.</li> </ul>

**Tabla 36***Charlas para los padres - Sesión 2*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Padres/Madres de los alumnos/as
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
NOMBRE	<b>LA IMPORTANCIA DE LOS ACTOS Y EL COMPORTAMIENTO PARENTAL</b>
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coherencia entre palabras y acciones: La importancia de ser un modelo coherente para los hijos.</li> <li>• Impacto de las emociones negativas: Cómo las emociones negativas de los padres pueden afectar el desarrollo emocional de los hijos y estrategias para manejar estas emociones.</li> <li>• Fomentar un ambiente positivo: Técnicas para crear un ambiente familiar positivo y de apoyo.</li> <li>• Resolución de errores: Cómo manejar y resolver los errores parentales de manera constructiva.</li> <li>• Plan de acción: Desarrollar un plan personal para mejorar las prácticas parentales y apoyar el desarrollo emocional de los hijos.</li> </ul>
MATERIALES	X
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Demostrar la coherencia entre palabras y acciones como un modelo crucial para los hijos.</li> <li>• Explorar el impacto de las emociones negativas de los padres en el desarrollo emocional de los hijos y ofrecer estrategias para gestionar estas emociones.</li> <li>• Enseñar técnicas efectivas para crear un ambiente familiar positivo y de apoyo.</li> <li>• Discutir cómo manejar y resolver constructivamente los errores parentales.</li> <li>• Facilitar el desarrollo de un plan de acción personalizado para mejorar las prácticas parentales y promover el desarrollo emocional de los hijos.</li> </ul>

**Tabla 37***Charlas para los padres - Sesión 3*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Padres/Madres de los alumnos/as
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
NOMBRE	<b>REDUCCIÓN DEL CONSUMO DE ALIMENTOS PROCESADOS Y AZÚCARES</b>
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Impacto de los alimentos procesados: Información sobre los efectos negativos de los alimentos ultraprocesados en la salud.</li> <li>• Azúcar oculto: Cómo identificar y reducir el consumo de azúcares añadidos en la dieta.</li> <li>• Alternativas saludables: Propuestas de snacks y postres saludables que pueden reemplazar a los productos azucarados y procesados.</li> <li>• Cambio de hábitos: Estrategias para cambiar hábitos alimenticios en toda la familia.</li> <li>• Testimonios y ejemplos: Historias de éxito y ejemplos prácticos de familias que han logrado reducir el consumo de alimentos procesados y azúcar.</li> </ul>
MATERIALES	X
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informar sobre los efectos negativos de los alimentos ultraprocesados en la salud.</li> <li>• Enseñar cómo identificar y reducir el consumo de azúcares añadidos en la dieta.</li> <li>• Proponer alternativas saludables de snacks y postres que puedan sustituir a los productos azucarados y procesados.</li> <li>• Desarrollar estrategias efectivas para cambiar hábitos alimenticios en toda la familia hacia opciones más saludables.</li> <li>• Compartir testimonios y ejemplos prácticos de familias que han logrado reducir el consumo de alimentos procesados y azúcar, ofreciendo inspiración y guía para los participantes.</li> </ul>

**Tabla 38***Charlas para los padres - Sesión 4*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Padres/Madres de los alumnos/as
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
NOMBRE	<b>PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN FAMILIA</b>
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beneficios de la actividad física: Información sobre cómo el ejercicio regular mejora la salud física y mental.</li> <li>• Tipos de actividades: Ejemplos de actividades físicas para hacer en familia (paseos en bicicleta, caminatas, deportes, juegos al aire libre).</li> <li>• Incorporación en la rutina diaria: Consejos sobre cómo incorporar más movimiento en el día a día, como caminar en lugar de usar el coche, usar las escaleras, y realizar tareas domésticas de manera activa.</li> <li>• Motivación y diversión: Cómo hacer que la actividad física sea divertida y motivadora para todos los miembros de la familia.</li> <li>• Recursos comunitarios: Información sobre recursos locales como parques, instalaciones deportivas y programas comunitarios de actividad física.</li> </ul>
MATERIALES	X
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informar sobre los beneficios del ejercicio regular para mejorar la salud física y mental de todos los miembros de la familia.</li> <li>• Proporcionar ejemplos prácticos de actividades físicas que pueden realizarse en familia, como paseos en bicicleta, caminatas, deportes y juegos al aire libre.</li> <li>• Ofrecer consejos sobre cómo incorporar más movimiento en la rutina diaria, como caminar en lugar de usar el coche, utilizar las escaleras y realizar tareas domésticas de manera activa.</li> <li>• Promover la motivación y la diversión en la actividad física familiar, destacando la importancia de hacer del ejercicio una experiencia agradable y gratificante.</li> <li>• Informar sobre recursos comunitarios disponibles, como parques, instalaciones deportivas y programas locales de actividad física, para facilitar la participación activa de la familia en actividades físicas fuera del hogar.</li> </ul>



**Tabla 39***Charlas para los padres - Sesión 5*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Padres/Madres de los alumnos/as
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
NOMBRE	<b>INTRODUCCIÓN A LA INTELIGENCIA EMOCIONAL</b>
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Definición y componentes: Explicación de qué es la inteligencia emocional y sus componentes principales (autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía, habilidades sociales).</li> <li>Importancia en la crianza: Cómo la inteligencia emocional influye en la relación con los hijos y en el desarrollo emocional de estos.</li> <li>Autoconciencia emocional: Técnicas para que los padres identifiquen y comprendan sus propias emociones.</li> <li>Autorregulación emocional: Estrategias para manejar las emociones de manera saludable y efectiva.</li> <li>Ejercicios prácticos: Actividades para desarrollar la autoconciencia y la autorregulación emocional.</li> </ul>
MATERIALES	X
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Definir la inteligencia emocional y explicar sus componentes principales: autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales.</li> <li>Destacar la importancia de la inteligencia emocional en la crianza y cómo influye en la relación con los hijos y en su desarrollo emocional.</li> <li>Enseñar técnicas a los padres para identificar y comprender sus propias emociones como parte de la autoconciencia emocional.</li> <li>Proporcionar estrategias prácticas para manejar de manera saludable y efectiva las emociones, enfocándose en la autorregulación emocional.</li> <li>Facilitar ejercicios prácticos diseñados para desarrollar la autoconciencia y la autorregulación emocional tanto en los padres como en los hijos.</li> </ul>



**Tabla 40***Charlas para los padres - Sesión 6*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Padres/Madres de los alumnos/as
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
NOMBRE	<b>EMPATÍA Y COMUNICACIÓN EFECTIVA CON LOS HIJOS/AS</b>
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"><li>• Importancia de la empatía: Cómo la empatía mejora la comunicación y la relación entre padres e hijos.</li><li>• Escucha activa: Técnicas para escuchar de manera efectiva y entender los sentimientos y necesidades de los hijos.</li><li>• Comunicación no violenta: Principios de la comunicación no violenta y cómo aplicarlos en la crianza.</li><li>• Expresión de sentimientos: Cómo enseñar a los hijos a expresar sus emociones de manera saludable.</li><li>• Resolución de conflictos: Estrategias para resolver conflictos familiares de manera constructiva y respetuosa.</li></ul>
MATERIALES	X
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"><li>• Explicar la importancia de la empatía en la comunicación y la relación entre padres e hijos.</li><li>• Enseñar técnicas de escucha activa para entender efectivamente los sentimientos y necesidades de los hijos.</li><li>• Introducir los principios de la comunicación no violenta y proporcionar ejemplos de cómo aplicarlos en la crianza.</li><li>• Desarrollar estrategias para enseñar a los hijos a expresar sus emociones de manera saludable y constructiva.</li><li>• Facilitar herramientas y técnicas para resolver conflictos familiares de manera respetuosa y constructiva, promoviendo un ambiente de comprensión y colaboración.</li></ul>

**Tabla 41***Charlas para los padres - Sesión 7*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Padres/Madres de los alumnos/as
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
NOMBRE	<b>EL PAPEL DE LOS PADRES/MADRES EN LA EDUCACIÓN EMOCIONAL DE LOS HIJOS/AS</b>
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Modelaje emocional: Cómo el comportamiento y las emociones de los padres influyen en sus hijos.</li> <li>• Desarrollo de la inteligencia emocional en los niños: Estrategias para fomentar la inteligencia emocional desde temprana edad.</li> <li>• Apego seguro: La importancia del apego seguro y cómo fomentarlo a través de la presencia y el apoyo emocional.</li> <li>• Refuerzo positivo: Cómo utilizar el refuerzo positivo para promover comportamientos y emociones saludables.</li> <li>• Ejemplos y casos prácticos: Discusión de situaciones comunes y cómo manejarlas de manera emocionalmente inteligente.</li> </ul>
MATERIALES	X
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar cómo el comportamiento y las emociones de los padres influyen en el desarrollo emocional de sus hijos, enfatizando el modelaje emocional.</li> <li>• Proporcionar estrategias efectivas para fomentar la inteligencia emocional desde una edad temprana en los niños.</li> <li>• Discutir la importancia del apego seguro y ofrecer técnicas para promoverlo mediante la presencia y el apoyo emocional.</li> <li>• Enseñar cómo utilizar el refuerzo positivo como herramienta para promover comportamientos y emociones saludables en los hijos.</li> <li>• Analizar ejemplos y casos prácticos de situaciones comunes en la crianza y cómo abordarlas de manera emocionalmente inteligente, facilitando así el aprendizaje práctico y la aplicación de las estrategias aprendidas.</li> </ul>

**Tabla 42***Charlas para los padres - Sesión 8*

<b>FICHA DE ACTIVIDAD</b>	
PROFESIONAL	EDUCADORA SOCIAL
GRUPO	Padres/Madres de los alumnos/as
LOCALIZACIÓN	AULA/SALA LIBRE
DURACIÓN	DOS HORAS
NOMBRE	<b>ESTRATEGIAS PARA EL MANEJO DEL ESTRÉS Y LA ANSIEDAD</b>
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificación del estrés: Cómo identificar los signos de estrés y ansiedad en uno mismo y en los hijos.</li><li>• Técnicas de relajación: Prácticas de respiración, meditación y mindfulness para reducir el estrés.</li><li>• Tiempo de calidad: Importancia de dedicar tiempo de calidad a la familia y cómo hacerlo.</li><li>• Equilibrio entre vida personal y familiar: Estrategias para equilibrar las responsabilidades laborales y familiares, reduciendo el estrés.</li><li>• Apoyo emocional: Cómo crear un entorno de apoyo emocional en el hogar.</li></ul>
MATERIALES	X
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar los signos de estrés y ansiedad tanto en uno mismo como en los hijos.</li><li>• Enseñar técnicas de relajación como respiración, meditación y mindfulness para reducir el estrés.</li><li>• Subrayar la importancia de dedicar tiempo de calidad a la familia y proporcionar métodos efectivos para hacerlo.</li><li>• Desarrollar estrategias para equilibrar las responsabilidades laborales y familiares, promoviendo así la reducción del estrés.</li><li>• Facilitar la creación de un entorno de apoyo emocional en el hogar para fortalecer el bienestar familiar y gestionar mejor el estrés y la ansiedad.</li></ul>

## **6.7.Evaluación**

### **Evaluación Inicial**

- Objetivo: Medir el estado inicial del control emocional de los estudiantes.
- Métodos:

1. Cuestionario de Autopercepción Emocional: Un cuestionario adaptado a la edad de los niños para que describan cómo manejan sus emociones en diversas situaciones. (Véase [Anexo 11: “Cuestionario de autopercepción emocional”](#))

2. Entrevistas Individuales: Entrevistas breves con cada niño para obtener información cualitativa sobre su comprensión y manejo de sus emociones. (Véase [Anexo 12: “Entrevistas individuales”](#)).

3. Escala de Observación de Comportamiento Emocional: Evaluación realizada por los profesores sobre la capacidad de los estudiantes para manejar sus emociones en el aula. (Véase [Anexo 13: “Escala de observación del comportamiento emocional de los alumnos/as”](#)).

### **Evaluación Procesual:**

- Objetivo: Monitorear el progreso de los estudiantes en el control emocional y ajustar el programa según sea necesario.
- Métodos:

1. Cuestionarios de Progreso: Breves cuestionarios para que los niños reflexionen sobre su manejo emocional desde la última evaluación. (Véase [Anexo 14: “¿Hemos progresado?”](#)).

2. Entrevistas Grupales: Discusiones en grupo para compartir experiencias y dificultades en el control emocional.

3. Cuaderno de Campo: Registro diario de observaciones realizadas por los educadores sobre el comportamiento emocional de los estudiantes.

### **Cuaderno de Campo**

- Objetivo: Recoger observaciones diarias sobre el comportamiento emocional de los estudiantes.
- Métodos:

1. Registro Diario de Observaciones: Los educadores anotan observaciones sobre la conducta emocional de los estudiantes, situaciones conflictivas y cómo se resolvieron.
2. Reflexiones Semanales: Resumen semanal de los puntos destacados del cuaderno de campo para identificar patrones y áreas de mejora.

### **Evaluación Trimestral a Profesores**

- Objetivo: Estimar la percepción de los profesores sobre los cambios en el comportamiento emocional de los estudiantes.
- Métodos:
  1. Cuestionario de Percepción del Profesor: Cuestionario trimestral para que los profesores evalúen cualquier cambio en el manejo emocional de los estudiantes. (Véase [Anexo 15: “¿Ves progresos?”](#)).
  2. Entrevistas con Profesores: Entrevistas individuales o grupales para obtener una perspectiva cualitativa sobre los cambios observados.
    - Temas a explorar en estas entrevistas:
    - Experiencias específicas de los profesores con estudiantes que han mejorado en el manejo emocional.
    - Desafíos enfrentados por los estudiantes en relación con sus emociones y cómo se han abordado en el aula.

Opiniones sobre la efectividad de las intervenciones y estrategias utilizadas para apoyar el desarrollo emocional de los estudiantes.

### **Evaluación Final:**

- Objetivo: Analizar el impacto general de la intervención en los estudiantes.
- Métodos:
  1. Cuestionario de Evaluación Final para Estudiantes: Cuestionario final para que los estudiantes evalúen su propio progreso. (Véase [Anexo 16: “Evaluación final”](#)).
  2. Cuestionario de Evaluación Final para Profesores: Cuestionario final para que los profesores evalúen los cambios observados en los estudiantes a lo largo del programa. (Véase [Anexo 17: “Evaluación final para los profesores/as”](#)).

3. Cuestionario de Evaluación Final para Padres: Cuestionario para que los padres evalúen cualquier cambio observado en el comportamiento de sus hijos y el suyo propio después de la formación recibida. (Véase [Anexo 18: “Evaluación final para padres/madres”](#)).

4. Entrevistas Finales: Entrevistas con estudiantes, profesores y padres para obtener una evaluación cualitativa del impacto del programa.

Las preguntas pueden tener cambios, pero se guiarán por esta línea:

- ¿Cómo describirías los cambios generales que has observado en tus hábitos de vida desde que comenzó el programa?
- ¿Qué impacto ha tenido el programa en tu vida personal y en tus relaciones interpersonales?
- ¿Cuáles fueron los momentos más significativos del programa para ti en términos de desarrollo personal y emocional?
- ¿Qué cambios positivos has notado en el aula desde la implementación del programa?
- ¿Qué habilidades emocionales crees que necesitan más atención para mejorar el ambiente escolar?
- ¿Qué cambios específicos has notado en el comportamiento de tu hijo/a en casa desde que participó en el programa?
- ¿Cómo describirías la influencia del programa en la dinámica familiar y las relaciones entre los miembros de la familia?
- ¿Qué recomendaciones harías para fortalecer el impacto del programa en el bienestar emocional y comportamental de los estudiantes?

6. Análisis de Cuaderno de Campo: Revisión y análisis de las observaciones registradas durante todo el programa para identificar tendencias y cambios significativos.

## **7. CONSIDERACIONES FINALES.**

Este trabajo nace bajo las necesidades detectadas a lo largo de los varios años que la autora ha estado en contacto estrecho con los menores del barrio de Pajarillos. Tras realizar una revisión documental y realizar las investigaciones necesarias para dar validez a las posibilidades de la propuesta se han realizado algunas consideraciones.

Para explicar lo que se quiere conseguir, utilizamos el concepto de "germinar", que puede aplicarse metafóricamente a los menores con problemas de conducta, malos hábitos y poco control emocional del barrio de Pajarillos. Al igual que una semilla que necesita condiciones adecuadas para crecer y desarrollarse, estos jóvenes necesitan un entorno propicio y apoyo adecuado para iniciar un proceso de cambio positivo en sus vidas.

Al plantar la semilla del cambio en estas áreas de sus vidas, se busca no solo mejorar su comportamiento y hábitos actuales, sino también fortalecer su capacidad de manejar emociones de manera saludable. Este proceso puede equipararlos con las herramientas necesarias para afrontar desafíos y situaciones difíciles de manera más constructiva, en todas las áreas de su vida. (Sandoval, 2020).

Además, al fomentar hábitos de vida saludables, como una nutrición adecuada, ejercicio regular y manejo del estrés, se puede potenciar aún más este proceso de germinación. Estos hábitos no solo mejoran la salud física, sino que también tienen un impacto positivo en el bienestar emocional y mental de los jóvenes, ayudándolos a desarrollar una base sólida para un futuro más equilibrado y saludable.

Finalmente, al involucrar a los padres en este proceso y capacitarlos con herramientas y conocimientos sobre inteligencia emocional y crianza efectiva, se contribuye a la formación de una generación de padres más preparados y conscientes. Esto crea un entorno de apoyo continuo para los menores, fortaleciendo así el impacto positivo y sostenible de la intervención en toda la comunidad.

Vamos a tener un impacto positivo a nivel holístico en la vida de los menores que sean partícipes del programa, y también vamos a apoyar a la comunidad haciendo trabajos en el refugio, ayudando a que esos animales vivan en mejores condiciones. Fomentaremos también el uso de un transporte sostenible como son las bicicletas, haciendo promoción del servicio municipal de la ciudad de Valladolid de alquiler de esos vehículos.

## 8. BIBLIOGRAFÍA

Angélica, S. L. R. (2020). <i>Modelo ecológico de Bronfenbrenner</i> . <a href="http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/handle/123456789/3427">http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/handle/123456789/3427</a>
Animal-Assisted Therapy. (s.f.). <i>Therapeutic Animal Interactions</i> . Recuperado el 3 de junio de <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8044758/">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8044758/</a>
Asociación Pajarillos Educa. (2019). Pajarillos Educa. <a href="https://www.pajarilloseduca.com/">https://www.pajarilloseduca.com/</a>
Ayuntamiento de Valladolid. (2024). <i>El Municipio en Cifras</i> . Recuperado de: <a href="https://portalestadistico.com/municipioencifras/pagina_servicio_externo_navegador.a_spx?pn=valladolid&amp;pc=MIT08&amp;idp=209&amp;idpl=0&amp;idioma">https://portalestadistico.com/municipioencifras/pagina_servicio_externo_navegador.a_spx?pn=valladolid&amp;pc=MIT08&amp;idp=209&amp;idpl=0&amp;idioma</a>
BIKI acompaña a la Fundación INTRAS. (2024, 10 mayo). AUVASA. Recuperado 6 de junio de 2024, de <a href="https://www.auvasa.es/biki-acompana-la-fundacion-intras/">https://www.auvasa.es/biki-acompana-la-fundacion-intras/</a>
Bisquerra, R. (2020). <i>Contenidos de la educación emocional</i> . Recuperado de <a href="https://www.rafaelbisquerra.com/contenidos-de-la-educacion-emocional/">https://www.rafaelbisquerra.com/contenidos-de-la-educacion-emocional/</a>
Bisquerra, R. (2020). <i>Los objetivos de la educación emocional</i> . Recuperado de <a href="https://www.rafaelbisquerra.com/los-objetivos-de-la-educacion-emocional/">https://www.rafaelbisquerra.com/los-objetivos-de-la-educacion-emocional/</a>
Boletín Oficial del Estado. Ley 14/86 de 25 de abril General de Sanidad, (BOE 26-4-1986) Recuperado de: <a href="https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-1986-10499">https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-1986-10499</a>
Bolívar, A. (2009) <i>Las grandes cifras del fracaso y los riesgos de exclusión educativa en España</i> . Recuperado de: <a href="https://revistaseug.ugr.es/index.php/profesorado/article/view/20707/20183">https://revistaseug.ugr.es/index.php/profesorado/article/view/20707/20183</a>
Caride, J. A. (2005) <i>La Escuela y la Calle: Educación Social y Drogodependencias</i> .
Correa, M.C., et al. (2019) <i>EDUCACIÓN ASISTIDA CON PERROS: APLICACIONES PEDAGÓGICAS EN CONTEXTOS EDUCATIVOS</i> . Universidad Católica Luis Amigó. Recuperado de <a href="http://revistas.uniminuto.edu/index.php/IYD">http://revistas.uniminuto.edu/index.php/IYD</a>
Dogs in Schools Program. (s.f.). Dogs in Schools Program. Recuperado de <a href="https://therapyanimals.com.au/paws-in-schools/">https://therapyanimals.com.au/paws-in-schools/</a>
Dussel, I. (2009). <i>Educación en la Incertidumbre</i> . Recuperado de <a href="http://oped.educacion.uc.cl/website/index.php/noticias/10-noticias/250-educar-en-tiempos-de-incertidumbre">http://oped.educacion.uc.cl/website/index.php/noticias/10-noticias/250-educar-en-tiempos-de-incertidumbre</a>



EAGALA. (s.f.). <i>Equine Assisted Growth and Learning Association</i> . Recuperado el 11 de junio de <a href="https://www.eagala.org/">https://www.eagala.org/</a> .
Escolano-Pérez, E. & Martín-Bozas, F. (2023). Physical Activity in Schoolchildren: Effect on Executive Functions, Academic Performance and Quality of Life. <i>Apunts Educación Física y Deportes</i> , 153, 114-123. <a href="https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2023/3).153.10">https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2023/3).153.10</a>
Estudio ENE-COVID: Situación ponderal de la población infantil y adolescente en España. Informe. Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (Ministerio de Consumo). Centro Nacional de Epidemiología (Instituto de Salud Carlos III).
Fernández, M. (2015). <i>Desempleo y pobreza en los barrios marginados de España</i> .
Ferrer, E. (2024). <i>Los deportes como actividad extraescolar</i> . Escola Salut SJD. <a href="https://escolasalut.sjdhospitalbarcelona.org/es/consejo-salut/deporte/deportes-como-actividad-extraescolar">https://escolasalut.sjdhospitalbarcelona.org/es/consejo-salut/deporte/deportes-como-actividad-extraescolar</a>
Fundación Affinity. (s.f.). <i>Fundación Affinity</i> . Recuperado el 10 de junio de <a href="https://www.fundacion-affinity.org/">https://www.fundacion-affinity.org/</a> .
Fundación Deporte y Desafío. (s.f.). Fundación Deporte y Desafío. Recuperado el 12 de junio de <a href="https://deporteydesafio.com/">https://deporteydesafio.com/</a>
Fundación Rafa Nadal. (s.f.). <i>Fundación Rafa Nadal</i> . Recuperado el 11 de junio de <a href="https://www.fundacionrafanadal.org/">https://www.fundacionrafanadal.org/</a> .
Fundación Trinidad Alfonso. (s.f.). <i>Fundación Trinidad Alfonso</i> . Recuperado el 11 de junio de <a href="https://www.fundaciontrinidadalfonso.org/">https://www.fundaciontrinidadalfonso.org/</a> .
García García, Isabel. (1998). <i>Promoción de la salud en el medio escolar</i> . <i>Revista Española de Salud Pública</i> , 72(4), 285-287. Recuperado en 16 de junio de 2024, de <a href="http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=S1135-57271998000400001&amp;lng=es&amp;tlng=pt">http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=S1135-57271998000400001&amp;lng=es&amp;tlng=pt</a> .
García Hernández, J. (2005) <i>La Exclusión Social en España</i> .
García, L. (2017). <i>Diversidad cultural en los barrios marginales: retos y oportunidades</i> .
García-Mínguez, J., & Sánchez-Ramos, J. M. (2016). Construyendo un modelo de gestión de las emociones a través del deporte. <i>Revista sobre la infancia y la adolescencia</i> , 11, 48-65.
Goleman, D. (1996). <i>Inteligencia emocional</i> . Editorial Kairós S.A.

Hernández, A. R., De la Cruz Sánchez, E., Molina, S. F., & De Santos Gorostiaga, R. M. (2011). <i>Sedentarismo, obesidad y salud mental en la población española de 4 a 15 años de edad</i> . Dialnet. <a href="https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5274979">https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5274979</a>
Hernández, M. E., Del Carmen García-García, M., & García-García, F. (2018, August 31). <i>La importancia de dormir en la infancia y en la adolescencia</i> . <a href="https://www.eduscientia.com/index.php/journal/article/view/30">https://www.eduscientia.com/index.php/journal/article/view/30</a>
Humanymal. (s.f.). <i>Humanymal</i> . Recuperado el 13 de junio de <a href="https://humanymal.es/">https://humanymal.es/</a> .
Jiménez, A. (2015). <i>Infraestructuras educativas y desigualdad social</i> . Ediciones Académicas.
Junta de Extremadura (2014). <i>Educarex - Red de Escuelas de Inteligencia Emocional</i> . <a href="https://www.educarex.es/redes-escuelas/red-de-escuelas-de-inteligencia-emocional.html">https://www.educarex.es/redes-escuelas/red-de-escuelas-de-inteligencia-emocional.html</a>
Likert, R. (1932). <i>A technique for the measurement of attitudes</i> . Archives of Psychology, 22(140), 1-55.
López, R. (2016). <i>Economía informal y supervivencia en barrios desfavorecidos</i> .
Marina, J. (2000). <i>La Educación y la Cultura de la Paz</i> .
Martínez, C. (2012). <i>Concienciación Comunitaria y Promoción de la Salud: Impacto en las Elecciones de Estilo de Vida</i> . <i>Investigación en Educación para la Salud</i> , 30(3), 187-201.
Martínez, J. (2018). <i>Pobreza y exclusión social en España</i> .
Mestre, M. V., Tur, A., García, P. S., & Latorre, Á. L. (2012). Inestabilidad emocional y agresividad: factores predictores. <i>Ansiedad y Estrés</i> , 16(1), 33-45. <a href="https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3191008">https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3191008</a>
Naciones Unidas. (2015). <i>Objetivos de Desarrollo Sostenible</i> . Recuperado el 13 de junio de: <a href="https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/">https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/</a>
Organización Mundial de la Salud. (2010). <i>Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud</i> . Ginebra, Suiza: Ediciones de la OMS. Recuperado de: <a href="https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44441/9789243599977_spa.pdf;jsessionid=0C86274A3844C5EC6CCEAEAE6E564FD3?sequence=1">https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44441/9789243599977_spa.pdf;jsessionid=0C86274A3844C5EC6CCEAEAE6E564FD3?sequence=1</a>
Organización Mundial de la Salud: OMS. (2023, 14 diciembre). Hay que actuar con urgencia para evitar que los niños y los jóvenes consuman cigarrillos electrónicos.

<p>Organización Mundial de la Salud (OMS). <a href="https://www.who.int/es/news/item/14-12-2023-urgent-action-needed-to-protect-children-and-prevent-the-uptake-of-e-cigarettes">https://www.who.int/es/news/item/14-12-2023-urgent-action-needed-to-protect-children-and-prevent-the-uptake-of-e-cigarettes</a></p>
<p>PATH International. (s.f.). <i>Professional Association of Therapeutic Horsemanship</i>. Recuperado el 10 de junio de <a href="https://www.pathintl.org/">https://www.pathintl.org/</a></p>
<p>PAWS for People. (s.f.). <i>PAWS for People</i>. Recuperado el 12 de junio de <a href="https://www.pawsforpeople.org/">https://www.pawsforpeople.org/</a>.</p>
<p>Pérez, C. (2014). <i>Educación y abandono escolar en contextos desfavorecidos</i>.</p>
<p>Proyecto GOALS. (s.f.). <i>Global Outreach and Love of Soccer</i>. Recuperado el 12 de junio de <a href="https://www.sportanddev.org/network/organisation-directory/global-outreach-and-love-soccer-goals">https://www.sportanddev.org/network/organisation-directory/global-outreach-and-love-soccer-goals</a></p>
<p>Red Pajarillos. (2007). <i>Estudio de la realidad del barrio de Pajarillos</i>. Recuperado de: <a href="https://www.pajarilloseduca.com/files/ugd/82df24_c25802b573244c42a3bea157c0dc76fb.pdf">https://www.pajarilloseduca.com/files/ugd/82df24_c25802b573244c42a3bea157c0dc76fb.pdf</a></p>
<p>Right to Play. (s.f.). <i>Right to Play</i>. Recuperado el 10 de junio de <a href="https://www.righttoplay.com/">https://www.righttoplay.com/</a>.</p>
<p>Rodríguez, L. (2008) <i>La Gestión de la Convivencia en las Escuelas</i></p>
<p>Rodríguez, M. (2019). <i>Estigmatización y marginalidad urbana</i>.</p>
<p>Ruíz Repullo, C. (2005). <i>Educación y Desigualdad Social</i>.</p>
<p>Ruta en bicicleta. - Google My Maps. (2024). Google My Maps. <a href="https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1kioQ-Dj9Y4DyyAwRaNX8vMYybKX0cKo&amp;ll=41.6513771220728%2C-4.727888843994139&amp;z=12">https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1kioQ-Dj9Y4DyyAwRaNX8vMYybKX0cKo&amp;ll=41.6513771220728%2C-4.727888843994139&amp;z=12</a></p>
<p>Saltos Solís, M., (2012). Estudio de la incidencia de los hábitos alimentarios en el rendimiento escolar de los niños y niñas de primero a cuarto año de las escuelas fiscales del cantón Milagro. <i>Revista Ciencia Unemi</i> , 5 (8), 21-34. Recuperado de <a href="https://www.redalyc.org/pdf/5826/582663864004.pdf">https://www.redalyc.org/pdf/5826/582663864004.pdf</a></p>
<p>Sánchez, E. (2019). <i>Responsabilidad Gubernamental y Acceso a la Atención Médica: Garantizando la Equidad para Grupos Vulnerables</i>. <i>Revista Internacional de Política de Salud</i>, 15(1), 45-58.</p>
<p>Sánchez, P. (2020). <i>Redes de solidaridad en comunidades marginales</i>.</p>

<p>Sandoval-Iniesta, A., &amp; Alonso-Roque, J. I. (2023). <i>Hacia la inclusión social a través del deporte: el caso de un programa educativo para menores en conflicto con la ley</i>. Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 26(3), 1–14. <a href="https://doi.org/10.6018/reifop.569411">https://doi.org/10.6018/reifop.569411</a></p>
<p>Solidaridad Intergeneracional, Agenda 2030. (2018, Julio 23). Colegios que también enseñan inteligencia emocional y social. Solidaridad Intergeneracional. <a href="https://solidaridadintergeneracional.es/wp/colegios-que-tambien-ensenan-inteligencia-emocional-y-social/">https://solidaridadintergeneracional.es/wp/colegios-que-tambien-ensenan-inteligencia-emocional-y-social/</a></p>
<p>Sport 4 Life UK. (s.f.). <i>Sport 4 Life UK</i>. Recuperado el 15 de junio de <a href="https://www.sport4life.org.uk/">https://www.sport4life.org.uk/</a>.</p>
<p>Steiner, R. (1996). <i>The Education of the Child and Early Lectures on Education</i>. Anthroposophic Press. (Original work published 1907). Recuperado el 16 de junio de <a href="https://waldorfbacete.org/pedagogia-waldorf/que-es-la-pedagogia-waldorf">https://waldorfbacete.org/pedagogia-waldorf/que-es-la-pedagogia-waldorf</a></p>
<p>Subdirección General de Estadística y Estudios del Ministerio. (s. f.). <i>Enseñanzas no universitarias. alumnado con necesidad específica de apoyo educativo</i>. Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes. <a href="https://www.educacionfpydeportes.gob.es/servicios-al-ciudadano/estadisticas/no-universitaria/alumnado/apoyo.html">https://www.educacionfpydeportes.gob.es/servicios-al-ciudadano/estadisticas/no-universitaria/alumnado/apoyo.html</a></p>
<p>TEDx Talks. (2019, 4 diciembre). <i>Aprender paz en medio de violencia / Enrique Chaux / TEDxCaliSalon</i> [Vídeo]. YouTube. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=IcgXrjjGdco">https://www.youtube.com/watch?v=IcgXrjjGdco</a></p> <p>LÓPEZ-CEPERO, J., PEREA-MEDIAVILLA, M. A., TEJADA, A. Y SARA-SOLA, J. L. <i>Validación del Cuestionario de Actitudes ante las Intervenciones Asistidas por Perros (CAINTAP) en Estudiantes Universitarios del Sur de España: Beneficios y Temores Percibidos</i>. <i>Alternativas. Cuadernos de trabajo social, 2015</i> [en línea], manuscrito aceptado. DOI: 10.14198/ALTERN2015.22.07</p>
<p>The Horse Boy Foundation. (s.f.). The Horse Boy Foundation. Recuperado el 14 de junio de <a href="https://www.horseboyfoundation.org/">https://www.horseboyfoundation.org/</a>.</p>
<p>Torres, E. (2017). <i>Intervenciones educativas en barrios marginales</i>. Editorial Transformación Educativa.</p>
<p>Universidad de Valladolid, Escuela Universitaria de Educación de Palencia, Facultad de Educación y Trabajo Social de Valladolid. (s.f.). Graduado/a en Educación Social (Versión 5). Consultado el 20 de junio de 2024:</p>

[https://www.feyts.uva.es/sites%5Cdefault%5Cfiles/MemoriaEDUCACIONSOCIAL\(v5\).pdf](https://www.feyts.uva.es/sites%5Cdefault%5Cfiles/MemoriaEDUCACIONSOCIAL(v5).pdf)

Yagüe, M. (2019). *Propuesta educativa de regulación emocional a través de intervenciones con caballos en educación primaria*. Trabajo de fin de grado. Universidad de Valladolid. Facultad de Educación de Segovia, Segovia, España.

Recuperado de: <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/36537>

## ANEXOS

### Anexo 1: Fomento de la vida saludable en los colegios.

Enlace de la noticia: <https://www.eldiadevalladolid.com/noticia/zb2b4964b-fe70-deda2b280148b466f27a/202401/45-centros-se-acogen-a-un-programa-de-alimentacion-saludable>

**El Día**  
de Valladolid

14°  
Kiosko

VALLADOLID PROVINCIA REGIÓN ESPAÑA MUNDO DEPORTES OPINIÓN PUNTO Y APARTE AGENDA GALERÍAS

EDUCACIÓN

### 45 centros se acogen a un programa de alimentación saludable

D.V. - martes, 16 de enero de 2024


La Junta y la AECC fomentarán a través de la iniciativa En Marcha el consumo de productos recomendados para la salud así como la actividad física diaria de los alumnos



Alumnos en un colegio de Valladolid. - Foto: J. Tajés


## Anexo 2: Cuestionario sobre hábitos de vida saludables, control emocional

Enlace: <https://forms.gle/aR3aAdxVAnWHnwjTA>



### Hábitos de vida saludables, control emocional.

Si estas leyendo esto, antes de nada muchas gracias por responder, cuanto más extenso/a seas en tu respuesta, más me ayudas, aún así cualquier información es de ayuda. ¡Muchas gracias por tu tiempo!

alba.delrio.iglesias98@gmail.com [Cambiar de cuenta](#) 

\* Indica que la pregunta es obligatoria

Correo electrónico \*

Registrar alba.delrio.iglesias98@gmail.com como el correo que se incluirá al enviar mi respuesta

¿Qué opinas sobre los hábitos de vida saludable de los niños/as de primaria en el barrio de Pajarillos?



### Anexo 3: Ruta en bicicleta.



Imagen obtenida de: Google Earth: <https://earth.google.com/web/@41.66716693,-4.73830188,706.94391275a,26920.16235092d,30y,0h,0t,0r/data=MigKJgokCiAxa2lvUS1EajlZNER5eUF3UmFOWDh2TVI5YktYMGNLbyACOgMKATA>

Para comprobar la viabilidad del recorrido, he realizado en bicicleta, la ida y la vuelta, además se evidencia en este mapa, para explicarlo, hay dos capas, una capa amarilla en la que está señalizada la ruta del carril bici de Valladolid. Otra capa en color azul, el punto A representa el punto de salida, la plaza en la que está el Centro de Iniciativas Ciudadanas, "Santiago López" (Calle Pavo Real, 8), y el punto B que señala la dirección de la protectora de animales (Calle Panera, 2). Como se puede observar, la mayor parte de la ruta coincide con el carril bici.



#### Anexo 4: Refugio “Scooby”

Imagen aérea de la zona:



Refugio

Imagen obtenida de: *Google Earth*

<https://earth.google.com/web/search/Calle+Panera,+2,+Valladolid/@41.67401579,-4.7312287,700.88713074a,261.08504145d,34.99982218y,0h,0t,0r/data=CigiJgokCOPD0wvo3URAEXxEFGTZzERAGfDmEo6JMxLAISGA1kKBtBPAOgMKATA>

## Anexo 5: BIKI Acompaña a la fundación INTRAS.

Enlace para visualizar la noticia: <https://www.auvasa.es/biki-acompana-la-fundacion-intras/>



### BIKI ACOMPAÑA LA FUNDACIÓN INTRAS

10 mayo, 2024

#### BIKI acompaña la Fundación INTRAS.

- BIKI se une a la ruta cicloturista 'Pedaladas para la salud mental'.
- El pistoletazo de salida reunió a más de 100 ciclistas en el Paseo Recoletos.

Este jueves día 9 de mayo ha dado comienzo por las calles del centro de Valladolid la tercera edición de la ruta cicloturista organizada por la Fundación INTRAS en apoyo a la salud mental. El evento consiste en una ruta de 300 kilómetros, en cinco etapas, hasta la playa de Oyambre en Cantabria.

La iniciativa en apoyo a la salud mental, a la cual han asistido alumnos de instituto, formación profesional y el mundo universitario, además de la Federación de Deporte Adaptado de Castilla y León, ha contado con la presencia de BIKI.

BIKI tiene un compromiso decidido con el impulso de proyectos que fomenten el uso de la bicicleta como modo de transporte cotidiano y como un elemento de mejora de la salud y el bienestar de la ciudadanía.

Imagen obtenida de: <https://www.auvasa.es/biki-acompana-la-fundacion-intras/>

## **Anexo 6: Información de los presupuestos.**

**Se pueden consultar los siguientes anexos para comprobar los artículos.**

- Bolígrafos: [https://www.bruneau.es/papeleria/escritura/boligrafos/boligrafos-tinta-aceite/pack-90-boligrafos-bic-cristal-original-10-gratis-OF12477.htm?pricettc=true&wish=EI1&add-media=EI1&realprice=true&Referrer=ESGSH12477&gclid=Cj0KCQjwncT1BRDhARIsAOQF9LmauoCR2IxS0R5v8OcXSCN3fk2kFcL6\\_U7\\_8gnIy\\_09Oe3hmHaKUKsaAmUkEALw\\_wcB](https://www.bruneau.es/papeleria/escritura/boligrafos/boligrafos-tinta-aceite/pack-90-boligrafos-bic-cristal-original-10-gratis-OF12477.htm?pricettc=true&wish=EI1&add-media=EI1&realprice=true&Referrer=ESGSH12477&gclid=Cj0KCQjwncT1BRDhARIsAOQF9LmauoCR2IxS0R5v8OcXSCN3fk2kFcL6_U7_8gnIy_09Oe3hmHaKUKsaAmUkEALw_wcB)
- Folios: <https://www.popy.es/producto/hojas-din-a4/>
- Cinta adhesiva neutra: <https://www.popy.es/producto/cinta-adhesiva-neutra/>
- Rotuladores: <https://www.amazon.es/Alpino-AR001003-Rotuladores-24-unidades/dp/B00F8D2Y8U>

### **Subvención de la asociación “Pajarillos Educa”:**

Enlace de la noticia: <https://www.valladolid.es/es/actualidad/noticias/adjudicado-930-960-euros-contrato-proyecto-lucha-exclusion>

## Adjudicado por 930.960 euros el contrato del proyecto de lucha contra la exclusión social en las barriadas vulnerables de la Zona de Acción Social Este

En el pasado contrato, que se licitó en 2021, se destinaron 370.166 euros a este proyecto, mientras que el contrato aprobado hoy asciende a 465.480 euros anuales, IVA incluido, lo que supone un incremento de un 25,74% destinado a la zona.



14 de mayo de 2024



→ La intervención integral se extenderá a las barriadas de Aramburu, Las Viudas, zonas colindantes de las calles Caamaño y Hornija del barrio de Las Delicias, la barriada Polígono del 29 de Octubre de Pajarillos Bajos y calles colindantes con las mismas características sociodemográficas y económicas, y la calle Flor del barrio de Pajarillos Altos.

La Junta de Gobierno Local ha adjudicado hoy el contrato del proyecto de lucha contra la exclusión social en barriadas vulnerables de la Zona de Acción Social Este de Valladolid por una cuantía de 930.960 euros, para un período de dos años, a la UTE formada por Senior Servicios Integrales, S.A. y la Asociación Pajarillos Educa.

En el pasado contrato, que se licitó en 2021, se destinaron 370.166 euros a este proyecto, mientras que el contrato aprobado hoy asciende a 465.480 euros anuales, IVA incluido, lo que supone un incremento de un 25,74% destinado a la zona.

Fuente: Valladolid.es Imagen obtenida de: <https://www.valladolid.es/es/actualidad/noticias/adjudicado-930-960-euros-contrato-proyecto-lucha-exclusion>



**Anexo 8: “Vamos a jugar a querernos un poco más”**

Enlace para ver la presentación:

<https://drive.google.com/file/d/170o1y1GKjzJX5GDVmWPGv7DkyjZUJAUe/view?usp=sharing>





## Anexo 9: “El árbol de las emociones”

Enlace para ver la presentación:

[https://drive.google.com/file/d/1mmmVLp6\\_LQBi6MYnuZ7byxr7NgAoRdZ8/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1mmmVLp6_LQBi6MYnuZ7byxr7NgAoRdZ8/view?usp=sharing)



## Anexo 10: “El poder de las palabras”

Enlace para ver la presentación:

<https://drive.google.com/file/d/1Waz6XlcYBW1naZITHs5rci77OB6yFv55/view?usp=sharing>





## Anexo 11: “Cuestionario de auto percepción emocional”

### CUESTIONARIO DE AUTOPERCEPCIÓN EMOCIONAL



1. ¿Cómo te sientes cuando estás enfadado/a?



2. ¿Qué haces cuando te sientes triste?



3. Describe que haces cuando te sientes feliz.



4. ¿Qué emociones sientes cuando tienes miedo?



5. ¿Qué haces para calmarte cuando estás nervioso/a?

6. Cuando estás orgulloso/a por algo que has conseguido, ¿Cómo actúas?

7. ¿Qué esperas de estas actividades?

## ENTREVISTAS INDIVIDUALES



**¿Cómo te sientes cuando en el patio del colegio tienes algún conflicto?; ¿Cómo lo resuelves?**

**¿Qué haces cuando te sientes frustrado/a?; ¿Se empeora la situación?**

**¿Me puedes decir alguna situación en la que te hayas sentido nervioso/a?; ¿Cómo lo manejaste?**

**¿Qué te ayuda a sentirte mejor cuando estas muy enfadado/a?; ¿Una persona que lo haga?**



## ESCALA DE OBSERVACIÓN DEL COMPORTAMIENTO EMOCIONAL DE LOS ALUMNOS/AS



NOMBRE DEL ALUMNO/A: \_\_\_\_\_ CURSO: \_\_\_\_\_

ENFADO: 1  2  3

- 1: Sen enfada fácilmente y tiene dificultad para volver a la calma.
- 2: A veces se enfada, pero logra calmarse con apoyo.
- 3: Rara vez se enfada, maneja bien las situaciones frustrantes.

TRISTEZA: 1  2  3

- 1: Se muestra triste en varias ocasiones.
- 2: Puede sentir tristeza pero no es muy notable.
- 3: No siente tristeza.


FELICIDAD: 1  2  3

- 1: Expresa felicidad intensamente y de manera inapropiada.
- 2: Muestra felicidad de manera equilibrada y adecuada.
- 3: Expresa felicidad con moderación.

MIEDO: 1  2  3


- 1: Experimenta mucho miedo y tiene dificultad para manejarlo.
- 2: Siente miedo pero lo maneja con apoyo.
- 3: No muestra miedos.

## Anexo 14: “¿Hemos progresado?”



**¿HEMOS PROGRESADO?**

- ¿Cómo te has sentido en las últimas semanas en comparación con la última vez que completaste este cuestionario?
- ¿Has notado algún cambio en cómo manejas tus emociones desde entonces?
- Describe una situación reciente en la que has enfrentado una emoción fuerte. ¿Cómo la manejaste esta vez?
- ¿Qué estrategias has utilizado para calmarte cuando te has sentido abrumado/a emocionalmente?







## **¿HEMOS PROGRESADO?**

### **VOL. 3**



- **¿Qué aspectos del programa de manejo emocional te han sido más útiles hasta ahora?**
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- **¿Cuáles han sido tus mayores desafíos emocionales en las últimas semanas?**
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- **¿Ha habido algún momento en el que hayas enfrentado dificultades para aplicar las estrategias de manejo emocional que has aprendido? ¿Cómo superaste esos obstáculos?**
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- **Describe una situación en la que hayas aplicado con éxito una técnica de manejo emocional. ¿Qué aprendiste de esa experiencia?**

## Anexo 15: “¿Ves progresos?”

# ¿VES PROGRESOS?



**NOMBRE DEL ALUMNO/A:** \_\_\_\_\_ **CURSO:** \_\_\_\_\_

- En comparación con el inicio del trimestre, ¿has observado algún cambio en la forma en que el/la estudiante maneja sus emociones?
- ¿Qué mejoras has notado en el manejo emocional del estudiante desde el último cuestionario?
- ¿Qué estrategias crees que han sido más efectivas para apoyar el buen comportamiento en el aula?
- Percibes una mayor adquisición de hábitos de vida saludables?

## Anexo 16: “Evaluación final”

# EVALUACIÓN FINAL

PON UNA NOTA DEL 1 AL 10 AL PROGRAMA:



- **¿Has notado mejoras en tus hábitos de vida saludables desde que comenzaste el programa? ¿En qué aspectos específicos?**
  
- **¿Cómo han mejorado tus habilidades para manejar tus emociones en situaciones difíciles desde el inicio del programa?**
  
- **¿Qué cambios positivos has observado en tu comportamiento en el aula como resultado de participar en el programa?**
  
- **¿Cómo han impactado las habilidades aprendidas en el programa en tus relaciones con tus compañeros y maestros?**
  
- **¿Qué aspectos del programa consideras que fueron más efectivos para mejorar tu bienestar emocional y comportamiento?**



## **EVALUACIÓN FINAL DE LOS PROFESORES/AS**



- **¿Has observado mejoras en los hábitos de vida saludables de los estudiantes durante el programa? ¿Qué cambios específicos has notado?**
  
- **¿Qué mejoras has notado en el comportamiento en el aula de los estudiantes desde que comenzó el programa?**
  
- **¿Cómo han respondido los estudiantes a las estrategias del programa en términos de manejo emocional y comportamiento?**
  
- **¿Qué cambios positivos has observado en la dinámica del aula y las interacciones entre los estudiantes?**
  
- **¿Qué aspectos del programa crees que tuvieron el mayor impacto en el desarrollo emocional y comportamental de los estudiantes?**

## Anexo 18: “Evaluación final para padres/madres”

# EVALUACIÓN FINAL PADRES/MADRES



- **¿Has notado que tu hijo/a ha mejorado sus hábitos de vida saludables desde que participó en el programa? ¿En qué aspectos específicos?**
- **¿Qué cambios positivos has observado en el comportamiento y las interacciones sociales de tu hijo/a desde el inicio del programa?**
- **¿Cómo ha influenciado el programa en la forma en que tu hijo/a maneja sus emociones en situaciones cotidianas?**
- **¿Qué mejoras has notado en la comunicación y la relación entre tu hijo/a y otros miembros de la familia?**
- **¿Cómo has mejorado como padre/madre después de este programa, o en que medida has aumentado tus conocimientos?**