



---

**Universidad de Valladolid**

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL

GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA

(MENCIÓN LENGUA EXTRANJERA – INGLÉS)

**TRABAJO FIN DE GRADO:**

**DESARROLLO DE LA EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL  
EN EL AULA DE INGLÉS:  
FOMENTO DE LA AUTOESTIMA, EL AUTOCONTROL Y  
LA EMPATÍA**

Presentado por

**ESTHER TORRES MERINO**

Universidad de Valladolid

Dirigido por

D<sup>a</sup> María Teresa Calderón Quindós

Valladolid, curso 2024-25

## *Agradecimientos*

*Quiero agradecer a mis padres y a mis abuelas, su apoyo incondicional en todas las etapas de mi vida me ha dado la fuerza para afrontar este trabajo.*

*A mis amigos, que siempre están cuando los necesito, por su energía y sus consejos, que hacen que todo sea más fácil.*

*A mí tutora, Teresa, por guiarme y apoyarme a lo largo de este proceso, allanándome el camino y brindándome confianza y libertad en todo momento.*

## **RESUMEN**

Este Trabajo de Fin de Grado se enfoca en la relevancia de la Educación Socioemocional durante el aprendizaje del inglés en el tercer ciclo de la etapa de Educación Primaria, realizando una propuesta de intervención para alumnos de 5º curso. A través de diferentes actividades en inglés, se busca mejorar el desarrollo personal y social de los estudiantes, fomentando la comprensión de sus propios pensamientos y la resolución de conflictos típicos de su edad. La empatía, la autoestima, el autocontrol y el respeto entre otras habilidades socioemocionales, son fundamentales para entender sus emociones y sentimientos.

Además, evidenciamos la relevancia del SEL (Aprendizaje Social y Emocional) en la instrucción de un segundo idioma a temprana edad.

## **PALABRAS CLAVE:**

Educación Socioemocional, Habilidades Socioemocionales, Inglés, Desarrollo Personal y Social, SEL.

## **ABSTRACT**

This Final Degree Project focuses on the relevance of Socioemotional Education during the learning of English in the third cycle of Primary Education, making an intervention programme for 5th grade students. Through different activities in English, the aim is to improve the personal and social development of the students, promoting the understanding of their own thoughts and the resolution of conflicts typical of their age. Empathy, self-esteem, self-control and respect, among other socioemotional skills, are fundamental to understanding their emotions and feelings.

In addition, we highlight the relevance of SEL (Social and Emotional Learning) in the instruction of a second language at an early age.

## **KEY WORDS**

Socioemotional Education, Socioemotional Skills, English, Personal and Social Development, SEL.

# ÍNDICE

1.	INTRODUCCIÓN .....	1
2.	JUSTIFICACIÓN .....	4
2.1	JUSTIFICACIÓN NORMATIVA:.....	4
2.2	PERTINENCIA DEL TEMA: .....	6
3.	OBJETIVOS .....	8
3.1	OBJETIVO GENERAL:.....	8
3.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS:.....	8
4.	FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	9
4.1.	La Educación Socioemocional.....	9
4.1.1.	¿Qué es la Educación Socioemocional?.....	9
4.1.2.	Relevancia de la Educación Socioemocional y su relación con la materia Lengua Extranjera Inglés .....	12
4.2.	Enfoque Metodológico.....	14
4.2.1.	S.E.L. (Social and Emotional Learning) .....	14
4.2.2.	Aprendizaje Cooperativo .....	17
4.2.3.	Integración de los enfoques.....	18
4.3.	S.E.L. en el aula de inglés.....	20
5.	PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA.....	22
5.1.	DESTINATARIOS .....	22
5.2.	TEMPORALIZACIÓN.....	23
5.3.	ELEMENTOS GENERALES.....	25
5.4.	TABLA GENERAL DE LA PROPUESTA .....	28
5.5.	ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.....	30
5.6.	SECUENCIA DE ACTIVIDADES .....	33
6.	CONCLUSIONES .....	52
7.	REFERENCIAS.....	55
7.1.	REFERENCIAS NORMATIVAS: .....	55
7.2.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:.....	55
7.3.	REFERENCIAS ELECTRÓNICAS:.....	57
8.	ANEXOS .....	59

Igualdad de género: En coherencia tanto con el valor de la igualdad de género asumida por la Universidad como con la normativa vigente de la RAE, en este Trabajo se utilizará la terminología genérica siempre que esto sea posible; de lo contrario, se utilizará el género masculino para referirnos indistintamente a ambos géneros

# 1. INTRODUCCIÓN

En este Trabajo de Fin de Grado, nos centraremos mayoritariamente en la ejecución de una propuesta de intervención que aporte un enfoque emocional, y trabajar habilidades socioemocionales como la autoestima, el autocontrol y la empatía en un aula de Educación Primaria. Es crucial trabajar este tema en los centros educativos para poder crear sociedades sanas. Además, veremos la importancia de integrar estas competencias en la enseñanza del inglés, favoreciendo tanto al aprendizaje lingüístico como al bienestar social y emocional del alumnado.

El objetivo principal de este trabajo es, pues, analizar la pertinencia de la educación socioemocional destinada a los alumnos de tercer ciclo de educación primaria en la asignatura de inglés, de acuerdo a la normativa vigente, con el fin de elaborar una programación didáctica en la que se trabaje la empatía, la autoestima y el autocontrol.

Esto lo llevaremos a cabo a través de actividades prácticas y dinámicas tanto individuales como colaborativas, con el fin de que los alumnos trabajen y mejoren la confianza en ellos mismos, y su capacidad de regular sus emociones tanto hacía los demás como consigo mismo. Además les ayudará a desarrollar herramientas que les serán de gran utilidad a la hora de enfrentar las inseguridades que puede generar el aprendizaje de un idioma extranjero.

El aprendizaje de una lengua extranjera, como es en este caso el inglés, suele generar grandes desafíos emocionales como inseguridades o ansiedad al equivocarse, y por tanto reducir la motivación de los estudiantes. Por ello, en este trabajo planteamos la necesidad de introducir en el aula estrategias que contribuyan al desarrollo de competencias comunicativas a la vez que fortalezcan estas debilidades, incrementando la confianza en sí mismos, el respeto hacia los demás y la capacidad de gestionar sus emociones. La educación socioemocional, según autores como Bisquerra (2007, 2011, 2013) y Goleman y Senge (2016), es vista como una solución efectiva, ya que incluye los aspectos sociales, éticos y emocionales en el proceso de aprendizaje, haciendo que este sea más completo y significativo.

El trabajo también responde a los objetivos generales del Grado de Maestro en Educación Primaria recogidos en la Memoria de plan de estudios del título de grado maestro -o maestra- en educación primaria por la Universidad de Valladolid (2010), los

objetivos que más se adecuan a nuestro trabajo son los siguientes:

- Abordar con eficacia situaciones de aprendizaje de lenguas en contextos multiculturales y plurilingües. Fomentar la lectura y el comentario crítico de textos de los diversos dominios científicos y culturales contenidos en el currículo escolar.
- Fomentar la convivencia en el aula y fuera de ella, resolver problemas de disciplina y contribuir a la resolución pacífica de conflictos. Estimular y valorar el esfuerzo, la constancia y la disciplina personal en los estudiantes.
- Reflexionar sobre las prácticas de aula para innovar y mejorar la labor docente. Adquirir hábitos y destrezas para el aprendizaje autónomo y cooperativo y promoverlo entre los estudiantes.

Estos objetivos están incluidos en las normativas educativas actuales, donde se destaca la relevancia de dar un enfoque a la educación que integre tanto el desarrollo académico como el desarrollo personal de los estudiantes.

El trabajo está estructurado en cinco grandes apartados:

El primero es la “Justificación”, se presentan los objetivos generales de etapa y las competencias clave en educación primaria. Así mismo se expondrá la pertinencia del tema elegido para este Trabajo de Fin de Grado. Este apartado representa el marco normativo, siguiendo lo establecido en el Boletín oficial de Castilla y León (BOCYL).

El segundo son los “Objetivos”, aquí se exponen los objetivos tanto específicos como el objetivo general mencionado anteriormente, que se pretenden alcanzar con este trabajo.

El tercero es la “Fundamentación teórica”, a través de este apartado se forma un marco teórico en el que se trataran temas como qué es la educación socioemocional, su relevancia, y su relación con la materia lengua extranjera inglés. También incluimos un enfoque metodológico en el que se explicarán diferentes metodologías educativas como el S.E.L (Social and Emotional Learning) y el aprendizaje cooperativo, y se hablará sobre la integración del S.E.L en el aula de inglés.

El cuarto es la “Propuesta de intervención educativa”, en este apartado se presentan las diferentes sesiones y actividades que hemos planteado para trabajar la educación socioemocional, ligada al inglés. Contaremos con 15 sesiones llevadas a cabo a lo largo

del primer trimestre. Además previo al desarrollo de estas sesiones, se incluye una contextualización donde se explican detalladamente los puntos clave de la propuesta.

El quinto y último es la “Conclusión”, aquí se retoma el objetivo general, explicando cómo se pretende alcanzar, fijándonos tanto en la parte teórica como en la parte práctica de este proyecto. Por último se mencionan las posibles vías de trabajo que quedan por explorar.

Concluiremos este trabajo con las Referencias bibliográficas y los Anexos.



## **2. JUSTIFICACIÓN**

### **2.1 JUSTIFICACIÓN NORMATIVA:**

En el documento Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria, se hace referencia a la educación socioemocional en varias partes clave. La educación emocional es esencial para formar individuos equilibrados, capaces de mantener relaciones plenas y satisfactorias con los demás. El desarrollo de competencias como la autoestima y la empatía es fundamental para el bienestar emocional de los estudiantes, permitiéndoles identificar y gestionar sus emociones y fomentar una interacción social armoniosa. Estos conceptos también se tratan en diferentes apartados del Decreto 38/2022, que se mencionarán más adelante.

Asimismo, la gestión emocional, que incluye la identificación y regulación de emociones, se aborda como una competencia que ayuda al alumnado a desarrollar habilidades para afrontar diferentes situaciones de manera reflexiva, promoviendo la empatía y el respeto hacia los demás. Se plantea que los estudiantes deben aprender a expresar y comunicar pensamientos y emociones de manera asertiva, así como a reconocer los afectos de otras personas, lo que contribuye a una interacción social saludable y a la convivencia pacífica.

El Decreto 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León, también incluye varios aspectos relacionados con la educación socioemocional en diferentes secciones. Algunos de los puntos más relevantes son:

Las Competencias Clave que vamos a mencionar a continuación son, la Competencia Personal, Social y de Aprender a Aprender y la Competencia en Conciencia y Expresiones Culturales citadas en el Artículo 7:

Competencia Personal, Social y de Aprender a Aprender (CPSAA): (página 29)

La competencia CPSAA se refiere a la habilidad de gestionar emociones, pensamientos y comportamientos. Incluye la capacidad de contribuir al bienestar físico y emocional, expresar empatía y gestionar los conflictos en contextos de apoyo.

En el apartado de lengua extranjera, cuando se menciona esta competencia, también se incluye el reconocimiento de los progresos y dificultades durante el proceso de aprendizaje de la lengua extranjera. Además, se fomenta el aprendizaje autorregulado y el reconocimiento del esfuerzo y la dedicación de cada uno, con el fin de influir beneficiosamente en su aprendizaje. (Página 363)

Aunque más prevalente en etapas posteriores, el decreto también menciona en el área de Educación en Valores Éticos la necesidad de que los alumnos adquieran habilidades para la convivencia democrática, el respeto a la diversidad y la importancia del diálogo, todas ellas vinculadas con el desarrollo socioemocional. (Página 479)

Competencia en Conciencia y Expresiones Culturales (CCEC): (página 75)

En el apartado de ciencias de la naturaleza se menciona la competencia CCEC, que se refiere al desarrollo del bienestar emocional. Se menciona el autoconocimiento y la reflexión a través de la introspección, fomentando una actitud de cuidado hacia uno mismo para lograr bienestar emocional.

En el decreto también se mencionan Áreas Transversales que trabajan la gestión emocional a las que nos vamos a referir a continuación, estas están recogidas en el Artículo 15. (Página 128)

Alguna de estas áreas son la educación en valores o la convivencia, que tienen un enfoque claro en el desarrollo socioemocional de los alumnos. Se destaca la importancia de reconocer, gestionar y expresar emociones. Se alienta al alumnado a gestionar pensamientos y sentimientos mediante procesos de autorreflexión, etiquetado emocional y regulación en diferentes contextos.

En cuanto a la empatía y el respeto por los demás, se promueve la valoración de las emociones de otras personas, fomentando una convivencia basada en la estima mutua y el respeto.

## 2.2 PERTINENCIA DEL TEMA:

El desarrollo de la educación socioemocional en el contexto educativo ha adquirido una gran importancia en las últimas décadas, reconociéndose como un factor esencial para el desarrollo integral del alumnado (Bisquerra y Pérez, 2007). En particular, fomentar la autoestima, el autocontrol y la empatía en el aula de inglés no solo mejora la competencia comunicativa en una lengua extranjera, sino que también contribuye significativamente al bienestar personal y social de los estudiantes (Montes de Oca, 2005). La implementación de estas competencias emocionales y sociales en el aprendizaje de un idioma proporciona un enfoque integral que va más allá del simple dominio lingüístico, promoviendo habilidades fundamentales para la vida.

La autoestima es vital para el aprendizaje de una segunda lengua, ya que influye directamente en la disposición del alumnado a participar activamente en clase, arriesgarse a cometer errores y superar la ansiedad asociada al usar una lengua extranjera (Montes de Oca, 2005). Generar un entorno educativo que fomente la autoestima ayuda a los estudiantes a construir una imagen positiva de sí mismos como aprendices de idiomas, aumentando su motivación y persistencia en el aprendizaje del inglés.

En *Triple Focus*, Goleman y Senge (2016) mencionan la relevancia del autocontrol siendo una habilidad esencial para la autorregulación emocional, especialmente en entornos de aprendizaje. Esta capacidad permite a los estudiantes manejar impulsos y emociones que podrían interferir en su concentración y desempeño. Al trabajar el autocontrol en el aula de inglés, los estudiantes aprenden a manejar la frustración y el estrés que pueden surgir al enfrentarse a una lengua extranjera, fortaleciendo así su resiliencia y generando una participación activa. Este desarrollo emocional fomenta una experiencia de aprendizaje más positiva y productiva (Goleman y Senge, 2016).

Finalmente, para desarrollar la empatía en el aula de inglés, es esencial enseñar al alumnado a reconocer y comprender las emociones de los demás para fomentar un ambiente de respeto y cooperación. Según Goleman y Senge (2016) en *Triple Focus*, la empatía se encuentra en el núcleo de la competencia social y permite que los estudiantes no solo presten atención a las emociones ajenas, sino que también respondan a ellas de manera adecuada. Trabajar la empatía facilita las interacciones positivas entre los estudiantes, ya que logran reconocer y valorar diversas perspectivas culturales y personales, lo cual es especialmente relevante en la enseñanza de una lengua extranjera

como el inglés. Al integrar la empatía en el aula, se desarrolla en los estudiantes una sensibilidad intercultural que contribuye tanto a sus habilidades comunicativas como a su crecimiento como ciudadanos conscientes y responsables (Goleman y Senge, 2016).

Por lo tanto, integrar la educación socioemocional con la enseñanza del inglés no solo potencia las habilidades lingüísticas del alumnado, sino que también contribuye al desarrollo de competencias clave para su vida personal y social. Este enfoque integrador responde a las demandas de una educación actualizada, que busca formar individuos capaces de afrontar los retos del siglo XXI con una sólida base emocional y social (Bisquerra y Pérez, 2007).

### **3. OBJETIVOS**

#### **3.1 OBJETIVO GENERAL:**

Según el Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria., el objetivo general para esta etapa educativa incluye contribuir al desarrollo integral y armónico del alumnado en todas sus dimensiones: física, emocional, sexual, afectiva, social, cognitiva y artística. Además, se busca potenciar la autonomía personal y la creación progresiva de una imagen positiva y equilibrada de sí mismos.

Por lo tanto, el objetivo general que podemos considerar para nuestra propuesta es:

Analizar la pertinencia de la educación socioemocional, destinada a los alumnos de tercer ciclo de educación primaria en la asignatura de inglés, con el fin de elaborar una programación didáctica en la que se trabaje la empatía, la autoestima y el autocontrol.

#### **3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

Basándonos en el objetivo general previamente mencionado podemos añadir los siguientes objetivos específicos:

- Describir el papel de la educación socioemocional en niños de educación primaria.
- Analizar la importancia de la educación socioemocional infantil en el aula de lengua inglesa.
- Elaboración de una propuesta didáctica que trabaje la empatía, la autoestima y el autocontrol.

## 4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

### 4.1. La Educación Socioemocional

#### 4.1.1. ¿Qué es la Educación Socioemocional?

Consideramos la educación socioemocional como una dimensión pedagógica la cual se basa en desarrollar ciertas habilidades emocionales, sociales y éticas que son imprescindibles para el bienestar de cada uno y la convivencia con los demás (Bello, 2023). Con este enfoque a donde se quiere llegar es a que los estudiantes sean capaces de reconocer y gestionar sus emociones, establecer relaciones interpersonales sanas, tomar decisiones de una forma responsable y saber afrontar los problemas de manera positiva.

Goleman y Senge (2016), en su libro *Triple Focus: Un nuevo acercamiento a la educación*, hablan de la importancia de prestar atención principalmente a tres dimensiones: el yo, los demás y el contexto. Gracias a estas dimensiones no solo nos comprenderemos mejor a nosotros mismos, sino que también trabajaremos en el fomento de la empatía y en crear una conciencia social más amplia.

La educación socioemocional combina tanto el uso de habilidades prácticas del día a día como la resolución de conflictos, el autocontrol de las emociones y el saber comunicarse con los demás (Bisquerra, 2013). Tal y como dice Bisquerra en diferentes obras suyas (2007, 2013), la educación socioemocional no es una asignatura que se deba impartir aislada del resto, sino que es algo transversal que se debe implementar en todo el currículo escolar, trabajándose en todas las áreas y dinámicas escolares.

Goleman y Senge (2016) hacen hincapié en que la educación socioemocional está estrechamente ligada a la capacidad de los estudiantes para prestar atención en clase. Si los estudiantes no están centrados, no podrán enfocarse ni emocional ni socialmente, sin embargo cuando tienen la atención puesta en algo tendrán mejor control de sus emociones así como un rendimiento académico más efectivo. Esta forma de pensar coincide con lo que proponen Bisquerra y Pérez (2007), que destacan que el saber controlar las emociones no solo afecta al rendimiento académico, sino también tiene gran influencia en la salud mental y física del alumnado.

Para poder trabajar estas habilidades socioemocionales en el aula es imprescindible que

los docentes se formen y puedan trabajar la inteligencia emocional desde un punto consolidado. Fernández-Berrocal y Extremera (2003), señalan la importancia de que el profesorado sea capaz de gestionar sus emociones y crear ambientes sanos y seguros en el aula para que la educación socioemocional trabajada en el aula resulte exitosa.

A lo largo de nuestro trabajo vamos a profundizar en tres de las habilidades emocionales más relevantes en la educación socioemocional ya que después trabajaremos con ellas en la propuesta de intervención. Estas habilidades que hemos querido destacar son la autoestima, el autocontrol y la empatía, sin quitar la relevancia que todas en su conjunto tienen en los individuos.

Cuando hablamos de **autoestima**, nos referimos a la percepción que las personas tienen de sí mismos. Esta habilidad es una de las más relevantes de la educación socioemocional ya que según Bisquerra (2013), tener una buena autoestima ayuda al bienestar emocional, al autodescubrimiento y en general al desarrollo total de las personas. Siempre es beneficioso trabajar para conseguir una autoestima alta, pero cuando nos referimos a ello en un contexto educativo es todavía más importante, ya que construiremos estudiantes más fuertes y su capacidad para aprender se verá reforzada, mientras que si no trabajamos en ello podemos generar en el alumnado un bloqueo que les impida adquirir conocimientos de forma significativa.

Goleman y Senge (2016) mencionan que la autoestima tiene un vínculo muy estrecho con la atención al yo, lo cual hace que el alumnado identifique sus puntos fuertes y débiles pudiendo trabajar en ello pero sin ser excesivamente críticos consigo mismos. Algunas de las estrategias que mejor funcionan para trabajar esta habilidad en el aula son el refuerzo positivo, valorando el esfuerzo que hacen todos los estudiantes y ayudarles a tener una visión positiva de cada uno.

A la hora de hablar sobre el **autocontrol**, podemos referirnos a la capacidad de las personas de controlar sus impulsos y emociones tanto buenas como malas. Esta habilidad es fundamental ya que como menciona Bisquerra (2013) es un pilar para la regulación de las emociones de cada alumno ya que les ayuda a saber comportarse ante situaciones de nerviosismo, ansiedad o frustración de manera positiva.

Goleman y Senge (2016) hacen un análisis sobre el autocontrol donde señalan que esta

habilidad socioemocional tiene una relación directa con la autoconciencia, ya que si un alumno no está centrado tendrá más dificultad a la hora de regular sus emociones. En clase, es muy útil para desarrollar el autocontrol en el alumnado trabajar con técnicas de relajación, reflexión antes y después de diferentes situaciones y sobretodo trabajar en la resolución de conflictos de forma sana y pacífica.

Por último, para la convivencia en el aula y las relaciones sanas entre los alumnos es esencial trabajar la **empatía**, esta es la capacidad de entender y apoyar a los demás ante cualquier sentimiento en diferentes situaciones. Goleman y Senge (2016) consideran la empatía como vínculo para la colaboración, la humanidad y la comprensión entre las personas.

Bisquerra (2013) también habla de que esta habilidad socioemocional debe trabajarse en las escuelas mediante actividades y dinámicas que refuercen el aprendizaje cooperativo, la escucha activa y el poder reconocer emociones externas a nosotros. El hecho de trabajar de forma continuada esta habilidad en el aula hace que se genere un ambiente sano en clase y evita que se conformen conflictos ante la falta de comunicación y entendimiento entre los estudiantes.

La relevancia de la educación socioemocional se encuentra en su papel fundamental en la formación completa de los estudiantes, tocando aspectos como la autoestima, el autoconocimiento, la empatía y el trabajo en equipo (Bisquerra, 2013). Este enfoque no solo se encarga de la adquisición de conocimientos académicos, sino que también forma parte del desarrollo de las habilidades emocionales y sociales fundamentales para el desarrollo de los niños (Fernández-Berrocal y Extremera, 2003).

La educación socioemocional sirve para crear una convivencia pacífica en el aula y promueve la resiliencia al aportar a los estudiantes las herramientas necesarias para entender tanto sus propias emociones como las de los demás (Fernández-Berrocal y Ruiz-Aranda, 2008). Mejora la comunicación, fomenta la empatía y enseña métodos para resolver conflictos de manera positiva, estos aspectos son vitales para formar relaciones sanas y agradables (Fernández-Berrocal y Extremera, 2003).

Además, con esta manera de educar preparamos a los estudiantes para afrontar los desafíos tanto personales como sociales que puedan surgirles en sus vidas, proporcionándoles estrategias para manejar el estrés, la ansiedad y otras dificultades



emocionales a las que se puedan enfrentar (Fernández-Berrocal y Ruiz-Aranda, 2008).

Podríamos decir que la educación socioemocional es una respuesta general a lo que una sociedad en cierta forma compleja y que está en constante cambio requiere. Pretendiendo que el aprendizaje vaya más allá de lo académico y poder así crear ciudadanos emocional y socialmente responsables.

#### **4.1.2. Relevancia de la Educación Socioemocional y su relación con la materia Lengua Extranjera Inglés**

La educación socioemocional cada vez es un elemento más importante para incrementar la calidad del aprendizaje en el aula. En el caso del inglés como lengua extranjera, el trabajo de estas habilidades es especialmente relevante, ya que para aprender un idioma no solo tendremos que adquirir conocimientos lingüísticos, sino que también tendremos que profundizar en la gestión de emociones y actitudes que afectan directamente al proceso de aprendizaje.

Aprender una lengua extranjera lleva consigo algunos posibles desafíos como puede ser el impacto emocional que puede generar en el alumnado. También pueden sufrir la conocida como “ansiedad lingüística” (Krashen, 1982) lo cual es algo bastante común. Esta ansiedad les genera miedo a equivocarse, respeto ante lo que los demás piensen sobre ellos y la inseguridad al expresarse en una lengua que no es la que están acostumbrados a usar en el día a día. Según Fernández-Berrocal y Extremera (2003), el desarrollo de competencias socioemocionales como la autoestima, el autocontrol, la empatía y la resiliencia tienen un papel muy importante a la hora de afrontar estos obstáculos, gracias a estas habilidades crearemos un ambiente mucho más adecuado para poder obtener un aprendizaje de calidad.

El papel que tienen los docentes de lengua extranjera inglés también es clave a la hora de implementar la educación socioemocional en el aula. Un docente que es competente emocionalmente hablando genera un buen clima en el aula donde los alumnos se sientan seguros, respetados y apoyados a la hora de expresarse sin miedo al error. Según Bisquerra (2013), el apoyo emocional que aporta el profesor a los alumnos hace que estos participen activamente en las actividades propuestas, incrementando la creatividad y

haciendo que los estudiantes tengan una buena relación con el aprendizaje de idiomas.

Cuando hablamos de implementar la educación socioemocional en el aula de inglés, muchas veces nos referimos a la *hipótesis del filtro afectivo*, esto es un constructo propuesto por Stephen Krashen en su teoría de adquisición de segundas lenguas, en la cual se tiene muy en cuenta todos los factores socioemocionales a la hora de aprender un idioma nuevo. Basándonos en esta hipótesis, existen diferentes aspectos ya mencionados anteriormente (ansiedad, autoestima o motivación intrínseca) que tienen una relación directa con cómo el alumnado adquiere y procesa los nuevos conocimientos lingüísticos. El filtro afectivo se eleva en ocasiones debido al estrés o la inseguridad que sienten los estudiantes, cuando esto ocurre, el aprendizaje se ve afectado de manera negativa, ya que los pensamientos del alumno se centran más en las inseguridades y emociones negativas que está sintiendo que en los contenidos explicados en clase. Al revés, cuando el filtro afectivo es bajo, significa que existe una gran motivación por parte del alumnado y el clima del aula es cálido, lo cual hace que la adquisición de los conocimientos sea más significativa (Krashen, 1982; García, 2023).

Así pues, la interacción entre los profesores y los estudiantes es indispensable junto con el clima generado en el aula y las estrategias educativas que se utilicen para conseguir un filtro afectivo regulado.

La falta de relación entre los docentes y los estudiantes, un clima tenso en el aula y metodologías muy duras pueden generar ansiedad y desmotivación en el alumnado haciendo, por lo tanto, que el aprendizaje no sea efectivo. En la revista *Letras*, Pizarro y Josephy (2010) resaltan la importancia de crear un ambiente de aula armónico, usando dinámicas que involucren al alumnado y por supuesto que el docente vaya a favor de los estudiantes ayudándoles con la adquisición de los conocimientos, para así poder reducir el filtro afectivo y promover la proactividad del alumnado.

A la hora de enseñar el inglés, para que el proceso de enseñanza-aprendizaje sea óptimo es fundamental rebajar el filtro afectivo. Usar estrategias que motiven y les hagan interesarse por la materia será una pieza clave a la hora de lograr este objetivo, generando que el ambiente en el aula sea seguro y no le teman a equivocarse. Para generar confianza en el alumnado también es muy importante que las correcciones que les hagamos y el feedback que reciban no sea en medio de las actividades orales ya que eso les genera inseguridad y

miedo a la hora de expresarse, bloqueando su proceso de aprendizaje (García, 2023).

Además para favorecer el aprendizaje del inglés es muy importante que los estudiantes participen en actividades de forma que trabajen la comunicación en esta lengua y la interacción con sus compañeros, para ello utilizaremos diferentes estrategias como debates, exposiciones orales o actividades de “role-playing”. Con estas dinámicas no solo trabajaremos las habilidades lingüísticas, sino también se hará hincapié en saber manejar las emociones como el nerviosismo o la frustración ante las diferentes situaciones propuestas. Gracias a la educación socioemocional el alumnado adquirirá diferentes herramientas con las que podrá afrontar los desafíos haciendo un buen uso de sus emociones y por lo tanto favoreciendo su actitud ante el aprendizaje y mejorar su motivación (Fernández-Berrocal y Ruiz-Aranda, 2008).

Con la educación socioemocional no solo trabajamos los aspectos socioemocionales que afectan el aprendizaje del inglés, sino que también haremos caso a las habilidades fundamentales para poder conseguir que el aprendizaje sea más eficaz, consiguiendo de esta forma que el alumnado afronte con mayor confianza y compromiso el proceso de enseñanza-aprendizaje. Por lo tanto, podemos decir que la educación socioemocional y la materia de lengua extranjera inglés se complementan significativamente, contribuyendo ambas al crecimiento personal, la comprensión del mundo que les rodea y la formación de personas responsables y conscientes de su entorno.

## **4.2. Enfoque Metodológico**

### **4.2.1. S.E.L. (Social and Emotional Learning)**

El aprendizaje social y emocional (Social and Emotional Learning, SEL) es una metodología usada en términos educativos con la cual trabajamos habilidades esenciales para el desarrollo tanto personal como social de los estudiantes, a la vez que trabajamos la gestión de las emociones como la empatía, la autoestima y el autocontrol. Tal y como propone el proyecto Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning (CASEL, s.f.), en el SEL podemos encontrar cinco áreas diferentes: la autoconciencia, gracias a la cual los estudiantes podrán reconocer y entender sus emociones; el autocontrol, con el que podrán regular sus impulsos; la conciencia social, que nos ayudará a entender las emociones de los demás; las habilidades para relacionarse, y la toma de decisiones responsables.



Figura 1: CASEL Framework.

El SEL guarda una gran relación con el rendimiento académico y la salud mental de los estudiantes ya que les prepara para enfrentarse a los diferentes problemas tanto emocionales como sociales del día a día, permitiéndoles a su vez mejorar sus relaciones sociales con los compañeros. Algo que consideramos fundamental de este enfoque es que lo podemos integrar en el currículo escolar llevándolo a cabo en el aula con actividades como ejercicios de reflexión, debates de aula, técnicas de relajación o mindfulness y por supuesto adaptándolas a las necesidades del grupo (Weissberg, 2016).

El SEL tiene muchos beneficios en la educación. Un estudio realizado por Weissberg et al. (2015) habla de que los proyectos que trabajan de forma eficiente el SEL reducen conductas intolerantes en el aula como puede ser el bullying o la ansiedad, mejorando las habilidades sociales de los estudiantes y reflejándose esto por lo tanto en sus calificaciones. Esto es así ya que con el SEL no solo estamos impartiendo contenidos académicos, sino que también estamos trabajando con los alumnos la resolución pacífica de conflictos, teniendo en cuenta la empatía y el respeto a los compañeros (Child Mind Institute, 2025).

Por otra parte, el enfoque SEEAE (Social, Emotional, Ethical, and Academic Education) implementa los objetivos del SEL ampliándoles ya que incluye también una parte ética. Esto fue expuesto por Jonathan Cohen (2006), trabajando también la ética a parte del

desarrollo emocional y social de los estudiantes, para formar así individuos responsables que se mueven a favor de la sociedad. Tal y como dice Cohen, el SEEAE busca incluir los valores éticos en el aprendizaje cotidiano, generando una amplia visión del gran impacto que pueden llegar a tener nuestras decisiones.

En relación con estos modelos, podemos hablar del *enfoque comunicativo* (Cassany, 1999) el cual tiene como objetivo principal el desarrollo de la competencia comunicativa trabajando la interacción en situaciones que se asemejen a la realidad fuera de los centros educativos. Este enfoque, es especialmente popular a la hora de enseñar idiomas ya que fomenta el uso del lenguaje para poder expresar emociones, solucionar problemas o incluso trabajar en equipo. Según Richards y Rodgers (2014), el aprendizaje es más significativo en actividades dinámicas como por ejemplo juegos de rol o actividades grupales como puede ser un debate. Estas actividades no solo trabajarán las habilidades lingüísticas, sino también tienen un fuerte peso en el desarrollo de competencias sociales y emocionales. Además, al desarrollar la comunicación activa en el aula, crearemos un ambiente en el que aumentará la autoestima de los alumnos y se reducirá la ansiedad que muchas veces genera el hecho de hablar delante de un grupo de personas, esto es algo clave para conseguir el aprendizaje total.

La diferencia más trascendental entre el SEL y el SEEAE es el desarrollo de valores éticos como la justicia o la igualdad. Cohen menciona que los centros educativos que trabajan el SEEAE no solo pretenden incrementar las habilidades individuales de los alumnos, sino que también se esfuerzan por generar un ambiente educativo en el que todos los estudiantes tengan voz y voto. Con esto vamos a crear un ambiente escolar seguro donde se fomente la inclusión y los estudiantes se sientan escuchados y respetados, siendo los docentes un modelo de referencia para todos ellos (Cohen, 2006).

Un ejemplo de cómo podríamos implementar el SEEAE en el aula sería generando charlas grupales en las que se promueve una reflexión, ayudando a los participantes a tener en cuenta los puntos de vista y las opiniones de los demás, hablando siempre de forma justa y con respeto. De esta forma también se tiene muy en cuenta a las familias, cerciorándonos de que los valores que estemos trabajando guarden relación con los de su entorno (Cohen, 2006).

Todos estos modelos coinciden en que el papel de los profesores es muy relevante. Deberán ser tanto los que enseñen términos académicos como los que guíen en el

desarrollo social y emocional de los niños. Esto por supuesto requiere de una formación ceñida a la inteligencia emocional (Weissberg, 2016).

Podríamos decir por lo tanto, que tanto el SEL como el SEEAE son enfoques metodológicos que comparten el mismo foco: educar a los estudiantes para tener éxito académico a la vez que aprenden a trabajar y gestionar sus emociones comprendiendo a su vez las de los demás. Mientras que el SEL profundiza más en el desarrollo personal y social de los estudiantes, el SEEAE suma a ello una parte ética generando el compromiso de los estudiantes con un bien común. Todos los modelos mencionados en este apartado representan una evolución en la educación, donde que el estudiante se desarrolle en su totalidad guarda la misma importancia que el aprendizaje de los contenidos académicos.

#### **4.2.2. Aprendizaje Cooperativo**

El aprendizaje cooperativo es otro enfoque metodológico que trabaja la colaboración entre estudiantes con el fin de alcanzar objetivos comunes, de esta forma se fomenta la adquisición de conocimientos a la vez que se desarrollan habilidades sociales. Este enfoque se sale de las dinámicas tradicionales del aula donde se trabajaba individualmente de manera relativamente competitiva, promoviendo el trabajo en equipo y el reparto de responsabilidades. El aprendizaje cooperativo hace que los estudiantes no solo se beneficien de su esfuerzo y sus logros, sino que también se beneficiarán de las experiencias compartidas, los logros de los demás y el apoyo entre compañeros.

Gilles (2016) hace hincapié en que con el aprendizaje cooperativo no solo incrementaremos el rendimiento académico de los estudiantes, sino que también mejorará su desarrollo emocional. Que los estudiantes interactúen entre ellos hará que sea más sencillo el desarrollo de competencias emocionales como la empatía, la autoestima y el autocontrol lo cual es imprescindible para lograr una educación eficiente. También, tenemos en cuenta que al trabajar en grupos, los estudiantes con ciertas habilidades puedan verse reforzados y complementados por los demás, respetando de esta forma también la diversidad y la inclusión en el aula.

Uno de los puntos clave de este enfoque es que los estudiantes entiendan que su éxito depende del esfuerzo conjunto de todos los integrantes del grupo. De esta forma, añadiéndole evidentemente la parte de responsabilidad individual de cada estudiante

aseguramos que todos ellos participen de forma proactiva en las actividades y asuman y ejerzan su rol de forma positiva (De Espinosa et al., 2019). Según Gillies (2016), este enfoque hace que los estudiantes se sientan parte activa del aprendizaje fortaleciendo la unión grupal y su compromiso.

La relación que guarda el aprendizaje cooperativo con la educación socioemocional se encuentra a la hora de controlar habilidades como el autocontrol y la empatía para generar un ambiente saludable durante el desarrollo de las actividades grupales, teniendo respeto hacia uno mismo tanto como hacia los demás. Bisquerra (2011) asegura que este modelo educativo hace que los estudiantes puedan tomar sus decisiones de manera responsable y solucionar los conflictos que se puedan producir de una forma sana y pacífica, apoyándose los unos en los otros.

Cuando lo ponemos en práctica, lo podemos trabajar mediante actividades de jigsaw (rompecabezas), en las que cada miembro del grupo tiene un rol específico al cual tendrá que ceñirse para luego poder compartir sus experiencias con el resto del grupo. Para que estas estrategias se adopten en el aula de forma significativa es imprescindible que el profesorado se forme en estos temas y sepa cómo trabajarlos, aparte de llevar siempre una evaluación continua para poder ver de esta manera el progreso tanto individual como grupal de los estudiantes (De Espinosa et al., 2019).

Entendemos que el aprendizaje cooperativo no consiste únicamente en el trabajo en equipo, sino que promueve el desarrollo integral de los estudiantes. Este enfoque al trabajar las habilidades socioemocionales, está directamente relacionado con los principios de la educación inclusiva la cual se centra en educar a los alumnos y prepáralos para que afronten de la mejor manera posible los diferentes retos a los que se enfrentarán en la vida fuera del colegio.

#### **4.2.3. Integración de los enfoques**

Cada vez estamos más cerca de la formación completa de los estudiantes. Integrando metodologías como “Social and Emotional Learning” (SEL), “Social, Emotional, Ethical and Academic Education” (SEEAE), el enfoque comunicativo y el aprendizaje cooperativo abordaremos las necesidades tanto académicas como emocionales de los estudiantes. El punto en común que comparten todos estos enfoques es la creencia de que



la educación no solo consiste en la enseñanza de contenidos curriculares, sino que debemos formar a personas emocionalmente válidas, y que sean capaces de participar y comunicarse de manera responsable en la sociedad.

El SEL, con su relevancia en competencias como el autoconocimiento, el autocontrol y las habilidades interpersonales, consigue que todos los estudiantes puedan desenvolverse en la parte emocional y sentirse cómodos en ambientes de aprendizaje cooperativo que requieren de su participación (CASEL, s.f.). A su vez, el SEEAE suma a esto una dimensión ética trabajando valores como el respeto y la justicia entre otros (Cohen, 2006). Estos dos enfoques son la base emocional sobre la que después añadiremos el aprendizaje académico.

El aprendizaje cooperativo, por otra parte, nos ayudará a llevar estas competencias emocionales a un entorno práctico. Con esta metodología los estudiantes no solo desarrollan habilidades sociales, sino que también aprenden a trabajar en equipo para conseguir objetivos comunes, incrementando la unión del grupo y la confianza entre ellos (Gilles, 2016; De Espinosa et al., 2019). Este enfoque hace que habilidades como la empatía, la comunicación activa y la resolución de conflictos que se trabajan en el SEL Y el SEEAE se lleven a la práctica.

Por otro lado, el enfoque comunicativo sirve como refuerzo añadiendo la interacción social al propio aprendizaje. Al hacer uso del lenguaje en situaciones que se asemejan a la realidad les daremos la oportunidad a los estudiantes de que expresen sus emociones, colaboren entre ellos y resuelvan diferentes desafíos (Richards y Rodgers, 2014). Esto va a favor de la competencia comunicativa así como del aprendizaje cooperativo y el refuerzo de las emociones.

Cuando los docentes planificamos intencionadamente la integración de estos enfoques, diseñaremos actividades que trabajen tanto competencias sociales, emocionales y éticas como las competencias académicas que se encuentran dentro del currículo escolar. Por ejemplo, como ya hemos mencionado en el apartado anterior, una actividad que favorece todos estos enfoques y competencias podría ser una de tipo jigsaw, además esta mejoraría aún más si el tema que se trata durante la actividad es uno de relevancia en la actualidad. También, usar estrategias como el aprendizaje basado en proyectos a lo largo del curso sería una buena manera de relacionar el enfoque comunicativo con el SEL y el SEEAE, ya



que los estudiantes tendrían que hacer investigaciones, reflexiones y colaborar para conseguir metas comunes.

A la hora de integrar estos enfoques metodológicos en el aula, el papel que tienen los docentes es clave. Deja de ser un mero emisor de los conocimientos académicos y se convierte en el referente de los estudiantes a la hora de desarrollarse como personas. Para que los docentes puedan formar a los alumnos de forma significativa tendrán que formarse ellos primero y tener conocimientos acerca de la inteligencia emocional y cómo trabajarla, además de tener una evaluación constante de los progresos y retrocesos de los estudiantes para ver el impacto que estos temas tienen en ellos (Cohen, 2006; Gillies, 2016).

El integrar todos estos enfoques en la educación actual representa una transformación de la escuela tradicional, siendo más inclusiva y adaptándose a la sociedad y las demandas del siglo XXI. Al poner en conjunto todas estas competencias mencionadas a lo largo de este trabajo, estamos preparando a los estudiantes para que sean individuos responsables, empáticos, autosuficientes, capaces de vivir en sociedad y exitosos no solo académicamente hablando.

#### **4.3. S.E.L. en el aula de inglés**

La implementación del aprendizaje social y emocional (Social and Emotional Learning, SEL) en el aula de inglés es considerado como una oportunidad única a la hora de trabajar las habilidades socioemocionales y el aprendizaje de una nueva lengua. Este modelo metodológico no solo potencia las competencias comunicativas, sino que también lo hace con la forma de los estudiantes de gestionar sus propias emociones, así como las relaciones con los demás o la toma de decisiones de manera responsable, esto es algo indispensable tanto en el aprendizaje de nuevas lenguas como en situaciones del día a día (Weissberg, 2016).

El SEL en el aula de inglés tiene muchos beneficios, pero uno de los más importantes que encontramos es la creación de un ambiente seguro y que motive al alumnado, reduciendo de esta forma la ansiedad que puede generar el uso de una lengua que no es la que estamos acostumbrados a usar. Tal y como dicen Weissberg et al. (2015), el SEL es una gran estrategia en términos educativos ya que impulsa una gestión de las emociones en contextos puntuales como el aprendizaje de idiomas, ya que ahí es donde experimentamos

muchos miedos o inseguridades por el miedo a fallar o a que nos juzguen los que están a nuestro alrededor.

También lo combinamos mucho con la estrategia del enfoque comunicativo ya que guardan mucha relación entre sus objetivos al utilizar las interacciones sociales para el aprendizaje de competencias tanto lingüísticas como sociales. Dinámicas de rol, trabajos en equipo o incluso debates no solo desarrollan la fluidez en inglés, sino que también trabajan todas estas habilidades socioemocionales (Richards y Rodgers, 2014). Este tipo de dinámicas permite que los estudiantes practiquen no solo el idioma, sino también habilidades esenciales para la vida en comunidad.

Más allá de este tipo de actividades, también podemos incorporar el SEL en el aula a través de materiales que aborden temas emocionales, sociales o culturales. Por ejemplo, una muy buena idea podría ser analizar canciones, libros o películas en inglés que traten sobre relaciones, problemas o dilemas sociales, pudiendo reflexionar sobre ello a la vez que adquieren conocimientos sobre el idioma. Según De Espinosa et al. (2019) el aprendizaje se vuelve más efectivo cuando los alumnos están emocionalmente conectados con los contenidos.

A la hora de evaluar la asignatura de inglés no se deben limitar los resultados a lo académico, sino que también tendremos que tener en cuenta su progreso socioemocional. Algunos instrumentos como rúbricas de autoevaluación (Román, s.f.) o escaleras de metacognición (Torres, 2022) son herramientas muy útiles para que los estudiantes reflexionen acerca de su progreso. Como menciona Richards y Rodgers (2014), estas actividades fomentan la metacognición y trabajan el autoconocimiento, los cuales son componentes esenciales del SEL.

La integración del SEL en el aula de inglés hace que el aprendizaje de una nueva lengua vaya más allá de lo académico. Los estudiantes no solo van a estar capacitados para comunicarse en otra lengua, sino que también tendrán herramientas socioemocionales que les serán útiles en su vida cotidiana. Esta combinación de habilidades garantiza que los estudiantes no solo aprendan un idioma, sino que también se conviertan en personas emocionalmente competentes y socialmente responsables.

## **5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA**

En este apartado presentaremos varias propuestas de intervención orientadas a trabajar la educación socioemocional en el aula de inglés. En lugar de diseñar una situación de aprendizaje completa, vamos a proponer actividades y dinámicas puntuales que puedan implementarse a lo largo de un trimestre. Estas intervenciones estarán enfocadas en el desarrollo de competencias socioemocionales a través de la lengua inglesa, con el fin de mejorar tanto el bienestar emocional de los alumnos como su capacidad para aprender en un ambiente más positivo y colaborativo.

### **5.1. DESTINATARIOS**

En nuestra propuesta de intervención se abordará el desarrollo de la educación socioemocional en un aula de 5º de primaria, un momento clave en su educación donde los niños se enfrentan a cambios muy relevantes tanto en su desarrollo personal como en el entorno escolar. Los estudiantes, cuya edad está entre los 10 y los 11 años, están en una etapa trascendental en la que comienzan a tener una mayor conciencia de sí mismos y de los demás. Es una fase en la que se vuelven más sensibles a las relaciones interpersonales y las dinámicas grupales, esto puede causar un impacto duradero en su autoestima, empatía y capacidad de autocontrol emocional.

Trabajar la educación socioemocional en este curso es especialmente importante por varias razones: Primero, los alumnos cambian de ciclo escolar y se restablecen los grupos lo cual es una oportunidad ideal para introducir habilidades socioemocionales que ayuden a los estudiantes a adaptarse a nuevos compañeros y dinámicas. Aprender a gestionar emociones, desarrollar la empatía y colaborar en diferentes ocasiones con sus compañeros les facilita integrarse en el nuevo grupo y establecer relaciones positivas. Además, en estos tipos de cambios, los alumnos necesitan habilidades para controlar la ansiedad y los miedos que pueden surgir al enfrentarse a personas y entornos nuevos.

En segundo lugar, a esta edad, los niños ya han alcanzado un nivel de desarrollo cognitivo que les permite reflexionar profundamente sobre sus emociones y sobre las emociones de los demás. Comienzan a comprender conceptos abstractos y a pensar de manera más crítica, esto hace que estén en la edad ideal para introducir prácticas de

autorreflexión, como las que se plantean en nuestra propuesta. Al fomentar en ellos el autoconocimiento y la autoestima, conseguimos promover una buena base para su bienestar emocional y su desarrollo total como personas responsables y conscientes.

Además, en los últimos cursos de primaria suelen aumentar las situaciones conflictivas y los riesgos de acoso escolar, ya que el alumnado se vuelve más sensible a las opiniones y reacciones de los demás. La educación socioemocional, al fortalecer habilidades como como la empatía, la regulación emocional y la comunicación asertiva, reduce las posibilidades de que los alumnos recurran a la violencia o la intimidación para gestionar sus propias emociones o imponerse sobre los demás, por ello contribuye a prevenir situaciones como el bullying y a crear un clima de respeto y apoyo en el aula.

Por último, trabajar estas habilidades en 5º de primaria es una oportunidad para dar a los estudiantes herramientas que marcarán su vida. Es un momento clave donde les enseñamos a conocerse, a gestionar sus emociones y a relacionarse con respeto y empatía. Queremos que sean jóvenes resilientes y capaces de crear ambientes sanos, tanto en el aula como en sus vidas, donde el respeto y la comprensión sean los pilares fundamentales. Esta propuesta de intervención es más que una actividad escolar; es una inversión en personas que están aprendiendo a vivir mejor consigo mismas y con los demás.

## **5.2. TEMPORALIZACIÓN**

Esta propuesta está planificada para desarrollarse en el primer trimestre del curso escolar (septiembre - diciembre), lo hemos organizado de tal forma ya que las características del momento lo requieren, dando la importancia que tienen estas habilidades para el desarrollo y el aprendizaje en esta etapa. Trabajar la educación socioemocional desde el inicio del curso permite a los niños comenzar el año creando desde el principio un ambiente seguro y positivo en el aula.

El primer trimestre es un periodo crucial, ya que los estudiantes llegan de las vacaciones y, en el caso de 5º de primaria, se enfrentan a un nuevo grupo de compañeros y las exigencias de un nuevo ciclo. Es un momento de adaptación y, para muchos, de nerviosismo e incertidumbre. Trabajar las habilidades socioemocionales desde el primer momento hace que los estudiantes construyan la confianza y el autocontrol necesarios

para superar estos desafíos del inicio de un nuevo curso, además es imprescindible para fortalecer las relaciones entre compañeros y construir un grupo unido, lo cual facilita un entorno agradable para el aprendizaje colaborativo y reduce posibles conflictos.

La adquisición de estas habilidades tiene un impacto directo en la capacidad de absorber y procesar conocimientos. Los alumnos que tienen un buen manejo de las emociones suelen estar más atentos y participan activamente en clase, ya que la ansiedad y el estrés no bloquean su capacidad de concentración. Por lo tanto, un entorno emocionalmente saludable en el aula, genera una mayor receptividad para aprender en términos generales.

En relación con nuestra propuesta, la educación socioemocional tiene un papel fundamental para aprendizaje de la lengua inglesa, especialmente en las actividades que requieran comunicación oral y trabajo en equipo. La enseñanza del inglés muchas veces implica una mayor exposición a actividades dinámicas y colaborativas, donde el alumnado suele experimentar vergüenza o miedo por si se equivoca. Trabajar estas habilidades desde el primer trimestre les ayuda a participar sin cohibirse y a estar más abiertos al aprendizaje de un nuevo idioma.

Comenzar el trabajo de la educación socioemocional en el primer trimestre no solo genera un buen inicio de curso, sino que sienta las bases para un aprendizaje más profundo y un aula más unida. Al sentirse valorados y seguros desde el inicio, los estudiantes ganan confianza, especialmente en el aprendizaje del inglés, un idioma que necesita expresión y valentía. Este enfoque temprano los impulsa a comunicarse sin miedo al error y a descubrir en el aula un lugar de apoyo y crecimiento mutuo.

Las actividades, como bien explicaré en el próximo apartado, las llevaremos a cabo cada martes en la hora de inglés, dedicando una hora mínimo a la semana al trabajo de las emociones y las diferentes habilidades socioemocionales. Más allá de estas clases, habrá semanas que utilizaremos también el tiempo de otras asignaturas para dedicarlo a actividades de la propuesta. A continuación adjunto el horario escolar de un aula de 5º:



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
9:00 a 10:00	LENGUA	LENGUA	INGLÉS	LENGUA	LENGUA
10:00 a 11:00	SCIENCE	E.F.	MATEMÁTICAS	SCIENCE	E.F.
11:00 a 12:00	MATEMÁTICAS	INGLÉS	LENGUA	INGLÉS	ARTS
12:00 a 12:30	R E C R E O				
12:30 a 13:30	RELIGIÓN/ VALORES ÉTICOS	MATEMÁTICAS	MÚSICA	MATEMÁTICAS	MATEMÁTICAS
13:30 a 14:00		C. SOCIALES		C. SOCIALES	C. SOCIALES

Figura 2: Horario escolar de un aula de 5° de primaria. Origen elaboración propia.

### 5.3. ELEMENTOS GENERALES

En este apartado vamos a tratar los aspectos principales de la metodología y el ambiente en el que se desarrollará la propuesta, incluyendo una descripción física del aula que contribuye a crear el entorno adecuado para el aprendizaje socioemocional.

La intervención se centra en trabajar habilidades como la empatía, el autocontrol y la autoestima, las cuales son fundamentales para el desarrollo total de los niños. Para ello, realizaremos actividades en inglés que serán tanto lúdicas como para que los alumnos reflexionen al respecto, diseñadas para estos puedan expresar sus emociones y trabajar en su propio autocontrol de una manera positiva y motivadora. Estas actividades están pensadas para desarrollarse en un ambiente de confianza y apertura, donde cada estudiante se sienta escuchado y respetado.

Desde el inicio del curso escolar, iremos transformando el aula en un espacio que recoja estos valores. El aula generalmente estará organizada con mesas colocadas en pequeños grupos de 4 o 5 estudiantes, lo que hará que la interacción y la colaboración entre los alumnos sea más directa y sencilla.

### **5.3.1. EL RINCÓN DE LA TRANQUILIDAD (véase Sesión 4)**

Al fondo del aula, en una de las esquinas crearemos el Rincón de la Tranquilidad, una zona especialmente diseñada para ofrecer un lugar de calma y autorreflexión, donde el alumno que lo necesite puede acudir y tener un momento de tranquilidad y pensamiento. Este rincón lo decoraremos con colores suaves y elementos acogedores, como cojines y mantas, creando así una atmósfera de seguridad y serenidad como si estuvieran en sus casas. Cada estudiante contribuirá a la decoración con un objeto personal que le transmita esa calma que buscamos, y el espacio lo completaremos con manualidades y dibujos hechos por ellos mismos en las 3 primeras clases de Arts, lo cual les permite participar activamente en la construcción del espacio y apropiarse de ello.

### **5.3.2. NORMAS DE CONVIVENCIA (véase Sesión 1, Actividad 2)**

La primera actividad de nuestra intervención la dedicaremos para crear, entre todos, las normas del aula. El objetivo de esta dinámica será establecer un ambiente sano en el aula, donde cada estudiante se sienta parte activa del grupo y entienda que su opinión es importante para los demás. Durante la actividad, cada alumno tendrá la oportunidad de proponer y debatir normas que consideren importantes para la convivencia en el aula. Posteriormente, entre todos elegiremos las reglas que mejor muestren los valores que queremos conseguir. Estas normas se escribirán y decorarán las paredes del aula con carteles visibles, para que todos recuerden el compromiso que tienen.

### **5.3.3. ZONA DE ALMACENAMIENTO**

En el aula también podemos encontrar una zona de almacenamiento donde guardaremos todos los materiales de relajación. Esta zona estará ordenada de forma accesible para que los alumnos puedan encontrar fácilmente lo que necesiten en cada momento, podremos guardar cosas como cojines, mantas, esterillas, pelotas antiestrés o botellas de calma, entre otros. También, habrá materiales sensoriales, como bolas y juguetes sensoriales, que ayudan a la concentración y al control de las emociones. Este espacio lo hemos creado fundamentalmente para fomentar el orden y la relajación en el aula, de esta forma los alumnos relacionarán estos recursos con momentos de tranquilidad y autocuidado.

### **5.3.4. CUÑA MOTRIZ: MÚSICA RELAJANTE**

Tendremos una playlist de música relajante que utilizaremos como cuña motriz en momentos de nerviosismo como exámenes, exposiciones... para reducir el estrés o la tensión en el grupo. Habrá momentos en los que usemos este recurso y momentos en los que no, para de esta forma poder comparar y ver los efectos que esta música genera en el alumnado. Esto, junto con las técnicas de respiración y relajación, estarán disponibles a lo largo del curso para generar un ambiente sano y de autocontrol emocional.

### **5.3.5. TAREA FINAL: “In My Shoes, In Your Eyes.” (véase Sesiones 13 y 14)**

Para terminar, la propuesta finalizará con una tarea final donde los estudiantes crearán un tríptico titulado “In My Shoes, In Your Eyes.” Con esta actividad ayudaremos a los estudiantes a reflexionar sobre su propia imagen teniendo que describir primero cómo se ven ellos, después conocer cómo los ven sus compañeros, y por último escribirán qué cosas quieren mejorar, fomentando de esta forma la autoestima, la empatía y el autoconocimiento, que son las habilidades que hemos trabajado durante todas las sesiones. Una vez acabemos con esta actividad, el aula se habrá convertido, así, en un espacio donde se trabaja el respeto y la conexión entre compañeros, y donde cada actividad refuerza el propósito de crear un ambiente donde todos puedan explorar y valorar sus emociones y relaciones.

### **5.3.6. TAREA DE AUTOEVALUACIÓN: “The Learning Ladder.” (véase Sesión 15)**

Para evaluar la propuesta la última semana del trimestre los alumnos completarán una escalera metacognitiva en la que responderán a preguntas y reflexionarán sobre su propio aprendizaje y el desarrollo de sus habilidades socioemocionales. Con esta actividad, los alumnos podrán identificar y expresar cómo sienten su progreso en relación con la empatía, la autoestima y el autocontrol, que son las habilidades que pretendemos desarrollar con esta propuesta, así como reconocer los pasos que han dado y los retos que aún les quedan por enfrentar. Esta escalera fomenta de la misma forma la autoevaluación y les permite ser conscientes de su propio crecimiento, permitiéndoles ser protagonistas de su aprendizaje (Torres, 2022). Además, este ejercicio nos ayuda a los docentes a ver una valiosa perspectiva sobre el impacto que ha tenido la intervención y poder adaptarlo así a futuras mejoras.



## 5.4. TABLA GENERAL DE LA PROPUESTA

Etapa: Educación Primaria	Curso: 5º curso	Temporalización: 15 semanas
<p><b>Objetivos de etapa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas de forma empática, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.</li> <li>- Adquirir habilidad es para la resolución pacífica de conflictos y la prevención de la violencia, que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito escolar y familiar, así como en los grupos sociales con los que se relacionan.</li> <li>- Adquirir en, al menos, una lengua extranjera la competencia comunicativa básica que les permita expresar y comprender mensajes sencillos y desenvolverse en situaciones cotidianas.</li> <li>- Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.</li> </ul>		
<p><b>Competencias clave:</b></p> <p>Competencia plurilingüe.</p> <p>Competencia personal, social y de aprender a aprender.</p> <p>Competencia ciudadana.</p>	<p><b>Contenidos:</b></p> <p>BLOQUE A. Comunicación.</p>	

<b>Competencias específicas:</b>	<b>Criterios de evaluación:</b>
<p><u>Competencia específica 1.</u> El alumnado es capaz de entender mensajes orales sencillos en contextos habituales, identificando la información más relevante y la intención comunicativa del que habla.</p> <p><u>Competencia específica 2.</u> El alumnado es capaz de comunicarse oralmente en situaciones simples, utilizando frases cortas, vocabulario sencillo y estructuras adaptadas al contexto.</p> <p><u>Competencia específica 3.</u> El alumnado obtiene la habilidad de leer y entender textos breves, sacando la información más importante y reconociendo palabras y estructuras simples.</p> <p><u>Competencia específica 4.</u> El alumnado es capaz de crear textos escritos cortos y estructurados, utilizando frases simples, vocabulario sencillo y respetando las estructuras ya aprendidas.</p>	<p><u>Competencia específica 1.</u></p> <p>1.1 (CCL2, CCL4, CP2, STEM1, CE1, CCEC2) 1.2 (CCL2, CCL3, CP1, STEM1, CD1, CPSAA5)</p> <p><u>Competencia específica 2.</u></p> <p>2.1 (CCL1, CP1, CE1, CE3, CCEC4) 2.3 (CCL3, CP1, CP2, STEM1, CD2, CPSAA5)</p> <p><u>Competencia específica 3.</u></p> <p>3.1 (CCL1, CCL5, CP2, CD3, CPSAA3, CC3, CE1, CCEC3)</p> <p><u>Competencia específica 4.</u></p> <p>4.1 (CCL2, CP2, CP3, STEM1, CPSAA3, CCEC1)</p>

## 5.5. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

La atención a la diversidad es un principio imprescindible para cualquier propuesta en educación y la nuestra no iba a ser menos. Con esto estamos reconociendo las diferencias que existen entre todos los estudiantes en cuanto a intereses o necesidades específicas. Nos hemos basado en el Diseño Universal para el Aprendizaje ya que este nos proporciona una guía con la cual podemos trabajar esta diversidad. Nos vamos a basar en tres pilares: Compromiso, Representación y Acción y Expresión (CAST: Center for Applied Special Technology, 2024).

El **acceso** es lo primero que tendremos en cuenta para asegurar a todos los estudiantes que van a poder participar en el proceso de aprendizaje. Esto lo conseguiremos realizando diferentes actividades que capten la atención del alumnado e incrementen su motivación sintiéndose parte fundamental del grupo (Pujolàs, 2008). Es imprescindible llevar al aula contenidos tanto visuales como auditivos o escritos para lograr que todos los alumnos comprendan de una forma u otra los contenidos (Pastor, 2018). Por último, la acción y expresión la afianzaremos usando las TIC o herramientas prácticas que motiven al alumnado.

La **construcción** es la fase en la que prestaremos atención al esfuerzo de los estudiantes al asimilar nueva información, es esencial que tengan unos objetivos claros. Podría ser beneficioso trabajar en grupos para poder prestar atención más individualizada a los alumnos (Pujolàs, 2008). Sintetizaremos la información con recursos como mapas conceptuales o esquemas siempre que sea necesario. La acción y expresión la trabajaremos incluyendo actividades tanto escritas como orales e incluyendo juegos y estrategias TPR (Pastor, 2018).

Con **internalización** nos referimos a como los estudiantes interiorizan y aplican los contenidos en su día a día. Daremos mucha importancia al autocontrol, con actividades donde tengan que resolver situaciones que pueden ser reales de forma autónoma (CAST, 2024). Tendrán que resumir la información recibida reflexionando y comprendiendo los conceptos de una forma significativa. Por último trabajaremos la acción y expresión realizando actividades que incluyan todo lo trabajado a lo largo de la propuesta, asegurando así un aprendizaje efectivo.

Para integrar esta atención a la diversidad en una propuesta de intervención es esencial utilizar estrategias pedagógicas que permitan que todos los alumnos adquieran los conocimientos por igual. Por ejemplo, para la materia de inglés, podemos llevar a cabo algún debate para trabajar la expresión oral. También introduciremos recursos audiovisuales como audiolibros. Además, usar las TIC o algún juego de rol podrá ser un recurso muy útil.

Por lo tanto, atender a la diversidad desde un enfoque como el DUA hará que todos los estudiantes tengan la oportunidad de aprender de forma significativa y también desarrollará las competencias clave (autocontrol, pensamiento crítico y buena comunicación) para la vida fuera del colegio (Pujolàs, 2008; Pastor, 2018).

Atención a la diversidad / DUA:			
	COMPROMISO	REPRESENTACIÓN	ACCIÓN Y EXPRESIÓN
Acceso	(Captar el interés) Variedad de actividades y escenarios. Trabajos en equipo.	(Percepción) Contenido visual. Transcripciones escritas.	(Acción física) Usar contenido interactivo de diferentes formas.
Construcción	(Mantener el esfuerzo y la persistencia) Objetivos claros. Grupos pequeños y cada grupo una pequeña parte. Asumir responsabilidades alcanzables. Enfrentar desafíos alcanzables.	(Lenguaje y símbolos) Sintetizar información. Facilitar herramientas electrónicas. Conocimientos previos.	(Expresión y comunicación) Alternar momentos de escritura con momentos de expresión oral. Usar juegos. “Total Physical Response (TPR).”
Internalización	(Autorregulación) Situaciones reales. Actividades autónomas.	(Comprensión) Parafrasear. Palabras clave. “Brainstorming.”	(Función ejecutiva) Resolver diferentes actividades. Completar un <b>tríptico</b> donde se reúnen todas las habilidades trabajadas en la propuesta.

Figura 4: Tabla de Atención a la Diversidad (DUA). Origen de elaboración propia.

## 5.6. SECUENCIA DE ACTIVIDADES

En este apartado, presentamos la secuencia estructurada de las actividades diseñadas para trabajar la educación socioemocional en el aula de inglés, con el objetivo de fomentar la empatía, la autoestima y el autocontrol en los estudiantes. Todas las actividades han sido planificadas cuidadosamente para ser ajustadas al nivel y a las necesidades de los estudiantes, procurando que participen activamente en ellas y puedan, gracias al trabajo en equipo, reflexionar y sacar aprendizajes de todas ellas.

La propuesta, como ya he mencionado en apartados anteriores, se realizará a lo largo del primer trimestre dedicando, al menos, 1 hora a la semana para trabajar estos objetivos. Esta disposición permite el desarrollo progresivo de las habilidades socioemocionales, de manera que cada actividad se va construyendo sobre los aprendizajes previos, lo que hará que los alumnos noten un avance y un aprendizaje significativo.

Algunas de las actividades que forman parte de nuestra propuesta de intervención han sido inspiradas en dinámicas proporcionadas por el libro *Educación emocional. Programa para Educación Primaria (6-12 años)* de Agnès Renom Plana (2016), el cual propone una guía de recursos y actividades efectivas para el desarrollo de la educación socioemocional en el aula. Este recurso nos ha sido muy útil para poder integrar y trabajar habilidades como la empatía, la autoestima y el autocontrol con los estudiantes. Por otro lado, otras de las actividades han sido diseñadas y adaptadas personalmente basándome en mi experiencia como estudiante de educación.

### Lista de las sesiones y actividades:

#### **SESIÓN 1:**

- Actividad 1: “In what situation...?”
- Actividad 2: “Our class contract!”

#### **SESIONES 2 & 3:**

- Actividad 3: “How do I sell myself?”

#### **SESIÓN 9:**

- Actividad 8: “The compliment circle.”

#### **SESIONES 10 & 11:**

- Actividad 9: “Storytime with a... twist!”

**SESIÓN 4:**

- Actividad 4: “The calm corner...”

**SESIONES 5 & 6:**

- Actividad 5: “The empathy map!”

**SESIÓN 7:**

- Actividad 6: “What do you understand?”

**SESIÓN 8:**

- Actividad 7: “Actor for a day!”

**SESIÓN 12:**

- Actividad 10: “The treasury of emotions.”

**SESIONES 13 & 14:**

- Actividad 11: “In My Shoes, In Your Eyes.”

**SESIÓN 15:**

- Actividad 12: “The learning ladder.”

## SESIÓN 1

### Actividad 1 – Sesión 1

<b>Título:</b>  In what situation...?	<b>Tipo:</b>  Introducción y calentamiento.	<b>Temporalización:</b>  30 minutos
<b>Gestión del aula:</b>  Para esta actividad apartaremos todas las mesas y sillas de los alumnos hacia los lados de la clase, dejando un espacio en el centro en el que nos colocaremos de pie formando un círculo. Colocarnos de esta forma va a permitir que los alumnos puedan verse los unos a los otros y escucharse activamente.		<b>Materiales:</b>  Para esta actividad vamos a necesitar:  - Tarjetas con emociones (happy, sad, excited, angry, proud, calm, worried, nervous, jealous, curious, brave...). (ANEXO 1)
<p><b>Objetivo:</b> Ayudar a los estudiantes a sentirse familiarizados con el vocabulario emocional en inglés que usaremos a lo largo de toda la propuesta, así como reconocer y expresar emociones desarrollando la empatía y la comprensión en el grupo.</p> <p><b>Descripción de la actividad:</b></p> <p>Para la realización de esta actividad nos colocaremos de pie en el medio de la clase formando un círculo. Una vez colocados pasaremos a explicarles que van a aprender y compartir diferentes emociones, y repartiremos una tarjeta a cada uno.</p> <p>Haremos una breve explicación sobre el significado de alguna palabra, si es necesario, de forma breve y con ejemplos. Por ejemplo, para nervous, diríamos: <i>“Nervous is when you feel a little scared, like before a big test or when you speak in front of the class.”</i> También haremos gestos y representaciones físicas de la emoción trabajada añadiendo así una parte de TPR a la actividad.</p> <p>Ahora que ya todos han entendido la actividad es el turno de los alumnos, de uno en uno, cada alumno lee la palabra que hay escrita en su tarjeta y menciona una situación en la que ha sentido esa emoción. Tendrán que expresar sus respuestas en inglés con frases simples como, por ejemplo: <i>“I feel nervous when I start a new school”</i>.</p> <p>El resto del grupo escucha activamente y, si quieren, pueden levantar la mano para compartir sus experiencias. Esto hará que los estudiantes se conozcan, coincidiendo tal vez en puntos en común y desarrollen la empatía.</p> <p>Si los estudiantes deciden levantar la mano y compartir cómo han sentido una emoción similar a la de otro compañero, tendrán que usar una estructura correcta. Por ejemplo, <i>“I feel excited when I play with my friends too”</i> o <i>“Sometimes I feel nervous before exams too.”</i></p> <p>Cerraremos la actividad preguntando cómo se sienten después de escuchar las experiencias de sus compañeros y si alguna emoción les sorprendió o les hizo reflexionar. Recalcaremos la importancia de experimentar diferentes emociones y saber reconocerlas para entendernos mejor a nosotros mismos y poder entender a nuestros amigos.</p>		



<u>Actividad 2 – Sesión 1</u>		
<b>Título:</b>  Our class contract! (ANEXO 2)	<b>Tipo:</b>  Calentamiento.	<b>Temporalización:</b>  30 minutos
<b>Gestión del aula:</b>  Para esta actividad mantendremos las mesas y sillas de los alumnos apartadas hacia los lados de la clase, dejando un espacio en el centro en el que, en este caso, nos sentaremos formando un círculo. Colocarnos de esta forma va a permitir que los alumnos puedan verse los unos a los otros y escuchar atentamente las ideas que proponen.		<b>Materiales:</b>  Para esta actividad vamos a necesitar: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cartulina para escribir el contrato.</li> <li>- Material escolar (lapiceros, pinturas, rotuladores, cinta adhesiva...)</li> <li>- Post-its</li> <li>- Materiales artísticos de decoración (pegatinas, lazos...)</li> </ul>
<p><b>Objetivo:</b> Fomentar las 3 habilidades emocionales que vamos a trabajar a lo largo de la propuesta (empatía, autoconocimiento y autoestima) mediante la creación de un contrato, para ello los estudiantes tendrán que proponer unas normas o unos valores que quieren tener presentes a lo largo de todo el curso para generar un ambiente agradable en el aula.</p> <p><b>Descripción de la actividad:</b></p> <p>Introducción Breve (5 minutos)</p> <p>Para empezar, les explicaremos que vamos a crear un “Class contract” con el fin de crear un ambiente en clase donde todos se sientan respetados.</p> <p>Entregaremos a cada estudiante un post-it en el que les pediremos que escriban brevemente, en inglés, cómo les gustaría que fuera la clase. Tendrán que usar frases como “<i>Be kind,</i>” “<i>Listen to each other,</i>” o “<i>Take turns.</i>” También les vamos a iniciar en el uso de verbos modales como “<i>Should</i>” y “<i>Must</i>”.</p> <p>Una vez todos hayan escrito algo, recogeremos los post-its y les leeremos en alto, cuando hayamos leído todas las ideas, los estudiantes tendrán que elegir mediante una rápida votación, levantando la mano, las 6 normas más importantes para el contrato.</p> <p>Una vez elegidas las normas ganadoras, las escribirán en una cartulina que después decorarán como más les guste, ya que eso quedará para todo el curso en las paredes de nuestra aula.</p> <p>Por último, como forma de mostrar su compromiso, pediremos a los estudiantes que firmen por atrás el contrato realizado, y les explicaremos que, al firmarlo, se están comprometiendo a cumplirlo y respetar las normas establecidas.</p> <p>Cuando ya esté todo terminado, colocaremos el contrato en un lugar visible del aula para que todos lo tengan presente.</p>		

## SESIONES 2 & 3

### Actividad 3 – Sesiones 2 & 3

<b>Título:</b>	<b>Tipo:</b>	<b>Temporalización:</b>
How do I sell myself?	Refuerzo de la autoestima.	2 horas
<b>Gestión del aula:</b>  Dividiremos a los alumnos por parejas que se sentarán juntos durante las dos sesiones. En la primera sesión el trabajo será individual, pero ya en la segunda trabajarán juntos los integrantes de las parejas.		<b>Materiales:</b>  Para esta actividad vamos a necesitar, por cada sesión:  - Un folio en blanco por cada estudiante. - Material escolar (rotuladores, pinturas, bolígrafos...) - Pinzas para colgar los anuncios en las cuerdas del mural. (ANEXO 3)
<b>Objetivo:</b> Desarrollar la autoestima y trabajar la empatía creando anuncios positivos que afiancen la autoimagen de los alumnos e impulsen el reconocimiento de aspectos positivos de sus compañeros.		
<b>Descripción de la actividad:</b>  En la primera sesión (Sesión 2): “Anuncio positivo sobre mí”  Empezaremos explicando a los estudiantes que van a tener que crear un anuncio positivo sobre sí mismos, destacando sus cualidades y puntos positivos. Les daremos ejemplos en inglés para que puedan trabajar sobre una idea como “ <i>I am creative,</i> ”, “ <i>I am a good friend,</i> ” o “ <i>I am a hard worker</i> ”, más allá de eso les pediremos que piensen en algo que los haga sentir orgullosos de sí mismos. Tras darles algún ejemplo haremos una pequeña lluvia de ideas con ellos para ayudarles a encontrar frases que los representen. Por último, entregaremos un folio a cada alumno y les pediremos que saquen sus materiales escolares para pasar a la creación de sus anuncios. En los carteles tendrán que escribir su nombre en la parte superior y crear un anuncio en el que resalten lo que más les gusta de ellos mismos, incluyendo los ejemplos mencionados anteriormente en la lluvia de ideas. Tendrán que decorar el anuncio con dibujos o colores con los que se sientan representados. Una vez terminados los anuncios, cada alumno se presentará ante la clase y leerá en voz el anuncio que ha hecho de sí mismo. Cuando todos se hayan presentado, colgaremos los anuncios en el mural de la clase, creando un espacio visible donde todos puedan ver lo valiosos que son.  En la segunda sesión (Sesión 3): “Anuncio positivo sobre un compañero”  En este caso, los estudiantes crearán un anuncio positivo sobre su compañero de mesa, basándose en lo que escucharon y observaron en la primera sesión. Les explicaremos que, tendrán que hacer un anuncio como hicieron en la sesión anterior, pero que en vez de hablar de sí mismos tendrán que destacar, recordando lo que sus compañeros contaron, cualidades positivas de ellos. Se les dará estructuras como  <i>“This is [Name], and I’ve noticed that he/she has a very creative mind”</i> <i>“This is [Name], and I admire how he/she is always happy to help when someone needs it.”</i> <i>“This is [Name], and he/she always shows kindness and patience toward others.”</i>		

Al igual que en la primera sesión, decorarán sus anuncios con estas ideas y los presentarán al grupo. Cada alumno leerá el anuncio que ha creado sobre su compañero, destacando lo positivo que ha observado en él. Después, los nuevos anuncios se colgarán en el mural, sustituyendo a los anteriores.

#### “Reflexión”

Para finalizar, realizaremos una pequeña reflexión con la clase sobre cómo se sienten al escuchar cosas positivas sobre ellos mismos y sobre los demás. Dado que en inglés reflexionar puede resultar un poco complicado, les proporcionaremos ejemplos prácticos y trabajaremos con ellos algunas estructuras y formas de expresarse para que las puedan imitar o usar como referencia cuando sea su turno de hablar.

Algunos ejemplos de estructuras que ofreceremos son:

*“I feel happy because my classmates said nice things about me.”*

*“It makes me feel proud when others notice my good qualities.”*

*“I think it’s important to say positive things about others because it makes them feel good.”*

*“Hearing nice things about myself help me feel more confident.”*

*“I like giving compliments because it shows that I care about my classmates.”*

Durante la reflexión, podrán usar estos ejemplos adaptándolos a sus experiencias y sentimientos. De esta forma podrán expresarse con mayor fluidez y confianza en inglés mientras desarrollan a su vez sus habilidades comunicativas y emocionales.

## SESIÓN 4

<u>Actividad 4 – Sesión 4</u>		
<b>Título:</b>  The calm corner... (ANEXO 4)	<b>Tipo:</b>  Rutina. Trabajo del autoconocimiento.	<b>Temporalización:</b>  1 hora la presentación del proyecto 3 horas de preparación en las primeras clases de Arts.
<b>Gestión del aula:</b>  El rincón lo situaremos en una de las esquinas del aula. Para su construcción estarán sentados en los pupitres creando materiales y cuando sea necesario se podrán levantar para ir creando el rincón.		<b>Materiales:</b>  Para esta actividad vamos a necesitar:  - Material escolar de decoración. - Objetos personales con valor especial. - Colchonetas, mantas... para hacer del rincón un espacio agradable.
<p><b>Objetivo:</b> Crear un rincón en el aula donde los alumnos puedan acudir para relajarse, reflexionar y gestionar sus emociones siempre que lo necesiten. De esta forma, fomentamos el autocontrol, la autoestima y el bienestar emocional a través de un espacio que han diseñado ellos y en él podrán tomar un respiro cuando necesiten un rato de paz y tranquilidad.</p> <p><b>Descripción de la actividad:</b></p> <p>Durante las primeras tres sesiones de Arts (los tres primeros viernes del curso), los estudiantes participarán en la creación del Rincón de la Tranquilidad, una zona diseñada para promover la calma y el autocontrol. En el rincón colocaremos algunos elementos seleccionados por los propios estudiantes, con esto conseguiremos que todos tengan un pedacito de ellos mismos en el rincón.</p> <p>Los estudiantes elegirán objetos que los ayuden a sentirse tranquilos o relajados, como un peluche, un juego, una piedra decorada, una planta pequeña, cojines, fotos o cualquier objeto que les inspire paz. También crearán decoraciones o dibujos de colores suaves y diferentes texturas, como paisajes naturales o frases que les gusten. Estos elementos harán que cuando los alumnos acudan al rincón se sientan en un ambiente relajante y acogedor. Durante estas sesiones, los estudiantes también trabajarán en la distribución del espacio, cerciorándose de que el rincón sea cómodo y accesible para todos.</p> <p>En una cuarta sesión, ya incluida en la programación normal de la propuesta (un martes), se presentará de forma oficial el rincón. Los alumnos tendrán la oportunidad de compartir con los demás los objetos que han traído y las razones por las que los han elegido. Además, cada uno explicará por qué este objeto puede ayudarles a relajarse o a tener un momento de reflexión cuando lo necesiten.</p> <p>Una vez presentado a los compañeros, el rincón quedará disponible para su uso durante todo el curso. Los estudiantes podrán visitar este espacio siempre que necesiten un momento para calmarse, respirar o reflexionar. Además, se establecerán algunas normas para el uso del rincón, asegurándose de que todos hagan uso de manera respetuosa.</p>		

## SESIONES 5 & 6

<u>Actividad 5 – Sesiones 5 &amp; 6</u>		
<b>Título:</b> The empathy map! (ANEXO 5)	<b>Tipo:</b>  Refuerzo de la empatía.	<b>Temporalización:</b>  2 horas
<b>Gestión del aula:</b>  Dividiremos la clase en pequeños grupos de 4 o 5 estudiantes cada uno y colocaremos las mesas en esta misma disposición para que puedan trabajar juntos. Por otra parte, para la creación del mural dejaremos un espacio en el centro de la clase donde lo colocaremos para que lo vayan completando.	<b>Materiales:</b>  Para esta actividad vamos a necesitar:  - Texto de lectura. (ANEXO 6) - Pantalla digital para proyectar el texto y que todos lo puedan leer. - Papel grande para la creación del mural. - Material escolar. - Post-its o papeles más pequeños.	
<b>Objetivo:</b> Trabajar la empatía, la comprensión emocional y la escucha activa. Con esta actividad ayudaremos a los estudiantes a ponerse en el lugar de los demás, comprendiendo sus sentimientos, pensamientos, preocupaciones y necesidades, de esta forma podrán no solo conectar con cualquier persona externa a ellos sino que comenzarán a tener en cuenta las emociones de sus compañeros.		
<b>Descripción de la actividad:</b>  En la primera sesión (sesión 5) leeremos el texto seleccionado y crearemos el mural.  Comenzaremos explicando a los estudiantes qué es un "Mapa de la Empatía" y cómo lo vamos a usar para entender mejor a las personas. Explicaremos para completar el mapa no vamos a centrar en 4 puntos principalmente:  - <i>What does he think?</i> - <i>How does he feel?</i> - <i>What does he say?</i> - <i>What does he do?</i>  De esta forma conseguimos ver las diferentes perspectivas de una persona. Luego, les explicaremos que trabajarán en grupos y que, para ello, leeremos un texto corto (sobre un personaje que se enfrenta a una situación difícil) y que esto les servirá como base para crear el mapa.  Leeremos el texto en voz alta, asegurándonos de que todos los estudiantes comprendan la historia. Durante la lectura, prestaremos especial atención a las emociones y reacciones del personaje principal, ya que después tendrán que identificarlas y organizarlas en el mapa. Si es necesario, discutiremos brevemente en grupo sobre lo que acaba de suceder en la historia para cerciorarnos de que todos hayan comprendido claramente el contenido.  Una vez leído el texto, dividiremos la clase en pequeños grupos (de 4 a 5 estudiantes) y pondremos en el centro de la clase el mural que van a tener que completar. Cada grupo debe completar el mapa con información sobre el personaje del texto, respondiendo las siguientes preguntas en sus respectivas secciones:		

- *What does the character think?*
- *How does he feel?*
- *What does he say?*
- *What does he do?*

Los estudiantes tendrán un tiempo para discutir entre ellos las respuestas para cada una de las preguntas y escribirán sus respuestas de forma clara en pequeños papeles que después pegarán en el cartel. Durante el tiempo en el que están trabajando en sus grupos, se irá pasando por las mesas para apoyarles en la reflexión y asegurarse de que todos están entendiendo correctamente el ejercicio.

Cuando todos los grupos hayan completado las preguntas del mural, procederán a pegar sus papeles sobre el mural debajo de la pregunta a la que contesten sus respuestas.

En la segunda sesión (sesión 6) releeremos el texto y compartiremos con los demás todas las ideas mostradas en el mural.

Empezaremos la sesión volviendo a leer el texto en voz alta para que los estudiantes recuerden los detalles y las emociones del personaje. Haremos alguna pregunta breve para asegurarnos de que todos se acuerdan de lo que trata el texto, y debatiremos brevemente sobre las posibles emociones que sintió el personaje. Esto les servirá de ayuda para que todos estén alineados antes de compartir las ideas que plasmaron en el mural.

Ahora, cada grupo presentará sus aportaciones en el Mapa de la Empatía al resto de la clase. De uno en uno, los grupos compartirán sus respuestas a las preguntas clave del mapa, explicando lo que pensaron y cómo llegaron a esas conclusiones. El resto de la clase podrá hacerles preguntas o comentar acerca de las respuestas de los otros grupos. Esto que hará que los estudiantes debatan sobre los diferentes puntos de vista que se pueden tener sobre una misma situación.

Para terminar contestaremos a estas preguntas como resumen de la actividad:

- *What are the similarities between the groups?*
- *What are the differences?*
- *How do the character's emotions or actions change depending on how it is seen from different perspectives?*
- *Do they think it was easy or difficult to imagine how the character was feeling?*
- *How can you apply what you have learned about empathy to your daily interactions?*

Esta reflexión final ayudará a los estudiantes a interiorizar la importancia de la empatía en su vida diaria y cómo pueden aplicar esta habilidad en ella.

Una vez terminada la sesión sustituiremos los anuncios que estaban colgados en el mural de la clase y colgaremos nuestro mapa de la empatía.

## SESIÓN 7

<u>Actividad 6 – Sesión 7</u>		
<b>Título:</b> What do you understand?	<b>Tipo:</b> Refuerzo de las habilidades socioemocionales.	<b>Temporalización:</b> 1 hora
<b>Gestión del aula:</b>  Los alumnos se situarán en cualquier zona del aula donde puedan apoyarse para dibujar y que no estén a la vista directa de otros compañeros (pueden cubrirse con algún cuaderno si es necesario), podrán estar tanto en las mesas como en el suelo. El alumno voluntario se situará en la zona de la pizarra de forma que todos le escuchen adecuadamente.		<b>Materiales:</b>  Para esta actividad vamos a necesitar:  - Lámina con el dibujo geométrico. (ANEXO 7) - Un folio por estudiante. - Lapicero y goma.
<b>Objetivo:</b> Fomentar la paciencia, el autocontrol y trabajar la expresión oral. Además, con esta actividad los estudiantes observarán cómo una misma información puede ser interpretada de diferentes maneras, entendiendo que existen diferentes perspectivas.		
<b>Descripción de la actividad:</b>  Empezaremos recordando el vocabulario que será clave para la actividad: Además de las figuras geométricas, revisaremos lo que tiene que ver con las instrucciones de posición (preposiciones/adverbios de lugar) y los comparativos. Para facilitar su uso, trabajaremos con ejemplos sencillos y claros que puedan imitar.		
Ejemplos de figuras geométricas:  <i>“This is a triangle.”</i> <i>“I see a square and a rectangle.”</i> <i>“There is a big circle in the middle.”</i> <i>“We can draw an hexagon next to the square.”</i> <i>“The star is smaller than the rectangle.”</i>		
Ejemplos de preposiciones/adverbios de lugar:  <i>“The triangle is above the square.”</i> <i>“The rectangle is next to the circle.”</i> <i>“The star is under the triangle.”</i> <i>“The circle is between the two rectangles.”</i> <i>“The hexagon is on the left of the star.”</i> <i>“The square is in front of the triangle.”</i>		
Ejemplos de comparativos:  <i>“The square is bigger than the triangle.”</i> <i>“The rectangle is longer than the circle.”</i> <i>“The star is smaller than the hexagon.”</i>		

*"The triangle is shorter than the rectangle."*  
*"The circle is rounder than the star."*

Continuaremos explicando que para esta actividad nos centraremos en un dibujo que pondrá a prueba sus habilidades de escucha, descripción y paciencia. Mandaremos a los estudiantes que se sitúen en diferentes partes del aula, todos menos uno, un voluntario que será el "describer" y los demás serán los "artists."

Aclarando que el "describer" será el único que podrá ver la imagen geométrica secreta (un dibujo simple formado por formas geométricas como círculos, cuadrados, triángulos, líneas...) y deberá explicarla solo con palabras a sus compañeros.

El alumno que describe verá la imagen geométrica y tendrá unos minutos para observarla en detalle. Cuando esté listo, comenzará a dar indicaciones verbales para que los "artists" vayan plasmándolo en sus papeles. Mientras que el "describer" da indicaciones, los demás no podrán hacer preguntas, se ceñirán únicamente a lo que el compañero que describe diga.

Al terminar la primera ronda, los alumnos compararán sus dibujos entre ellos. Esta comparación será un momento de reflexión en el que los estudiantes podrán observar las diferentes interpretaciones de cada uno.

Pediremos otro voluntario, que será el siguiente en observar la imagen inicial, tendrá un tiempo para observarla y describirla como a él le hubiera gustado que lo hubieran hecho en la ronda anterior. El resto de "artists" darán la vuelta a sus folios y seguirán las indicaciones de este nuevo "describer". El objetivo es que, a través de una comunicación más clara, puedan bidireccionalmente acercarse mejor al diseño original.

Al finalizar, todos vuelven a compartir sus dibujos y reflexionan sobre las diferencias que encuentran entre este y el anterior.

La actividad finalizará mostrándoles el dibujo original y reflexionando sobre cómo una misma cosa puede tener diferentes puntos de vista.



## SESIÓN 8

<u>Actividad 7 – Sesión 8</u>		
<b>Título:</b>  Actors for a day!	<b>Tipo:</b>  Refuerzo de las habilidades socioemocionales.	<b>Temporalización:</b>  1 hora
<b>Gestión del aula:</b>  Se dividirá a los estudiantes en grupos de 4 o 5 integrantes, situando sus pupitres juntos para que puedan trabajar. Dejaremos un espacio en la parte frontal del aula para que los estudiantes puedan hacer la representación.	<b>Materiales:</b>  Para esta actividad vamos a necesitar:  - Tarjetas con diferentes escenarios. (ANEXO 8) - Tarjetas con diferentes emociones. (ANEXO 9)	
<p><b>Objetivo:</b> Fomentar las diferentes habilidades socioemocionales que estamos trabajando durante la propuesta. Los estudiantes practicarán cómo actuar ante diferentes contextos sociales, poniéndose en el lugar de los demás.</p> <p><b>Descripción de la actividad:</b></p> <p>Comenzaremos explicando la actividad a los alumnos, les contaremos que por grupos tendrán que representar diferentes situaciones sociales que ocurren tanto dentro como fuera del aula.</p> <p>Dividiremos la clase en grupos de entre 4 y 5 estudiantes y repartiremos tarjetas con diferentes escenarios a cada grupo. Algunos ejemplos de estas tarjetas son:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>A friend is sad and need support.</i></li><li>- <i>A classmate feels frustrated because he forgot his materials and needs to find a solution.</i></li><li>- <i>A new student is nervous and you need to make him feel welcome.</i></li><li>- <i>A child has fallen in the park and is scared, you need to help him.</i></li><li>- <i>While you are waiting in line at the kiosk someone sneaks in, but you don't know if he did it unintentionally, act out the situation.</i></li></ul> <p>Cada grupo discutirá el escenario y planeará cómo representarlo. Los estudiantes tendrán que decidir cómo interpretar a los personajes y ensayarán brevemente cómo reaccionarían en la situación asignada, pensando en una reacción que demuestre autocontrol y empatía.</p> <p>Para ayudarles con la representación, si lo necesitan pasaremos por los grupos para dar roles más específicos a aquellos que lo necesiten (por ejemplo, <i>you don't get on well with the child who is sad, you contradict everyone...</i>)</p> <p>Una vez estén listos, cada grupo presenta su escena al resto de la clase. Al finalizar cada grupo, los demás estudiantes pueden hacer comentarios sobre las reacciones y posibles alternativas para resolver la situación de manera positiva.</p>		

## SESIÓN 9

<u>Actividad 8 – Sesión 9</u>		
<b>Título:</b>  The compliment circle.	<b>Tipo:</b>  Refuerzo de las habilidades socioemocionales.	<b>Temporalización:</b>  1 hora
<b>Gestión del aula:</b>  Para esta actividad mantendremos las mesas y sillas de los alumnos apartadas hacia los lados de la clase, dejando un espacio en el centro en el que nos sentaremos formando un círculo. Colocarnos de esta forma va a permitir que los alumnos puedan verse los unos a los otros y escuchar atentamente lo que dicen.	<b>Materiales:</b>  Para esta actividad vamos a necesitar:  - Un espejo de mano.	
<p><b>Objetivo:</b> Fomentar y mejorar la autoestima y el autoconocimiento de forma divertida y dinámica a través de la habilidad de dar y recibir piropos en inglés. También pretendemos fomentar la empatía y el respeto entre los alumnos, y trabajar la expresión oral.</p> <p><b>Descripción de la actividad:</b></p> <p>Comenzaremos explicando el objetivo de la actividad y por qué son importantes los cumplidos para desarrollar una buena autoestima. Lo siguiente que haremos será introducir el vocabulario para hacer cumplidos en inglés y llevaremos a cabo una sencilla dinámica de “Mirror Talk” en la que cada alumno, de uno en uno, se mirará en el espejo y dirá en inglés algo positivo sobre sí mismo (por ejemplo, <i>"I am creative"</i>).</p> <p>Una vez todos hayan dicho una cosa positiva sobre sí mismos, cada alumno piensa en un cumplido específico para el compañero que tiene a su derecha y lo dice en voz alta (por ejemplo, <i>"You are very funny"</i>). Una vez completada la ronda comenzaremos de nuevo pero esta vez diciéndole un cumplido a nuestro compañero de la izquierda.</p> <p>En silencio, durante unos minutos cada alumno recordará los cumplidos que ha recibido y reflexionará sobre cómo estos le hacen sentir. Una vez todos hayan reflexionado acerca de sus sentimientos lo expresarán de uno en uno en voz alta, esto les permitirá interiorizar los cumplidos que sus compañeros les han hecho, por ejemplo <i>"When my classmates said I am creative, I felt very happy because it's something I like about myself too."</i>, <i>"I felt special because my classmates noticed I am good at helping others."</i> o <i>"When they said I am funny, I smiled because I like making others laugh."</i></p> <p>La actividad finalizará con este breve intercambio en grupo donde los alumnos comparten cómo se sienten tras escuchar sus cumplidos. Recalcaremos también la importancia de reconocer y expresar las cualidades positivas de los demás.</p> <p>Esta actividad permite a los estudiantes mejorar su autoestima mientras aprenden y practican vocabulario positivo en inglés. El enfoque en la comunicación positiva y el respeto hace que el ambiente en el aula sea seguro y motivador, lo que es imprescindible para el desarrollo emocional y social en el aula.</p>		

## SESIONES 10 & 11

<u>Actividad 9 - Sesiones 10 &amp; 11</u>		
<b>Título:</b>  Storytime with a... twist!	<b>Tipo:</b>  Refuerzo de las habilidades socioemocionales.	<b>Temporalización:</b>  2 horas
<b>Gestión del aula:</b>  Los alumnos estarán sentados en sus pupitres de la forma en la que estén sentados habitualmente.	<b>Materiales:</b>  - Audiolibro “The Giving Tree”. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=5U22EHoEa08">https://www.youtube.com/watch?v=5U22EHoEa08</a>	
<p><b>Objetivo:</b> Reflexionar sobre las habilidades socioemocionales trabajadas a lo largo de la propuesta y sobre la toma de decisiones en este caso, a través de la historia de “The Giving Tree”, desarrollando la capacidad de los niños para ver las consecuencias que pueden tener las acciones y explorar diferentes soluciones para el personaje.</p> <p><b>Descripción de la actividad:</b></p> <p>Comenzaremos la primera sesión (sesión 10) explicando que escucharemos un audiolibro de la historia The Giving Tree, una historia que trata sobre la relación entre un niño y un árbol. Les avisaremos de que al finalizar la escucha del audiolibro reflexionarán sobre las emociones de los personajes, por lo que tendrán que prestar mucha atención a lo que cuenta la historia.</p> <p>Escucharemos la historia haciendo pausas en momentos clave para discutir brevemente las emociones y decisiones de los personajes, haciendo preguntas como por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>How do you think the tree feels here?</i></li><li>- <i>Does it seem fair to you what the child is asking for?</i></li></ul> <p>Al terminar, haremos un pequeño debate para que los estudiantes compartan sus impresiones sobre el comportamiento del niño y las emociones del árbol, les pediremos que se pongan en el lugar de cada personaje y que imaginen cómo se sintieron en los diferentes momentos.</p> <p>En la segunda sesión (sesión 11) repasaremos la historia con ayuda de los estudiantes, pidiéndoles que recuerden los acontecimientos principales y el final.</p> <p>Una vez todos recordemos bien la historia, los estudiantes deberán pensar maneras alternativas en las que el niño podría actuar en situaciones similares.</p> <p>Compartiremos en voz alta las diferentes opciones, y discutiremos el impacto que estas acciones pueden tener tanto en el árbol como en el niño. Recapitaremos sobre cómo estas diferentes situaciones trabajan la empatía y el autocontrol.</p> <p>Algunos ejemplos de preguntas para fomentar la reflexión pueden ser:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>“<i>What could the boy do instead of cutting the tree?</i>”</li><li>“<i>How can the boy show kindness to the tree?</i>”</li><li>“<i>What would happen if the boy took care of the tree instead?</i>”</li></ul>		

## SESIÓN 12

<u>Actividad 10 – Sesión 12</u>		
<b>Título:</b>  The treasury of emotions.	<b>Tipo:</b>  Reforzar el trabajo cooperativo y las habilidades socioemocionales.	<b>Temporalización:</b>  1 hora
<b>Gestión del aula:</b>  Dividiremos a los alumnos en 3 grupos y en la clase asignaremos 3 zonas en las que trabajaran los diferentes grupos de alumnos.	<b>Materiales:</b>  Para esta actividad vamos a necesitar:  - Trozos de un mapa. (ANEXO 10) - Papel y lapiceros. - Instrucciones. - Cofre con el tesoro. (ANEXO 11)	
<b>Descripción de la actividad:</b>  El <u>objetivo</u> de esta actividad es fomentar el trabajo en equipo para desarrollar las habilidades socioemocionales trabajadas durante la propuesta mientras que los estudiantes colaboran para encontrar un tesoro en el que habrá recompensas simbólicas relacionadas con las emociones.  Empezaremos por explicar, que para llevar a cabo esta actividad de forma satisfactoria todos deberán trabajar juntos para descubrir y poder abrir el cofre del “Tesoro de las Emociones”, en el cual hay consejos y poderes especiales que podrán usar cuando se sientan tristes, nerviosos o frustrados. Dividiremos la clase en tres grupos y repartiremos a cada grupo un sobre con instrucciones.  Cada grupo recibirá una parte de un mapa y una tarjeta con una habilidad emocional que deben trabajar:  - Grupo 1: <i>Empathy - They should talk about a situation in which someone needs help and think of three ways in which they could provide it.</i> - Grupo 2: <i>Self-control – They should talk about a situation that may cause them anger or frustration and think of three ways to relax at that moment.</i> - Grupo 3: <i>Self-esteem – Each member of the group should share one quality they like about themselves, and come up with a positive phrase that everyone can use when they feel bad.</i>  El siguiente paso será mezclar los grupos dejando a integrantes de los tres grupos iniciales en los nuevos. Una vez establecidos los nuevos grupos, deberán compartir todas sus reflexiones con sus nuevos compañeros. Una vez compartidas y habiendo todos entendido las habilidades trabajadas, cada grupo recibirá una parte del mapa que necesitarán para encontrar el tesoro. ¡Deben poner todas las piezas juntas para descubrir el lugar!  Una vez han completado el mapa, los estudiantes colaborarán para encontrar el tesoro escondido en el aula.  Cuando encuentren el tesoro lo abrirán y cada estudiante cogerá un “emotional power” que podrá leer y guardar. Estos “powers” son frases de autocontrol, empatía o autoestima que podrán recordar y usar en su vida cotidiana.		

Algunos ejemplos de “powers” que los alumnos encontrarán son:

Autocontrol:

*“I can stay calm, even when things are difficult.”*  
*“When I feel angry, I can take deep breaths and relax.”*

Empatía:

*“I have to listen carefully when my friends speak, and try to understand how they feel.”*  
*“If someone is sad, I can be kind and offer help.”*

Autoestima:

*“I believe in myself and my abilities.”*  
*“I am proud of who I am and the things I can do.”*

## SESIONES 13 & 14

<u>Actividad 11 – Sesiones 13 &amp; 14</u>		
<b>Título:</b>  In My Shoes, In Your Eyes	<b>Tipo:</b>  Tarea final.	<b>Temporalización:</b>  2 horas
<b>Gestión del aula:</b>  Los alumnos estarán sentados en sus pupitres de la forma en la que estén sentados habitualmente.	<b>Materiales:</b>  Para esta actividad vamos a necesitar:  - Tríptico. (ANEXO 12) - Hoja con el nombre de todos los alumnos. - Pegamento, rotuladores, pinturas y bolígrafos.	
<b>Descripción de la actividad:</b>  Los <u>objetivos</u> de esta actividad son fomentar la autoestima identificando características positivas de sí mismos, trabajar la empatía entendiendo como son observados por los demás y desarrollar el autoconocimiento practicando la expresión escrita y artística en inglés. Otro objetivo es que reconozcan sus fortalezas, pero también los aspectos en los que pueden mejorar.  En la primera sesión comenzaremos contándoles a los estudiantes que van a realizar un tríptico en el que reflejarán cómo se ven a sí mismos a la vez de como los ven sus compañeros. Presentaremos el tríptico, dividiéndolo en tres partes:  - <i>Left side: Adjectives with which they identify themselves.</i> - <i>Middle part: Adjectives written about them by their classmates.</i> - <i>Right side: Aspects they would like to improve.</i> - <i>Back part: Drawing of themselves.</i>  Los estudiantes comenzarán a rellenar la primera parte del tríptico (columna izquierda), en la que escribirán 10 adjetivos que describan cómo se ven a sí mismos. Pueden escribir tanto adjetivos positivos como negativos. Este ejercicio les permitirá reflexionar sobre sus características individuales y empezar a identificar qué cualidades valoran de ellos mismos.  Una vez terminada esta parte, les entregaremos una hoja con el nombre de todos los compañeros de la clase. Deberán escribir un adjetivo para describir a cada uno de ellos. Destacaremos que, en este caso, los adjetivos deben ser positivos y respetuosos. Este ejercicio fomenta la empatía, ya que los estudiantes deben pensar en las cualidades positivas de sus compañeros y mostrar la percepción que tienen de ellos.  Una vez terminado esto recogeremos los trípticos y las hojas de los alumnos para continuar trabajando en ello en la siguiente sesión.		

Comenzaremos la segunda sesión recortando los papeles en pedazos pequeños con los nombres de cada alumno y sus correspondientes adjetivos. Mientras recortamos, los estudiantes tendrán que trabajar en la parte posterior del tríptico.

En la parte de atrás del tríptico, los estudiantes realizarán un dibujo de sí mismos. Este ejercicio les permitirá visualizar su persona de manera más profunda y personal.

Una vez que todos los adjetivos estén listos y los dibujos terminados, les entregaremos los papeles con las descripciones de sus compañeros.

Los estudiantes deberán pegar estos adjetivos en la parte central de su tríptico. Esto les permitirá ver y comparar las percepciones que tienen de sí mismos con las que sus compañeros tienen de ellos.

Para terminar, en la parte derecha del tríptico, los estudiantes escribirán las cosas que les gustaría mejorar de sí mismos, basándose en lo que han aprendido sobre ellos mismos durante la propuesta de intervención. Pueden incluir tanto aspectos emocionales, como sociales o de comportamiento. Con este ejercicio podrán reflexionar sobre su crecimiento personal y establecer metas para mejorar su autoestima y crear relaciones sanas con los demás.

Este tríptico es el cierre perfecto para nuestra propuesta, ya que en sus pliegues se reúnen todos los aprendizajes y descubrimientos que hemos vivido juntos este trimestre. A través de él, cada estudiante puede tener la oportunidad de ver, en un pequeño trabajo personal, el resultado de su esfuerzo reconociendo sus emociones, fortaleciendo su autoestima y aprendiendo a tratar a los demás con empatía. Es un recordatorio de todo lo que han crecido en este tiempo y una herramienta fundamental que les acompañará en su camino hacia el autoconocimiento y la relación respetuosa con quienes les rodean, en este caso su grupo de compañeros con los que convivirán todo este tercer ciclo escolar.

## SESIÓN 15

<u>Actividad 12 – Sesión 15</u>		
<b>Título:</b>  The learning ladder.	<b>Tipo:</b>  Autoevaluación.	<b>Temporalización:</b>  30 minutos
<b>Gestión del aula:</b>  Los alumnos estarán sentados en sus pupitres de la forma en la que estén sentados habitualmente.	<b>Materiales:</b>  Para esta actividad vamos a necesitar:  - Escalera metacognitiva. (ANEXO 14) - Bolígrafo.	
<b>Descripción de la actividad:</b>  El <u>objetivo</u> de esta actividad es guiar a los estudiantes para hacer una reflexión final en la que evaluarán su propio aprendizaje y si han comprendido o no las habilidades trabajadas a lo largo del trimestre. Esta autoevaluación les ayudará a fijar conceptos clave que llevan trabajando durante toda la propuesta (empatía, autoestima y autocontrol) permitiéndoles ser conscientes de cuándo y cómo aplicar lo que han aprendido.  Explicaremos a los estudiantes que la “Learning Ladder” es una herramienta para reflexionar sobre lo QUE han aprendido, CÓMO lo aprendieron y cómo pueden USAR ese aprendizaje en el futuro.  Entregaremos a cada estudiante una copia de la “Learning Ladder” y les pediremos que completen cada sección de manera personal, siguiendo estos pasos:  - Paso 1: “ <i>What Did I Learn?</i> ”  - Paso 2: “ <i>How Did I Learn It?</i> ”  - Paso 3: “ <i>What Is It For?</i> ”  - Paso 4: “ <i>When Else Can I Use It?</i> ”  Al final de la actividad, pediremos a algunos estudiantes que si se sienten cómodos haciéndolo pueden compartir sus respuestas con el resto de la clase, de esta forma reflexionaremos todos juntos como broche final de la propuesta sobre el valor de estas habilidades en el día a día y cómo pueden continuar desarrollándolas en el futuro.  Esta actividad se podría hacer en más ocasiones, una vez al mes por ejemplo, o si estuviera la propuesta dividida en bloques, al terminar cada uno de ellos.		



## 6. CONCLUSIONES

Trabajar la educación socioemocional en el aula de inglés, desarrollando habilidades como la autoestima, el autocontrol y la empatía es clave a la hora de alcanzar el objetivo general planteado en este trabajo, estamos fomentando el bienestar de los estudiantes tanto social como emocional a la vez que fortalecemos sus competencias comunicativas en la lengua extranjera – inglés. Durante el desarrollo de nuestro Trabajo de Fin de Grado hemos puesto en valor estas habilidades potenciando así el aprendizaje total del alumnado.

Tratar este tema en las aulas de un centro educativo puede generar muchos beneficios, uno de los más relevantes es la mejora del clima escolar, impulsando que el alumnado esté más motivado y se sienta en confianza a la hora de participar en las actividades y comunicarse con el resto de sus compañeros, dejando atrás los miedos más comunes en estos casos como el miedo a equivocarse o inseguridad al hablar en público, siendo el aula un entorno seguro para ellos. De esta forma disminuirá la ansiedad que el aprendizaje de un nuevo idioma puede causar.

Más allá de los efectos que el trabajo de estas habilidades pueda tener en el aula, estamos preparando a los niños para que sean capaces de gestionar sus emociones en otras situaciones fuera del contexto escolar.

Aunque trabajar estos aspectos emocionales tiene muchos puntos positivos, no está libre de desafíos, en especial para los docentes, ya que tienen que estar en constante formación sobre inteligencia emocional, a la vez que van adaptando las actividades a las necesidades del grupo y por supuesto, sin olvidarnos de las materias impartidas, esto puede requerir mucho tiempo e implicación. Por otro lado, encontramos un gran desafío a la hora de evaluar el desarrollo de estas habilidades socioemocionales, ya que medir los avances en estos aspectos de forma objetiva puede resultar complejo. Aun así, los resultados que se obtengan al finalizar estarán directamente relacionados con el esfuerzo del alumnado, y mostrarán cómo estas habilidades favorecen tanto al aprendizaje del inglés como al desarrollo total de los niños.

En el futuro, sería interesante ampliar esta vía de trabajo sumando estrategias que fomenten de forma más directa la inclusión y tengan en cuenta, por ejemplo, la diversidad cultural, enriqueciendo el aprendizaje y poniendo en valor las diferencias que

puedan existir, esto se podría complementar teniendo en cuenta las necesidades educativas especiales que pueda tener cada estudiante, asegurando de esta forma la participación activa de todos ellos. Otra ampliación que se podría hacer en el futuro podría ser la implementación del trabajo de estas habilidades socioemocionales en otras etapas de la educación, como por ejemplo, la etapa de Educación Infantil donde se asentarían las bases del desarrollo emocional de los niños, o por el contrario, también podríamos incluirlo en la etapa de Educación Secundaria ya que es una etapa donde los estudiantes se enfrentan a retos socioemocionales más complejos y difíciles de gestionar, de esta forma conseguimos alargar el desarrollo de estas habilidades socioemocionales. Por otro lado, sería favorable llevar este enfoque a otros contextos sociales más informales como podrían ser actividades de ocio para los niños, actividades extraescolares o campamentos, llegando a ambientes que se salen del aula tradicional y siguiendo con el aprendizaje constante de los niños.

Es especialmente enriquecedor trabajar estas habilidades en entornos de vulnerabilidad, ya que el desarrollo de las habilidades socioemocionales es una medida clave para poder desafiar cualquier situación que se pueda dar en estos contextos, donde los estudiantes probablemente tengan que afrontar más desafíos personales, de la mejor manera posible. Que los alumnos tengan una buena gestión de las emociones tendrá un impacto muy significativo a la hora de resolver problemas, tanto escolares como de la vida fuera del centro escolar. Existen entornos donde las desigualdades o los conflictos sociales son más llamativos que en otros, por lo tanto en estos, especialmente, es de gran importancia el desarrollo de la fortaleza individual a la vez que se van creando las relaciones entre individuos. Esto es una manera de educar para la inclusión, haciendo que los estudiantes que se enfrentan a culturas, situaciones económicas o relaciones familiares diferentes a las del resto, se puedan sentir respetados y tratados por igual dentro del grupo. Por lo tanto, integrar estos proyectos que trabajan las habilidades emocionales en ambientes vulnerables, es una gran vía para conseguir un aprendizaje académico significativo a la vez que se contribuye al bienestar socioemocional de las personas, generando una convivencia en el grupo más equilibrada y responsable.

Para mí, el proceso de realización de este Trabajo de Fin de Grado ha sido una experiencia completamente gratificante que me ha hecho pensar y reflexionar mucho acerca de este tema, yéndose mucho más allá de un mero trámite académico. A pesar de todas las dificultades que me he encontrado en el camino, los momentos de bloqueo, la

gestión del tiempo, los momentos en los que no paraba de leer información y tenía que reestructurar el trabajo o enfocar el contenido de diferente forma, cada pequeño avance que veía me confirmaba lo bonito que es educar, aún más si se tiene en cuenta la educación socioemocional de los estudiantes, y lo bonita que es mi futura profesión.

Descubrir a lo largo de este trabajo el gran impacto que estas estrategias tienen tanto en el desarrollo personal como académico de los estudiantes, me ha hecho estar muy motivada y con ganas de aportar mi granito de arena. Más allá de todo lo que he aprendido, que servirá en mi futuro como docente, también he podido experimentar muchas de las cosas que estaba investigando, por lo que ha sido un viaje lleno de autodescubrimiento. He trabajado en mis propias emociones y las reacciones que las mismas me generaban a lo largo de todo este proceso, gestionando los momentos de agobio o inseguridad, y valorar lo importante que es tener una buena autoestima, un buen control de las emociones, y ser empático en cualquier momento. Todo esto me ha convertido en una persona mucho más consciente y preparada.

Considero que incluir la educación socioemocional en el aula es una necesidad para poder afrontar las exigencias de la sociedad. Esto simboliza un avance hacia una educación más completa, comprensiva y pensada para el desarrollo íntegro de los alumnos, educándolos tanto para asumir los retos escolares como para tener equilibrio emocional y responsabilidad afectiva en otros aspectos de sus vidas. Con este trabajo he llegado a la conclusión de que educar no es solo enseñar, sino que, lo que es realmente importante y tiene tanto o más valor es el hecho de conectar con las emociones, tocar los corazoncitos de los niños y generar recuerdos gracias a pequeños gestos que les marcarán de por vida.

## 7. REFERENCIAS

### 7.1. REFERENCIAS NORMATIVAS:

DECRETO 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el

currículo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León. Boletín

Oficial de Castilla y León, núm. 190, de 30 de septiembre de 2022, páginas 48316

a 48849. <https://bocyl.jcyl.es/boletines/2022/09/30/pdf/BOCYL-D-30092022-2.pdf>

Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Infantil. Boletín Oficial del Estado, núm. 52, de 2 de marzo de 2022, páginas 24560 a 24615.

<https://www.boe.es/eli/es/rd/2022/03/01/157/con>

Universidad de Valladolid. (2010). *Memoria de plan de estudios del título de grado maestro -o maestra- en educación primaria*. [PDF]. Universidad de Valladolid.

[CompetenciasGeneralesGEP.pdf](#)

### 7.2. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

Bisquerra Alzina, R., y Pérez Escoda, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10(0), 61-82.

Bisquerra Alzina, R. (2011). Educación emocional. *Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers*, (337), 5-8.

Bisquerra Alzina, R. (2013). *Educación emocional: Propuestas para educadores y familias*. Desclée De Brouwer.

Cassany, D. (1999). Los enfoques comunicativos: elogio y crítica. *Lingüística y literatura*. 1999; 36-37: 11-33.

- Cohen, J. (2006). Social, emotional, ethical, and academic education: Creating a climate for learning, participation in democracy, and well-being. *Harvard Educational Review*, 76(2), 201-237.
- De Espinosa, I. P. L., Martínez, Y. M., y Seijo, J. C. T. (2019). Implicaciones de la formación del profesorado en aprendizaje cooperativo para la educación inclusiva. *Profesorado, Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 23(4), 128-151.
- Fernández-Berrocal, P., y Extremera, N. (2003). La inteligencia emocional en el contexto educativo: Hallazgos científicos de sus efectos en el aula. *Revista de Educación Emocional*, 332(0), 97-116.
- Fernández-Berrocal, P., y Ruiz-Aranda, D. (2008). La Inteligencia emocional en la Educación. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 6(15), 421-436.  
<https://doi.org/10.25115/ejrep.v6i15.1289>
- Gillies, R. M. (2016). Cooperative learning: Review of research and practice. *Australian Journal of Teacher Education*, 41(3), 39-54. <https://doi.org/10.14221/ajte.2016v41n3.3>
- Goleman, D., y Senge, P.M. (2016). *Triple Focus: Un nuevo acercamiento a la educación*. Ediciones B
- Krashen, S. D. (1982). *Principles and Practice in Second Language Acquisition*. Oxford: Pergamon Press.
- Montes de Oca Rodríguez, R., (2005). Autoestima e idioma inglés: una primera discusión. *Revista Educación*, 29(1), 59-71.
- Pastor, C. A. (2018). *El Diseño Universal para el Aprendizaje: Educación para todos y prácticas de enseñanza inclusivas*. Ediciones Morata.
- Pizarro Chacón, G., y Josephy, D. (2010). El efecto del filtro afectivo en el aprendizaje de una segunda lengua. *Letras*, 48, 209-224.
- Pujolàs i Maset, P. (2008). ) 9 ideas clave. *El aprendizaje cooperativo*. (Vol. 8). Graó.

- Renom Plana, A. (2016). *Educación emocional. Programa para Educación Primaria (6-12 años)*. Wolters Kluwer Educación.
- Richards, J. C., y Rodgers, T. S. (2014). *Approaches and Methods in Language Teaching* (3.<sup>a</sup> ed.). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781009024532>
- Salguero, J. M., Fernández-Berrocal, P., Ruiz-Aranda, D., Castillo, R., y Palomera, R. (2011). Inteligencia emocional y ajuste psicosocial en la adolescencia: El papel de la percepción emocional. *European Journal of Education and Psychology*, 4(2), 143-152.
- Weissberg, R. P., Durlak, J. A., Domitrovich, C. E., y Gullotta, T. P. (2015). Social and emotional learning: Past, present, and future en J. A. Durlak, C. E. Domitrovich, R. P. Weissberg, y T. P. Gullotta (Eds.), *Handbook of social and emotional learning: Research and practice*. (pp. 3-19). Guilford Press.

### 7.3. REFERENCIAS ELECTRÓNICAS:

- Barra, K. (s.f.). Metacognitive ladder. *Pinterest*.  
<https://co.pinterest.com/pin/825918019143940472/>
- Bello, E. (13 de febrero de 2023). *La inteligencia emocional de Daniel Goleman: qué es y cómo desarrollarla*. IEBS. <https://www.iebschool.com/blog/liderazgo-inteligencia-emocional-coach-management/>
- CASEL (s.f.). *What is SEL?* CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning, 1994). Recuperado el 26 de noviembre de 2024 de <https://casel.org/what-is-sel/>
- CAST (2024). *Universal Design for Learning Guidelines versión 3.0*. Recuperado de <https://udlguidelines.cast.org>
- El rincón de la calma en educación infantil: Estrategias y beneficios para el desarrollo emocional. (23 de abril de 2024). *El rincón de la calma en educación infantil: Estrategias y beneficios para el desarrollo emocional* [Imagen]. Educatics.  
<https://educatics.ar/rincon-de-la-calma-en-infantil/>

García, P. (2023). El filtro afectivo en los idiomas. *Paloma García Coach*.

<https://palomagarciacoach.com/filtro-afectivo-idiomas/>

INOMA (21 de abril de 2021). *La importancia de la educación socioemocional*. INOMA.

<https://inoma.mx/index.php/2021/04/21/la-importancia-de-la-educacion-socioemocional/#:~:text=Afirma%20que%20este%20tipo%20de,a%20que%20tomen%20decisiones%20libremente.>

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (20 de mayo de 2020). *El aprendizaje socioemocional como factor fundamental para la educación*.

Unesco.org. <https://www.unesco.org/es/articles/el-aprendizaje-socioemocional-como-factor-fundamental-para-la-educacion>

Silverstein, S. (17 de abril de 2024). *Read Aloud: The Giving Tree* [Vídeo]. YouTube.

<https://www.youtube.com/watch?v=5U22EHoEa08>

Román, L. (s.f.). *Evaluar con rúbricas: qué son, cómo aplicarlas y cuáles son sus beneficios*.

EDUCACIÓN 3.0. <https://www.educaciontrespuntocero.com/noticias/evaluar-con-rubricas/>

Souza, J. (14 de enero de 2025). *What Is Social and Emotional Learning?* Child Mind Institute.

Recuperado el 26 de noviembre de 2024 de <https://childmind.org/article/what-is-social-and-emotional-learning/>

Torres Jeldes, C. (2022). *¿Qué es la escalera metacognitiva?* Umáximo.

<https://www.umaximo.com/post/que-es-la-escalera-metacognitiva?c=cl#:~:text=La%20escalera%20metacognitiva%20es%20una,y%20para%20qu%C3%A9%20les%20sirve.>

Weissberg, R. (15 de febrero de 2016). *Why Social and Emotional Learning Is Essential for*

*Students*. Edutopia. <https://www.edutopia.org/blog/why-sel-essential-for-students-weissberg-durlak-domitrovich-gullotta>

## 8. ANEXOS

### ANEXO 1: “Flashcards” de las emociones.





## ANEXO 2: Class contract!



## ANEXO 3: Ejemplo de mural en el aula, ahí se expondrán los diferentes trabajos realizados.



#### ANEXO 4: Ejemplo de un rincón de la tranquilidad.



#### ANEXO 5: The empathy map!



## ANEXO 6: Lectura para la Actividad 5.

### The Mystery of the Missing Diary.

Mary and Sophie are two very different girls, but very good friends. Mary is shy and reserved, always has a book in her hands and prefers to observe from a distance. Sophie, on the other hand, is outgoing and always full of energy, leading the games and adventures in the school playground. Despite their differences, they share a special connection: they both love to write in their personal diaries.

One day, in class, Sophie arrives in tears. She has lost her diary and is sure that someone has taken it. 'I write everything in it, Mary, my secrets, my fears, my dreams! If anyone reads it, I'll die of shame'. Mary gives her comfort and promises to help her, even though inside she feels she doesn't know what to do.

During the break, the two of them look for it together. They look under the desks, in the corner of the coats and even in the library, but the diary is nowhere to be found. As they search, Sophie keeps accusing her classmates. 'I'm sure it was Clara, she always makes fun of me,' she says angrily. Mary keeps quiet. She thinks it's not good to accuse anyone without any evidence, but she doesn't know how to tell her.



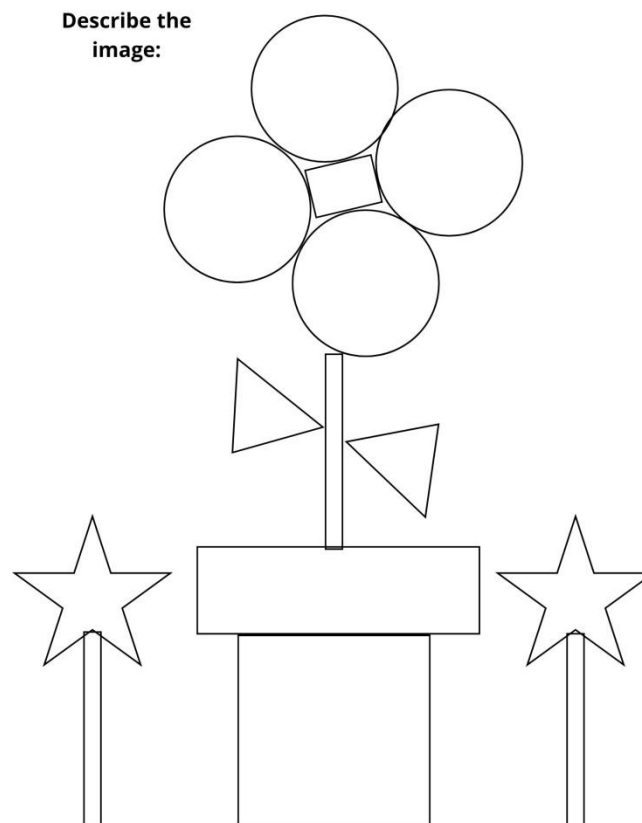
That afternoon, just when they are ready to give up, a younger girl, Anne, shyly comes up to them. 'Is this yours?' she asks, showing a blue-coloured notebook. Sophie recognises it instantly. 'My diary!' she shouts excitedly.

However, her happiness changes to confusion when Anne explains: 'I find it in the park, open on one page. I don't want to read it, but I see something about a friend who's always afraid to talk'.

Sophie turns red. That description matches something she has written about Mary. She looks at her friend nervously, but Mary just smiles, 'Sophie, we all have things we find difficult to say. Thank you for being honest with me, even if it's in your diary.'

From that day on, Mary and Sophie trust each other more. They have learned that, although they are different, together they can face their fears and understand each other better.

## ANEXO 7: Lámina con el dibujo geométrico para la Actividad 6.





### ANEXO 8: Tarjetas con diferentes escenarios para la Actividad 7.

While you are waiting in line at the kiosk  
someone sneaks in, but you don't know if he  
did it unintentionally, act out the situation.

A child has fallen in the park and is scared,  
you need to help him.

A new student is nervous and you need to make  
him feel welcome.

A friend is sad and needs support.

A classmate feels frustrated because he forgot his  
materials and needs to find a solution.

### ANEXO 9: Tarjetas con diferentes emociones para la Actividad 7.

YOU DON'T GET ON WELL WITH THE CHILD WHO  
IS SAD

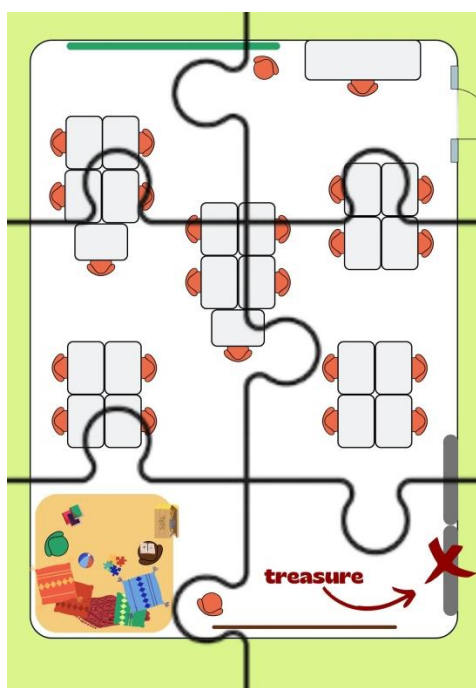
YOU CONTRADICT EVERYONE

YOU ARE VERY SHY AND ACT QUIETLY

YOU TALK A LOT AND DON'T LISTEN TO  
OTHERS

YOU CARE A LOT ABOUT OTHERS, YOU ARE  
VERY SENSITIVE




**ANEXO 10: Mapa de la clase para la Actividad 10. (Se recortarán las piezas del puzle.)**



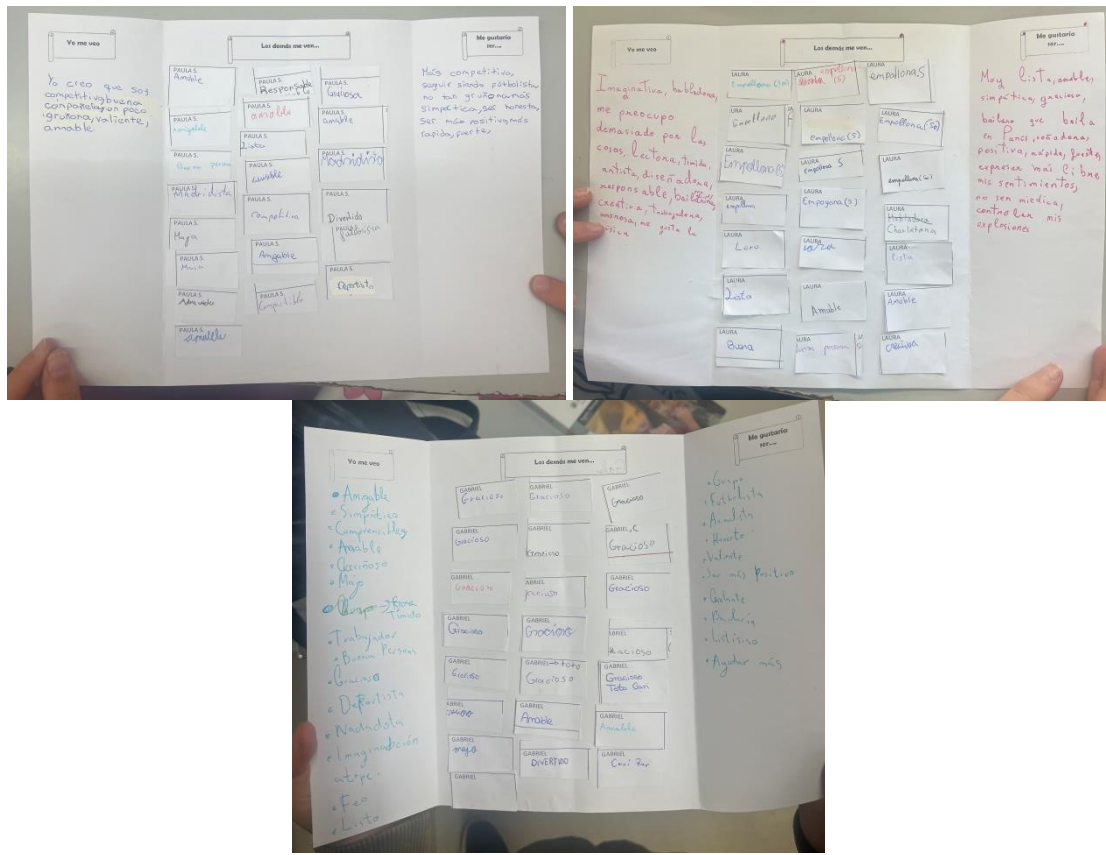
**ANEXO 11: Ejemplo del cofre con el tesoro.**



**ANEXO 12: Tríptico. “In My Shoes, In Your Eyes”.**

IN YOUR EYES.	THIS IS ME!	IN MY SHOES,
		
I SEE MYSELF...	THE OTHERS SEE ME...	I WOULD LIKE TO BE...
		

### ANEXO 13: Ejemplos de actividades realizadas con el tríptico.



### ANEXO 14: The learning ladder.

