

TRABAJO DE FIN DE GRADO

La Inteligencia Emocional a través de la Música Propuesta Didáctica



Grado en Educación Primaria

FACULTAD UNIVERSITARIA DE EDUCACIÓN

“MARÍA ZAMBRANO” (Segovia)

Autor: Félix Sanz Llorente

Tutora: María José Arroyo González

Año: 2020

RESUMEN EJECUTIVO

En este Trabajo Fin de Grado se presenta una revisión exhaustiva de los conceptos relacionados con la Inteligencia Emocional y que han sido tratados por numerosos autores de forma, que el propio TFG sirva de base de referencia en este campo. Con ello se pretende llevar a cabo un análisis sobre la relación entre las competencias emocionales y la música, así como la incidencia que tiene en la Educación Primaria. De esta manera, se intenta resaltar la importancia de la Educación Emocional en todos los ámbitos de la sociedad, especialmente en la escuela, favoreciendo el desarrollo personal de los alumnos.

Además, se plantea una propuesta didáctica para desarrollar la Inteligencia Emocional en el área de música para una clase de sexto de primaria. En ella, se abordarán los contenidos de aprendizaje haciendo uso de distintas metodologías y adaptándose siempre a las características del grupo para que su aplicación resulte más efectiva.

PALABRAS CLAVE

Inteligencia Emocional, Educación Emocional, Música, Emociones, Educación Primaria.

ABSTRACT

In this Final Degree Paper, an exhaustive review of the concepts related to Emotional Intelligence is presented, which have been treated by numerous authors so the document itself serves as a reference base in this field. The aim is to carry out an analysis of the relationship between emotional competencies and music, as well as its impact on Primary Education. In this way, we try to highlight the importance of Emotional Education in all areas of society, especially in school, favouring the personal development of the students.

In addition, a didactic proposal is suggested to develop Emotional Intelligence in the area of music for a sixth grade class. It will address the learning content using different methodologies and always adapted to the characteristics of the group to make its application more effective.

KEY WORDS

Emotional Intelligence, Emotional Education, Music, Emotions, Primary Education.

Índice

1	INTRODUCCIÓN	1
2	OBJETIVOS	3
3	JUSTIFICACIÓN DEL TRABAJO	5
4	FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA Y ANTECEDENTES	7
4.1	¿QUÉ SON LAS EMOCIONES?.....	7
4.1.1	Definición	7
4.1.2	Funciones.....	8
4.1.3	Clasificación	10
4.2	LA INTELIGENCIA EMOCIONAL	10
4.2.1	Origen y definición	10
4.2.2	Modelos de Inteligencia Emocional	12
4.2.2.1	Modelos de habilidades	12
4.2.2.2	Modelos Mixtos.....	14
4.2.2.3	Otros modelos	16
4.3	LA EDUCACIÓN EMOCIONAL.....	17
4.3.1	Definición	17
4.3.2	Importancia de la formación docente en la Educación Emocional	19
4.3.3	El papel de la familia en la Educación Emocional	20
4.4	RELACIÓN ENTRE LA MÚSICA Y LA INTELIGENCIA EMOCIONAL	21
4.4.1	Inteligencia musical	21
4.4.2	Música y emoción.....	21
5	DISEÑO DE UNA UNIDAD DIDÁCTICA	25
5.1	JUSTIFICACIÓN DE LA UD	25
5.2	CONTEXTUALIZACIÓN	25
5.3	OBJETIVOS	26
5.4	INTERDISCIPLINARIDAD CON TEMAS TRANSVERSALES	27
5.5	CONTENIDOS DE APRENDIZAJE	28
	COMPETENCIAS	28
5.6	METODOLOGÍA	29
5.7	DESARROLLO DE LA UNIDAD DIDÁCTICA.....	29
	Sesión 1: Introducción a las Emociones.....	30
	Sesión 2: Las emociones en el Séptimo Arte	32
	Sesión 3: Fononimia y relajación	33
	Sesión 4: Expresarse mediante la música.....	35
5.8	RECURSOS	36

5.9	EVALUACIÓN	37
6	CONCLUSIONES.....	39
7	ALCANCE Y LIMITACIONES.....	41
8	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	43
	ANEXOS	47
	ANEXO I: Recursos empleados en las actividades de la Unidad Didáctica.....	47
	Sesión 1. Introducción a las Emociones.....	47
	Sesión 2. Las emociones en el Séptimo Arte	48
	Sesión 3 Fononimia y relajación	48
	ANEXO II- Instrumentos de cara a la evaluación en la Unidad Didáctica.....	49
	a) Evaluación al profesor	49
	b) Evaluación del alumnado por parte del profesor	49
	c) Rúbrica de evaluación del profesor.....	50

Índice de Tablas

Tabla 1.	Funciones de las emociones según Plutchik (1980).....	8
Tabla 2.	Características principales de los modelos Mixtos y de Habilidades	16
Tabla 3.	Contenidos de aprendizaje de la UD	28
Tabla 4.	Resumen del contenido de las sesiones	30

Índice de Figuras

Figura 1 .	Aula de música/comedor. Fuente: web CEIP Villalpando	36
Figura 2.	Gimnasio. Fuente: web CEIP Villalpando	37

1 INTRODUCCIÓN

Desde su origen, la música ha sido utilizada para expresar sentimientos y transmitir mensajes de forma sencilla y eficaz, teniendo un gran impacto en el estado emocional del ser humano. Ya en la Prehistoria, la música se empleaba para eventos importantes, rituales y fiestas al evocar emociones mediante los sonidos. Este fenómeno provoca por tanto una predisposición innata del ser humano hacia la música.

La música facilita la comprensión de los sentimientos y permite a las personas ser más conscientes acerca de su estado emocional. En este sentido, la música adquiere un papel importante en la Inteligencia Emocional (En adelante IE). Esta corriente propone que para gestionar adecuadamente las relaciones sociales y las situaciones personales se debe dar una educación integral que incluya el aspecto emocional, por lo que la música es un elemento clave.

La IE es un concepto relativamente nuevo que ha cambiado el modo de concebir la educación al dejar de limitarse a la adquisición de conocimientos. Aunque ya desde la antigüedad se pueden encontrar textos de autores como Platón y Aristóteles donde se analizan aspectos emocionales y su importancia para el hombre, no es hasta la década de 1980 que estas teorías adquieren importancia a partir de los estudios de Gardner.

Según este autor, la Inteligencia Emocional (IE) es “la habilidad de ser consciente de nuestras emociones y de saber gestionarlas adecuadamente”. Al ser una habilidad puede ser entrenada y mejorada, por lo que un ámbito de la enseñanza formal está dirigida a la Educación Emocional (EE). Al ser las emociones un componente fundamental en la toma de decisiones y en el propio bienestar de las personas, es necesario contemplar su función en todos los aspectos de la sociedad, haciendo hincapié en el sistema educativo como base para el aprendizaje emocional.

2 OBJETIVOS

En este Trabajo Fin de Grado se pretenden alcanzar los objetivos planteados a continuación:

- Llevar a cabo una revisión bibliográfica sobre los estudios más importantes relativos a la inteligencia emocional.
- Destacar la importancia del desarrollo de la inteligencia emocional en el ámbito educativo.
- Analizar el papel de la música en la inteligencia emocional.
- Elaborar una propuesta didáctica que fomente la educación emocional dentro del área de música.

3 JUSTIFICACIÓN DEL TRABAJO

La música está estrechamente ligada a las emociones. Una obra musical puede alterar nuestro estado emocional a la vez que transmite un mensaje, dando como resultado una expresión no verbal que manifiesta ideas y sentimientos. Es por este motivo que la música está presente en todas las culturas y es utilizada en multitud de ámbitos como actos religiosos o celebraciones.

La música tiene una doble dimensión en cuanto a que puede ser una vía de expresión artística para comunicar; y a su vez, es capaz de evocar emociones. Mediante formas de expresión musical como el sonido y el lenguaje corporal (danza), el ser humano puede comunicar sensaciones y liberarse de sus pensamientos.

En este sentido, la música tiene un gran potencial como herramienta didáctica, pues motiva y favorece aprendizajes cognitivos y emocionales, los cuales no se trabajan demasiado en la escuela de forma activa. Es necesario entonces enseñar a los alumnos a entender y a manejar adecuadamente sus emociones para desarrollar todo su potencial académico y personal.

Por tanto, una buena educación emocional puede mejorar el desarrollo académico, disminuir las conductas violentas y beneficiar las relaciones entre alumnos. Sin embargo, este aspecto educativo no es evaluable en el sistema actual ni se trabaja demasiado en los cursos superiores, ya que no se dispone del tiempo suficiente, hay mucho contenido que dar, pocos recursos humanos, etc.

Es innegable entonces que el objetivo de la educación debe ir más allá de proporcionar una formación meramente académica, pues es la herramienta principal para desarrollar individuos capaces de vivir en sociedad. Para tal fin, es fundamental fomentar la importancia de las capacidades emocionales y valores como el respeto que permitan las relaciones sociales.

4 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA Y ANTECEDENTES

Este apartado tiene como objetivo definir los términos propios del ámbito de la Inteligencia y Educación Emocional, así como reflexiones, clasificaciones y diferencias según los diversos autores que la han estudiado. De este modo se facilitará la comprensión de los conceptos utilizados en los apartados de este TFG.

4.1 ¿QUÉ SON LAS EMOCIONES?

4.1.1 Definición

Se pueden definir las emociones como un estado emocional concreto, como pueden ser la alegría, la tristeza, el miedo etc. Al igual que señalan otros autores, dar una definición exacta del concepto de emoción no es fácil, pues es un término abstracto que sin embargo reconocemos fácilmente por nuestras propias experiencias. Para buscar la definición más acertada o aceptada conviene buscar los puntos en común que tienen diversos autores sobre este concepto para poder llegar a tener una idea más precisa.

Siguiendo un orden cronológico, en el s. XIX, James (1884) declaró que "la emoción es básicamente la percepción de cambios psicológicos, cambios que son definidos como alteraciones de las estructuras viscerales y de la musculatura estriada, siendo estos cambios fisiológicos los que provocan esos sentimientos etiquetados como «emociones»" (Herrador, 1991, p.66).

Destaca especialmente Daniel Goleman (1996, p. 418-19), pionero en la investigación sobre Inteligencia Emocional, quien concibió el término emoción como "un sentimiento y a los pensamientos, los estados biológicos, los estados psicológicos y el tipo de tendencia a la acción que lo caracteriza".

Por su parte, Bisquerra (2000, p.61), añade una definición de emoción entendida como un "estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a la acción". Para entender la emoción de una forma más detallada conviene concretar en qué consiste el denominado "estado complejo", el cual hace referencia a las alteraciones del estado biológico y psicológico ante determinados estímulos.

En el diccionario de la Real Academia Española se encuentra la definición de emoción como “alteración del ánimo intensa, pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática”. Proveniente del lat. *emotio, -ōnis*.

Otro diccionario más especializado, en este caso el Diccionario de Neurociencia de Mora y Sanguinetti (2004) ofrece una definición más técnica: "Toda reacción conductual y subjetiva producida por una información proveniente del mundo externo o interno (memoria) del individuo que se acompaña de fenómenos neurovegetativos. El sistema límbico es parte importante del cerebro relacionado con la elaboración de las conductas emocionales" (Mora, 2013).

4.1.2 Funciones

Teniendo ya más claro el concepto de “emoción”, se puede pasar ahora a analizar la utilidad que tienen en nuestro organismo y el objetivo que cumplen tanto en las relaciones sociales como en nuestro ajuste personal.

Según Reeve (1994) se pueden clasificar las funciones emocionales en tres clases principales (Chóliz, 2005, p.4):

- **Funciones Adaptativas:** Debido a que sirven para preparar al cuerpo ante un estímulo determinado. Darwin afirmó que son fundamentales para el proceso evolutivo mediante la selección natural de las especies, dado que son una herramienta de adaptación que, como explica Elsa Punset (2008, p.272), “existen porque sirven para ayudarnos a sobrevivir en un entorno complejo”.

Plutchik (1980) establece ocho funciones principales de las emociones y relaciona cada una de ellas con una emoción, estableciendo así un lenguaje funcional, tal y como vemos reflejado en la tabla siguiente.

Tabla 1.

Funciones de las emociones según Plutchik (1980).

Lenguaje subjetivo	Lenguaje funcional
Miedo	Protección
Ira	Destrucción

Alegría	Reproducción
Tristeza	Reintegración
Confianza	Afiliación
Asco	Rechazo
Anticipación	Exploración
Sorpresa	Exploración

Fuente: Chóliz, M. (2005). *Psicología de la emoción: el proceso emocional*.

- **Funciones Sociales:** La expresión de las emociones permite averiguar el estado anímico de otros individuos, lo que facilita predecir su comportamiento y ayuda a dar una respuesta adecuada, por lo que tiene vital importancia en las relaciones interpersonales. Izard (1989) hace mención de algunas de estas funciones como las de "facilitar la interacción social, controlar la conducta de los demás, permitir la comunicación de los estados afectivos, o promover la conducta prosocial" (Chóliz, 2005, p.5). Según las emociones que experimentemos, nuestras relaciones sociales se verán afectadas en mayor o menor medida tanto positiva como negativamente. La autorregulación de las emociones, que se verán con más profundidad posteriormente, cumple una función social ya que, aunque se pueda considerar como un proceso adaptativo, tiene repercusión en las relaciones interpersonales.
- **Funciones Motivacionales:** Las emociones y la motivación están relacionadas estrechamente pues están presentes en todas las acciones que realizamos. Chóliz (2005, p.6) considera que: "La emoción energiza la conducta motivada. Una conducta "cargada" emocionalmente se realiza de forma más vigorosa". Por su parte, Bisquerra (2009, p.194), afirma que según otros autores se pueden clasificar estas conductas o factores motivacionales en dos grupos: búsqueda de placer y evitación del dolor. Entre ellos se encuentran los incentivos, la curiosidad, los motivos sociales, etc.

4.1.3 Clasificación

Existen múltiples formas de clasificar las emociones en cuanto al contexto al que están dirigidas y sus aplicaciones. Numerosos autores aportan tipologías de emociones diferentes, se han seleccionado algunas de ellas que resultan más importantes y distinguidas entre sí, que trataremos de resumir a continuación.

Una de las clasificaciones más destacadas la aporta Bisquerra, en base al modelo propuesto por Lazarus (1991), que sostiene que existen emociones positivas (tales como el alivio, la alegría, el amor o la gratitud) y negativas (como la ira, el miedo, la tristeza o la vergüenza). Lazarus otorga más importancia al porqué de sus causas que a las consecuencias que conllevan. Finalmente, se crea una nueva clase para las emociones que se consideran ambiguas, como por ejemplo la esperanza, la compasión y la sorpresa. Bisquerra (2000) considera que las emociones positivas más destacables son la alegría, el humor, el amor y la felicidad, y las negativas la ira, el miedo, la angustia, la tristeza, la vergüenza y la aversión.

Por su parte, Paul Ekman (1992), otro teórico muy reconocido en el estudio de las emociones, hace una distinción entre las emociones básicas, que son resultado de procesos biológicos que no necesitan una valoración cognitiva para poder disfrutarlas, siendo efímeras e inmediatas; y secundarias, que para poder percibir las es necesario un aprendizaje proveniente de la apreciación de ciertos estímulos, que necesitan de un proceso cognitivo previo que nos permita tomar conciencia de ellos.

También Ekman (2003) considera que las emociones positivas provienen en primer lugar de los placeres sensoriales: táctil, visual, auditivo, gustativo y olfativo, (Bisquerra, 2011, p.47-48). Por su lado, las emociones negativas surgen cuando se bloquea un objetivo ante una amenaza o una pérdida. Siendo éstas la ira, el miedo, la ansiedad, la tristeza, la vergüenza y la aversión.

4.2 LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

4.2.1 Origen y definición

El término que se utiliza hoy en día para definir la Inteligencia Emocional (IE) tiene su origen a principios del s. XX, de la mano de diversos psicólogos que comenzaron a acuñar nuevos conceptos en el ámbito del estudio de las emociones.

Así pues, en 1920, el psicólogo Edward Thorndike fue precursor de lo que más tarde se entendería como IE, con su definición de *inteligencia social*, que define como "la habilidad para comprender y dirigir a los hombres y mujeres, muchachos y muchachas, y actuar sabiamente en las relaciones humanas" (Reina, 2009, p.2). Según Thorndike, la inteligencia social está complementada por otras dos: la *inteligencia abstracta* (habilidad para manejar ideas) y la *inteligencia mecánica* (habilidad para entender y manejar objetos).

Años más tarde, el psicólogo David Wechsler, diseñó dos escalas de inteligencia en base a una serie de pruebas con una metodología conductista, una en 1939 para adultos a la que llamó WAIS (Wechsler Adult Intelligence Scale) y otra para niños en 1949 llamada WISC (Wechsler Intelligence Scale for Children). Esta distinción según la edad y el desarrollo del individuo marca una distinción entre los componentes intelectuales y los componentes no intelectuales, siendo éstos últimos considerados por Wechsler como fundamentales para tener éxito en la vida. A día de hoy ambas escalas siguen siendo utilizadas.

En la década de los ochenta surgen nuevos modelos cognitivos que pretenden analizar la inteligencia desde una perspectiva pluralista. Por un lado, se encuentra el psicólogo estadounidense Howard Gardner que, en 1983 publica "La Estructura de la Mente: La Teoría de las Inteligencias Múltiples" donde en base a los nuevos estudios de la ciencia cognitiva y la neurociencia, desarrolla la idea de la existencia de siete inteligencias distintas e independientes entre sí, concibiendo la inteligencia como "la habilidad necesaria para resolver problemas o para elaborar productos que son de importancia en un contexto cultural o en una comunidad determinada" (Gardner, 1994, p.33).

Las inteligencias que propone Gardner son la lógico-matemática, lingüística, musical, espacial, cenestésico-corporal, intrapersonal e interpersonal, añadiendo más tarde la inteligencia naturalista. La suma de la inteligencia intrapersonal e interpersonal sería para Gardner (1995, p.26) lo que entendemos hoy por IE, puesto que según su teoría: "La inteligencia interpersonal es la capacidad para entender a las otras personas: lo que les motiva, cómo trabajan, cómo trabajar con ellos de forma cooperativa", por otro lado "La Inteligencia intrapersonal es una capacidad correlativa, pero orientada hacia dentro. Es la capacidad de formarse un modelo ajustado y verídico, de uno mismo y de ser capaz de usar este modelo para desenvolverse eficazmente en la vida".

Por otra parte, en 1987, el psicólogo norteamericano Robert J. Sternberg plantea una teoría triárquica de la Inteligencia, que pretende explicar las diferentes interacciones que se dan entre los distintos componentes y explicar la inteligencia en términos de tres “subteorías” (Bravo, 1992, p.24). Siendo éstas la *Componencial Analítica*, referida a los vínculos entre la inteligencia y el mundo interno; la *Experiencial Creativa*, que explica la inteligencia como la relación entre la persona y su experiencia vital; y la *Práctica Contextual*, que valora la inteligencia a través de las relaciones del sujeto y su contexto. La teoría triárquica de Sternberg supone una visión más integradora de la mente, dejando atrás la idea de una inteligencia unidimensional.

Ya en la década de los noventa y en adelante aparecen otros autores que, en base a los estudios e investigaciones realizados anteriormente, redefinen y matizan la idea de IE propuesta hasta entonces.

Ahí destaca Daniel Goleman (1995, p. 89) que define la IE como la “capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones”.

Por su parte, Martineaud y Elgehart (1996, p. 48) contemplan la IE como la “capacidad para leer nuestros sentimientos, controlar nuestros impulsos, razonar, permanecer tranquilos y optimistas cuando no nos vemos confrontados a ciertas pruebas, y mantenernos a la escucha del otro”

4.2.2 Modelos de Inteligencia Emocional

En base a una revisión de las aportaciones de diversos autores sobre el funcionamiento y componentes de la IE, se ha elaborado una clasificación de los modelos de la IE que existen hasta ahora, dividiéndolos en tres categorías: modelos mixtos, modelos de habilidades y otros modelos que complementan a los anteriores.

4.2.2.1 Modelos de habilidades

Son modelos que basan el constructo de IE únicamente en las capacidades para el procesamiento de la información emocional. Al contrario que los modelos mixtos, no contemplan los rasgos de personalidad. El principal de ellos es el de Salovey y Mayer (1990).

Modelo de Mayer y Salovey

En 1990, los psicólogos estadounidenses John Mayer y Peter Salovey plantearon un modelo con una perspectiva menos cognitiva sobre las ideas de inteligencia intrapersonal e interpersonal de Gardner (1983), incluyendo el factor emocional.

Mayer y Salovey (1997) definen la IE como la “habilidad centrada en el procesamiento de la información emocional que unifica las emociones y el razonamiento, permitiendo utilizar nuestras emociones para facilitar un razonamiento más efectivo y pensar de forma más inteligente sobre nuestra vida emocional”. (Fernández Berrocal, P. & Extremera Pacheco, N. 2005 p. 68)

Este modelo, que ha sido reformulado en varias ocasiones, afirma que la IE se conceptualiza mediante cinco habilidades básicas (García-Fernández, Giménez-Mas, 2010, p.47):

- *Percepción emocional*: Habilidad para identificar las emociones en sí mismo y en los demás a través de la expresión facial y de otros elementos como la voz o la expresividad corporal.
- *Facilitación emocional del pensamiento*: Capacidad para relacionar las emociones con otras sensaciones como el sabor y el olor o, usar la emoción para facilitar el razonamiento. En este sentido, las emociones pueden priorizar, dirigir o redirigir al pensamiento, proyectando la atención hacia la información más importante. Por otro lado, la felicidad facilita el razonamiento inductivo y la creatividad.
- *Comprensión emocional*: Habilidad para resolver los problemas e identificar qué emociones son semejantes.
- *Dirección emocional*: Comprensión de las implicaciones que tienen los actos sociales en las emociones y regulación de las emociones en uno mismo y en los demás.
- *Regulación reflexiva de las emociones para promover el crecimiento personal*: Habilidad para estar abierto a los sentimientos ya sean positivos o negativos.

4.2.2.2 Modelos Mixtos

Estos modelos incluyen, según García-Fernández y Giménez-Mas (2010, p.46) “rasgos de personalidad como el control del impulso, la motivación, la tolerancia a la frustración, el manejo del estrés, la ansiedad, la asertividad, la confianza y/o la persistencia”. Por lo tanto incluye características personales que no se consideran parte de la inteligencia académica, combinándolos con habilidades emocionales. En esta categoría destacan los modelos desarrollados por Goleman (1995) y por Bar-On (1997).

Modelo de Goleman

En 1995, el psicólogo y periodista Daniel Goleman publica su libro "Emotional Intelligence" en el que explica su teoría en la investigación de dicho concepto, en base a los estudios de Salovey y Mayer.

Goleman establece la existencia de un Cociente Emocional (CE) que no se opone al Cociente Intelectual (CI) clásico sino que ambos se complementan. Este complemento se manifiesta en las interrelaciones que se producen. (García-Fernández, Giménez-Mas, 2010, p.46)

El modelo de Goleman (1998) se basa en una serie de competencias personales que determinan la manera de relacionarnos con nosotros mismos:

- **Autoconciencia.** Es la capacidad de reconocer y comprender las propias emociones así como su efecto en los demás.
- **Autorregulación.** Es la habilidad de controlar e influir en los propios sentimientos e impulsos.
- **Motivación.** Se trata de la capacidad de empujarse a uno mismo a actuar para conseguir las propias metas. Está ligada a la autorregulación.
- **Empatía.** Definida como la capacidad para entender la apariencia emocional de los demás y actuar en consecuencia.
- **Habilidades sociales.** Son el conjunto de capacidades que permiten establecer y mantener relaciones sociales con otras personas.

Modelo de Bar-On

Reuven Bar-On (1997), psicólogo israelí y uno de los más reconocidos investigadores en el ámbito de la IE, la define como “un conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales y de destrezas que influyen en nuestra habilidad para adaptarnos y enfrentar las demandas y presiones del medio” (Ugarriza, N. 2001).

En su tesis doctoral, “The developmnet of a concept of psychological well-being” de 1988, acuñó el término “Cociente Emocional” (CE), que se asemeja al “Cociente de Inteligencia” (CI), para medir el desarrollo emocional de una persona en base a una serie de factores:

- *Componente intrapersonal*: autoconciencia emocional, asertividad, autoestima, autorrealización, independencia.
- *Componente interpersonal*: empatía, relaciones interpersonales, responsabilidad social.
- *Componente de adaptabilidad*: solución de problemas, prueba de realidad, flexibilidad.
- *Gestión del estrés*: tolerancia al estrés, control de la impulsividad.
- *Estado de ánimo*: felicidad, optimismo.

A continuación, en la siguiente Tabla se presentan las características principales de los modelos vistos.

Tabla 2.

Características principales de los modelos Mixtos y de Habilidades.

<p>Modelos de Habilidades</p> <p>Se basan en las habilidades para el procesamiento de la información emocional. No consideran los factores de personalidad</p>	<p>Modelos Mixtos</p> <p>Incluyen características personales que no se consideran parte de la inteligencia académica, combinándolos con habilidades emocionales</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Mayer y Salovey • Componentes principales: <ul style="list-style-type: none"> • Percepción emocional • Facilitación emocional del pensamiento • Comprensión emocional • Dirección emocional • Regulación reflexiva de las emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Goleman • Componentes principales <ul style="list-style-type: none"> • Autoconciencia • Autorregulación • Motivación • Empatía • Habilidades sociales • Bar-On • Componentes principales <ul style="list-style-type: none"> • C. intrapersonal • C. interpersonal • C. de adaptabilidad • Gestión del estrés • Estado de ánimo

4.2.2.3 Otros modelos

En esta categoría encontramos numerosos modelos que introducen elementos de personalidad, aptitudes cognitivas y otros agentes de contribuciones particulares.

Entre ellos cabe mencionar los modelos de:

- Vallés y Vallés (1999) que aporta una serie de características que forman la IE y añade factores como el sentido del humor, saber lo que se quiere, ser realista o saber controlar los miedos.
- Boccardo, Sasia y Fontenla (1999). Hace una distinción entre la IE y la inteligencia interpersonal.
- Matineaud y Engelhartn (1996). Considera que la IE está formada por el conocimiento en sí mismo, la gestión del humor, la automotivación positiva, el control de impulso para aplazar la gratificación y la empatía.
- Cooper y Sawaf (1997). Basado en cuatro aspectos: alfabetización emocional, agilidad emocional, profundidad emocional y alquimia emocional.

4.3 LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

4.3.1 Definición

El papel de la educación es lograr el desarrollo íntegro de las capacidades del individuo, incluyéndose entre ellas las capacidades emocionales. Numerosos estudios e investigaciones avalan los beneficios de la IE en distintos ámbitos de la vida, ya que como hemos visto anteriormente, mejora el bienestar emocional aumentando el optimismo, la empatía, la tolerancia, la resiliencia y otros factores, a la vez que ayuda a disminuir el estrés, la ansiedad, los conflictos interpersonales...

Por lo tanto, es necesario enseñar a las personas, ya desde las primeras etapas de la vida, a ser conscientes de las emociones propias y ajenas, así como de regularlas para lograr el bienestar emocional, el desarrollo íntegro personal y la felicidad. Éste es el objetivo principal de la Educación Emocional (EE).

Según Bisquerra (2005, p.96) la EE es un “proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social”.

Como desarrolla el autor (2005, p. 99):

Las aplicaciones de la educación emocional se pueden dejar sentir en múltiples situaciones: comunicación efectiva y afectiva, resolución de conflictos, toma de decisiones, prevención inespecífica (consumo de drogas, sida, violencia, anorexia, intentos de suicidio, etc.), etc. En último término se trata de desarrollar la autoestima, con expectativas realistas sobre sí mismo, desarrollar la capacidad de fluir y la capacidad para adoptar una actitud positiva ante la vida. Todo ello de cara a posibilitar un mayor bienestar subjetivo, que redundará en un mayor bienestar social.

Como se puede apreciar y ya se ha mencionado anteriormente, la EE está presente en muchos de los aspectos de nuestra vida. Bisquerra destaca además el beneficio social que supone, dada su aplicación en la mejora de las relaciones interpersonales.

Los objetivos de la educación emocional que plantea Bisquerra (2011, p.27-28) son los siguientes:

- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
- Identificar las emociones de los demás.
- Desarrollar la habilidad para regular las propias emociones.
- Subir el umbral de tolerancia a la frustración.
- Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
- Prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas.
- Desarrollar la habilidad de automotivarse.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.

Como ya se ha visto, la EE está ligada al bienestar emocional y por lo tanto a la salud mental. Pero además, diversos estudios han comprobado que enfermedades de carácter psicosomático guardan relación con el estado emocional. En base a las investigaciones de este fenómeno Bisquerra (2000) concluye que “las emociones negativas contribuyen a disminuir las defensas del sistema inmunitario y por lo tanto predisponen a contraer enfermedades. En cambio, las emociones positivas contribuyen a aumentar nuestras defensas y en consecuencia pueden funcionar como prevención”.

Según Martínez Sánchez y Fernández Castro (1994):

Las emociones humanas no influyen en la salud a través de un único mecanismo, sino que pueden ejercer esta influencia de muy diversas maneras que, además, inciden en diferentes momentos del proceso de enfermar (Fernández Castro, 1993) Existen sólidas evidencias epidemiológicas, clínicas y experimentales, que apuntan a que:

- Las emociones negativas constituyen un riesgo para la salud.
- Los estados emocionales crónicos afectan a los hábitos de salud.
- Los episodios emocionales agudos pueden agravar ciertas enfermedades.
- Las emociones pueden distorsionar la conducta de los enfermos.

4.3.2 Importancia de la formación docente en la Educación Emocional

Por estas razones que se han señalado en el apartado previo, es de vital importancia que se incluya de forma activa la EE en las clases de infantil y primaria. Para poder llevar a cabo esta tarea, es primordial que los maestros sean los primeros en desarrollar sus capacidades emocionales para poder transmitir a sus alumnos los conocimientos y técnicas necesarias para promover su educación emocional.

Como afirman Cabello et al. (2010)

La capacidad de identificar, comprender y regular las emociones es fundamental por parte de los y las profesores, debido a que tales habilidades influyen en los procesos de aprendizaje, en la salud física, mental y emocional y son determinantes para establecer relaciones interpersonales positivas y constructivas con estos, posibilitando una elevación en su rendimiento académico.

Para hacer esto posible es fundamental una formación inicial y continua de los docentes, ya que en muchos casos, se desconocen los conceptos que se han tratado hasta ahora así como las evidencias que aportan nuevas investigaciones en materia de psicología emocional. Tampoco se tiene en consideración el impacto que supone la EE en el proceso de aprendizaje y el desarrollo personal de los alumnos.

Y por si fuera poco, desarrollar las capacidades emocionales requiere trabajarlas de forma activa, lo que supone un tiempo del que en muchos casos no se dispone. La tutoría es una alternativa para trabajar la EE, así como la educación para la ciudadanía, ya que comparten un objetivo común con la EE: la convivencia democrática y para la paz y el bienestar personal y social.

Se ha de tener en cuenta que la formación del profesorado en EE sirve en primer lugar a los propios docentes para aprender a ser conscientes de sus emociones y autorregularlas.

Según Cabello et al. (2017)

La influencia de las emociones en el profesorado ha comenzado a estudiarse desde múltiples puntos de vista como, por ejemplo, su relevancia en la identidad profesional del docente, su repercusión en el cansancio emocional, la salud y el bienestar del profesorado, los beneficios de la IE del docente en su vida profesional, el impacto de los profesores sobre las emociones de los estudiantes,

así como el análisis de las emociones que surgen en las interacciones con otros agentes educativos.

Para resumir, en la opinión de Bisquerra (2011, p.17): “Se necesita que la escuela se implique en las competencias emocionales y sociales. En la educación formal debe estar presente la instrucción en las áreas académicas ordinarias y también el desarrollo de competencias básicas para la vida y el bienestar”.

4.3.3 El papel de la familia en la Educación Emocional

Para alcanzar una educación emocional completa, no basta con la educación formal que se recibe en las escuelas. Los docentes no son los únicos agentes que intervienen en la formación emocional de los niños. Son las familias las que se encargan de educar a sus hijos e hijas desde los primeros años de vida, y para que puedan ofrecerles una educación lo más completa posible y procurar un entorno socio-afectivo seguro, tranquilo y feliz, en el que criar a sus hijos, es de gran importancia que se tengan en cuenta que las conductas emocionales que sirven como modelo de aprendizaje sean adecuadas.

Incluso antes de nacer, la EE puede servir para preparar a la madre ante un cambio tan importante en su vida como lo es tener un hijo. Diversas investigaciones apuntan a que la ansiedad continuada en la madre puede repercutir en que el bebé desarrolle futuros trastornos como problemas de conducta, hiperactividad o déficit de atención. Esto se debe a que la hormona del estrés (cortisol) puede atravesar la barrera de la placenta y afectar al desarrollo del feto.

El entorno familiar es la principal referencia que tienen los niños para desarrollar sus capacidades emocionales por lo que es fundamental que reciban las bases adecuadas desde un principio, ya que se trata de un proceso que dura toda la vida.

Para llevar a la práctica la EE en las familias Bisquerra (2011, p. 208) distingue dos dimensiones en la intervención con familias:

- En la escuela: A partir de acciones presenciales como conferencias, talleres, seminarios, etc. Un marco apropiado es el “espacio familiar”, también conocido como “escuela de madres y padres” y “escuela familiar”. Tradicionalmente se ha denominado “escuela de padres”.

- A distancia: partir de actividades que se realizan en casa. Estas actividades se pueden recomendar y comunicar a través de documentos diversos (libros, revistas, artículos, Internet, etc.).

Tanto la escuela como las familias deben trabajar de manera coordinada para conseguir el mismo objetivo. Como insiste Bisquerra (2011, p.209): “El espacio familiar debería ser una actividad formativa complementaria de la educación formal”.

4.4 RELACIÓN ENTRE LA MÚSICA Y LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

4.4.1 Inteligencia musical

Según la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner (1983), la inteligencia musical se puede definir como la “Capacidad para percibir, discriminar, transformar y expresar las formas musicales. Incluye la sensibilidad al ritmo, al tono, a la melodía y al timbre.” (Balsera y Gallego, 2010, p.18). Siguiendo esta línea, el autor opina que “si hay un área del conocimiento humano en el que hay que tener en consideración la herencia genética esta es sin duda la música” (p.20). Sin embargo no descarta que existan otros factores, “ya que el grado de talento que muestra una persona depende del entorno en el que vive, esto es, de su contexto cultural”. (p.19).

La teoría de las inteligencias múltiples expone que existen una serie de inteligencias propias que funcionan de forma independiente entre ellas pero guardan relación en cuanto a los principios que las definen. En este sentido, la inteligencia musical tiene influencia en las inteligencias interpersonal e intrapersonal. Ya que como vimos anteriormente, para Gardner, éstas serían las que forman la IE. Pero además, la inteligencia musical también está muy relacionada con la inteligencia lógico-matemática debido a que diversos elementos de la música como el funcionamiento rítmico de una composición, las proporciones o la regularidad, se sustentan siguiendo unas reglas matemáticas.

4.4.2 Música y emoción

La música está estrechamente ligada a las emociones, una obra musical puede alterar nuestro estado emocional, tiene la capacidad para transmitir un mensaje, como resultando de una expresión no verbal capaz de manifestar ideas, sentimientos y emociones. Es por

este motivo que la música está presente en todas las culturas, utilizada en multitud de ámbitos como actos religiosos o celebraciones.

La música tiene una doble dimensión en cuanto a que puede ser una vía de expresión artística que permite comunicar ideas y sentimientos pero además, es capaz de evocar emociones. A través de formas de expresión musical como el lenguaje corporal (danza) y el sonido, podemos comunicar emociones y sensaciones, así como liberamos nuestros pensamientos.

Como afirman Rueda y López (2013, p.144):

La música comunica a través del sonido, bien sea haciendo sonar un instrumento musical, percutiendo o cantando. Mediante la modificación y combinación de los parámetros fundamentales del sonido (las alturas: sonido grave o agudo; la intensidad: sonido fuerte o débil; y el tiempo: sonido corto o largo) se consigue dar sensibilidad y expresividad a aquello que queremos transmitir.

Sin embargo, aunque la influencia de la música sobre el estado emocional sea conocida desde hace siglos, no se comienza a investigar de forma sistemática sobre este fenómeno hasta la década de 1990. En la actualidad, existen multitud de estudios que confirman mediante pruebas científicas que la música, mediante la alteración de las emociones, tiene repercusión directa tanto sobre el sistema nervioso, como el hormonal y el inmunológico. Siendo esta la base de la musicoterapia, que pretende usar la música con intención terapéutica. En palabras de Lacárcel (2003, p.221): “la música nos ayuda en nuestro desarrollo psíquico y emocional, proporcionándonos el equilibrio necesario para alcanzar un nivel adecuado de bienestar y felicidad.”

Además, el estudio de la música también supone una mejora en la capacidad cognitiva. Tal y como afirma Bisquerra (2011, p.188):

A partir de la música se trabaja el oído, que es uno de los sentidos a través de los cuales los niños aprenden. La educación musical permite desarrollar aspectos que al niño le servirán para la vida cotidiana, entre ellos está la capacidad de escuchar, que después le servirá en múltiples situaciones de la vida.

El mismo autor (2011, p.187) concluye que la música es una fuente de motivación: “una forma efectiva de motivar es a partir de la emoción. Y una forma efectiva para generar emociones es la música” Por lo que el uso de la música para motivar en otros aprendizajes

a través de las emociones es un recurso que se ha utilizado desde la antigüedad, usando herramientas y técnicas musicales para interiorizar otros conocimientos. Como por ejemplo, canciones y melodías fáciles de aprender que motivan a los alumnos y suponen un aprendizaje interdisciplinar.

En este sentido, la música dispone de un gran potencial como herramienta didáctica para motivar y favorecer aprendizajes tanto cognitivos como emocionales.

La música conforma una forma de comunicación que se establece en base a unas estructuras sonoras que se relacionan con ciertas emociones. Esta evolución del lenguaje musical crea diferencias entre distintas culturas, haciendo que un conjunto sonoro genere o no una respuesta emocional en la persona que lo escucha debido a su procedencia cultural. Un elemento clave para “conectar” con un tipo de música es la sensación de familiaridad con los sonidos y su composición.

Incluso dentro de los diferentes tipos de música que se crean dentro de una cultura, se pueden apreciar estos aspectos en menor escala. Para una persona acostumbrada a un tipo de música concreto puede resultar extraño y desconcertante oír una composición que utilice técnicas, instrumentos y estructuras diferentes, aun si su base musical radica en la misma cultura.

5 DISEÑO DE UNA UNIDAD DIDÁCTICA

5.1 JUSTIFICACIÓN DE LA UD

La Unidad Didáctica que se ha planteado llamada “Música y emociones”, pretende dar respuesta a los aspectos del desarrollo de la Inteligencia Emocional que se plantean en currículo de Educación Primaria

Esta UD está diseñada según el currículo educativo establecido el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, el cual constituye el currículo básico de la Educación Primaria. Y más específicamente el DECRETO 26/2016, de 21 de julio, que constituye el currículo y regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León.

5.2 CONTEXTUALIZACIÓN

Esta propuesta didáctica está planteada para la clase de 6ºA del CEIP Villalpando de Segovia, en el barrio del Cristo del Mercado. El nivel socioeconómico de esta zona es medio y en algunos casos medio-bajo, lo que repercute también en el nivel cultural. Además, es un alumnado bastante heterogéneo, con un alto índice de alumnos extranjeros y de etnia gitana.

La clase de 6ºA está formada por veintidós alumnos de los cuales la mitad es de origen extranjero. Por lo general, es una clase que se comporta de manera adecuada y respeta las normas, aunque puede haber excepciones con ciertos alumnos o a nivel general en determinadas situaciones.

Los alumnos presentan un desarrollo cognitivo y psicomotriz adecuado a su edad en la mayoría de los casos. Si bien es cierto que existen tres alumnos con necesidades educativas especiales. Según Navarro et al. (2004) este tipo de alumnos:

Presentan dificultades mayores que el resto de los alumnos/ as para acceder a los aprendizajes que se determinan en el curso que le corresponde por su edad y necesita, para compensar dichas dificultades, adaptaciones de acceso y adaptaciones curriculares significativas en varias áreas de ese currículo. (p.2)

Estos alumnos presentan dificultades específicas de aprendizaje y cuentan con un personal de apoyo especial para reforzar contenidos en clases de refuerzo dos o tres veces

semanales. No cuentan con adaptaciones curriculares significativas pero sí disponen de una mayor atención individualizada y en ocasiones la implementación de metodologías alternativas para mejorar su situación.

De cara a la evaluación, se valorará notablemente el esfuerzo que realicen los alumnos y los avances que hayan conseguido, además del resultado final, dado que no todos los alumnos de la clase poseen las mismas capacidades. No se puede exigir a todos los mismos resultados pero sí la misma implicación. Además, aquellos alumnos que tengan mayores dificultades tendrán una supervisión más específica.

En cuanto al aspecto emocional de los alumnos, varía mucho de unos a otros y no siempre es fácil percibir indicios sobre su situación emocional. Su autoconcepto y autoestima se puede decir que es alto aunque pueden mostrar alguna inseguridad. Es necesario tener en cuenta que son alumnos preadolescentes y esta es una etapa decisiva a la hora de establecer su personalidad y la visión que tienen de ellos mismos.

Como se ha podido percibir durante las clases, algunos alumnos tienen mayor dificultad a la hora de lidiar con el fracaso. No saber gestionar correctamente estas situaciones puede generar una sensación de frustración que puede dar pie a conflictos internos y externos, además de optar por dejar de intentar conseguir sus metas si les resultan complicadas.

5.3 OBJETIVOS

Basándose en el Real Decreto 126/2014, se han escogido ciertos objetivos generales de etapa que se pretenden cumplir y que son:

- Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.
- Adquirir habilidades para la prevención y para la resolución pacífica de conflictos, que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito familiar y doméstico, así como en los grupos sociales con los que se relacionan.
- Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.

En cuanto a objetivos centrados en la educación emocional:

- Adquirir un mayor conocimiento de las propias emociones e identificar mejor las de los demás.
- Desarrollar la habilidad para regular las propias emociones.

Por último, los objetivos propios de la educación musical que se pretenden cumplir:

- Reconocer el papel de la música en el cine.
- Participar activamente en audiciones musicales.
- Identificar, a través de la propia observación y experimentación, las propiedades y cualidades del sonido y diferentes instrumentos musicales.

5.4 INTERDISCIPLINARIDAD CON TEMAS TRANSVERSALES

Esta UD pretende ligar contenidos del área de música con la educación emocional. Para ello se atenderán a los objetivos generales de la Educación Primaria que estipula el artículo siete del Real Decreto 126/2014.

- Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática
- Adquirir habilidades para la prevención y para la resolución pacífica de conflictos, que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito familiar y doméstico, así como en los grupos sociales con los que se relacionan.
- Conocer, comprender y respetar las diferentes culturas y las diferencias entre las personas, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres y la no discriminación de personas con discapacidad.
- Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas

5.5 CONTENIDOS DE APRENDIZAJE

Los contenidos de aprendizaje que se desarrollan en esta UD se estructuran por bloques de contenidos siguiendo el modelo establecido por el Decreto 26/2016, como se muestra en la siguiente tabla.

Tabla 3

Contenidos de aprendizaje de la UD

BLOQUE 1 Escucha	BLOQUE 2 La interpretación musical	BLOQUE 3 La música el movimiento y la danza
Realización de comentarios orales y escritos sobre las obras escuchadas e interpretadas con un vocabulario preciso.	Interpretación y producción de piezas vocales e instrumentales. El acompañamiento en canciones y piezas instrumentales.	Coreografías inventadas para canciones y piezas musicales de diferentes estilos, basándose en la estructura musical de la obra.
Conocimiento y práctica de actitudes de respeto en audiciones y otras representaciones musicales. Comentario y valoración de conciertos y otras representaciones musicales.	Atención, interés y responsabilidad en las actividades de interpretación. Respeto a las normas.	Conocimiento y realización de diferentes técnicas de relajación y movimiento corporal.
El análisis de la música en diversos medios de información y comunicación. La música como creadora de ambientes. La música en el cine. Las bandas sonoras. Música descriptiva y música programática.	Los intervalos. Análisis de intervalos. La distancia en tonos y semitonos.	

Fuente: Decreto 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León

COMPETENCIAS

Las competencias clave que se pretenden trabajar en esta UD se han extraído del Real Decreto 126/2014, del 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria:

- **Comunicación lingüística.** Necesaria para saber dialogar y expresarse. Es una competencia importante para comunicar los conocimientos aprendidos y los ya sabidos, ya que se pretende ampliar y hacer un buen uso de los términos relacionados con la educación emocional.
- **Aprender a aprender.** Es una competencia fundamental, dado que permite que los niños adopten las capacidades necesarias para poder continuar aprendiendo de forma más eficaz e independiente.
- **Competencias sociales y cívicas.** Esta competencia resulta imprescindible para cooperar en grupo respetándose unos a otros. Además de que respeten las normas de comportamiento a nivel grupal e individual.
- **Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.** Esta competencia clave tiene como objetivo que el alumno a nivel individual disponga de distintas alternativas y soluciones en el trabajo grupal.

5.6 METODOLOGÍA

El alumnado ejercerá un rol protagonista en el proceso de aprendizaje con el apoyo del profesor como guía. Mediante los distintos tipos de metodologías (tanto directivas como activas) que se emplearán se pretende conseguir un aprendizaje activo y significativo en el que desarrollen capacidades de trabajo en grupo y autonomía personal.

Uno de los métodos empleados es el de Kodaly, que se basa en el uso de la voz como herramienta clave para la formación musical del niño, partiendo del solfeo relativo y utilizando la fononimia.

Para abordar los aspectos de la educación emocional, se dará una perspectiva metodológica globalizada y activa que pretende conseguir aprendizajes emocionales significativos y generalizables a otros contextos.

5.7 DESARROLLO DE LA UNIDAD DIDÁCTICA

La UD se divide en cuatro sesiones en las que se realizarán una serie de actividades para cumplir los objetivos establecidos. En el Anexo se recogen los materiales utilizados en las sesiones. A continuación se muestra una tabla a modo de síntesis de los aspectos tratados en cada sesión, y seguidamente el desarrollo detallado de las mismas.

Tabla 4

Resumen del contenido de las sesiones

	Sesión 1 Introducción a las emociones	Sesión 2 Las emociones en el Séptimo Arte	Sesión 3 Fononimia y relajación	Sesión 4 Expresarse mediante la música
Contenidos	Canto y solfeo relativo. Expresión emocional	Reconocimiento de emociones en obras musicales. Escucha activa. Análisis musical. Expresión emocional	Canto y solfeo relativo. Uso de técnicas de relajación y movimiento corporal	Reconocimiento de emociones en obras musicales. Expresión emocional

Sesión 1: Introducción a las Emociones

Para comenzar la UD, se realizará una breve explicación del tema a tratar mediante una pequeña charla introductoria en la que se comentarán los términos que se van a trabajar.

ACTIVIDAD 1: APRENDER LA CANCIÓN

Duración: 20-25 minutos

Para la primera actividad, aprenderemos la letra de “La Canción de las Emociones”, una canción infantil con la que se trabajarán conceptos emocionales básicos con el objetivo de introducir a los alumnos la inteligencia emocional.

Para empezar, se realizará una breve introducción a las emociones mediante preguntas informales para saber cómo se sienten y preguntándoles sobre las situaciones que les hayan hecho sentir determinadas emociones y por qué. Después, se pasará a escuchar la canción una primera vez para que se familiaricen con ella y sea más accesible aprenderla.

Primeramente, se hará hincapié en el uso de una postura adecuada a la hora de cantar. Debemos procurar que la posición corporal sea siempre relajada y sin tensiones, ya se cante de pie o sentado:

- A) De pie: con los pies separados a la anchura de las caderas o de los hombros, sin cruzar las piernas (se genera mayor estabilidad). Rodillas sueltas, sin tensión.

Zona lumbar recta, con la cadera basculada hacia delante. Hombros relajados, hacia atrás y abajo. Cuello recto.

B) Sentado: Pies separados y delante, equilibrando el cuerpo. No hay que cruzar las piernas ni llevar los pies hacia atrás. Mantener la espalda recta.

Una vez tengan claro el concepto de la postura corporal adecuada se pasará a aprender la canción por partes. (Ver Anexo I). El maestro la canta en primer lugar para que seguidamente la repitan los niños. Para afianzar bien la letra y evitar dudas, se repetirá cada frase un mínimo de dos veces. De ahí, se pasará a unir los versos de una misma estrofa aprendiendo mejor el orden que siguen, y por último, se cantará la canción completa.

El objetivo de esta actividad es introducir términos emocionales simples que ya conocen para poder pasar a otros más complejos. Además, a nivel musical, se pretende realizar una evaluación del canto de los alumnos, basándose en el tempo y la entonación relativa de la melodía, es decir, observar si existen errores de entonación importantes como entonar sonidos graves cuando la melodía es aguda o presentar desfases de ritmo.

ACTIVIDAD 2: MÍMICA DE EMOCIONES

Duración: 15-20 minutos

En esta actividad, se emplearán unas fichas con distintas emociones anotadas en ellas. Se elegirá a un alumno al azar o voluntario para que elija una de ellas sin mirar lo que lleva escrito y escenificar con gestos la emoción que le haya salido. El resto del grupo debe adivinarla y el primero que lo haga saldrá después.

Se usaran algunas emociones más complejas con las que los alumnos no estén muy familiarizados para que pueda suponer un reto. De esta forma, aumentarán además su vocabulario emocional y serán capaces de exteriorizar lo que sienten y captar las emociones que muestren otros. En el caso de que a alguno le resulte muy difícil expresar una emoción podrá dar alguna pista oral.

ACTIVIDAD 3: DIBUJANDO MIS EMOCIONES

Duración: 10-15 minutos

Para esta actividad se usarán hojas en blanco y pinturas de modo que los alumnos intenten representar sus emociones con un dibujo. De esta manera, pueden entender mejor lo que sienten y así regular más fácilmente sus emociones, calmando aquellas más enérgicas como la ira y fomentando así el control de impulsos.

Esta tarea permite enfocar sus emociones de forma sana, plasmándolas en un papel y sin dañarse a sí mismos ni a nadie más. En caso de tener dificultades para representar un sentimiento, el profesor podría ayudar a expresar y verbalizar lo que pinten.

Sesión 2: Las emociones en el Séptimo Arte

El cine es capaz de modificar las emociones mediante la imagen y el sonido. La música tiene una función muy importante aumentando las sensaciones que nos produce lo sucedido en la pantalla. Hasta tal punto que, dependiendo de la música elegida para ambientar una escena, la idea y la sensación que nos transmite puede cambiar completamente.

Sin la música, el efecto no sería el mismo, por lo tanto, en esta sesión, se trabajará sobre una serie de bandas sonoras muy conocidas y que son capaces de transmitir emociones muy distintas.

Los primeros minutos de esta sesión se dedicarán a introducir a los niños el concepto de “banda sonora”, y más específicamente el de banda sonora original. Se les preguntará si saben lo que es, cuáles conocen, qué les transmite...

ACTIVIDAD 1: ASOCIAR LA MÚSICA Y LA EMOCIÓN

Duración: 15-20 minutos

En esta actividad se realizará una escucha activa de fragmentos de bandas sonoras originales que resultan muy conocidas por el público ya que son capaces de generar emociones muy variadas. Aunque la mayoría de ellos puede que no conozcan las películas a las que pertenecen, deberán de intentar adivinar cómo es la escena en la que transcurre basándose en las sensaciones que les produce la música.

Se reproducirán los fragmentos uno por uno y los alumnos anotarán en una hoja qué les transmite y qué creen que pasa durante esa escena. Al final, se hará una puesta en común anotando en la pizarra las emociones más comunes.

ACTIVIDAD 2: ANÁLISIS MUSICAL

Duración: 10 minutos

En esta actividad se les preguntará a los alumnos qué elementos musicales les han llamado la atención, como por ejemplo los instrumentos utilizados, los ritmos que usan, si existen aceleraciones, los rangos de altura, las voces...

Una vez sacados estos datos, se les pedirá asociar ciertos aspectos musicales a las emociones. Ejemplo: relacionar un ritmo lento a una sensación de tranquilidad o sonidos fuertes con emociones más enérgicas.

Con esta actividad se pretende que los alumnos verbalicen lo que sienten cuando escuchan música y valoren la importancia y el impacto que tiene en su estado de ánimo. Además, se busca que los niños sean capaces de realizar análisis musicales sencillos que les permitan encontrar patrones y apreciar la música mediante la escucha activa.

ACTIVIDAD 3: INTERPRETACIÓN

Duración: 20-25 minutos

En grupos de cuatro o cinco, deberán elegir un tema de los anteriores y preparar una pequeña escena teatral en base a lo que les suscita la música. Para hacerlo más interesante, todos los grupos saldrán a representar su versión sin música de fondo, ya que el resto deberá intentar adivinar cuál es la banda sonora que les corresponde.

Sesión 3: Fonomimia y relajación

ACTIVIDAD 1: FONONIMIA

Duración: 35 minutos

En esta actividad se empleará la fonomimia de Kodaly como metodología de aprendizaje. Mediante este método, el individuo desarrolla los aspectos básicos para fomentar el

desarrollo auditivo y comprender las distintas maneras de emisión del sonido, partiendo de que el oído se desarrolla gracias a la imitación de sonidos y que se interiorizan con la práctica. Asociando cada nota musical con un gesto que se realiza con la mano, se trabajan y automatizan los intervalos entre los sonidos que se cantan. Para ello nos basaremos en la escala pentatónica (do-re-mi-fa-sol-la-si-do'). Ver Anexo I.

La canción que utilizaremos para introducir la fononimia es "DO, RE, MI" de la película de Sonrisas y Lágrimas, ya que la misma letra de la canción explica la nota que se canta. Se enseñará la canción por partes, ayudándonos de un vídeo.

Para finalizar, se realizará un ejercicio para comprobar lo aprendido. Usando solo tres notas (do-re-mi) con sus respectivos gestos, se deberá inventar una pequeña melodía usando esas notas y de cuatro pulsaciones de negra, pudiendo introducir corcheas y blancas para variar en el ritmo. Siguiendo un orden, el profesor dará un ejemplo a un alumno que lo debe imitar, para que después dicho alumno invente otra combinación para el alumno siguiente y así sucesivamente hasta que todos hayan participado.

ACTIVIDAD 2: RELAJACIÓN

Duración: 25 minutos

Para actividad se necesita de un espacio amplio y vacío y colchonetas, por lo que se realizará en gimnasio.

Colocaremos colchonetas en el suelo para que los niños se tumben en ellas boca arriba. Con una música relajante de fondo, el profesor dirigirá la actividad pidiendo a los alumnos que controlen su respiración, haciéndola larga y pausada. Seguidamente, se empleará la relajación progresiva de Jacobson.

Esta técnica sirve para reducir el estrés y la tensión y se basa en la contracción y relajación de grupos musculares. Empezando por los pies y las piernas, después las manos y los brazos para avanzando gradualmente hacia el abdomen, y finalmente, hacia la cabeza. En cada zona muscular se pedirá que se tensen unos segundos para después relajarlos más tiempo.

El propósito de esta actividad es aprender a relajarse, ya que nos hace más conscientes de nuestro estado emocional y además ayuda a mejorar el clima del aula porque los alumnos se sentirán mejor a la hora de interactuar. El uso de este tipo de técnicas mejora el

desarrollo de la inteligencia emocional, reduciendo las situaciones de conflicto y frustración.

Además, aprender a controlar la respiración es fundamental para la correcta fonación en el canto.

Sesión 4: Expresarse mediante la música

ACTIVIDAD 1: HABLAR CON CANCIONES

Duración: 15-20 minutos

En esta actividad se formarán cuatro grupos y a cada uno de ellos se le mandará pensar en una canción cuya letra les transmita una determinada emoción: alegría, tristeza, amor o miedo. Una vez hayan acordado todos los equipos el fragmento que van a utilizar, un portavoz lo cantará al resto de la clase y explicará por qué les ha parecido apropiado para transmitir la emoción que les corresponda.

Se realizarán al menos cuatro rondas para asignar cada vez una emoción distinta a todos los grupos.

ACTIVIDAD 2: MUESTRA TU CANCIÓN

Duración: indefinida

Esta actividad será de carácter voluntario y se planteará al final de la primera sesión y se recordará en las siguientes. Los alumnos que lo deseen podrán exponer al resto del grupo un tema musical que les genere alguna emoción determinada (alegría, ira, tristeza, nostalgia...). Si lo consideran oportuno y no les da vergüenza, podrán explicar a sus compañeros la razón por la cual les hace sentirse así, o quizás la historia que asocien con la canción y les genere esa sensación.

Para reproducir la canción basta con que sepan su título y se buscará en internet para reproducirla con los altavoces de la clase.

Para que esta actividad funcione correctamente es imprescindible que el clima de la clase y las relaciones entre los compañeros sean adecuadas. Con ello se pretende que no se sientan juzgados ni cohibidos por mostrar sus emociones frente a los demás. Aun así, es comprensible que haya niños que sean más reservados y prefieran no mostrar algo que

les puede resultar íntimo. Otro motivo por el que algunos no participen es que no están obligados a hacerlo, y no les apetezca.

ENCUESTA FINAL.

Los últimos cinco minutos de clase o tras finalizar la actividad anterior, se les preguntará a los alumnos qué les han parecido las sesiones que se han desarrollado y se les pasarán dos encuestas para que valoren el papel del profesor en la UD y las actividades que han realizado (Ver Anexo II).

5.8 RECURSOS

Los recursos necesarios para el desarrollo de las sesiones de la UD son:

- Recursos materiales: ordenador y proyector con conexión a internet para reproducir vídeos y unos altavoces. Folios o cartulinas, bolígrafos o lapiceros y pinturas de colores. Colchonetas y altavoz bluetooth para reproducir música en el gimnasio.
- Recursos humanos: profesora de música y alumno en prácticas.
- Tiempo: Cuatro sesiones de una hora.
- Espacios: aula de música. Gimnasio.



Figura 1 . Aula de música/comedor. Fuente: web CEIP Villalpando



Figura 2. Gimnasio. Fuente: web CEIP Villalpando

5.9 EVALUACIÓN

Los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables han sido extraídos del Boletín Oficial de Castilla y León número 142 lunes, 25 de julio de 2016.

Los Criterios de Evaluación son:

- Analizar la organización de obras musicales sencillas, tanto vocales como instrumentales, y describir correctamente de manera oral y escrita los elementos que las componen.
- Entender la importancia del cuidado de la voz, como instrumento y recurso expresivo partiendo de la canción y de sus posibilidades para interpretar, crear e improvisar, tanto de manera individual como en grupo.
- Interpretar solo o en grupo, mediante la voz o instrumentos, utilizando el lenguaje musical, composiciones sencillas que contengan procedimientos musicales de repetición, variación y contraste, asumiendo la responsabilidad en la interpretación en grupo y respetando, tanto las aportaciones de los demás como a la persona que asume la dirección.

Los Estándares de aprendizaje evaluables son:

- Conoce, entiende y observa las normas de comportamiento en audiciones y representaciones musicales.
- Interpreta piezas vocales e instrumentales de diferentes épocas, estilos y culturas para distintos agrupamientos con y sin acompañamiento.
- Identifica el cuerpo como instrumento para la expresión de sentimientos y emociones y como forma de interacción social.

- Como instrumento de evaluación se empleará la una rúbrica (Anexo II) basada en la observación en el aula teniendo en cuenta los siguientes factores:
- Participación: se valorará en gran medida la participación en el aula a la hora de realizar las actividades.
- Comportamiento: el buen comportamiento durante las sesiones es esencial para la correcta convivencia en el aula, y por ende, para un buen rendimiento académico.
- Realización y superación de las actividades.

Para acabar, cabe resaltar que la técnica utilizada en esta UD para la evaluación de los alumnos al profesor se realizará mediante una pequeña encuesta sobre su experiencia durante las sesiones. (Véase Anexo II).

6 CONCLUSIONES

En vista de las teorías analizadas en este TFG, se han extraído una serie de conclusiones que se exponen a continuación.

En primer lugar, se puede afirmar que el desarrollo de la IE es una tarea fundamental para la formación integral de las personas, lo cual es el objetivo principal de la educación. La mejora de las competencias emocionales propicia las relaciones sociales y el bienestar individual, ya que ayuda a reconocer y gestionar las distintas situaciones emocionales, tanto propias como ajenas. En ese sentido, es una formación que prepara a las personas para afrontar los problemas de la vida desde una mejor perspectiva, con optimismo, asertividad y herramientas que permitan gestionar mejor los conflictos.

Se puede concluir también, que para desarrollar de la mejor manera posible la IE, es necesario que tanto las familias como la comunidad educativa dispongan de una formación adecuada en el ámbito emocional. De este modo, podrán actuar de forma coordinada para lograr más fácilmente resultados óptimos. Por esta razón, cabe destacar la el valor de incorporar esta dinámica en un Plan de Acción Tutorial.

Por otra parte, conociendo previamente la estrecha relación que existe entre la música y las emociones, y habiendo realizado un análisis sobre la influencia de la música en el desarrollo de las competencias emocionales, se puede afirmar éstas se pueden desarrollar a través de la educación musical. Además, en la asignatura de música resulta más accesible introducir actividades relacionadas con la educación emocional la cual no suele tener un papel tan relevante como debería en otras materias. Por tanto, la asignatura de música es una forma de expresión artística que debe fomentarse, pues permite a los alumnos sentir y manifestar sus sentimientos así como desarrollarse como individuos.

7 ALCANCE Y LIMITACIONES

En primer lugar, se debe destacar que uno de los objetivos iniciales pretendía ser la implementación de la UD. Con ello, se quería reafirmar la relación intrínseca entre la música y la inteligencia emocional, así como el efecto positivo de su desarrollo en los alumnos. No obstante, debido a la suspensión de clases derivada de la crisis sanitaria provocada por el COVID-19, ha sido imposible llevar a cabo la propuesta planteada. Por ello, este TFG se ha quedado limitado al desarrollo teórico y a un planteamiento hipotético. Debido a ello, las conclusiones que se han obtenido, se basan únicamente en el análisis teórico de las ideas aportadas por los distintos autores analizados.

A pesar de ello, este TFG se caracteriza por un análisis profundo de la bibliografía existente referida a la IE y la música, que ha permitido desarrollar una UD adaptada a una clase de sexto de primaria. Cabe destacar que la información obtenida suele estar enfocada a alumnos de infantil o al ámbito laboral, por lo que se ha adaptado en función de las características generales que presentan los niños de entre once y doce años y las características específicas del propio grupo de 6ºA, partiendo de ellas para el planteamiento de la UD.

En definitiva, el alcance de este TFG ha resultado notablemente limitado debido a la incapacidad de desarrollar la UD planteada de forma práctica, pero se han podido obtener conclusiones satisfactorias a partir del análisis teórico.

8 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Balsera, F. J. Gallego D. J. (2010). *Inteligencia emocional y enseñanza de la música*. DINSIC Publicacions Musicals, S.L. Barcelona. 1-81.
- Bar-On, R. (1988). *The development of a concept of psychological wellbeing*. Unpublished doctoral dissertation, Rhodes University, South Africa.
- Bar-On, R. (1997). *The Emotional Quotient Inventory (EQ-i): a test of emotional intelligence*. Toronto: Multi-HealthSystems.
- Betancur Arias, D., & Betancur Arias, J. (2013). *Importancia de las emociones en la adquisición de nuevos aprendizajes mediatizados por aspectos relacionales*. Revista Senderos Pedagógicos / ISSN: 2145-8243 / E-ISSN: 2590-8456, 4(4). Recuperado a partir de <http://ojs.tdea.edu.co/index.php/senderos/article/view/265>
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Wolters Kluwer.
- Bisquerra, R. (2005). *La educación emocional en la formación del profesorado*. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado. Universidad de Zaragoza. 96-99.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R. (Coord.), Bisquerra A., Cabero M., Filella G., García E., López E., Oriol, X. (2011). *Educación Emocional Propuestas para educadores y familias Editorial*. Desclée de Brouwer, S.A.
- Cabello, R., Ruiz, D., Fernández Berrocal, P. (2010). *Docentes emocionalmente inteligentes*. Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado. 13 (1). Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3163455>
- Cabello, R., Gutiérrez Cobos M.J, Fernández Berrocal, P. *Avances en la investigación sobre competencias emocionales en educación*. ISSN 0213-8646 | E-ISSN 2530-3791
- Chóliz, M. (2005). *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. (Tabla 1) Departamento de Psicología Básica. Universidad de Valencia. 1-33.

- Decreto 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León. (Tabla 2).
- Ekman, P. (1992) *An argument for basic emotion. Cognition and Emotion*, 6, 169-200.
- Fernández Berrocal, P. & Extremera Pacheco, N. 2005. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado* ISSN: 0213-8646
- García-Fernández, M. & Giménez-Mas, S.I. (2010). *La inteligencia emocional y sus principales modelos: propuesta de un modelo integrador*. *Revista Digital Espiral. Cuadernos del Profesorado [en línea]*, 3(6), 43-52.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. New York: Bantam.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D. (1999) *La práctica de la inteligencia emocional*. Editorial Kairós.
- Herrador, J. (1991). *Las emociones y su expresión en la primera infancia. Las vías facial y vocal*. *Revista de Pedagogía de la Universidad de Salamanca*, (4), 65-82.
- Lacárcel Moreno J. (2003). *Psicología de la música y emoción musical*. Universidad de Murcia. 213-226.
- Martineaud, S. & Engelhart, D. (1996). *El Test de inteligencia emocional*. Barcelona: Martínez Roca.
- Martínez Sánchez F. y Fernández Castro J. (1994). *Emoción y Salud. Desarrollos en Psicología Básica y Aplicada*. Universidad de Murcia y Universidad Autónoma de Barcelona. Recuperado de <https://revistas.um.es/analesps/article/view/29521/28581> 103-104.
- Mora Teruel, F. (2013). *¿Qué es una emoción?*. *Arbor*, 189(759), doi: 10.3989/arbor.2013.759n1003
- Navarro, P., Gutierrez, S., Cobo, M., Otí, S., Ortiz, D., & Margallo, R. (2004). Un estudio sobre los alumnos con necesidades educativas especiales.
- Punset, E. (2008). *Brújula para navegantes emocionales*. Madrid: Aguilar.
- Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria.

Rueda Villén, B. y López Aragón, C. E. (2013). *Música y programa de danza creativa como herramienta expresión de emociones*. Federación Española de Docentes de Educación Física. Murcia, España. 141-148

Ugarriza, N. (2001). *La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana*.

ANEXOS

ANEXO I: Recursos empleados en las actividades de la Unidad Didáctica.

Sesión 1. Introducción a las Emociones

Actividad 1.

LETRA DE LA CANCIÓN:

Te voy a contar una gran verdad para ayudarte cada día,

Mil emociones vas sentir a lo largo de tu vida.

(ESTRIBILLO)

Alegría, tristeza, miedo, ira y amor,

Son parte de tus emociones.

Tienes que conocerlas y aprender a expresar

Y aceptarlas por igual.

Si quieres reír, si quieres llorar,

Necesitas expresarlo.

Si te enfadas quizá,

O algo miedo te da,

Respira hondo, vamos a hablarlo.

Alegría, tristeza, miedo, ira y amor,

Son parte de tus emociones.

Tienes que conocerlas y aprender a expresar

Y aceptarlas por igual.

Alegría, tristeza, miedo, ira y amor,

Son parte de tus emociones.

Y si a alguien conoces y quieres ayudar

Ponte siempre en su lugar.

Enlace al vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=XKnRkZgp3Rs>

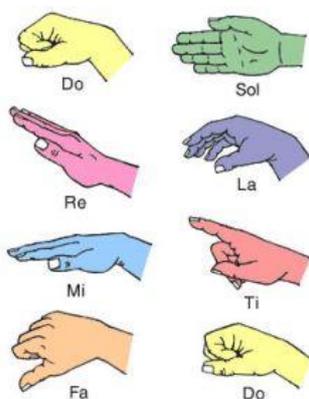
Sesión 2. Las emociones en el Séptimo Arte

A continuación, se exponen los enlaces web de los temas de las bandas sonoras utilizadas en la **Actividad 1**.

- *Titanic - My Heart Will Go On (Music Video)* Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=3gK_2XdjOdY
- *Psicosis* tema (“The Murder”) Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=VdAT15zXZ5s>
- *Canción misión imposible* Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=yXkV0h3eM20>
- *Main Title/John Williams/Jaws (From The "Jaws" Soundtrack)* Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=BePpzCOMRZQ>
- *FROZEN | Let It Go Sing-along | Official Disney UK* Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=L0MK7qz13bU>
- *El Rey León: Hakuna Matata* Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=sfXPGuZ68HM>

Sesión 3 Fononimia y relajación

Imagen para facilitar la ejecución de los gestos en la fononimia de Kodaly.



Sonrisas y Lágrimas - DO RE MI (Español) Película Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=_UmYfxt6i0

Actividad 2 Música relajante

Música para Estudiar, Concentrarse y Memorizar Rápido Música Relajante

Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=HQ40ksM2Vc0>

ANEXO II- Instrumentos de cara a la evaluación en la Unidad Didáctica.

A continuación, se muestran los distintos recursos empleados para el desarrollo de la evaluación en la Unidad Didáctica.

a) Evaluación al profesor

Al acabar la UD, se pasará un cuestionario a los alumnos para que evalúen la actuación del profesor

Señala con una (X) que te han parecido los siguientes apartados:

1. *Me ha gustado.*
2. *Se puede mejorar.*
3. *No me ha gustado.*

ACTIVIDAD DE EVALUACIÓN	1	2	3
Explicaciones del profesor			
Ayuda del profesor cuando le has necesitado (dudas, sugerencias...			
Forma de organizar los grupos (problemas, organización, etc...)			

¿Qué aspectos te gustaría cambiar sobre la unidad? ¿Por qué?

b) Evaluación del alumnado por parte del profesor

ACTIVIDAD DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS DE CALIFICACIÓN	CRITERIOS DE CALIFICACIÓN	%
Superación de las actividades realizadas	Rúbrica		Que hayan adquirido los conocimientos tratados en las sesiones.	70%
Actitud y participación	Rúbrica y valoración del profesor	Anotaciones del profesor durante las sesiones.	Nivel de esfuerzo, interés y actitud hacia las actividades.	30%

c) Rúbrica de evaluación del profesor

Ítems	Siempre	La mayoría del tiempo	A veces	Nunca
¿Muestra una actitud favorable hacia la actividad?				
¿Conoce y comprende los contenidos explicados en clase?				

