

Facultad de Educación y Trabajo Social



Universidad de Valladolid

TRABAJO DE FIN DE GRADO EN EDUCACIÓN INFANTIL

**Inteligencia emocional en Educación Infantil. Una propuesta didáctica
a través del cuento**

AUTORA: CARMEN CARRERA PELILLO

TUTORA ACADÉMICA: CARMEN MORÁN RODRÍGUEZ

ENERO 2021

RESUMEN

El presente Trabajo de Fin de Grado tiene como objetivo demostrar la importancia de trabajar la educación emocional en la etapa educativa de Educación Infantil. Para ello se plantea una propuesta de intervención que desarrollará las bases de la Inteligencia Emocional a partir del cuento *Así es mi corazón* de Jo Witek, que presenta las emociones y sentimientos en todas sus formas y colores. Así, el alumnado completará su desarrollo en esta etapa de acuerdo con las áreas establecidas: “Conocimiento de sí mismo y autonomía personal”, “Conocimiento del entorno” y “Lenguajes: comunicación y representación”.

PALABRAS CLAVE

Inteligencia emocional, literatura infantil, educación infantil, emociones, bienestar personal.

ABSTRACT

This Final Project aims at showing the importance of introducing emotional intelligence in Pre-School. In order to this, the following proposal is going to be organised as a didactic unit and its principal resource will be the tale *Así es mi corazón* from Jo Witek, which shows emotions and feelings in all their colours and forms. Therefore, pupils will complete their personal development according to the established areas: “Self knowledge and personal autonomy”, “Environment knowledge” and “Languages: communication and representation”.

KEY WORDS

Emotional intelligence, children’s literature, pre-school, emotions, personal well-being.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	1
2. OBJETIVOS	2
3. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA	3
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	5
I. Introducción. Sobre educación de las emociones en la etapa de infantil	5
II. Importancia de las emociones a lo largo de la historia	6
III. Inteligencia Emocional en Educación Infantil	7
IV. Uso de la literatura para trabajar la gestión emocional	9
5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	12
I. Introducción a la propuesta	12
II. Descripción detallada del libro <i>Así es mi corazón</i>	13
III. Trayectoria de la autora	15
IV. Esquema general de la propuesta	16
6. CONCLUSIONES	53
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	54
8. ANEXOS	58

1. INTRODUCCIÓN

El presente Trabajo de Fin de Grado consta de una propuesta de intervención cuyo tema es la Inteligencia Emocional y se desarrolla a través del cuento *Así es mi corazón* de Jo Witek. Se presenta para llevarse a cabo en el último curso del segundo ciclo de Educación Infantil, es decir, en el aula de 5 años.

Con la intención de plantear esta propuesta, se ha investigado previamente sobre el concepto de Inteligencia Emocional. Para ello se ha obtenido información a través de libros, artículos y demás bibliografía que se encuentra en el penúltimo apéndice. Esta información ha sido procesada y recogida en el cuarto apartado.

Siguiendo con el índice, encontramos a continuación la enumeración de los objetivos que se pretenden conseguir. Después, se añade la justificación del tema, en la que se explican los motivos por los que surge la necesidad de realizar esta propuesta con la temática y la forma acordadas. Seguidamente y como se ha mencionado anteriormente, se muestra la fundamentación teórica que confirma la importancia de la educación de las emociones y del uso de la literatura en el aula como elemento vehicular. Más adelante se redacta la propuesta de intervención incluyendo una introducción de la misma, la descripción del libro y de la autora y, finalmente, el desarrollo de la unidad didáctica. Siendo planteada de esta forma, se incluyen en ella todos los apartados correspondientes a una unidad didáctica de la etapa de infantil. Y, para finalizar, veremos las conclusiones, las referencias bibliográficas y los anexos.

Hasta aquí se muestra una breve introducción de lo que se va a encontrar en el siguiente documento, que como bien se ha comentado datará acerca de cómo trabajar la Inteligencia Emocional en infantil y cuál es el motivo de hacerlo en esta etapa educativa.

2. OBJETIVOS

Con la realización del presente Trabajo de Fin de Grado, se pretenden alcanzar los siguientes objetivos:

- Diseñar una propuesta de intervención en forma de unidad didáctica para el último curso del segundo ciclo de Educación Infantil (5 años) que utilice el cuento como instrumento para trabajar la Inteligencia Emocional.
- Desarrollar la IE en un aula de Educación Infantil, valorando la importancia que tiene comenzar desde edades tempranas.
- Demostrar que la literatura es un recurso válido y completo para trabajar la IE en el aula.
- Proporcionar herramientas y técnicas de gestión emocional al alumnado de 5 años que les puedan ser útiles en su vida diaria.
- Iniciar al alumnado en el conocimiento, gestión y control de sus propias emociones y de los demás, fomentando así su desarrollo personal de manera completa.
- Promover el desarrollo de la IE en el ámbito educativo con el fin de lograr el bienestar personal y social del alumnado.

3. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA

La Inteligencia Emocional es un tema que, últimamente, ha ido adquiriendo gran valor en los ámbitos educativo, personal, laboral y social. La influencia que tienen las emociones y sentimientos en nuestra vida diaria empezó a cobrar importancia a raíz de los estudios que Mayer y Salovey encabezaron y, más adelante, fueron continuados por Goleman. Estos autores mostraron el poder que tienen los sentimientos sobre nosotros en nuestras acciones y decisiones. Y subrayaron el hecho de que la vida no solo depende del uso de la razón, pues esta está condicionada por la emoción.

Sin embargo, a pesar de que en las últimas décadas han aumentado los estudios sobre la IE y muchas escuelas tratan de desarrollarla en sus aulas, todavía falta mucho por conseguir. Sigue habiendo una falta de consideración hacia esta temática y los motivos pueden ser varios: falta de interés, falta de información o falta de formación. El profesorado no está preparado para abordar y trabajar esta temática en las aulas. Por lo tanto, incluir la IE como tema transversal a lo largo del curso puede ser difícil y poco motivante para ellos.

Debido a esta falta de interés e incluso de respeto hacia este tema, se propone el siguiente Trabajo de Fin de Grado, con el fin de ayudar al profesorado a contemplar la IE como un tema sencillo e interesante y, a su vez, de fácil aplicación en el aula, en este caso en infantil. Pero, además de esta finalidad, se diseña esta propuesta con el objetivo de concienciar a la comunidad educativa acerca de lo necesario que es conocernos a nosotros mismos y, por ende, a nuestras emociones, puesto que estas son el motor que guía nuestras vidas.

Asimismo, aprovechando que trabajamos desde la etapa de Educación Infantil, destacamos la importancia que tiene tal etapa educativa para el desarrollo personal del alumnado, poniendo el énfasis en este caso, en la madurez emocional. Con el planteamiento de esta propuesta se hace hincapié de nuevo en comenzar a trabajar desde edades tempranas, pues los beneficios a largo plazo serán mayores.

Y para poder lograr todos los objetivos que se pretenden conseguir con este Trabajo de Fin de Grado, vamos a recurrir a uno de los recursos más demandados por la etapa de Educación Infantil: el cuento. Las razones son variadas, pero principalmente se recurre a

este instrumento para demostrar la gran utilidad que tiene la literatura, que no es meramente lúdica. De igual manera, la motivación inicial del alumnado debe ser primordial a la hora de encabezar una propuesta de intervención y el uso del cuento escrito suele ser un acierto. En definitiva, encontramos así una propuesta de intervención que desarrollará la IE en infantil a través del cuento.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

I. Introducción. Sobre educación de las emociones en la etapa de infantil

La educación es un proceso de aprendizaje que puede realizarse en cualquier contexto, ya sea formal o informal, a lo largo de la vida. Su principal objetivo es garantizar el bienestar personal y social de los educandos. Los centros escolares son el mejor medio para conseguir que todos puedan alcanzar este bienestar durante su desarrollo. Es importante comenzar a trabajar esto desde edades tempranas y seguir haciendo hincapié en ello en las siguientes etapas educativas.

Para lograr este bienestar, Bisquerra (2000, 2009) observa la importancia de la educación emocional y, por consiguiente, el desarrollo de las competencias emocionales. Durante la década de los noventa, los psicólogos John Mayer y Peter Salovey comenzaron a investigar sobre la educación de las emociones, dando nombre por primera vez a lo que hoy se conoce como inteligencia emocional o IE. Esta investigación propició que años más tarde Daniel Goleman (1995) introdujera en el ámbito educativo programas relacionados con el aprendizaje social y emocional o también conocidos como SEL (Social and Emotional Learning). La investigación científica ha demostrado que la aplicación de estos programas en los centros escolares ha favorecido el aumento de la tasa de aprendizaje infantil y el descenso de conflictos. La IE se conoce, por tanto, como el conjunto de habilidades entre las que destacan el autocontrol, el entusiasmo, la perseverancia y la capacidad para motivarse a uno mismo, entre otros. Se trata pues de un vínculo que se establece entre los sentimientos, el carácter y los impulsos morales (Goleman, 1995: 27-28). Es sabido que la herencia genética influye y determina en cierto modo el carácter de las personas, pero no por ello se debe olvidar que el entorno es otro factor relevante. Esto quiere decir que las lecciones emocionales que aprenden los niños en casa o en la escuela van a constituir la base de sus hábitos emocionales en un futuro. Por esta razón cabe de nuevo destacar la importancia que tiene trabajar la IE en edades tempranas y, por ende, en la etapa de Educación Infantil.

II. Importancia de las emociones a lo largo de la historia

Las emociones han acompañado al ser humano desde sus inicios y se puede afirmar que, gracias a ellas, este ha podido sobrevivir durante años. Por lo tanto, la importancia de las emociones es aun mayor de lo que se puede imaginar.

En primer lugar, se ha de tener en cuenta que las emociones residen en el neocórtex, una parte de nuestro cerebro compuesta por la amígdala y el hipocampo. Esta estructura límbica está ligada a los procesos de aprendizaje y de memoria, y a su vez, controla los procesos emocionales (Goleman, 1995). De la misma manera, el neurocientífico LeDoux (1986) afirma que el cerebro humano responde antes a un estímulo a través de la amígdala que, a través del neocórtex o también denominado cerebro pensante. Esta investigación demuestra una vez más el poder que tienen las emociones de desbordar a la razón. Esto quiere decir que la mayoría de las acciones que realizamos a diario estarían dirigidas previamente por un factor emocional y, posteriormente, por uno racional.

La emoción viaja más rápido que la razón y gracias a ello ha perdurado la existencia del ser humano a lo largo del tiempo. Esta afirmación “basada en el sentir antes que pensar ha sido calificada por LeDoux como emociones precognitivas, reacciones basadas en impulsos neuronales fragmentarios, en bits de información sensorial que no han terminado de organizarse para configurar un objeto reconocible” (Goleman, 1995: 63). Por lo tanto, una de las deducciones científicas que se han de tener en cuenta en la realización de esta propuesta es que la emoción avanza más rápido que el pensamiento y, además, de manera independiente.

En segundo lugar, las emociones no nos dejan exclusivamente una influencia en la vida afectiva y personal, sino que también afectan directamente al cociente intelectual o CI. La razón principal se encuentra en las conexiones que existen entre la amígdala y el neocórtex. De ellos depende la gestión de las emociones y pensamientos respectivamente. Por tanto, si nos encontramos ante emociones intensas tales como la ansiedad, la cólera o similares, estas influirán directamente en el neocórtex, y a su vez, en nuestros pensamientos (Goleman, 1995). Los estudios llevados a cabo por Harden y Phil (1995) demostraron este hecho. En ellos se observa que la razón por la cual el alumnado presentaba problemas de fracaso escolar, alcoholismo y delincuencia no se debía a su CI, puesto que este era superior a la media, sino a factores determinados por el cerebro

emocional. De aquí cabe destacar la importancia, una vez más, de prestar atención a las emociones, y no solo a datos exclusivamente racionales como puede ser el CI.

Para finalizar, la educación no debe buscar el debate entre emoción y razón. Ambas son dos partes fundamentales del ser humano y deben trabajarse por igual. Tal es así que nuestro autor concluye que “en la danza entre el sentir y el pensar, la emoción guía nuestras decisiones instante tras instante, trabajando mano a mano con la mente racional y capacitando -o incapacitando- al pensamiento mismo” (Goleman, 1995: 70).

III. Inteligencia Emocional en Educación Infantil

La LOE (Ley Orgánica 2/2006) establece que la etapa de Educación Infantil en nuestro país se encarga de regular el proceso educativo de niños y niñas desde su nacimiento hasta los 6 años. En el artículo 13 de esta orden se recogen los objetivos de tal etapa y entre ellos mencionaremos los siguientes:

d) Desarrollar sus capacidades afectivas.

e) Relacionarse con los demás y adquirir progresivamente pautas elementales de convivencia y relación social, así como ejercitarse en la resolución pacífica de conflictos (Ley Orgánica 2/2006).

Con el fin de alcanzar estos objetivos, surge de nuevo la importancia que adquiere la IE en esta etapa educativa. Desde el momento del nacimiento se experimentan numerosas emociones que posteriormente influirán en el carácter de las personas. Así pues, el tipo de relación afectiva que mantienen las familias con sus hijos desde que nacen va a ser crucial en su posterior desarrollo social y personal. Y, a su vez, marcará en cierta medida el rendimiento académico (Suess, Grossmann y Sroufe, 1992).

La sociedad en la que vivimos actualmente suele prestar mayor atención al rendimiento académico y puramente intelectual. Así, se favorece un sistema educativo centrado en el CI, tal como se recoge en los informes PISA. Esto supone un problema, pues, aunque nuestro futuro laboral dependa en cierto modo de la inteligencia académica, no se debe olvidar que también influyen otros factores. Ningún CI elevado prepara al ser humano para solventar las dificultades a las que nos enfrentaremos a lo largo de nuestra vida. Ni tampoco nos ayudará a conseguir la felicidad y la prosperidad que conducen al éxito. Puesto que como bien afirma Goleman (1995: 78) esta labor es de la competencia

emocional, “que constituye, en suma, una *meta-habilidad* que determina el grado de destreza que alcanzaremos en el dominio de todas nuestras otras facultades (entre las cuales se incluye el intelecto puro).”

La función principal de la educación, y más concretamente, de la Educación Infantil, consiste en favorecer el desarrollo integral del alumnado, desarrollando las capacidades cognitivas, físicas, lingüísticas, morales, afectivas y emocionales (López, 2005). De esta manera se concluye que, para lograr el desarrollo íntegro del alumnado, la educación debe fijar su atención en todas estas habilidades.

Asimismo, con relación al desarrollo de habilidades que no contemplen exclusivamente el CI, se ha de mencionar la gran influencia que ha tenido y tiene Gardner (1993) con su teoría de las inteligencias múltiples. Entre ellas vamos a destacar la inteligencia interpersonal e intrapersonal, refiriéndose a la habilidad de establecer relaciones sociales y al conocimiento de uno mismo, respectivamente. Ambos aspectos se incluyen en el Real Decreto 1630/2006, que establece las áreas que se van a trabajar en el segundo ciclo de Educación Infantil, siendo estas las siguientes: “Conocimiento de sí mismo y autonomía personal”, “Conocimiento del entorno” y “Lenguajes: comunicación y representación”. En todas ellas se van a trabajar los aspectos inter- e intrapersonales, pues van a formar la base educativa sobre la que se establezcan el resto de los contenidos. En consecuencia, uno de los objetivos que se pretenden alcanzar en estas áreas es el bienestar personal y social del alumnado. Y para ello la educación emocional adquirirá un importante peso.

La educación emocional se encarga de percibir y expresar emociones, facilitando el pensamiento, la comprensión y la regulación de emociones en uno mismo y en los demás. (Mayer, Salovey y Cherkasskiy, 2015). Esta enseñanza ya fue promovida por Sócrates bajo su premisa de “conócete a ti mismo”, que implica la base de toda IE (Goleman, 1995). La conciencia de uno mismo y de cuáles son nuestras emociones conforman el primer paso hacia una correcta gestión emocional. Este paso se puede trabajar en aulas de infantil, a partir de diversas propuestas. Un ejemplo de ello es el programa “Aulas Felices” elaborado por el equipo SATI. Se basa en trabajar la educación emocional en la escuela fomentando la atención plena en alumnado de 3 a 18 años. La atención plena también conocida como *mindfulness* es una técnica que busca la calma y el conocimiento de uno mismo. Desde este programa se ofrecen numerosas aplicaciones para el mundo

educativo que buscan el desarrollo del bienestar emocional (Bisquerra y Hernández, 2017).

En definitiva, actualmente la educación emocional está empezando a ocupar el peso que merece en las escuelas. Son muchas las formas de desarrollar la IE en las aulas, pero en este caso concreto utilizaremos un recurso muy arraigado en la etapa de infantil: el cuento. Esto lo abordaremos en el siguiente apartado.

IV. Uso de la literatura para trabajar la gestión emocional

Fue Horacio (siglo I a.C.) con su célebre “prodesse et delectare”, quien formuló una de las grandes bases de la pedagogía, afirmando que se puede aprender a la vez que se está disfrutando. Pero, además, incidió en el uso de la literatura para alcanzar este fin, señalando que esta hacía lo posible “docere et delectare”. Se observa, pues, que desde tiempos romanos la literatura ya era utilizada con fines educativos y lúdicos.

En la actualidad, la literatura supone uno de los elementos más importantes a la hora de transmitir conocimientos, roles o incluso para identificar emociones. De la misma manera, la literatura infantil, definida por Bertolucci como una obra literaria que manifestaba prescripciones, prohibiciones y símbolos que definen a una sociedad, es considerada también un pilar esencial para la transmisión de tales aspectos. Además, en ella destaca el cuento como un género fundamental. Y, posteriormente, se perfecciona su definición, entendiendo la literatura infantil como el conjunto de expresiones y acciones que son transmitidas a partir de la palabra, usando esta de forma creativa y artística (Alonso, 2005).

Dentro de la literatura infantil se debe hacer mención especial a su instrumento por excelencia, el cuento. Podríamos definirlo como una narración breve, oral o escrita, en la que se cuenta un relato de ficción con un determinado número de personajes, una intriga poco desarrollada y un desenlace rápido.

En Educación Infantil el cuento y, más concretamente el cuento escrito, es el recurso metodológico por excelencia, pues este sirve para que los niños de edades tempranas puedan resolver sus conflictos existenciales. Es la forma que ellos tienen de entender el

mundo que les rodea y de darle sentido. Y, además, les ayuda a expresarse, puesto que los más pequeños cuentan con un vocabulario escaso (Zermeño, 2014).

Gracias a sus ilustraciones, formato, tamaño y expresiones que les son familiares, el cuento es un excelente material para el alumnado de infantil. Por este motivo, es uno de los instrumentos más utilizados en esta etapa para transmitir enseñanzas no sólo literarias sino de cualquier tipo. Como bien se ha mencionado anteriormente, los cuentos son un refugio para los niños, que a menudo se identifican con el protagonista, y esto les ayuda a entender los acontecimientos que viven diariamente. Trabajar las emociones con un recurso como este puede ser muy enriquecedor, puesto que se pretende conseguir que el alumnado empatee con el o la protagonista de la historia y que, de esta forma, ellos aprendan a identificar y gestionar sus propias emociones. En este sentido, algunas observaciones del trabajo clásico de Bettelheim (1977), mantienen en buena medida su vigencia.

Por otra parte, los cuentos no se limitan exclusivamente a ser un recurso con fines literarios o didácticos. Son recursos que consiguen establecer una corriente de confianza y unión entre el alumnado y el maestro, ayudan al niño a buscar soluciones simbólicas a sus problemas y miedos, desarrollan la imaginación y el espíritu crítico, transmiten ideas, valores y creencias, ayudan a crear un ambiente acogedor en el aula y favorecen el desarrollo social (Argente y Gómez, 2006). Se trata, pues, de un recurso en sí mismo, pero que, a su vez, puede ser utilizado para transmitir conocimientos. En el aula de infantil se puede hacer uso de él en cualquier área y momento del día.

Para finalizar, se ha de mencionar que el área de Lenguajes: comunicación y expresión, que aparece en el Decreto 122/2007, hace hincapié en el acercamiento a la literatura. Este apéndice forma parte del primer bloque de contenidos del área y en él se recogen los siguientes puntos:

- Escucha y comprensión de cuentos, relatos, poesías, rimas o adivinanzas tradicionales y contemporáneas, como fuente de placer y de aprendizaje en su lengua materna y en lengua extranjera.
- Interés por compartir interpretaciones, sensaciones y emociones provocadas por las producciones literarias.
- Selección autónoma de cuentos o textos e iniciación progresiva en el gusto literario.

– Utilización de la biblioteca con respeto y cuidado, y valoración de la misma como recurso informativo, de entretenimiento y disfrute (Decreto 122/2007, p. 15).

De esta manera, el cuento en la etapa de infantil constituye un recurso transversal y sumamente versátil que nos permite estimular el gusto lector, el desarrollo del vocabulario, la gramática, etc., a la vez que trabajamos -como en este caso- las emociones.

5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

I. Introducción a la propuesta

Esta propuesta didáctica va a consistir en una unidad didáctica cuyo tema principal son las emociones. La finalidad es que el alumnado adquiera progresivamente los conceptos y contenidos referentes a la inteligencia emocional con el fin de lograr un desarrollo pleno.

Para ello se plantean 11 sesiones que trabajarán con las emociones primarias y alguna secundaria. Además, no solo las identificarán y conocerán, sino que se proporcionarán técnicas de regulación y aceptación emocional para utilizar en su vida diaria.

Como se ha mencionado anteriormente, esta propuesta se presenta en un formato de unidad didáctica, por tanto, en ella se especifican objetivos, contenidos, criterios de evaluación, competencias clave, metodología, desarrollo de sesiones, recursos materiales y evaluación. Todo ello engloba una programación completa para el trabajo de la inteligencia emocional en un aula de Educación Infantil.

Además, otro de los objetivos que lanza esta propuesta, es el de trabajar estos contenidos a través de un instrumento muy demandado para esta etapa, el cuento. Este va a ser el elemento que va a unir los contenidos que se van a trabajar con el alumnado. Nos va a servir de guía y apoyo en todas las sesiones. Y, además, va a propiciar la creación de un ambiente motivador y que suscite la curiosidad y el interés en el alumnado.

Su uso irá variando, pero se utilizará en todas las sesiones excepto en la de evaluación inicial. Por lo tanto, la literatura va a ser un punto clave en el desarrollo de esta propuesta, pues sin ella no habría sido posible plantearla.

A continuación, se presentan dos apartados que hablan un poco más sobre del cuento que se va a utilizar, sobre la autora y su trayectoria en la literatura infantil. Seguidamente encontraremos el apartado del cuadro general de la propuesta donde ya se plantea el desarrollo de la unidad didáctica y se incluyen de forma ordenada todos sus apartados.

II. Descripción detallada del libro *Así es mi corazón*

El libro original fue publicado en el año 2013 en francés, bajo el título de *Dans mon petit coeur*. La ilustradora del cuento es Christine Roussey, que también ha ilustrado otros cuentos de Jo Witek.

En el año 2014 el grupo de la editorial Bruño realiza la primera edición para el castellano gracias a la traducción de Gabriela Keselman, procedente de Argentina. Y, más adelante en 2018, se lleva a cabo la séptima edición por parte de la misma editorial. A partir de esta última se realiza esta propuesta didáctica.

Con respecto a sus componentes físicos, comenzaremos mencionando el formato. Se trata de un cuento de tamaño considerable y con formato cuadrado. Es un álbum ilustrado, por lo que incita a la lectura compartida entre varios niños y a la exploración visual de este.

Las cubiertas están hechas de un material similar al cartón duro y las páginas, que son un total de 12, también cuentan con un material más resistente que el convencional. En la cubierta del cuento encontramos el título y los nombres de la autora, la ilustradora y la editorial. Pero también es importante destacar que hay una ilustración de la protagonista encima de un elemento muy característico de este álbum. Se trata de un troquelado en forma de corazón que se va a ir viendo a lo largo del cuento. A medida que se van pasando las páginas, el corazón va disminuyendo su tamaño y cambia de color, adaptándose a la ilustración que aparece en la página. En la contracubierta, observamos un breve resumen del texto y una serie de recomendaciones de otros cuentos de la misma colección.

A continuación, se encuentran las guardas. Utilizan un fondo de color rojo con pequeños corazones blancos que cuentan con la misma forma y tamaño. Mientras que las guardas finales utilizan un fondo blanco donde aparecen corazones más grandes de diversos colores y también de igual forma y tamaño. Seguidamente aparece la página de créditos donde se aprecian dos dedicatorias; una de la ilustradora y otra de la autora, y a su lado la portada con el título y el troquelado del corazón.

Después comienza propiamente la obra. El fondo de las páginas es blanco, la fuente utilizada es de color negro e imita a la letra de imprenta. Además, el tamaño del texto es pequeño y se sitúa siempre en la página de la izquierda. El cuento tiene ilustraciones en

todas sus páginas, y, a su vez la de la derecha es una página troquelada que contiene un corazón dentro de distintos objetos que varían según la página. Estos objetos son elementos muy simples como una casa, un globo, una estrella, un árbol, etc. Por el contrario, en la página izquierda aparece siempre la protagonista. Este tipo de diseño se cumple en todo el libro excepto en la última página, que ya no tiene troquelado en la página de la derecha y la ilustración final forma un paisaje completo.

Por último, en cuanto al texto, se puede observar que está formado por párrafos cortos de unas 5 o 6 líneas cada uno. El léxico es sencillo y utiliza muchas oraciones exclamativas que pueden llamar la atención al lector. Otro recurso que se emplea es el uso de rimas, por tanto, se crean un ritmo musical y sonoridad a lo largo de la lectura. También hace uso de comparaciones familiarizadas a los niños. Y, finalmente, termina con una pregunta que invita al lector a participar de forma activa después de la lectura.

III. Trayectoria de la autora

La autora del cuento *Así es mi corazón* que se va a utilizar para la propuesta didáctica se trata de la actualmente escritora francesa, Jo Witek. Su obra literaria se dedica exclusivamente al público infantil y juvenil como podemos observar en el resto de sus obras: *Ventre de mamá* (2011), *Los brazos de mi papá* (2012), *Mis pequeños miedos* (2015), etc.

Antes de dedicarse a la escritura, Witek realizó estudios de teatro en París y estuvo trabajando como lectora y adaptadora en el cine. Continuó su formación y ejerció como periodista, actriz y cuentacuentos. Y desde 2009 ejerce como escritora de cuentos infantiles como bien se ha mencionado anteriormente. Además, realiza talleres de escritura de forma periódica en centros escolares.

En cuanto a su difusión digital, la autora cuenta con un perfil en la red social de Instagram, *jo_witek* y otro en Facebook donde aparece con su nombre de pila. Además, en la plataforma de YouTube se pueden encontrar numerosos videocuentos de sus obras. Estos son algunos ejemplos:

En primer lugar, encontramos este videocuento del canal *Aula de Elena*, en el que podemos escuchar a unos niños contando el cuento.

https://youtu.be/SeQs_5kEyuY

En este otro caso, encontramos a una profesora de la escuela infantil *El Jardín de la Plaza*, contándolo a la vez que lo muestra.

<https://youtu.be/dVXjPyZhqOs>

Y, además, aunque Witek no cuenta con un canal propio en esta plataforma, sí que podemos observar más vídeos de otros de sus cuentos infantiles, como es el caso de *Mis pequeños miedos* o el de *Dentro de nuestra mamá* que observamos a continuación:

<https://youtu.be/5UxIL12m-DM>

https://youtu.be/n-bjBtz_YkM

IV. Esquema general de la propuesta

1. Contextualización

Esta propuesta está planteada para ser llevada a cabo por un aula de 5 años de Educación Infantil, es decir, el último curso de esta etapa. Aunque no será llevada a cabo en la realidad, el contexto está pensando para un colegio de carácter público situado en el municipio de una ciudad. El número de alumnos puede variar, pero esta está pensada concretamente para que haya un total de 20.

Por otra parte, aunque se haya planteado para un colegio con estas características, la propuesta puede ser utilizada y llevada a cabo por cualquier centro independientemente de sus condiciones. El listado de recursos materiales puede variar según la escuela en la que se realice, pudiendo servir de igual manera en contextos socioeconómicos menos estables que en contextos de clase media-alta. Esto se debe a la posibilidad de flexibilización que tiene, siempre y cuando se utilice el cuento como elemento transversal para toda la propuesta.

Por último, cabe destacar que, dentro del contexto, las condiciones físicas y los espacios también pueden variar. Pero como bien se ha mencionado, esto no supondrá un problema a la hora de ponerla en práctica.

2. Temporalización

Esta propuesta estará compuesta por un total de 11 sesiones. Cada una de ellas se realizará en una jornada escolar. Por tanto, la duración total será aproximadamente de dos semanas.

Sin embargo, como se irá viendo a lo largo del desarrollo de la propuesta, muchas actividades están planteadas para que se sigan realizando a lo largo del curso escolar, trabajando así de manera transversal.

Sesión I	Tiempo	Momento de realización
Actividad 1. ¿Cómo son las emociones?	5 minutos	Durante la asamblea
Actividad 2. ¿Quiénes son las emociones?	8 minutos	A continuación de la primera actividad
Actividad 3. ¡Ayuda a la patrulla canina!	10 minutos	Después de la segunda actividad

Sesión II	Tiempo	Momento de realización
Actividad 4. Busca y encuentra	10 minutos	Después del momento de relajación que se realiza al acabar el recreo
Actividad 5. Lectura del cuento	12 minutos	Siguiendo a la anterior actividad
Actividad 6. Así es mi corazón	5 minutos	Al final de la clase, antes de irnos a casa

Sesión III	Tiempo	Momento de realización
Actividad 7. Soy feliz	30 minutos	Antes de terminar la asamblea
Actividad 8. ¿Qué les ocurre?	10 minutos	Antes del almuerzo
Actividad 9. El buzón de la alegría	15 minutos	Después del momento de relajación que se realiza al acabar el recreo
	No hay tiempo establecido para crear mensajes	Se podrá utilizar en cualquier momento del día

Sesión IV	Tiempo	Momento de realización
Actividad 10. ¡Somos aventureros!	1 hora y media	Entre la asamblea y el recreo
Actividad 11. Nuestras aventuras	5 minutos	Se explicará antes del recreo
	Cada alumno podrá emplear 3 minutos aproximadamente en contar su hazaña	Después del momento de relajación que se realiza al acabar el recreo

Sesión V	Tiempo	Momento de realización
Actividad 12. La bomba	10 minutos	En la asamblea
Actividad 13. Semáforo	El tiempo de preparación e introducción de la actividad será de 10 minutos aproximadamente	Se preparará después de la actividad anterior
	El tiempo para utilizar el semáforo dependerá de las necesidades del alumnado	Pueden recurrir a él en cualquier momento del día

Sesión VI	Tiempo	Momento de realización
Actividad 14. Yoga	10- 15 minutos	Si ese día han tenido clase de Psicomotricidad, después de esa clase y sino, después del recreo
Actividad 15. Las olas	5 minutos	Después de la actividad anterior Si se repite más veces, siempre después del recreo o después de la clase de Psicomotricidad
Actividad 16. Calma encontrada	10 minutos	Cuando se acaben las dos anteriores y antes de irnos a casa

Sesión VII	Tiempo	Momento de realización
Actividad 17. El rincón de las emociones	El tiempo de realización va a ser de 15-20 minutos	Al terminar la asamblea
	El tiempo en el rincón es indefinido	Se puede acudir al rincón en cualquier momento del día
Actividad 18. ¡Adiós elefante gris!	15 minutos	Después de la actividad anterior

Sesión VIII	Tiempo	Momento de realización
Actividad 19. El baúl del miedo	20-25 minutos	Después de la asamblea
Actividad 20. Uno, dos y tres, ¡miedo esfúmate!	10 minutos	Después de la actividad anterior

Sesión IX	Tiempo	Momento de realización
Actividad 21. La caja sorpresa	15 minutos	Nada más terminar la asamblea
Actividad 22. ¡La sorpresa ya llegó!	15 minutos	Después del recreo y del momento de relajación

Sesión X	Tiempo	Momento de realización
Actividad 23. Me gusta estar solo/a	15-20 minutos	Después de la asamblea

Sesión XI	Tiempo	Momento de realización
Actividad 24. Teatro final	El tiempo de preparación ocupará toda la mañana. El tiempo de lectura y representación será de unos 15 minutos	Se llevará a cabo después del recreo

3. Objetivos

Los objetivos que se deben lograr en esta propuesta se van a distinguir entre objetivos generales y específicos. Los primeros se recogerán en este apartado, mientras que los segundos se redactarán al comienzo de cada una de las sesiones.

Siguiendo el Decreto 122/2007 y, concretamente, el artículo 4, los objetivos generales serán los siguientes:

- b) Construir una imagen positiva y ajustada de sí mismo y desarrollar sus capacidades afectivas.
- e) Relacionarse con los demás y adquirir progresivamente pautas elementales de convivencia y relación social, con especial atención a la igualdad entre niñas y niños, así como ejercitarse en la resolución pacífica de conflictos.

Y, su vez, se tendrán en cuenta como objetivos generales, aquellos que proponen cada una de las áreas establecidas para la etapa de Educación Infantil: “Conocimiento de sí mismo y autonomía personal”, “Conocimiento del entorno” y “Lenguajes: Comunicación y representación”.

Conocimiento de sí mismo y autonomía personal

1. Conocer y representar su cuerpo, diferenciando sus elementos y algunas de sus funciones más significativas, descubrir las posibilidades de acción y de expresión y coordinar y controlar con progresiva precisión los gestos y movimientos.
2. Reconocer e identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades, preferencias e intereses, y ser capaz de expresarlos y comunicarlos a los demás, respetando los de los otros.
3. Lograr una imagen ajustada y positiva de sí mismo, a través de su reconocimiento personal y de la interacción con los otros, y descubrir sus posibilidades y limitaciones para alcanzar una ajustada autoestima.
6. Adecuar su comportamiento a las necesidades y requerimientos de los otros, actuar con confianza y seguridad, y desarrollar actitudes y hábitos de respeto, ayuda y colaboración.
8. Realizar actividades de movimiento que requieren coordinación, equilibrio, control y orientación y ejecutar con cierta precisión las tareas que exigen destrezas manipulativas.
9. Descubrir la importancia de los sentidos e identificar las distintas sensaciones y percepciones que experimenta a través de la acción y la relación con el entorno. (Decreto 122/2007, p. 10).

Conocimiento del entorno

7. Relacionarse con los demás de forma cada vez más equilibrada y satisfactoria, ajustar su conducta a las diferentes situaciones y resolver de manera pacífica situaciones de conflicto.
8. Actuar con tolerancia y respeto ante las diferencias personales y la diversidad social y cultural, y valorar positivamente esas diferencias. (Decreto 122/2007, p. 12).

Lenguajes: Comunicación y representación

1. Expresar ideas, sentimientos, emociones y deseos mediante la lengua oral y otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación.
2. Utilizar la lengua como instrumento de comunicación, representación, aprendizaje, disfrute y relación social. Valorar la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia y de la igualdad entre hombres y mujeres.
4. Comprender las informaciones y mensajes que recibe de los demás, y participar con interés y respeto en las diferentes situaciones de interacción social. Adoptar una actitud positiva hacia la lengua materna.
8. Iniciarse en la escritura de palabras o frases significativas.
9. Comprender, reproducir y recrear algunos textos literarios mostrando actitudes de valoración, disfrute e interés hacia ellos.
11. Demostrar con confianza sus posibilidades de expresión artística y corporal.
12. Descubrir e identificar las cualidades sonoras de la voz, del cuerpo, de los objetos de uso cotidiano y de algunos instrumentos musicales. Reproducir con ellos juegos sonoros, tonos, timbres, entonaciones y ritmos con soltura y desinhibición.
14. Participar en juegos sonoros, reproduciendo grupos de sonidos con significado, palabras o textos orales breves. (Decreto 122/2007, p. 14-15).

4. Contenidos

A continuación, se documentarán en este apartado los contenidos recogidos en el Decreto 122/2007, teniendo en cuenta cada una de sus áreas:

Conocimiento de sí mismo y autonomía personal

Bloque 1. El cuerpo y la propia imagen

1.3. El conocimiento de sí mismo

– Aceptación y valoración ajustada y positiva de sí mismo y de las posibilidades y limitaciones propias.

1.4. Sentimientos y emociones

– Identificación y expresión equilibrada de sentimientos, emociones, vivencias preferencias e intereses propios en distintas situaciones y actividades.

– Identificación de los sentimientos y emociones de los demás y actitud de escucha y respeto hacia ellos.

Bloque 3. La actividad y la vida cotidiana

– Regulación de la conducta en diferentes situaciones.

– Valoración del trabajo bien hecho de uno mismo y de los demás.

Bloque 4. El cuidado personal y salud

– Acciones y situaciones que generan el bienestar propio y el de los demás (Decreto 122/2007, p. 10-11).

Conocimiento del entorno

Bloque 3. La cultura y la vida en sociedad

3.1. Los primeros grupos sociales: familia y escuela

– Regulación de la propia conducta en actividades y situaciones que implican relaciones en grupo.

– Valoración de las normas que rigen el comportamiento social como medio para una convivencia sana (Decreto 122/2007, p. 13).

Lenguajes: Comunicación y representación

Bloque 1. Lenguaje verbal

1.1. Escuchar, hablar, conversar

1.1.1. Iniciativa e interés por participar en la comunicación oral

- Utilización del lenguaje oral para manifestar sentimientos, necesidades e intereses, comunicar experiencias propias y transmitir información. Valorarlo como medio de relación y regulación de la propia conducta y la de los demás.
- Interés por realizar intervenciones orales en el grupo y satisfacción al percibir que sus mensajes son escuchados y respetados por todos.
- Comprensión de las ideas básicas en textos descriptivos y narrativos (juegos, rutinas, canciones, cuentos...) con ayuda de imágenes y otros recursos de la lengua escrita, así como de medios informáticos y audiovisuales.

1.1.2. Las formas socialmente establecidas

- Ejercitación de la escucha a los demás, reflexión sobre los mensajes de los otros, respeto por las opiniones de sus compañeros y formulación de respuestas e intervenciones orales oportunas utilizando un tono adecuado.

1.2. Aproximación a la lengua escrita

1.2.1. Desarrollo del aprendizaje de la escritura y la lectura

- Iniciación a la lectura y la escritura a través de sus nombres, objetos, palabras y frases usuales y significativas.

1.3. Acercamiento a la literatura

- Escucha y comprensión de cuentos, relatos, poesías, rimas o adivinanzas tradicionales y contemporáneas, como fuente de placer y de aprendizaje en su lengua materna.
- Interés por compartir interpretaciones, sensaciones y emociones provocadas por las producciones literarias.

Bloque 2. Lenguaje audiovisual y tecnologías de la información y la comunicación.

- Iniciación en la utilización de medios tecnológicos como elementos de aprendizaje, comunicación y disfrute.

Bloque 3. Lenguaje artístico

3.1. Expresión plástica

- Expresión y comunicación, a través de producciones plásticas variadas, de hechos, vivencias, situaciones, emociones, sentimientos y fantasías.
- Iniciativa y satisfacción en las producciones propias e interés por comunicar proyectos, procedimientos y resultados en sus obras plásticas.
- Participación en realizaciones colectivas. Interés y consideración por las elaboraciones plásticas propias y de los demás.

– Respeto y cuidado en el uso de materiales y útiles.

3.2. Expresión musical

– Audiciones musicales que fomenten la creatividad. Actitud de escucha e interés por la identificación de lo que escuchan.

– Aprendizaje de canciones y juegos musicales siguiendo distintos ritmos y melodías, individualmente o en grupo.

Bloque 4. Lenguaje corporal

– Descubrimiento y experimentación de gestos y movimientos como recursos corporales para la expresión y la comunicación.

– Expresión de los propios sentimientos y emociones a través del cuerpo, y reconocimiento de estas expresiones en los otros compañeros.

– Utilización del cuerpo en actividades de respiración y relajación.

– Dramatización de cuentos, historias y narraciones. Caracterización de personajes (Decreto 122/2007, p. 15-16).

5. Criterios de evaluación

Los criterios de evaluación también serán seleccionados según los citados en el Decreto 122/2007 y serán los que se exponen a continuación:

Conocimiento de sí mismo y autonomía personal

9. Confiar en sus posibilidades para realizar las tareas encomendadas, aceptar las pequeñas frustraciones y mostrar interés y confianza por superarse.

10. Mostrar actitudes de ayuda y colaboración. (Decreto 122/2007, p. 11).

Conocimiento del entorno

22. Analizar y resolver situaciones conflictivas con actitudes tolerantes y conciliadoras. (Decreto 122/2007, p. 13).

Lenguajes: Comunicación y representación

1. Comunicar por medio de la lengua oral sentimientos, vivencias, necesidades e intereses.

2. Escuchar con atención y respeto las opiniones de los demás.

10. Explicar y escuchar planes, propuestas de trabajo, proyectos, etc. y participar en ellos con interés.

12. Usar los gestos, las pausas y el tono adecuados en sus mensajes.

15. Interpretar y etiquetar imágenes, carteles, fotografías, pictogramas y cuentos.

20. Mostrar interés por los textos escritos presentes en el aula y en el entorno próximo.

24. Comunicar sentimientos y emociones espontáneamente por medio de la expresión artística.

25. Utilizar diversas técnicas plásticas con imaginación. Explicar verbalmente sus producciones.

27. Dibujar escenas con significado y describir el contenido.

28. Tener interés y respeto por sus elaboraciones plásticas y por las de los demás.

30. Reproducir canciones y ritmos aprendidos.

35. Realizar sin inhibición representaciones dramáticas. (Decreto 122/2007, p. 16).

6. Competencias clave

Las competencias clave que se van a utilizar son las siguientes:

- Competencia en comunicación lingüística.
 - Expresión oral.
 - Iniciación a la expresión escrita.
 - Expresión artística.
 - Uso de la literatura.

- Competencia digital.
 - Uso de la pantalla digital.

- Aprender a aprender.
 - Desarrollar el proceso de enseñanza aprendizaje a partir de la experimentación propia.
 - Conocer y comprender lo que se va a trabajar, en este caso, las emociones.
 - Mostrar motivación, curiosidad e interés.
 - Participación activa.

- Competencias sociales y cívicas:
 - Desarrollo de habilidades sociales.
 - Aprender a convivir con los demás.
 - Aprendizaje de valores como el respeto y la tolerancia.

7. Atención a la diversidad

Esta propuesta está diseñada para que pueda ser llevada a cabo en un aula ordinaria, de modo que, todos los alumnos puedan cumplirla. Sin embargo, en el caso de que hubiera necesidades educativas especiales, estas se tendrán en cuenta y se adaptará según sea necesario. Se trata, pues, de una unidad didáctica flexible y abierta a cualquier tipo de cambio que el alumnado o el contexto puedan demandar.

8. Metodología

La metodología de esta propuesta va a estar basada en el aprendizaje activo principalmente. El alumnado va a ser el protagonista de su proceso de enseñanza-aprendizaje, pues el foco de atención se centra en él y en su desarrollo. Todas las sesiones están diseñadas para que haya una participación activa y sean ellos quienes desarrollen su competencia emocional a través de la experimentación.

Además, otra metodología que se empieza a utilizar en ciertas sesiones es la del trabajo cooperativo. Hay ciertas actividades que requieren el trabajo por equipos, fomentando valores como la responsabilidad individual y grupal, la escucha y el respeto hacia los compañeros y sus opiniones. Es importante comenzar a utilizar este tipo de metodologías a partir de estas edades, pues les serán muy útiles para su futuro tanto personal como profesional.

Asimismo, como bien se plantea en el apartado de introducción a la propuesta, esta va a consistir en una unidad didáctica cuyo tema principal va a girar en torno a un cuento. Y, aunque no se vaya a trabajar por rincones, se diseñará un rincón nuevo para el aula que podrá ser de utilidad para el resto del curso escolar. Por lo tanto, el desarrollo de esta propuesta no terminará con el número de sesiones estipulado, sino que muchas de sus actividades se seguirán planteando o utilizando de manera transversal a lo largo del curso.

9. Desarrollo de las sesiones

SESIÓN I

Objetivos específicos

- Conocer y evaluar los conocimientos previos sobre la inteligencia emocional.

Antes de empezar es importante señalar que, para no repetir innecesariamente, y de manera continua, alumnos, alumnas, profesores, profesoras, padres, madres, etc., nos limitaremos a utilizar el genérico masculino establecido y reconocido por la RAE, con el fin de hacer más digerible el texto.

Para dar comienzo a la siguiente propuesta de intervención es necesario tener en cuenta cuáles son los conocimientos previos que tiene el alumnado con respecto a la inteligencia emocional. Por este motivo, esta primera sesión consistirá en una toma de contacto con el tema y las actividades que se expongan a continuación supondrán una evaluación inicial. El instrumento que se utilizará para hacer tal evaluación será una rúbrica que encontraremos en el apartado de evaluación.

Actividad 1. ¿Cómo son las emociones?

Este juego consistirá en identificar emociones. Para ello se colocarán en las paredes de la clase una serie de imágenes correspondientes a los emoticonos de WhatsApp. Somos conscientes de que los niños están muy familiarizados con este tipo de aplicaciones. Pero, en caso de lo contrario, las expresiones de estos emoticonos son bastante claras, por tanto, no habrá problema a la hora de reconocerlas.



El tutor en cuestión, irá diciendo al azar las siguientes emociones y el alumnado se desplazará por la clase en búsqueda de la imagen correspondiente. En este caso y por orden utilizaremos: alegría, ira, miedo, sorpresa, tristeza y calma.

Actividad 2. ¿Quiénes son las emociones?

Esta actividad será una continuación de la anterior. Una vez se hayan jugado varias rondas, nos sentaremos en la alfombra y mostraremos los emoticonos e iremos analizando una por una cada una de las emociones. Para ello el educador puede lanzar al aire preguntas como las siguientes:

- *¿Qué es la alegría? ¿Cuándo sentimos alegría? ¿Qué pasa cuando nos enfadamos? ¿Qué hacemos cuando sentimos ira? ¿Alguna vez hemos estado tristes? ¿A qué tenéis miedo? ¿Alguna vez habéis hecho alguna sorpresa a alguien? ¿Qué ocurre cuando estamos tranquilos?*

Estas preguntas solo serían algunos ejemplos y en el momento de intervención variarán según los conocimientos previos que tenga el alumnado.

Actividad 3. ¡Ayuda a la patrulla canina!

Para esta actividad vamos a crear equipos de trabajo de 4 alumnos aproximadamente. Y se crearán tres situaciones distintas que protagonizarán los personajes de la serie infantil animada *La patrulla canina*.

- Chase y Rubble han quedado para jugar en el parque. Chase ha traído su bicicleta, pero a Rubble se le ha olvidado en casa. ¿Qué pueden hacer? ¿Cómo pueden jugar juntos?
- Skye y Rocky estaban haciendo una carrera. Mientras corren, Skye se ha caído. ¿Qué puede hacer Rocky? ¿Seguirá corriendo para ganar la carrera o ayudará a Skye?
- Es el cumpleaños de Zuma, pero ayer se enfadó mucho con Marshall porque el otro día él no le hizo caso en el parque porque dijo que prefería jugar solo. ¿Invitará Zuma a Marshall a su cumpleaños?

El tutor empezará contando la primera situación y cada equipo debe pensar en soluciones. Se les dará un par de minutos para pensarlo y después nos las contarán. Se abrirá un debate por cada situación. Después de haber leído la primera, se procederá a la segunda y así hasta el final. El rol del profesor en este caso es meramente observador y guía, no puede opinar subjetivamente simplemente limitarse a observar cómo actúan sus alumnos. Es necesario señalar que el alumnado no tiene por qué conocer esta serie televisiva, en tal caso, se modificarían los enunciados con personajes que todos conozcan o incluso con

los nombres de los compañeros de la clase. Por tanto, el uso de estos personajes será de libre elección para el maestro.

SESIÓN II

Objetivos específicos

- Utilizar la literatura y, concretamente el cuento, como instrumento para desarrollar la IE.
- Incentivar el interés por la lectura a través de actividades de motivación inicial.
- Identificar y reconocer las propias emociones.
- Desarrollar la conciencia emocional.
- Desarrollar la expresión artística.
- Motivar a la aproximación de la escritura.

En esta sesión se leerá por primera vez el cuento *Así es mi corazón*, recurso principal que nos acompañará a lo largo de la propuesta. Pero antes de la lectura realizaremos una actividad inicial de motivación a la lectura.

Actividad 4. ¡Busca y encuentra!

Nos sentaremos en la alfombra y se les explicará que vamos a contar un cuento, pero que antes tenemos que adivinar de qué trata. Para ello les mostraremos la portada del libro, pero tapando el corazón como se muestra en la siguiente imagen:



A continuación, les contaremos que para adivinarlo tenemos que encontrar una serie de pistas por el aula. Las pistas serán corazones de varios colores que estarán plastificados. Para empezar a buscarlos el tutor dará las siguientes indicaciones:

- Es de color verde y está debajo de una mesa.
- Es de color rojo y está detrás de la puerta.
- Es de color rosa y está en el rincón de lectura.
- Es de color amarillo y está en los percheros.

Habrán un total de 8 corazones, cada uno de un color. Las pistas citadas anteriormente tienen una función orientativa, puesto que a la hora de llevarlo a la práctica habrá que tener en cuenta los espacios reales.

Cuando encontremos todos los corazones volveremos a la alfombra e imaginaremos de qué puede tratar nuestro cuento. A continuación, se procederá a la lectura.

Actividad 5. Lectura del cuento

Durante la lectura del cuento se llevará a cabo una pequeña actividad relacionada con la evaluación inicial. Se le entregarán a cada alumno 7 emoticonos pegados a depresores de lengua como los que aparecen en la siguiente imagen:



El objetivo es que, durante la lectura del cuento, cada vez que salga una emoción enseñen la que ellos creen que es. Si surgen dudas se puede hablar de ello en ese momento o esperar al final.

Actividad 6. Así es mi corazón

Después de escuchar el cuento nos sentaremos en nuestros sitios y daremos comienzo a la sexta actividad. Esta la llevaremos a cabo todos los días después de las sesiones y se convertirá en un diario emocional personal.

Se repartirá una ficha a cada alumno que encontraremos en el anexo 1. En ella encontraremos un corazón dentro de una casita, como en el cuento. Explicaremos al

alumnado que ese será su corazón y que tendrán que decorarlo según las emociones que tengan en ese momento. Para ello se dejará total libertad de expresión artística. Los niños podrán colorear, dibujar, escribir, etc. Siempre y cuando lo hagan dentro del corazón. Una vez hayan terminado se lo enseñarán al profesor y este les dará la opción de explicarlo o no. El alumnado decidirá si lo quiere compartir con el tutor o no, respetando así su intimidad emocional.

SESIÓN III

Objetivos específicos

- Utilizar la literatura, y concretamente el cuento, como instrumento para trabajar las emociones, en este caso, la alegría.
- Expresar emociones como la alegría y compartirla con los demás.
- Respetar la intimidad emocional de cada uno.
- Acercar al alumnado a la expresión escrita y artística.
- Favorecer la expresión oral del alumnado.

Esta sesión dará comienzo a las sesiones que van a trabajar cada una de las emociones. Para ello seguiremos utilizando el cuento como guía, trabajando las emociones según el orden en el que van apareciendo.

En primer lugar, aparece la alegría, de modo que esta sesión va a trabajar esta emoción a través de las siguientes actividades:

Actividad 7. Soy feliz

En el momento de la asamblea, se les preguntará qué significa estar contento o estar feliz. Abriremos un pequeño debate respetando los turnos de habla. El tutor apuntará todas las ideas en un papel.

Después, volveremos a sacar el cuento y lo leeremos hasta la página en la que se habla de la alegría. Aquí, la protagonista cuenta cómo se siente cuando está contenta. En relación con el texto leído, se lanzará otra pregunta al aire: *Y vosotros, ¿cómo os sentís cuando estáis contentos?* También se anotarán sus respuestas.

Una vez hayamos terminado el debate, les pediremos que cierren los ojos y que piensen en el momento más feliz de su vida. El tutor puede dar algún ejemplo. Y, una vez lo hayan pensado iremos a las mesas para que cada uno lo recree en un papel. Cuando terminen se

les preguntará si lo quieren compartir con el resto de la clase y los alumnos que lo deseen saldrán y se lo contarán a sus compañeros.

Cuando terminen todos, se enfatizará el hecho de lo bonito que es compartir la felicidad y la alegría con los demás, como se ha hecho en el aula.

Actividad 8. ¿Qué les habrá pasado?

Para esta actividad vamos a utilizar la figura de personajes que los niños conocen. En este caso podemos utilizar la pantalla digital y hacer uso de las TIC en el aula. Proyectaremos una a una las imágenes que aparecen a continuación y mientras las observamos haremos las siguientes preguntas:

- *¿Quiénes son estos personajes?*
- *¿Cómo creéis que se sienten en este momento? ¿Por qué?*
- *¿Qué están haciendo?*
- *¿Os sentís así vosotros también cuando abrazáis a alguien, estáis con mamá, jugáis con vuestros hermanos o amigos, etc.? ¿Por qué?*



1



2

¹ Personajes de la película Frozen de izquierda a derecha Elsa, Olaf, Sven y Anna.

² Anna, Reina Iduna y Elsa.

Actividad 9. El buzón de la alegría

Después de mostrar lo importante que puede ser compartir nuestra alegría con los demás, vamos a crear en el aula un buzón para llenarlo de mensajes para los compañeros. En él podemos meter cartas, dibujos, notas o cualquier cosa que queramos para algún compañero o profesor que nos haya hecho felices o al que creamos que necesitamos ayudar para que esté contento. Por ejemplo, si vemos a un compañero triste, podemos meter un dibujo para él en el buzón. Este tipo de ejemplos se irán explicando según se vayan viendo el resto de las emociones.

El buzón se abrirá todos los días al final de la clase y el encargado, con ayuda del profesor, deberá repartir lo que hay en el interior. Los mensajes se pueden hacer en cualquier momento del día que tengamos libre, por ejemplo, después de almorzar, al acabar una ficha o en el momento de ir al baño.

Por último, hay que mencionar que el buzón lo construirán entre todos. Para ello el tutor puede encargarse de su elaboración y el alumnado lo puede decorar. Durante esta sesión nos encargaremos de pintarlo y decorarlo entre todos.

Para finalizar, acabaremos con la actividad 6 de la segunda sesión. Esta se hará todos los días al terminar la jornada escolar, por tanto, no la incluyo en temporalización, pues se hará siempre igual y en el mismo momento.

SESIÓN IV

Objetivos específicos

- Utilizar la literatura y, concretamente el cuento, como instrumento para trabajar las emociones.
- Crear un ambiente de motivación, curiosidad e interés.
- Desarrollar las habilidades en artes plásticas.
- Favorecer la expresión oral del alumnado.
- Acercar al alumnado a la expresión escrita y artística.

Actividad 10. ¡Somos aventureros!

Esta actividad se realizará en la asamblea. Empezaremos sacando de nuevo nuestro cuento y leeremos hasta la siguiente página:



Pero esta vez, en vez de utilizar el mismo cuento, el profesor lo contará usando pictogramas para variar y seguir incentivando la curiosidad del alumnado. Estos se van a corresponder con la ilustración que aparece en la página derecha del cuento. De modo que empezará con la imagen del corazón como portada, seguida de la casita, a continuación, de una estrella y terminará con la bola del mundo.



Cuando se llegue a la parte de las aventuras, el tutor comenzará diciendo que hoy vamos a ser unos aventureros como nuestra amiga la protagonista. Entonces, observaremos en el cuento cómo es un aventurero, y observaremos que nuestra amiga lleva un gorro y unas gafas. Procederemos a la elaboración del traje de aventureros y para ello se les indicará a los niños que deben de ir a sus sitios.

Primero elaboraremos un gorro de explorador utilizando de cartulinas de colores. Y una vez hecho se les dejará que lo decoren a su gusto. A continuación, en vez de hacer unas gafas haremos unos prismáticos de explorador. El ejemplo de esta última manualidad se encuentra en el Anexo 2. Es necesario destacar que las semanas previas a esta sesión se pedirá al alumnado que lleve rollos de papel higiénico a clase.

Una vez convertidos en verdaderos aventureros, se les invitará que vivan toda clase de aventuras posibles en el recreo para después contarlas en el aula.

Actividad 11. Nuestras aventuras

Esta actividad consistirá en contar las aventuras que los alumnos vivieron durante el momento del recreo. Es posible que algunos no hayan vivido ninguna, en este caso se les propondrá que nos cuenten alguna otra aventura que hayan vivido en otro momento.

Los alumnos saldrán a contarnos su aventura y para ello deberán seguir estas preguntas:

¿Qué ocurrió?	¿Cómo te has sentido?	¿Te has divertido?
---------------	-----------------------	--------------------

Estarán escritas en cartulinas de esos colores y se colocarán en la pared. Mientras lo cuentan tendrán que desplazarse según la pregunta a la que estén respondiendo.

Es probable que el número de alumnos sea elevado, por tanto, con el fin de que todos puedan contar su aventura, es recomendable elegir aleatoriamente a tres niños por día para que lo cuenten.

SESIÓN V

Objetivos específicos

- Utilizar la literatura y, concretamente el cuento, como instrumento para trabajar las emociones, en este caso, la ira.
- Participar activamente en la lectura del cuento.
- Utilizar sonidos y gestos para acompañar la lectura.
- Identificar la emoción de la ira en nosotros y en nuestros compañeros.
- Adquirir técnicas de gestión emocional y control de la ira.
- Respetar los tiempos de cada uno y comprender sus necesidades.
- Conocer nuestro cuerpo e identificar las sensaciones que se producen en él.
- Acercar al alumnado a la expresión escrita y artística.

Empezamos la sesión al igual que en las anteriores, en la asamblea y leyendo el cuento hasta la emoción que toque trabajar, que en este caso será la ira. En este caso acompañaremos la lectura utilizando gestos y sonidos. Cuando llegemos a la página de la ira vamos a dar comienzo a la actividad.

Actividad 12. La bomba

Siguiendo al cuento, preguntamos *¿por qué puede estar enfadada la protagonista?* Escuchamos las opiniones del alumnado. A continuación, les mostraremos un globo y les contaremos que se trata de una bomba. Se la tienen que ir pasando unos a otros mientras cuentan qué es lo que más les hace enfadar. Cuando todos lo hayan contado el profesor cogerá la bomba, contará qué es lo que le enfada y después ésta explotará.

Se les explicará que cuando nos enfadamos sentimos cómo nos vamos hinchando poco a poco como ese globo hasta que llega un punto que explotamos y sale nuestra rabia.

Actividad 13. Semáforo

Esta actividad va a consistir en una adaptación de la técnica de gestión emocional de una de las actividades planteada por Bisquerra y coordinadores (2016).

En primer lugar, vamos a elegir un espacio tranquilo y libre de objetos. Allí colocaremos dos semáforos, uno pegado en la pared y otro en el suelo. Lo encontraremos en el anexo 3.

A continuación, explicaremos que el semáforo va a ayudar a gestionar la ira. Cuando estemos enfadados tendremos que acudir lo antes posible al semáforo y colocarnos en el color correspondiente con nuestras emociones:

- Rojo: muy enfadado.
- Amarillo: molesto.
- Verde: calma.

Allí, seguiremos las siguientes instrucciones:

1. STOP.
2. Respiro hondo, lleno la tripa de aire y lo suelto. Lo repetimos tres veces.
3. ¿Cómo me siento? Me coloco en el color en el que me identifico.
4. ¿Qué problema tengo?
5. ¿Qué necesito?

Durante este proceso, el profesor tiene que estar presente, siempre y cuando sea posible, y guiar al alumno en cuestión.

Para la última pregunta vamos a crear unas tarjetas que el alumnado pueda coger y utilizar. Las encontraremos en el anexo 4. El tiempo que necesite el alumno tendrá que ser respetado y él mismo se irá moviendo por el semáforo hasta que se encuentre en calma y pueda retomar la clase.

SESIÓN VI

Objetivos específicos

- Utilizar la literatura y, concretamente el cuento, como instrumento para trabajar las emociones, en este caso, la calma.
- Participar activamente en la lectura del cuento.
- Tomar conciencia y control de nuestro cuerpo.
- Llevar a la práctica técnicas de *mindfulness* como el yoga para desarrollar la gestión emocional y obtener así calma, paz y armonía.
- Tomar conciencia de la sensación de bienestar que nos producen estas técnicas.
- Favorecer la expresión oral del alumnado.
- Acercar al alumnado a la expresión escrita y artística.

Empezamos leyendo el cuento y avanzamos hasta la página que nos habla de la calma. Esta vez volveremos a acompañar la lectura con gestos y sonidos. Cuando acabemos de leer les vamos a proponer encontrar esa calma. Vamos a dedicar esta sesión a buscar cada uno su propia calma. Por ello el objetivo de esta sesión va a ser facilitar al alumnado una serie de técnicas para encontrarla. Además, en línea con la sesión anterior, servirá para gestionar la ira o cualquier otra emoción que les pueda sobrepasar.

Actividad 14. Yoga

En primer lugar, acondicionaremos el ambiente. La clase debe tener una luz tenue y podemos poner música relajante. El aula se convierte en un espacio de paz, seguridad y tranquilidad.

El desarrollo de esta actividad se encontrará en anexos, pues irá acompañado de fotos. Además, también encontraremos ahí el enlace con la música que se va a utilizar.

Cuando acaben todas las posturas, les pediremos que se sienten de nuevo en la alfombra y que cuenten cómo se han sentido y si les ha gustado.




Actividad 15. Las olas

Después de la actividad anterior, vamos a pedirles que se tumben en la alfombra y cierren los ojos. Ahora la música que se escuchará será el sonido de las olas del mar, encontraremos el enlace en el anexo 6.

Vamos a explicarles que estamos en el mar y que vamos a notar las caricias de las olas. El profesor utilizará unos pañuelos de seda y les irá haciendo masajes con ellos. Si esta actividad se repite en más ocasiones, podemos pedirles que se pongan por parejas y que cada vez sea uno quien dé el masaje al otro.

Actividad 16. Calma encontrada

Después, de haber hecho dos actividades de relajación vamos a pedirles que se sienten en sus sitios y les repartiremos una ficha con las siguientes preguntas:

¿Cómo te sientes ahora? Rodéalo	¿Qué actividad te ha gustado más?	¿Cuándo te gustaría hacer estas actividades?
		 <p data-bbox="999 965 1353 1104">Esta parte será oral y el profesor deberá apuntar todas las ideas.</p>

SESIÓN VII

Objetivos específicos

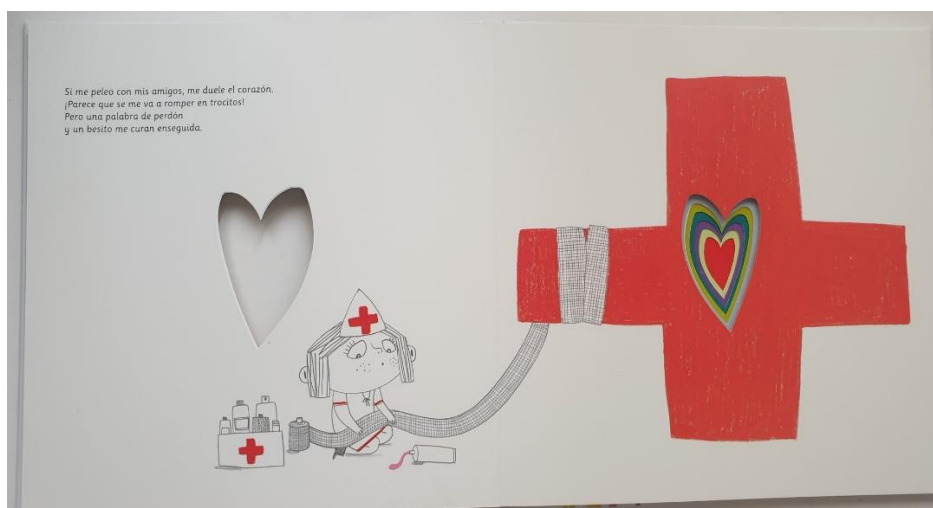
- Utilizar la literatura y, concretamente el cuento, como instrumento para trabajar las emociones, en este caso, la tristeza.
- Participar activamente en la lectura del cuento.
- Tomar conciencia de las emociones propias y de los demás, aceptándolas desde el cariño y el respeto.
- Comenzar a autorregular las propias emociones.

- Ayudar a los compañeros siempre que estos lo demanden.
- Acercar al alumnado a la expresión escrita y artística.

Actividad 17. El rincón de las emociones

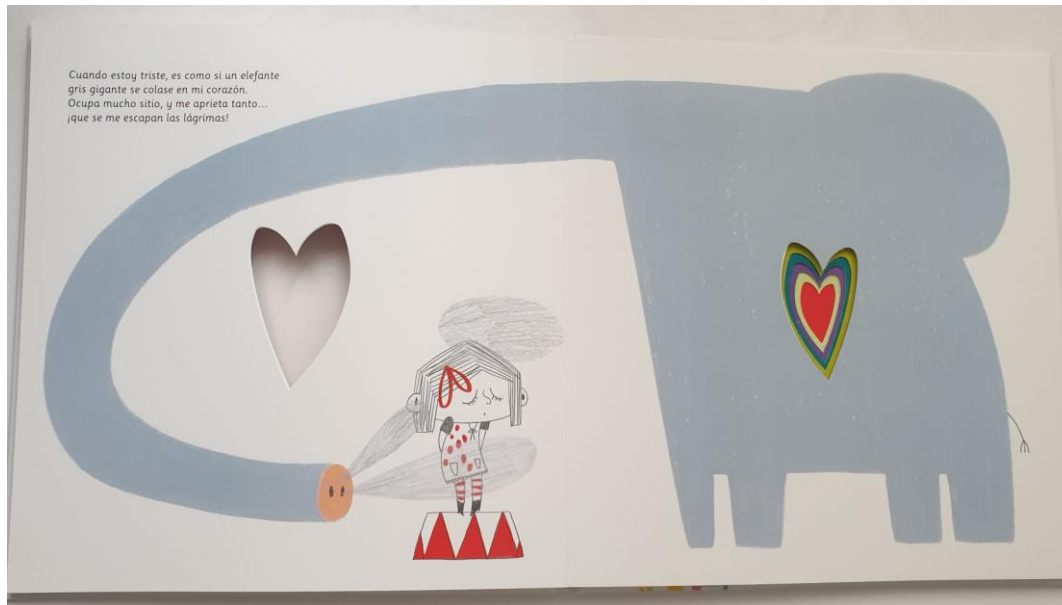
En esta sesión, vamos a empezar a hablar de la tristeza antes de coger el cuento. Para ello los alumnos estarán en sus sitios y se les repartirá un corazón de cartulina a cada uno. Les pediremos que hagan una bola con él y después que lo rompan. Entonces preguntaremos: *¿Está igual que antes el corazón? Vamos a intentar arreglarlo a ver qué pasa, ¿ha vuelto a ser igual? ¿está igual de limpio y de liso que al principio? Pues esto es lo que ocurre cuando estamos tristes. Hoy vamos a ver que nos cuenta nuestra amiga sobre la tristeza.*

Les mandamos ir a la alfombra y empezamos a leer el cuento, como en las dos sesiones anteriores, y llegamos hasta la primera página de la tristeza:



Como veis, cuando nos peleamos con los amigos nos ponemos tristes, ¿os pasa a vosotros? Se abre un momento de debate para que se expresen libremente.

Y, ¿qué sentimos cuando estamos tristes?, vamos a ver que más nos dice el cuento. A continuación, leemos la siguiente página sobre la tristeza:



Como veis, algunas personas lloran cuando están tristes, pero eso no nos pasa a todos. Cada uno expresa su tristeza de una manera y todas son válidas, salvo las que hacen daño a los demás.

En esta actividad, vamos a volver a incidir en la última parte de la actividad 13 del semáforo. Recordaremos que creamos unas tarjetas que se llamaban NECESITO... y repasaremos las que tenemos: necesito estar solo/a, necesito correr, necesito llorar, necesito un abrazo y necesito gritar. Ahora les preguntaremos si quieren añadir alguna para esos momentos en los que estemos tristes. Se apuntarán las ideas que surjan y el profesor se encargará de imprimir las nuevas tarjetas.

A partir de ahora, la zona habilitada para el semáforo y los NECESITO, se va a convertir en un espacio de seguridad y tranquilidad para regular nuestras emociones. Lo conoceremos como el rincón de las emociones. Los alumnos tendrán libertad total de acudir a él cuando lo necesiten. Además, podemos trasladar el buzón de la alegría a este rincón, colgar en las paredes pictogramas de yoga e incluso colocar cojines, una mesa y un par de sillas, etc. El objetivo es que se convierta en un ambiente para la autorregulación emocional, por tanto, debe inspirar al alumnado a ello.

Actividad 18. ¡Adiós elefante gris!

Seguimos sentados en la zona de la alfombra y vamos a leer una página más de nuestro cuento:



Vamos a pensar en un momento en el que hayamos estado tristes, pero que después se haya solucionado. Para ello les repartiremos la ficha que encontraremos en el anexo 7 a cada uno. En la parte del elefante gris, dibujaremos el momento de tristeza dentro del animal y, en la otra parte, el momento en el que volvimos a estar contentos. Si no conseguimos sentirnos bien de nuevo, podemos dibujar qué podríamos hacer o qué necesitamos para conseguirlo.

Después, el profesor irá revisando uno a uno y ofreciendo a los alumnos que se lo cuenten si quieren.

SESIÓN VIII

Objetivos específicos

- Utilizar la literatura y, concretamente el cuento, como instrumento para trabajar las emociones, en este caso, el miedo.
- Participar activamente en la lectura del cuento.
- Reconocer nuestros miedos e inseguridades.
- Aprender técnicas de actuación ante situaciones que causen ansiedad o estrés.
- Ayudar a los demás cuando lo necesiten.
- Acercar al alumnado a la expresión escrita y artística.

Comenzamos la sesión como todos los días, leyendo el cuento hasta la página que toque, en este caso la del miedo. Paramos ahí y empezamos las actividades.

Actividad 19. El baúl del miedo

Lanzamos varias preguntas: *¿Alguna vez hemos sentido miedo? ¿Tenéis miedo a alguna cosa en especial?*

Vamos a crear el baúl del miedo. En él vamos a guardar todos nuestros miedos para que no nos molesten. Primero se dibujarán en un folio y después los comentaremos todos juntos y los meteremos en el baúl.

El baúl lo preparará el docente con cualquier caja y lo puede decorar forrándolo con papel de seda de colores.

Actividad 20. Uno, dos y tres, ¡miedo esfúmate!

Después de guardar nuestros miedos en el baúl, vamos a pensar qué más podemos hacer para cuando estos quieran volver.

Para ello seguiremos tres pasos:

1. STOP. Coger aire y soltarlo tres veces.
2. Acordarnos de que nuestro miedo está encerrado en el baúl y no puede salir.
3. (Opcional) Si fuera necesario podemos pedir ayuda a alguien de nuestra familia, amigos, profesor o personas que tengamos cerca.

Lo llevaremos a cabo en el aula y cantaremos todos juntos: “Uno, dos y tres, ¡miedo esfúmate!” Y a partir de ahí seguiremos los pasos uno a uno.

También, podemos crear carteles con los tres pasos y colgarlos en el rincón de las emociones.

SESIÓN IX

Objetivos específicos

- Utilizar la literatura y, concretamente el cuento, como instrumento para trabajar las emociones, en este caso, la sorpresa.
- Participar activamente en la lectura del cuento.
- Despertar la curiosidad y la motivación en el alumnado.
- Potenciar la creatividad.
- Expresar las emociones de forma artística.

Actividad 21. La caja sorpresa

Para esta sesión vamos a llevar una enorme caja envuelta en papel de regalo y atada con un lazo. Vamos a decirles que se trata de una sorpresa, pero que no se va a poder ver hasta después del recreo. El objetivo es crear ambiente de incertidumbre y curiosidad.

En lugar de abrirla, vamos a pensar qué puede haber ahí dentro y lo dibujaremos en un papel. Las posibilidades pueden ser infinitas.

Después, pegaremos los dibujos alrededor de la caja y volveremos a leer el cuento hasta la página de la sorpresa, realizando gestos y sonidos, como en el resto de las sesiones.

Actividad 22. ¡La sorpresa ya llegó!

Después del recreo y de la relajación, nos sentamos en la alfombra alrededor de la caja. Ha llegado la hora de abrirla, pero antes hay que decir unas palabras mágicas todos juntos:

Sorpresa sorpresita,

asoma tu cabecita,

que queremos verte enterita.

Estas palabras mágicas irán acompañadas de gestos que hará el profesor y el alumnado tendrá que seguir. Entonces se abrirá la caja y saldrá un rollo de papel gigante con témperas, purpurina, pegatinas, pinceles, brochas, papeles de colores y caramelos. En la caja había un montón de sorpresas que vamos a utilizar para expresar cómo nos hemos sentido a lo largo de la mañana.

Extenderemos el papel alargado en el suelo y los niños podrán decorarlo como ellos quieran, expresando sus emociones y sentimientos de este día.

Por último, se repartirán los caramelos entre los niños y se acabará la sesión.

SESIÓN X

Objetivos específicos

- Utilizar la literatura y, concretamente el cuento, como instrumento para trabajar las emociones, en este caso, el gusto por estar con uno mismo.
- Participar activamente en la lectura del cuento.
- Conocer y aceptar las diferencias de los demás.
- Aprender a conocerse a uno mismo.

- Acercar al alumnado a la expresión escrita y artística.

Actividad 23. Me gusta estar solo/a

Esta sesión empezará con la lectura del cuento hasta la penúltima página. En ella nuestra amiga nos cuenta que a veces también le gusta estar a solas, jugar consigo misma y no enseñarle su corazón a nadie. Se abre un debate:

¿Alguna vez estáis solos? ¿Os gusta? ¿Habéis jugado solos alguna vez?

Será interesante conocer las opiniones de todos en esta actividad porque seguramente en el aula haya niños que sean hijos únicos, otros que tengan hermanos, otros que, aunque tengan hermanos no jueguen con ellos, etc. En definitiva, es una forma de conocerse más y aceptar las diferencias.

Una vez se hayan puesto en común varias ideas, vamos a llevar a cabo la actividad. Vamos a pedirles que cada uno se sienta en un lugar de la clase en el que pueda estar solo y se sienta cómodo. Pondremos música relajante y les pediremos que cierren los ojos y se imaginen un lugar secreto, donde solo ellos pueden ir y disfrutar.

Después, les entregaremos un folio para que dibujen ese lugar secreto y cuando terminen lo doblaremos y tendrán que esconderlo en casa para que nadie lo encuentre.

SESIÓN XI

Actividad 24. Teatro final

Esta sería la última sesión y en ella se leerá el cuento por última vez, llegando a la página final. Pero en este caso no será el docente quien lo leerá, sino los alumnos. Después de la asamblea se les explicará que serán ellos quienes lo leerán y representarán. Para ello, formaremos parejas. Suponiendo que nos encontramos en aula con 20 alumnos, habrá un total de nueve parejas. Por tanto, a cada pareja le corresponderá una página. Así solo quedarán dos páginas libres, la primera y la última que las leerá el profesor que tendrá que ir disfrazado de Cuentacuentos.

Una vez se hayan creado los equipos y repartido las páginas, el profesor repartirá fotocopias de las páginas que les hayan tocado para que puedan pensar en cómo hacerlo. Habrá libertad total, pudiendo disfrazarse, pintarse, hacer dibujos, utilizar cartulinas, etc. La actividad siempre estará guiada por el tutor que se irá pasando mesa por mesa para ver

cómo lo van a hacer. La única condición, es que deben representar la emoción que les haya tocado, si por ejemplo se trata de la tristeza, deben representarlo gestualmente.

Cuando acaben todos se sentarán en la alfombra y escucharán el final que leerá el tutor.

10. Recursos materiales

Hay algunos recursos que se utilizan en todas las sesiones excepto en la primera, por ello para evitar repeticiones se escribirán en la segunda sesión.

Sesión I

- Tarjetas plastificadas con los emoticonos de WhatsApp.

Sesión II

- Cuento *Así es mi corazón*. (Se utiliza en todas las sesiones).
- Corazones plastificados.
- Ficha que se encuentra en el anexo 1. (Se utiliza en todas las sesiones).

Sesión III

- Pantalla digital.
- Caja y material escolar.

Sesión IV

- Material escolar.
- Rollos de papel higiénico.
- Cintas.

Sesión V

- Globo.
- Semáforo (anexo 3).
- Tarjetas NECESITO (anexo 4).

Sesión VI

- Música (anexos 5 y 6)
- Pañuelos.
- Tarjetas de yoga (anexo 5).
- Ficha *Calma encontrada*.

Sesión VII

- Ficha ¡Adiós elefante gris! (anexo 7).

- Corazones de cartulina.
- Material escolar.

Sesión VIII

- Caja, material escolar.

Sesión IX

- Caja sorpresa, papel de regalo.
- Papel enrollable, material escolar, pegatinas y caramelos.

Sesión X

- Material escolar.

Sesión XI




- Material escolar.
- Disfraces, pinturas de cara, etc.

11. Evaluación

Según el artículo 6 del Decreto 122/2007, la evaluación del segundo ciclo de la etapa de Educación Infantil será global, continua y formativa. Para ello se utilizará como técnica principal la observación directa y sistemática.

Como bien se ha mencionado en el desarrollo de las sesiones, la primera será una sesión de evaluación inicial, cuyo objetivo será conocer los conocimientos previos del alumnado. Para ello se diseña una rúbrica en la que se podrán recoger los datos observados durante la sesión. Este instrumento se seguirá utilizando a lo largo de las sesiones y servirá para apuntar la información recogida a través de la observación.

<i>Evaluación inicial (Conocimientos previos)</i>	Conocimiento e identificación de emociones			Gestión emocional o actuación ante ciertas emociones			Competencia en habilidades sociales			Capacidad de resolución de conflictos		
Alumno 1												
Alumno 2												
Alumno 3 (y así sucesivamente)												

Significado de los ítems de evaluación	
	<p>Si se evalúa con este icono significa que el alumno cumple correctamente con los objetivos que se piden.</p>
	<p>Si el alumno es evaluado con este ítem, significa que conoce un poco sobre el tema, pero que todavía necesita herramientas para perfeccionarlo y comprenderlo por completo.</p>
	<p>Si el alumno es evaluado con este icono es completamente necesaria una intervención en el aspecto que sea señalado. No tiene conocimientos previos sobre el tema.</p>

6. CONCLUSIONES

Para concluir, me gustaría señalar que personalmente este Trabajo de Fin de Grado ha supuesto un crecimiento personal y académico. La temática fue elegida en función del interés que me suscitaba, pero también como una necesidad personal de ser trabajada. A lo largo de mi recorrido como alumna en el ámbito educativo, he podido observar cómo apenas se trabajaba el factor emocional en las escuelas, de modo que en mi planteamiento como futura educadora siempre tuve claro que querría incluirlo de algún modo en mi práctica docente. Por este motivo, me lancé a diseñar esta propuesta, que con la ayuda de mi tutora pudo salir adelante. Así pues, con el objeto de trabajar la educación emocional, base de todo desarrollo, comenzó su diseño. Para ello se planteó desde el primer momento el uso de cuentos, pero sin concretar ninguno. Una vez este fue elegido, la propuesta comenzó a elaborarse. He de destacar que finalmente me sorprende cómo a partir de un cuento se puede llegar a crear una propuesta con tanto significado. Esta sería una de las reflexiones personales que me llevo de esta experiencia; haber valorado la literatura como una vía de aprendizaje en sí misma, sin necesidad de estar acompañada de otros recursos.

De la misma manera, cabe mencionar que, aunque estemos ante el planteamiento de una propuesta que no haya sido llevada a cabo, es posible afirmar que se ha producido un inmenso aprendizaje durante su elaboración. Es cierto que hubiese sido más completa y enriquecedora con una serie de resultados reales, pero esto no quiere decir que no pueda llegar a ser desarrollada en un futuro. Por tanto, de momento se permitirá pensar libremente sobre cuáles pueden ser sus consecuencias reales en un aula. Además, teniendo en cuenta la situación en la que nos encontramos actualmente con el Covid-19, es importante señalar que la realización de esta propuesta es perfectamente compatible con las medidas establecidas para las aulas de infantil, consideradas grupos burbuja. Por tanto, esto no supondría un problema a la hora de su desarrollo.

En definitiva, el desarrollo de este Trabajo de Fin de Grado supone una forma de reivindicar el valor primordial que tiene la educación emocional y la necesidad de que esta sea llevada a cabo en las aulas y en la vida diaria con el fin de lograr un desarrollo íntegro.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alonso, R. (2005). Algunas propiedades de las instalaciones interactivas. Interactivos: Espacio, información, conectividad. Buenos Aires: Espacio Fundación Telefónica.
- Argente, M^a. T., y Gómez, B. (2006). Animación a la lectura en Educación Infantil. Una experiencia en 3 años. *Revista digital práctica docente*, 4. Recuperado de <https://es.slideshare.net/bdalmou/animacin-a-la-lectura-en-ed-inf-presentation>
- Bertollucci, M. (1987). Análisis teórico del cuento infantil. Madrid: Editorial Alhambra.
- Bettelheim, B. (1977). *Psicoanálisis de los cuentos de hadas*. Barcelona: Crítica Barcelona.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Wolters Kluwer-Praxis.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R. y Hernández, S. (2017). Psicología positiva, educación emocional y el Programa Aulas Felices. *Papeles del psicólogo*, 38, 58-65. <https://doi.org/10.23923/pap.psicol2017.2822>
- Bisquerra, R., Bisquerra, A., Cabero, M., Filella, G., García, E., López, E., Moreno, C. y Oriol, X. (2016). *Educación emocional*. Bilbao: Descleé de Brouwer.
- Colomer, T. y Manresa, M. y Ramada, L. y Reyes, L. (2018). La literatura como objeto material. *Narrativas literarias en Educación Infantil y Primaria* (pp. 35-54). Madrid: Síntesis.
- Decreto 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León. *Boletín Oficial del Estado*. Castilla y León, 2 de enero de 2008, nº 1, pp. 13-15.
- García, M^a. C., y Hernández, J. A. (2005). *Retórica y Poética*. Recuperado de http://www.cervantesvirtual.com/portales/retorica_y_poetica/horacio/
- Gardner, H. (1993). *Multiple Intelligences: The Theory in Practice*. Nueva York: Basic Books.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.

Harden, P. W., y Pihl, R. O. (1997). *Cognitive function, cardiovascular reactivity, and behavior in boys at high risk for alcoholism*. In G. A. Marlatt & G. R. VandenBos (Eds.), *Addictive behaviors: Readings on etiology, prevention, and treatment* (p. 485–508). (Reprinted from the "Journal of Abnormal Psychology," 104, 1995, pp. 94–103) American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10248-019>

Hernández, S. (2013). *Buenas Prácticas. Aulas Felices*. Recuperado de <https://convivencia.wordpress.com/2013/06/06/9525/>

Horacio, F. (siglo I a.C.). *Epístola los Pisones*. Roma: Ars Poética.

Izquierdo, R. (2019). La imagen del género femenino en los cuentos tradicionales. Pequeño proyecto de investigación: una aproximación a la equidad de género. (Trabajo de Fin de Grado). Universidad de Valladolid. Recuperado de <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/39177>

LeDoux, J. E. (1986). Sensory systems and emotion: A model of affective processing. *Integrative Psychiatry*, 4(4), 237–243.

Ley 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. *Boletín Oficial del Estado*. Madrid, 3 de mayo de 2006, nº 106, pp. 21.

López, E. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927009.pdf>

Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D. R., y Cherkasskiy, L. (2015). *De la neurona a la felicidad. Diez propuestas desde la inteligencia emocional*. Santander: Fundación Botín.

Perrone, D. (2020). *Posturas de yoga para niños*. Recuperado de <https://comunidad.iebschool.com/yoga/posturas-de-yoga-para-ninos/>

Pintado, E. (2020). *Aula de Elena*. Recuperado de <https://www.youtube.com/c/Auladeelena/about>

REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: *Diccionario de la lengua española, 23.ª ed.*, [versión 23.4 en línea]. <https://www.rae.es/> [2020]

Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre de 2006, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil. *Boletín Oficial del Estado*. Madrid, 4 de enero de 2007, nº 4, pp. 474.

Suess, G. J., Grossmann, K. E. y Sroufe, L. A. (1992). Effects of Infant Attachment to Mother and Father on Quality of Adaptation in Preschool: From Dyadic to Individual Organisation of Self. *International Journal of Behavioral Development*, 15 (1), 1-26. <https://doi.org/10.1177/016502549201500103>

Witek, J. (2015). *5 ovejas negras*. Recuperado de <https://5ovejasnegras.wordpress.com/2015/11/10/jo-witek/>

Witek, J. (2018). *Así es mi corazón*. Madrid: Bruño.

Zermeño, M. (2014). *La importancia de contar cuentos*. TEDxTijuana. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=Qw6_fE9REsA

Bibliografía de imágenes

Anderson, K. y Lopez, R. (2019). *Wiki Frozen*. Recuperado de https://frozen.fandom.com/es/wiki/Desde_el_Coraz%C3%B3n

ARASAAC (2020). *Centro Aragonés para la Comunicación Aumentativa y Alternativa*. Recuperado de <https://arasaac.org/>

Araujo, A. (2018). *Imagens e moldes*. Recuperado de <https://imagensemoldes.com.br/emoji-feliz-png/>

Araujo, A. (2018). *Imagens e moldes*. Recuperado de <https://imagensemoldes.com.br/emoji-triste-png/>

Araujo, A. (2018). *Imagens e moldes*. Recuperado de <https://imagensemoldes.com.br/emoji-espantado-png/>

Araujo, A. (2018). *Imagens e moldes*. Recuperado de <https://imagensemoldes.com.br/emoji-muito-bravo-png/>

Araujo, A. (2018). *Imagens e moldes*. Recuperado de <https://imagensemoldes.com.br/emoji-aterrorizado-png/>

- Araujo, A. (2018). *Imagens e moldes*. Recuperado de <https://imagensemoldes.com.br/emoji-aliviado-png/>
- Arttuaporz (2018). *Freepik*. Recuperado de https://www.freepik.es/vector-premium/chico-lindo-meditar_2784051.htm
- Aunt, A. (2019). *Aunt Annie's Craft*. Recuperado de <https://www.auntannie.com/FridayFun/Binoculars/>
- Celayo, C. (2018). *Negocios Inteligentes*. Recuperado de <https://negocios-inteligentes.mx/que-es-la-escala-de-satisfaccion-del-consumidor-y-como-usarla-para-crecer-tu-negocio/>
- Flow and Grow Kids Yoga (2017). *Yoga Pose for Kids: Mountain Pose*. Recuperado de <https://flowandgrowkidsyoga.com/blogs/news/yoga-pose-for-kids-mountain-pose>
- Myscrapnook. *Free Printable Templates*. Recuperado de <https://www.klipartz.com/es/sticker-png-rqlnj>
- Nella, M. (2019). *Pinterest*. Recuperado de <https://www.pinterest.es/pin/569986896589873136/>
- Perrone, D. (2020). *Posturas de yoga para niños*. Recuperado de <https://comunidad.iebschool.com/yoga/posturas-de-yoga-para-ninos/>

8. ANEXOS

ANEXO 1. Sesión II

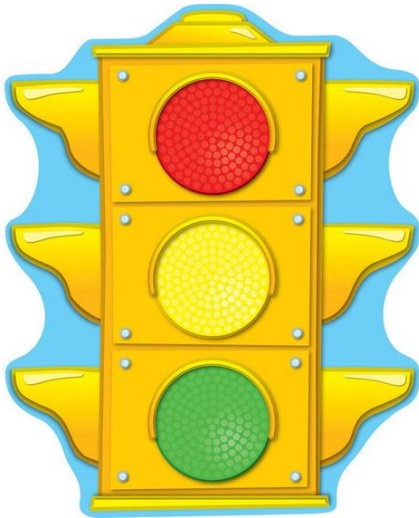
Ficha para la actividad 6: *Así es mi corazón*



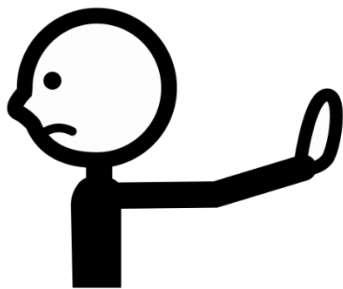
ANEXO 2. Sesión IV



ANEXO 3. Sesión V



ANEXO 4. Sesión V



NECESITO ESTAR SOLO/A



NECESITO UN ABRAZO



NECESITO GRITAR



NECESITO CORRER



NECESITO LLORAR

ANEXO 5. Sesión VI

Enlace con música y posturas de yoga

<https://youtu.be/RrbA2kzkJTQ>



1. Postura del indio

Para empezar, nos sentamos con las piernas cruzadas, la espalda recta y colocamos las manos sobre las rodillas. Cerramos los ojos y nos imaginamos que nuestra tripa es un globo. Primero cogemos aire por la nariz y notamos cómo se hincha nuestro globo. Y, después, poco a poco lo deshinchamos soltando el aire por la boca. Repetimos esta acción tres veces y dando las mismas instrucciones.



2. Postura del gato

Ahora nos vamos a convertir en gatitos. Entonces vamos a colocarnos a cuatro patas como un gato. Los gatos levantan la cabeza despacio y después vuelven a guardarla. No os olvidéis de que seguimos teniendo un globo que hinchar y deshinchar. Ahora vamos a probar a coger aire mientras levantamos la cabeza y a soltarlo mientras la escondemos.

Lo repetimos 3 veces y hacemos un descanso con la postura de la montaña.



3. Postura de la montaña

Ahora nos vamos a convertir en una montaña. La montaña es alta así que tenemos que ponernos de pie muy rectos y formamos una montaña con nuestros brazos y piernas un poco abiertos. Descansamos aquí un poquito y volvemos a hinchar el globo. Hacemos tres respiraciones.

En la última respiración, vamos a coger aire y a levantar los brazos. Y, mientras lo soltamos, la montaña se va a ir agachando poco a poco hasta tocar sus pies. Ahí apoyamos nuestras manos en el suelo y empujamos primero una pierna hacia atrás y después la otra. Y nos convertimos en un perro.



4. Postura del perro

Cuando estemos ya en esta posición, tenemos que tener las piernas y los brazos totalmente estirados. Vamos a seguir respirando poco a poco tres veces. En la última respiración, el perro coloca una de sus patas traseras entre sus brazos, y después hace lo mismo con la otra pata. Ahora sube lentamente hacia arriba y se vuelve a convertir en montaña.

ANEXO 6. Sesión VI

Vídeo con sonido del mar

<https://youtu.be/xkUyIYfmTmg>

ANEXO 7. Sesión VII

