



**Universidad**  
Zaragoza

# Trabajo Fin de Grado

**La música como estrategia educativa para superar la timidez. Un proyecto de intervención en Educación Infantil.**

**Music as an educational strategy to overcome shyness. An intervention project in Early Childhood Education.**

**Autora**

Mónica Aguilar Muro

**Directora**

María de los Reyes Zamanillo Calzada

Facultad de Educación  
2023 - 2024

## **AGRADECIMIENTOS**

A mi madre, por haber estado presente apoyándome durante los cuatro años de carrera, por su fe en mis capacidades ni cuando yo misma creía en ellas. Sin el amor, paciencia infinita, comprensión y apoyo que me ha brindado, nada habría sido posible. Este logro no solo es mío, sino también suyo. Gracias, mamá.

A María de los Reyes, por su dedicación e interés en que este Trabajo de Fin de Grado saliera bien. Sus tutorías, consejos y esfuerzos han sido necesarios durante todo el camino, es por ello que estoy profundamente agradecida.

Por último, a todas aquellas personas que siempre han estado a mi lado siendo un pilar esencial en cada etapa de este proceso, han sido imprescindibles para continuar.

## **RESUMEN**

La timidez puede ser una característica común en muchos niños y niñas en edad preescolar, manifestándose de diversas maneras, como la reticencia a participar en actividades grupales o la inhibición en la interacción que puede dificultar el desarrollo integral de los y las pequeñas, limitando su capacidad para expresarse, relacionarse y aprender de manera óptima.

En este contexto, la música emerge como una herramienta poderosa y versátil que puede utilizarse de forma sencilla en el ámbito educativo para abordar y superar la timidez en la etapa infantil.

A lo largo del presente Trabajo de Fin de Grado (TFG), se explorará el fenómeno de la timidez en la infancia desde una perspectiva teórica, se analizarán los fundamentos pedagógicos de la música como recurso educativo, para finalmente, presentar un proyecto de intervención en el ámbito de la Educación Infantil que utilice la música como estrategia educativa para ayudar a los niños y niñas a superar la timidez.

Se espera que esta propuesta no solo contribuya a enriquecer la práctica pedagógica en el ámbito de la Educación Infantil, sino también a proporcionar a los niños y niñas las herramientas necesarias para desenvolverse de manera segura y confiada en su entorno social y educativo.

## **PALABRAS-CLAVE**

Timidez, música, educación infantil, estrategia educativa, autoestima.

## **ABSTRACT**

Shyness can be a common characteristic in many preschool-aged boys and girls, manifesting itself in various ways, such as reluctance to participate in group activities or inhibition in interaction that can hinder the comprehensive development of the little ones, limiting their ability to express, relate and learn optimally.

In this context, music emerges as a powerful and versatile tool that can be easily used in the educational field to address and overcome shyness in childhood.

Throughout this Final Degree Project (TFG), the phenomenon of shyness in childhood will be explored from a theoretical perspective, the pedagogical foundations of music as an educational resource will be analyzed, to finally present an intervention

project in the field of Early Childhood Education that uses music as an educational strategy to help boys and girls overcome shyness.

It is expected that this proposal will not only contribute to enriching pedagogical practice in the field of Early Childhood Education, but also to provide boys and girls with the necessary tools to function safely and confidently in their social and educational environment.

**+Keywords:**

Shyness, music, childhood education, educational strategy, self-esteem.

## ÍNDICE

<b>I. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN .....</b>	<b>6</b>
1. Justificación .....	6
2. Objetivos .....	6
<b>II. MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>8</b>
3. Desarrollo infantil y timidez.....	8
3.1 Concepto timidez.....	8
3.2 Origen y causas de la timidez .....	9
3.3 Tipos de timidez.....	13
3.4 Características de los niños/as tímidos.....	15
3.5 Consecuencias de la timidez .....	17
3.6 Cómo afrontar la timidez.....	19
4. Programas y estrategias de intervención para niños/as tímidos en el ámbito educativo. ....	21
4.1 Estrategias educativas para abordar la timidez en Educación Infantil .....	21
4.2 El alumnado tímido y el profesorado .....	25
5. La música.....	27
5.1 Rol de la música en el desarrollo socioemocional.....	29
5.2 La música como herramienta pedagógica .....	31
5.3 Relación entre la música y la superación de la timidez .....	34
<b>III. MARCO METODOLÓGICO .....</b>	<b>36</b>
6. Metodología y plan de trabajo .....	36
7. Objetivos .....	36
8. Hipótesis .....	37
9. Diseño de investigación .....	37
10. Fases y actividades.....	38
<b>IV. PROPUESTA DIDÁCTICA.....</b>	<b>46</b>
11. Introducción y justificación.....	46
12. Objetivos .....	46
13. Contenidos .....	47
14. Estructura.....	48
<b>V. RESULTADOS Y DISCUSIÓN .....</b>	<b>56</b>
15. Presentación, análisis e interpretación de resultados .....	56
<b>VI. CONCLUSIONES, LIMITACIONES DE ESTUDIO Y PROSPECTIVA DE ESTUDIO .....</b>	<b>59</b>
16. Conclusiones.....	59
<b>VII. BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>63</b>
<b>VIII. ANEXOS .....</b>	<b>68</b>
Anexo 1. Fotos de las sesiones.....	68
Anexo 2. Actividades corporales.....	71
Anexo 3. Evaluación inicial.....	74
Anexo 4. Evaluación final.....	77
Anexo 5. Sesión 1: Descubriendo sonidos y emociones.....	80
Anexo 6. Sesión 2: Explorando ritmos y movimientos.....	86
Anexo 7. Sesión 3: Canciones para la confianza .....	93
Anexo 8. Sesión 4: Música en parejas, música con el cuerpo y <i>octoband</i> .....	100
Anexo 9. Sesión 5: Historia narrada.....	107

# **I. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN**

## **1. Justificación**

La timidez es un fenómeno que cada vez está más presente en la etapa de Educación Infantil, lo que significa que son muchos los estudiantes que tienen dificultades para formar parte del grupo y establecer relaciones sociales correctas. Es por esto, la importancia de tener presente el tema, ya que desde que somos pequeños/as necesitamos una interacción con el resto para un adecuado desarrollo personal.

Gracias a la labor del docente, el alumnado puede desarrollar su carácter, identidad y personalidad. Por lo tanto, los maestros/as deben prestar la atención necesaria al alumnado tímido. Como estudiante del último curso del Grado de Magisterio Infantil, bajo mi punto de vista, es crucial prestar apoyo para conseguir abordar la superación de ésta y evitar futuros problemas derivados de la timidez. Es una necesidad que requiere un cambio a día de hoy.

La familia es otro agente que desempeña un papel fundamental en la superación de la timidez, ya que puede ofrecer ayuda y habilidades sociales desde el hogar para conseguir un desarrollo socioemocional.

En el entorno escolar, se debe promover el éxito personal y académico del alumnado tímido, debemos desarrollar un sentimiento de seguridad a través del respeto y la empatía, lo que fomentará las habilidades sociales y emocionales.

Por todo lo anterior, la presente propuesta de investigación radica en proporcionar actividades que disminuyan la timidez en el contexto educativo a partir de lo musical. Son numerosos los estudios que destacan positivamente la música durante los primeros años de vida, viéndose beneficios el desarrollo integral del niño/a. Todo ello, posibilita a la música la oportunidad de actuar como recurso que fomenta la confianza, seguridad, autoestima, etc., en los menores.

## **2. Objetivos**

El presente Trabajo de Fin de Grado (TFG) tiene como objetivo general, diseñar, implementar y evaluar un proyecto de intervención en el ámbito de la Educación Infantil que utilice la música como estrategia educativa para ayudar a los niños/as a superar la timidez, fomentando su desarrollo socioemocional y su participación activa en el entorno

escolar. Para alcanzar el objetivo general mencionado, se plantean los siguientes objetivos específicos:

- Investigar y analizar la relación entre la música y el desarrollo socioemocional en niños/as de Educación Infantil, centrándose en su impacto en la superación de la timidez.
- Diseñar un plan de intervención que incluya actividades musicales específicas dirigidas a niños/as tímidos, con el fin de promover su autoestima, confianza y habilidades sociales.
- Implementar el proyecto de intervención en un grupo de niños/as de Educación Infantil, siguiendo un enfoque participativo y adaptando las actividades musicales a las necesidades individuales de los niños/as.
- Evaluar el impacto del proyecto en la superación de la timidez de los niños/as, utilizando herramientas cualitativas y cuantitativas para recopilar datos sobre su comportamiento, actitudes y participación en actividades escolares.
- Analizar los resultados obtenidos y elaborar conclusiones sobre la efectividad de la música como estrategia educativa para superar la timidez en niños/as de Educación Infantil, identificando buenas prácticas y recomendaciones para futuras intervenciones.
- Difundir los resultados del proyecto entre la comunidad educativa, compartiendo experiencias, recursos y reflexiones sobre el uso de la música como herramienta para el desarrollo socioemocional en la etapa de Educación Infantil.

## **II. MARCO TEÓRICO**

En este apartado se desarrolla el marco teórico del trabajo, una parte fundamental de la investigación que proporciona el contexto teórico y conceptual en el cual se basa este trabajo. En este marco teórico se revisan los conceptos y modelos relevantes para comprender la timidez en el contexto del desarrollo infantil, se analizan y sintetizan las teorías e investigaciones previas sobre cómo la música puede utilizarse de manera creativa en el contexto educativo para ayudar a los niños y niñas tímidos a desarrollar habilidades sociales, mejorar su autoestima y enfrentar sus miedos sociales.

### **3. Desarrollo infantil y timidez**

#### **3.1 Concepto timidez**

La timidez es un mecanismo que pone en marcha nuestro cuerpo ante situaciones nuevas y que las personas experimentan como una sensación de preocupación excesiva sobre cómo llegan a ser evaluadas por otros sujetos (Pérez Bonilla et al., 2001). Cuando están frente a otros individuos puede producirse cierta incapacidad llegando a no desenvolverse libremente en su vida social a pesar de saber a la perfección cómo actuar (Cabrera, 2009).

Según Obregón y Pérez (2011) es un estado de inhibición que produce a la persona una sensación de incomodidad o miedo a la hora de relacionarse socialmente, destacando la falta de seguridad en uno mismo junto a una baja autoestima. Espinosa y Cano (2003) comentan que las personas tímidas suelen relacionarse menos, lo que conlleva a una escasez de contactos. Para la Guía de expertos en psicología (s.f.), quienes muestran timidez, suelen ser más abiertos en entornos que consideran seguros y con las personas cercanas de su entorno. En los ambientes que no están cómodos, tienden a evitar todas sus opiniones creyendo que no son tan válidas como las del resto o incluso pensando que no tienen importancia.

En la actualidad, la timidez está considerada como un problema menor; no obstante, es a muchas personas a las que les afecta en su día a día. Casi todos hemos experimentado alguna vez la timidez y la hemos relacionado a una sensación negativa. Es a día de hoy, muy poca gente la que afirma no haber sido tímida nunca. Un gran grupo de personas asegura haberlo sido en un pasado. Además, otro conjunto amplio se identifica



como tímido, pero solamente ante ciertos estímulos. Finalmente, una minoría sostiene ser tímida constantemente en situaciones intrapersonales (Varela, 2008).

### **3.2 Origen y causas de la timidez**

La timidez se manifiesta en todos los campos de la actividad física, intelectual y sentimental (Obregón y Pérez, 2011).

Existen varias teorías que proporcionan diferentes perspectivas sobre el origen de la timidez, destacando la interacción entre factores biológicos, psicológicos y ambientales en su desarrollo.

Kagan (1988 y 1993) asegura que la timidez es un factor heredable que comienza en la primera infancia pudiendo tener una predisposición genética (Gunther et al., 2020). Las teorías evolutivas y psicosociales exponen que se adquiere a lo largo de la vida (mutismo selectivo, fobia social y timidez). Para Monjas (2004) la timidez aparentemente es estable en la vida de las personas, pero Corne Valdivieso et al. (2015), defienden que existen unas técnicas y tratamientos que logran vencer la timidez y han demostrado tener éxito. Apuestan por considerarla una conducta aprendida de los niños/as, dando esperanza a los que quieren dejar de serlo para mejorar su vida y las relaciones sociales.

Chico (2016) destaca que a partir de los 6 años la propia persona se describe como tímida, habiendo un incremento del 50% en la adolescencia de individuos que se definen como tímidos. Según Bowker et al., 2019, es en esta etapa cuando se considera que hay un alcance de la timidez de acuerdo al período dinámico de la maduración y todos aquellos cambios en los diferentes dominios, entre ellos, la personalidad, las relaciones interpersonales y la propia identidad. Con el paso de los años tras la adolescencia, los datos siguen estando estables, el 40% de la población afirma ser tímida.

De la misma forma que se puede pensar que la timidez proviene de un origen genético, también puede ser adquirida por situaciones externas que conllevan al sujeto a establecer un escudo que actúa como un mecanismo de defensa. Según Cabrera (2009), un 20% de los bebés que nacen a nivel mundial están predispuestos a ser tímidos, pero realmente, el ambiente tiene un rol importante en poder cambiar o fortalecer lo dicho. Entonces podemos decir que existe un componente hereditario, y que además influye en gran medida nuestra forma de ser, que en parte es consecuencia del tipo de estímulos que recibimos desde pequeños/as. El autor destaca en su artículo la multicausalidad, dejando claro que el origen no está en una sola causa, sino en varias que conjuntamente

interactúan entre ellas e influyen unas con otras. Por eso mismo, concluye que la timidez puede provenir de:

- Insuficiente afecto: Algunas personas tienden a pensar que el exceso de cariño repercute de manera negativa, pero realmente lo que ocurre es lo contrario. Es muy necesario criar a un hijo/a con amor y hacerle sentir que es querido.
- Inestabilidad en la relación afectiva entre el adulto y el niño/a: A veces puede haber agresividad, otras, amor e incluso indiferencia, formando con todo ello inseguridades en el niño/a.
- La violencia desarrolla en el niño/a problemas a la hora de resolver situaciones con la comunicación, personas sumisas y tímidas, lo que resulta en no saber o no atreverse a defenderse.
- La sobreprotección o padres y madres rígidos, dificultan el desarrollo de cómo relacionarse con los iguales.
- Los adultos/as responsables que evitan responder preguntas de los niños/as o lo hacen de manera brusca, limitan el estado emocional.
- La ausencia de reglas y normas en un niño/a, provoca no saber cómo actuar junto a una inestabilidad en su vida diaria.
- La comunicación inadecuada no beneficia. Es necesario enriquecer la comunicación, todos aquellos comentarios negativos repercuten en su comportamiento. Las expresiones más comunes son: “no sabes”, “eres torpe”, “no lo harás bien”, “eres lento”, “eres tímido”, “siempre sales perdiendo”.
- La falta de comunicación en el propio hogar por parte de los padres conlleva a que los hijos/as lo adopten y esto, dificulta sus relaciones sociales.
- Padres y madres perfeccionistas privan la independencia, decisión e iniciativa de los hijos/as.
- La presión a participar en actividades en las que el niño/a no quiere, crea unos pensamientos de pasividad hacia su persona, lo cual repercute en emociones negativas que acaban con una inhibición.
- La falta de elogios y abusar del castigo hace que el niño/a sienta que está controlado, presionado y cuestionado continuamente, también promueve la inseguridad.

Además, añade que puede haber una aparición o aumento de ésta por tres causas: una situación novedosa, no conocer a las personas con las que se va a establecer la interacción y la consecuencia de un pensamiento desencadenante negativo.

La Guía de expertos en psicología (s.f.) comenta que tanto la genética como las experiencias tienen que ver en el desarrollo de la timidez, teniendo un mayor peso la segunda de ellas. Todo esto comienza a ser evidente en la etapa de la escolarización, normalmente a causa de una mala experiencia en las relaciones sociales junto a una baja autoestima. Tal vez, los padres anteriormente no se han dado cuenta de lo que ocurre, pero en la escuela salen a la luz las dificultades que pueda tener el niño/a para adaptarse al medio escolar.

Sin embargo, otras de las causas más frecuentes de la aparición de la timidez están relacionadas con los progenitores. Cano Vindel et al. (2006) mencionan en su artículo una correlación del 80% entre padres y madres que mostraban ansiedad en las relaciones sociales y niños/as con rasgos de timidez, con esto se puede concluir que la timidez también puede ser aprendida a través de la imitación. Si en el entorno más cercano del niño/a viven personas que diariamente conviven con el sentimiento de timidez y tratan de evitar las relaciones sociales con los demás, se puede fomentar un mayor desarrollo de ésta.

¿Los padres y madres tímidos tienen también hijos/as tímidos? La respuesta a la pregunta según Hernández (2012) es que la timidez puede ser aprendida a través de la imitación, los padres y madres pueden fortalecer un aumento o disminución de la timidez. Los niños/as se vuelven más tímidos según el trato que tienen con las personas, especialmente con las personas que les crían. El principal error es la angustia que pueden sentir las figuras parentales a la hora expresar sus emociones, lo que acaba repercutiendo en los niños/as, aprendiendo que es malo expresar lo que sienten.

Las personas adultas tímidas tienden a eliminar todos aquellos sentimientos que tienen sus descendientes, prefiriendo dedicarse a los suyos antes que tratar con los de sus hijos/as. De esta forma, la conversación entre ambos es escasa y se aprende un estilo de vida silencioso donde la conversación no está presente.

El mismo autor añade lo siguiente: a veces los padres y madres tímidos se plantean por qué sus hijos/as no se sienten con libertad o cómodos ante su presencia, lo que provoca que estos adultos/as se sientan dolidos, pensando que no los quieren. Normalmente, no entienden su propia ansiedad cuando interactúan de manera mutua

con sus hijos/as, llegan a sentirse incómodos e indispuestos a hablar. Puede repercutir en los niños/as, ya que incluso llegan a actuar igual cuando están el ambiente escolar. Pasar el rato en silencio o con poca comunicación entre los padres/madres e hijos/as, es algo común en estas familias. La angustia es tan relevante que prefieren vivir en aislamiento dentro de la propia familia antes que tener un trato recíproco.

Por todo esto anterior, Neyra (2019) concluye que es conveniente que desde el núcleo familiar se transmita al pequeño/a la importancia de la socialización. Desde los primeros meses de vida el primer agente socializador va a ser la familia, siendo con ésta con quien se establece por primera vez relaciones sociales y con quien van a experimentar experiencias sociales, aprender valores y normas. Los niños y niñas deben socializar para que poco a poco puedan ir desenvolviéndose mejor y ser capaces de afrontar cualquier situación cotidiana.

El rol de la comunicación por parte de la familia también es decisivo a la hora de prevenir o desarrollar la timidez. Los cuidadores actúan como guías, si mantienen una conversación fluida con los hijos/as éstos imitarán sus acciones aprendiendo cómo interactuar en situaciones sociales para establecer las primeras relaciones interpersonales (Garcés y Palacio, 2010).

Para Sampayo et al., 2022, la falta de modelos positivos en la familia está estrechamente relacionada con la aparición de las manifestaciones de la timidez en la infancia. Entre las causas más frecuentes según las autoras se encuentran: padres y madres alcohólicos, pacientes que cuentan con trastornos psiquiátricos, divorcios e inadecuado manejo de los mismos, falta de control de los padres, no hay un cumplimiento de las medidas de salud, ideologías contrarias de los familiares, familias disarmónicas, problemas en la organización del proceso educativo, relaciones que no son correctas con la comunidad, es decir, son inadecuadas, rechazo al niño/a, falta de atención, la mala comunicación entre las personas adultas y el niño/a, escasez de afecto y seguridad, sobreprotección, mucha permisividad, exceso de angustia o ansiedad en los padres, demasiada autoridad, perfeccionismo, exceso de críticas, inconsistencia, comportamientos agresivos, entre otras. Estas actitudes pueden llevar al surgimiento de la timidez, siendo entonces conveniente extinguirlas y cambiarlas por acciones positivas que lleven a una educación adecuada.

Como futura docente opino que debemos hacer caso a las palabras de Obregón y Pérez (2011): los docentes deben llevar a cabo una observación atenta, tener interés y

voluntad para saber que este tipo de comportamientos no deben dejarse pasar y tratar de buscar soluciones para evitar futuras consecuencias.

### 3.3 Tipos de timidez

Al igual que todo, la timidez también tiene un origen y unas causas. Hay infantes que han sido tímidos desde el momento en el que nacieron, pero también, puede haber otros que lo hayan ido adquiriendo poco a poco debido a ciertas situaciones en las que por su personalidad han mostrado timidez o se han retraído. Cada persona es diferente, lo que concluye en diferentes grados. Puede haber personas a las que la timidez no les afecte en su vida, simplemente sientan una sensación incómoda ante situaciones en donde tienen que hablar en público o estén en grupos grandes. Un grado un poco más elevado es aquel a los que la timidez los lleva a dificultades en relación a las amistades, no sentirse a gusto en el trabajo o encontrar pareja. Finalmente, los casos extremos son personas que se sienten aterrorizadas ante una situación social, independientemente de cuál sea, sintiendo paralizarse, sudoración, temblores o ataques de ansiedad. Suele ser diagnosticado como fobia social (Corne Valdivieso et al., 2015).

¿Qué entendemos por fobia social y por qué se relaciona con la timidez? Para Ramos et al. (2014), la fobia social es un trastorno oculto detrás de la timidez que se define como:

Trastorno de ansiedad, y la definimos como el miedo persistente, exagerado, desproporcionado e irracional a la situación o actividades sociales, por el temor a ser evaluados, generando en el individuo una fuerte angustia y ansiedad ocasionando comportamientos de evitación para no sentir malestar, generando un deterioro y malestar significativo en su vida, debido a que dificulta a la persona para establecer relaciones interpersonales y desenvolverse de forma saludable (Ramos et al., 2012, p.2).

Continuando con los tipos de timidez, la Guía de expertos en psicología (s.f.) establece tres tipos de timidez dependiendo de la edad (infancia, adolescencia y edad adulta):

En la *infancia* llega a ser difícil saber si un niño/a actúa de manera menos notable que el resto, es más callado, más calmado, introvertido, tímido... Por lo cual, es relevante la intervención de un psicólogo para poder llegar a recomendar terapia para superar la timidez. Es en esta etapa cuando el niño/a al no poseer las habilidades necesarias para

expresar cómo se siente y los conocimientos necesarios para superar el miedo a interactuar con el resto de compañeros/as, no se encuentra cómodo en la escuela, queriendo buscar su ambiente de confianza. Hay casos en que la familia no se da cuenta de la situación de su hijo/a ya que ven que se relaciona con personas adultas. El problema se encuentra cuando debe interactuar con sus iguales, es ahí cuando comienza la dificultad.

En la *adolescencia* los individuos que son tímidos suelen serlo a consecuencia de no haber tratado el problema desde temprana edad. Sin embargo, también hay casos en los que en esas edades comienzan a sentir la timidez sin haberla experimentado antes. Las causas son múltiples, comienzan a desarrollarse y hay cambios fisiológicos, hay un surgimiento de las primeras ideas, el propio criterio del individuo y el desarrollo de la propia personalidad. Muchas veces el acoso escolar, la ansiedad, la inseguridad, la depresión, etc., son las causantes de la aparición de la timidez.

En la *etapa adulta*, afecta sobre todo al buscar pareja. Es en este momento de la vida cuando la persona tímida se siente dominada por el miedo, provocando una frustración en sus aspiraciones, aislamiento social, sentimiento de soledad y como consecuencia de todo lo anterior, se genera una depresión.

Hay una gran variedad de autores que hablan sobre los diferentes tipos de timidez, entre ellos podemos encontrar los siguientes:

Buss (1986) distingue dos tipos: la timidez que va de la mano del miedo a los demás y la que está relacionada con la auto - observación. Esta primera ocurre en el primer año de vida, es una inseguridad ante extraños. La segunda, coincide con la autoconciencia (alrededor de los cuatro años), cuando el menor comienza a darse cuenta que puede ser evaluado por la sociedad.

Chico Cuesta, afirma que dependiendo de la causa de la timidez existen diferentes tipos:

- *Timidez temperamental*: se puede observar en aquellos momentos donde el sujeto no sabe cómo actuar cuando está frente a otros individuos, aumentando así su ansiedad.
- *Timidez socioevaluativa*: miedo a ser juzgado de manera negativa por el resto de personas con las que se rodea. Son personas que sienten que el resto son superiores, generando efectos negativos en la comunicación.

Además, concluye que este tipo de personas prefieren llegar a estar solas antes que sufrir ansiedad social, lo que a su vez llega a producir un enfrentamiento interno entre el querer y el no poder socializar, alejándose totalmente de esa sensación de malestar que produce el interactuar con otros.

Finalmente, Zimbardo (1977), es quien distingue tres grupos: los primeros, aquellos que no se asustan ante una interacción social pero simplemente prefieren estar solos; el segundo grupo, hace referencia a ese conjunto de individuos que destaca por una baja confianza en su persona. Los mencionados anteriormente sienten vergüenza o sus habilidades sociales no son las mejores, evitando por ello el contacto con los demás; y, por último, el tercer grupo, que engloba a personas que temen no conseguir sus expectativas ante la socialización.

### **3.4 Características de los niños/as tímidos**

Eggum et al. (2012) aseguran que normalmente la timidez está asociada a la internalización. Cuando la persona tímida tiene sentimientos desadaptativos extremos ligados a la timidez, puede enfrentarse a problemas como la depresión o el retraimiento. La ansiedad social, además de los dos nombrados anteriormente, es otro problema de internalización presente en la timidez.

Hay que destacar que cada persona es diferente, pero es cierto que las siguientes manifestaciones, según propone Cabrera (2009), son un conjunto de características que suelen estar presentes en los niños/as tímidos:

- No realiza acciones que los sujetos de su misma edad hacen.
- Preferencia a estar solo antes que acompañado, creando así un mundo imaginario y debido a eso se ausenta pudiendo parecer pensativo.
- Su desarrollo del lenguaje es el adecuado para la edad, pero a pesar de eso, habla poco.
- Miedo a lo desconocido.
- Sentimiento de estar más a gusto con personas adultas que con los iguales (esto se debe a que le muestran cariño y sentimientos de seguridad).
- Puede parecer más serio que el resto de los de su edad.
- No se defiende de aquellos abusos que pueda recibir de otros niños/as.

- Puede ruborizarse en situaciones donde es el centro de atención o simplemente se dirigen a él/ella.
- Ausencia de contacto visual y querer pasar desapercibido cuando está en grupo.

Cacao (2015) describe otras características comunes de niños y niñas con conducta tímida:

- Suelen ser más reservados, con baja asertividad, escasa capacidad de expresión emocional, inseguridad, lentitud...
- Se presenta una mayor ansiedad, mostrando miedos y temores que están ocasionados por tener que expresar, por ejemplo, su opinión frente al resto. Esto anterior lleva a una activación psicofisiológica que conlleva a presentar un tartamudeo, temblor, dolores de estómago, etc.
- Este tipo de personas acaban con un sufrimiento que causa problemas afectivos, baja autoestima y sensaciones de indefensión e inferioridad. También, destacar los episodios que puede haber de llantos, conductas disruptivas y quejas psicosomáticas (mareos, dolor de cabeza... A veces son para evitar las situaciones de miedo como el colegio).

Varela (2008) hace hincapié en cómo afecta ser tímido a día de hoy y lo que supone. Ante una situación social, suelen estar por debajo de las expectativas, sienten vergüenza, lo que provoca una escasez de expresividad verbal y no verbal junto a la falta de interés hacia otras personas. Se pueden clasificar otras características según esta misma autora en cuatro grupos:

*El pensamiento del niño/a tímido* se caracteriza por: pensamientos negativos sobre su persona, miedo a ser juzgado de manera negativa, preocupación, estar pendiente sobre un asunto y pensar en exceso sobre el tema concreto, sentimientos de culpabilidad, debilitación de la autoestima y además la toma de decisiones es algo difícil y confuso.

*La fisiología del niño/a tímido* contiene las siguientes características: rubor intenso, latidos rápidos del corazón, sequedad en la boca, nudo en la garganta, bruxismo, gases, temblores, mareos, sensaciones relacionadas con la pérdida de control o irrealidad y sudoración en el cuerpo, manos y frente.

*Las emociones que sienten los tímidos* son las siguientes: vergüenza, inhibición dolorosa, ansiedad, autoestima baja, tristeza, soledad y depresión.



*Los comportamientos relacionados con los niños/as tímidos:* inhibición, pasividad, evitaciones de aquellas situaciones temidas, la voz se presenta más débil, tics, sonrisa y el discurso se vuelve entrecortado.

Tradicionalmente la timidez ha estado estrechamente ligada a la introversión. Es importante distinguir entre los sentimientos de introversión y vergüenza que pueden caracterizar a las personas tímidas.

Según Cain (2012), las personas introvertidas a diferencia de las tímidas, destacan por ser más reservadas a la hora de expresarse, por la necesidad de estar solos sin preocuparse por lo que el resto opine o por preferir estímulos menores. En cambio, la timidez en comparación con la introversión, puede ser dolorosa. Buscan la compañía, pero les da miedo la humillación y es por eso que encuentran más dificultades a la hora de entablar una conversación, mostrando nerviosismo y preocupación por cómo les juzgarán.

La vergüenza, según el diccionario de la Real Academia Española, es lo siguiente: “turbación del ánimo ocasionada por la conciencia de alguna falta cometida, o por alguna acción deshonrosa y humillante”. Siguiendo a Varela (2008), ésta asegura que se puede sentir vergüenza sin ser tímido, pero lo cierto es que suelen ir unidas, es decir, la timidez suele ir de la mano del sentimiento de vergüenza. Este último es más primario y no se caracteriza por un modo de ser. Responde a un estímulo menor y a veces es la respuesta ante algo impactante y perdura en nuestros pensamientos.

### **3.5 Consecuencias de la timidez**

Se tiene una idea de lo que es la timidez y sugiere pensar que va disminuyendo conforme pasan los años o que es algo pasajero. Además, la timidez no solo influye con consecuencias negativas a pesar de que son más que las positivas.

Positivamente, debemos destacar que por lo general son personas que están abiertas a escuchar mucho más que el resto. Así mismo, Saz y Alonso (2019) comentan que los tímidos/as tienden a observar con más atención, son estables, sensibles, saben reaccionar a un nivel emocional profundo, comprenden mejor los sentimientos ajenos, son leales, tienen paciencia, son reflexivos y analíticos.

Los aspectos negativos acabarán repercutiendo de manera no beneficiosa en el niño/a en un futuro. Cabrera (2009), establece los siguientes apartados como consecuencias negativas:

### *“Problemas de aceptación social: ignorancia, rechazo y exclusión social”*

Son aquellos que experimentan una baja aceptación social en el aula siendo ignorados o rechazados. Es importante resaltar la diferencia entre estas dos últimas:

En los ignorados no hay que confundir entre los que están por retraimiento o ignorancia sociométrica. Como bien dice el artículo anterior, solamente un pequeño subgrupo presenta aislamiento social de forma mantenida y continuada junto a problemas de ansiedad social.

En relación a los rechazados, existen diferentes causas: la agresividad (relacionado con un comportamiento hostil) y el retraimiento (relacionado con comportamientos tímidos).

Las conductas de las personas que se caracterizan tímidas, no llegan a ser totalmente comprendidas por el resto, lo que lleva a que haya una ignorancia o rechazo. Es en la infancia media cuando el tímido/a es aislado del grupo, independientemente de que sea ignorado o rechazado.

### *“Intimidación o maltrato entre iguales”*

La intimidación o el maltrato no debe ser considerado como algo que pueda ocurrir de forma normativa o esporádica. Ambas pueden caracterizarse por tener un intimidador y un agresor, los cuales deciden actuar contra el débil física o psicológicamente. Como resultado, se percibe una relación patológica duradera, es decir, el maltrato no es puntual, sino que se repite de manera persistente entre el agresor y la víctima, convirtiéndose en algo más serio.

Los tímidos son víctimas de este proceso. Su personalidad insegura y con baja autoestima no les beneficia, además, suelen ser personas que tienden a aislarse. Por todo ello, los maestros/as deben estar especialmente pendientes y evitar cualquier tipo de conflicto.

### *“Maltrato infantil y abuso sexual”*

Algunas investigaciones señalan una pequeña relación entre la timidez, el maltrato infantil y el abuso sexual. A pesar de ello, hay que destacar que no está estrechamente ligado. Por eso mismo, todas aquellas personas que estén en contacto con el niño/a si notan un cambio importante deben estar alerta e iniciar una investigación. Esto se debe a que, por un lado, su perfil de individuo introvertido y silencioso les hace parecer ser el claro objetivo para los abusos y, por otro lado, este abuso es lo que produce en ellos ese comportamiento retraído e introvertido.

### *“¿Bajo rendimiento escolar?”*

Pueden darse dos casos. El primero, que el rendimiento académico sea inferior al resto, pudiendo concluir en problemas de rendimiento escolar. Esto puede ocurrir debido a la ansiedad y el clima de aprendizaje. Esta consecuencia se agrava conforme pasan los años y el niño/a crece. Los jóvenes que tienen una predisposición a pensamientos negativos y conflictos emocionales pasan por un deterioro del rendimiento académico.

Puede ocurrir el efecto contrario: centrarse más en los estudios para lograr destacar y ser reconocido, mejorando así su rendimiento escolar.

Por todas estas características es necesario que el niño/a se desarrolle en un ambiente correcto en la familia y en la escuela para lograr un desarrollo de la personalidad adecuado.

### **3.6 Cómo afrontar la timidez**

Lo más importante es tratar de prevenir la timidez, si no ha funcionado y la timidez forma parte de la personalidad, se debe comenzar la superación de ésta. Una buena opción según Arteaga y Gianella (2019) es comenzar a trabajar la confianza, enseñándole a ser autónomo y responsable. Reforzar su voluntad es otro punto a tener en cuenta. Las personas tímidas pueden sentir los halagos y premios como algo estresante en su día a día, es una forma de hacerles sentir el centro de atención frente al resto de personas, lo que provoca una incomodidad.

Es necesario que tanto la familia como la escuela participen, son los agentes más cercanos al niño/a y pueden ayudar a favorecer una seguridad y una autoestima. Además, es conveniente facilitarles que acudan a lugares como el parque donde puedan conocer a otros con los que poder interactuar. Participar en juegos con gente conocida es otro momento donde tal vez tengan más oportunidades para tomar iniciativa. Poner en marcha actuaciones para la superación es importantísimo para poder tener una vida feliz.

El tratamiento de la timidez puede ser variado, cada persona es diferente y puede experimentarla de una forma u otra. No hay un momento exacto en el que sea necesario buscar ayuda profesional, pero si el niño o niña sufre de timidez y ésta le interrumpe en su vida diaria, le incapacita a relacionarse, actuar, expresarse, entre otras causas, lo ideal sería buscar ayuda. Es necesario saber que hay que realizar a tiempo cualquier intervención ya que si no es así puede acabar desencadenando otros problemas que

pueden ser más graves. Además, es un proceso complicado que a veces puede ser difícil de llegar a alcanzar.

El Servicio de Psicología Clínica del Desarrollo (2017), destaca sobre todo lo importante que es saber qué es lo que origina las preocupaciones y posteriormente dar comienzo a trabajar la autoestima, el autoconcepto, habilidades sociales y herramientas para controlar la propia ansiedad e inseguridad.

Reprender al niño/a o burlarse son acciones que afectan de manera negativa en el tímido/a, lo que se consigue es promover una sensación de inferioridad o insuficiencia. Para prevenir y superar la timidez será necesario atender al sentido del humor y tratar al niño/a con paciencia (Valencia Freire, 2016).

Hanlon (s.f.) sugirió una serie de técnicas que ayudan a la superación y tratan de evitar la huida en situaciones que no son de su agrado:

Debemos de evitar ser críticos. Los padres y madres deben fortalecer un ambiente de apoyo y evitar una sobreprotección que le impulse a pensar que hasta sus propios familiares pueden juzgarlo. Se debe ir poco a poco fortaleciendo aquellas actitudes positivas e ir ayudando a crear una confianza.

Como personas adultas hay que proporcionar objetivos claros para lograr progresos en situaciones sociales. Debemos anticiparnos a cuando el niño/a va a mostrar su timidez. Por eso mismo, hay que practicar aquellas situaciones donde se pueda presentar ese sentimiento, esto es recomendable para lograr pequeños pasos. Así mismo, pueden mostrarse elogios, respuestas positivas o recompensas para lograr una motivación, a pesar de que el objetivo propuesto no se cumpla. Es importante continuar haciendo comentarios positivos que puedan seguir fortaleciendo su entusiasmo por mejorar.

Hay que tratar evitar fortalecer una presión en el afectado/a. No hay que mostrarse excesivamente protector ni al mismo tiempo, ejercer demasiada presión, ya que los niños/as pueden desatar una mayor resistencia si se ven presionados.

Usar el término “tímido” no suele ser beneficioso. Buscar sinónimos puede minimizar la timidez, ya que usar esta palabra puede favorecer pensar y actuar de esa manera.

La empatía es esencial durante este proceso. Es bastante útil tener empatía hacia el sentimiento que el niño/a tímido puede tener. Las lecturas sobre libros relacionados con la timidez son recomendables para conseguir hablar del tema. Si alguno de los

progenitores ha sido tímido, puede contarle cómo lo ha superado o incluso mostrarle que sabe que es difícil y que requiere práctica el sentirse a gusto en situaciones sociales.

El trabajo conjunto con la familia y la escuela es relevante. Se busca conseguir una comunicación en donde los unos con los otros colaboren para saber qué situaciones son las que provocan ese sentimiento, además de conocer qué técnicas funcionan y cuáles no.

Graciano (2001) comenta lo que se debe y no se debe hacer en relación a la timidez. En primer lugar, hay que evitar cualquier enfado, agresividad y preocupación ante la timidez. No se debe sobreproteger las conductas inadecuadas de la timidez ni menospreciar o castigar porque aumenta el sentimiento de inseguridad. Por otro lado, es importante mostrar una actitud comprensiva y realizar acciones de ayuda social que favorezcan la introducción al grupo. Relacionado con lo anterior, se buscará que hablen con el alumnado, permitiéndoles poco a poco establecer una socialización sin invadir su espacio. Por último, se debe aplicar cualquier conducta social.

La timidez extrema en la infancia y en la adolescencia si no se interviene cuanto antes puede concluir con problemas psicológicos (Cabrera, 2009). Por ello, urge tomar medidas proactivas para abordar la timidez extrema en las etapas tempranas de la vida para prevenir futuras complicaciones psicológicas y promover un desarrollo saludable.

#### **4. Programas y estrategias de intervención para niños/as tímidos en el ámbito educativo.**

Son numerosos los diferentes enfoques y recursos disponibles para intervenir y apoyar a niños y niñas tímidos: enfoques Basados en la Terapia Cognitivo-Conductual (TCC), entrenamiento en Habilidades Sociales, intervenciones en el Contexto Escolar, intervenciones Familiares o la incorporación de Tecnología en la Intervención. En este apartado nos enfocaremos en las intervenciones en el contexto escolar.

##### **4.1 Estrategias educativas para abordar la timidez en Educación Infantil**

Detectar la timidez del alumnado en Educación Infantil puede requerir una observación cuidadosa y una comprensión de las diversas formas de la timidez.

Arteaga y Gianella (2019) afirman que el estudiantado tímido en el aula suele pasar desapercibido en comparación con el resto de alumnado. No suelen tener ganas de formar parte de las actividades en donde se requiere una sociabilización.

Muestran una escasa interacción con los iguales, pierden muchas oportunidades para aprender y practicar habilidades que son necesarias en su desarrollo evolutivo, por ejemplo, la empatía, la negociación y la iniciación de interacciones, entre muchas otras. También, quedan privados del caudal del reforzamiento social, apoyo social y disfrute que proporcionan las relaciones entre otros individuos (Monjas, 2004).

La escasez de habilidades sociales los lleva a la dificultad de hacer amigos. A veces, los alumnos/as del colegio no actúan de manera correcta y suelen hacer bromas a quienes permanecen más callados y tienen una inseguridad que les impide defenderse frente al resto (Fraile, 2016).

Como bien afirman Coplan y Rudasill (2018), a los instructores que tienen niños/as tímidos en el aula no les cuesta describir cómo suelen comportarse estos alumnos/as. Incluso son los propios compañeros/as del niño/a los que saben cómo explicar los comportamientos de este tipo de alumnado: “Se pone rojo”, “no habla” o “juega solo”.

Según comenta Valdivieso (2015), la timidez depende de tres factores: cognitivos, biológicos y sociales. Estos tres anteriores afectan al propio desarrollo social del infante. Por eso mismo, es recomendable transmitirles el aprendizaje de la seguridad y tranquilidad para que los agentes socializadores del medio actúen adecuadamente a través de nuevas experiencias que el niño/a pueda controlar y enfrentar con facilidad. Tanto los padres como los maestros y maestras del aula son especialmente fundamentales para tratar la timidez. Para lograr una autoestima que deje a un lado la timidez será necesario establecer diariamente unos patrones de conducta saludables con la ayuda de recursos y estrategias que proporcionen la socialización.

Debido a todas las características anteriores y más, se deben buscar opciones para abordar la timidez en el aula, por ejemplo, en la Educación Infantil hay diferentes posibilidades: Dramatizaciones, música y canciones, el juego libre, teatro, cuentos infantiles...

Cabrera (2009) analiza el impacto y las consecuencias de este fenómeno en el desarrollo socioemocional de los niños/as. Explora diversas estrategias de intervención y prevención para abordar la timidez en la infancia, destacando la importancia de proporcionar un ambiente de apoyo y comprensión para estos niños/as y destaca la importancia de reconocer a cada individuo como único a la hora de llevar a cabo propuestas e intervenciones. Por ello, habrá que atender a los síntomas y a la evolución

para obtener la estrategia más óptima. Es conveniente saber si es necesario ayuda profesional especializada. Lo primero que hay que hacer cuando el problema de la timidez es relevante, es pedir ayuda a los servicios psicológicos o educativos. Desde los servicios escolares se podrá ofrecer a la familia ayuda, orientación y consejo, serán orientados y asesorados en la intervención y derivación a otros servicios clínicos.

El mismo autor, da una serie de pautas dirigidas al profesorado:

- No deben mostrarse disgustados ni mostrar preocupación ante el alumnado tímido.
- Si el alumno/a es un inadaptado/a, debemos conseguir una adaptación a la realidad social y material.
- No hay que poner en evidencia cualquier fragilidad o inhibición.
- A veces, puede haber un exceso de confianza que dificulte respetar el punto anterior, lo que provoca no cumplir con el sentimiento de ser comprendido cuando se es pequeño/a, débil o tímido/a. Si hay una comprensión se fortalece la seguridad en su persona. Lo correcto es que el adulto/a vea cuál es aquella situación conflictiva para el individuo y consiga mostrarle confianza.

Los educadores/as deben crear estrategias que conlleven a crear oportunidades donde pueda haber una inserción de grupos, reforzando así conductas sociales, la preocupación por el resto, el aumento de la actitud de servicio... Haciendo ver al alumnado la importancia de pertenecer al grupo.

Addysg Cymru, Education Wales (2023) en el artículo *Supporting young quiet, shy and anxious children in school* argumenta la importancia de dotar de sensibilidad como maestros/as para involucrar al alumnado silencioso, ya que esto le permite participar y sentirse un miembro de la clase. El artículo también nombra la necesidad que tienen a veces de estar en un ambiente que no sea excesivamente ruidoso como el aula, por eso, pienso que es necesario buscar este equilibrio para conseguir totalmente su inclusión.

Obregón y Pérez (2011) resaltan la importancia de que un ambiente sea favorable y facilite al alumno/a la adaptación. Además, añaden que no es necesario ser un experto/a para saber cómo debemos satisfacer las necesidades afectivas del alumnado. Con prestar atención de manera constante y cuidadosa, compromiso y bondad, sirve para reconocer la importancia de este comportamiento social. Estas mismas autoras, dan unas recomendaciones que pueden adaptarse al proceso de enseñanza - aprendizaje:

- Orientación familiar relacionada con las peculiaridades de la timidez: causas y consecuencias.
- Implementación del diálogo posibilitando libertad, confianza y seguridad.
- Ejercicio de la tolerancia ante la diversidad.
- Realización de actividades donde las personas con timidez tengan responsabilidades.
- Utilización y promoción de la comunicación yoica (me siento, creo que, quisiera).
- Centralización de la comunicación en los aspectos positivos del escolar.
- Eliminar la culpa en el sistema de recompensas, estimulación y castigo.
- Potenciación del trabajo en equipo para lograr un apoyo y solidaridad entre los compañeros/as del aula.
- Empleo sistemático del enfoque problematizador en el proceso de enseñanza - aprendizaje para transmitir al alumnado tímido cómo enfrentarse a los problemas que se puede encontrar en la vida diaria.
- Ajustar las tareas a los estilos y ritmos de aprendizaje.
- Darles tareas para que mantengan sus manos ocupadas y así desaparecerán los nervios.
- Convencer al estudiante que el futuro será mejor.
- Estimularlo a competir en juegos en los que va a tener éxito.
- No reforzar su rol de tímido o callado, ni obligar a responder cuando alguna causa no le permita tener un buen rendimiento.
- Orientar las actividades o tareas definidas y darles instrucciones precisas pues cuando quedan liberados a su propia iniciativa se desalientan y se dejan vencer rápidamente.
- No exigirles de más ni presionarlos, destacar lo que hayan realizado bien.
- Evitar regañarlo y criticarlos, debemos mostrar apoyo, sonreír, mirar de forma tranquilizadora, mostrar aprecio...
- Dar tareas más fáciles para adquirir seguridad en uno mismo.
- Permitir libertad de acción.
- Siempre que esté inactivo hay que hacer que interactúe con los pares.
- Enseñar a defenderse de las agresiones de otros.



- No mostrar una imposición ante nuevas situaciones o personas.

Otras estrategias que aporta Gómez (2020) son: estrategias de relajación, con las que se reduce la ansiedad y se obtiene una sensación de control que hacer más llevaderas las situaciones que provocan una mala sensación en el cuerpo. Para conseguir sentirse más seguro y con capacidad de control, el entrenamiento de habilidades sociales es beneficioso, además, aporta ir preparado para la ocasión y conocer mejor aquellas situaciones novedosas. La exposición, puede combinarse con lo anterior, es en ésta cuando el alumnado tímido puede poner en marcha lo adquirido en relación a las habilidades adquiridas y llevar a cabo la práctica de otras nuevas. También resalta la necesidad de la orientación familiar en la escuela, teniendo en cuenta las múltiples vías y métodos. Así es como realmente se adquiere una participación por parte de la familia en el tratamiento, lo cual es significativo para la obtención de resultados positivos.

Coplan y Weeks (2009) piensan que es importante realizar investigaciones que proporcionen intervenciones para ayudar al alumnado tímido. Comentan que es relevante centrarse en el desarrollo de las habilidades lingüísticas pragmáticas en entornos académicos porque pueden ser importantes para el desarrollo social y emocional, además de facilitar las interacciones sociales.

Podríamos concluir este apartado con el libro “¿Mi hijo es tímido?” de Monjas (2004): existen conocimientos que aportan la Psicología evolutiva y la psicopatología que afirman que la timidez es un tema que hay que tratar en serio, debe tenerse en cuenta porque es un problema en sí mismo y se considera factor de riesgo de problemas socioemocionales en un futuro.

## **4.2 El alumnado tímido y el profesorado**

Para los profesores/as puede ser a veces complicado diferenciar al estudiantil tímido. Pueden confundirse con un alumnado perezoso, con una falta de interés o incluso es común pensar que en el hogar pueden sentir algún tipo de abuso. Por eso mismo, es importante diferenciar bien lo que ocurre para poder ayudar como maestros/as (Arteaga y Gianella, 2019).

A primera vista puede parecer que están calmados y sin ninguna preocupación, pero lo cierto es que están constantemente con el pensamiento de si van a tener que hablar en alto, con quién van a relacionarse en el recreo... Según afirman Coplan y Rudasill (2018) en su libro *Tímidos, introvertidos, vergonzosos...*, los individuos perciben

el aula como estresante debido a la multitud de niños/as, las exposiciones orales, el encontrar pareja en ciertas actividades, la interacción con miembros del sexo opuesto, los elogios, la incertidumbre de con quién van a sentarse a la hora del almuerzo... Además, puede estar presente la sensación de miedo ante el maestro/a. Si éstos últimos se muestran amigables y cálidos, a pesar de que el alumnado tímido pueda seguir sintiéndose nervioso por ser evaluado de manera negativa, se adquieren respuestas relacionadas con una menor intimidación y relajación. Al contrario, si se percibe que los docentes son más severos, éstos tienden a aumentar la evitación del contacto visual y realizan pocas respuestas verbales.

Los autores anteriores comentan su perspectiva sobre el profesorado y el alumnado tímido:

Al ser el primer agente fuera del hogar, son de gran apoyo y una gran influencia para conseguir el éxito social, emocional y académico. Crean entornos sociales positivos que conllevan a establecer amistades junto a la práctica de habilidades sociales. Esto les ocurre a los maestros/as que hablan de manera calmada, alientan a interacciones prosociales entre los mismos y supervisan sus interacciones.

El clima emocional del aula es trabajo del adulto/a que la dirige. Un aula positiva indica al alumnado tímido que es un ambiente de aceptación, donde van a ser tratados de manera adecuada y la evaluación hacia ellos no será brusca. Esto es de lo que dependerá que se involucren o se mantengan en completo silencio.

Frecuentemente, el profesorado establece opiniones negativas en cuanto al interés, implicación y preparación de este tipo de aprendices. En relación a las habilidades académicas, varios estudios muestran que se evalúa a los que son más sociables como más inteligentes que a los que no lo son tanto. Esto demuestra que el alumnado que siente rechazo o duda a la hora de hablar en alto, es interpretado por parte de los docentes como alumnado con falta de habilidades en vez de relacionarlo con un aislamiento o temor social.

Los autores anteriores mantienen que las interacciones con el alumnado tímido son menores que con los alumnos/as ruidosos o disruptivos. Si no se atiende este tipo de comportamientos no es posible crear ese entorno seguro. Por el contrario, intervenir con los tímidos/as no es tan necesario ya que se comportan de manera idílica para ciertos profesores/as. Aunque el alumnado tímido no presenta problemas en el aula, puede acabar con dificultades en su desarrollo personal. Para los tutores y tutoras, la timidez es

una alteración del comportamiento menos grave que acciones perturbadoras (Greciano, 2001). Según el artículo *Caracterización psicopedagógica de la timidez en la edad escolar. Recomendaciones para su atención* de Obregón y Pérez (2011), los niños y niñas tímidos presentan problemas en el proceso de enseñanza – aprendizaje: no preguntan en clase, no participan en actividades donde hay presentes más personas, no son capaces de pedir ayuda cuando la necesitan, etc.

Coplan y Rudasill (2018), confirman que es necesario una correcta relación entre docente y alumnado tímido. Hay que proporcionar buenas prácticas junto a estrategias generales para vencer la ansiedad y el miedo, además de eliminar la dependencia que puede sentir el pequeño/a hacia el adulto/a (como seguirle a todas partes y comportamiento demandante).

## **5. La música**

La música es un arte, cuyos elementos son los estímulos acústicos y los silencios integrados en expresiones entre los que no se cuentan los silencios solamente y a fin de que se cumplan además otras reglas sintácticas, pueden establecerse interpretaciones de acuerdo a una semántica y a un uso comunicativo o puramente informativo de acuerdo a una pragmática. (Becerra, 1996, p. 39).

Villancourt (2009) manifiesta que la música debería ser accesible para todos, en especial para los niños/as y adolescentes quienes gracias a ella pueden favorecer una expresión y comunicación independientemente de sus características físicas, intelectuales, afectivas o sociales. Rodríguez (2010) comparte con el autor anterior la importancia de la música y añade que es indispensable para las personas, no solo por el placer que produce sino también por ser una vía que proporciona salud y bienestar. Contiene significados que se comunican a los oyentes y es también una representación simbólica de cosas, ideas y comportamientos. La música abarca varias partes del cerebro y es una actividad con cualidades de omnipresencia, de carácter ubicuo y transversalidad. No existe actividad humana física o intelectual que consiga todo lo anterior a excepción de la música (Iglesias, 2014).

La música nos acompaña desde el momento en el que nacemos hasta la vejez. Es un lenguaje que poseemos sin haberlo aprendido (Villancourt, 2009). Siguiendo a este mismo autor, la música está formada por elementos como el ritmo, la melodía, la armonía, el tempo, los matices y la intensidad. Estos elementos actúan en el niño/a de una forma u

otra, según el nivel de desarrollo. Como hemos dicho, es un lenguaje que podemos llegar a comprender sin haberlo estudiado o haber tenido conocimientos. Esto se debe a que cada persona le da el significado que interpreta.

Para Hernández (2012) la música forma parte del proceso de evolución. Con el paso del tiempo vamos adquiriendo nuestra propia banda sonora, que muestra lo bueno y lo no tan bueno de los momentos que vivimos. No solamente es relevante por la gran influencia a lo largo de nuestras vidas, sino que también lo es porque va ligada a beneficios fisiológicos y psicológicos. Según Correa (2010):

Los efectos *fisiológicos* de la música están relacionados con la alteración de los ritmos eléctricos del cerebro, la afectación del ritmo respiratorio, la presión arterial, las contracciones estomacales y los niveles hormonales. Al regular el ritmo respiratorio puede haber un aumento o disminución de éste dependiendo del ritmo de la música. La música que uno escucha interviene positivamente o negativamente en nosotros mismos. Los terapeutas musicales afirman utilizar el sonido para problemas médicos porque es categorizado como un gran sanador. Con la música, podemos disminuir dolores, mejorar nuestra memoria y conseguir reducir el estrés. Nos sirve también como distracción de aquello que causa dolor porque estamos más distraídos y nos desviamos de la sensación que causa el daño. Es un método tranquilizador.

En relación a los efectos *psicológicos*, la música es capaz de ayudarnos a controlar la ansiedad y el temor, los cuales van de la mano al dolor. Depende de factores individuales como pueden ser la sensibilidad, la motivación, recuerdos, patologías, etc. Es por esto que, cada persona interpreta la música de una forma u otra. Cada individuo puede buscar en la música desde ideas abstractas hasta la expresión de sentimientos y placer.

A día de hoy la música está presente en muchos ámbitos, desde entornos educativos hasta ambientes familiares y de la sociedad. Además, ha tenido una gran relevancia a lo largo de la historia de la civilización (Pelaez, 2008). Durante este Trabajo Fin de Grado he visto relevante tratar la importancia que tiene la música en el ambiente escolar, pienso que a día de hoy no se le da el papel que requiere, no se prioriza a la música. Touriñán, 2010, advierte que esto supone no dar una formación general a los individuos de esta área y conlleva a romper con el derecho de una educación común y general.

## 5.1 Rol de la música en el desarrollo socioemocional

Tanto la socialización como las emociones son aspectos importantes en el desarrollo de los más pequeños/as.

¿Qué es una emoción? Todos hemos experimentado las emociones y lo mucho que influyen en nuestra persona. Como seres humanos, gracias a las emociones mostramos y verbalizamos cómo nos sentimos ante lo que pueda estar ocurriendo. Debido a su complejidad, existen diversos puntos de vista:

Según la Real Academia de la Lengua Española, las emociones se definen como una “alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática, impresión, impacto, agitación, conmoción, alteración, desasosiego, turbación, inquietud, sentimiento, emotividad”.

Bericat (2012) sostiene que no hay que considerar las emociones como respuestas mecánicas o fisiológicas a las variaciones producidas en el entorno. James (1985) plantea que los cambios corporales siguen directamente a la percepción del hecho desencadenante y que nuestra sensación de esos cambios según se van produciendo, son las emociones.

Es importante educar emocionalmente porque se consigue comprender las emociones, empatizar, ayudar a identificar y expresar las emociones que sentimos en cada momento, establecer límites, enseñar formas adecuadas para interactuar con el resto, amarse a uno mismo, respetar a los demás y proponer soluciones y métodos para los problemas (Cassà, 2005).

¿Qué es la socialización? Para Yubero (2005) la socialización es entendida como un proceso continuo. Desde que nacemos los humanos somos seres sociales expuestos a convivir en sociedad y colaborar con el resto. Como seres sociales, nuestro carácter social se va formando a través de las interacciones con la sociedad. Yubero asegura que la socialización es un aprendizaje de las conductas sociales adecuadas al entorno en el que nos encontramos y nos desarrollamos, junto con las normas y los valores que rigen los patrones conductuales.

En la infancia la socialización del niño/a está formada por la familia. Conforme va creciendo se vuelve más amplio su círculo, sobre todo, al entrar en la escuela por estar en un mismo lugar con un grupo de iguales. Es aquí, cuando empieza el ajuste de la enseñanza de la sociedad en la que se vive (Linguado 1981).

La conexión entre la música y las emociones es profunda, ya que ambas están estrechamente vinculadas en el funcionamiento del cerebro. Esto se debe a que las regiones cerebrales activadas por la música se superponen significativamente con aquellas involucradas en la experiencia emocional. Existen complejas redes neuronales que conectan estas áreas, facilitando la percepción y el procesamiento de la música en relación con nuestras emociones.

La música ejerce un impacto directo en el sistema límbico, el centro neurálgico de las emociones, *bypassando* en gran medida la parte más consciente del cerebro, el neocórtex. Cuando las vibraciones sonoras alcanzan nuestro cerebro, desencadenan respuestas psicofisiológicas. Nuestra respuesta emocional a la música provoca cambios fisiológicos, como el aumento en la liberación de neurotransmisores y hormonas, que afectan al sistema nervioso central, y en última instancia, influyen en nuestra experiencia humana (Jauset, 2008).

Al mover el cuerpo al ritmo de la música nos dejamos influenciar por las ondas del sonido, produciendo una conexión en el mundo interior y el entorno, facilitando al cuerpo y a la mente estar en una continua interacción recíproca que es lo que favorece la liberación y descarga de sentimientos gracias al movimiento y los gestos corporales que permiten experimentar un goce físico y emocional (Mosquera, 2013).

Según afirman Panchi et al., 2019, citado por Serradas Fonseca junto a Duffy y Fuller, la música produce sentimientos y emociones en las personas y busca desarrollar en los más pequeños/as habilidades de la inteligencia emocional: autocontrol, automotivación y el desarrollo de habilidades sociales.

En entornos infantiles donde está presente la música, se estrechan las relaciones sociales al formar parte de grupos donde se pueden adquirir valores como la cooperación, el respeto y el fomento de habilidades (la creatividad o la imaginación), el aprendizaje de la escucha, aprecio a los compañeros/as y respeto del tiempo (Espinoza 2023). Además, los escenarios donde la música está presente suelen estar relacionados con actividades en grupo, lo cual lleva a establecer una retroalimentación del niño/a con el contexto. Al mismo tiempo, se desarrollan habilidades y compromisos por la influencia de cada persona que le rodea (Ortega et al., 2019).

Las neuronas espejo forman parte del lóbulo frontal y actúan reflejando las acciones e intenciones de los demás como si fueran propias. Formando un efecto de empatía hacia el resto porque se tienen actitudes semejantes (dolor, alegría, tristeza...).

La música puede alterar nuestras emociones y establecer lazos sociales por los diversos sentimientos que se pueden compartir con ella (Cardich et al., 2019).

Gracias a la música adquirimos habilidades sociales como empatía, autocontrol, autorregulación, autoconfianza y habilidades de liderazgo junto a una inteligencia emocional. También, tenemos la oportunidad de trabajar la ansiedad, el estrés y alteraciones de emociones básicas o primarias (Ortega et al., 2019).

## **5.2 La música como herramienta pedagógica**

A día de hoy en el Grado de Magisterio Infantil no hay una mención específica de música como la hay en el Grado de Educación Primaria. Por esto mismo, surge la duda de quién debería ser la persona que se encargue de impartir estas clases. La música forma parte del día a día de los estudiantes de infantil y son pocos los tutores/as que cuentan con una formación musical adecuada.

La música puede ser una herramienta pedagógica menos tradicional que los libros y las fichas. Hemos ido evolucionando y podemos llegar a conseguir un aprendizaje más motivador y utilizarla como estrategia pedagógica. Para Llanga e Insuasti (2019), ésta da a los niños/as la oportunidad de llegar a expresiones estéticas, gozo, nuevas metodologías y el desarrollo de millones de formas de aprendizaje y pensamiento, que es lo que conlleva a aquellas habilidades creativas, resolución de conflictos y el trabajo en grupo, además del desarrollo social, cognitivo y emocional.

Para Riesco (2013), la música ha sido la fuente más adecuada desde siempre para almacenar en nuestro cerebro datos que tienen que durar en la memoria durante muchos años. A día de hoy, nos seguimos acordando de canciones que escuchábamos en la infancia y es por ello complicado de comprender que no se dé importancia a la educación musical en el aprendizaje que abarca los 0 a 6 años. La música está en la lógica – matemática (“el ritmo es una secuenciación temporal de sonidos, de distintas duraciones, que se agrupan métricamente en un tiempo determinado y exacto”), en el lenguaje (“el lenguaje oral necesita de la voz para ser representado. La voz es el instrumento musical natural por excelencia”), en el conocimiento del medio (“porque ¿dónde no hay sonido? En el medio rural, en el urbano, en el entorno más cercano al niño/a, en el más lejano...existe sonido, música, danza, canciones, ruidos, bailes, instrumentos, ...”), en la educación física (“con ella aprendemos a respirar, a movernos, a tener control postural,

educamos nuestros músculos”) y en los idiomas (“el idioma con el que en cualquier rincón del mundo te puedes comunicar sin tener que traducir. Es el idioma universal”).

La misma autora afirma que la música está presente en las tres áreas de Educación Infantil:

1. *Conocimiento de sí mismo*: desde temprana edad es importante conocer nuestro propio cuerpo, sus partes, sonidos... Es con los sonidos corporales con lo que el niño/a experimentará todas aquellas partes corporales con las que puede producir sonidos. Con canciones adaptadas a la edad podrán conocer las partes del cuerpo humano de una manera lúdica.
2. *Autonomía personal*: se busca que el alumnado lleve a cabo todas las actividades por el mismo adquiriendo así la autonomía personal al cantar, bailar, tocar instrumentos, interpretar ritmos...
3. *Conocimiento del entorno*: los niños/as entienden y perciben el mundo con los sonidos. El autor expresa que en el conocimiento del entorno forma parte la lógica matemática pues sigue la misma estructura que la música (razonamiento abstracto, orden, simetría...). Además, como seres humanos percibimos de manera involuntaria y espontánea los sonidos. Estos sonidos del entorno pueden afectar a nuestro estado de ánimo.

Por esto anterior, es de vital importancia promover desde primera infancia una educación musical, favoreciendo según Sarget (2003), el desarrollo integral de la persona, manifestando ventajas en tres ámbitos diferentes: cognitivo (conocimiento, destrezas y capacidades intelectuales), afectivo (actitudes, valores, sensibilidad, disciplina y sentido crítico) y psicomotor (esquema corporal, coordinación motriz, manual, ocular...). Iglesias (2014) nombra que los beneficios en relación a los ámbitos anteriores, son los siguientes:

- Mejora la capacidad de aprendizaje del idioma materno, de las lenguas extranjeras y la lecto-escritura.
- Desarrolla la capacidad de escucha.
- Incremento de la memoria, concentración y atención.
- Mejora la capacidad para resolver problemas lógico - matemáticos.
- Aumenta las conexiones sinápticas del cerebro.
- Desarrolla la capacidad de análisis y abstracción.



- Estimula integralmente el cerebro incrementando la capacidad de reacción y también la capacidad de agilidad mental.
- Desarrolla las capacidades motrices gruesas y finas (lateralidad, tono, equilibrio y postura).
- Fomenta la expresión corporal.
- Al coordinarse con la danza se consigue la mejora de habilidades corporales, la salud y el bienestar.
- Desarrollo de la conciencia espacio - temporal.
- La receptividad sensorial mejora.
- Se fomenta la mejora de la capacidad de concentración y relajación.
- Facilita desarrollar las competencias sociales.
- Beneficia al aumento de la autoestima.
- La expresión de sentimientos y emociones mejoran con la música.
- Desarrolla la creatividad.
- Facilita y ayuda al aprendizaje de asignaturas como historia, geografía, biología, ecología, etc.

En la etapa de infantil para conseguir una educación basada en lo musical según apuesta Castillo (2008), es importante contar con unos recursos didácticos que nos llevarán a alcanzar los objetivos propuestos de esta etapa:

En el *lenguaje musical*, es importante mantener contacto con las expresiones verbales, corporales y plásticas porque permiten la comunicación y nos llevan al trabajo de la lectura y la escritura. Para trabajar esto se pueden proponer actividades relacionadas con la dramatización, discriminación auditiva...

Con la *expresión vocal e instrumental*, se pueden trabajar aquellos conceptos relacionados con técnicas de respiración y articulación, favoreciendo la expresión lingüística, desarrollo del lenguaje, atención, memoria y socialización. Como actividades pueden proponerse desde la experimentación con instrumentos hasta la experimentación de las posibilidades sonoras del propio cuerpo, entre otras.

En el *lenguaje corporal*, el niño/a aprenderá las distintas partes de su cuerpo y las posibilidades que tiene. Conocerá el espacio al mismo tiempo que se establecen conversaciones con el resto y se ve la importancia de uno mismo en el grupo. Unos

ejemplos relacionados con lo anterior podrían ser la danza y los movimientos espontáneos o dirigidos.

La *dramatización*, gracias a la expresión y comunicación que conlleva, nos permite observar el mundo interno y externo del alumnado.

Sin embargo, uno de los recursos más relevantes en la escuela relacionado con lo musical, es la *canción*. Con ella se tratan temas de la vida diaria de los más pequeños/as y, además, son temas cercanos, del cuerpo, del mundo que les rodea y también son sencillas y fáciles de verbalizar. Esto conlleva a numerosos privilegios: temas cercanos, aumento vocabulario, transmisión de valores, desarrollo auditivo, lingüístico, articulatorio y habilidades motrices y sociales, unión, cooperación, aceptación, respeto, trabajar la memoria, creatividad e improvisación.

En la *imitación* está incluido un juego rítmico, instrumental o de movimiento que provoca que el alumnado imite.

Finalmente, los *medios audiovisuales*, enseñan el ritmo y su perfeccionamiento junto a la separación de sonidos.

Podríamos acabar este apartado destacando lo que esta autora plantea y yo misma considero de importancia: es especialmente necesario dar tiempo y espacio en las programaciones a la educación musical no solo por los numerosos beneficios anteriores sino por la habilidad de transmitir y desarrollar capacidades de forma lúdica, al mismo tiempo que se interactúa, siendo los propios niños y niñas los que construyen el conocimiento.

### **5.3 Relación entre la música y la superación de la timidez**

En la actualidad, la música es una gran estrategia para combatir la timidez. Gracias a ella, es posible abordar temas relacionados con las emociones y la socialización. El aprendizaje de estas dos últimas con la música puede ser una gran opción para superar la timidez a pesar de que parezca extraño creerlo. Además, con la expresión corporal que permite la música se experimentan actividades novedosas que no suelen ser habituales en el aula y pueden llamar la atención a participar.

Para empezar a trabajar conjuntamente la timidez y la música, es conveniente hacerlo desde casa, es la zona de confort de los niños y niñas y tal vez se sientan mejor. Es necesario que formen parte del proceso los padres y madres, solicitando su ayuda para que incentiven al niño/a para bailar, cantar... A continuación, una vez se haya mostrado

más abierto el individuo en el hogar, hay que ampliar los escenarios y el público, es útil hacerlo con personas de confianza. Como último paso se requiere ponerlo en marcha en el ámbito educativo, se puede comenzar con actividades con grupos grandes donde la persona tímida no sea el centro de atención. Posteriormente, es una buena opción reducir los grupos y llevar a cabo bailes o dramatizaciones para exponerlos al resto de los compañeros/as (es aquí cuando empiezan a tener una mayor atención del resto). Finalmente, se busca que ellos sean los únicos protagonistas (Carrasco, 2022).

Cada niño/a es diferente. A día de hoy es común encontrar infantes tímidos que cuando escuchan música dejan atrás la sensación de timidez inmediatamente y logran expresarse sin inhibición. Esto puede ocurrir porque la música pasa a estar en un primer plano, haciéndoles sentir libertad al mismo tiempo que relajan su cuerpo y mente.

### III. MARCO METODOLÓGICO

#### 6. Metodología y plan de trabajo

El diseño metodológico nos proporciona una guía para planificar el proceso de investigación. Como señala Niño, se refiere a las estrategias, procedimientos y pasos utilizados para recopilar datos y abordar su análisis. Abarca un conjunto de métodos racionales y sistemáticos dirigidos a encontrar soluciones a problemas y, en última instancia, verificar o demostrar la validez de un conocimiento (Bisquerra, 2004).

#### 7. Objetivos

##### *Objetivo general*

El objetivo general de esta investigación es diseñar, implementar y evaluar un proyecto de intervención en Educación Infantil que utilice la música como estrategia educativa para superar la timidez en niños y niñas del primer curso de Educación infantil.

##### *Objetivos específicos*

El objetivo general se operativiza a través de los siguientes objetivos específicos que se muestran a continuación:

- Realizar una revisión exhaustiva de la literatura académica y científica relacionada con la timidez y con el uso de la música como herramienta educativa y su efectividad para superar la timidez en niños/as en edad preescolar.
- Desarrollar un plan detallado para el proyecto de intervención, que incluya objetivos específicos, actividades musicales adaptadas a la edad y nivel de desarrollo de los niños/as, y criterios de evaluación para medir el impacto del programa.
- Seleccionar un grupo de niños/as en el nivel de Educación Infantil que presenten niveles significativos de timidez, en coordinación con los educadores/as y el personal del centro educativo.
- Llevar a cabo el programa de intervención, que consistirá en una serie de sesiones estructuradas donde se utilizará la música como herramienta principal para fomentar la autoconfianza y la expresión emocional en los niños/as participantes.

- Recolectar datos durante y después de la implementación del proyecto, mediante observaciones directas y cuestionarios diseñados para evaluar cambios en la timidez, la autoconfianza y la interacción social de los niños/as.
- Analizar los datos recopilados para evaluar la efectividad del proyecto de intervención en el logro de sus objetivos, identificando patrones y tendencias que indiquen mejoras en la superación de la timidez mediante el uso de la música como estrategia educativa.
- Presentar conclusiones basadas en los hallazgos del estudio, destacando las contribuciones del proyecto a la comprensión del papel de la música en la Educación Infantil y proporcionando recomendaciones para futuras investigaciones y prácticas educativas.

## **8. Hipótesis**

### *Hipótesis general:*

- La influencia de la música es relevante en el proceso de superación de la timidez en los alumnos/as del primer curso de Educación Infantil.

### *Hipótesis específicas:*

- La música ayuda en la superación de la timidez, potenciando la socialización, seguridad, autoestima, autoconfianza, comunicación no verbal, expresión emocional y la reducción de estrés y ansiedad en los alumnos/as del primer curso de Educación Infantil.
- La música impulsa a una participación activa del alumnado, consiguiendo la disminución o desaparición de la timidez en los más pequeños/as. Además, se alcanzará la participación de aquel alumnado tímido en sesiones donde pondrá en marcha habilidades sociales con el resto de compañeros/as, logrando una mayor inserción en el grupo.

## **9. Diseño de investigación**

La investigación cualitativa se selecciona debido a la naturaleza del problema de investigación. Se llevará a cabo un análisis cualitativo de los datos utilizando el [método de análisis cualitativo], centrándose en identificar patrones, temas y relaciones emergentes.

El "diseño de investigación se define como el plan global de investigación que intenta dar de una manera clara y no ambigua respuestas a las preguntas planteadas en la misma" (Besse, 1999). En otras palabras, es un plan o estrategia formulada para resolver el problema de investigación definido respondiendo a las metas planteadas en la investigación, verificando o rechazando supuestos.

Este proyecto de investigación pretende demostrar que el uso de la música interviene de manera beneficiosa en las personas tímidas. De tal forma que, se opta por llevar a cabo un diseño mixto de investigación que permite abordar preguntas de investigación complejas desde múltiples perspectivas, lo que puede enriquecer la comprensión del fenómeno estudiado y proporcionar una base más sólida para la toma de decisiones o el desarrollo de intervenciones. Este enfoque implica un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación para la recogida, análisis, integración y discusión de datos CUAN y CUAL con la finalidad de entender mejor el fenómeno de estudio (Hernández-Sampieri, y Baptista, 2010).

Para ello, en la parte cualitativa, emplearemos: la observación Participante: Observar las interacciones de los niños/as durante las actividades musicales dentro del proyecto de intervención para comprender su comportamiento, actitudes y respuestas emocionales y el análisis de Contenido: analizar las observaciones para identificar patrones, temas recurrentes y percepciones sobre el impacto de la música en la superación de la timidez.

En la parte cuantitativa de la investigación, emplearemos: cuestionarios para recopilar datos cuantitativos sobre el nivel de timidez, autoestima y habilidades sociales de los niños/as antes y después de participar en el proyecto de intervención. Además, utilizaremos el registro de Observaciones Sistemáticas con escalas de observación para registrar sistemáticamente el comportamiento de los niños/as durante las actividades musicales y medir cambios en su participación y expresión emocional.

## **10. Fases y actividades**

Esta investigación se desarrolla durante un período de cinco meses y se lleva a cabo en tres fases distintas: análisis inicial y diseño de la investigación (enero – marzo 2024), trabajo de campo (abril 2024) y análisis de resultados y conclusiones (mayo 2024).

Se presenta a continuación un resumen en la Tabla 1, donde se recogen las actividades llevadas a cabo, así como la temporalización de las mismas.

*Tabla 1. Fases y actividades. Fuente: Elaboración propia.*

LISTA DE ACTIVIDADES		ene-24	feb-24	mar-24	abr-24	may-24
<b>ANÁLISIS INICIAL Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN</b>	Establecimiento de un calendario de trabajo	X				
	Redacción del índice y de la introducción de la investigación	X				
	Planteamiento de las hipótesis	X				
	Elección de una metodología		X			
	Definición y medición de variables		X			
	Definición y operativización de variables		X			
	Diseño del programa de intervención			X		
	Redacción del marco teórico		X	X		
	Redacción del marco metodológico				X	
	Ampliación del Redacción del marco teórico				X	
<b>TRABAJO DE CAMPO</b>	Aplicación del programa de intervención				X	X
	Evaluación del programa					X
	Recogida de los datos.					X
	Análisis de los datos					X
<b>ANÁLISIS DE RESULTADOS Y CONCLUSIONES</b>	Elaboración del informe					X
	Comunicación de resultados					X

### 10.1 Primera Fase: Análisis inicial y diseño de la investigación (enero – abril 2023)

En esta fase se establecieron los objetivos, las estrategias de investigación a seguir, el estudio del estado de la cuestión, la recopilación de las investigaciones realizadas que aportaron algo al trabajo, la planificación y puesta en marcha de la propuesta didáctica.

## **10.2 Segunda Fase: Trabajo de campo (abril - mayo 2023)**

En esta segunda fase se llevó a cabo el programa de intervención y se implementó todo aquello elaborado en la primera fase. Se realizó con el fin de obtener una evaluación del programa de intervención y se trató de alcanzar los objetivos establecidos. La información se recogió mediante diferentes instrumentos que permitieron obtener todos aquellos datos lo más fiables posible.

## **10.3 Tercera Fase: Análisis de resultados y conclusiones (mayo 2023)**

En esta última fase se analizaron y evaluaron los datos obtenidos con los instrumentos de recogida de datos en las fases anteriores para evaluar la eficacia del programa con el objeto de establecer conclusiones que ayudaron a comprender la situación analizada.

## **10.4 Población y muestra**

Según López (2004), la población es el conjunto de individuos u objetos de los que queremos conocer algo en la investigación. En las actividades, el fenómeno de interés pertenece al CPI Arcosur, más específicamente a una clase de primero de Educación Infantil con un total de 22 alumnos, 12 chicas y 10 chicos.

También añade que la muestra es un subconjunto de la población sobre la que se realiza la investigación. Es una parte representativa de la población y existen procedimientos para determinar la cantidad de componentes de la muestra (fórmulas, lógica y otros). El estudio sobre la influencia de la música en Educación Infantil para superar la timidez se centrará en un total de 3 alumnos/as.

La cohesión del grupo es por lo general buena. Tanto en el aula como fuera de ella, el alumnado de la clase es participativo y sociable entre sí, lo que favorece que haya un juego conjunto (aunque siempre hay excepciones). Algunos de los alumnos/as a los que más les cuesta socializar necesitan estar junto a su figura de apego durante el horario escolar, que en este caso es la profesora del aula. Por otro lado, otros buscan más el juego individual, alejándose del grupo.



## 10.5 Instrumentos y estrategias de obtención de la información

La técnica que se utilizará será la observación y se llevará a cabo un trabajo estructurado que posteriormente requiere su registro en un diario donde se anotarán los aspectos relevantes de los alumnos/as en cada una de las actividades, documentando así todos aquellos datos de importancia de manera sistemática. Además, destacar que se podrán realizar grabaciones de vídeo ya que éstas permiten recopilar datos más detallados. Para Quintana (2008) los instrumentos y estrategias de esta investigación se definen de la siguiente manera:

### *Observación*

Permite registrar todo lo que ocurre en el aula para que posteriormente se pueda realizar un estudio de ello.

### *Observación de tipo científico*

Observar requiere tener previamente un objetivo bien claro, definido y preciso. Es necesario que la persona que se va a dedicar a investigar sepa lo que desea observar y para qué desea observar eso.

### *Observación individual*

La investigación será individual y la obtención de datos se llevará a cabo con una persona interna al aula

### *Observación participante*

En la observación participante habrá interacciones entre el alumnado y el investigador, al mismo tiempo que se recogen los datos de forma sistemática y directa de la situación de enseñanza.

### *Observación estructurada*

Conlleva utilizar elementos técnicos apropiados, algunos podrían ser: fichas, cuadros, tablas...

### *Diario de profesor*

El diario de profesor es aquello que nos permite tomar nota de todo lo que ocurre en el aula.

### *Grabaciones de vídeo*

Este medio audiovisual sirve para registrar la actuación y permite reproducir la observación siempre que se desee.

La evaluación es un elemento esencial en el proceso de enseñanza - aprendizaje de nuestro alumnado. Nos permite conocer todos los aspectos dentro del proceso educativo, así como el logro de los objetivos didácticos planteados. La evaluación valorará de esta manera el nivel de adquisición de los objetivos alcanzados por el alumno/a. Para poder evaluar, se emplearán unas rúbricas y unas fichas de observación con las que se medirá el progreso de los estudiantes: la Rúbrica para Evaluar la Timidez en Educación Infantil se rellenará antes de llevar a cabo todas las sesiones y una vez finalizadas (véase Tabla 2), y la Ficha de Registro de Conducta Timidez, la cual se hará siempre antes y después de cada una de las sesiones (véase Tabla 3). Ambas nos servirán para poder obtener una conclusión final de los logros obtenidos.

Así mismo, se valorará también en base a las hipótesis del principio para ver si se ha conseguido una socialización, seguridad, autoestima, autoconfianza, comunicación no verbal, expresión emocional y la reducción de ansiedad y estrés.

Tras esto, se muestra la definición de rúbrica según Gordillo (2010) y la de ficha de observación según Fernández (2014):

#### *Rúbrica*

Instrumento de evaluación que puede ser una escala tanto cuantitativa o cualitativa ligada a criterios que muestran las acciones del alumnado sobre lo que va a ser evaluado.

#### *Ficha de observación*

Herramienta que se usa para medir, analizar o evaluar uno o varios sujetos establecidos con anterioridad. Existen en ella criterios e indicadores predefinidos para recopilar información.

En última instancia, para saber cómo se han sentido los alumnos/as respecto a las actividades se realizará una asamblea haciéndoles partícipes y así poder observar los gustos y preferencias ante las distintas actividades, asegurándonos de que fomentamos un ambiente cómodo que incentive la participación y expresión de sentimientos ocurridos durante la sesión.

Tabla 2. Rúbrica para Evaluar la Timidez en Educación Infantil. Fuente: Elaboración propia.

	Criterio	Puntuación Sujeto X
<b>Interacción Social</b>	Participación en actividades grupales	<input type="checkbox"/> Nunca participa <input type="checkbox"/> A veces participa <input type="checkbox"/> Siempre participa
	Iniciativa para interactuar con compañeros/as	<input type="checkbox"/> Raramente inicia interacciones <input type="checkbox"/> A veces inicia interacciones <input type="checkbox"/> Frecuentemente inicia interacciones
<b>Comunicación Verbal</b>	Habla en voz alta y clara	<input type="checkbox"/> Habla en voz baja o inaudible <input type="checkbox"/> A veces habla en voz alta y clara <input type="checkbox"/> Siempre habla en voz alta y clara
	Expresión de ideas y opiniones	<input type="checkbox"/> No expresa ideas u opiniones <input type="checkbox"/> A veces expresa ideas u opiniones <input type="checkbox"/> Siempre expresa ideas u opiniones
<b>Comportamiento en Situaciones Nuevas</b>	Reacción frente a situaciones nuevas	<input type="checkbox"/> Se muestra extremadamente retraído o ansioso <input type="checkbox"/> Se muestra cauteloso pero dispuesto a explorar <input type="checkbox"/> Se muestra curioso y dispuesto a explorar
	Adaptación a cambios en el entorno	<input type="checkbox"/> Tiene dificultades para adaptarse <input type="checkbox"/> Se adapta con apoyo <input type="checkbox"/> Se adapta fácilmente
<b>Autoconfianza y Autoestima</b>	Expresión de seguridad en sí mismo	<input type="checkbox"/> Muestra falta de confianza y autoestima <input type="checkbox"/> A veces muestra seguridad en sí mismo <input type="checkbox"/> Siempre muestra seguridad en sí mismo
	Toma de riesgos controlados	<input type="checkbox"/> Evita tomar riesgos <input type="checkbox"/> A veces toma riesgos controlados <input type="checkbox"/> Frecuentemente toma riesgos controlados
<b>Colaboración y Trabajo en Equipo</b>	Participación en actividades colaborativas	<input type="checkbox"/> Evita las actividades colaborativas <input type="checkbox"/> A veces participa en actividades colaborativas <input type="checkbox"/> Siempre participa en actividades colaborativas
	Ayuda y apoyo a sus compañeros/as	<input type="checkbox"/> No ofrece ayuda o apoyo <input type="checkbox"/> A veces ofrece ayuda o apoyo <input type="checkbox"/> Siempre ofrece ayuda o apoyo
<b>Observaciones Adicionales:</b>		

Tabla 3. Ficha de Registro de Conducta timidez. Fuente: Elaboración propia.

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto X		
<b>Nombre del Niño:</b>		
<b>Fecha de Nacimiento:</b>		
<b>Curso/Grupo:</b>		
<b>Fecha de Inicio de Registro:</b>		
<b>Descripción de la Timidez:</b>		
<b>CONDUCTA OBSERVADA:</b>		
Fecha	Hora	Observaciones
[Fecha]	[Hora]	[Descripción detallada de la conducta observada en el niño/a.]
[Fecha]	[Hora]	[Descripción detallada de la conducta observada en el niño/a.]
[Fecha]	[Hora]	[Descripción detallada de la conducta observada en el niño/a.]
<b>INTERACCIÓN SOCIAL:</b>		
Interacción con Pares:		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se acerca y participa activamente con otros niños/as.</li> <li>- Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.</li> <li>- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.</li> </ul>		
Relación con los Adulto/as:		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Establece relaciones positivas con los adultos/as.</li> <li>- Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.</li> <li>- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.</li> </ul>		
<b>COMPORTAMIENTO EN EL AULA:</b>		
Participación en Actividades:		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participa activamente en las actividades planificadas.</li> <li>- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.</li> <li>- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.</li> </ul>		
Comunicación y Expresión:		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.</li> <li>- Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.</li> <li>- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.</li> </ul>		

## 10.6 Procedimiento de recogida de datos

Los datos serán recogidos en el diario en el momento en el que se lleve a cabo la observación de las actividades, de esta forma no se perderá ni olvidará cualquier dato de importancia.

En relación a las grabaciones, se tendrá permiso para la realización de ellas, la tutora del aula informará a la familia para confirmar que les parece correcto. Al grabar cada sesión se tendrá registrada la información de manera constante, dando así la oportunidad de verla las veces que sea necesario. Se llevará a cabo sin la conciencia de los

discentes para que no modifiquen su comportamiento a la hora de realizar la actividad y poder evitar un sesgo de reactividad. Cabe destacar que mi presencia como observadora no influirá en las reacciones y comportamientos del alumnado ya que me conocen y llevo meses con ellos realizando las prácticas escolares.

## **IV. PROPUESTA DIDÁCTICA**

### **11. Introducción y justificación**

La música es un lenguaje de expresión universal, gracias a ella se obtienen las primeras relaciones sociales, se desarrolla el lenguaje, se fortalece el aprendizaje, la atención... Por este motivo, se trató de abordar la timidez en el contexto educativo con la música como herramienta terapéutica, dicho rasgo (la timidez) cuando no se trata, puede dar lugar a síntomas variados, sobre todo a efectos negativos en el desarrollo emocional como social de la persona. Por ello, es crucial trabajarla desde la primera infancia para evitar posibles consecuencias no deseadas en un futuro.

La presente propuesta se denomina “Creciendo con Armonía: programa de 6 sesiones para superar la timidez en Educación Infantil a través de la música”. La finalidad de estas actividades pretendía que el alumnado de primer curso de infantil se expresara de manera libre, consiguiendo mostrar sus emociones y pensamientos desarrollando la autoexpresión y confianza. Las actividades favorecieron al desarrollo integral de los niños y niñas a partir de diferentes experiencias que pretendían alejarse de lo tradicional.

Estas sesiones se llevaron a cabo en el mes de abril. Todas se hicieron en el aula de referencia de los educandos con una duración de 3 semanas. Es en este momento del curso cuando el alumnado ya conocía a todos los compañeros/as por lo que la realización de éstas favoreció un espacio más seguro para la superación de la timidez. Esto se debía a la presencia de una mayor confianza entre el alumnado y tal vez en ellos mismos ya que anteriormente habían participado en actividades del aula por lo que pudieron poner en marcha aprendizajes anteriores.

### **12. Objetivos**

1. Fomentar la Autoconfianza: utilizar la música como herramienta para fortalecer la autoconfianza del alumnado tímido, ayudándoles a sentirse más seguros de sí mismos en el entorno educativo.
2. Estimular la Expresión Emocional: proporcionar un espacio donde los niños/as puedan explorar y expresar sus emociones a través de la música, lo que les ayudará a superar la timidez al aprender a comunicarse de manera más efectiva.

3. Promover la Socialización: facilitar la interacción entre los estudiantes tímidos y sus compañeros/as mediante actividades musicales colaborativas, promoviendo así relaciones positivas y un sentido de comunidad en el aula.

### 13. Contenidos

En Educación Infantil, al realizar actividades, es conveniente que se basen en las tres áreas de desarrollo. Cuando éstas están presentes conjuntamente, se consigue un enfoque holístico que promueve un aprendizaje global y el desarrollo integral de los niños y niñas. Por eso mismo, he atendido a lo establecido según la ORDEN ECD/853/2022:

*Tabla 4. Contenidos de la propuesta. Fuente: Elaboración propia.*

Crecimiento en Armonía
Saberes básicos
B. Equilibrio y desarrollo de la afectividad
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Herramientas para la identificación, expresión, aceptación y control progresivo de las propias emociones, sentimientos, vivencias, preferencias e intereses.</li> <li>- Estrategias para desarrollar la seguridad en sí mismo y en sí misma, el reconocimiento de sus posibilidades y la asertividad respetuosa hacia los demás.</li> </ul>
D. Interacción socioemocional en el entorno. La vida junto a los demás
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades sociales y de convivencia: comunicación de sentimientos y emociones y pautas básicas de convivencia, que incluyan el respeto a la igualdad de género.</li> <li>- Estrategias de autorregulación de la conducta. Empatía y respeto.</li> <li>- Resolución de conflictos surgidos en interacciones con las otras personas.</li> <li>- Fórmulas de cortesía e interacción social positiva. Actitud de ayuda y colaboración y empatía.</li> </ul>

*Tabla 5. Contenidos de la propuesta. Fuente: Elaboración propia.*

Descubrimiento y Exploración del Entorno
Saberes básicos
B. Experimentación en el entorno. Curiosidad, pensamiento científico, razonamiento lógico y creatividad
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estrategias de construcción de nuevos conocimientos: relaciones y conexiones entre lo conocido y lo novedoso, y entre experiencias previas y nuevas; andamiaje e interacciones de calidad con las personas adultas, con iguales y con el entorno natural y sociocultural.</li> <li>- Estrategia para proponer soluciones: creatividad, diálogo, imaginación y descubrimiento.</li> </ul>

Tabla 6. *Contenidos de la propuesta*. Fuente: Elaboración propia.

<b>Comunicación y Representación de la Realidad</b>	
<b>Saberes básicos</b>	
<b>A. Intención y elementos de la interacción comunicativa</b>	
-	Repertorio comunicativo y elementos de comunicación no verbal.
<b>C. Comunicación verbal oral. Expresión-comprensión-diálogo</b>	
-	El lenguaje oral en situaciones cotidianas: conversaciones, juegos de interacción social y expresión de vivencias.
-	Intención comunicativa de los mensajes.
<b>E. Aproximación a la educación literaria</b>	
-	Conversaciones y diálogos en torno a textos literarios libres de prejuicios y estereotipos sexistas.
<b>F. El lenguaje y la expresión musicales</b>	
-	Posibilidades sonoras, expresivas y creativas de la voz, el cuerpo, los objetos cotidianos de su entorno y los instrumentos.
-	Propuestas musicales en distintos formatos. Intención expresiva en las producciones musicales.
-	La escucha musical como disfrute.
<b>H. El lenguaje y la expresión corporal</b>	
-	Posibilidades expresivas y comunicativas del propio cuerpo en actividades individuales y grupales libres de prejuicios y estereotipos sexistas. Juegos de expresión corporal y dramática.
<b>Herramientas digitales y tecnologías emergentes</b>	
-	Aplicaciones y herramientas digitales con distintos fines: creación, comunicación, aprendizaje y disfrute.

## 14. Estructura

La propuesta se ha estructurado en diferentes actividades organizadas en 5 sesiones donde al comienzo de cada una de ellas se empieza con *El Baile de las Emociones* (*Marina y los emoticantos: el baile de las emociones*). Es una canción con la que los participantes se irán familiarizando progresivamente (véase anexo 1, figura 1).

A continuación, se muestra el desarrollo de las todas las sesiones con sus incluidas actividades en las Tablas de la 7 a la 14.



## 14.1 Sesión 1

Con la siguiente sesión se da comienzo al proyecto de intervención cuyo propósito es abordar la timidez en la primera infancia con la música proporcionando un espacio seguro y adecuado para el crecimiento emocional y social.

Tabla 7. Sesión 1. Descubriendo sonidos y emociones. Fuente: Elaboración propia.

"Descubriendo sonidos y emociones"	
<b>Desarrollo</b>	Para esta primera sesión antes de empezar se hace una introducción al proyecto que se va a llevar a cabo en el aula. Se comenta al alumnado la importancia que tiene la música en el desarrollo personal y se realizan juegos musicales para explorar los diferentes sonidos y emociones. Finalmente, habrá una discusión sobre cómo la música puede ayudar a expresar sentimientos.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar emociones propias.</li> <li>- Interaccionar con los iguales al compartir lo que sentimos.</li> </ul>
<b>Procedimiento de la sesión</b>	<p><b>Introducción al programa:</b> Reunidos en la asamblea hablamos de las diferentes actividades que vamos a hacer con la música durante estos días, luego se deja al alumnado participar en la conversación y se les invita a que hablen de aquellos momentos en los que experimentan la música en su vida diaria y cómo les hace sentirse.</p> <p><b>Explicación e identificación de las emociones con:</b> Visualización del video:  <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Las emociones básicas para niños - Alegría, tristeza, miedo, ira, asco y sorpresa</i> (Smile and Learn - Español) <a href="https://youtu.be/qBZSIgo4N1k?si=hDRT0erdK4vV2YqI">https://youtu.be/qBZSIgo4N1k?si=hDRT0erdK4vV2YqI</a></li> </ul> </p> <p><b>Baile de las emociones:</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Marina y los emoticantos: El Baile de las Emociones</i> (César García – Rincón de Castro) <a href="https://youtu.be/cpr7ttt1s0Q">https://youtu.be/cpr7ttt1s0Q</a></li> </ul> </p> <p>Se pondrá la canción en modo karaoke 2 o 3 veces para que puedan aprenderla para las siguientes sesiones. Posteriormente preguntaremos al alumnado qué tipo de música les gusta cuando están felices, tristes o emocionados.</p> <p><b>Exploración de las diferentes emociones a través de la audición de canciones:</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Primero se ha escogido una canción que transmite alegría, optimismo e incita al movimiento: <i>Uptown Girl</i> (Billy Joel) <a href="https://youtu.be/hCuMWrfXG4E">https://youtu.be/hCuMWrfXG4E</a></li> </ul> </p>

"Descubriendo sonidos y emociones"	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La segunda es una canción instrumental que ha sido seleccionada por su temática de miedo: <i>Brain Spook</i> (Mike Franklyn) <a href="https://youtu.be/8CDxu3uDCf4">https://youtu.be/8CDxu3uDCf4</a></li> <li>- Para la última, se ha optado por una más calmada: <i>Pentatonix</i> (Hallelujah) <a href="https://youtu.be/LRP8d7hhpoQ">https://youtu.be/LRP8d7hhpoQ</a></li> </ul> <p>Después de escuchar, sentir y bailar las 3 canciones, se pide al alumnado que escoja un momento de su vida donde sienta alguna emoción y la plasme en un papel. Finalmente, cada uno explicará la emoción que hay en su dibujo y por qué la ha dibujado (véase anexo 1, figuras 2 y 3)</p>
<b>Recursos</b>	Hojas de papel, pinturas, canciones, proyector y ordenador.
<b>Temporalización</b>	45 minutos.

## 14.2 Sesión 2

Tabla 8. Sesión 2: Actividad 1. Explorando ritmos. Fuente: Elaboración propia.

"Actividad 1 " Explorando ritmos"	
<b>Desarrollo</b>	Se realizará un aprendizaje de ritmos simples con instrumentos de percusión y el cuerpo, fomentando la expresión al mismo tiempo que se coordina el cuerpo y los ritmos musicales.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participar activamente.</li> <li>- Discriminar auditivamente la música.</li> <li>- Fomentar la autoexpresión.</li> </ul>
<b>Procedimiento de la sesión</b>	<p><b>Introducción a la actividad:</b></p> <p>Sentados en la asamblea se comienza a explicar que se va a realizar un juego de ritmos donde se hace uso del cuerpo e instrumentos.</p> <p><b>Juego de ritmos a través de la audición de la canción:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Pizzicato</i> – Léo Delibes (1836 – 1891) (Quique Montesinos Music) <a href="https://youtu.be/XVkjzH7hBn8">https://youtu.be/XVkjzH7hBn8</a></li> </ul> <p>Se pretende que el alumnado ponga sus manos en las rodillas y cuando comience la música empiece a desplazarlas frotando desde las rodillas hasta el final del muslo. Una vez se ha llegado a la zona nombrada, se dará una palmada en las piernas con cada una de las manos.</p> <p>A continuación, se realiza con instrumentos, se utilizarán panderetas con platillos jingles (véase anexo 1, figura 4). En vez de deslizar las dos manos, se tocará el instrumento con una de ellas al ritmo de la canción y obtendremos la vibración al agitarlo. Para sustituir las palmadas en las piernas, lo que se hará con la mano restante es dar un pequeño golpe al instrumento para que así suene más fuerte.</p>
<b>Recursos</b>	Instrumentos, el proyector y la canción.
<b>Temporalización</b>	20 minutos.

Tabla 9. Sesión 2: Actividad 2. Explorando movimientos. Fuente: Elaboración propia.

Actividad 2 " Explorando movimientos "	
<b>Desarrollo</b>	En la segunda actividad de la sesión se realiza un juego de roles por parte de los niños y niñas que conforman el aula para que ellos y ellas puedan fomentar su creatividad y expresión.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ser capaz de expresarse frente a los compañeros/as.</li> <li>- Desarrollar la imaginación y la creatividad.</li> </ul>
<b>Procedimiento de la sesión</b>	<p><b>Introducción a la actividad:</b></p> <p>Para la implementación de la segunda actividad es necesario imprimir diferentes fotos de personajes musicales (bailarina de ballet, rockero, cantante de ópera y baterista). El objetivo de la sesión es enseñar al alumnado cómo es cada uno de ellos (qué estilo de música cantan, qué hacen, etc.)</p> <p><b>Exploración de los personajes musicales con la audición de canciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bailarina de ballet: <i>El lago de los Cisnes</i> – Chaikovsky (armoniaeterna R) <a href="https://youtu.be/CYFUiyYPbg">https://youtu.be/CYFUiyYPbg</a>.</li> <li>- Rockero: <i>Queen - We Will Rock You</i> (Queen official) <a href="https://youtu.be/-tJYN-eG1zk">https://youtu.be/-tJYN-eG1zk</a>.</li> <li>- Cantante de ópera: <i>La Traviata "Libiamo, ne' lieti calici"</i> (Metropolitan Opera) <a href="https://youtu.be/afhAqMeeQJk">https://youtu.be/afhAqMeeQJk</a>.</li> <li>- Baterista: <i>BELIEVER - Imagine Dragons   Alejandro Drum Cover *Batería*</i> (Alejandro Sifuentes) <a href="https://youtu.be/z9dC98J6g18">https://youtu.be/z9dC98J6g18</a>.</li> </ul> <p>Se busca que la clase se divida según sus preferencias y elijan el grupo de personajes musicales que prefieran. Una vez separados en grupos, sonará una canción acorde a cada uno de éstos. Deberán salir al medio y pensar cómo puede actuar su personaje, de este modo, se dará pie a la creatividad y la expresión frente al resto.</p>
<b>Recursos</b>	Canciones y recursos fotográficos
<b>Temporalización</b>	20 minutos.

### 14.3 Sesión 3

Tabla 10. Sesión 3: Canciones para la Confianza. Fuente: Elaboración propia.

"Canciones para la confianza"	
<b>Desarrollo</b>	Selección y práctica de canciones con letras que promuevan la confianza y la autoestima. Interpretación de las canciones con gestos y movimientos corporales y reflexión sobre cómo la música puede influir en cómo nos sentimos acerca de nosotros mismos.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aumentar la confianza y la autoestima en uno mismo.</li> <li>- Utilizar la voz y el movimiento para interpretar canciones.</li> </ul>
<b>Procedimiento de la sesión</b>	<p><b>Introducción a la actividad:</b></p> <p>Durante la sesión aprendemos la importancia de tener confianza en nosotros mismos. Para ello, escucharemos dos canciones con las que los estudiantes interiorizan que somos diferentes al resto y que son estas diferencias las que nos hacen destacar. Otro aspecto a aprender es que cada uno tenemos diferentes habilidades y talentos igual de válidos que los que tienen los demás.</p> <p><b>Exploración e identificación de nosotros mismos a través de la audición de canciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Talentos y habilidades – CANCIÓN DE AUTOESTIMA PARA NIÑOS. ¡Mira lo que puedo hacer! – PREESCOLAR</i> (123 Andrés)  <a href="https://youtu.be/Io-sXK P Ok">https://youtu.be/Io-sXK P Ok</a></li> </ul> <p>Se escuchará la canción y luego se dejará al alumnado interpretarla a partir del canto. Finalmente, se dialogará en relación a los temas expuestos. Veremos si la canción tras escucharla ha influido en cómo nos sentimos, por ejemplo, cada uno podrá mostrarle al resto lo que se le da bien, lo que le gusta hacer...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Somos únicos e importantes</i> (PayasitaChiquilina)  <a href="https://youtu.be/UhsUA3ccf4">https://youtu.be/UhsUA3ccf4</a></li> </ul> <p>Se reproduce la canción al alumnado y éstos la observan. Posteriormente, se deja libertad de canto y baile con la misma canción. Una vez finalizado lo anterior, irán saliendo de uno en uno al centro de la asamblea. El alumnado que permanezca sentado deberá contar lo que más le gusta de la persona que está frente al resto.</p>
<b>Recursos</b>	Canciones y proyector.
<b>Temporalización</b>	45 minutos.

## 14.4 Sesión 4

Tabla 11. Sesión 4: Actividad 1: Música en parejas. Fuente: Elaboración propia.

Actividad 1: "Música en parejas"	
<b>Desarrollo</b>	Ejercicio de improvisación musical en parejas.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disminuir la inhibición junto a un compañero/a.</li> </ul>
<b>Procedimiento de la sesión</b>	<p><b>Introducción a la actividad:</b></p> <p>Sentados en la asamblea se dialoga con el alumnado sobre si se sienten iguales o diferentes cuando bailan con los ojos abiertos o cerrados.</p> <p><b>Desinhibición a través de la audición e improvisación por parejas con:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Happy (Pharrell Williams) <a href="https://youtu.be/ZbZSe6N BXs">https://youtu.be/ZbZSe6N BXs</a></li> <li>- La Bamba para niños - Canciones infantiles con Cleo y Cuquin Familia Telerin (Cleo y Cuquin - Canciones) <a href="https://youtu.be/IotspAfd-rw">https://youtu.be/IotspAfd-rw</a></li> <li>- Rondo Alla Turca- Mozart (AllClassicalMusic) <a href="https://youtu.be/quxTnEEETbo">https://youtu.be/quxTnEEETbo</a></li> </ul> <p>El alumnado se pondrá por parejas, uno de éstos con los ojos cerrados deberá improvisar movimientos mientras que el otro, con los ojos abiertos imita al compañero/a, es decir, actuará como un espejo. Posteriormente, se cambiarán los papeles. Finalmente, se hará con os ojos abiertos manteniendo un contacto visual entre ambos.</p>
<b>Recursos</b>	No hay recursos.
<b>Temporalización</b>	10 minutos.

Tabla 12. Sesión 4: Actividad 2: Música con el cuerpo. Fuente: Elaboración propia.

Actividad 2: "Música con el cuerpo"	
<b>Desarrollo</b>	Ejercicio de improvisación musical en parejas.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar la comunicación y el trabajo con los demás.</li> <li>- Realizar movimientos nuevos estimulando la creatividad.</li> </ul>
<b>Procedimiento de la sesión</b>	<p><b>Introducción a la actividad:</b></p> <p>Para esta segunda parte de la sesión se creará una secuencia con el alumnado a partir del cuerpo. Estaremos en un círculo para que el alumnado tenga contacto visual con todos los compañeros/as y poder comenzar la actividad.</p> <p><b>Círculo de movimientos en grupo:</b></p> <p>Se explicará a los niños/as que nuestro cuerpo puede hacer música y que nosotros mismos podemos realizarlo. Uno de los alumnos/as comenzará haciendo un movimiento, lo cual significa que los demás lo repetiremos. A continuación, el siguiente niño/a añadirá un nuevo movimiento a la</p>

Actividad 2: "Música con el cuerpo"	
	secuencia y así, sucesivamente, siguiendo siempre la misma consigna (cabe destacar que si la secuencia se hace muy larga puede romperse y empezar una nueva. Además, la profesora será una guía para que el alumnado no se pierda durante la sesión).
<b>Recursos</b>	No hay recursos.
<b>Temporalización</b>	10 minutos.

Tabla 13. Sesión 4: Actividad 3: Octoband. Fuente: Elaboración propia.

" Actividad 3: "Octoband"	
<b>Desarrollo</b>	Actividades de ritmo y movimiento. Colaboración en la creación de una composición musical simple con el <i>octoband</i> .
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover un aprendizaje colaborativo.</li> <li>- Desarrollar habilidades sociales.</li> <li>- Estimular la audición.</li> </ul>
<b>Procedimiento de la sesión</b>	<p><b>Introducción a la actividad:</b></p> <p>El <i>octoband</i> es una tela que tiene en el medio un círculo de donde salen ocho lazos de diferentes colores. Cada alumno/a cogerá una tira (si no hay suficientes para todos se compartirán) y uno de los alumnos/as estará sentado en el círculo. El estudiante que esté en esta posición será el protagonista mientras que sus compañeros/as mueven el <i>octoband</i> al ritmo de la música</p> <p><b>Actividad grupal con el Octoband con la audición de la canción:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Carnivalito</i> (Shenanigans! Tema)</li> </ul> <p><a href="https://youtu.be/XeVkU5rh6Hk">https://youtu.be/XeVkU5rh6Hk</a></p> <p>Consiste en atender a la música y discriminar los cambios musicales mientras damos vueltas agarrando los lazos del <i>octoband</i>, haciendo girar así al que está sentado en el círculo (se irá turnando al que esté en esta posición).</p> <p>Cada parte de la canción está asociada a unos movimientos, por ejemplo, habrá que ir en una dirección y cambiar a la otra cuando la música lo indique, agitar los lazos del <i>octoband</i> mientras estamos quietos, etc. (véase anexo 1, figura 5).</p>
<b>Recursos</b>	<i>Octoband</i> y la canción.
<b>Temporalización</b>	20 minutos.

## 14.5 Sesión 5

Tabla 14. Sesión 5: Historia sonora. Fuente: Elaboración propia.

"Historia sonora"	
<b>Desarrollo</b>	Narración de una historia acompañada de música de fondo que conlleven a sonidos y melodías que representan diferentes escenas y emociones.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Socializar: entablar conversaciones, bailes y risas, entre otras, con el resto de estudiantes.</li> <li>- Actuar basándose en el cuento junto a los compañeros/as.</li> <li>- Utilizar la voz como instrumento además de instrumentos musicales.</li> </ul>
<b>Procedimiento de la sesión</b>	<p><b>Introducción a la actividad:</b></p> <p>La sesión se basará en un cuento de Bellaterra ya que dispongo de este en casa y he decidido usarlo en el aula, se titula: <i>"Un paseo por el bosque"</i> de las autoras Susana Pérez y Montse Roig. A pesar de haber utilizado este libro como referencia en relación a las actividades, hay aportaciones y variaciones mías durante el desarrollo de la sesión.</p> <p><b>"Un paseo por el bosque":</b></p> <p>Con esta actividad buscamos desarrollar en especial la música y el movimiento. Se pretende que el alumnado haga un trabajo corporal, cante, siga el ritmo, discrimine sonidos, toque instrumentos...</p> <p>La sesión comenzará en una asamblea donde se explicará al alumnado que deben imaginarse que van a dar un paseo por el bosque. Se leerá un fragmento del cuento y posteriormente sonará una música de fondo. Cada parte de la lectura está asociada a una música a la que yo le añadiré una actividad corporal acorde a la canción (véase anexo 1, figura 6). El objetivo es que el alumnado escuche la parte del cuento correspondiente y cuando suene la música actúe basándose en éste (consulte el anexo 2 para conocer las actividades corporales).</p>
<b>Recursos</b>	Libro de Bellaterra (incluye CD), hojas, un cesto, pañuelos, cascabeles y claves.

## **V. RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

### **15. Presentación, análisis e interpretación de resultados**

Tras recoger todos los datos a través rúbricas y fichas de observación, se procede a su organización y análisis con el fin de ejecutar una investigación cuantitativa para la cual es necesario comprender e interpretar la realidad con el objetivo de controlarla y generar predicciones.

#### **15.1 Análisis de datos**

En este TFG se ha realizado un análisis completo y riguroso de los datos recopilados durante las sesiones a través de los instrumentos mencionados anteriormente para investigar el fenómeno de la timidez en el contexto educativo. Para ello, se han realizado los siguientes pasos:

1. Transcripción y organización de datos de las grabaciones.
2. Análisis cualitativo de los datos, para identificar patrones, en el desarrollo de las sesiones.
3. Análisis cuantitativo: de las rúbricas y fichas de registro de conducta incluyen puntajes numéricos,
4. Integración de resultados: del análisis cualitativo y cuantitativo para comprender mejor la timidez.
5. Interpretación y discusión de los resultados en relación con la literatura existente y los objetivos de la investigación.

#### **15.2 Resultados**

El diseño de intervención pretendía contrastar la hipótesis de establecer una relación entre la música y la timidez con el fin de superar esta última. La intervención en el aula me permitió ver aspectos positivos y negativos de la misma.

Las múltiples propuestas de actividades dieron la posibilidad al alumnado de explorar ante diferentes situaciones. También, se proporcionó un entorno seguro y flexible donde los estudiantes se sentían a gusto para desenvolverse y participar de manera activa.



A pesar de los resultados positivos, el estudio presenta varias limitaciones que deben ser consideradas: el uso de una muestra reducida. La intervención se llevó a cabo con un número limitado de estudiantes, lo que puede afectar la generalización de los resultados. Futuras investigaciones deberían incluir una muestra más amplia y diversa para validar estos hallazgos y la duración de la Intervención. El periodo de implementación del proyecto fue relativamente corto. Un estudio longitudinal podría proporcionar una visión más profunda sobre los efectos a largo plazo de la música en la timidez infantil.

Pese a las limitaciones expuestas, los tres sujetos consiguieron superar barreras y establecer conexiones con sus compañeros/as. A pesar de no haber logrado superar la timidez en todas aquellas situaciones hay una evidencia del incremento de socialización, hasta el niño más tímido estableció interacciones y compartió juegos con otros estudiantes, observándose un comportamiento social positivo. Hubo una mayor seguridad en todos los participantes, ya que se presencié una participación progresiva en todas las actividades del aula, viéndose este factor clave como adquirido al sentirse cómodos y superar sus temores. La autoestima, es otro de los aspectos que durante las sesiones han ido mejorando al presenciar un entorno libre de juicios gracias a la música. Lo mismo ocurre con la autoconfianza, al sentirse respaldados con la música han podido desarrollar y exponer adecuadamente la expresión verbal y no verbal de todas aquellas emociones que han ido sintiendo. Nada de esto habría sido posible sin la reducción de la ansiedad y el estrés presente en los estudiantes al principio de las actividades, y que disminuían conforme transcurrían las sesiones, sintiendo un mayor bienestar y relajación en sus cuerpos.

A continuación, se exponen los resultados de cada sujeto:

En el sujeto 1 (P.), se ha visto un incremento de la interacción social, habiendo una total participación y mayor implicación e interacción en actividades donde más personas estaban involucradas. En relación a la comunicación verbal, se ha presenciado una pequeña mejoría, ya que ha sido capaz de expresarse verbalmente ante grupos con una mayor cantidad de personas. Su comportamiento cada vez es más flexible, facilitando su adaptación en ciertas situaciones. La autoconfianza y autoestima no siempre han estado presentes en el estudiante, pero demostró en diversos momentos estas capacidades junto a una mayor toma de riesgos controlados. Finalmente, en la colaboración y el trabajo en

equipo, resaltar la activa participación en actividades conjuntas a pesar de que debe seguir mejorando prestar ayuda a sus iguales.

En cuanto al sujeto 2 (A.), se ha presenciado un progreso significativo en ciertos aspectos, lo cual es de gran relevancia debido al nivel de timidez del niño. La interacción social de este alumno a pesar de no haber alcanzado el nivel máximo esperado, ha tenido pequeñas progresiones. Los avances en la comunicación verbal muestran que a pesar de que no siempre estuviera presente la comunicación, sí que existían momentos en donde era capaz de aumentar el tono del habla y la expresión de ideas u opiniones con mayor facilidad en comparación con el principio de las sesiones. El comportamiento del estudiante ante nuevas situaciones se ha visto elevado porque consiguió una adaptación y una flexibilidad. Es difícil tener una total seguridad en uno mismo y por eso, este niño sigue mostrándose a veces con falta de confianza. Aunque le cueste estar seguro de sí mismo y aún busque participar en actividades individuales, su disposición para participar en equipo ha crecido.

El sujeto 3 (L.), ha mostrado ir encaminada hacia la superación de la timidez. La interacción social de esta niña ha mejorado debido a una mayor participación en actividades y la interacción con los iguales, demostrando así una mayor comodidad en entornos sociales. En la capacidad de comunicación verbal ha habido un progreso gradual porque ha conseguido expresar sus opiniones frente al resto (a pesar de que su tono de voz aún no sea el adecuado). El comportamiento de ésta ante situaciones nuevas también ha mejorado durante las sesiones, mostrándose curiosa y sin miedo a los cambios, lo que indica avances en su desarrollo personal. Resulta relevante destacar el fortalecimiento que ha habido en la autoestima y confianza, lo cual ha tenido un impacto positivo al permitirle asumir riesgos, pues ella pensaba que podía realizar adecuadamente las actividades. Por último, también se observaron efectos positivos en relación a la colaboración y el trabajo en equipo, viéndose un desarrollo social al cooperar con los iguales y ofrecer apoyo en varias situaciones.

Para observar la progresión desde antes de comenzar las sesiones hasta una vez finalizadas, véase la evaluación inicial (anexo 3, Tablas 15, 16 y 17) y la evaluación final (anexo 4, Tabla 18, 19 y 20). Para poder ver los resultados específicos de cada sujeto en cada una de las sesiones, véanse los siguientes anexos: anexo 5 (Tablas 21 a 26), anexo 6 (Tablas 27 a 32), anexo 7 (Tablas 33 a 38), anexo 8 (Tablas 39 a 44) y anexo 9 (Tablas 45 a 50).

## **VI. CONCLUSIONES, LIMITACIONES DE ESTUDIO Y PROSPECTIVA DE ESTUDIO**

### **16. Conclusiones**

El presente Trabajo de Fin de Grado ha tenido como objetivo principal diseñar, implementar y evaluar un proyecto de intervención en el ámbito de la Educación Infantil que utilice la música como estrategia educativa para ayudar a los niños/as a superar la timidez, fomentando su desarrollo socioemocional y su participación activa en el entorno escolar. Se han observado mejoras significativas en el desarrollo social y emocional de los niños/as. Han adquirido un mayor control y reconocimiento de emociones, autoestima y habilidades sociales. También, se ha demostrado que la música es una herramienta que favorece la participación activa en los estudiantes por sus múltiples beneficios y su diferenciación con la metodología tradicional. El alumnado fue capaz de romper con las barreras y conseguir gradualmente una mayor desinhibición, lo que permitió la expresión, destacando así el inestimable papel de la música en la superación de la timidez.

Respecto al objetivo específico de investigar y analizar la relación entre la música y el desarrollo socioemocional en niños/as de Educación Infantil, centrándose en su impacto en la superación de la timidez, se ha alcanzado correctamente durante todo el proceso. Durante este tiempo se ha realizado un profundo análisis sobre literatura relacionada con el tema expuesto, difícil por la falta de estudios que vinculen el uso de la música para superar la timidez, si que se han encontrado numerosos estudios de la timidez en infantil o el uso de la música para la gestión de las emociones, gracias a lo que he podido adquirir conocimientos y poder aplicarlos en mi intervención, contribuyendo beneficiosamente en el bienestar del alumnado.

Respecto al objetivo relacionado con el diseño de un plan de intervención que incluya actividades musicales específicas dirigidas a niños/as tímidos, con el fin de promover su autoestima, confianza y habilidades sociales, fue exitoso. Las actividades propuestas para abordar la timidez fueron seleccionadas y creadas rigurosamente, atendiendo a las necesidades individuales que cada estudiante podía tener, y de esta forma, potenciar al máximo las habilidades sociales, la autoestima y la confianza. El diseño de intervención adecuado, ha sido fundamental para conseguir un entorno donde se presenciaba la colaboración y la aceptación.

En relación con el objetivo de implementar el proyecto de intervención en un grupo de niños/as de Educación Infantil, siguiendo un enfoque participativo y adaptando las actividades musicales a las necesidades individuales de los niños/as, desde mi perspectiva, concluyó a la perfección. Hubo una evolución desde la primera actividad hasta la última, observándose un creciente entusiasmo en las actividades musicales, lo que promovió el desarrollo socioemocional e ir abordando la timidez progresivamente a lo largo de todo el proceso. Todo ello se alcanzó en un ambiente inclusivo del aula, donde cada niño/a podía expresarse, explorar y participar.

Respecto al objetivo específico de evaluar el impacto del proyecto en la superación de la timidez de los niños/as, utilizando herramientas cualitativas y cuantitativas para recopilar datos sobre su comportamiento, actitudes y participación en actividades escolares. Me permitió observar cómo todos los datos recogidos evidencian la efectividad de mi propuesta de intervención. Los resultados revelaron la eficacia que tuvo la propuesta en las interacciones sociales en el aula, mostrando que la intervención de estas actividades ha tenido un impacto positivo en el desarrollo socioemocional del alumnado, respaldando la importancia de seguir trabajando estos aspectos en el contexto educativo.

Analizar los resultados obtenidos y elaborar conclusiones sobre la efectividad de la música como estrategia educativa para superar la timidez en niños/as de Educación Infantil, identificando buenas prácticas y recomendaciones para futuras intervenciones, era el quinto objetivo específico. Me replantee diferentes aspectos, por ejemplo, aquellos no tan positivos que podrían variar en las próximas investigaciones, la importancia de integrar la música en el currículo de Educación Infantil y la relevancia de una formación musical del profesorado. A pesar de eso, al realizar el análisis de todos los resultados, he podido constatar la efectividad que ha tenido la música como herramienta pedagógica para vencer el proceso de la timidez y mejorar el desarrollo socioemocional. Por último, también he identificado buenas prácticas como la flexibilidad y la atención a las necesidades específicas de los niños y niñas.

Finalmente, respecto al último objetivo específico: difundir los resultados del proyecto entre la comunidad educativa, compartiendo experiencias, recursos y reflexiones sobre el uso de la música como herramienta para el desarrollo socioemocional en la etapa de Educación Infantil. Esta difusión no solo pretende enriquecer mi propia comprensión con las recomendaciones y experiencias de otros maestros y maestras, sino también resaltar la importancia de la música en el desarrollo

integral de los niños. Compartir estos datos con la tutora del aula ha sido particularmente valioso, ya que ha podido transmitir esta información a los padres y madres de los alumnos, subrayando los beneficios observados y promoviendo una mayor implicación familiar en el uso de la música como estrategia educativa.

En cuanto a las hipótesis, el alumnado que formaba parte de estas sesiones mostró una disminución significativa de la timidez, lo que conlleva a que la música afronta necesidades en el alumnado de infantil. Durante las tres semanas en las que se ha hecho partícipe a los estudiantes de las sesiones, se pudo ver cómo los infantes llegaban a sentirse más seguros en aquellas actividades donde la música estaba involucrada, lo cual favorecía una expresión emocional, autoestima y confianza que es lo que les ayudó a reducir el estrés presente en su cuerpo antes de las sesiones. Así, podían socializar con el resto de individuos del aula y perfeccionar sus habilidades sociales.

El trabajo de investigación me ha permitido poner en práctica todos aquellos conocimientos adquiridos durante la carrera, pero a pesar de eso, se han encontrado ciertas limitaciones conforme transcurría el proceso (como bien he nombrado en el apartado anterior). La primera, es la escasa cantidad de información encontrada acerca de estudios relacionados con la música y la timidez, lo que me ha supuesto buscar información en inglés. He de destacar como inconveniente los pocos sujetos tímidos que han participado en las actividades. Esto supone que no se ha podido observar cómo una muestra de mayor tamaño reaccionaba ante las actividades, lo que posibilita que esta minoría tal vez no reaccione igual que el resto de la población tímida y, por lo tanto, no sean representativos. Por otro lado, se encuentra la duración limitada de tiempo, haber trabajado las actividades solamente durante tres semanas dificulta poder ver más resultados a largo plazo y comprobar si los estudiantes continúan manteniendo un buen camino para superar la timidez. Así mismo, pienso que haber realizado solamente cinco sesiones tan separadas en el tiempo no ha facilitado al alumnado tanto como si se hubieran trabajado cada día durante tres semanas seguidas. A pesar de lo anterior, se ha visto una gran progresión y desinhibición por parte de los escolares. Finalmente, destacar como otra limitación más, mis pocas nociones sobre la investigación al comenzar este Trabajo de Fin de Grado, resultando así más complicado el proceso.

Lo expuesto en los párrafos anteriores da pie a que futuras investigaciones mejoren, y por ello, mi recomendación es la necesidad de que se siga reforzando la importancia de trabajar la música en el currículo de Educación Infantil. Considero que no

solamente fortalece a los tímidos y tímidas, sino que ofrece la posibilidad de desarrollar habilidades en el resto del alumnado presente en el aula. Se espera que este trabajo ofrezca información y resuelva dudas relacionadas con la timidez en futuros proyectos implementando nuevas variables como un seguimiento de mayor duración y en diferentes entornos. Además, recalcar la importancia de una colaboración entre estudios posteriores y colegios para lograr seguir mejorando y buscar nuevas estrategias para los niños y niñas tímidos.

Destacar una vez más, la importancia de la música en los niños y niñas. Ésta desarrolla aspectos emocionales, sociales, cognitivos y físicos. La relevancia que tiene en el ámbito educativo es enorme y ha quedado demostrado en todos los aspectos favorables que se han manifestado en los estudiantes al integrar la música en el aula. Han desarrollado la capacidad de atender a los demás, de integrarse en el grupo y muchas otras que han influido en su desarrollo integral.

Para finalizar con este Trabajo de Fin de Grado, me gustaría compartir que no solo ha sido un trabajo académico, sino que a pesar de haber tratado de buscar información y trasladar conocimientos, este trabajo me ha hecho enfrentarme a todas aquellas barreras causadas por la timidez y ofrecer confianza a quienes en su día a día se enfrentan a desafíos difíciles de lograr por su timidez.

A pesar de que parezca que los extrovertidos tienen más oportunidades, pienso que la timidez no nos define como individuos, no marca nuestra valía ni establece el límite de nuestros potenciales. En cambio, sí que considero que hay que abordarla desde la Educación Infantil, al igual que se hace con otras emociones como la frustración. Tratándola desde edades tempranas, se puede acabar con los impedimentos y repercusiones que pueden repercutir en un futuro próximo en todas las etapas de la vida.

Durante mis estudios universitarios, he adquirido diferentes habilidades y creo que como futura docente puedo transmitir la importancia del tema a otros educadores/as. Aspiro a poder realizar cambios relevantes en la forma en la que se aborda la timidez en el ámbito educativo porque es necesario comprender que merece ser tratada con seriedad. Estoy comprometida a formar parte de este proceso siendo una guía, ofreciendo apoyo, motivación y esperanza a los discentes tímidos para hacer que se sientan a gusto y valorados en la escuela.

## VII. BIBLIOGRAFÍA

- Addysg Cymru, Education Wales. (2023). *Supporting young quiet, shy and anxious children in school*. Recuperado de <https://hwb.gov.wales/api/storage/5b0e3613-6806-4512-933c-126be5598597/supporting-young-quiet-shy-and-anxious-children-in-school.pdf>
- Arteaga, A., & Gianella, J. (2019). *La timidez y su incidencia en el desarrollo de la inteligencia social de los niños y niñas de inicial 1 de la unidad educativa siglo xxi dr. luis aveiga barberán del cantón el carmen, provincia de manabí, periodo lectivo 2019-2020* (Doctoral dissertation).
- Becerra, G. (1969). En torno a la definición de la música. *Revista musical chilena*, 23(106), 35.
- Bericat Alastuey, E. (2012). Emociones. *Sociopedia. isa*, 1 – 13
- Besse, Juan. «El diseño de investigación como signifiante: exploraciones sobre el sentido». *Biblio 3w: revista bibliográfica de geografía y ciencias sociales*, 1999, Vol. 4.
- Bisquerra Alzina, Rafael (coord.) et al. (2004). *Metodología de la investigación educativa*, Madrid: La Muralla
- Bowker, J., Santo, J., & Adams, R. (2019). A Dynamic Examination of the Associations between Shyness, Psychological Difficulties, and Stressful Life Events during Early Adolescence. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 47(7), 1183-1195.
- Buss, A. H. (1986). A theory of shyness. In W. H. Jones, J. M. Cheek, & S. R. Briggs (Eds.), *Shyness: Perspectives on research and treatment* (pp. 39-46). Plenum.
- Cabrera Mota, A.V. (2009). La timidez infantil. *Innovación y experiencias educativas*, 16, 1-15
- Cacao Villegas, D. G. (2015). Desarrollo cognitivo en los niños con timidez de 5 a 6 años. Diseño y elaboración de una guía didáctica para docentes. Universidad de Guayaquil, Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación, Carrera: Educadores de Párvulos. Guayaquil. Recuperado de <https://repositorio.ug.edu.ec/server/api/core/bitstreams/e094a675-e521-4bf6-8d75-d782faba2283/content>
- Cain, S. (2012). *Quiet: The Power of Introverts in a World That Can't Stop Talking*. New York: Crown.

- Cano Vindel, A., Pellejero, M., Ferrer, M. A., Iruarizaga, I., & Zuano, A. (2006). Aspectos cognitivos, emocionales genéticos y diferenciales de la timidez. *Revista Electrónica de Motivación y emoción*.
- Cardich Soria, D. A., Cardona Tapia, R., & De La Cruz Peña, K. R. (2019). Importancia de la música en el desarrollo emocional.
- Carrasco Panadero, L. (2022). La música como recurso educativo para combatir la timidez en el segundo ciclo de educación infantil.
- Cassà, È. L. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 153-167.
- Castillo, A. (2008). La importancia de la música en la educación infantil. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1-8.
- Chico, P. (2016). Timidez. *Universidad de Valladolid*.
- Coplan, R. J. y Rudasil, K. M. (2018) Tímidos, introvertidos, vergonzosos... Comprender y acompañar en la escuela y en la familia. Madrid, Narcea.
- Coplan, R. J., & Weeks, M. (2009). Shy and soft-spoken: shyness, pragmatic language, and socio-emotional adjustment in early childhood. *Infant and Child Development: An International Journal of Research and Practice*, 18(3), 238-254.
- Corne Valdivieso, M. J., Ventura Calero, M. N., & Benancio Cornelio, D. C. (2015). Aplicación de dramacuentos como estrategia para superar la timidez de los estudiantes del tercer grado de la Institucion Educativa. N° 32896 Amarilis-2015.
- Eggum, N. D., Eisenberg, N., Reiser, M., Spinrad, T. L., Valiente, C., Sallquist, J., ... & Liew, J. (2012). Relations over time among children's shyness, emotionality, and internalizing problems. *Social Development*, 21(1), 109-129.
- Espinosa Fernández, L. y Cano Lozano, C. (2003). La timidez. Claves para superarla y mejorar nuestra relación con los demás. *Málaga, España: Arguval*.
- Espinoza Arroyo, E. K., & Gómez García, J. D. J. (2023). *Rincón de música en el desarrollo social en niños de 3 a 4 años* (Bachelor's thesis, La Libertad: Universidad Estatal Península de Santa Elena, 2023.).
- Fernández, S. M. D. (2014). Desarrollo de una ficha de observación para el análisis y evaluación de experiencias educativas en mundos virtuales. *IJERI: International Journal of Educational Research and Innovation*, (2), 69-82.
- Garcés Prettel, M. y Palacio Sañudo, J. E. (2010). La comunicación familiar en asentamientos subnormales de montería. *Psicología desde el Caribe*, (25), 1-29.



- Gordillo, J. J. T., & Rodríguez, V. H. P. (2010). La rúbrica como instrumento pedagógico para la tutorización y evaluación de los aprendizajes en el foro online en educación superior. *Pixel-Bit. Revista de Medios y Educación*, (36), 141-149.
- Greciano, I. (2001). Alteraciones del comportamiento en el aula. *In Congreso europeo: Aprender a ser, aprender a vivir juntos. Santiago de Compostela*.
- Gunther, K., Youatt, K., & Pérez-Edgar, K. (2020). The Biology of Shyness and Adapting to Threat. En L. Schmidt & K. Poole. (Eds.), *Adaptive Shyness. Multiple Perspectives on Behavior and Development* (pp. 111-127). Springer.
- Hanlon, R. R. (s.f.) Ayudar a su hijo a vencer la timidez.
- Hernández-Sampieri, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2010). Metodología de la investigación. México: Mcgraw Hill.
- Iglesias, Á. (2014). La música de nuestra infancia. (Música, infancia y radio universitaria). Proyecto radial.
- James, W. (1985). ¿Qué es una emoción? *Studies in Psychology*, 6 (21), 57-73., 57-73.
- Jauset, J. (2008). *Música y Neurociencia: la musicoterapia sus fundamentos, efectos y aplicaciones terapéuticas*. Barcelona: Editorial UOC.
- Kagan, J., Reznick, S.J. y Snidman, N. (1988). Biological bases of childhood shyness. *Science*, 240, 167-171.
- Kagan, J., Snidman, N. & Arcus, D. (1993). On the temperamental categories of inhibited and uninhibited children. En K. H. Rubin & J. B. Asendorpf (Eds.). Social withdrawal, inhibition and shyness in childhood. (pp. 19-28). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum
- Linguado, M. C., & Zorrandino, M. R. (1981). Proceso de socialización en la etapa preescolar. *Revista de psicología*, 8.
- Llanga Vargas, E. F., & Insuasti Cárdenas, J. P. (2019). La influencia de la música en el aprendizaje. *Atlante Cuadernos de Educación y Desarrollo*, (junio).
- López, P. L. (2004). Población muestra y muestreo. *Punto cero*, 9(08), 69-74.
- Monjas Casares, M. I. (2004). ¿Mi hijo es tímido? *Madrid Pirámide*.
- Mosquera, I. (2013). Influencia de la música en las emociones. *Realitas, Revista de Ciencias Sociales, Humanas y Artes*, 1 (2), 34-38.
- Neyra Chuquihuanga, S. A. Nivel de socialización en los niños de 5 años de la IE N° 14063 del Cesario Monte Redondo La Unión-Piura, 2017. Obregón, D. P., & Pérez, Z. R.

- (2011). Caracterización psicopedagógica de la timidez en la edad escolar. Recomendaciones para su atención. *Cuadernos de Educación y Desarrollo*, (28).
- Obregón, D. P., & Pérez, Z. R. (2011). Caracterización psicopedagógica de la timidez en la edad escolar. Recomendaciones para su atención. *Cuadernos de Educación y Desarrollo*, (28).
- ORDEN ECD/853/2022, de 13 de junio, por la que se aprueban el currículo y las características de los centros maestros de la Comunidad Autónoma de Aragón.
- Ortega Delgado, X. N., Martos Guatusmal, O. F., & Báez Galeano, H. H. (2019). Efectos de la música en el cerebro en la etapa infantil: revisión desde las neurociencias. *Revista Investigium IRE Ciencias Sociales Y Humanas*, 10(2), 65-77.
- Panchi Culqui, W. E., Lara Chala, L. D. R., Panchi Culqui, J. C., Panchi Culqui, R. C., & Villavicencio Álvarez, V. E. (2019). Influencia de la música en el desarrollo motriz y emocional en niños de 8-10 años. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 38(2), 104-121.
- Pelaez, M. (2008). La importancia de la música en la escuela. *Innovación y experiencias educativas*.
- Pérez Bonilla, L. M., San José Paúl, S., & Seoane Rodríguez, L. (2001). Timidez en la preadolescencia: un estudio comparativo entre niñas y niños. En *La Brújula de Papel*, 02, 51-56.
- PSIGUIDE. (s. f.). *Timidez: todo sobre esta emoción y como superarla*. Recuperado de <https://psicologosbogota.com/psicologia/timidez/>
- PSISE: Servicio de Psicología Clínica del Desarrollo. Unidad de Observación y Diagnóstico Funcional. (2017). *¿Qué implica ser tímido?* <https://psisemadrid.org/timidez-ansiedad-social/>
- Quintana, E. G. (2008). Técnicas e instrumentos de observación de clases y su aplicación en el desarrollo de proyectos de investigación reflexiva en el aula y de autoevaluación del proceso docente. In *La evaluación en el aprendizaje y la enseñanza del español como lengua extranjera/segunda lengua: XVIII Congreso Internacional de la Asociación para la Enseñanza del Español como lengua Extranjera (ASELE)*. Alicante, 19-22 de septiembre de 2007 (pp. 336-342). Servicio de Publicaciones.

- Ramos, R. A., Vela, D. G., & Julca, J. R. (2014). Fobia social, un trastorno oculto detrás de la timidez y la inhibición personal. *Revista de Investigación de Estudiantes de Psicología "JANG"*, 3(2), 74-80.
- Riesco, B. (2013). La música en educación infantil. *Padres Y Maestros / Journal of Parents and Teachers*, (327), 33-35.
- RODRÍGUEZ, E. C., & DE MÚSICA, S. Y. C. (2010). Los beneficios de la música. *Revista Digital: innovación y experiencias*, 26, 1-10.
- Sampayo Hernández, I. C., Valle de Zayas, B., & Guerrero Fernández, E. (2022). La orientación familiar para la prevención de la timidez en los niños de la infancia preescolar. *Transformación*, 18(2), 366-384.
- Sarget Ros, M. Á. (2003). La música en la educación infantil: Estrategias cognitivo-musicales. *Ensayos: revista de la Escuela Universitaria de Formación del Profesorado de Albacete*.
- Saz, M. B., & Alonso, J. R (2019). Elogio de la timidez.
- Touriñán López, J. M., & Longueira Matos, S. (2010). La música como ámbito de educación. Educación «por» la música y educación «para» la música.
- Vaillancourt, G. (2009). *Música y musicoterapia: su importancia en el desarrollo infantil* (Vol. 182). Narcea Ediciones.
- Valencia Freire, E. M. (2017). *La timidez infantil en el proceso de socialización de niñas y niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Juan Benigno Vela del cantón Ambato provincia Tungurahua* (Bachelor's thesis, Universidad Técnica de Ambato. Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. Carrera de Parvularia).
- Valles Fraile, N. (2016). La integración de los niños tímidos en el aula.
- Varela, P (2008). *Qué es la timidez. Tímidamente, cómo superar los problemas de la timidez*, 17-40. El Ateneo
- Yubero, S. (2005). Capítulo XXIV: Socialización y aprendizaje social. *Psicología social, cultura y educación*, coord. por Darío Páez Rovira, Itziar Fernández Sedano, Silvia Ubillos Landa, Elena Zubieta, 819-844.

## VIII. ANEXOS

### Anexo 1. Fotos de las sesiones

*Figura 1. Baile de las emociones. Elaboración propia.*



*Figura 2. Descubriendo sonidos y emociones. Elaboración propia.*



*Figura 3. Descubriendo sonidos y emociones. Elaboración propia.*



*Figura 4. Explorando ritmos. Elaboración propia.*



*Figura 5. Octoband. Elaboración propia.*



*Figura 6. Un paseo por el bosque. Elaboración propia.*





## **Anexo 2. Actividades corporales**

Al basar la lectura en un bosque y querer buscar una representación real del cuento, se pedirá a los alumnos y alumnas que se imaginen que están en un bosque mágico. Luego, se dará comienzo a la interpretación de la lectura.

Se leerá la parte 1 de lectura y se pondrá la música correspondiente. El alumnado deberá imaginar que la clase se ha convertido en un bosque mágico (previamente se habrá cubierto el suelo de hojas de árboles). Cuando se escuche la música, pasaremos, y cuando se pare, cogeremos una de las hojas y así, sucesivamente.

Posteriormente, se realiza la parte 2, se lee y luego se da comienzo a la música. El alumnado cada vez que escuche el toque del triángulo, lanzará al aire una de las hojas que haya cogido anteriormente hasta quedarse sin ninguna.

En la parte 3, se coloca un cesto en el medio del aula y se les pide a los alumnos/as que cuando la música suene deberán recoger las hojas con las que han jugado con anterioridad, pero si la música no suena, se quedarán parados. La música de este fragmento es de Mozart por lo que se busca que el alumnado se familiarice con el autor al mismo tiempo que coordina la canción y el movimiento.

Continuamos la historia (parte 4) y es en este momento de la lectura cuando aparecen los insectos. Primero, una mariposa. Se pide al alumnado que vuele como ésta, abriendo y cerrando los brazos como si fueran las alas con el objetivo de adquirir la precisión rítmica y memorizar posturas. Al haber hecho lo anterior, pasamos al siguiente fragmento, la parte 5, donde aparece un mosquito. Cada vez que la música se detiene, se da una palmada como si se atrapara al mosquito. Lo que se pretende es que los niños y niñas representen movimientos libres de los brazos en el espacio. En la parte 6 hay una abeja, así que, con las manos en la espalda, actuarán como ésta y harán el sonido que hacen las abejas mientras suena la música al mismo tiempo que se desplazan por el aula.

Posteriormente, se leerán los fragmentos que hacen referencia a los animales: en la parte 7, (donde será necesario prestar atención a los movimientos del grupo) harán de conejos y saltarán con los pies juntos durante toda la reproducción musical. En la parte 8, serán ranas y abrirán muchos los ojos y con la boca muy sonriente se pondrán de cuclillas y darán saltos acordes a la música. En la siguiente parte, la 9, se desplazarán como ratones diferenciando las acciones rápidas de lentas (si suena lento irán acorde a ello y si suena rápido deberán diferenciarlo y actuar acorde a esto último). La ardilla (parte 10), es el

siguiente animal. Ésta aparece con el objetivo de mantener el ritmo rápido durante toda la pieza al mismo tiempo que se imaginan que suben y bajan de un árbol. Para la realización de la parte 11, haremos como si un caracol se estuviera deslizando por nuestro brazo izquierdo, a continuación, lo mismo por el derecho con la intención de tomar conciencia de la palma de la mano a través del movimiento continuo sobre el brazo como si fuera el caracol. En la parte 12, aparece una tortuga en el bosque, la cual nos adentra en el mundo del canto. Se hace un círculo y se canta lo siguiente: *“uno, dos y tres, la tortuga, la tortuga. Uno, dos y tres, la tortuga del revés. Mira como baila la tortuga, baila, baila, baila sin parar”*. En la parte 13, se continúa con la tortuga, pero en este fragmento no solamente se debe cantar, sino también bailar. Como en la parte anterior ya se han familiarizado con la canción, es hora de interpretarla para fomentar la expresividad (se pretende que imiten lo que dice la canción, es decir, que se pongan del revés). Se hace una omisión de la parte 14 y se continúa.

Tras los animales aparecen los personajes mágicos. En la parte 15, se presentan las hadas, el objetivo es que los niños/as acompañados de la música toquen unos cascabeles tratando de imitar el ligero sonido de éstas. Tras acabar esa canción, llegan los duendes, la parte 16. Se representa el andar de éstos con unas claves para tocar así un elemento de percusión y reflejar su enfado y andar pesado. En la parte 17, se canta otra canción. Se explica al alumnado que los duendes tienen mucha hambre y hay que ayudarles a hacer la comida: *“troceamos las judías, cortamos las patatas, rallamos las zanahorias, la cebolla nos hace llorar, echamos aceite y un poco de sal...”*. Lo que se espera es que los niños/as interpreten con gestos la canción y la canten. Tras lo anterior, se pasa directamente a la parte 19, sin realizar la 18. Con un pañuelo buscamos representar a un hada traviesa, se puede esconder el pañuelo entre las manos haciendo ver que la cazamos, lanzarlo, representando que se quiere ir, entre otras (se busca dar pie a la imaginación). Para finalizar este apartado, en la parte 20, se repasan todos los animales que han ido apareciendo (como cada parte tiene asociada una canción diferente, cada vez que suene la canción de uno de los animales anteriores, se le imita).

A continuación, comienza la vuelta a la calma, se escucha la parte 21, donde el alumnado debe distribuirse por el aula de manera libre moviendo los brazos de arriba abajo dependiendo si suena ascendente o descendente el instrumento que aparece en la canción. En la parte 22, buscamos que haya una relajación, por lo que se sientan en el



suelo imitando tener un bebé en brazos, deben acunarlo hasta que se duerma al ritmo de la música.

Para finalizar la sesión oímos la última canción que corresponde a la parte 23, el alumnado deberá salir a saludar de uno en uno como si estuvieran en un teatro, es decir, salen y saludan con la cabeza acompañados de los aplausos de sus compañeros/as para habituarse al reconocimiento social positivo.

### Anexo 3. Evaluación inicial

Tabla 15. Rúbrica para Evaluar la Timidez en Educación Infantil antes de las sesiones.

Fuente: Elaboración propia.

	Criterio	Puntuación Sujeto 1 (P.)
<b>Interacción Social</b>	Participación en actividades grupales	[ ] Nunca participa [X] A veces participa [ ] Siempre participa
	Iniciativa para interactuar con compañeros/as	[ ] Raramente inicia interacciones [X] A veces inicia interacciones [ ] Frecuentemente inicia interacciones
<b>Comunicación Verbal</b>	Habla en voz alta y clara	[X] Habla en voz baja o inaudible [ ] A veces habla en voz alta y clara [ ] Siempre habla en voz alta y clara
	Expresión de ideas y opiniones	[ ] No expresa ideas u opiniones [X] A veces expresa ideas u opiniones [ ] Siempre expresa ideas u opiniones
<b>Comportamiento en Situaciones Nuevas</b>	Reacción frente a situaciones nuevas	[ ] Se muestra extremadamente retraído o ansioso [X] Se muestra cauteloso pero dispuesto a explorar [ ] Se muestra curioso y dispuesto a explorar
	Adaptación a cambios en el entorno	[ ] Tiene dificultades para adaptarse [X] Se adapta con apoyo [ ] Se adapta fácilmente
<b>Autoconfianza y Autoestima</b>	Expresión de seguridad en sí mismo	[ ] Muestra falta de confianza y autoestima [X] A veces muestra seguridad en sí mismo [ ] Siempre muestra seguridad en sí mismo
	Toma de riesgos controlados	[ ] Evita tomar riesgos [X] A veces toma riesgos controlados [ ] Frecuentemente toma riesgos controlados
<b>Colaboración y Trabajo en Equipo</b>	Participación en actividades colaborativas	[ ] Evita las actividades colaborativas [X] A veces participa en actividades colaborativas [ ] Siempre participa en actividades colaborativas
	Ayuda y apoyo a sus compañeros/as	[X] No ofrece ayuda o apoyo [ ] A veces ofrece ayuda o apoyo [ ] Siempre ofrece ayuda o apoyo
<b>Observaciones Adicionales:</b> La expresión de ideas u opiniones es puntualmente y, en pequeño grupo o de forma directa con el adulto/a.		

Tabla 16. Rúbrica para Evaluar la Timidez en Educación Infantil antes de las sesiones.

Fuente: Elaboración propia.

	Criterio	Puntuación Sujeto 2 (A.)
<b>Interacción Social</b>	Participación en actividades grupales	[X] Nunca participa [ ] A veces participa [ ] Siempre participa
	Iniciativa para interactuar con compañeros/as	[X] Raramente inicia interacciones [ ] A veces inicia interacciones [ ] Frecuentemente inicia interacciones
<b>Comunicación Verbal</b>	Habla en voz alta y clara	[X] Habla en voz baja o inaudible [ ] A veces habla en voz alta y clara [ ] Siempre habla en voz alta y clara
	Expresión de ideas y opiniones	[X] No expresa ideas u opiniones [ ] A veces expresa ideas u opiniones [ ] Siempre expresa ideas u opiniones
<b>Comportamiento en Situaciones Nuevas</b>	Reacción frente a situaciones nuevas	[X] Se muestra extremadamente retraído o ansioso [ ] Se muestra cauteloso pero dispuesto a explorar [ ] Se muestra curioso y dispuesto a explorar
	Adaptación a cambios en el entorno	[X] Tiene dificultades para adaptarse [ ] Se adapta con apoyo [ ] Se adapta fácilmente
<b>Autoconfianza y Autoestima</b>	Expresión de seguridad en sí mismo	[X] Muestra falta de confianza y autoestima [ ] A veces muestra seguridad en sí mismo [ ] Siempre muestra seguridad en sí mismo
	Toma de riesgos controlados	[X] Evita tomar riesgos [ ] A veces toma riesgos controlados [ ] Frecuentemente toma riesgos controlados
<b>Colaboración y Trabajo en Equipo</b>	Participación en actividades colaborativas	[X] Evita las actividades colaborativas [ ] A veces participa en actividades colaborativas [ ] Siempre participa en actividades colaborativas
	Ayuda y apoyo a sus compañeros/as	[X] No ofrece ayuda o apoyo [ ] A veces ofrece ayuda o apoyo [ ] Siempre ofrece ayuda o apoyo
<b>Observaciones Adicionales:</b> La interacción con el alumnado del aula ocurre en pocas ocasiones, si se da, es con ciertas personas. Prefiere el juego individual al grupal.		

Tabla 17. Rúbrica para Evaluar la Timidez en Educación Infantil antes de las sesiones.

Fuente: Elaboración propia.

	Criterio	Puntuación Sujeto 3 (L.)
<b>Interacción Social</b>	Participación en actividades grupales	<input type="checkbox"/> Nunca participa <input checked="" type="checkbox"/> A veces participa <input type="checkbox"/> Siempre participa
	Iniciativa para interactuar con compañeros/as	<input type="checkbox"/> Raramente inicia interacciones <input checked="" type="checkbox"/> A veces inicia interacciones <input type="checkbox"/> Frecuentemente inicia interacciones
<b>Comunicación Verbal</b>	Habla en voz alta y clara	<input checked="" type="checkbox"/> Habla en voz baja o inaudible <input type="checkbox"/> A veces habla en voz alta y clara <input type="checkbox"/> Siempre habla en voz alta y clara
	Expresión de ideas y opiniones	<input checked="" type="checkbox"/> No expresa ideas u opiniones <input type="checkbox"/> A veces expresa ideas u opiniones <input type="checkbox"/> Siempre expresa ideas u opiniones
<b>Comportamiento en Situaciones Nuevas</b>	Reacción frente a situaciones nuevas	<input type="checkbox"/> Se muestra extremadamente retraído o ansioso <input checked="" type="checkbox"/> Se muestra cauteloso pero dispuesto a explorar <input type="checkbox"/> Se muestra curioso y dispuesto a explorar
	Adaptación a cambios en el entorno	<input type="checkbox"/> Tiene dificultades para adaptarse <input checked="" type="checkbox"/> Se adapta con apoyo <input type="checkbox"/> Se adapta fácilmente
<b>Autoconfianza y Autoestima</b>	Expresión de seguridad en sí mismo	<input type="checkbox"/> Muestra falta de confianza y autoestima <input checked="" type="checkbox"/> A veces muestra seguridad en sí mismo <input type="checkbox"/> Siempre muestra seguridad en sí mismo
	Toma de riesgos controlados	<input type="checkbox"/> Evita tomar riesgos <input checked="" type="checkbox"/> A veces toma riesgos controlados <input type="checkbox"/> Frecuentemente toma riesgos controlados
<b>Colaboración y Trabajo en Equipo</b>	Participación en actividades colaborativas	<input type="checkbox"/> Evita las actividades colaborativas <input checked="" type="checkbox"/> A veces participa en actividades colaborativas <input type="checkbox"/> Siempre participa en actividades colaborativas
	Ayuda y apoyo a sus compañeros/as	<input checked="" type="checkbox"/> No ofrece ayuda o apoyo <input type="checkbox"/> A veces ofrece ayuda o apoyo <input type="checkbox"/> Siempre ofrece ayuda o apoyo
<b>Observaciones Adicionales:</b>		

## Anexo 4. Evaluación final.

Tabla 18. Rúbrica para Evaluar la Timidez en Educación Infantil después de las sesiones.

Fuente: Elaboración propia.

	Criterio	Puntuación Sujeto 1 (P.)
<b>Interacción Social</b>	Participación en actividades grupales	<input type="checkbox"/> Nunca participa <input type="checkbox"/> A veces participa <input checked="" type="checkbox"/> Siempre participa
	Iniciativa para interactuar con compañeros/as	<input type="checkbox"/> Raramente inicia interacciones <input type="checkbox"/> A veces inicia interacciones <input checked="" type="checkbox"/> Frecuentemente inicia interacciones
<b>Comunicación Verbal</b>	Habla en voz alta y clara	<input type="checkbox"/> Habla en voz baja o inaudible <input checked="" type="checkbox"/> A veces habla en voz alta y clara <input type="checkbox"/> Siempre habla en voz alta y clara
	Expresión de ideas y opiniones	<input type="checkbox"/> No expresa ideas u opiniones <input checked="" type="checkbox"/> A veces expresa ideas u opiniones <input type="checkbox"/> Siempre expresa ideas u opiniones
<b>Comportamiento en Situaciones Nuevas</b>	Reacción frente a situaciones nuevas	<input type="checkbox"/> Se muestra extremadamente retraído o ansioso <input type="checkbox"/> Se muestra cauteloso pero dispuesto a explorar <input checked="" type="checkbox"/> Se muestra curioso y dispuesto a explorar
	Adaptación a cambios en el entorno	<input type="checkbox"/> Tiene dificultades para adaptarse <input type="checkbox"/> Se adapta con apoyo <input checked="" type="checkbox"/> Se adapta fácilmente
<b>Autoconfianza y Autoestima</b>	Expresión de seguridad en sí mismo	<input type="checkbox"/> Muestra falta de confianza y autoestima <input checked="" type="checkbox"/> A veces muestra seguridad en sí mismo <input type="checkbox"/> Siempre muestra seguridad en sí mismo
	Toma de riesgos controlados	<input type="checkbox"/> Evita tomar riesgos <input type="checkbox"/> A veces toma riesgos controlados <input checked="" type="checkbox"/> Frecuentemente toma riesgos controlados
<b>Colaboración y Trabajo en Equipo</b>	Participación en actividades colaborativas	<input type="checkbox"/> Evita las actividades colaborativas <input type="checkbox"/> A veces participa en actividades colaborativas <input checked="" type="checkbox"/> Siempre participa en actividades colaborativas
	Ayuda y apoyo a sus compañeros/as	<input type="checkbox"/> No ofrece ayuda o apoyo <input checked="" type="checkbox"/> A veces ofrece ayuda o apoyo <input type="checkbox"/> Siempre ofrece ayuda o apoyo
<b>Observaciones Adicionales:</b> La expresión de ideas u opiniones es más frecuente e incluso es frente a grupos grandes.		

Tabla 19. Rúbrica para Evaluar la Timidez en Educación Infantil después de las sesiones.

Fuente: Elaboración propia.

	Criterio	Puntuación Sujeto 2 (A.)
<b>Interacción Social</b>	Participación en actividades grupales	<input type="checkbox"/> Nunca participa <input checked="" type="checkbox"/> A veces participa <input type="checkbox"/> Siempre participa
	Iniciativa para interactuar con compañeros/as	<input type="checkbox"/> Raramente inicia interacciones <input checked="" type="checkbox"/> A veces inicia interacciones <input type="checkbox"/> Frecuentemente inicia interacciones
<b>Comunicación Verbal</b>	Habla en voz alta y clara	<input checked="" type="checkbox"/> Habla en voz baja o inaudible <input type="checkbox"/> A veces habla en voz alta y clara <input type="checkbox"/> Siempre habla en voz alta y clara
	Expresión de ideas y opiniones	<input type="checkbox"/> No expresa ideas u opiniones <input checked="" type="checkbox"/> A veces expresa ideas u opiniones <input type="checkbox"/> Siempre expresa ideas u opiniones
<b>Comportamiento en Situaciones Nuevas</b>	Reacción frente a situaciones nuevas	<input type="checkbox"/> Se muestra extremadamente retraído o ansioso <input checked="" type="checkbox"/> Se muestra cauteloso pero dispuesto a explorar <input type="checkbox"/> Se muestra curioso y dispuesto a explorar
	Adaptación a cambios en el entorno	<input type="checkbox"/> Tiene dificultades para adaptarse <input type="checkbox"/> Se adapta con apoyo <input checked="" type="checkbox"/> Se adapta fácilmente
<b>Autoconfianza y Autoestima</b>	Expresión de seguridad en sí mismo	<input type="checkbox"/> Muestra falta de confianza y autoestima <input checked="" type="checkbox"/> A veces muestra seguridad en sí mismo <input type="checkbox"/> Siempre muestra seguridad en sí mismo
	Toma de riesgos controlados	<input type="checkbox"/> Evita tomar riesgos <input checked="" type="checkbox"/> A veces toma riesgos controlados <input type="checkbox"/> Frecuentemente toma riesgos controlados
<b>Colaboración y Trabajo en Equipo</b>	Participación en actividades colaborativas	<input type="checkbox"/> Evita las actividades colaborativas <input checked="" type="checkbox"/> A veces participa en actividades colaborativas <input type="checkbox"/> Siempre participa en actividades colaborativas
	Ayuda y apoyo a sus compañeros/as	<input checked="" type="checkbox"/> No ofrece ayuda o apoyo <input type="checkbox"/> A veces ofrece ayuda o apoyo <input type="checkbox"/> Siempre ofrece ayuda o apoyo
<b>Observaciones Adicionales:</b> Ha ampliado su círculo social. La interacción con sus compañeros/as ya no ocurre solamente ante ciertos estudiantes.		

Tabla 20. Rúbrica para Evaluar la Timidez en Educación Infantil después de las sesiones.

Fuente: Elaboración propia.

	Criterio	Puntuación Sujeto 3 (L.)
<b>Interacción Social</b>	Participación en actividades grupales	<input type="checkbox"/> Nunca participa <input type="checkbox"/> A veces participa <input checked="" type="checkbox"/> Siempre participa
	Iniciativa para interactuar con compañeros/as	<input type="checkbox"/> Raramente inicia interacciones <input type="checkbox"/> A veces inicia interacciones <input checked="" type="checkbox"/> Frecuentemente inicia interacciones
<b>Comunicación Verbal</b>	Habla en voz alta y clara	<input type="checkbox"/> Habla en voz baja o inaudible <input checked="" type="checkbox"/> A veces habla en voz alta y clara <input type="checkbox"/> Siempre habla en voz alta y clara
	Expresión de ideas y opiniones	<input type="checkbox"/> No expresa ideas u opiniones <input checked="" type="checkbox"/> A veces expresa ideas u opiniones <input type="checkbox"/> Siempre expresa ideas u opiniones
<b>Comportamiento en Situaciones Nuevas</b>	Reacción frente a situaciones nuevas	<input type="checkbox"/> Se muestra extremadamente retraído o ansioso <input type="checkbox"/> Se muestra cauteloso pero dispuesto a explorar <input checked="" type="checkbox"/> Se muestra curioso y dispuesto a explorar
	Adaptación a cambios en el entorno	<input type="checkbox"/> Tiene dificultades para adaptarse <input type="checkbox"/> Se adapta con apoyo <input checked="" type="checkbox"/> Se adapta fácilmente
<b>Autoconfianza y Autoestima</b>	Expresión de seguridad en sí mismo	<input type="checkbox"/> Muestra falta de confianza y autoestima <input checked="" type="checkbox"/> A veces muestra seguridad en sí mismo <input type="checkbox"/> Siempre muestra seguridad en sí mismo
	Toma de riesgos controlados	<input type="checkbox"/> Evita tomar riesgos <input type="checkbox"/> A veces toma riesgos controlados <input checked="" type="checkbox"/> Frecuentemente toma riesgos controlados
<b>Colaboración y Trabajo en Equipo</b>	Participación en actividades colaborativas	<input type="checkbox"/> Evita las actividades colaborativas <input type="checkbox"/> A veces participa en actividades colaborativas <input checked="" type="checkbox"/> Siempre participa en actividades colaborativas
	Ayuda y apoyo a sus compañeros/as	<input type="checkbox"/> No ofrece ayuda o apoyo <input checked="" type="checkbox"/> A veces ofrece ayuda o apoyo <input type="checkbox"/> Siempre ofrece ayuda o apoyo
<b>Observaciones Adicionales:</b>		

## Anexo 5. Sesión 1: Descubriendo sonidos y emociones.

Tabla 21. Ficha de Registro de Conducta timidez antes de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 1 (P.)		
<b>Nombre del Niño/a:</b> P.		
<b>Fecha de Nacimiento:</b> 03-02-2020		
<b>Curso/Grupo:</b> Primer curso de Educación Infantil		
<b>Fecha de Inicio de Registro:</b> 10-04-2024		
<b>Descripción de la Timidez:</b> P. destaca por ser una persona muy autónoma, le gusta tener siempre todo muy estructurado, es muy metódico. Su carácter de observador está presente en el aula cuando se enfrenta a situaciones nuevas. Siempre antes prefiere observar de manera cautelosa y una vez se siente seguro y sabe el funcionamiento de todo, se dispone a participar.		
<b>CONDUCTA OBSERVADA:</b>		
Fecha	Hora	Observaciones
10-04-2024	9:45	La presencia de su timidez se manifestó en el momento de dar libertad al alumnado para la elección de la actividad que deseaban hacer. Éste optó por las construcciones, una zona donde se sentía cómodo y a diferencia de otros juegos, suele haber grupos pequeños donde el alumnado está más tranquilo.
	10:40	La sala de psicomotricidad había cambiado su disposición para así explorar y experimentar de otra manera. P., al principio, se mostró reservado hasta que decidió interactuar con los materiales. La mayor parte de la sesión se quedó en la misma zona, mostrándose poco interactivo con los compañeros/as.
<b>INTERACCIÓN SOCIAL:</b>		
Interacción con Pares: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se acerca y participa activamente con otros niños/as.</li> <li>- <b>Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.</b></li> <li>- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.</li> </ul>		
Relación con los Adultos/as: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Establece relaciones positivas con los adultos/as.</li> <li>- <b>Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.</b></li> <li>- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.</li> </ul>		
<b>COMPORTAMIENTO EN EL AULA:</b>		
Participación en Actividades: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Participa activamente en las actividades planificadas.</li> <li>- <b>Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.</b></li> <li>- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.</li> </ul>		
Comunicación y Expresión: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.</li> <li>- Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.</li> <li>- <b>Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.</b></li> </ul>		



Tabla 22. Rúbrica para Evaluar la Timidez en Educación Infantil después de las sesiones.

Fuente: Elaboración propia.

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 1 (P.)		
Nombre del Niño/a: P.		
Fecha de Nacimiento: 03-02-2020		
Curso/Grupo: Primer curso de Educación Infantil		
Fecha de Inicio de Registro: 10-04-2024		
<b>Descripción de la Timidez:</b> P. destaca por ser una persona muy autónoma, le gusta tener siempre todo muy estructurado, es muy metódico. Su carácter de observador está presente en el aula cuando se enfrenta a situaciones nuevas. Siempre antes prefiere observar de manera cautelosa y una vez se siente seguro y sabe el funcionamiento de todo, se dispone a participar.		
<b>CONDUCTA OBSERVADA:</b>		
Fecha	Hora	Observaciones
10-04-2024	12:50	Se observó que a pesar de presentar por primera vez la canción <i>El Baile de las Emociones</i> (la cual nunca había oído), P. comenzó a bailarla muy eufórico desde el sitio. Posteriormente, se levantó y se unió a sus compañeros/as, pero con un baile individual. En la segunda parte de la actividad se propusieron más canciones y P. continuó animado en todas ellas.
	13:25	Debían dibujarse en una situación donde sintieran una de las emociones que habíamos aprendido y mostrárselo a los presentes en el aula. P. no fue capaz de explicarles lo que ocurría en su dibujo. Aun sabiendo que el alumnado estaba interactuando con éste y con su dibujo, no se obtenía una respuesta del niño, pero sí signos de felicidad cuando le decían que era muy bonito.
<b>INTERACCIÓN SOCIAL:</b>		
Interacción con Pares: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se acerca y participa activamente con otros niños/as.</li> <li>- <b>Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.</b></li> <li>- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.</li> </ul>		
Relación con los Adultos/as: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Establece relaciones positivas con los adultos/as.</li> <li>- <b>Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.</b></li> <li>- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.</li> </ul>		
<b>COMPORTAMIENTO EN EL AULA:</b>		
Participación en Actividades: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Participa activamente en las actividades planificadas.</b></li> <li>- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.</li> <li>- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.</li> </ul>		
Comunicación y Expresión: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.</li> <li>- <b>Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.</b></li> <li>- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.</li> </ul>		

Tabla 23. Ficha de Registro de Conducta timidez antes de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 2 (A.)		
Nombre del Niño/a: A.		
Fecha de Nacimiento: 08-11-2020		
Curso/Grupo: Primer curso de Educación Infantil		
Fecha de Inicio de Registro: 10-04-2024		
<b>Descripción de la Timidez:</b> A. muestra un nivel de timidez e inseguridad alto. La interacción con sus compañeros/as es nula, pocas veces se relaciona con sus iguales y si lo hace es con una compañera en concreto. Su actividad lúdica preferida es el juego simbólico en solitario (sigue siempre el mismo patrón con los mismos materiales), viendo así que, destaca el auto – entretenimiento y la preferencia de una seguridad y estabilidad en el aula.		
<b>CONDUCTA OBSERVADA:</b>		
Fecha	Hora	Observaciones
10-04-2024	10:40	En la sesión de psicomotricidad siempre antes de comenzar el alumnado se debe sentar en bancos para atender a las explicaciones. Se observó que todos/as se sentaban juntos y A. se colocó en el suelo apartado del resto, estableciendo una distancia social.
	11:30	Durante el almuerzo, A. al igual que en psicomotricidad, escogió un sitio donde podía estar solo. Cada día en la hora del almuerzo se coloca en el mismo lugar, el cual está apartado del resto de los estudiantes y de esta forma no se siente abrumado. Además, ese día llevaba en la mochila una foto de sus padres y decidió sacarla junto a él, ya que le hacía sentirse más seguro.
<b>INTERACCIÓN SOCIAL:</b> Interacción con Pares: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se acerca y participa activamente con otros niños/as.</li> <li>- Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.</li> <li>- <b>Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.</b></li> </ul> Relación con los Adultos/as: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Establece relaciones positivas con los adultos/as.</li> <li>- Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.</li> <li>- <b>Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.</b></li> </ul>		
<b>COMPORTAMIENTO EN EL AULA:</b> Participación en Actividades: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Participa activamente en las actividades planificadas.</li> <li>- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.</li> <li>- <b>Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.</b></li> </ul> Comunicación y Expresión: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.</li> <li>- Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.</li> <li>- <b>Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.</b></li> </ul>		

Tabla 24. Ficha de Registro de Conducta timidez después de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 2 (A.)		
Nombre del Niño/a: A.		
Fecha de Nacimiento: 08-11-2020		
Curso/Grupo: Primer curso de Educación Infantil		
Fecha de Inicio de Registro: 10-04-2024		
<b>Descripción de la Timidez:</b> A. muestra un nivel de timidez e inseguridad alto. La interacción con sus compañeros/as es nula, pocas veces se relaciona con sus iguales y si lo hace es con una compañera en concreto. Su actividad lúdica preferida es el juego simbólico en solitario (sigue siempre el mismo patrón con los mismos materiales), viendo así que, destaca el auto – entretenimiento y la preferencia de una seguridad y estabilidad en el aula.		
<b>CONDUCTA OBSERVADA:</b>		
Fecha	Hora	Observaciones
10-04-2024	12:50	En <i>El Baile de las Emociones</i> , se presenció que A. no formó parte de la canción hasta los últimos segundos. Posteriormente, se propusieron más canciones y se observó que éste estaba más cómodo bailando desde el banco que en conjunto con sus compañeros/as. A pesar de lo anterior, se levantó, bailó e incluso buscó interactuar con una compañera (L.). Tras su intención de establecer contacto con ella, fue rechazado y decidió sentarse y no volver a participar.
	13:20	Después de haberse dibujado, en la exposición de dibujos frente al resto de estudiantes, A. se sentía ansioso, no quería llamar la atención, mostrando preferencia por mantenerse en un segundo plano.
<b>INTERACCIÓN SOCIAL:</b>		
Interacción con Pares: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Se acerca y participa activamente con otros niños/as.</b></li> <li>- Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.</li> <li>- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.</li> </ul>		
Relación con los Adultos/as: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Establece relaciones positivas con los adultos/as.</li> <li>- <b>Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.</b></li> <li>- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.</li> </ul>		
<b>COMPORTAMIENTO EN EL AULA:</b>		
Participación en Actividades: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Participa activamente en las actividades planificadas.</li> <li>- <b>Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.</b></li> <li>- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.</li> </ul>		
Comunicación y Expresión: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.</li> <li>- Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.</li> <li>- <b>Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.</b></li> </ul>		

Tabla 25. Ficha de Registro de Conducta timidez antes de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 3 (L.)		
Nombre del Niño/a: L.		
Fecha de Nacimiento: 20-05-2020		
Curso/Grupo: Primer curso de Educación Infantil		
Fecha de Inicio de Registro: 10-04-2024		
<b>Descripción de la Timidez:</b> L. es una alumna tímida. Se muestra más abierta y cómoda con los adultos/as en comparación con el resto de alumnos y alumnas, a pesar de eso, siempre está nerviosa por si realiza algo erróneo delante de la profesora. Su comportamiento es variable. Ante ciertas situaciones puede verse excesivamente tímida, pero en ocasiones da inicio a interacciones sociales.		
<b>CONDUCTA OBSERVADA</b>		
Fecha	Hora	Observaciones
10-04-2024	9:20	Durante la entrada relajada L. se encontraba jugando en la misma zona que un grupo de alumnos/as, aunque de manera individual. Un compañero se acercó y empezó a interactuar con ésta. Al principio, se veía que L. no se comunicaba mucho con el otro estudiante y que éste era el que manejaba el juego. Conforme pasaron los minutos, L. se iba sintiendo más relajada al ver que el estudiante estaba a gusto con ella.
<b>INTERACCIÓN SOCIAL:</b>		
Interacción con Pares:		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se acerca y participa activamente con otros niños/as.</li> <li>- <b>Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.</b></li> <li>- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.</li> </ul>		
Relación con los Adultos/as:		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Establece relaciones positivas con los adultos/as.</li> <li>- <b>Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.</b></li> <li>- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.</li> </ul>		
<b>COMPORTAMIENTO EN EL AULA:</b>		
Participación en Actividades:		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participa activamente en las actividades planificadas.</li> <li>- <b>Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.</b></li> <li>- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.</li> </ul>		
Comunicación y Expresión:		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.</li> <li>- <b>Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.</b></li> <li>- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.</li> </ul>		

Tabla 26. Ficha de Registro de Conducta timidez después de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 3 (L.)		
Nombre del Niño/a: L.		
Fecha de Nacimiento: 20-05-2020		
Curso/Grupo: Primer curso de Educación Infantil		
Fecha de Inicio de Registro: 10-04-2024		
<b>Descripción de la Timidez:</b> L. es una alumna tímida. Se muestra más abierta y cómoda con los adultos/as en comparación con el resto de alumnos y alumnas, a pesar de eso, siempre está nerviosa por si realiza algo erróneo delante de la profesora. Su comportamiento es variable. Ante ciertas situaciones puede verse excesivamente tímida, pero en ocasiones da inicio a interacciones sociales.		
<b>CONDUCTA OBSERVADA:</b>		
Fecha	Hora	Observaciones
10-04-2024	12:50	A L. con la canción <i>El Baile de las Emociones</i> se le vio dispuesta a participar en todo momento. Cabe destacar que esta participación era cautelosa, sus movimientos no eran marcados, sino que eran suaves y sin mucho ritmo a diferencia del resto de la clase. Sin embargo, durante la sesión se presentaron más canciones y les di la oportunidad de experimentarlas con los ojos cerrados y sentados, permitiéndome ver que L. se sentía más cómoda ante esta situación.
	13:20	L. fue capaz de dibujar y explicar a la clase (con ayuda de la profesora) lo que había hecho, viéndose un nivel de participación que los otros dos niños no consiguieron. Esta interacción hacia sus compañeros/as fue con voz temblorosa.
<b>INTERACCIÓN SOCIAL:</b>		
Interacción con Pares: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se acerca y participa activamente con otros niños/as.</li> <li>- <b>Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.</b></li> <li>- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.</li> </ul>		
Relación con los Adultos/as: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Establece relaciones positivas con los adultos/as.</b></li> <li>- Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.</li> <li>- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.</li> </ul>		
<b>COMPORTAMIENTO EN EL AULA:</b>		
Participación en Actividades: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Participa activamente en las actividades planificadas.</li> <li>- <b>Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.</b></li> <li>- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.</li> </ul>		
Comunicación y Expresión: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.</li> <li>- <b>Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.</b></li> <li>- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.</li> </ul>		

## Anexo 6. Sesión 2: Explorando ritmos y movimientos.

Tabla 27. Ficha de Registro de Conducta timidez antes de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 1 (P.)		
<b>Nombre del Niño/a:</b> P.		
<b>Fecha de Nacimiento:</b> 03-02-2020		
<b>Curso/Grupo:</b> Primer curso de Educación Infantil		
<b>Fecha de Inicio de Registro:</b> 10-04-2024		
<b>Descripción de la Timidez:</b> P. destaca por ser una persona muy autónoma, le gusta tener siempre todo muy estructurado, es muy metódico. Su carácter de observador está presente en el aula cuando se enfrenta a situaciones nuevas. Siempre antes prefiere observar de manera cautelosa y una vez se siente seguro y sabe el funcionamiento de todo, se dispone a participar.		
<b>CONDUCTA OBSERVADA:</b>		
Fecha	Hora	Observaciones
12-04-2024	11:10	P. había traído una gran cantidad de almuerzo que llamó la atención a sus compañeros/as. Los estudiantes se acercaron a donde el niño estaba tranquilamente y comenzaron a decirle: "Que rico está eso P.", "Que suerte tienes", "¿Me puedes dar un poco?" ... Ante esta situación se vio un poco saturado al ver que tanta gente le prestaba atención, lo que provocó evitar un contacto visual hacia sus iguales y no contestar. Lo único que hacía era seguir almorzando.
	12:00	Durante la hora del recreo un niño pegó a P. y éste se pasó gran parte del recreo llorando solo en un banco. Cuando me percaté, le pregunté si necesitaba mi ayuda. Al ver que este alumno sí que la solicitaba, se demostró un problema en las habilidades sociales, además de una dificultad a la hora de defenderse haciéndole sentir impotencia ante la situación.
<b>INTERACCIÓN SOCIAL:</b>		
<b>Interacción con Pares:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se acerca y participa activamente con otros niños/as.</li> <li>- Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.</li> <li>- <b>Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.</b></li> </ul>		
<b>Relación con los Adultos/as:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Establece relaciones positivas con los adultos/as.</li> <li>- <b>Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.</b></li> <li>- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.</li> </ul>		
<b>COMPORTAMIENTO EN EL AULA:</b>		
<b>Participación en Actividades:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Participa activamente en las actividades planificadas.</li> <li>- <b>Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.</b></li> <li>- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.</li> </ul>		
<b>Comunicación y Expresión:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.</li> </ul>		

### Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 1 (P.)

- **Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.**
- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.

Tabla 28. Ficha de Registro de Conducta timidez después de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

### Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 1 (P.)

**Nombre del Niño/a:** P.

**Fecha de Nacimiento:** 03-02-2020

**Curso/Grupo:** Primer curso de Educación Infantil

**Fecha de Inicio de Registro:** 10-04-2024

#### Descripción de la Timidez:

P. destaca por ser una persona muy autónoma, le gusta tener siempre todo muy estructurado, es muy metódico. Su carácter de observador está presente en el aula cuando se enfrenta a situaciones nuevas. Siempre antes prefiere observar de manera cautelosa y una vez se siente seguro y sabe el funcionamiento de todo, se dispone a participar.

#### CONDUCTA OBSERVADA:

Fecha	Hora	Observaciones
12-04-2024	13:00	En la actividad estaba presente el uso de instrumentos. Fue realmente beneficioso para éste porque P. se veía en igualdad con el resto de sus compañeros/as al no tener que expresarse con la voz y sin sentirse juzgado.
	13:30	Por grupos debían de bailar espontáneamente delante del resto de la clase y P. estaba nervioso ante la actividad planteada. Al ser observado por más personas, su baile y comportamiento no eran tan expresivos comparado con la canción <i>El Baile de las Emociones</i> (donde bailan y cantan a la vez no se prestándose apenas atención los unos a los otros). A pesar de eso, participó y fue capaz de salir frente a sus compañeros/as.

#### INTERACCIÓN SOCIAL:

Interacción con Pares:

- Se acerca y participa activamente con otros niños/as.
- **Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.**
- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.

Relación con los Adultos/as:

- Establece relaciones positivas con los adultos/as.
- **Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.**
- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.

#### COMPORTAMIENTO EN EL AULA:

Participación en Actividades:

- **Participa activamente en las actividades planificadas.**
- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.
- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.



### Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 1 (P.)

#### Comunicación y Expresión:

- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.
- **Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.**
- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.

Tabla 29. Ficha de Registro de Conducta timidez antes de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

### Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 2 (A.)

**Nombre del Niño/a:** A.

**Fecha de Nacimiento:** 08-11-2020

**Curso/Grupo:** Primer curso de Educación Infantil

**Fecha de Inicio de Registro:** 10-04-2024

#### Descripción de la Timidez:

A. muestra un nivel de timidez e inseguridad alto. La interacción con sus compañeros/as es nula, pocas veces se relaciona con sus iguales y si lo hace es con una compañera en concreto. Su actividad lúdica preferida es el juego simbólico en solitario (sigue siempre el mismo patrón con los mismos materiales), viendo así que, destaca el auto – entretenimiento y la preferencia de una seguridad y estabilidad en el aula.

#### CONDUCTA OBSERVADA:

Fecha	Hora	Observaciones
	10:30	En el aula los estudiantes estaban realizando una actividad. A., sin querer, hizo un movimiento que provocó que otro estudiante se resbalara y cayera al suelo, por lo que la profesora trató de decirle que debía tener más cuidado (a modo de información, sin regañar). Éste, mientras la profesora le hablaba, bajaba la cabeza evitando el contacto visual y realizaba negaciones con la cabeza hasta que terminó de hablar con él.
12-04-2024	11:50	Durante el recreo me percaté de la siguiente situación: los compañeros/as del aula de A. comenzaron a intentar jugar con él sin preguntarle si lo deseaba. Lo que ocurrió fue que A. no se sentía cómodo con la actividad que estaban realizando y decidió apartarse. Ante esto anterior, los estudiantes lo entendieron como una broma por lo que decidieron ir tras él. Conforme más se le acercaban, más rápido huía A. de ellos y así, sucesivamente hasta que se colocó en una esquina del patio “hecho una bola” diciéndoles que se fueran.

#### INTERACCIÓN SOCIAL:

##### Interacción con Pares:

- Se acerca y participa activamente con otros niños/as.
- Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.
- **Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.**

##### Relación con los Adultos/as:

- Establece relaciones positivas con los adultos/as.
- Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.
- **Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.**



### Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 2 (A.)

#### COMPORTAMIENTO EN EL AULA:

##### Participación en Actividades:

- Participa activamente en las actividades planificadas.
- **Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.**
- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.

##### Comunicación y Expresión:

- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.
- Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.
- **Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.**

Tabla 30. Ficha de Registro de Conducta timidez después de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

### Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 2 (A.)

**Nombre del Niño/a:** A.

**Fecha de Nacimiento:** 08-11-2020

**Curso/Grupo:** Primer curso de Educación Infantil

**Fecha de Inicio de Registro:** 10-04-2024

#### Descripción de la Timidez:

A. muestra un nivel de timidez e inseguridad alto. La interacción con sus compañeros/as es nula, pocas veces se relaciona con sus iguales y si lo hace es con una compañera en concreto. Su actividad lúdica preferida es el juego simbólico en solitario (sigue siempre el mismo patrón con los mismos materiales), viendo así que, destaca el auto – entretenimiento y la preferencia de una seguridad y estabilidad en el aula.

#### CONDUCTA OBSERVADA:

Fecha	Hora	Observaciones
12-04-2024	13:00	La interacción con instrumentos hizo que A. dejará atrás su timidez. Él estaba tan centrado en realizar bien el ritmo musical que la timidez era algo secundario. Se observó un contacto con estudiantes con los que normalmente no interactuaba.
	13:30	Al igual que P., A., al tener que mostrarse frente al resto estaba más incómodo que en otras situaciones, aunque no le impidió participar en el baile, supo crear movimientos espontáneos a pesar de que no fueran muy enérgicos.

#### INTERACCIÓN SOCIAL:

##### Interacción con Pares:

- **Se acerca y participa activamente con otros niños/as.**
- Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.
- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.

##### Relación con los Adultos/as:

- Establece relaciones positivas con los adultos/as.
- **Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.**

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 2 (A.)
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.</li> </ul>
<b>COMPORTAMIENTO EN EL AULA:</b> Participación en Actividades: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Participa activamente en las actividades planificadas.</b></li> <li>- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.</li> <li>- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.</li> </ul> Comunicación y Expresión: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.</li> <li>- <b>Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.</b></li> <li>- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.</li> </ul>

Tabla 31. Ficha de Registro de Conducta timidez antes de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 3 (L.)		
Nombre del Niño/a: L.		
Fecha de Nacimiento: 20-05-2020		
Curso/Grupo: Primer curso de Educación Infantil		
Fecha de Inicio de Registro: 10-04-2024		
Descripción de la Timidez:		
L. es una alumna tímida. Se muestra más abierta y cómoda con los adultos/as en comparación con el resto de alumnos y alumnas, a pesar de eso, siempre está nerviosa por si realiza algo erróneo delante de la profesora. Su comportamiento es variable. Ante ciertas situaciones puede verse excesivamente tímida, pero en ocasiones da inicio a interacciones sociales.		
CONDUCTA OBSERVADA:		
Fecha	Hora	Observaciones
12-04-2024	9:40	L. estaba formando parte de la sesión en conjunto con otros niños y niñas de la clase, pero por su parte no se veía ninguna conversación o movimiento para interactuar con el resto, solamente estaba sentada con los demás. Finalmente, la profesora le brindó apoyo para que se sintiera integrada con total seguridad y comodidad.
	10:05	Durante la sesión L. mostró una necesidad de validación. En cada movimiento que realizaba miraba a la profesora para asegurarse de que lo estaba haciendo bien. Además, lo hacía con una sonrisa nerviosa que le acompañaba con el miedo al error.
INTERACCIÓN SOCIAL:		
Interacción con Pares:		
<div><div>-</div><div>Se acerca y participa activamente con otros niños/as.</div></div> <div><div>-</div><div>Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.</div></div> <div><div>-</div><div>Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.</div></div>		
Relación con los Adultos/as:		

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 3 (L.)
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Establece relaciones positivas con los adultos/as.</li> <li>- <b>Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.</b></li> <li>- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.</li> </ul>
<b>COMPORTAMIENTO EN EL AULA:</b> Participación en Actividades: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Participa activamente en las actividades planificadas.</b></li> <li>- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.</li> <li>- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.</li> </ul> Comunicación y Expresión: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.</li> <li>- <b>Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.</b></li> <li>- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.</li> </ul>

Tabla 32. Ficha de Registro de Conducta timidez después de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 3 (L.)		
<b>Nombre del Niño/a:</b> L.		
<b>Fecha de Nacimiento:</b> 20-05-2020		
<b>Curso/Grupo:</b> Primer curso de Educación Infantil		
<b>Fecha de Inicio de Registro:</b> 10-04-2024		
<b>Descripción de la Timidez:</b> L. es una alumna tímida. Se muestra más abierta y cómoda con los adultos/as en comparación con el resto de alumnos y alumnas, a pesar de eso, siempre está nerviosa por si realiza algo erróneo delante de la profesora. Su comportamiento es variable. Ante ciertas situaciones puede verse excesivamente tímida, pero en ocasiones da inicio a interacciones sociales.		
<b>CONDUCTA OBSERVADA:</b>		
Fecha	Hora	Observaciones
12-04-2024	13:00	L. en esta sesión mostró un desarrollo de su autoexpresión, sobre todo, con los instrumentos. Se debe a que poder expresar a través de un instrumento las emociones o sentimientos elimina la presión que requiere realizarlo verbalmente. Además, poder experimentar a su ritmo con el instrumento, le hizo conseguir una autonomía, algo muy necesario en ella.
<b>INTERACCIÓN SOCIAL:</b> Interacción con Pares: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se acerca y participa activamente con otros niños/as.</li> <li>- <b>Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.</b></li> <li>- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.</li> </ul> Relación con los Adultos/as: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Establece relaciones positivas con los adultos/as.</b></li> <li>- Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.</li> </ul>		

### Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 3 (L.)

- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.

#### COMPORTAMIENTO EN EL AULA:

##### Participación en Actividades:

- **Participa activamente en las actividades planificadas.**
- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.
- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.

##### Comunicación y Expresión:

- **Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.**
- Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.
- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.

## Anexo 7. Sesión 3: Canciones para la confianza

Tabla 33. Ficha de Registro de Conducta timidez antes de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 1 (P.)		
<b>Nombre del Niño/a:</b> P.		
<b>Fecha de Nacimiento:</b> 03-02-2020		
<b>Curso/Grupo:</b> Primer curso de Educación Infantil		
<b>Fecha de Inicio de Registro:</b> 10-04-2024		
<b>Descripción de la Timidez:</b> P. destaca por ser una persona muy autónoma, le gusta tener siempre todo muy estructurado, es muy metódico. Su carácter de observador está presente en el aula cuando se enfrenta a situaciones nuevas. Siempre antes prefiere observar de manera cautelosa y una vez se siente seguro y sabe el funcionamiento de todo, se dispone a participar.		
<b>CONDUCTA OBSERVADA:</b>		
Fecha	Hora	Observaciones
15-04-2024	9:30	Durante el curso el alumnado puede mandar fotos de lo que hace el fin de semana para verlo el lunes en clase. P. mandó al aula fotos y al enseñarlas a la clase se sentía nervioso. No explicaba lo que ocurría por él mismo, necesitaba un estímulo adicional, la profesora. Con la ayuda de ésta fue posible seguir adelante.
	10:15	Al comenzar la sesión de inglés el profesor pasó lista diciendo: "Good morning X". Tenía como objetivo que el alumnado respondiera con un "hello". Por parte de P. no hubo respuesta alguna al profesor.
<b>INTERACCIÓN SOCIAL:</b>		
Interacción con Pares: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se acerca y participa activamente con otros niños/as.</li> <li>- <b>Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.</b></li> <li>- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.</li> </ul>		
Relación con los Adultos/as: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Establece relaciones positivas con los adultos/as.</li> <li>- <b>Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.</b></li> <li>- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.</li> </ul>		
<b>COMPORTAMIENTO EN EL AULA:</b>		
Participación en Actividades: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Participa activamente en las actividades planificadas.</li> <li>- <b>Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.</b></li> <li>- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.</li> </ul>		
Comunicación y Expresión: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.</li> <li>- <b>Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.</b></li> <li>- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.</li> </ul>		

Tabla 34. Ficha de Registro de Conducta timidez después de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 1 (P.)		
Nombre del Niño/a: P.		
Fecha de Nacimiento: 03-02-2020		
Curso/Grupo: Primer curso de Educación Infantil		
Fecha de Inicio de Registro: 10-04-2024		
<b>Descripción de la Timidez:</b> P. destaca por ser una persona muy autónoma, le gusta tener siempre todo muy estructurado, es muy metódico. Su carácter de observador está presente en el aula cuando se enfrenta a situaciones nuevas. Siempre antes prefiere observar de manera cautelosa y una vez se siente seguro y sabe el funcionamiento de todo, se dispone a participar.		
<b>CONDUCTA OBSERVADA:</b>		
Fecha	Hora	Observaciones
15-04-2024	10:30	Se reprodujo la canción del principio de cada sesión, P. se sentía cómodo y la bailaba y cantaba al igual que en sesiones anteriores, disfrutando mucho de ella. Posteriormente, se observó un baile conjunto con otros alumnos/as cuando se propusieron otras canciones.
	10:45	Se preguntó al alumnado qué talentos y habilidades tenían cada uno de ellos. Ante esta pregunta, P. a diferencia de la primera sesión, fue capaz de contestar dando una respuesta justificada a pesar de mostrar un tono bajo de la voz.
	11:15	Se propuso al alumnado salir al medio de la asamblea (individualmente) para que los compañeros y compañeras pudieran decir cosas positivas de cada uno de los presentes. Cuando fue el turno de P., la vergüenza se apoderó de él y decidió que el alumnado le dijera las cosas desde donde estaba sentado. A pesar de eso, fue capaz de decirle a un compañero: "me gusta que me dejas jugar contigo a los coches".
<b>INTERACCIÓN SOCIAL:</b>		
Interacción con Pares: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Se acerca y participa activamente con otros niños/as.</b></li> <li>- Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.</li> <li>- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.</li> </ul>		
Relación con los Adultos/as: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Establece relaciones positivas con los adultos/as.</li> <li>- <b>Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.</b></li> <li>- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.</li> </ul>		
<b>COMPORTAMIENTO EN EL AULA:</b>		
Participación en Actividades: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Participa activamente en las actividades planificadas.</b></li> <li>- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.</li> <li>- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.</li> </ul>		
Comunicación y Expresión: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.</li> </ul>		

**Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 1 (P.)**

- **Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.**
- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.

Tabla 35. Ficha de Registro de Conducta timidez antes de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

**Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 2 (A.)**

**Nombre del Niño/a:** A.

**Fecha de Nacimiento:** 08-11-2020

**Curso/Grupo:** Primer curso de Educación Infantil

**Fecha de Inicio de Registro:** 10-04-2024

**Descripción de la Timidez:**

A. muestra un nivel de timidez e inseguridad alto. La interacción con sus compañeros/as es nula, pocas veces se relaciona con sus iguales y si lo hace es con una compañera en concreto. Su actividad lúdica preferida es el juego simbólico en solitario (sigue siempre el mismo patrón con los mismos materiales), viendo así que, destaca el auto – entretenimiento y la preferencia de una seguridad y estabilidad en el aula.

**CONDUCTA OBSERVADA:**

Fecha	Hora	Observaciones
15-04-2024	9:10	Durante la entrada relajada A. estaba jugando con su juego de confianza, el carrito de bebés. Tras varios minutos usándolo alguien se lo quitó y su reacción fue quedarse paralizado e irse a una esquina donde nadie le pudiera ver llorar. Cuando yo le preguntaba por lo que había pasado él no contestaba o se iba a otro sitio donde pudiera estar solo.
	10:00	A. y P. no participaban cuando el profesor de inglés pasaba la lista. A, a diferencia de P, ante esta situación se ruborizaba o hacía negaciones con su cabeza muy rápido para que pasaran a otro alumno/a.

**INTERACCIÓN SOCIAL:**

Interacción con Pares:

- Se acerca y participa activamente con otros niños/as.
- Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.
- **Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.**

Relación con los Adultos/as:

- Establece relaciones positivas con los adultos/as.
- **Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.**
- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.

**COMPORTAMIENTO EN EL AULA:**

Participación en Actividades:

- Participa activamente en las actividades planificadas.
- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.
- **Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.**

### Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 2 (A.)

#### Comunicación y Expresión:

- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.
- Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.
- **Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.**

Tabla 36. Fichas de Registro de Conducta timidez después de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

### Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 2 (A.)

**Nombre del Niño/a:** A.

**Fecha de Nacimiento:** 08-11-2020

**Curso/Grupo:** Primer curso de Educación Infantil

**Fecha de Inicio de Registro:** 10-04-2024

#### Descripción de la Timidez:

A. muestra un nivel de timidez e inseguridad alto. La interacción con sus compañeros/as es nula, pocas veces se relaciona con sus iguales y si lo hace es con una compañera en concreto. Su actividad lúdica preferida es el juego simbólico en solitario (sigue siempre el mismo patrón con los mismos materiales), viendo así que, destaca el auto – entretenimiento y la preferencia de una seguridad y estabilidad en el aula.

#### CONDUCTA OBSERVADA:

Fecha	Hora	Observaciones
15-04-2024		Durante la sesión bailaron y cantaron varias canciones. Al principio, éste participaba en las actividades, pero miraba sigilosamente al resto. Conforme pasaron los minutos el alumno se vio con fuerzas para invitar a bailar a una compañera (L.).
	10:30	Los estudiantes debían decir lo que les gustaba de ellos mismos junto a sus talentos y habilidades. A. dijo que no sabía lo que le gustaba de su persona o lo que se le daba bien. Por un lado, vemos que participó frente al resto (con un tono bajo), pero por el otro lado, se pudo ver la falta de autoestima en el mismo.
	10:45	Finalmente, en relación a la actividad donde se ponían frente al resto, éste salió a situarse en el centro e incluso se le veía feliz ante las aportaciones de los compañeros/as sobre su persona, sin embargo, no hizo ningún comentario a nadie cuando era el turno de otro niño/a.

#### INTERACCIÓN SOCIAL:

##### Interacción con Pares:

- Se acerca y participa activamente con otros niños/as.
- **Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.**
- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.

##### Relación con los Adultos/as:

- Establece relaciones positivas con los adultos/as.
- **Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.**
- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.



### Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 2 (A.)

#### COMPORTAMIENTO EN EL AULA:

##### Participación en Actividades:

- **Participa activamente en las actividades planificadas.**
- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.
- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.

##### Comunicación y Expresión:

- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.
- **Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.**
- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.

Tabla 37. Ficha de Registro de Conducta timidez antes de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

### Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 3 (L.)

**Nombre del Niño/a:** L.

**Fecha de Nacimiento:** 20-05-2020

**Curso/Grupo:** Primer curso de Educación Infantil

**Fecha de Inicio de Registro:** 10-04-2024

#### Descripción de la Timidez:

L. es una alumna tímida. Se muestra más abierta y cómoda con los adultos/as en comparación con el resto de alumnos y alumnas, a pesar de eso, siempre está nerviosa por si realiza algo erróneo delante de la profesora. Su comportamiento es variable. Ante ciertas situaciones puede verse excesivamente tímida, pero en ocasiones da inicio a interacciones sociales.

#### CONDUCTA OBSERVADA:

Fecha	Hora	Observaciones
15-04-2024	9:05	En la entrada relajada L. realizaba un juego solitario. Conforme pasaban los minutos acabó jugando con un grupo de niñas a un juego de encontrar parejas, al principio no había mucha interacción por su parte y al final se presentaron conversaciones por parte de todas.
	9:20	La profesora leyó un cuento titulado "Y tú, ¿cómo te llamas?" Trata de los nombres de toda una familia y al final de la lectura lanza la siguiente pregunta a los lectores: "Y tú, ¿cómo te llamas?" Con el objetivo de que el alumnado diga su nombre en voz alta. Durante la lectura se mostró una actitud de atención en ésta y, además, cuando llegó el momento en que ella debía participar ésta dijo su nombre a pesar de que no fuera con voz clara.

#### INTERACCIÓN SOCIAL:

##### Interacción con Pares:

- **Se acerca y participa activamente con otros niños/as.**
- Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.
- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.

##### Relación con los Adultos/as:

- Establece relaciones positivas con los adultos/as.

**Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 3 (L.)**

- **Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.**
- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.

**COMPORTAMIENTO EN EL AULA:**

## Participación en Actividades:

- **Participa activamente en las actividades planificadas.**
- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.
- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.

## Comunicación y Expresión:

- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.
- **Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.**
- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.

Tabla 38. Fichas de Registro de Conducta timidez después de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

**Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 3 (L.)****Nombre del Niño/a:** L.**Fecha de Nacimiento:** 20-05-2020**Curso/Grupo:** Primer curso de Educación Infantil**Fecha de Inicio de Registro:** 10-04-2024**Descripción de la Timidez:**

L. es una alumna tímida. Se muestra más abierta y cómoda con los adultos/as en comparación con el resto de alumnos y alumnas, a pesar de eso, siempre está nerviosa por si realiza algo erróneo delante de la profesora. Su comportamiento es variable. Ante ciertas situaciones puede verse excesivamente tímida, pero en ocasiones da inicio a interacciones sociales.

**CONDUCTA OBSERVADA:**

Fecha	Hora	Observaciones
15-04-2024	10:30	Al igual que a sus compañeros/as anteriores, las canciones y los bailes le hacen sentirse segura y más, si es una canción que se sabe. Esto anterior, ha fortalecido su confianza. En esta sesión fue capaz de cantar en alto junto al resto de sus compañeros/as <i>El Baile de las Emociones</i> .
	10:55	Se pidió al alumnado que bailaran las nuevas canciones propuestas. L. al principio se quedó sentada y más tarde, decidió participar, incluso interactuó durante algunos minutos con A., riendo los dos juntos.
	11:07	En relación a las actividades planteadas de la sesión 3, en una de ellas había que hablar frente al resto. L., al igual que P., supieron dar una respuesta justificada (a pesar que la participación de éstos no fuera por iniciativa propia sino porque se les preguntó). Además, la aportación de L. fue entendible a pesar de que no fuera con su tono de habla habitual.

### Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 3 (L.)

#### INTERACCIÓN SOCIAL:

##### Interacción con Pares:

- **Se acerca y participa activamente con otros niños/as.**
- Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.
- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.

##### Relación con los Adultos/as:

- **Establece relaciones positivas con los adultos/as.**
- Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.
- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.

#### COMPORTAMIENTO EN EL AULA:

##### Participación en Actividades:

- **Participa activamente en las actividades planificadas.**
- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.
- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.

##### Comunicación y Expresión:

- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.
- **Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.**
- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.

## Anexo 8. Sesión 4: Música en parejas, música con el cuerpo y octoband.

Tabla 39. Ficha de Registro de Conducta timidez antes de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 1 (P.)		
<b>Nombre del Niño/a:</b> P.		
<b>Fecha de Nacimiento:</b> 03-02-2020		
<b>Curso/Grupo:</b> Primer curso de Educación Infantil		
<b>Fecha de Inicio de Registro:</b> 10-04-2024		
<b>Descripción de la Timidez:</b> P. destaca por ser una persona muy autónoma, le gusta tener siempre todo muy estructurado, es muy metódico. Su carácter de observador está presente en el aula cuando se enfrenta a situaciones nuevas. Siempre antes prefiere observar de manera cautelosa y una vez se siente seguro y sabe el funcionamiento de todo, se dispone a participar.		
<b>CONDUCTA OBSERVADA:</b>		
Fecha	Hora	Observaciones
19-04-2024	9:10	Al finalizar la entrada relajada se colocaron en el aula diferentes juegos para que el alumnado eligiera a qué le apetecía jugar. P., comenzó con las construcciones y cuando se cansó decidió ir a una zona donde se encontraba otra variedad de juegos. Una vez ahí, se quedó observando a los compañeros/as no siendo capaz de sentarse por él mismo junto al resto. Al rato se armó de valor para sentarse y realizar el puzzle nuevo que tanto deseaba.
	11:00	La profesora comenzó la lectura de un cuento en movimiento y el alumnado tenía que escucharlo y con su propio cuerpo realizar lo que indicaba el cuento. Al principio, P. no interactuaba con sus compañeros/as en la escenificación, pero conforme se desarrollaba la historia, se iba desenvolviendo poco a poco hasta que consiguió actuar sin miedo. Además, al final de la lectura cabe destacar que hizo una aportación frente al resto en relación al cuento, sin embargo, no fue con un tono elevado de la voz.
<b>INTERACCIÓN SOCIAL:</b> Interacción con Pares: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se acerca y participa activamente con otros niños/as.</li> <li>- <b>Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.</b></li> <li>- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.</li> </ul> Relación con los Adultos/as: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Establece relaciones positivas con los adultos/as.</b></li> <li>- Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.</li> <li>- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.</li> </ul>		
<b>COMPORTAMIENTO EN EL AULA:</b> Participación en Actividades: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Participa activamente en las actividades planificadas.</b></li> <li>- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.</li> <li>- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.</li> </ul>		

### Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 1 (P.)

#### Comunicación y Expresión:

- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.
- **Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.**
- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.

Tabla 40. Ficha de Registro de Conducta timidez después de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

### Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 1 (P.)

**Nombre del Niño/a:** P.

**Fecha de Nacimiento:** 03-02-2020

**Curso/Grupo:** Primer curso de Educación Infantil

**Fecha de Inicio de Registro:** 10-04-2024

#### Descripción de la Timidez:

P. destaca por ser una persona muy autónoma, le gusta tener siempre todo muy estructurado, es muy metódico. Su carácter de observador está presente en el aula cuando se enfrenta a situaciones nuevas. Siempre antes prefiere observar de manera cautelosa y una vez se siente seguro y sabe el funcionamiento de todo, se dispone a participar.

#### CONDUCTA OBSERVADA:

Fecha	Hora	Observaciones
19-04-2024	12:45	Al realizar una actividad que requería hacer parejas, se presenció que tuvo la iniciativa de ir a buscar a un compañero y preguntarle si quería bailar con él. Demostró que se va superando la timidez ante ciertas situaciones sociales al mismo tiempo que gana confianza en él mismo.
	13:00	P., estuvo dispuesto a superar sus temores. Lo evidenció cuando el alumnado realizó la actividad de hacer música con el cuerpo. Cuando era el turno de P., a pesar de que tenía un ligero nerviosismo, fue capaz de añadir un movimiento a la secuencia y realizarlo frente al resto.
	13:20	El <i>octoband</i> fue un recurso muy divertido y útil para el alumnado. El mayor beneficio que le pudo ofrecer a P., fue seguir desarrollando su interacción social con los alumnos y alumnas de la clase. Al requerir una colaboración entre el alumnado, se favorecieron intercambios sociales en un ambiente estructurado y seguro en donde P., se sentía a gusto.

#### INTERACCIÓN SOCIAL:

##### Interacción con Pares:

- **Se acerca y participa activamente con otros niños/as.**
- Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.
- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.

##### Relación con los Adultos/as:

- **Establece relaciones positivas con los adultos/as.**
- Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.
- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.

### Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 1 (P.)

#### COMPORTAMIENTO EN EL AULA:

##### Participación en Actividades:

- **Participa activamente en las actividades planificadas.**
- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.
- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.

##### Comunicación y Expresión:

- **Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.**
- Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.
- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.

Tabla 41. Ficha de Registro de Conducta timidez antes de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

### Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 2 (A.)

**Nombre del Niño/a:** A.

**Fecha de Nacimiento:** 08-11-2020

**Curso/Grupo:** Primer curso de Educación Infantil

**Fecha de Inicio de Registro:** 10-04-2024

#### Descripción de la Timidez:

A. muestra un nivel de timidez e inseguridad alto. La interacción con sus compañeros/as es nula, pocas veces se relaciona con sus iguales y si lo hace es con una compañera en concreto. Su actividad lúdica preferida es el juego simbólico en solitario (sigue siempre el mismo patrón con los mismos materiales), viendo así que, destaca el auto – entretenimiento y la preferencia de una seguridad y estabilidad en el aula.

#### CONDUCTA OBSERVADA:

Fecha	Hora	Observaciones
19-04-2024	11:15	En la hora del almuerzo, A. optó por desplazarse a otro sitio, el cual no era el habitual, y de esta forma almorzó con P. y otro alumno, lo cual fue un gran paso para este estudiante, ya que salió de su zona de confort habitual.
	11:40	En el recreo A. estaba observando unas plantas él solo. Decidí acercarme y preguntarle si le gustan las flores que tenemos a nuestro alrededor. Posteriormente, observé que A. iniciaba una conversación sobre las plantas que tiene en su casa y que él mismo riega, viéndose una comodidad ante la presente conversación y compañía. Cabe destacar que entender sus palabras fue difícil debido a su nivel de voz, es decir, por la escasa confianza en sí mismo para expresar verbalmente sus ideas u opiniones frente al resto de personas.

### Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 2 (A.)

#### INTERACCIÓN SOCIAL:

##### Interacción con Pares:

- Se acerca y participa activamente con otros niños/as.
- **Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.**
- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.

##### Relación con los Adultos/as:

- **Establece relaciones positivas con los adultos/as.**
- Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.
- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.

#### COMPORTAMIENTO EN EL AULA:

##### Participación en Actividades:

- **Participa activamente en las actividades planificadas.**
- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.
- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.

##### Comunicación y Expresión:

- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.
- **Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.**
- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.

Tabla 42. Ficha de Registro de Conducta timidez después de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

### Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 2 (A.)

**Nombre del Niño/a:** A.

**Fecha de Nacimiento:** 08-11-2020

**Curso/Grupo:** Primer curso de Educación Infantil

**Fecha de Inicio de Registro:** 10-04-2024

#### Descripción de la Timidez:

A. muestra un nivel de timidez e inseguridad alto. La interacción con sus compañeros/as es nula, pocas veces se relaciona con sus iguales y si lo hace es con una compañera en concreto. Su actividad lúdica preferida es el juego simbólico en solitario (sigue siempre el mismo patrón con los mismos materiales), viendo así que, destaca el auto – entretenimiento y la preferencia de una seguridad y estabilidad en el aula.

#### CONDUCTA OBSERVADA:

Fecha	Hora	Observaciones
	13:15	Con <i>El Baile de las Emociones</i> y otras actividades que requerían la presencia de música, interacción y socialización con compañeros/as, A., supo estar a la altura. Se presencié una participación activa, lo cual conllevó a que se establecieran habilidades sociales con los pares a pesar de que éstas no fueran muy prolongadas. Se concluyó que hubo un compromiso positivo por su parte.
19-04-2024	13:20	El <i>octoband</i> no sólo hizo que mejorará la expresión no verbal, sino que también promovió su autoexpresión, consiguiendo una confianza en el mismo al saber

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 2 (A.)		
		cómo manejar a la perfección el instrumento. Además, fue el protagonista y pudo observarse en él una comodidad siendo el centro de atención.
<b>INTERACCIÓN SOCIAL:</b>		
Interacción con Pares:		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Se acerca y participa activamente con otros niños/as.</b></li> <li>- Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.</li> <li>- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.</li> </ul>		
Relación con los Adultos/as:		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Establece relaciones positivas con los adultos/as.</b></li> <li>- Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.</li> <li>- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.</li> </ul>		
<b>COMPORTAMIENTO EN EL AULA:</b>		
Participación en Actividades:		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Participa activamente en las actividades planificadas.</b></li> <li>- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.</li> <li>- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.</li> </ul>		
Comunicación y Expresión:		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.</b></li> <li>- Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.</li> <li>- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.</li> </ul>		

Tabla 43. Ficha de Registro de Conducta timidez antes de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 3 (L.)		
<b>Nombre del Niño/a:</b> L.		
<b>Fecha de Nacimiento:</b> 20-05-2020		
<b>Curso/Grupo:</b> Primer curso de Educación Infantil		
<b>Fecha de Inicio de Registro:</b> 10-04-2024		
<b>Descripción de la Timidez:</b>		
L. es una alumna tímida. Se muestra más abierta y cómoda con los adultos/as en comparación con el resto de alumnos y alumnas, a pesar de eso, siempre está nerviosa por si realiza algo erróneo delante de la profesora. Su comportamiento es variable. Ante ciertas situaciones puede verse excesivamente tímida, pero en ocasiones da inicio a interacciones sociales.		
<b>CONDUCTA OBSERVADA:</b>		
Fecha	Hora	Observaciones
19-04-2024	9:05	Al comenzar la escuela se realiza una entrada relajada. L., estaba estableciendo un juego conjunto con un alumno, ambos se reían y lo pasaban bien, pero el tono de voz de L. era suave, lo que sugería una inseguridad a la hora de expresar su opinión frente a los iguales. Conforme pasaba el rato presencié como L. se sentía más integrada y su tono de voz iba cambiando e incluso mostró afecto hacia el compañero (se abrazaron).



Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 3 (L.)	
9:30	La tutora sentó a todo el alumnado en la asamblea. En esa sesión venía el hermano de una compañera. Cuando éste apareció, todos corrieron hacia él a darle la bienvenida. Al principio L. se quedó en el sitio mirando lo que ocurría ante esta nueva situación social. A pesar de eso, fue capaz de participar en las actividades que se hicieron, realizando aportaciones e interactuando con una persona que no era conocida para ella en un principio.
<b>INTERACCIÓN SOCIAL:</b> Interacción con Pares: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Se acerca y participa activamente con otros niños/as.</b></li> <li>- Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.</li> <li>- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.</li> </ul> Relación con los Adultos/as: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Establece relaciones positivas con los adultos/as.</b></li> <li>- Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.</li> <li>- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.</li> </ul>	
<b>COMPORTAMIENTO EN EL AULA:</b> Participación en Actividades: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Participa activamente en las actividades planificadas.</b></li> <li>- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.</li> <li>- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.</li> </ul> Comunicación y Expresión: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.</li> <li>- <b>Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.</b></li> <li>- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.</li> </ul>	

Tabla 44. Ficha de Registro de Conducta timidez después de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 3 (L.)
<b>Nombre del Niño/a:</b> L.
<b>Fecha de Nacimiento:</b> 20-05-2020
<b>Curso/Grupo:</b> Primer curso de Educación Infantil
<b>Fecha de Inicio de Registro:</b> 10-04-2024
<b>Descripción de la Timidez:</b> L. es una alumna tímida. Se muestra más abierta y cómoda con los adultos/as en comparación con el resto de alumnos y alumnas, a pesar de eso, siempre está nerviosa por si realiza algo erróneo delante de la profesora. Su comportamiento es variable. Ante ciertas situaciones puede verse excesivamente tímida, pero en ocasiones da inicio a interacciones sociales.
<b>CONDUCTA OBSERVADA:</b>

### Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 3 (L.)

Fecha	Hora	Observaciones
19-04-2024	12:55	Durante la sesión L. realizó una participación conjunta con otros compañeros/as. Era capaz de ir a buscarlos para bailar, lo cual fomentó su expresión y comunicación. Además, en la actividad se requería la creatividad y su capacidad de expresión, L. sin miedo lo realizó cuando fue su turno.
	13:10	L., es otra de las alumnas a las que el <i>octoband</i> le impactó positivamente. Durante la sesión se observó (al igual que en casos anteriores) una comunicación con los iguales. No obstante, también hubo otros beneficios como el fortalecimiento de pertenencia al grupo, desapareciendo así el estrés presente ante ciertas situaciones sociales.

#### INTERACCIÓN SOCIAL:

##### Interacción con Pares:

- **Se acerca y participa activamente con otros niños/as.**
- Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.
- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.

##### Relación con los Adultos/as:

- **Establece relaciones positivas con los adultos/as.**
- Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.
- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.

#### COMPORTAMIENTO EN EL AULA:

##### Participación en Actividades:

- **Participa activamente en las actividades planificadas.**
- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.
- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.

##### Comunicación y Expresión:

- **Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.**
- Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.
- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.

## Anexo 9. Sesión 5: Historia narrada.

Tabla 45. Ficha de Registro de Conducta timidez antes de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 1 (P.)		
<b>Nombre del Niño/a:</b> P.		
<b>Fecha de Nacimiento:</b> 03-02-2020		
<b>Curso/Grupo:</b> Primer curso de Educación Infantil		
<b>Fecha de Inicio de Registro:</b> 10-04-2024		
<b>Descripción de la Timidez:</b> P. destaca por ser una persona muy autónoma, le gusta tener siempre todo muy estructurado, es muy metódico. Su carácter de observador está presente en el aula cuando se enfrenta a situaciones nuevas. Siempre antes prefiere observar de manera cautelosa y una vez se siente seguro y sabe el funcionamiento de todo, se dispone a participar.		
<b>CONDUCTA OBSERVADA:</b>		
Fecha	Hora	Observaciones
24-04-2024	9:25	En la escuela el alumnado de infantil estaba preparando una obra teatral para enseñársela a algunos estudiantes de Educación Primaria. El día de la escenificación, P. tenía que decir un par de frases frente a los compañeros/as de más edad, fue todo un éxito. Éste dijo a la perfección su parte de la obra y salió frente a todos sin pensárselo dos veces.
<b>INTERACCIÓN SOCIAL:</b>		
Interacción con Pares: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Se acerca y participa activamente con otros niños/as.</b></li> <li>- Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.</li> <li>- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.</li> </ul>		
Relación con los Adultos/as: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Establece relaciones positivas con los adultos/as.</b></li> <li>- Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.</li> <li>- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.</li> </ul>		
<b>COMPORTAMIENTO EN EL AULA:</b>		
Participación en Actividades: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Participa activamente en las actividades planificadas.</b></li> <li>- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.</li> <li>- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.</li> </ul>		
Comunicación y Expresión: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.</b></li> <li>- Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.</li> <li>- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.</li> </ul>		

Tabla 46. Ficha de Registro de Conducta timidez después de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 1 (P.)		
Nombre del Niño/a: P.		
Fecha de Nacimiento: 03-02-2020		
Curso/Grupo: Primer curso de Educación Infantil		
Fecha de Inicio de Registro: 10-04-2024		
<b>Descripción de la Timidez:</b> P. destaca por ser una persona muy autónoma, le gusta tener siempre todo muy estructurado, es muy metódico. Su carácter de observador está presente en el aula cuando se enfrenta a situaciones nuevas. Siempre antes prefiere observar de manera cautelosa y una vez se siente seguro y sabe el funcionamiento de todo, se dispone a participar.		
<b>CONDUCTA OBSERVADA:</b>		
Fecha	Hora	Observaciones
24-04-2024	12:50	Durante el cuento narrado, se pudieron ver diferentes actitudes de P., todas ellas positivas. Se observó que se unía al grupo, bailaba expresándose al ritmo de la música e imitaba a los animales presentes en el cuento. Todo en conjunto con el resto de sus compañeros/as. Buscaba el juego colaborativo y no individual, estableciendo así una conexión con el grupo, lo que significa que poco a poco ha conseguido ir aumentando su desarrollo emocional y social con el grupo de niños y niñas.
<b>INTERACCIÓN SOCIAL:</b>		
Interacción con Pares: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Se acerca y participa activamente con otros niños/as.</b></li> <li>- Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.</li> <li>- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.</li> </ul>		
Relación con los Adultos/as: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Establece relaciones positivas con los adultos/as.</b></li> <li>- Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.</li> <li>- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.</li> </ul>		
<b>COMPORTAMIENTO EN EL AULA:</b>		
Participación en Actividades: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Participa activamente en las actividades planificadas.</b></li> <li>- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.</li> <li>- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.</li> </ul>		
Comunicación y Expresión: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.</b></li> <li>- Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.</li> <li>- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.</li> </ul>		

Tabla 47. Ficha de Registro de Conducta timidez antes de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 2 (A.)		
<b>Nombre del Niño/a:</b> A.		
<b>Fecha de Nacimiento:</b> 08-11-2020		
<b>Curso/Grupo:</b> Primer curso de Educación Infantil		
<b>Fecha de Inicio de Registro:</b> 10-04-2024		
<b>Descripción de la Timidez:</b> A. muestra un nivel de timidez e inseguridad alto. La interacción con sus compañeros/as es nula, pocas veces se relaciona con sus iguales y si lo hace es con una compañera en concreto. Su actividad lúdica preferida es el juego simbólico en solitario (sigue siempre el mismo patrón con los mismos materiales), viendo así que, destaca el auto – entretenimiento y la preferencia de una seguridad y estabilidad en el aula.		
<b>CONDUCTA OBSERVADA:</b>		
Fecha	Hora	Observaciones
24-04-2024	11:00	Antes del almuerzo la tutora del aula dejó tiempo libre para que pudieran pasar el rato. A., a diferencia de días anteriores estuvo participando en un juego de construcciones con otros tres chicos/as más. Se observó como éste realizaba aportaciones junto a los otros viéndose un pequeño avance.
	11:50	En el recreo A., mostró una participación activa en un juego con más estudiantes. Además, cabe recalcar que el juego fue con otros niños y niñas que no eran de su aula, lo que contribuyó a aumentar las relaciones sociales de A.
<b>INTERACCIÓN SOCIAL:</b> Interacción con Pares: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Se acerca y participa activamente con otros niños/as.</b></li> <li>- Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.</li> <li>- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.</li> </ul> Relación con los Adultos/as: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Establece relaciones positivas con los adultos/as.</b></li> <li>- Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.</li> <li>- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.</li> </ul>		
<b>COMPORTAMIENTO EN EL AULA:</b> Participación en Actividades: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Participa activamente en las actividades planificadas.</b></li> <li>- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.</li> <li>- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.</li> </ul> Comunicación y Expresión: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.</li> <li>- <b>Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.</b></li> <li>- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.</li> </ul>		

Tabla 48. Ficha de Registro de Conducta timidez después de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 2 (A.)		
<b>Nombre del Niño/a:</b> A.		
<b>Fecha de Nacimiento:</b> 08-11-2020		
<b>Curso/Grupo:</b> Primer curso de Educación Infantil		
<b>Fecha de Inicio de Registro:</b> 10-04-2024		
<b>Descripción de la Timidez:</b> A. muestra un nivel de timidez e inseguridad alto. La interacción con sus compañeros/as es nula, pocas veces se relaciona con sus iguales y si lo hace es con una compañera en concreto. Su actividad lúdica preferida es el juego simbólico en solitario (sigue siempre el mismo patrón con los mismos materiales), viendo así que, destaca el auto – entretenimiento y la preferencia de una seguridad y estabilidad en el aula.		
<b>CONDUCTA OBSERVADA:</b>		
Fecha	Hora	Observaciones
24-04-2024	12:50	Por parte de A., también se observaron aspectos positivos que tal vez al comienzo de las sesiones no hubieran ocurrido. Es cierto que al principio de la actividad se veía más reservado a la hora de expresar sus emociones a través de la música y el movimiento, pero a pesar de eso, consiguió interactuar y participar surgiendo una mayor confianza en sí mismo.
<b>INTERACCIÓN SOCIAL:</b> Interacción con Pares: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Se acerca y participa activamente con otros niños/as.</b></li> <li>- Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.</li> <li>- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.</li> </ul> Relación con los Adultos/as: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Establece relaciones positivas con los adultos/as.</b></li> <li>- Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.</li> <li>- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.</li> </ul>		
<b>COMPORTAMIENTO EN EL AULA:</b> Participación en Actividades: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Participa activamente en las actividades planificadas.</b></li> <li>- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.</li> <li>- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.</li> </ul> Comunicación y Expresión: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.</li> <li>- <b>Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.</b></li> <li>- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.</li> </ul>		

Tabla 49. Ficha de Registro de Conducta timidez antes de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 3 (L.)		
Nombre del Niño/a: L.		
Fecha de Nacimiento: 20-05-2020		
Curso/Grupo: Primer curso de Educación Infantil		
Fecha de Inicio de Registro: 10-04-2024		
<b>Descripción de la Timidez:</b> L. es una alumna tímida. Se muestra más abierta y cómoda con los adultos/as en comparación con el resto de alumnos y alumnas, a pesar de eso, siempre está nerviosa por si realiza algo erróneo delante de la profesora. Su comportamiento es variable. Ante ciertas situaciones puede verse excesivamente tímida, pero en ocasiones da inicio a interacciones sociales.		
<b>CONDUCTA OBSERVADA:</b>		
Fecha	Hora	Observaciones
24-04-2024	12:20	Durante el recreo estaba jugando con unas compañeras del aula y tuvo un percance con una de ellas porque le había tirado arena y le había entrado en el ojo. L., fue capaz de acercarse a una profesora y solicitar su ayuda. Además, posteriormente la profesora le dijo que fuera a decirle a la niña que no le había gustado esa acción que había tenido con ella. Siguió el consejo y se aproximó pudiendo verbalizar sus emociones frente a la otra niña, a pesar de estar un poco nerviosa.
<b>INTERACCIÓN SOCIAL:</b> Interacción con Pares: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Se acerca y participa activamente con otros niños/as.</b></li> <li>- Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.</li> <li>- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.</li> </ul> Relación con los Adultos/as: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Establece relaciones positivas con los adultos/as.</b></li> <li>- Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.</li> <li>- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.</li> </ul>		
<b>COMPORTAMIENTO EN EL AULA:</b> Participación en Actividades: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Participa activamente en las actividades planificadas.</b></li> <li>- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.</li> <li>- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.</li> </ul> Comunicación y Expresión: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.</li> <li>- <b>Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.</b></li> <li>- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.</li> </ul>		

Tabla 50. Ficha de Registro de Conducta timidez después de la sesión. Fuente: Elaboración propia.

Ficha de Registro de Conducta timidez: Sujeto 3 (L.)		
<b>Nombre del Niño/a:</b> L.		
<b>Fecha de Nacimiento:</b> 20-05-2020		
<b>Curso/Grupo:</b> Primer curso de Educación Infantil		
<b>Fecha de Inicio de Registro:</b> 10-04-2024		
<b>Descripción de la Timidez:</b> L. es una alumna tímida. Se muestra más abierta y cómoda con los adultos/as en comparación con el resto de alumnos y alumnas, a pesar de eso, siempre está nerviosa por si realiza algo erróneo delante de la profesora. Su comportamiento es variable. Ante ciertas situaciones puede verse excesivamente tímida, pero en ocasiones da inicio a interacciones sociales.		
<b>CONDUCTA OBSERVADA:</b>		
Fecha	Hora	Observaciones
24-04-2024	12:20	L. durante la sesión estableció una relación positiva con la maestra al atender las indicaciones de correctamente. Esto le hizo sentirse más segura porque sabía lo que debía realizar en cada momento. Esta tranquilidad por parte de L., fomentó el desarrollo de la creatividad e imaginación durante toda la sesión que fue lo que incitó a una participación activa con los que le rodeaban y la exploración de nuevas ideas.
<b>INTERACCIÓN SOCIAL:</b> Interacción con Pares: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Se acerca y participa activamente con otros niños/as.</b></li> <li>- Se muestra retraído o evita interactuar con otros niños/as.</li> <li>- Muestra signos de ansiedad o incomodidad en situaciones sociales.</li> </ul> Relación con los Adultos/as: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Establece relaciones positivas con los adultos/as.</b></li> <li>- Se muestra reservado o poco comunicativo con los adultos/as.</li> <li>- Muestra dependencia excesiva de la atención y aprobación de los adultos/as.</li> </ul>		
<b>COMPORTAMIENTO EN EL AULA:</b> Participación en Actividades: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Participa activamente en las actividades planificadas.</b></li> <li>- Se muestra reticente a participar o contribuir en las actividades grupales.</li> <li>- Prefiere actividades individuales y evita las actividades grupales.</li> </ul> Comunicación y Expresión: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Expresa sus ideas y pensamientos de manera clara y directa.</b></li> <li>- Se muestra retraído o reservado al expresar sus ideas frente al grupo.</li> <li>- Necesita tiempo adicional para ganar confianza y expresarse con comodidad.</li> </ul>		