



Trabajo Fin de Grado

Título de trabajo: Propuesta de intervención para trabajar las emociones en educación infantil.

*Title: Intervention proposal for working on emotions in
Childhood Education.*

Andrea Sanz Doñate

Rocío Herrero Camarano

Grado en Magisterio en Educación Infantil

Curso 2021/2022



**Facultad de
Ciencias Sociales
y Humanas - Teruel**
Universidad Zaragoza

ÍNDICE

Resumen.....	2
Abstract	2
Introducción	2
Justificación	4
Marco teórico	5
Propuesta de intervención	13
Resultados	32
Conclusiones	33
Bibliografía	34
Referencias legislativas.....	35
Anexos	36

Resumen

El presente trabajo va a tratar sobre las emociones y la importancia del trabajo sobre éstas en Educación Infantil. Además, se presentará con el diseño de una propuesta de intervención, en este caso, es una unidad didáctica, para poder aplicar un programa para el fomento del conocimiento sobre las emociones en un aula para discentes de 4 años. Para llegar a esta propuesta primero se hará un recorrido teórico, incluyendo la explicación de algunos de los conceptos relacionados con las emociones y la educación emocional relacionándolo con el ámbito de la docencia y educación.

El objetivo principal de este trabajo es dar a conocer la importancia de trabajar las emociones en aulas de Educación Infantil a través de una intervención didáctica. Para ello, la parte práctica de dicho trabajo constará de una unidad didáctica compuesta por un conjunto de actividades directamente relacionadas con el conocimiento, el manejo, la gestión y la comprensión de las emociones.

Palabras clave: Emociones, Educación Infantil, unidad didáctica, alumnado, actividades.

Abstract

This work focused on emotions and the importance of working on them in Childhood Education. In addition, it will be presented with the design of an intervention proposal, in this case, it is a didactic unit, in order to apply a programme for the promotion of knowledge about emotions in a classroom for 4 year old students. In order to arrive at this proposal, will be done a theoretical overview, including an explanation of some of the concepts related to emotions and emotional education, relating it to the field of teaching and education.

The main objective of this work is to show the importance of working on emotions in infant education classrooms through a didactic intervention. To this end, the practical part of this work will consist of a didactic unit made up of a set of activities directly related to the knowledge, handling, management and understanding of emotions.

Key words: Emotions, Chilhood Education, didactic unit, students, activities.

Introducción

Antes de adentrarnos en el mundo de las emociones, primero nos deberíamos hacer la siguiente pregunta ¿qué son las emociones? No es fácil dar una definición exacta de dicho concepto. Posiblemente si esa pregunta se la hiciésemos a cualquier persona lo que seguramente respondería sería “Las emociones es cuando nos sentimos tristes o contentos”, pero si nos

vamos a definiciones más concretas como las de los autores sabríamos que las emociones básicas componen patrones individuales de la conducta expresiva y cada una de estas conductas está asociada a un patrón determinado que supone la activación fisiológica, relacionado con una experiencia cognitiva-subjetiva o sentimiento específico (Piquerias et al., 2006, como se citó en Piquerias et al., 2010). Dicha definición no es fácil de entender, ya que lo explica de forma muy técnica, pero lo que sí se puede explicar es que partiendo de esta base sabemos que las emociones son individuales, es decir, no todas personas sentimos igual, pues las emociones nos afectan de forma diferente. Además, las emociones también repercuten en nuestras conductas activando una serie de patrones como el fisiológico o el cognitivo.

Como señala García (2012) “la cognición y la emoción constituyen un todo dialéctico, de manera tal que la modificación de uno irremediablemente influye en el otro y en el todo del que forman parte. Por ello en el aula muchas veces el aprender depende más de la emoción que de la razón con que se trabajan los objetivos de aprendiza, y se actúa sobre los mismos”.

Se puede concluir indicando que las emociones sí forman parte nuestras vidas y que al parecer tienen especial relevancia en nuestros comportamientos y conducta, ya que pueden influir e incluso modificar algunas de nuestras conductas o actitudes, por lo que será conveniente tenerlas en cuenta en el proceso de enseñanza-aprendizaje y, por tanto, en el ámbito de la educación.

Pero, ¿cómo se pueden trabajar en las escuelas? Obviamente todo va a depender de las edades con las que estemos trabajando, ya que no es lo mismo trabajar en ciclo de Infantil que en el ciclo de Primaria, está claro que estos cursos son diferentes y con distintos ritmos de aprendizajes tanto evolutivos como intelectuales.

En este trabajo voy a referirme en todo momento a los discentes de Educación Infantil, así que partiendo de esta base sabemos que dicho alumnado comprende la edad de 3 a 6 años, por lo que hemos de tener en cuenta sus características de desarrollo especialmente en la parte emocional que es de la que nos vamos a ocupar.

La mente de un niño de esta edad funciona totalmente de forma abstracta, por lo que realmente es muy complicado saber qué piensa o cómo se siente, por eso mismo es importante que desde pequeños se estimule la parte personal para así aprender a expresarnos y a poder identificar, reconocer e incluso gestionar aquello que sentimos. Si esta parte no se estimula desde entonces, después en el desarrollo adolescente será mucho más complejo poder lograrlo.

Por ende, en base a la breve aproximación que he dado sobre el concepto de las emociones se puede deducir que este trabajo se va a dedicar expresamente a explicar y aproximar el concepto de las emociones relacionado con la Educación Infantil.

Justificación

En la actualidad, sigue habiendo muchas personas jóvenes y adultas que no saben definir qué son las emociones, no las entienden o ni siquiera saben gestionarlas o manejarlas y posiblemente esto se deba a que en un pasado no tuvieron la oportunidad de acceder a una adecuada educación emocional. Por esa misma razón, considero que es de gran importancia saber qué son las emociones o qué nos hacen sentir y, por supuesto, todo esto trabajarla desde pequeños en las aulas de Infantil, puesto que en el colegio también es dónde se desarrolla el alumnado, dónde adquieren nuevos aprendizajes y conocimientos.

Dada la complejidad de las emociones y todo lo que éstas conllevan considero que es un término muy interesante para trabajar con los niños y las niñas en el colegio a través de actividades lúdicas y didácticas que permitan aproximarles a dicho concepto. De esta manera se puede conseguir que desde pequeños los alumnos aprendan a identificarlas, a reconocerlas, a expresarlas e incluso a gestionarlas dando lugar al correcto desarrollo de la parte más emocional. Sin olvidar que el trabajo de las emociones no solo implica avanzar en este aspecto, sino que el trabajo de éstas trae otros beneficios, como, por ejemplo, mejorar el área social o el área lingüística, al igual que una mayor autoestima y confianza.

Para que este trabajo en relación a las emociones resulte eficaz, será necesario aplicar una serie de estrategias y técnicas que permitan ampliar dicho conocimiento, pero ¿cómo se puede trabajar? ¿Cuentan los/as maestros/as con dichas técnicas y estrategias? Es cierto que, a lo largo de la carrera, en diferentes asignaturas relacionadas con el ámbito más psicológico, nos hablan sobre las emociones y la forma en la que podemos trabajarlas y ya no solo en cómo deberíamos trabajarlas, sino que también se nos dice que las debemos tener en cuenta a la hora de preparar cualquier actividad, ya sea para el diseño de actividades o tareas y que no solo se tienen que priorizar aquellos contenidos didácticos relacionados con las áreas del currículo, sino que también debemos diseñar actividades pensando en cómo se pueden sentir los discentes.

Después de haber hecho las prácticas I, II, III y las de la mención, he podido observar que cada maestro/a le da un papel diferente al trabajo de las emociones. Recuerdo que en las primeras prácticas apenas se trabajaba este concepto, sin embargo, en las segundas y últimas sí se trabaja de forma secundaria, aunque no se le daba especial relevancia. Una de las técnicas que

utilizaban las maestras era hablar sobre las emociones en la asamblea, (metodología que reúne a los discentes para fomentar el desarrollo de las competencias lingüísticas, cognitivas y sociales) la maestra sí que preguntaba al alumnado qué tal estaban o cómo se sentían (felices, tristes, enfadados...). Es cierto que es mejor utilizar cualquier rato libre o metodología para hablar sobre las emociones antes de no hacer nada, no obstante, también sería más interesante contar con la preparación de una serie de tareas y actividades en las que se profundizara más el trabajo de éstas.

Por eso mismo, dicho trabajo va en relación al trabajo de las emociones desde el ámbito educativo, para poder aproximar a los discentes y, a su vez, fomentar un mejor desarrollo emocional al tiempo que lo aprende de forma lúdica.

Marco teórico

En primer lugar, sería conveniente tener claro qué es una emoción, cómo nos afectan, para qué sirven, cuál es la importancia que tienen en el desarrollo individual, etc. De esta manera, sí podríamos llevar a cabo una propuesta de intervención para trabajar las emociones en las aulas de Infantil.

No es fácil hablar sobre las emociones de uno mismo ni tampoco es fácil ser capaces de describir qué es una emoción. “Casi todo el mundo piensa que sabe qué es una emoción hasta que intenta definirla. En ese momento nadie afirma poder entenderla”. (Wenger et al., 1962, citado en Chóliz 2005).

Emociones

La primera pregunta que nos debemos hacer es ¿qué son las emociones? Investigando sobre este concepto se obtiene múltiples definiciones señalando que las emociones se tratan de diferentes reacciones que activan nuestro sistema de reacción y que nos hacen sentir de una manera u otra.

Pero, de entre todas esas definiciones, ¿cuál sería la correcta? A continuación, aparecen una serie de definiciones sobre el concepto de emoción y que nos proporcionan más información:

- Para encontrar una definición de dicho concepto podemos hacerlo a través “emovere”, palabra latina que significa remover, agitar o excitar o también podemos hacerlo con la definición que nos ofrece la RAE, señala que se trata de una *alteración del ánimo intesta y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática*.

Es evidente que, aunque se tratan de dos definiciones breves, ambas señalan y dan a entender que una emoción es un impulso que nos mueve o que nos lleva hacia algo. También aparecen otras definiciones que ofrecen algunos autores:

- “Una emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (Bisquerra, 2003).
- “Las emociones son uno de esos fenómenos que todo el mundo conoce pero que resultan extraordinariamente difíciles de delimitar” (Cano, 1989).
- “La emoción es ese motor que todos llevamos dentro. Una energía codificada en ciertos circuitos neuronales localizados en zonas profundas de nuestro cerebro (en el sistema límbico) que nos mueve y nos empuja a vivir, a querer estar vivos en interacción constante con el mundo y con nosotros mismos. Circuitos que, mientras estamos despiertos se encuentran siempre activos, en alerta y nos ayudan a distinguir estímulos importantes para nuestra supervivencia” (Mora, 2012).

Después de haber visto algunas definiciones sobre dicho concepto, la preguntar sería la siguiente: ¿cuáles son las emociones y para qué sirven? Las personas tendemos a limitarnos a pensar en que solo existen emociones buenas y malas, dependiendo de si aquello que nos ocurre es bueno o malo, además de que es una clasificación mucho más fácil, aunque quizás le prestamos más atención a las negativas (ansiedad, tristeza, ira...) que a las positivas (felicidad, alegría, amor...). No obstante, ambas emociones repercuten en nuestro sistema nervioso haciéndonos actuar de determinada manera, ya señalaba el autor Cano-Vindel (1989) que las emociones son las que provocan diferentes sensaciones: desagradables o agradables, como más o menos intensidad y teniendo en cuenta el control que tenemos sobre ellas.

No obstante, para referirnos a las emociones hemos de clasificarlas en adaptativas o no adaptativas. Aquellas que son adaptativas son las que permiten adaptarse a cualquier situación que se escapa fuera de control.

Al igual que hay tipos de emociones, también existen diferentes funciones de las mismas. Para ello, hay que destacar a autores como Greenberg (2000) que señala las siguientes funciones:

La emoción es una señal para nosotros mismos.

La emoción nos prepara para la acción.

La emoción vigila el estado de nuestras relaciones.

Las emociones evalúan si las cosas nos van bien.

Las emociones sirven de señales a los demás.

La expresión es importante, pero puede que no siempre corrija lo que está mal.

Decidir cómo actuar frente a la señal es importante.

El pensamiento pone la emoción en perspectiva y hace que tenga sentido.

Figura 1. Emociones: una guía interna
de Leslie Greenberg.

A pesar de que las emociones tengan grandes funciones a lo largo del paso del tiempo, éstas han sido rechazadas debido a diferentes creencias contrarias, como los enfoques cognitivistas o por las corrientes conductistas. No obstante, poco a poco después de varios estudios señalaban como algo importante el concepto de las emociones, de ahí que surgiera la psicología de la emoción en la que aparecen cuatro elementos fundamentales:

- Existen cambios fisiológicos, es decir, las emociones producen diferentes reacciones en nuestro sistema nervioso.
- La “tendencia a la acción”. Se trata de dar una respuesta a diferentes situaciones del entorno.
- La experiencia individual de cada ser como la experiencia subjetiva. Son las señales que nos hacen sentir.
- La emoción como un sistema de análisis y procesamiento de la información.

Por tanto, después de varios estudios, se sabe que las emociones afectan al ser humano y las conductas que éste realiza de ahí su especial relevancia en el desarrollo de los individuos.

Importancia de las emociones

A raíz de una de las obras de Darwin; “El origen de las especies” (1859), fue cuando en la sociedad se dio un giro en relación a la investigación del comportamiento de las especies (humana y animal). A partir de entonces es cuando se preguntaron cómo era posible adaptarse al medio ambiente y que si la mente estaba más relacionada de lo que se pensaba. Por eso mismo, en 1872, con otra de las tesis de Darwin, “La expresión de las emociones en el hombre y los animales”, de nuevo se empezó a hacer hincapié en el concepto de las emociones, ya que de algún modo tenían que evidenciar pruebas de la evolución humana y animal en relación a la evolución de la mente y de cómo ésta había ido evolucionando y adaptándose.

Después de haber profundizado más sobre el concepto de las emociones es evidente que éstas tienen una gran importancia en el desarrollo de las personas, tanto de niños como de adultos, es decir, en todo proceso de desarrollo que implique al ser humano.

De una manera u otra, las emociones son las que manejan las conductas humanas, de ahí la relación entre pensamiento-emoción-conducta. Finalmente, son éstas las que influyen en el desarrollo individual, personal, cognitivo e incluso en las decisiones que se toman día a día. Por eso mismo, es importante saber que existe una relación de emoción-conducta: muchas de las conductas o acciones van en relación a cómo nos sentimos emocionalmente, por ejemplo, en el caso de que estemos tristes es más probable que actuamos de otra forma más apagada y distinta a lo que lo haríamos si estuviésemos felices.

Como importancia de las emociones también se ha de nombrar el modelo de regulación de James J. Gross, en el que explica cómo reaccionan las personas ante diferentes situaciones, es decir, se trata de un modelo explicativo en el que expone cómo funcionan las emociones. Para ello propone el siguiente modelo:

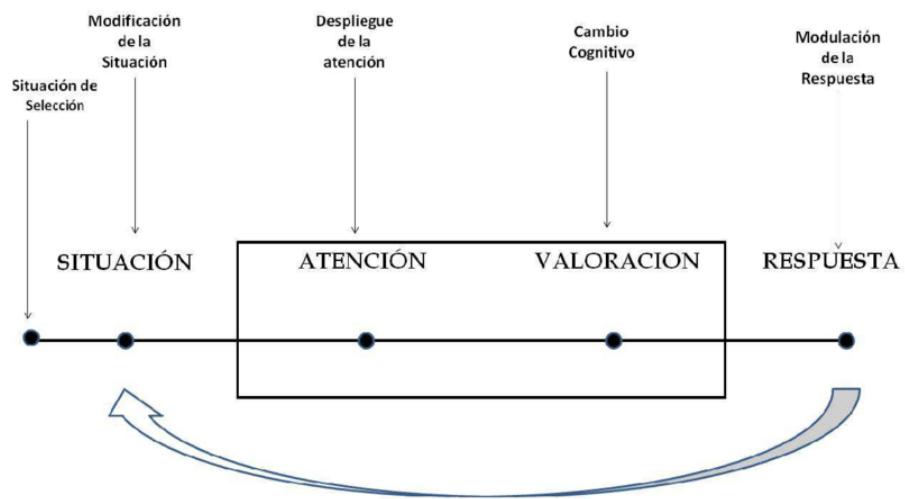


Figura 2. Modelo Modal del Proceso de Regulación Emocional según Gross y Thompson (2007).

Autoras como Fernández-Sánchez, Giménez-Dasí y Quintanilla (2014) demostraron con diferentes estudios que los niños de tres y cuatro años sí son capaces de comprender las emociones básicas (tristeza, miedo, alegría, asco...). Además, algunos de sus estudios revelan que a partir de esta edad también pueden reconocerlas, nombrarlas e incluso entender el por qué les sucede eso.

Durante dicha etapa, comprendida de los 3 a los 6 años, los preescolares pasan por numerosos cambios: físicos, conductuales, cognitivos o personales. Teniendo en cuenta que todos ellos

están relacionados con el cambio emocional conforme van creciendo y, por tanto, evolucionando pasan de la fase más egocéntrica en la que no son capaces de entender que otras personas puedan sentir o hacer lo mismo que ellos, pasan a la fase en la que empiezan a comprender que no son ellos los protagonistas.

Otros autores como Pons, Harris y Rosnay (2004) señalan que una característica que sí es evidente es que los niños dada la facilidad de imitar a los adultos también imitan aquellas expresiones fáciles más significativas a la hora de representar una emoción como, por ejemplo, poner una cara de asco, esto es fácil que los niños lo imiten cuando han visto ya dicho comportamiento en uno de sus referentes e incluso iguales mostrando desagrado/asco.

Educación Infantil y las emociones

Sabiendo que las emociones forman parte del ser humano, ya que afectan en las conductas, influyen en el desarrollo y, además, en cada una de las acciones e intervenciones que realizamos, lo fundamental sería que en las escuelas se trabajasen de forma activa al tiempo que se les da la verdadera importancia que tienen. De esta manera, si se trabajaran empleando otras técnicas y metodologías o simplemente dándoles un papel protagonista se podría conseguir que los alumnos más pequeños las entendiesen. Como dice Cristina Fuentes “Los estudiantes deben sentirse bien consigo mismo para poder aprender”.

En la búsqueda de información sobre el método de trabajar las emociones en las aulas de Infantil aparecen infinidad de ideas como: diario de las emociones; actividades con música; lectura de cuentos infantiles; visionado de películas o vídeos, etc. ¿Objetivamente este tipo de actividades o tareas sirven para que el alumnado comprenda el concepto de las emociones? Para dar respuesta a dicha pregunta habría que observar la práctica en el aula y cómo aparece en la legislación educativa y en el currículo correspondiente a cada comunidad autónoma.

Fue con la LOE en el 2006 cuando se empezó a nombrar el concepto de la educación emocional y, por tanto, el de las emociones. Refiriéndose a la Educación Infantil destacan los siguientes artículos:

- Artículo 12, principios generales: “La educación infantil tiene carácter voluntario y su finalidad es la de contribuir al desarrollo físico, afectivo, social e intelectual de los niños”.
- Artículo 13, objetivos de la etapa: contemplan el desarrollo de las capacidades afectivas del alumnado.

- Artículo 14, ordenación y principios metodológicos: en la educación infantil se atenderá progresivamente al desarrollo afectivo, (...), a las pautas elementales de convivencia y relación social (...). Además, se facilitará que niñas y niños elaboren una imagen de sí mismos positiva y equilibrada y adquieran autonomía personal (LOE, 2006).

En el currículo Infantil difícilmente se encuentra un contenido único y concreto al trabajo de las emociones, simplemente se centra en el trabajo de otras áreas como la lingüística o matemática, descuidando todos esos aspectos que relacionan a estas dos áreas con el conocimiento, el manejo y la gestión de las emociones.

Según los objetivos generales del currículo de Aragón referente a la Educación Infantil:

g) Regular paulatinamente su comportamiento en situaciones de juego y movimiento, en las rutinas y otras actividades, utilizándolas para canalizar sus intereses, sentimientos y emociones, disfrutando con ellas y adquiriendo conocimientos.

Siendo este uno de los objetivos generales de Infantil, es cierto que, analizándolo un poco más en profundidad dicho documento, sí que aparece una escasa información sobre las emociones haciendo hincapié en las áreas del primer ciclo (0 a 3 años) y en las *áreas del segundo ciclo (3 a 6 años).

*Estas últimas son las áreas a las que me voy a referir en todo momento.

Es en la primera área de conocimiento de sí mismo y autonomía personal es donde más información aparece sobre las emociones. Se trata de un área compuesta por cuatro bloques (1. El cuerpo y la propia imagen, 2. Juego y movimiento, 3. La actividad y la vida cotidiana y 4. El cuidado personal y la salud) que comprenden todo aquello que está relacionado con el desarrollo del individuo. Por eso mismo, es aquí donde se da importancia a la atención del desarrollo de la afectividad para poder reconocer, expresar y controlar las emociones y sentimientos, además es donde también aparece el siguiente objetivo:

3. Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, y ser capaces de denominarlos, expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros, para posibilitar unas relaciones fluidas y gratificantes.

Se puede observar que el concepto de las emociones sí aparece en el currículo, aunque de forma globalizada en las tres áreas, pero ¿realmente se le da la importancia que tiene? Para encontrar

una respuesta a dicha pregunta primero tendríamos que haber estado en algún aula de Infantil y comprobar el tiempo concreto que dedican al trabajo de las emociones con el alumnado.

Después de haber realizado las prácticas escolares, puedo señalar que el tiempo que dedican para conocer y aprender a gestionar las emociones es bastante poco, dado que se da una mayor importancia al trabajo de la lingüística y lógico-matemática como marca el currículo, aunque sí es cierto que dedican un tiempo para el trabajo de las emociones, pero ¿realmente los niños acaban conociendo qué son las emociones a través de esas actividades? En la mayoría de centros escolares se limitan a la lectura de cuentos infantiles como “El monstruo de los colores”^{anexo1}, un mítico en las aulas de Infantil, para enseñar al alumnado las principales emociones básicas: alegría, tristeza, rabia, amor, calma y miedo. A través de actividades como esta, los alumnos empiezan a conocer cuáles son las emociones, pero ¿cómo les enseñamos a expresarlas o a gestionarlas? Esto no es trabajo fácil teniendo en cuenta el desarrollo emocional de los niños de 3 a 6 años.

En las aulas de Infantil, el diseño de cualquier programación didáctica, ya sea una unidad didáctica o una programación, es sumamente importante y, además, ha de estar formado por una serie de objetivos y contenidos. Para la autora López Cassà (2003) los que tienen importancia en cuanto a las emociones se refiere son:

Objetivos

- Favorecer el desarrollo integral de los niños y niñas.
- Favorecer la capacidad de comprender y regular las propias emociones.
- Proporcionar estrategias para el desarrollo de las competencias básicas para el equilibrio personal y la potenciación de la autoestima.
- Potenciar actitudes de respeto, tolerancia y prosocialidad.
- Favorecer la cantidad y calidad de las interacciones del grupo para la mejora del clima relacional de clase y la cohesión grupal.
- Desarrollar una mayor competencia emocional en las relaciones sociales.
- Desarrollar la habilidad de la compresión empática en las relaciones interpersonales.
- Potenciar la capacidad de esfuerzo y motivación ante el trabajo.
- Desarrollar la tolerancia a la frustración.
- Desarrollar el control de la impulsividad.

Bloques temáticos o contenidos

- Conciencia emocional.
- Regulación emocional.
- Autoestima.
- Habilidades socio-emocionales.
- Habilidades de vida.

No siempre se van a poder trabajar todos los objetivos y contenidos nombrados, pero sí sería conveniente que al finalizar las tareas y sus respectivas actividades se debería de haber logrado alguno de esos objetivos.

Para hablar de emociones en educación y dejando a un lado el currículo y la práctica de éstas en el aula aparece otro concepto con especial protagonismo y que, además, es uno de los conceptos más resonantes: educación emocional. Según Bisquerra (2000) se trata de un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social.

La educación emocional parte de la idea de que además de en el círculo familiar, también es importante que las emociones se trabajen dentro de las aulas facilitando así el desarrollo de diferentes competencias emocionales básicas: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, habilidades sociales y competencias para la vida y el bienestar.

Otro de los aspectos a considerar, independientemente del currículo en cuanto a la relación de las emociones-aula, es que también se debería formar al personal docente. Son los maestros los que transmiten sus aprendizajes y los discípulos los que lo absorbe todo. Para ello, sería fundamental que los docentes estuvieran formados y preparados para desarrollar un conjunto de actividades útiles a la enseñanza de las emociones.

Bisquerra y Pérez (2012), dos autores que se dedicaron al estudio de las emociones y educación emocional, en uno de sus artículos proponen el siguiente esquema donde reúnen los aspectos que consideran que tienen especial relevancia para una educación emocional eficaz.



Figura 3. Educación emocional: estrategias para su puesta en práctica de Bisquerra y Pérez.

Propuesta de intervención

Para la preparación y diseño de una unidad didáctica, con el fin de realizarla en un aula de Infantil, tendría que tener en cuenta: qué es lo que queremos que los discentes aprendan, cómo haremos que asimilen dicho contenido, de qué manera trabajaremos como maestros/as para que se alcance dicho aprendizaje y principalmente cómo sabremos si han obtenido las nociones que queremos.

Después de haber visto la importancia de las emociones en el desarrollo del individual, esta propuesta de intervención didáctica va dirigida al trabajo de las emociones, en la que lo que se pretende es que los discentes desarrollen capacidades y habilidades emocionales que les permita comprender, manejar y gestionar las emociones. Dicho concepto se trabajará de forma lúdica y globalizadora, teniendo en cuenta el contexto del aula (desarrollo social, cognitivo, emocional, etc.).

El objetivo general es desarrollar una serie de habilidades y capacidades emocionales de los discentes para que así aprendan a comprender, manejar y gestionar las emociones, tanto propias como las de otros.

A. *Introducción y contextualización de la unidad didáctica*

Para el diseño de la propuesta de intervención voy a desarrollar una unidad didáctica para el trabajo de las emociones (conocimiento, manejo, gestión...). Dicha unidad partirá a través de

un hilo conductor representado por un personaje ficticio (Lía_{anexo2}) y, además, estará compuesta por un conjunto de actividades preparadas desde un enfoque lúdico y dinámico para el alumnado. La utilización de un hilo conductor como un recurso educativo potencia el aprendizaje del concepto que se quiere desarrollar. En este caso, con el empleo del hilo como si fuera un personaje ficticio va a permitir captar la atención de los alumnos, además de que también les motivará a querer seguir sabiendo más sobre el concepto de las emociones.

En cuanto a las características del aula a la que va dirigida la unidad:

Es un grupo compuesto por 16 alumnos y alumnas de 4 años. Se trata de una clase en la que la mayoría aprenden a ritmos muy similares, aunque algunos con pequeñas dificultades. No obstante, avanzan al mismo tiempo en cuanto al desarrollo cognitivo y lingüístico. Además, en el aula existe una buena relación por lo que suelen mostrar actitudes y comportamientos de ayuda entre ellos.

De las características que más destaca entre los discentes es su destreza en actividades de grafomotricidad y conteo, por lo tanto, son dos habilidades que me servirán para diseñar actividades en las que al tiempo que aprenden sobre las emociones también potencian sus habilidades.

B. Justificación de la unidad didáctica

El desarrollo integral de los niños y niñas a estas edades es fundamental y, además, es lo que la educación busca potenciar. Pero, ¿cómo es posible favorecer dicho desarrollo sin tener en cuenta las emociones? En uno de los apartados anteriores ya aparece que en la legislación apenas aparecen contenidos referidos a las emociones, simplemente se limitan a dar pequeñas pinceladas de lo que se debería hacer en las aulas sin ofrecer pautas.

Esta propuesta didáctica está enfocada a la promoción de la salud y la prevención de enfermedades mentales a través de la educación, ya que no solo se debe educar en el aprendizaje de contenidos lingüísticos o matemáticos, sino que educar es un concepto mucho más amplio que recoge diferentes aprendizajes relacionados con el desarrollo personal.

“La educación debe preparar para la vida; o, dicho de otra forma: toda educación tiene como finalidad el desarrollo humano. Cuando hablamos de desarrollo, también nos referimos a prevención. En términos médicos, el desarrollo de la salud tiene como reverso la prevención de la enfermedad. En términos educativos, el desarrollo humano tiene como reverso la

prevención en sentido amplio de los factores que lo puedan dificultar (violencia, estrés, ansiedad, depresión, consumo de drogas, comportamientos de riesgo, etc.).” (Bisquerra, 2005).

Con las actividades propuestas en esta unidad didáctica no solo se limita a la adquisición de un conjunto de habilidades emocionales, sino que lo que también se pretende es que el alumnado acepte sus emociones consiguiendo que la comprensión, gestión y manejo de las mismas sea mejor.

C. Metodología

El uso de la metodología en Infantil puede ser variado, ya que en esta etapa se pueden usar varias metodologías al mismo tiempo para conseguir que el proceso de enseñanza-aprendizaje sea eficaz, siempre y cuando el uso de dichas metodologías se adapte a las necesidades y posibilidades del alumnado. Por tanto, para el diseño de dicha unidad las metodologías aplicadas serán:

- Metodología globalizadora. Partimos de la base de que cualquier aprendizaje ha de ser global, es decir, siempre desde una perspectiva globalizadora en la que el alumnado aprenda y más hablando del concepto de las emociones, ya que es algo tan inespecífico que dicho enfoque global permitirá que se puedan relacionar unos aprendizajes a otros previos y así relacionarlos con los nuevos.
- Metodología basada en la actividad. En la etapa de Infantil es dónde el alumnado aprende a través de su propia experiencia. Los niños deben de experimentar por sí mismos, ya sea observando, explorando o manipulando, para después poder experimentar. Por eso mismo, dicha metodología permite que el alumnado aprenda de forma activa y facilita que los discentes obtengan un cierto grado de autonomía para así poder resolver los problemas de la vida cotidiana y así ir comprendiendo que es lo que implican las emociones.
- Metodología lúdica. El juego es otro de los factores que más influyen en el desarrollo de los escolares. A través del juego los niños adquieren una serie de conocimientos de manera más atractiva para ellos, por eso es importante diseñar actividades en las que el juego esté siempre presente.

Además, de las tres metodologías ya nombradas, es importante señalar que cualquier actividad que se pretenda llevar a cabo en un aula de Infantil ha de ser activa y significativa para el alumnado, ya que son ellos los protagonistas de su propio aprendizaje de manera que tengan la

motivación e interés suficiente como para realizar las tareas. Por eso mismo, como metodología principal se va a utilizar el trabajo por rincones, creando diferentes espacios en la misma aula donde de forma grupal (grupos reducidos) irán realizando las actividades. Básicamente, se trata de una manera de trabajar de forma más organizada en la que todos los discentes trabajan al mismo tiempo, independientemente de estén realizando la misma actividad o no.

Esta metodología me permitirá una mejor observación de los comportamientos y actitudes de los niños para así llevar a cabo una evaluación eficaz.

D. Objetivos y contenidos

Como ya he mencionado antes, el objetivo general del diseño de dicha unidad didáctica es desarrollar una serie de habilidades y capacidades emocionales de los discentes para que así aprendan a comprender, manejar y gestionar las emociones, tanto propias como las de otros.

Se trata de un objetivo general y globalizado, puesto que sí es cierto que la propuesta de intervención va enfocada a que el alumnado consiga dicho objetivo, pero, aun así, hay que tener en cuenta que una vez que se lleve a la práctica se tendrá que adaptar a las capacidades de los discentes teniendo en cuenta su ritmo de aprendizaje.

No solo hay un objetivo general como el anterior, sino que una unidad didáctica también debe estar compuesta por una serie de objetivos didácticos que, a su vez, estén relacionados con los contenidos didácticos que se van a trabajar con las situaciones de aprendizaje. En este caso, los objetivos didácticos son escasos, ya que el diseño de la propuesta pretende que se realice un trabajo constante y eficaz de modo que aquellos conocimientos aprendidos sobre las emociones sean a largo plazo y no solo temporal.

Los objetivos didácticos son:

- Reconocer algunas de las emociones (alegría, tristeza, enfado y miedo).
- Ser consciente de las emociones de sus iguales.
- Diferenciar e identificar entre las diferentes emociones.

Los contenidos didácticos al igual que los objetivos didácticos son escasos, ya que son los que corresponden a los anteriores objetivos. Por tanto, como contenidos tenemos:

- Reconocimiento de las emociones básicas como la alegría, la tristeza, el enfado y el miedo.
- Comprensión de qué y cómo se sienten sus compañeros.

- Diferenciación de las diferentes emociones trabajadas en el aula.

En uno de los apartados del marco teórico ya he puntualizado la presencia del concepto de las emociones en el currículo, por lo que, situando dichos objetivos y contenidos didácticos en el currículo de Infantil de Aragón, haremos hincapié en el primer área del segundo ciclo: Conocimiento de sí mismo y autonomía personal. Por consecuencia, las situaciones de aprendizaje diseñadas estarán enfocadas curricularmente a que los discentes adquieran una serie de habilidades que fomente el conocimiento de sí mismo.

E. Organización

Organización espacial

En cuanto a la organización espacial habrá que tener en cuenta que el espacio principal dónde se realizarán las actividades será en el aula correspondiente al grupo de alumnos, aunque también se utilizará la sala de psicomotricidad y el patio para alguna de las actividades propuestas.

Organización temporal

En cualquier etapa educativa es importante la preparación y organización temporal para el desarrollo de aquello que se quiere llevar a cabo en el aula. En Infantil contamos con el factor espontaneo de los discentes, por eso mismo, este apartado es imprescindible tenerlo en cuenta y contar con cosas que en algunos momentos no se pueden anticipar y así servirá también para desenvolverse mejor en el aula.

Dicha unidad está programada para realizarla durante el segundo trimestre escolar, mientras que en el primer trimestre habrá servido como una pequeña toma de contacto con el concepto de las emociones, además, también se les habrá presentado a Lía, el personaje ficticio que forma parte de la unidad didáctica referida a las emociones.

Se realizarán un total de 8 sesiones repartidas a lo largo de las dos semanas en las que hará dicha unidad didáctica. Los días que se trabajará será el lunes, martes, jueves y viernes.

Aunque el trabajo de la unidad didáctica se hará solo durante dos semanas, el trabajo de las emociones se seguirá realizando a lo largo del curso, para que así el alumnado no pierda el conocimiento adquirido tras realizar las actividades.

Todas las actividades están preparadas para realizarlas después de la asamblea para así previamente haber podido reforzar o introducir algún nuevo contenido en ésta. Además de eso,

se harán antes de la salida del recreo para que el alumnado mantenga durante más tiempo la atención.

El siguiente esquema explica de forma breve la organización temporal que se va a llevar a cabo con las actividades diseñadas. El esquema y cronograma permite que la compresión de del diseño de la unidad didáctica y sus respectivas tareas sean más claras.

Semana previa	¿Cómo me siento hoy? Los pictogramas ¿Quién es Lía?
Semana 1	Actividad: “¿Qué son las emociones” Actividad: “Conocemos a Lía” Actividad: Dinámica con música Actividad: “Dibujando las emociones”
Semana 2	Actividad: Representación de las emociones Actividad: “Hoy me identifico con...” Actividad: “Dibujando las emociones” Actividad: Mesa sensorial

Tabla 1. Esquema de la organización temporal de las actividades diseñadas. Elaboración propia.

*En el desarrollo de la unidad didáctica (apartado G) se explica de forma más detallada de todo en lo que consisten las actividades.

Organización de recursos

Para la organización de recursos encontramos dos tipos: materiales y humanos. En cuanto a los primeros, hay que destacar el material que se va utilizar para el desarrollo de las actividades, éste hace referencia a los materiales comunes que se pueden encontrar en un aula: pinturas, lápices, cuadernos... Además, dentro de los recursos materiales también encontramos la pantalla digital interactiva, el ordenador, el proyector y los altavoces, estos recursos solo serán utilizados en actividades concretas.

En cuanto a los recursos humanos encontramos a la maestra tutora y en caso de que fuera necesario a alguno de los auxiliares de pedagogía terapéutica (PT) y el profesor de audición y lenguaje (AL). Sin olvidar que uno de los recursos con especial relevancia también son las

familias a las que se les informará de la temática que se va a desarrollar durante las próximas semanas para que también lo trabajen en casa.

F. Evaluación

Todo proyecto educativo, independientemente sea una unidad didáctica, un proyecto o un taller, se complementa de la importancia de una evaluación. Dicho proceso es de especial relevancia, puesto que permite recoger información de cómo se han ido realizando las diferentes actividades, es decir, de comprobar que los objetivos han sido logrados para así dar una valoración (positiva o negativa) de la intervención didáctica.

La evaluación de la propuesta diseñada va a consistir en evaluar durante todo el proceso didáctico, es decir, se evaluará previamente, durante la realización de las actividades y al final. De esta manera, primero podremos conocer cuáles son los conocimientos previos del alumnado al tiempo que también vemos cómo es su comportamiento para posteriormente comparar y comprobar si han sido capaces de lograr los objetivos y en parte modificar sus conductas a largo plazo.

Uno de los objetivos principales de evaluación no solo es valorar el grado de adquisición de las actividades, sino que también consiste en valorar el cambio en las actitudes y comportamientos que muestran los alumnos y en conocer la forma en la que las están interiorizando de forma positiva.

La técnica principal a emplear será la observación directa, que al mismo tiempo irá acompañada de los siguientes instrumentos de evaluación:

- Registro anecdótico. Gracias a este recurso podré hacer un registro concreto (día, lugar y hora) de aquellos comportamientos y acciones que el alumnado realiza, observando cada día la evolución de dichos comportamientos.
- Escala de evaluación. Concretamente utilizaré las escalas de estimación de frecuencias donde tras especificar unos indicadores señalaré con qué frecuencia realizan dicha acción.

Las escalas de evaluación empleadas para el valorar el logro de los objetivos propuestos se explican en cada una de las partes que participan en el proceso de evaluación (inicial, durante el proceso y al final).

Además del registro anecdótico, que nos sirve al docente para poder registrar ciertas conductas o algunos de los avances de los alumnos, creo que también es importante que los alumnos

hagan su propio registro. Para ello, se creará el cuaderno de registro propio de cada uno de los niños, éste formará parte de una de las actividades diarias que realizarán durante lo que dure la unidad didáctica.

El cuaderno no solo sirve a los alumnos para ver su progreso, sino que también sirve para que el docente vea los avances que se dan con el paso de las actividades y así pueda evaluar de forma más real el verdadero conocimiento que han adquirido sobre el concepto de las emociones.

La evaluación se hará del siguiente modo:

- Evaluación inicial. Antes de iniciar con las actividades programadas de la unidad didáctica, se hará un pequeño acercamiento sobre dicho concepto (las emociones) para ver si el alumnado posee algún conocimiento. Esta evaluación inicial es importante porque nos permite a los docentes saber el punto de partida del que parten nuestros alumnos. Además, durante este proceso inicial también se pueden observar y registrar las conductas que muestran los discentes para así comparar con la evaluación final, para ello, el instrumento que emplearé será el registro anecdótico.

Ítem	1	2	3	4
<i>Tiene conocimientos previos sobre el concepto de las emociones.</i>	Desconoce de forma total sobre el concepto que se va trabajar.	Muestra mínimos conocimientos sobre que son las emociones.	Es consciente del significado de las emociones, aunque muestra ciertas dificultades de identificación.	Comprende con totalidad la temática que se va a desarrollar en las actividades.

Tabla 2. Escala de la evaluación inicial. Elaboración propia.

- Evaluación del proceso. Quizá sea este el momento más importante de la evaluación, ya que será en este momento en el que se estén desarrollando las actividades de forma óptima o no. Será entonces cuando comprobaremos que se desenvuelven con las tareas acordadas, que muestran una actitud y motivación a la hora de realizarlas al tiempo que adquieren una serie de aprendizajes sobre las emociones.

Con esta evaluación no solo se pretende evaluar que el niño haya logrado o no los objetivos, sino que también se evaluarán las habilidades y competencias emocionales que sea capaz de desarrollar en dicho momento, como, por ejemplo, comprender que le

pasa al compañero o diferenciar entre el enfado o la alegría. Básicamente, se trata de un proceso de evaluación en el que se van a comparar las nuevas conductas o actitudes adquiridas de los discentes con las anteriores.

Ítem	1	2	3	4
<i>Reconoce y comprende las emociones que se están trabajando en las actividades.</i>	No es capaz de reconocer ni comprender las emociones que se trabajan.	Le cuesta identificar entre las emociones trabajadas.	Muestra pequeñas dificultades a la hora de identificar algunas de las emociones.	Identifica todas las emociones que se están trabajando en cada una de las actividades.

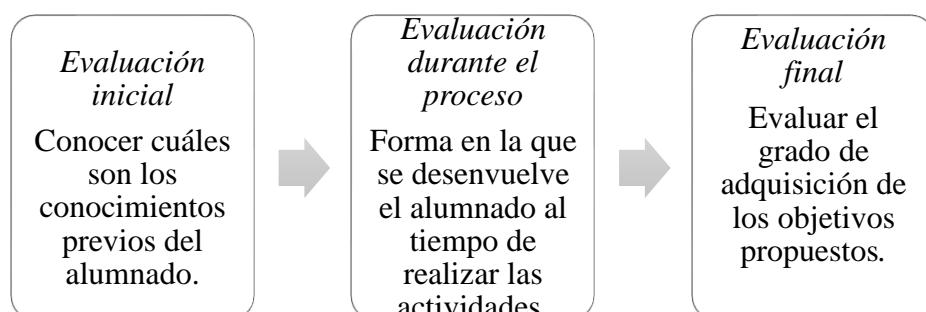
Tabla 3. Escala de la evaluación durante el proceso.

Elaboración propia.

- **Evaluación final.** Dicha evaluación tendrá lugar una vez que el alumnado haya realizado las actividades diseñadas, comprobando que los niños han conseguido los objetivos propuestos en relación a las actividades, además del logro o no de habilidades emocionales.

Ítem	1	2	3	4
<i>Expresa sus emociones de forma positiva y tiene cambios de actitud o comportamientos.</i>	No expresa sus emociones ni muestra cambios de actitud o comportamientos.	A veces consigue expresarse, aunque con dificultades.	Con ayuda es capaz de expresar sus emociones y corregir sus actitudes o comportamientos.	Muestra y expresar al resto sus emociones y cambios favorecedores.

Tabla 3. Escala de la evaluación final. Elaboración propia.



Esquema 1. Esquema proceso de evaluación. Elaboración

No solo se hará una evaluación a los discentes, sino que también es importante llevar a cabo una evaluación del proceso de enseñanza para saber si realmente hemos cumplido nuestros objetivos. Por ello, es fundamental evaluar nuestra práctica docente, por lo que, la labor de enseñanza será evaluada a través de una evaluación global y continua, adoptando un enfoque formativo que me permitirá recabar toda la información necesaria para realizar posibles cambios en la propuesta de trabajo, siempre que sea necesario y, además, también me ayudará para saber qué y cómo puedo mejorar la puesta en práctica.

G. Desarrollo de la unidad didáctica

La unidad didáctica: “*Lía y sus emociones*”, es una unidad didáctica que está enfocada al trabajo del concepto de las emociones y todo lo que éste conlleva. Los temas principales que se van a desarrollar son la comprensión de las emociones (alegría, tristeza, enfado y miedo), la gestión y manejo de las mismas.

La temática de las emociones es algo que se debe de trabajar en todas las etapas educativas debido a la importancia que tienen en el desarrollo evolutivo de los individuos, y más tratándose de individuos en sus primeras etapas vitales. Ofrecer al alumnado la adquisición de una serie conocimientos sobre qué es lo que sentimos, cómo lo expresamos o incluso cómo lo podemos identificar y diferenciar, va a determinar que un futuro los alumnos sean más conscientes de aquello que sienten para así poder comprender, manejar y gestionar sus emociones. Además, la finalidad de esta intervención didáctica es que los discentes adquieran un aprendizaje sobre las emociones y que éste perdure a largo plazo.

Para diseñar y desarrollar una unidad didáctica que resulte motivante e interesante a los niños, es importante crear un incentivo para que los alumnos quieran aprender más sobre el tema que se va a trabajar. Por esa razón, dicha unidad consta de la creación de un personaje ficticio, Lía, que es la que se va a encargar de dirigir algunas de las actividades planteadas. Será a partir de ella también descubrirán nuevos aspectos sobre la forma de sentir con las personas que nos rodean, por ejemplo, la empatía.

Desarrollo de las sesiones

Semana	Sesión 1	Sesión 2	Sesión 3	Sesión 4
1	Asamblea	Asamblea	Asamblea	Asamblea

	<u>Actividad:</u> “¿Qué son las emociones?”	<u>Actividad:</u> El cuento de Lía	<u>Actividad:</u> Emocionómetro	<u>Actividad:</u> “Creamos el rincón de las emociones”
	Cuaderno de registro	Cuaderno de registro	Cuaderno de registro	Cuaderno de registro
2	Sesión 5	Sesión 6	Sesión 7	Sesión 8
	Asamblea	Asamblea	Asamblea	Asamblea
	<u>Actividad:</u> “Dibujamos las emociones”	<u>Actividad:</u> Diccionario de las emociones	<u>Actividad:</u> Mesa sensorial	<u>Actividad:</u> El libro viajero
	Cuaderno de registro	Cuaderno de registro	Cuaderno de registro	Cuaderno de registro

Tabla 4. Cronograma de las actividades.

Elaboración propia.

Semana previa a la realización de las actividades

Si pretendemos realizar una unidad didáctica con sus respectivas actividades, en el aula de Infantil, antes de empezar tendremos que poner al alumnado en contexto. Básicamente, se trata de proporcionarles pequeñas pinceladas de lo que van a trabajar días después.

Por tanto, durante la semana previa tendrán lugar las siguientes actividades:

¿Cómo me siento hoy?

Es una actividad que se hará en las asambleas durante la semana de antes.

Consiste en preguntarles a los alumnos cómo se sienten y darles la libertad para expresarlo como quieran. Quizá se limitan a decir que están contentos, tristes o enfadados (emociones básicas) incluso puede que no sean capaces de explicar el por qué o muestren dificultades para comunicarlo al resto, pero será esto lo que nos permita poner en marcha la evaluación inicial, porque podremos sopesar cuáles son los conocimientos previos que tienen sobre dicho concepto.

*Los pictogramas

La forma visual es en la que los niños aprenden de forma rápida, para ello, esta actividad se realizará con una serie de *pictogramas_{anexo3} que representen las emociones básicas que se van a trabajar posteriormente.

*Se utilizarán pictogramas relacionados con el personaje ficticio de la unidad didáctica para así introducirles las imágenes que más van a ver, pero también se utilizarán los pictogramas básicos de ARASAAC, porque aunque ningún tenga autismo es cierto que dichos pictogramas son más fáciles de reconocer las diferentes expresiones y por tanto las emociones.

Se realizará durante el almuerzo mientras que los niños están terminando. Se trata de ir cogiendo a pequeños grupos de niños para enseñarles los pictogramas y preguntarles si conocen la emoción que representa. De esta manera, al igual que la actividad de la asamblea también permite profundizar más sobre los conocimientos previos que tienen y evaluar si son capaces de diferenciar entre las emociones.

*Una de las actividades que forman parte de la unidad didáctica también se realizará a través de pictogramas, pero más específica a la diferenciación y compresión de las emociones.

¿Quién es Lía?

Una vez que los discentes ya se hayan familiarizado con el concepto que se va a trabajar en la unidad didáctica también se les presentará a Lía, el personaje ficticio que guiará las actividades.

La presentación de dicho personaje les generará intriga, interés y motivación sobre el nuevo tema que van a trabajar en clase. Para la presentación se leerá un cuento, en este cuento la protagonista será Lía que era explicando las emociones: alegría, tristeza, enfado y miedo. En cada capítulo del cuento irá interrelacionado con cada una de las actividades que se van a llevar a cabo.

Desarrollo de las actividades de “Lía y sus emociones”

Asamblea

La asamblea forma parte de una las rutinas más habituales que se realiza en las aulas de Infantil. Es el momento al llegar al colegio donde se reúnen los alumnos con la maestra para “presentar el día”, básicamente se trata de un espacio y momento en el que los niños se pueden expresar contando aquello que más les apetezca.

Esta rutina de Infantil es ideal para poder empezar con el trabajo del concepto de las emociones, puesto que permite que todos alumnos participen mientras que el docente modera y controla el

orden de la misma. La idea de las asambleas diseñadas para esta unidad es poder aproximar a los discentes al concepto que van a trabajar: las emociones.

En las dos primeras asambleas se les dejará la libertad para que se expresen y comuniquen aquello que saben sobre las emociones, de esta manera, podré saber cuáles son los conocimientos previos de los que parten los alumnos. En las siguientes sesiones de asambleas se seguirá la misma dinámica, pero se les preguntará cómo se sienten y que lo identifiquen con diferentes pictogramas que se les mostrará.

Cuaderno de registro

Como ya he mencionado antes, el cuaderno de registro sirve para que los alumnos registren todos los conocimientos que van adquiriendo a lo largo del desarrollo de las actividades de la unidad didáctica. La idea es que cada vez que acaben una de las actividades hechas en el aula tendrán que expresar de forma gráfica o artísticas (dibujos o letras) sobre aquello que han aprendido.

Con este recurso también se les invita a que se expresen de forma libre, cosa que también nos permite ver a nosotros como docentes qué comportamiento y actitudes muestran a la hora de completar el cuaderno. Se trata de evaluar no solo aquello que han adquirido con la actividad, sino que también se trata de una ayuda al docente para observar cambios en sus conductas.

Actividad: “¿Qué son las emociones”

El objetivo de esta actividad es introducir a los discentes a la temática que se va a desarrollar en las próximas tareas que tendrán que realizar. Básicamente, se trata de una actividad en la que se pretende conocer qué son las emociones para los niños y cuáles son sus conocimientos previos, para así posteriormente poder fomentar la conciencia emocional.

Desarrollo de la actividad:

Consiste en realizar una lluvia de ideas en la que se preguntará a los discentes: ¿Qué son las emociones? Gracias a esta pregunta conseguiremos que los niños expresen aquello que piensan sobre qué son las emociones y que consecuencias tienen en nosotros.

Las respuestas a dicha pregunta quizá se limiten al mínimo conocimiento de las relaciones que establezcan ellos mismos, pero también se trata de eso, de darles la posibilidad de que lo expresen para así poder guiarles hacia lo que de verdad significa dicho concepto.

Actividad: “El cuento de Lía”

El cuento en la primera etapa educativa es un recurso muy útil que sirve para que los discentes aprendan nuevos conceptos de una forma dinámica, interesante y motivadora para ellos. Además, la utilización de dicho recurso permite que los alumnos sean capaces de relacionar conocimientos como, por ejemplo, el cuento “El monstruo de los colores” se relacionan las emociones con diferentes colores, por lo que los niños establecen una correlación entre emoción-color y así son capaces de recordarlo más fácilmente.

Una vez que ya se haya trabajado el concepto de forma general a raíz de la anterior actividad, se procederá a presentar el personaje que va a guiar el conjunto de las actividades de la unidad didáctica. La presentación de dicho personaje se hará a través de un cuento^{anexo4} para que así sea de forma más dinámica y motivadora a los alumnos y así captar su atención y generar esa curiosidad e interés por saber más sobre la temática que se va a trabajar.

Desarrollo de la actividad:

Para esta actividad se reunirá a los alumnos en la zona de la asamblea dándoles un espacio cómodo y seguro para que así interactúen con lo que se va a trabajar.

Esta actividad consiste en la lectura de el cuento de Lía, básicamente se leerá el cuento a los niños para después hacerles preguntas sobre aquello que han ido observando y escuchando tras la lectura del cuento. Este cuento también se utilizará para presentar a Lía y también sirve de guía para que los discentes comprendan las emociones que se van a trabajar y cómo se pueden expresar al resto.

Las preguntas que se les harán serán aquellas que estén relacionadas con la historia del cuento, pero al mismo tiempo también se les hará otras preguntas que puedan relacionar con situaciones de su día a día.

Ejemplo de algunas preguntas:

- “A Lía sabemos que le dan mucho miedo las tormentas y por eso prefiere irse a su casa. ¿A vosotros que os da miedo?”
- “Lía se pone super alegre cuando encuentra las flores naranjas. ¿A vosotros que es lo que os pone alegres?”

Actividad: Emocionómetro

Después de la lectura del cuento donde Lía explica cómo se siente en diferentes situaciones, los alumnos serán conocedores de las emociones que se van a trabajar en el aula, pero también

tienen que aprender a interiorizarlas para poder expresarlas con el resto al tiempo que comprenden en que situaciones se pueden sentir igual que Lía. Para ello, hay que darles la oportunidad para que expresen sus emociones en el aula.

Desarrollo de la actividad:

Los niños crearán su propio emocionómetro que estará situado en la zona del rincón de las emociones. Esta actividad permite que los alumnos adquieran habilidades de conciencia emocional propia, ya que expresan que les ha hecho sentirse alegres, tristes, enfadados o con miedo, pero, a su vez, también comprenden las emociones del resto de compañeros porque lo ven de forma visual en el emocionómetro.

Para crear el emocionómetro se les proporcionará a los niños el siguiente material:

- Cartulina
- Pictogramas de la abeja Lía
- Tijeras
- Pegamento
- Pinzas de diferentes colores (cada niño tendrá una pinza de un color)

Con este material harán lo siguiente:

Al final del día los niños irán de forma ordenada al emocionómetro para colocar su pinza, ésta la deberán poner en el pictograma con el que más se identifiquen y una vez que lo hayan hecho todos, procederán a explicar el motivo por el que sienten dicha emoción.



Imagen 1. Emocionómetro. Dibujos de elaboración propia.

Es una actividad cuya creación está preparada para que los niños la realicen en una sesión, pero, en realidad, se trata de una actividad que sirve para que los niños hagan durante todas las semanas. Al fin y al cabo, se trata de crearles una rutina para el trabajo de las emociones.

Actividad: El rincón de las emociones

Crear un espacio en el que los discentes se sientan seguros y cómodos en el aula es muy importante y por esa razón que el aula tenga un espacio para trabajar las emociones es importante.

El rincón de las emociones será donde los niños vayan cuando tengan actitudes o comportamientos en desacuerdo al resto de sus compañeros, por ejemplo, si un niño un día tiene una rabita tendrá que ir al rincón para calmarse y tratar de explicar a la maestra que le ocurre buscando así una solución.

Desarrollo de la actividad:

El rincón se hará con el material que hayan ido haciendo los alumnos en clase sobre las emociones además de que se utilizarán otros como, por ejemplo, el bote de la calma y cuentos infantiles sobre las emociones.

Básicamente se trata de una actividad a largo plazo, es decir, se trata de crear dicho espacio con los niños explicándoles la importancia que tiene y que este espacio se quede durante todo el curso como parte del aula. Y así, se podrá trabajar las emociones en más ocasiones y no solo con la unidad didáctica.

Actividad: “Dibujando las emociones”

Para que los niños comprendan cuáles son las emociones, es importante que también las sepan expresar ya sea oralmente o de forma gráfica. Por eso mismo, dibujar es una técnica que puede ser muy útil para que los niños se comuniquen.

Desarrollo de la actividad:

Los niños dibujarán las diferentes emociones trabajadas en clase, para ello se les dará el siguiente material:

- Folios
- Témperas
- Rotuladores

- Lápices de colores
- *Pictogramas de la abeja Lía y las emociones_{anexo2}

Es una actividad sencilla para que los niños representen las emociones de forma libre tal y como ellos quieran en un dibujo. Una vez que las hayan dibujado, explicarán que emoción es la que han dibujado y también pondrán un ejemplo de una situación en la que sientan dicha emoción.

*Los pictogramas de la abeja Lía servirán de apoyo para el alumnado.

Actividad: El diccionario de las emociones

Hacer partícipes a los niños de la creación del material para el aula sirve para generarles motivación e interés sobre la temática que están aprendiendo. Por tanto, para esta actividad se pedirá la ayuda del alumnado para así crear un diccionario propio de las emociones en el que se recogerán las emociones trabajadas ya en el aula y se añadirán otras: calma/tranquilidad, amor, sorpresa, asco, etc.

La idea es que los niños dispongan de un material que les sirva para categorizar las emociones y así darles un significado racional para poder comprenderlas.

Desarrollo de la actividad:

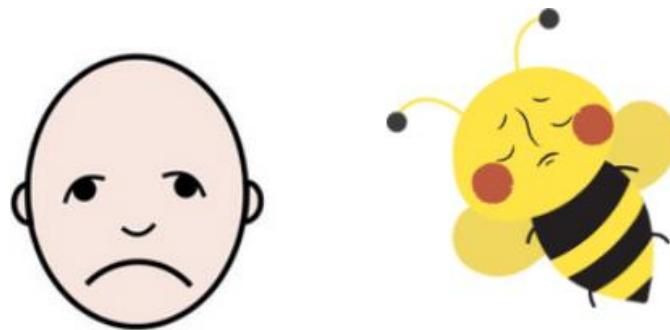
Antes de hacer el diccionario se explicará a los niños en qué consiste la actividad y qué utilidad tiene. Una vez que ya sepan qué tipo de actividad van a realizar, se hará de forma conjunta una lluvia de ideas para que así recuerden las emociones trabajadas en clase y al tiempo que conocen las nuevas emociones que van a ver en el diccionario.

Esta actividad sirve para que los trabajen nuevos conceptos sobre las emociones y también aprendan a identificarlas de forma más sencilla. Además, también se trata de un material que servirá como recurso para mantenerlo durante el curso y repasar el concepto trabajado en el aula.

El material que se va a necesitar es:

- Cuaderno en blanco
- Lápices
- Rotuladores
- Pictogramas de las emociones

Con este material lo que crearán será algo similar a lo siguiente:



Tristeza

Yo me siento triste cuando...

Imagen 2. Ejemplo de lo que sería una de las páginas del diccionario.

Dibujo de elaboración propia.

Actividad: Mesa sensorial

Es importante que los discentes además de comprender e identificar las emociones también las reconozcan y experimenten por sí solos. Por eso mismo, para esta actividad se va a preparar una mesa sensorial que consiste en la recogida de diferentes texturas y ponerlas en una superficie para que después los niños experimenten con éstas.

Desarrollo de la actividad:

Para esta actividad se reunirá a los niños por grupos pequeños en el rincón de las emociones que es dónde estará situada la mesa con las diferentes texturas.

El material que se va a necesitar:

- Mesa
- Bandejas
- Pieles de fruta (naranja y plátano)
- Plastilina

- Arena
- Slime
- Corcho
- Papel de aluminio

Estos materiales se colocarán en la mesa y se repartirán por diferentes bandejas según su textura. Una vez que esté todo preparado, se irá llamando a los alumnos por pequeños grupos para que así vayan a manipular con todas las texturas. Es probable que cada niño sienta algo diferente con las texturas y de eso es lo que trata la actividad, de que cada niño sienta una emoción diferente para que así puedan experimentar por sí mismos y después expresarla al resto de compañeros.

Por ejemplo: Si a un alumno el corcho no le gusta e incluso puede sentir asco, él sabrá qué tipo de material le ha hecho sentir “peor” para así después exponer al resto de niños.

Actividad: Libro viajero

Como ya he explicado en la actividad de “El cuento de Lía”, la lectura es un recurso muy útil y al que se le puede sacar beneficio, ya que se puede preparar de maneras distintas. Por ello, la idea para esta actividad va a ser crear un cuento, en este caso el cuento viajero.

Desarrollo de la actividad:

El único material que se va a utilizar para esta actividad es un cuaderno con folios en blanco y encuadrado, éste será el cuento viajero que crearán los propios alumnos.

Para esta actividad es fundamental que las familias sean conocedoras de la temática que se está trabajando en el aula, además de que también es importante para que así la trabajen en casa con sus hijos. Es por eso por lo que la relación entre escuela-familia en esta actividad es de especial relevancia dado que los niños van a ser los protagonistas de su propia historia y sus familias van a ser quienes les ayuden a representarla en el cuento.

Este cuento irá pasando por todos alumnos del aula, cada viernes se lo llevará uno de ellos y tendrá total libertad de exponer cómo se ha sentido durante el sábado y domingo, para ello puede hacerlo con palabras, con fotos o con dibujos, la idea es que expresen qué emoción o emociones han experimentado, cuáles han sido circunstancias, con quién, etc. Como todos lunes, a la vuelta a clase, el niño que tenga el libro viajero lo tendrá que dejar en el rincón de las emociones y al final de la clase (10 minutos antes de que se vayan a casa), se dará tiempo

para que el alumno en cuestión para que explique al resto de sus compañeros qué emociones ha puesto, por qué las has puesto, etc.

Es una actividad que sirve para poner fin al trabajo de las emociones en el aula, pero al mismo tiempo también permite que la adquisición de los conceptos trabajados en clase no se olvide y se sigan trabajando en pequeños tiempos del aula.



Imagen 3. Plantilla del libro viajero

Dibujo de elaboración propia.

Resultados

Los resultados esperados en cuanto a la intervención didáctica propuesta, están relacionados con el objetivo de los que los alumnos de 4 años identifiquen, gestionen y comprendan sus emociones para así en futuro saber manejarlas de forma que no les afecte a su salud mental.

En principio las actividades planteadas en el diseño están preparadas para que los resultados sean óptimos y duraderos, es decir, se trata de que tras la realización de cada una de las actividades los discentes hayan alcanzado un conocimiento sobre el concepto y, a su vez, sean capaces de retenerlo a largo plazo.

Para saber si estos resultados son válidos o no, el recurso que empleado sería la evaluación, ya que me proporcionaría los resultados tras la realización de las actividades.

Limitaciones

La principal limitación de la propuesta de intervención ha sido, el no poder haberla llevado a la práctica con ningún sujeto de Infantil, por lo tanto, es por eso por lo que no puedo valorar ni

saber si se lograrían o no los objetivos de la unidad didáctica. Además, diseñar una unidad didáctica en la que se plantea trabajar algo tan abstracto y complejo como el concepto de las emociones supone ciertas limitaciones a la hora de pensar en las tareas y actividades que se pretenden realizar.

No es fácil deducir cómo pueden actuar un aula compuesta por alumnos de 4 años, ya que su propia espontaneidad sería uno de los aspectos que dificultaría la realización de algunas de las tareas. Además de que también hay otros aspectos que se debería de tratar: el tiempo de las actividades programadas, las características individuales de los alumnos, la metodología, etc.

Una vez que finalicé la unidad didáctica con sus respectivas actividades, me di cuenta que el tiempo que había considerado como el apropiado para las actividades no era el más óptimo ni suficiente para que los niños obtuvieran un concepto tan complicado como el de las emociones. No obstante, no digo que las actividades no sean apropiadas, sino que debería haber dedicado más tiempo al trabajo de dicha unidad o simplemente haberlo repartido de otra manera para que así el conocimiento resultará más eficiente.

En cierta medida, tener la incertidumbre de no saber si dicha propuesta de intervención resultaría eficaz o no en las aulas de Infantil también genera frustración personal, dado que no hay manera objetiva para comprobar que todo lo planteado y diseñado puede servir para un futuro poder aplicarlo con individuos.

Conclusiones

A lo largo de este proyecto se ha trabajado el concepto de las emociones, algo difícil de explicar y comprender. No obstante, a pesar de ser una temática complicada, también se ha podido demostrar la gran importancia que tiene en nuestro desarrollo individual, puesto que está comprobado que las emociones nos acompañan día tras día y que afectan a nuestro comportamiento, de ahí la relevancia para trabajarla desde Educación Infantil.

Aunque puede resultar complejo, es de especial importancia que las personas sepamos identificar, comprender y gestionar nuestras emociones y las de otros individuos. Debería formar parte de nuestra rutina para así poder evitar y prevenir de posibles problemas mentales y conseguir fomentar la salud mental.

En este trabajo he expuesto la relevancia de los centros escolares para trabajar este concepto ya desde Educación Infantil, además de que también he proporcionado una propuesta de intervención: una unidad didáctica. Ésta está compuesta por diferentes actividades que pueden

ser de gran utilidad para desarrollar y trabajar las emociones con el alumnado de la etapa de 3 a 6 años. Evidentemente, se trata de una tarea compleja y que no solo depende de los aprendizajes y de la educación emocional que adquieran en la escuela, sino que se trata de una tarea conjunta de escuela-familia, es decir, un acompañamiento mutuo para que sea eficaz y los niños adquieran aprendizajes tanto dentro de ámbito escolar como fuera del mismo.

Como conclusión, final he de señalar que a raíz de este trabajo me he dado cuenta de la poca relevancia que se le da a las emociones. Como individuos de una sociedad simplemente nos limitamos a dejarlas en un segundo plano, incluso tercero, cuando en realidad deberían estar en el primero, además de que no recibimos una educación emocional para poder comprender y gestionar nuestras emociones. Además, he de señalar lo complejo que ha sido realizar una búsqueda de información correcta que se adaptara a lo que me hubiera gustado exponer de forma más detallada, principalmente en lo referido a la aplicación y trabajo de las emociones en las aulas de Infantil.

Las emociones viven y conviven con nuestra persona interior, no debemos descuidarlas ni que las descuiden, sino que debemos ser conscientes del gran impacto que pueden tener en nuestros pensamientos y comportamientos, pues forman parte de nosotros.

Bibliografía

- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, Vol. 21, nº1, págs. 7-43.
- Bisquerra, R. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista Interuniversitaria del Profesorado*, 19(3), 95-114. Universidad de Barcelona.
- Bisquerra, R., y Pérez, N. (2012). Educación emocional: estrategias para su puesta en práctica. *Revista de la Asociación de Inspectores de Educación en España*.
- Bisquerra, R., Punsent, E., Mora, F., et al. (2012). ¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia. *Faros: Observatorio de salud de la infancia y adolescencia*. Barcelona: Hospital Sant Joan de Déu.
- Cano, A. (1989). Cognición y emoción.
- Chóliz, M. (2005). Psicología de la emoción: el proceso emocional.

Fernández, M., Giménez, M., y Quintanilla, L. (2014). Toddlers's understanding of basic emotions: identification, labeling and causality / La comprensión temprana de las emociones básicas, identificación, etiquetado y causalidad. *Infancia y aprendizaje*. 37(3) 569-601.

Fernández, E., y Jiménez, M. (2010). Psicología de la emoción. *Psicología de la emoción*. (Capítulo 1).

García, J. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista Educación*, 36(1), 97-109. Guanacaste, Costa Rica.

Greenberg, L. (2000). Emociones: una guía interna. *Bilbao: Desclée de Brouwer*.

Lantieri, L. (2010). Las emociones van a la escuela. *National Geographic, Monográfico Cerebro y emociones*, 1, 66-73.

Lolas, F. (2008). Las emociones. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 46(2), 152.

López-Cassà, E. (2003). Educación emocional: programa para 3-6 años. *WK Educación*.

Piqueras, J., Linares, V., Martínez, A. y Oblitas, L. (2010). Emociones negativas y salud. <http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2010/joseantoniofigueras.pdf>

Mestre, J., Serrano, N., Guil, R y Jiménez, M. (2012). Regulación de emociones: una visión pragmática e integradora desde el modelo circumplejo la regulación de las emociones: concepto y fundamentos. Recuperado de:

https://www.researchgate.net/publication/234173367_REGULACION_DE_EMOCIONES_UNA_VISION_PRAGMATICA_E_INTEGRADORA DESDE_EL_MODELO_CIRCUMPLEJO_LA_REGULACION_DE LAS_EMOCIONES_CONCEPTO_Y_FUNDAMENTOS

Referencias legislativas

Orden del 28 de marzo de 2008, del Departamento de Educación, Cultura y Deporte en la Comunidad Autónoma de Aragón. En el boletín oficial de Aragón, 43 de 14 de abril de 2008, 4943 a 4974.

LOE (2006). En el Boletín Oficial del Estado, núm. 106 del 4 de mayo de 2006.

Anexos

Anexo 1, “El monstruo de colores”.



Imagen 1. Cuento infantil “El monstruo de colores” de la autora Ana Llenas.

Anexo 2, el personaje Lía.



Imagen 2. Personaje ficticio que guía la unidad didáctica.

Anexo 3, los pictogramas.



Imagen 3. Pictogramas empleados para la realización de algunas actividades.

Anexo 4, “La abeja Lía”.





Imagen 4. Cuento de diseño propio para trabajar las emociones.