



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin de Grado

Magisterio Infantil

Educación emocional a través de los sentidos: propuesta de
intervención para alumnado de educación infantil de un centro de
educación especial

Emotional education through the senses: an intervention proposal for
early childhood education students in a special education center

Autora:

Rosa María Beltrán Robles

Doctor:

Carlos Enrique Salavera Bordas

Facultad de Educación

Universidad de Zaragoza

Curso 2024-2025

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	4
2. JUSTIFICACIÓN	6
3. MARCO TEÓRICO	9
3.1. Conceptos importantes	9
3.2. Educación emocional	10
3.3. Educación emocional en educación	12
3.4. Educación emocional en educación infantil	13
3.5. Educación emocional en educación especial	15
4. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	18
4.1. Descripción	18
4.2. Justificación	18
4.3. Vinculación con el currículum	19
4.4. Objetivos	22
4.5. Contenidos	23
4.6. Metodología	23
4.7. Temporalización	25
4.8. Recursos	26
4.9. Desarrollo de la propuesta	27
4.10. Evaluación	40
5. CONCLUSIONES	44
6. LIMITACIONES	46
7. PROSPECTIVA DE FUTURO	47
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	48
ANEXOS	52
ANEXO 1: Tablero de comunicación	52
ANEXO 2: Colección “Sentimientos” de Trace Moroney	55
ANEXO 3: “Paula y su cabello multicolor” de Carmen Parets	56

RESUMEN

Este Trabajo de Fin de Grado está centrado en la educación emocional, destacando su importancia en la educación especial, concretamente, el alumnado de la etapa de Educación Infantil. Este alumnado presenta diversas dificultades, y una de ellas es el desarrollo de las competencias emocionales. Esto conlleva una dificultad en sus habilidades emocionales, y por tanto, también en sus habilidades sociales y en su participación en la sociedad.

Es por ello tan esencial contar con programas emocionales realmente eficaces. Eso es lo que pretende este trabajo, con el diseño de un programa para conocer, identificar y saber expresar las emociones básicas. Para ello, se han planteado sesiones en las que se trabaja la educación emocional a través de la estimulación sensorial.

El desarrollo de los sentidos es fundamental para un adecuado desarrollo integral, ya que es a través de ellos como el alumnado conoce el mundo que les rodea y conecta con el mundo. Por ello se plantean diversas actividades y materiales que estimulen sus sentidos.

Conocer sus emociones mientras desarrollan sus sentidos les permite alcanzar un buen autoconcepto y tener una buena autoestima, generando una base sólida para su desarrollo personal y social.

Palabras clave: educación emocional, educación especial, educación infantil, estimulación sensorial, propuesta de intervención, emociones básicas.

ABSTRACT

This Final Degree Project is focused on emotional education, highlighting its importance in special education, specifically, students in the Infant Education stage. These pupils present various difficulties, and one of them is the development of emotional competences. This leads to difficulties in their emotional skills, and therefore also in their social skills and their participation in society.

That is why it is so essential to have really effective emotional programmes. This is the aim of this work, with the design of a programme to know, identify and learn how to express basic emotions. To this end, sessions have been designed to work on emotional education through sensory stimulation.

The development of the senses is fundamental for an adequate all-round development, as it is through them that pupils get to know the world around them and connect with the world. For this reason, a variety of activities and materials are proposed to stimulate their senses.

Knowing their emotions while developing their senses allows them to achieve a good self-concept and self-esteem, generating a solid base for their personal and social development.

Key words: emotional education, special education, early childhood education, sensory stimulation, intervention proposal, basic emotions.

1. INTRODUCCIÓN

He decidido realizar mi Trabajo de Fin de Grado (TFG) sobre la educación emocional y su importancia para el alumnado con necesidades educativas específicas debido a varios factores.

En primer lugar, desde hace varios años, y en especial desde que empecé la carrera de Magisterio en Educación Infantil, he considerado esencial la presencia de la educación emocional durante todas las etapas educativas, y sobre todo desde el principio, es decir, ya en Educación Infantil, de acuerdo con Goleman (1995). En el primer año de la carrera se juntaron varios elementos. Personalmente, el cambio de etapa fue bastante importante, ya que significaba cambiar de espacio, de compañeros y compañeras, de docentes, de ambiente, y volver a ser el alumnado más pequeño del centro. Es decir, tocaba volver a empezar, nuevos conocimientos y aprendizajes. Y no solo esto, sino también un cambio personal, si me paro a pensar en la persona que entró el primer día a la Facultad de Educación de Zaragoza y la persona que ha terminado las últimas prácticas y está escribiendo este TFG, son dos personas muy distintas. En estos cuatro años he crecido, en todos los ámbitos de la vida, y en este cambio que ha supuesto una mejora, las emociones han jugado un papel esencial. Esto se debe a que he afrontado situaciones que nunca antes había experimentado, y sin una buena gestión emocional hubiera sido imposible, ya que tal y como afirma Brackett (2020), tener las herramientas emocionales adecuadas permite hacer frente a las situaciones complicadas. Desde la enseñanza en la carrera, desde el primer momento, y en casi todas las asignaturas, nos explicaron la importancia de educar en las emociones al alumnado, y pensando en mi paso por el sistema educativo, fui consciente de que es completamente cierto. Durante toda mi vida, ha sido mi familia quien se ha encargado de educarme en cuanto a mis emociones, y yo misma a través de relacionarme con otras personas, en especial mis amigos más cercanos. Si desde el sistema educativo se le hubiera dado más importancia a las emociones y su gestión, la forma en la que me he enfrentado a diversas situaciones durante mi vida habría sido diferente, y mucho más sencilla.

Por otro lado, mi interés por el alumnado con necesidades educativas, aunque siempre ha estado presente, ha incrementado este último año. Desde que era pequeña he tenido interés por saber y conocer más acerca del alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo, ya que el colegio al que iba es un centro preferente de alumnado con Trastorno del Espectro Autista (TEA), por lo que siempre he tenido compañeros o compañeras de clase con TEA. Todos los profesionales trataban de transmitirnos el respeto por la diversidad de todo el alumnado, enseñándonos que nuestras diferencias son oportunidades de aprendizaje que nos

hacen especiales y únicos (Ainscow, 2001). Desde la carrera, gracias a la elección de la mención de Atención a la Diversidad, he tenido la oportunidad de realizar las prácticas en un colegio de educación especial. Aunque en un principio lo escogí con la intención de aprender y conocer la realidad que no se suele contar, estas últimas prácticas me han enseñado lo mucho que disfruto aprendiendo del alumnado de educación especial.

Al decidir el centro de prácticas, supe que el tema del TFG tenía que estar relacionado con el centro, para poder plasmar en él todo lo que iba a aprender. Eso es lo que pretendo en este TFG, reflejar todo lo que he vivido y aprendido durante este último curso, y especialmente, durante estas últimas prácticas, además de investigar y conocer más sobre la educación emocional y su aplicación en la educación especial.

2. JUSTIFICACIÓN

Desarrollar competencias emocionales es la base para tener una vida de calidad, tanto es así que de ellas dependen todos los aspectos del futuro, desde el ámbito laboral hasta el social. Todos los puestos de trabajo son desempeñados por personas, y sin unas buenas competencias emocionales y sociales, a veces, el trabajo a realizar no se hace cómo se debe, sea el que sea. Es decir, tener una buena base de habilidades emocionales y sociales es necesario para responder de forma eficiente a las necesidades que la sociedad nos plantea (Bisquerra y Mateo, 2019).

Para poder tener la capacidad de responder eficientemente a las necesidades de la sociedad en el futuro adulto, hay que empezar a desarrollarlas desde las etapas más iniciales de la vida. Por tanto, en Educación Infantil, tal y como establece el Real Decreto 95/2022, la educación emocional es una de las partes que se deben incluir en las enseñanzas. A lo largo de toda la ley se dedican varios apartados a las emociones, comenzando por establecer como finalidad de la Educación Infantil el desarrollo integral y armónico del alumnado en todas sus dimensiones, incluyendo entre estas la dimensión emocional, junto con la dimensión física, la social o la cognitiva, entre otras (Artículo 4). Asimismo, destaca la práctica de experiencias de aprendizaje emocionalmente positivas junto con la atención a la gestión emocional (Artículo 6) y el desarrollo de las capacidades emocionales y afectivas (Artículo 7). De la misma forma, en el Área 1. Crecimiento en Armonía establece como segunda competencia específica lograr el bienestar emocional y la seguridad afectiva a través de reconocer, manifestar y regular progresivamente las emociones para poder expresar necesidades y sentimientos, además de los saberes básicos de desarrollo y equilibrio afectivo (saber básico B) junto con la interacción socioemocional en el entorno (saber básico D). Aunque estos apartados sean específicos del ámbito emocional y afectivo, también se nombra durante el resto del documento. Es decir, en toda la labor docente es necesario fomentar el desarrollo de habilidades emocionales, ya sea de forma específica o transversal.

Todo lo expuesto en esta ley, atiende a la realidad actual de las sociedades. Lipovetsky (2006) explica que las sociedades postmodernas, o sociedades hipermodernas del siglo XXI como él las denomina, buscan algo más allá del materialismo y la posesión de objetos, anhelan un nuevo sistema de valores y una nueva forma de relacionarse, tanto con uno mismo como con otras personas e incluso con los objetos y el tiempo. Así, el fin último es encontrar la felicidad personal.

A lo largo de la historia, la felicidad ha sido objeto de estudio por muchas disciplinas, como la filosofía o la política, por lo que ha recibido diversas denominaciones, aunque la idea

central ha sido siempre la misma. Por ejemplo, Bisquerra (2000) hace referencia a este constructo como bienestar subjetivo, y lo define como la vivencia de experimentar emociones positivas. El interés por el estudio del bienestar subjetivo se debe a que constituye el fin último que todo ser humano busca alcanzar. Sin embargo, es un concepto difícil de definir, ya que cada individuo se basa en sus propias vivencias, principios e ideas personales sobre lo que significa sentirse bien y satisfecho con la vida, por lo que hay tantas formas de bienestar como personas.

Cuando las personas son felices y disfrutan de sus experiencias, la vida en sociedad es mucho más sencilla y agradable. Es por ello que las sociedades actuales pretenden que sus ciudadanos se sientan satisfechos con sus vidas. No solo se beneficia uno mismo, sino que también es ventajoso para los demás. En cambio, vivir en una sociedad que puede cubrir las necesidades físicas y materiales, pero no es capaz de ofrecer la alegría que toda persona necesita para alcanzar el bienestar en todos los ámbitos, es una escena dura de pensar y más complicada de vivir (Fernández-Berrocal y Ruiz, 2008).

Naturalmente, a veces es complicado disfrutar de las experiencias y sentir un bienestar subjetivo teniendo en cuenta el mundo en el que vivimos, y todas las noticias negativas que afligen a la humanidad sobre , por ejemplo, guerras y violencia. Claramente no podemos vivir ajenos a todo lo que sucede a nuestro alrededor, pero no podemos dejar que eso nos afecte de forma perjudicial y nos impida vivir. El reto es intentar coexistir con ello (Bisquerra, 2000).

Es en este punto en el que se demuestra la importancia de contar con una educación emocional de calidad. Las emociones forman parte de la vida desde el nacimiento, así que tienen una función esencial en todas las etapas del desarrollo (López, 2005).

Sin embargo, las emociones no fueron una preocupación hasta que Peter Salovey y John Mayer, en el año 1990, publicaron el artículo *Emotional Intelligence*, y posteriormente Daniel Goleman publicó su libro *Inteligencia Emocional* basándose en dicho artículo. Gracias a este libro las emociones y el concepto de inteligencia emocional comenzaron a tener importancia en todos los contextos (Bisquerra, 2012).

Concretamente, yo me voy a centrar en el ámbito educativo, más específicamente, en el ámbito de la educación especial y el alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo. Tal y como ya he comentado, en Educación Infantil la finalidad es promover el desarrollo integral y armónico del alumnado en todas sus dimensiones, incluyendo obviamente la dimensión emocional (Real Decreto 95,2022, Artículo 4).

Adquirir las competencias emocionales necesarias es un reto para el alumnado, especialmente para el alumnado con necesidades educativas especiales, debido a que suelen

presentar dificultades en su desarrollo emocional y afectivo, tanto para comprender y gestionar sus propias emociones como las ajenas, además de comprender su entorno social. El bienestar emocional está estrechamente vinculado con la calidad de las relaciones sociales efectivas que estos menores mantienen. Sin embargo, relacionarse de forma adecuada con los demás resulta una tarea compleja si no existe una buena relación con uno mismo. Por esta razón, es fundamental prestarles una buena educación emocional que les aporte estrategias para conocerse y saber cómo gestionarse, sobre todo en estas edades tan tempranas (Melero, 2024).

3. MARCO TEÓRICO

3.1. Conceptos importantes

La educación emocional es un tema muy completo a la hora de abordarlo, a causa de todos los conceptos que incluye. A continuación, antes de entrar en materia, es importante distinguir entre dichos conceptos clave, ya que pueden dar lugar a confusión, y así poder llegar a comprender la verdadera importancia y el alcance que tiene la educación emocional.

En primer lugar, es necesario saber lo que es realmente una emoción, y todo lo que implica. Rafael Bisquerra (2000) publicó un libro con el título de *Educación emocional y bienestar*, en el cual define una emoción como “un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan habitualmente como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (p. 61).

Las emociones se manifiestan en tres niveles diferentes. El primero de ellos es el neurofisiológico, el cuerpo produce unas respuestas involuntarias como taquicardias o hipertensión que las personas no pueden controlar, pero sí prevenir con técnicas como la relajación. El segundo componente es el conductual, el individuo se comporta de una forma u otra atendiendo a la emoción que experimenta, a través de la expresión facial o movimientos corporales. Y el tercero, y último componente, es el cognitivo, la sensación consciente de la persona, es decir, el sentimiento o la etiqueta que se le da a la emoción para reconocerla cuando se experimenta (Bisquerra, 2003).

Para reconocer que las emociones involucran aspectos neurofisiológicos, cognitivos y conductuales y saber gestionarlas hay que tener desarrollada la inteligencia emocional. Este es un concepto muy amplio que, como ya he comentado en la justificación, comenzó a conocerse más popularmente en 1995 gracias a Daniel Goleman. Goleman habla de la inteligencia emocional como un conjunto de capacidades como la automotivación, la perseverancia ante la frustración, el control de impulsos, el retraso de las recompensas, la regulación de los estados de ánimo, la gestión de la angustia, la empatía y la confianza en los demás.

Teniendo en cuenta todas estas habilidades, la inteligencia emocional se puede definir como la capacidad de tomar conciencia sobre las emociones, tanto las propias como las de las demás personas, así como la habilidad para regularlas. Alcanzar la regulación de las emociones, ya sean propias o ajenas, implica primero tomar conciencia de las mismas. Para regular las emociones propias, hay que encontrar el punto medio entre dos extremos dañinos, la impulsividad y la represión, lo cual es complicado de adquirir. Regular las emociones

ajenas también es posible, ya que las conductas propias afectan a las emociones de los demás, así como a su comportamiento (Bisquerra, 2012).

La conciencia y la regulación emocional son dos competencias básicas, esenciales para poder construir un bienestar personal y social, ya que permiten afrontar con mayor facilidad los retos que la vida pone en el camino (Bisquerra, 2012). Para ello, hay que desarrollar una serie de competencias emocionales. La competencia emocional implica varios procesos y consecuencias, y se entiende como “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales” (Bisquerra, 2003, p. 22).

Bisquerra (2003) establece las siguientes cinco competencias emocionales:

1. Conciencia emocional: tomar conciencia de las emociones propias y las ajenas, además de captar el ambiente emocional de un determinado contexto.
2. Regulación emocional: habilidad para gestionar de forma adecuada las emociones, lo cual implica reconocer su relación con el pensamiento y la conducta, tener estrategias efectivas de afrontamiento, y generar emociones positivas propias de forma autónoma, entre otros aspectos.
3. Autonomía personal: conjunto de cualidades vinculadas con la autogestión personal, tales como autoestima, actitud positiva, responsabilidad, análisis crítico de normas sociales, buscar ayuda y recursos y autoeficacia emocional.
4. Inteligencia interpersonal: aptitud para mantener relaciones sociales satisfactorias, lo cual implica aplicar habilidades sociales, comunicación efectiva, respeto, asertividad, entre otros aspectos.
5. Habilidades de vida y bienestar: conjunto de competencias para asumir conductas apropiadas y responsables en la resolución de problemas personales, familiares, profesionales y sociales, con el fin de fomentar el bienestar personal y social.

3.2. Educación emocional

El concepto actual de educación emocional proviene de diversas aportaciones formuladas por teorías psicológicas como la Psicología Evolutiva o la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner. Para comprender la importancia de la educación emocional es esencial conocer su tránsito por estos enfoques teóricos (López, 2005).

La Psicología Evolutiva ha tenido a considerar el desarrollo emocional como una de las partes que constituyen el desarrollo cognitivo (López, 2005). Por otro lado, la teoría de las

inteligencias múltiples de Gardner (1995) identifica siete tipos de inteligencias que componen la inteligencia humana. Cada una de ellas tiene su propio desarrollo y agrupa una serie de habilidades. Dependiendo de cada situación las personas utilizan una inteligencia u otra. Ser inteligente en una de ellas no implica serlo en todas las demás.

Las inteligencias relacionadas con la educación emocional son dos. La primera de ellas es la inteligencia interpersonal, que consiste en la capacidad para entender a los demás e interactuar satisfactoriamente con ellos, identificando sus emociones. Mientras que la segunda de ellas es la inteligencia intrapersonal, que hace referencia a la capacidad de entenderse a uno mismo.

Teniendo en cuenta estos enfoques, la educación emocional implica enseñar y ayudar a saber cómo validar las emociones, tener empatía, identificar y nombrar las emociones, establecer límites, expresarse y relacionarse de forma asertiva, quererse y aceptarse a uno mismo, respetar a los demás y proponer estrategias para la resolución de conflictos (López, 2005).

Concretamente, Bisquerra (2000) define la educación emocional como:

Proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social. (p. 243)

La educación de las emociones tiene que ser el enlace entre aproximarse a lo que se quiere ser, desde un punto ético y moral, y lo que ya se es, biológicamente, ya que gracias a las herramientas y técnicas que ofrece, las personas tienen más habilidades para enfrentarse a situaciones que inevitablemente suceden en la vida (López, 2005 y Bisquerra, 2000). Es por ello que Bisquerra (2000) considera la educación emocional como una herramienta de prevención primaria específica, ya que proporciona recursos y estrategias para evitar la aparición de dificultades emocionales o conductuales. Además, no solo previene posibles disfunciones que puedan surgir a lo largo de la vida, sino también fomenta el desarrollo de actitudes y comportamientos constructivos frente a los destructivos.

Por su parte, Bach y Darder (2002) destacan que educar emocionalmente implica desarrollar unas actitudes afectivas que favorezcan la armonía entre el pensamiento, la

emoción y la acción, haciendo frente a los problemas que aparezcan en el camino sin que la autoestima se vea afectada.

3.3. Educación emocional en educación

La inteligencia emocional se está investigando desde hace más de veinte años y es un tema de conversación muy recurrente. A pesar de ello, en la práctica educativa no ha habido un gran cambio en cuanto a este aspecto (Bisquerra, 2012).

El bienestar personal y social, y por ello, el bienestar emocional, debería ser el principal objetivo en la educación. Para poder experimentar emociones positivas es necesario aprender a regular de forma adecuada las emociones negativas, desarrollando habilidades que favorezcan una vida completa y dichosa. Por tanto, la meta de la educación sería permitir a las personas valorar de forma positiva la calidad total de su vida. Es decir, dirige el foco de atención hacia el desarrollo integral, evitando una visión más individualista, y así buscar un equilibrio entre la dimensión personal y la social (Bisquerra, 2011).

Hace años eran las familias quienes se encargaban de enseñar valores y habilidades afectivas y sociales. Sin embargo, en la sociedad actual las familias no tienen la formación necesaria para enseñar a sus hijos e hijas habilidades emocionales y sociales necesarias para alcanzar la felicidad en el sistema social actual (Noddings, 2003).

Hoy en día, es el sistema educativo el que asume esta función, y debe preocuparse por el desarrollo integral del alumnado, a pesar de no contar tampoco con la formación necesaria. Los centros educativos y las familias, con el apoyo de la Administración pública y una formación adecuada, podrían colaborar en un proyecto social común para formar a las nuevas generaciones en una perspectiva del bienestar (Bisquerra, 2011).

Hay una gran variedad de estrategias y procedimientos a través de los cuales se puede llevar a cabo la práctica de la educación emocional. Bisquerra (2000) establece tres formas: la intervención por programas, el modelo de consulta y la transversalidad. A continuación voy a explicar más detenidamente cada una de estas estrategias.

En primer lugar, crear programas específicos centrados en las emociones puede llegar a ser una tarea compleja en un centro educativo, pero se puede intervenir a través de diversas formas que se pueden aplicar durante determinados momentos, sin perder la intencionalidad de implementar un programa. Estas formas son: orientación ocasional, aprovechar momentos determinados para impartir contenidos relativos a la educación emocional; programas en paralelo, actividades que se realizan al margen de las asignaturas y normalmente fuera del horario escolar; asignaturas optativas, que puede ofertar el centro; asignaturas de síntesis, que

integra conocimientos de varias asignaturas, en este caso aspectos relacionados con la educación emocional, y solo se imparten durante un periodo breve de tiempo; acción tutorial, durante las sesiones grupales de tutoría se explican contenidos de educación emocional; integración curricular, los docentes incluyen en sus temarios contenidos sobre educación emocional; integración curricular interdisciplinaria, varios docentes se coordinan para incluir en sus sesiones contenidos, sincronizados entre sí, sobre educación emocional respectivos a sus asignaturas; Sistema de Programas Integrados (SPI), varios programas diferentes con un sentido en sí mismos, se coordinan e imparten de forma interrelacionada contenidos vinculados con la educación emocional (Biquerra, 2000).

La implementación de los programas debe complementarse con el modelo de consulta, donde dos profesionales de diferentes ámbitos se relacionan. Es una intervención indirecta en la que el consultor (docente de orientación o psicopedagogía) apoya al consultante (tutor o maestro) para aumentar su conocimiento y desarrollar habilidades, ayudando así a su relación con el cliente (familia o alumnado). En el ámbito educativo, se traduce en las tutorías de los docentes con las familias, para lo cual se necesita el apoyo de los especialistas en orientación o psicopedagogía para dotar de mayor conocimiento al maestro y ayudar a que desarrolle cualidades de utilidad para afrontar otras situaciones futuras (Biquerra, 2000). Un modelo de intervención psicopedagógica adecuado en educación son las consultas colaborativas, un enfoque en el cual ambas partes, el consultor y el consultante, comparten la responsabilidad en todas las fases del proceso. A veces, es el consultor quien tiene tutorías con el cliente, siendo una intervención directa (Bisquerra, 1998).

En cuanto a la transversalidad, consiste en aprovechar las circunstancias que ocurran en el día a día del aula para tratar los temas que el equipo docente considere importantes, en este caso, la educación emocional. Es decir, se preparan una serie de materiales sobre educación emocional ajustados a las temáticas de los contenidos que se van a tratar durante el curso, para implementarlos en determinados momentos complementados a los proyectos más académicos y curriculares (Bisquerra, 2000).

3.4. Educación emocional en educación infantil

Las personas están acompañadas por sus emociones desde su nacimiento y durante todas sus vivencias, por lo que es esencial comenzar en las primeras etapas de la vida a educar en las emociones. Las emociones influyen en todos los procesos evolutivos, desde la

creación de la personalidad hasta las relaciones sociales, por lo que condicionan todas las decisiones que toman los seres humanos (López, 2005).

Teniendo en cuenta esta influencia, su enseñanza debe integrarse en la educación de los niños y niñas desde los primeros años. En la etapa de Educación Infantil los centros educativos ya tienen la responsabilidad de educar a su alumnado en competencias emocionales básicas. Varias investigaciones demuestran los efectos positivos que genera la educación emocional temprana en el desarrollo integral de las personas (Bisquerra, 2011).

Sin embargo, para adquirir las competencias emocionales hace falta mucho tiempo de entrenamiento, ya que son habilidades que cuesta automatizar. Para que los programas influyan realmente, un buen entrenamiento son sesiones de 45-60 minutos a la semana, durante todo el curso y a lo largo de varios años (Bisquerra, 2011).

En educación infantil hay algunos objetivos que se pueden plantear en referencia a la educación emocional. Para que estos objetivos se cumplan de forma eficiente es necesario contar con toda la comunidad educativa, es decir, tanto los profesionales del centro escolar como las familias y otros agentes educativos responsables de la educación del alumnado (López, 2005).

Los objetivos generales que se pueden plantear son (López, 2005 y Bisquerra, 2000):

- Favorecer el desarrollo integral.
- Proporcionar estrategias para tener una actitud positiva.
- Fomentar el respeto.
- Aprender a fluir.
- Potenciar el esfuerzo y la auto-motivación.
- Trabajar la tolerancia ante la frustración.
- Adquirir conocimiento sobre las emociones propias.
- Identificar las emociones ajenas.
- Aprender a relacionarse de forma satisfactoria.
- Gestionar las emociones negativas y sus efectos.
- Facilitar las interacciones grupales para un buen ambiente en el aula.

Alcanzar estos objetivos es cuestión de ir trabajando en el día a día del aula, y de forma transversal ir desarrollando diversos contenidos de la educación emocional. No es necesario trabajarlos de forma específica en el aula, sino aprovechar los momentos que surgen diariamente durante el proceso de enseñanza-aprendizaje y las oportunidades que ofrecen los contenidos más académicos. Aunque cada contenido es diferente, todos se complementan entre sí, es decir, la educación emocional está formada por todos ellos. Es por

eso que deben contemplarse desde un punto de vista global, trabajándose de forma conjunta (López, 2005).

Diferentes autores tratan los contenidos sobre educación emocional que se pueden trabajar. Goleman (1995) establece cuatro componentes que deberían incluirse en un programa de educación emocional: dinámica de grupos, negociar soluciones, conexión personal, y análisis social. Además, establece siete componentes esenciales en el aprendizaje: autoconfianza, curiosidad, intencionalidad, autocontrol, relaciones sociales, capacidad de comunicar, y cooperación.

Por otro lado, y más específicamente centrado en Educación Infantil, López (2005) establece cinco contenidos esenciales: conciencia emocional, regulación emocional, autoestima, habilidades socio-emocionales, y habilidades de vida diaria.

3.5. Educación emocional en educación especial

La Ley Orgánica 3/2020 (LOMLOE), establece en su Artículo 73. Ámbito:

1. Se entiende por alumnado que presenta necesidades educativas especiales, aquel que afronta barreras que limitan su acceso, presencia, participación o aprendizaje, derivadas de discapacidad o de trastornos graves de conducta, de la comunicación y del lenguaje, por un periodo de su escolarización o a lo largo de toda ella, y que requiere determinados apoyos y atenciones educativas específicas para la consecución de los objetivos de aprendizaje adecuados a su desarrollo.

2. El sistema educativo dispondrá de los recursos necesarios para la detección precoz de los alumnos con necesidades educativas especiales, temporales o permanentes, y para que puedan alcanzar los objetivos establecidos con carácter general para todos los alumnos. A tal efecto, las Administraciones educativas dotarán a estos alumnos del apoyo preciso desde el momento de su escolarización o de la detección de su necesidad. (p. 98)

Por otro lado, el Real Decreto 696/1995, que regula la educación del alumnado con necesidades educativas especiales, establece en su Artículo 19:

1. Se propondrá la escolarización en centros de educación especial de aquellos alumnos con necesidades educativas especiales permanentes asociadas a condiciones personales de discapacidad que requieran, de acuerdo con la evaluación y el dictamen realizados por los equipos de orientación educativa y psicopedagógica, adaptaciones significativas y en grado extremo en las áreas del currículo oficial que les corresponda

por su edad y cuando se considere por ello que sería mínimo su nivel de adaptación y de integración social en un centro escolar ordinario. (p. 11)

Más específicamente, el alumnado en el que se centra este TFG son los niños y niñas de educación infantil, etapa regulada por el Real Decreto 95/2022. Y tal y como ya he nombrado anteriormente, este documento legal establece el desarrollo integral y armónico del alumnado como la finalidad de la educación en esta etapa, siendo la dimensión emocional una de las componentes de ese desarrollo integral (Artículo 4).

Las emociones repercuten en todos los ámbitos que constituyen la vida de las personas, y la educación es claramente uno de ellos. La educación que reciben los niños y niñas en los centros educativos es fundamental para su futuro desarrollo. Por ello es esencial que el alumnado lo sienta como un espacio seguro, donde además de construir nuevos conocimientos y adquirir experiencias vitales, desarrollan sus competencias emocionales. Así que, ofrecer al alumnado una educación emocional de calidad es vital para su futuro desarrollo (Darder, 2002).

Sin embargo, es habitual que el alumnado con necesidades educativas especiales presente dificultades en el ámbito emocional y social. Por lo tanto, si la educación emocional ya es clave para todos los niños y niñas, más lo es aún para el alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo, y para asegurar un buen desarrollo y así un futuro satisfactorio consigo mismos y con el entorno que les rodea (Melreo, 2024).

Vohale, un centro multidisciplinar de referencia en Gran Canaria, atiende a personas con necesidades educativas y sanitarias, ofreciendo una gran variedad de servicios, desde Logopedia y Pedagogía hasta Apoyo Escolar, para apoyar a los usuarios y a sus familias en todos los ámbitos en los que sea necesario. En su artículo *La importancia de la educación emocional en alumnado NEAE*, Vohale (2024) presenta diversas razones por las que la educación emocional es vital en alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo (NEAE).

En primer lugar, de acuerdo con Melero (2024), tener relaciones sociales efectivas y saludables es esencial para el bienestar del alumnado, aunque suele ser un proceso complicado. Es por ello que la educación emocional les proporciona las herramientas necesarias para saber cómo gestionar y comprender sus propias emociones, además de identificar y actuar acorde a las emociones ajenas. Así, el alumnado podrá interactuar de forma satisfactoria con su entorno social (Vohale, 2024).

Por otro lado, este alumnado es muy propenso a experimentar altos niveles o crisis de estrés y/o ansiedad. Gracias a la educación emocional, aprenderán métodos y técnicas de

regulación emocional como la meditación o la respiración consciente, para bajar los niveles de ansiedad y recuperar un estado de bienestar general (Vohale, 2024).

Además, tener una buena gestión emocional fomenta un estado de mejor concentración, participación activa y perseverancia. Así, el alumnado está más preparado para enfrentarse a los retos académicos, mejorando el rendimiento académico (Vohale, 2024).

A través de reconocer las propias emociones y saber cómo manejarlas de forma efectiva, las personas sienten mayor control y autonomía, lo que es clave para un correcto desarrollo personal y académico. Así, la educación emocional también ayuda a desarrollar una mejor comprensión de uno mismo y por tanto dirige hacia una mejor autoestima (Vohale, 2024).

Asimismo, el alumnado puede llegar a experimentar conductas disruptivas. La educación emocional ayuda al alumnado a saber identificar y expresar sus emociones de forma adecuada a cada contexto, evitando así esos comportamientos. De esta forma se favorece la creación de un entorno de aprendizaje ordenado y seguro donde todo el alumnado se sienta cómodo (Vohale, 2024).

De la misma manera, manejar las emociones correctamente permiten al alumnado participar con más facilidad y seguridad en las actividades del aula. Así, la experiencia educativa es más completa y gratificante (Vohale, 2024).

Vohale (2024) también plantea unas estrategias que se pueden implementar para la educación emocional del alumnado. Entre ellas, se encuentran los programas de educación emocional, junto con la formación de profesores, actividades y juegos, terapia y apoyo psicológico, y colaboración con familias.

4. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

4.1. Descripción

Esta propuesta se basa en todo el marco teórico expuesto. Se plantea un proyecto de educación emocional para alumnado del segundo ciclo de Educación Infantil (3 - 6 años) con necesidades específicas de apoyo educativo de un centro de educación especial.

He decidido diseñar las actividades y materiales a partir de mi experiencia en estas últimas prácticas. En ellas he comprobado que el alumnado presenta dificultades en la dimensión emocional, y sobre todo el alumnado de Educación Infantil, tal y como exponen autores como Melero (2024) o el centro Vohale (2024). He tenido la gran oportunidad de hacer las prácticas en el aula con el alumnado más pequeño del centro, y asimismo, con el nivel más bajo, y también he tenido la suerte de ver al alumnado de otras aulas con capacidades muy diferentes.

Ha sido en ellos en quien he pensado para diseñar este proyecto, además de en todo el marco teórico presentado. Teniendo en cuenta todo esto, creo firmemente que la educación emocional es indispensable para alcanzar el bienestar integral del alumnado, especialmente en el alumnado de los centros de educación especial, y así adquieran las habilidades necesarias para conseguir la inclusión social.

En estas prácticas he aprendido que la mejor forma de trabajar con este alumnado es a través de la estimulación de sus sentidos, ya que los sentidos son la forma a través de la cual conocen el mundo. Por ello, esta propuesta está diseñada para trabajar la educación emocional a través de la estimulación sensorial.

4.2. Justificación

La educación emocional es esencial desde las primeras etapas de la vida, como se ha explicado en el marco teórico. Sin embargo, las emociones son conceptos muy complejos, y es muy complicado trabajar todas ellas. Es por ello, que lo más adecuado es iniciar educando en las emociones básicas. Hay muchos autores que explican cuáles son las emociones básicas, variando de unos a otros, pero todos están de acuerdo en estas cuatro: alegría, tristeza, enfado y miedo. Estas han sido las emociones escogidas, ya que son las más sencillas de comprender y por tanto también de trabajar en el aula. Algunos autores incluyen en esta clasificación las emociones de sorpresa y asco, sin embargo estas son más complejas de identificar.

Autores como Lozano y Alzcaraz (2009) diferencian entre emociones básicas (alegría, tristeza, enfado y miedo) y cognitivas (interés, aburrimiento, sorpresa y pensamiento). Las

emociones básicas son aquellas universales y primarias, con unos rasgos faciales característicos y una forma específica de afrontarlas, como por ejemplo huir cuando se siente miedo. En cambio, las emociones cognitivas o complejas, son aquellas secundarias o derivadas, ya que derivan de las básicas, que no presentan unos rasgos faciales concretos ni una tendencia característica al hacerles frente, es decir, cada persona las expresa de una forma diferente según su personalidad y su contexto (Bisquerra, 2000).

Teniendo en cuenta esto, la propuesta se centra en las emociones básicas, trabajando su reconocimiento y expresión, ya que ambas partes son vitales para conocer el entorno y saber cómo adaptarse a él (Keltner y Kring, 1998). Las primeras fases de la educación emocional son su reconocimiento o identificación junto con su expresión. Primero, hay que identificar qué emoción se está sintiendo, lo cual permite comprenderla y así poder expresarla, permitiendo al alumnado gestionarse correctamente. Esto es esencial en el aula, ya que si el alumnado sabe identificar la emoción que está sintiendo, y expresarla adecuadamente, el o la docente pueden dar una respuesta más adaptada (Bisquerra, 2000).

Por otro lado, la estimulación sensorial es fundamental para un desarrollo integral en los niños y niñas, y por tanto para poseer las herramientas necesarias que permitan una buena adaptación al entorno. Son los sentidos los que permiten a las personas conectar con el mundo que les rodea, y en especial al alumnado con necesidades educativas especiales, quienes están en las primeras etapas de su desarrollo. A través de los sentidos el alumnado conoce su entorno y aprende a relacionarse en él, lo que provoca experimentar el estado de bienestar (Ayres, 1998).

Para alcanzar una mayor adaptación al entorno es esencial conocerse a uno mismo o a una misma, es por ello que un enfoque efectivo es trabajar la educación emocional a través de la estimulación sensorial. Esto permite al alumnado conocer sus emociones mientras conoce su entorno.

4.3. Vinculación con el currículum

Dado que esta propuesta está destinada al alumnado de un aula de Educación Infantil de un centro de Educación Especial, la legislación que la justifica es la siguiente.

A nivel estatal:

- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
- Real Decreto 95/2022, de 1 de febrero, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Infantil.

- Real Decreto 696/1995, de 28 de abril, de ordenación de la educación de los alumnos con necesidades educativas especiales.

A nivel autonómico:

- Orden ECD/853/2022, de 13 de junio, por la que se aprueban el currículo y las características de la evaluación de la Educación Infantil y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón.

Teniendo en cuenta que el documento que más concreta las enseñanzas que se van a establecer en esta propuesta es la Orden ECD/853/2022, de 13 de junio, es en esta normativa en la que se basa toda la propuesta de intervención.

De ella vamos a recoger los objetivos generales y las competencias clave que regulan la propuesta, comunes a todas las sesiones, y más específicamente las áreas curriculares que se trabajan en cada sesión, incluyendo las competencias específicas, los criterios de evaluación y los saberes básicos.

En la siguiente tabla se recoge toda la información resumida:

Tabla 1

Vinculación curricular

TODAS LAS SESIONES	OBJETIVOS GENERALES		COMPETENCIAS CLAVE	
	d) Descubrir, nombrar y desarrollar sus capacidades emocionales y afectivas. f) Desarrollar habilidades comunicativas en diferentes lenguajes y formas de expresión.			- Competencia en comunicación lingüística (CCL) - Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)
SESIONES	ÁREAS CURRICULARES	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
Sesión 1:	CA	CA.2	2.1., 2.2.	B
	DEE	DEE.1	1.1.	A
	CRR	CRR.1	1.1.	A
Sesión 2:	CA	CA.2	2.1., 2.2.	B
	CRR	CRR.1	1.1.	A
Sesión 3:	CA	CA.2	2.1., 2.2.	B
	CRR	CRR.1	1.1.	A, F

Sesión 4:	CA	CA.2	2.1., 2.2.	B
	CRR	CRR.1	1.1.	A, F, G
		CRR.3	3.4.	
Sesión 5:	CA	CA.2	2.1., 2.2.	B
	CRR	CRR.1	1.1.	A
Rincón de las emociones	CA	CA.1	1.2.	B
		CA. 2	2.1., 2.2.	
	DEE	DEE.1	1.1.	A
	CRR	CRR.1	1.1.	A
Relajación	CA	CA.1	1.2.	B
		CA. 2	2.1., 2.2.	
	CRR	CRR.1	1.1.	A

Área 1 - Crecimiento en Armonía

CA.1: Progresar en el conocimiento y control de su cuerpo y en la adquisición de distintas estrategias, adecuando sus acciones a la realidad del entorno de una manera segura, para construir una autoimagen ajustada y positiva.

1.2. Manifestar sentimientos de seguridad personal en la participación en juegos y en las diversas situaciones de la vida cotidiana, confiando en las propias posibilidades y mostrando iniciativa.

CA.2: Reconocer, manifestar y regular progresivamente sus emociones expresando necesidades y sentimientos para lograr bienestar emocional y seguridad afectiva.

2.1. Identificar y expresar sus necesidades y sentimientos ajustando progresivamente el control de sus emociones.

2.2. Ofrecer y pedir ayuda en situaciones cotidianas, valorando los beneficios de la cooperación y la coeducación.

Saberes básicos

B. Desarrollo y equilibrio afectivos.

Área 2 - Descubrimiento y Exploración del Entorno

DEE.1: Identificar las características de materiales, objetos y colecciones y establecer relaciones entre ellos, mediante la exploración, la manipulación sensorial y el manejo de herramientas sencillas para descubrir y crear una idea cada vez más compleja del mundo desarrollando las destrezas lógico-matemáticas.

1.1. Establecer distintas relaciones entre los objetos a partir de sus cualidades o atributos, mostrando curiosidad e interés.

Saberes básicos

A. Diálogo corporal con el entorno. Exploración creativa de objetos, materiales y espacios.

Área 3 - Comunicación y Representación de la Realidad

CRR.1: Manifiestar interés por interactuar en situaciones cotidianas a través de la exploración y el uso de su repertorio comunicativo, para expresar sus necesidades e intenciones y para responder a las exigencias del entorno.

1.1. Participar de manera activa, espontánea y respetuosa con las diferencias individuales en situaciones comunicativas de progresiva complejidad, en función de su desarrollo individual.

CRR.3: Producir mensajes de manera eficaz, personal y creativa utilizando diferentes lenguajes, descubriendo los códigos de cada uno de ellos y explorando sus posibilidades expresivas para responder a diferentes necesidades comunicativas.

3.4. Elaborar creaciones plásticas explorando y utilizando diferentes materiales y técnicas, y participando activamente en el trabajo en grupo cuando se precise.

Saberes básicos

A. Intención y elementos de la interacción comunicativa

F. El lenguaje y la expresión musicales

G. El lenguaje y expresión plásticos y visuales

4.4. Objetivos

4.4.1. Objetivo general

El objetivo general que se plantea en esta propuesta de intervención es favorecer el desarrollo integral del alumnado a través del desarrollo de sus capacidades emocionales.

4.4.2. Objetivos específicos

Los objetivos específicos que se pretenden conseguir con esta propuesta son:

- Identificar las propias emociones.
- Reconocer las expresiones emocionales.
- Expresar las emociones.
- Conocer las emociones a través de los sentidos.
- Identificar qué materiales utilizar atendiendo a la emoción que se siente.
- Adquirir estrategias para autorregular las emociones.
- Mantener la atención en las actividades.
- Focalizar la mirada.
- Mostrar interés por las actividades y los materiales.

4.5. Contenidos

Los contenidos que se abordan en esta propuesta se clasifican en dos apartados:

- Contenidos emocionales:
 - Las emociones básicas de alegría, tristeza, enfado y miedo.
 - Las expresiones de cada emoción básica.
 - Las texturas correspondientes a cada emoción básica.
 - Los colores correspondientes a cada emoción básica.
 - La música que evoca cada emoción básica.
 - Los materiales que ayudan a regular cada emoción básica.
 - Los materiales que ayudan a relajarse.
- Contenidos sensoriales:
 - Los sentidos del tacto, la vista, el oído y el olfato.
 - Exploración de materiales.
 - Tolerancia a las texturas.
 - Reconocimiento de texturas.
 - Reconocimiento de colores.

4.6. Metodología

Con esta propuesta se busca atender a la necesidades y características del alumnado. Aunque no se basa en ningún grupo en específico, se pretende adaptar las sesiones y los materiales a la diversidad del alumnado del aula, para que todos los niños y niñas puedan participar, experimentar y aprender en el proceso.

Es por ello que la propuesta consiste en dedicar un mes entero a cada emoción básica, lo cual permite al alumnado tener tiempo para explorar cada una de ellas, y así desarrollar una comprensión más sólida. De esta forma se evita sobrecargar al alumnado con

información de varias emociones, y por tanto facilita su asimilación antes de enfrentarse a una nueva emoción.

En especial, la metodología se basa en estimular los sentidos. La estimulación sensorial es la mejor manera que tiene el alumnado para alcanzar su desarrollo integral y conectar con el mundo que lo rodea. La gran variedad de material y recursos busca provocar al alumnado curiosidad e interés por explorar sus emociones y conocer su entorno. Los colores y las texturas ayudan al alumnado a identificar mejor cada emoción, por lo que facilita su gestión.

Por tanto, el aprendizaje va a ser activo, ya que la educación emocional permite al alumnado aprender en base a sus propias experiencias y, en este caso, a través de sus propios sentidos. Además, al utilizar materiales adaptados a sus gustos y contar con las familias, el aprendizaje está mucho más vinculado con sus propios contextos.

Por ello el aprendizaje será también significativo, ya que aprender partiendo de uno mismo y una misma, conectando el aprendizaje con sus contextos, permite al alumnado aplicar lo aprendido en su vida diaria y su entorno.

La colaboración con las familias es fundamental en educación, y en especial en esta propuesta. Mantener a las familias informadas permite continuar el aprendizaje en casa, y por tanto reforzar los aprendizajes trabajados en el centro. Además, contar con su participación, ya sea a través de prestar materiales o de dar información útil, permite a la maestra o el maestro responder de forma más personalizada a las necesidades del alumnado. Asimismo, trabajar con los materiales prestados por las familias ayuda al alumnado a asimilar mejor la información y vincularla de forma más clara con sus propias vivencias y contextos.

Por otro lado, es necesario destacar la función del docente durante todo el desarrollo de la propuesta de intervención. El maestro o la maestra es la figura de ejemplo para el alumnado, por tanto es esencial que todo lo que pretenda conseguir en el alumnado, tiene que representarlo primero. Además, teniendo en cuenta que gran parte del aprendizaje sucede a través de la imitación, si el alumnado ve a su docente de referencia haciendo una tarea, lo más probable es que realicen de forma más efectiva la tarea que se pretende, ya que de esta forma perciben la información y la comprende más claramente.

Es por ello que durante todo el programa se aplicará el Lenguaje Natural Asistido (LNA), una estrategia de comunicación que se aplica utilizando un Sistema Alternativo y Aumentativo de Comunicación (SAAC). A través de la técnica del modelado, el o la docente apoyará su lenguaje oral con el lenguaje simbólico del sistema de comunicación. En este caso, la maestra o el maestro contará con un comunicador en el que habrá elaborado un

tablero con la información esencial para este programa, a través del software gratuito de AsTeRICS Grid utilizando los pictogramas de ARASAAC. Mientras el o la docente se comunica de forma oral con el alumnado indicará en el comunicador el pictograma correspondiente. Por ejemplo, cuando diga en voz alta la emoción “alegría” señalará en el comunicador dicha emoción, aportando así dos formas de comunicación simultánea, ayudando a que el lenguaje sea más visible y comprensible para el alumnado. Asimismo, se intentará que el alumnado también toque el pictograma en el tablero, a ser posible de forma autónoma o con ayuda si es necesario.

Además de comunicarse con los pictogramas, siempre que se refiera a una emoción, reptirá el nombre de la emoción determinada y representará de forma un poco exagerada la expresión de dicha emoción, tanto facial como corporalmente. Mediante la repetición constante el alumnado comprende e interioriza mejor la información clave de las emociones a trabajar. Es decir, el o la docente debe actuar como modelo emocional, expresando las emociones para que el alumnado del aula aprenda a reconocerlas, nombrarlas y, progresivamente, pueda gestionarlas.

4.7. Temporalización

Esta propuesta de intervención está programada para desarrollarse durante el segundo trimestre. La elección de este periodo se debe a dos motivos. El primero de ellos es que así el alumnado tiene todo el primer trimestre para adaptarse al centro y a las rutinas del aula. La segunda razón es que así el tercer trimestre queda libre por si se necesita repetir las sesiones, adaptarlas a las necesidades del alumnado, o ajustar los contenidos o los materiales, ya sea para ampliarlos o para reducirlos.

El programa se ha diseñado para implementarse a lo largo de los cuatro meses que componen el trimestre, abordando cada emoción durante tres semanas. Por lo tanto, se dedican doce semanas, además de una última semana dedicada a reforzar todo el aprendizaje de las cuatro emociones básicas trabajado durante esas doce semanas. Se realizarán dos sesiones semanales, los martes y los jueves, dejando un día entre ambas con la intención de que el alumnado pueda asimilar mejor los contenidos trabajados. La quinta sesión de cada emoción se llevará a cabo el lunes de la tercera semana, lo cual permite al alumnado seguir explorando el material relacionado con la emoción tratada durante el resto de la semana.

El programa comenzará el martes 14 de enero, dejando la primera semana del trimestre libre para que el alumando retome sus rutinas tras las vacaciones de Navidad. La última semana del trimestre, y la última también del programa, se reservará para la sesión

final, que se realizará el lunes, dejando toda la semana para que el alumnado explore el material y refuerce todo lo trabajado durante el programa. Así, el programa terminará el lunes 7 de abril.

El cronograma del programa es el siguiente:

Tabla 2

Cronograma

CRONOGRAMA																															
ENERO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
													S1	S2					S3	S4				S5							
FEBRERO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28			
			S1	S2						S3	S4					S5								S1	S2						
MARZO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
				S3	S4					S5							S1	S2						S3	S4						
ABRIL	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
	S5						Sf																								

Nota. Los colores de la tabla indican las semanas que se dedican a cada emoción, correspondiendo con el color asociado en la sesión 3, siendo ■ = alegría, ■ = tristeza, ■ = enfado, ■ = miedo y ■ = semana final. Por otro lado, ■ = fines de semana y ■ = días festivos o no lectivos.

4.8. Recursos

En el desarrollo de esta propuesta de intervención se necesitan diversos recursos, tanto humanos como materiales.

4.8.1. Humanos

Durante todo el programa, los recursos humanos que se van a necesitar son: el tutor o la tutora del aula, el o la auxiliar del aula y el alumnado.

Concretamente, en las cinco sesiones principales, también se contará con el apoyo de la maestra o el maestro de Audición y Lenguaje, por lo que las sesiones siempre se realizarán cuando ella o él realicen su sesión de apoyo al aula.

Además, se contará con la colaboración y participación de las familias, además del apoyo y ayuda de todo el personal profesional del centro.

4.8.2. Materiales

Los recursos materiales que se utilizarán durante el programa se especifican en cada una de las actividades y sesiones. En general, todos los materiales buscan llamar la atención del alumnado y estimular sus sentidos, a través de los colores, las luces y las texturas.

Además de los específicos de cada sesión, en todas las actividades se contará con la tablet que tiene el software de AsTeRICS Grid, además de un tablero impreso en tamaño A3 que contiene el vocabulario que más se utiliza en el día a día del aula.

4.9. Desarrollo de la propuesta

Esta propuesta de intervención, titulada “Siente tus emociones” consiste en diversas actividades y materiales a través de los cuales se pretende iniciar la educación emocional en el alumnado de un aula de educación infantil de un centro de educación especial. La forma en la que se va a trabajar es a través de la estimulación sensorial, ya que es a través de los sentidos la forma en la que los niños y las niñas se relacionan y conocen el mundo, y a sí mismos.

4.9.1. Actividades

En primer lugar, la propuesta propone trabajar las cuatro emociones básicas (alegría, tristeza, enfado y miedo) a través de cuatro actividades diferentes, dedicando una semana a cada actividad, además de una quinta para reforzar lo aprendido. El enfoque consiste en destinar un mes entero a cada una de las emociones, por lo que las cuatro actividades se repiten todos los meses, cada mes enfocadas a una emoción diferente. Es decir, durante todo un mes se trabajan las cuatro actividades, una de ellas cada semana, centradas en una emoción concreta, y al siguiente mes se repite el ciclo solo que centrado en otra emoción. De este modo, cada mes se trabaja exclusivamente una emoción, permitiendo al alumnado una mejor comprensión de la respectiva emoción, y por tanto favoreciendo un desarrollo emocional más profundo.

A continuación presento la explicación detallada de cada actividad:

4.9.1.1. Sesión 1: La caja de las emociones

Tabla 3

Sesión 1: La caja de las emociones

SESIÓN 1: LA CAJA DE LAS EMOCIONES

Duración: 40 minutos

Objetivos:

Materiales:

- Asociar cada emoción a una textura.
 - Identificar los objetos correspondientes con cada emoción.
 - Explorar los materiales.
- Caja de madera.
 - Texturas asociadas a las emociones:
 - Alegría: pañuelo de seda.
 - Tristeza: lana.
 - Enfado: papel de lija.
 - Miedo: lámina de aluminio.
 - Materiales que evoquen cada emoción, como por ejemplo:
 - Alegría: pelotas, pompones, peluches, pompero.
 - Tristeza: muñeco roto, imagen de lluvia, pañuelo, cojín.
 - Enfado: juguete que no funciona, pelota antiestrés (para apretarla), cojín.
 - Miedo: máscaras, telarañas, arañas, esqueletos, linterna.

Justificación

Las cajas de las emociones son herramientas que ayudan al alumnado a transitar y gestionar las emociones. A través del juego, el alumnado aprende a reconocer y aceptar sus emociones, creando un ambiente de aprendizaje y exploración común en el que desarrollan habilidades sociales y comunicativas, además de que favorece una autoestima y un autoconcepto positivos (Hernandes, S., s.f.).

Por otro lado, cada emoción se asocia con una textura específica porque hay determinadas superficies o materiales que pueden evocar sensaciones vinculadas con emociones concretas. Este proceso se llama sinestesia, y consiste en que la estimulación de un sentido desencadena sensaciones en otro sentido. En este caso, la estimulación táctil provoca sensaciones de una emoción concreta (Ramachandran y Brang, 2008)

Desarrollo:

Preparación previa: el o la docente preguntará a las familias que objetos o materiales provocan en el alumnado la emoción tratada, o ayudan a regularse cuando las sienten. Además, se tendrá en cuenta lo que ya sabe de cada niño y niña por sus experiencias en el propio centro. Si es posible, las familias llevarán algunos de estos objetos para poder contar con ellos en la actividad. Una vez recopilada esta información, el o la docente reunirá uno o dos objetos por cada niño y niña, y los guardará en la caja. Cada emoción tendrá su respectiva caja, con la tapa decorada con un material de una textura concreta, correspondiente a cada emoción.

Procedimiento:

- *Actividad 1 (20 minutos)*: una vez terminada la asamblea, en la misma posición y espacio, el o la docente presentará la caja al alumnado, teniendo una actitud de sorpresa e intriga, favoreciendo así el interés y la curiosidad del alumnado. De uno en uno, irá sacando los materiales que hay dentro, comentandolos mientras representa la emoción en cuestión e interactúa con los niños y niñas.
- *Actividad 2 (20 minutos)*: tras presentar todo el material y comentarlo con el alumnado, los niños y las niñas tendrán un tiempo para explorar cada uno libremente. El o la docente irá interactuando de forma individual con cada uno de ellos y ellas, reforzando el aprendizaje tanto del nombre de la emoción tratada como de su expresión, a nivel facial y corporal.

La forma en la que la maestro o el maestro interactuará con el alumnado será, por ejemplo, en el caso de que la emoción tratada sea la alegría, diciendo “¡mirad que bonito es!” o “ahora estamos más contentos, ¿a que sí?” mientras sonrío y les transmite su estado de felicidad. En el caso de la tristeza, por ejemplo, cuando haga referencia a los materiales que utilizan para regularse, dirá “cuando usamos esto nos sentimos mejor, ¿verdad?”.

Organización espacial	Organización grupal
La sesión se llevará a cabo en el aula de referencia.	La actividad está planteada para realizarse en gran grupo, de forma que el o la docente se dirige a todo el alumnado a la vez, en especial la primera parte. Sin embargo, el trabajo es individualizado.

Contenidos:

Educación emocional: en esta primera sesión de iniciación a cada emoción se trabaja principalmente la asociación de cada una de las emociones con una textura en concreto. Utilizando materiales relacionados con cada emoción, ya sea porque la evocan o porque se utilizan para gestionarla, se facilita la comprensión de dicha emoción, fomentando su identificación.

Estimulación sensorial: en cuanto a la sensorialidad, en esta sesión se trabaja a través de la manipulación de objetos y materiales, pretendiendo asociar dichos materiales y una textura específica a cada emoción, por lo que se está estimulando principalmente el sentido del tacto, aunque también la vista y el oído.

- En el caso del alumnado con discapacidad visual o auditiva, se pretende que el material utilizado, y en especial la textura asociada, sea la suficientemente característica como para que con el simple tacto se diferencie del resto.

Evaluación:

Se evaluarán los siguientes criterios:

- Muestra interés durante la presentación de los materiales.
- Muestra iniciativa por explorar los materiales.

- Muestra preferencia por algún objeto.
- Interactúa con el o la docente.

4.9.1.2. Sesión 2: Rostros de emoción

Tabla 4

Sesión 2: Rostros de emoción

SESIÓN 2: ROSTROS DE EMOCIÓN	
Duración: 50 minutos	
Objetivos:	Materiales:
<ul style="list-style-type: none"> - Asociar cada emoción con una expresión. - Reconocer a sus respectivas familias. - Mostrar intención por expresar la emoción. 	<ul style="list-style-type: none"> - Cajas de las emociones - Fotografías de las familias. - Videos de las familias. - Pantalla digital.
Justificación:	
<p>Utilizar caras reales en el aprendizaje de las expresiones emocionales genera un aprendizaje más significativo, ya que en los rostros de personas reales es donde realmente se pueden observar todos los rasgos faciales que caracterizan cada emoción (Ekman, 2003).</p> <p>Por otro lado, las fotos y los videos de las familias tienen más valor emocional, ya que son rostros con los que el alumnado ya está familiarizado, por lo que el aprendizaje es más significativo todavía. Además, así en casa se puede continuar el aprendizaje (Edwards et al., 1998).</p>	
Desarrollo:	
<p><u>Preparación:</u> el o la docente pedirá a las familias fotos y videos de sus expresiones con cada emoción, ya sea simplemente de la expresión facial o una grabación de situaciones en las que sientas las emociones básicas. Las fotos de cada emoción se meterán en su respectiva caja de la emoción, la caja utilizada en la sesión 1, y los videos se proyectarán en la pantalla digital.</p>	
<u>Procedimiento:</u>	
<ul style="list-style-type: none"> - <i>Actividad 1 (10 minutos):</i> después de terminar la asamblea, el o la docente recordará la emoción tratada la semana anterior, utilizando la caja de la emoción en cuestión, y recordando al alumnado la textura asociada y el material del interior. - <i>Actividad 2 (20 minutos):</i> tras sacar todo el material de la sesión anterior, adoptando 	

una postura de sorpresa, para intrigar al alumnado, irá sacando poco a poco las fotos de las familias, expresando, por ejemplo en el caso de la tristeza, “¡Anda! ¿Quién es? ¿Es mamá? ¿Y qué le pasa a mamá? Está un poco triste, ¿verdad?”. Mientras, irá señalando en la foto y en sí misma o mismo las partes de la cara que indican que está triste, como la boca o los ojos diciendo “Mirad como tiene la boca, está hacia abajo”.

- *Actividad 3 (20 minutos)*: una vez haya enseñado todas las fotos, proyectará en la pantalla los videos de situaciones en las que se experimenta la emoción a tratar, y actuará de la misma forma que en la actividad anterior. Es decir, mostrará sorpresa, de forma un poco exagerada, e interactuará con el alumnado diciendo, por ejemplo, “¡Hala!, qué triste está papá”, señalando los rasgos característicos de la emoción y expresandolos ella misma o él mismo.

Tanto en la actividad 2 como la 3, mientras se comentan todas las fotos y todos los videos, el maestro o la maestra trabajará de forma individualizada con cada niño y niña, animando a que expresen la emoción que se esté trabajando ese mes.

Organización espacial	Organización grupal
La sesión se llevará a cabo en el aula de referencia.	La actividad está planteada para realizarse en gran grupo, de forma que el o la docente se dirige a todo el alumnado a la vez, en especial la primera parte. Sin embargo, el trabajo es individualizado.

Contenidos:

Educación emocional: en esta segunda sesión, el contenido emocional principal que se trabaja es la expresión de cada una de las emociones, haciendo referencia tanto a los rasgos faciales característicos como a los movimientos corporales. Con las fotos y videos de las familias se pretende favorecer la comprensión de cada emoción.

Estimulación sensorial: en el caso de esta sesión, la sensorialidad se trabaja a través de la estimulación visual, destacando los rasgos específicos de cada emoción.

- En el caso del alumnado con discapacidad visual, cuando la maestra o el maestro exprese en su propia cara la emoción, acercará las manos del alumnado a su cara para que sientan la emoción a través del tacto, además de tocar la textura asociada, para que puedan relacionar la textura con dicha expresión, e ir explicando en voz alta dichos rasgos.
- En el caso del alumnado con discapacidad auditiva, se hará especial hincapié en el tacto de la cara.

Evaluación:

Se evaluarán los siguientes criterios:

- Reconoce la textura y/o material de la sesión anterior.
- Reconoce a su familia.
- Muestra interés ante el material.
- Asocia la expresión facial con la emoción.
- Muestra intención por expresar la emoción.

4.9.1.3. Sesión 3: Emociones bajo la luz

Tabla 5

Sesión 3: Emociones bajo la luz

SESIÓN 3: EMOCIONES BAJO LA LUZ	
Duración: 35 minutos	
Objetivos:	Materiales:
<ul style="list-style-type: none"> - Explorar los materiales. - Asociar cada emoción con su color. - Mostrar intención por expresar la emoción. 	<ul style="list-style-type: none"> - Luces - Telas - Baúl - Caja de las emociones
Justificación:	
<p>Asociar un color a cada emoción ayuda a los niños y las niñas a identificar de forma más sencilla las emociones, ya que facilita su comprensión y expresión al hacerlo de manera visual. Además, favorece que el aprendizaje sea más accesible y significativo, así como la interiorización de la información. Los colores asociados a las emociones básicas son:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alegría: amarillo brillante. - Tristeza: azul claro o gris. - Enfado: rojo oscuro. - Miedo: negro o violeta (Heller, 2000). 	
Desarrollo:	
<p><u>Preparación:</u> el maestro o la maestra debe asociar un color a cada emoción, y atendiendo a la emoción que toque trabajar tendrá que preparar el aula con diferentes luces del color que corresponda. Además, también se preparará un baúl con telas del color respectivo a la emoción que se trate. Justo delante de la puerta dejará la caja de la emoción correspondiente, para que sea lo primero que encuentre el alumnado, utilizando como introducción a la sesión y reforzando así el aprendizaje.</p>	
<p><u>Procedimiento:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Actividad 1 (15 minutos):</i> una vez preparada el aula, después del recreo, en el momento de relajación, el alumnado acudirá al aula para encontrarse con la caja de la emoción delante de la puerta. En este momento el o la docente recordará que es la 	

caja de una determinada emoción, como por ejemplo diciendo “¡Anda! La caja del enfado... igual hay algo dentro de clase, vamos a verlo”. Añadiendo misticismo, la maestra o el maestro entrará al aula, encontrando el espacio a oscuras, e irá a encender una de las luces preparadas. Actuando con sorpresa, irá mostrando al alumnado todas las luces que hay, dejando para el final el baúl con las telas. De nuevo creando un ambiente de misterio, abrirá el baúl e irá sacando poco a poco todas las telas, y se las mostrará al alumnado para que las manipule. Durante toda la actividad interactuará con el alumnado recordando la emoción que están trabajando, y resaltando que el color que ambienta el aula es el que se corresponde a dicha emoción.

- *Actividad 2 (20 minutos):* después de enseñar todo el material, la el o la docente pondrá música asociada a la emoción trabajada para ambientar más el aula y favorecer la conexión del alumnado con la emoción. De esta forma el alumnado podrá desplazarse libremente por el aula para explorar todo el material y expresarse libremente. En el caso del alumnado con dificultades para desplazarse, la maestra o el maestro le facilitará los materiales para que los pueda explorar. Mientras, interactuará con ellos y ellas de forma individualizada.

En ambas actividades, mientras van explorando todos los materiales, la maestra o el maestro interactuará con el alumnado, recordando la emoción que están trabajando y explicando cual es su color asociado. Por ejemplo, diciendo “Has visto que todo es del color del enfado, ¡es rojo!”.

Organización espacial:	Organización grupal:
La sesión se llevará a cabo en el aula de referencia.	La actividad está planteada para realizarse en gran grupo, de forma que el o la docente se dirige a todo el alumnado a la vez, en especial la primera parte. Sin embargo, el trabajo es individualizado.

Contenidos:

Educación emocional: en esta tercera sesión se trabaja principalmente la asociación de cada emoción con un color en concreto, además de con una música específica que provoque esa emoción. De esta forma, se pretende facilitar la comprensión de cada emoción.

Estimulación sensorial: en cuanto a la sensorialidad, en esta sesión se trabaja a través de la estimulación de la vista, mediante las luces, y el oído, mediante la música.

- Para el alumnado con discapacidad visual se hará hincapié en el material de la caja de la emoción y los rasgos de la expresión, estimulando así el tacto, sin olvidar hacer referencia a la música.
- En el caso del alumnado con discapacidad auditiva, se recalcará la asociación de la

emoción con el color, así como se reforzará el aprendizaje con el material de la caja de la emoción y los rasgos de la expresión. Además, para que pueda sentir la música, se acercarán sus manos al altavoz, de forma que note la vibración de la música, por lo que se estimula también el tacto.

Evaluación:

Se evaluarán los siguientes criterios:

- Reconoce la caja de la emoción.
- Muestra intención por explorar el aula.
- Muestra interés por el material.
- Responde a las interacciones del o la docente.
- Muestra intención por expresar la emoción.

4.9.1.4. Sesión 4: Mural de las emociones

Tabla 6

Sesión 4: Mural emocional

SESIÓN 4: MURAL EMOCIONAL	
Duración: 40 minutos	
Objetivos:	Materiales:
<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar la creatividad. - Explorar todos los materiales. - Reforzar el aprendizaje emocional. - Asociar el color con cada emoción. - Favorecer la expresión de la emoción a través del arte. 	<ul style="list-style-type: none"> - Papel continuo - Gomets - Pintura de cera - Rotuladores - Pintura de dedos - Caja de las emociones - Altavoz
Justificación:	
<p>Expresarse a través del arte y explorar diferentes materiales permite al alumnado expresarse y comunicarse de forma libre. En la educación emocional es muy beneficioso, ya que facilita a los niños y niñas conectar con las emociones y expresar lo que sienten sin necesidad de comunicarse oralmente (Edwards et al., 1998).</p>	
Desarrollo:	

Preparación previa: en una zona del centro preparada para hacer actividades en el exterior, el o la docente colocará papel continuo en una de las paredes y en el suelo, de forma que el alumnado pueda decorar donde le sea más cómodo. Junto al papel colocará diferentes bandejas con material del color asociada a la emoción que se esté trabajando para pintar y decorar el papel. Estas bandejas estarán tapadas con una tela del color asociado, para recordarlo. Por otro lado, en un rincón del espacio colocará la caja de la emoción determinada, para introducir al alumnado y reforzar así el aprendizaje. Además, tendrá preparado un altavoz para poner música que ambiente la sesión asociada a la emoción, promoviendo así que el alumnado conecte con la emoción.

Procedimiento:

- *Actividad 1 (10 minutos):* cuando el alumnado llegue al espacio, la maestra o el maestro le guiará al rincón donde está preparada la caja. Allí, a modo de asamblea, recordará al alumnado la emoción en cuestión a través de la textura y los materiales dentro de la caja. Una vez recordado este material, con misticismo indicará al alumnado la tela, acudiendo a quitarla para descubrir lo que hay debajo, y presentará todo el material artístico.
- *Actividad 2 (30 minutos):* después de presentar el material, el alumnado tendrá libertad para decorar el papel con el material que quiera, creando así un mural de la emoción determinada. Para favorecer que el alumnado experimente la emoción se ambientará la actividad con música de fondo que evoque cada emoción.

Durante toda la sesión, la maestra o el maestro trabajará de forma individualizada conforme va interactuando con el alumnado para recordar la emoción y su color asociado. Además, ayudará a todos los niños y niñas que lo necesiten para coger los materiales.

Organización espacial	Organización grupal
La sesión se llevará a cabo en una zona con césped artificial situada junto al recreo.	La actividad está planteada para realizarse en gran grupo, de forma que el o la docente se dirige a todo el alumnado a la vez, en especial la primera parte. Sin embargo, el trabajo es individualizado.

Contenidos

Educación emocional: en esta cuarta sesión, a través de la creación del mural, se refuerza la asociación de cada emoción con un color. Además, se refuerza la textura asociada, junto con el material correspondiente, y la expresión específica.

Estimulación sensorial: en esta sesión se trabaja la sensorialidad principalmente a través de la vista, aunque también del tacto al utilizar el material de las sesiones anteriores, además de los rasgos de la expresión facial.

- Para el alumnado con discapacidad visual, que participará de igual manera, se le hará saber la emoción que se está trabajando a través de la textura asociada y la expresión facial, además de hacer referencia a ella en voz alta.
- En el caso del alumnado con discapacidad auditiva, se indicará la emoción que se está trabajando a través de la textura asociada y el material de la caja, junto con la expresión facial. Además, se hará hincapié en la vibración de la música acercando sus manos al altavoz.

Evaluación

Se evaluarán los siguientes criterios:

- Reconoce la caja de la emoción.
- Reconoce el color asociado a la emoción.
- Muestra interés por explorar el material.
- Muestra iniciativa por participar en el mural.
- Muestra intención por expresar la emoción.
- Responde a las interacciones del o la docente.

4.9.1.5. Sesión 5 y Sesión final: Contando emociones

Tabla 7

Sesión 5: Contando emociones

SESIÓN 5: CONTANDO EMOCIONES

Duración: 35 minutos (sesión 5) - 45 (sesión final)

Objetivos:

- Reforzar el aprendizaje emocional.
- Comprender cada emoción.

Materiales:

- Cuento:
 - Alegría: “Cuando estoy contento”
 - Tristeza: “Cuando estoy triste”
 - Enfado: “Cuando me enfado”
 - Miedo: “Cuando tengo miedo”
 - Final: “Paula y su cabello de colores”
- Caja de las emociones.

Justificación:

La colección de cuentos “Sentimientos” de Trace Moroney trata una emoción concreta en cada cuento, por lo que son muy beneficiosos para abordar cada emoción así como la forma de gestionarla.

De la misma forma, “Paula y su cabello de colores” de Carmen Parets, es un cuento de gran

utilidad para tratar las emociones básicas, ya a través de las vivencias de la protagonista, cuyo color de pelo cambia según la emoción que sienta, se explica de forma muy visual lo que implica sentir cada emoción.

Desarrollo:

Preparación previa: está es la última sesión que se realizará cada mes, la última de cada emoción. Además, esta sesión se repite al final de los cuatro meses, cerrando la propuesta.

- *Sesión 5:* en la última sesión referente a cada emoción, la maestra o el maestro preparará un espacio del aula, el futuro rincón de las emociones, el material utilizado en las sesiones anteriores, ambientando el espacio con la emoción trabajada ese mes. La sesión consiste en contar un cuento relacionado con cada emoción.
- *Sesión final:* en esta última sesión de la propuesta, se decorará el rincón con todo el material de las cuatro emociones, y se contará un cuento que trate todas las emociones.

Procedimiento:

- *Actividad 1 (10-20 minutos):* para iniciar la sesión, a modo de asamblea la maestra o el maestro recordará todo el material trabajado durante las sesiones, nombrando la emoción en cuestión, y destacando su textura, expresión y color asociado. La sesión 5 de cada mes, al trabajar únicamente una emoción, durará 10 minutos, mientras que la sesión final que trata todas las emociones básicas, durará 20 minutos.
- *Actividad 2 (5 minutos):* una vez recordada la información esencial sobre cada emoción, el o la docente introducirá al alumnado que se va a visionar un cuento, proyectando un video en la pantalla digital del cuento correspondiente.
- *Actividad 3 (20 minutos):* después de ver el video, será la maestra o el maestro quien cuente el cuento. Primero, se hará una lectura general, y después, se hará una segunda lectura en la que se intentará que el alumnado participe. Durante las lecturas se utilizará material sensorial, acorde a cada cuento, con diferentes texturas y colores. Así, se pretende llamar la atención del alumnado para facilitar una mejor comprensión.

Organización espacial	Organización grupal
La sesión se llevará a cabo en un rincón del aula, el futuro rincón de las emociones.	La actividad está planteada para realizarse en gran grupo, de forma que el o la docente se dirige a todo el alumnado a la vez, en especial la primera parte. Sin embargo, el trabajo es individualizado.

Contenidos

Educación emocional: en esta cuarta sesión se refuerza todo el contenido trabajado sobre

cada emoción y todo lo que implica sentirla, atendiendo a lo que explica en cada cuento. Además, se recordará la textura asociada, junto con el material correspondiente, la expresión específica y el color asociado.

Estimulación sensorial: en esta sesión se trabaja la sensorialidad a través de la vista, el oído y el tacto, aplicando todo lo de las sesiones anteriores.

Evaluación

Se evaluarán los siguientes criterios:

- Reconoce cada emoción.
- Muestra interés por explorar el material.
- Muestra intención por expresar las emociones.
- Muestra intención por expresar la emoción.
- Responde a las interacciones del o la docente.

4.9.2. Rincón de las emociones

De forma complementaria a las cinco sesiones, en la propuesta se plantea la elaboración de “El rincón de las emociones” como nuevo espacio del aula. Después de haber realizado todas las sesiones, las cinco de las cuatro emociones básicas y la sesión del cuento final, se propone preparar un rincón en el aula con todo el material trabajado durante todas las sesiones.

El objetivo principal es utilizar el rincón para seguir trabajando las emociones cada vez que la maestra o el maestro lo considere necesario. Por otro lado, también se pretende que, una vez interiorizada la asociación entre cada emoción y su material, el alumnado pueda acudir para comunicarse indicando cómo se siente, o bien regularse emocionalmente.

El rincón se dividirá en cuatro zonas, una para cada emoción. Para diferenciarla se pondrá en la parte de la pared que corresponda a cada emoción el cartel pintado en la sesión 4. Se pondrán cuatro mesas pequeñas, que estén a la altura del alumnado, y encima las respectivas cajas de las emociones. Dado que las cajas están preparadas con la textura correspondiente, y la pared estará decorada con cada cartel, todo el alumnado podrá reconocer cada emoción, ya sea de forma visual o táctil.

Además del material trabajado durante la propuesta, el rincón se complementará con el siguiente material:

- Espejo: colocado en la pared a la altura del alumnado para que pueda mirarse mientras expresa las emociones.

- Tablero de comunicación: se imprimirá en tamaño A3 el tablero que se ha estado utilizando durante las sesiones, elaborado con el software de AsTeRICS Grid. El alumnado podrá acudir a él para comunicarse, o utilizarlo el o la docente para explicar algo relacionado con las emociones.

4.9.3. Material de relajación

Adicionalmente, en el rincón de la calma se prepararán diferentes materiales que se podrán utilizar tanto en el momento de la relajación como en momentos más concretos en los que el alumnado necesite regularse emocionalmente.

El objetivo de este material es ayudar al alumnado a regular sus emociones, a través de la estimulación de los sentidos. Para ello, el material con el que contará este rincón es:

- Baúl de olores: en este baúl encontrarán diferentes recipientes con diversos olores, de forma que todo el alumno tenga por lo menos uno que le guste y le relaje. El olfato está directamente relacionado con el sistema límbico, la parte del cerebro encargada de las emociones, por lo que los olores provocan reacciones emocionales casi inmediatas. Así, ayudan al alumnado a autorregularse y conectar con el mundo que los rodea (Herz, 2007). Aunque la percepción de los olores es subjetiva, ya que olores que a algunas personas les relaja a otras les puede resultar desagradables, hay ciertos olores que suelen evocar la calma y producir respuestas emocionales positivas. Estos serán los olores que habrá en el baúl: lavanda, canela, vainilla, cítricos, rosas y café.
- Baúl de masajes: en este baúl habrá varios materiales que estimulen los sentidos del alumnado a través de los masajes sensoriales. A través de la estimulación del tacto, teniendo en cuenta que la piel está llena de receptores que reciben las sensaciones, el alumnado puede regularse emocionalmente, alcanzando un estado de calma y relajación. Los materiales de masajes serán: vibradores, pelotas, cepillos, rodillos y plumas, de diferentes tamaños, texturas y durezas, que provoquen sensaciones diferentes.

4.10. Evaluación

La evaluación, de acuerdo con la Orden ECD/853/2022 del 13 de junio, será continua, formativa y global, adecuándose a las necesidades y características del alumnado (Artículo 14).

Por tanto, la evaluación está planteada para llevarse a cabo a lo largo de todo el programa, con la intención de que en ella se refleje el aprendizaje del alumnado conforme va avanzando. Para ello, la evaluación está basada en los criterios de evaluación escogidos (tabla 1) así como en los objetivos específicos planteados (apartado 4.4.).

Para llevar a cabo la evaluación continua, se utilizarán los diferentes instrumentos de evaluación durante todo el programa, para reflejar el proceso de aprendizaje del alumnado:

- Observación directa, continua y sistemática: la observación se utilizará durante todo el programa como principal instrumento de evaluación.
- Cuaderno del docente: donde apuntará todos los datos que considere relevantes para la evaluación.
- Tabla de registro (tabla 8): al final de cada sesión, se rellenará una tabla de registro, y así evaluar los criterios específicos de cada sesión.
- Rúbrica (tablas 9 y 10): al final del programa se evaluará el grado de adquisición de cada niño y niña, a través de los objetivos específicos de la propuesta. Se desarrollará una rúbrica para la evaluación de las sesiones, y otra para el rincón de las emociones y el material de relajación.

Por otro lado, la evaluación formativa se realizará a través de la tabla de registro y la observación. Además, la evaluación sumativa se realizará al finalizar el programa, a través de la rúbrica, la cual se completará mediante la observación y el diario del docente.

En cuanto a la evaluación de cada sesión, además de los criterios específicos de cada una de ellas, en todas se valorará principalmente la participación del alumnado a través del interés por explorar los materiales.

A continuación se presentan la tabla de registro (tabla 8) y la rúbrica de evaluación (tablas 9 y 10).

Tabla 8

Tabla de registro

NOMBRE		EMOCIÓN:		
SESIONES	CRITERIOS	Totalmente	En Parte	Nada
Sesión 1	Muestra interés durante la presentación de los materiales.			

	Muestra iniciativa por explorar los materiales.			
	Muestra preferencia por algún objeto.			
	Interactúa con el o la docente.			
Sesión 2	Reconoce la textura y/o material de la sesión anterior.			
	Reconoce a su familia.			
	Muestra interés ante el material.			
	Asocia la expresión facial con la emoción.			
	Muestra intención por expresar la emoción.			
Sesión 3	Reconoce la caja de la emoción.			
	Muestra intención por explorar el aula.			
	Muestra interés por el material.			
	Responde a las interacciones del o la docente.			
	Muestra intención por expresar la emoción.			
Sesión 4	Reconoce la caja de la emoción.			
	Reconoce el color asociado a la emoción.			
	Muestra interés por explorar el material.			
	Muestra iniciativa por participar en el mural.			
	Muestra intención por expresar la emoción.			
	Responde a las interacciones del o la docente.			

Sesión 5: Contando emociones	Reconoce cada emoción.			
	Muestra interés por explorar el material.			
	Muestra intención por expresar las emociones.			
	Muestra intención por expresar la emoción.			
	Responde a las interacciones del o la docente.			
Observaciones				

Tabla 9

Rúbrica de evaluación de las sesiones

NOMBRE	CRITERIOS	Totalmente	En Parte	Nada
SESIONES	Identifica las emociones básicas			
	Reconoce las expresiones emocionales			
	Expresa sus emociones			
	Asocia cada textura con su emoción			
	Asocia cada color con su emoción			
	Muestra interés por participar en las actividades			
	Muestra interés por explorar los materiales			
Observaciones				

Tabla 10*Rúbrica de evaluación de propuestas complementarias*

NOMBRE	CRITERIOS	Totalmente	En Parte	Nada
RINCÓN DE LAS EMOCIONES	Muestra iniciativa por utilizar el material			
	Reconoce el material correspondiente a cada emoción			
	Muestra preferencia por algunos materiales en concreto			
	Utiliza el material para regular o expresar su emoción			
RELAJACIÓN	Muestra iniciativa por utilizar el material			
	Muestra preferencia por algunos materiales concretos			
Observaciones				

5. CONCLUSIONES

En este trabajo se pretende transmitir la relevancia de la educación emocional en todas las etapas educativas, destacando sobre todo la importancia de comenzar a trabajar las competencias emocionales desde las primeras edades. En especial, es realmente esencial para el alumnado escolarizado en centros de educación especial, ya que las habilidades emocionales es uno de los aspectos en los que más dificultad presentan. Promover un desarrollo emocional adecuado para el alumnado desde las etapas más tempranas no solo es beneficioso, sino que es fundamental para alcanzar su bienestar personal y social.

Para ello, en este trabajo se ha planteado una propuesta de intervención con la que se pueden empezar a trabajar las emociones, destinada al alumnado de educación infantil de un centro de educación especial. Esta propuesta se basa en la idea de que los sentidos son el canal principal a través del cual el alumnado percibe la información de su entorno. Por tanto, es también una herramienta muy eficaz para el autoconocimiento, y una parte fundamental son las emociones que se experimentan.

En este caso, dado que la propuesta no se ha diseñado para un contexto concreto, se ha planteado desde un enfoque general, con la intención de que sea útil para todo el alumnado. Sin embargo, es evidente que en caso de aplicarla, siempre va a hacer necesario adaptarla al alumnado. Además, es fundamental adaptarlo a las necesidades de cada niño y cada niña, para ofrecerles una atención completamente personalizada que atienda todas sus necesidades, favoreciendo sus puntos fuertes y trabajando sus puntos más débiles.

Este es uno de los puntos fuertes del trabajo, la propuesta permite su modificación para adaptarla al alumnado con el que se vaya a implementar. Los materiales, los tiempos, los espacios y, en general, las sesiones, son completamente adaptables a las diferentes circunstancias a las que se aplique este programa. Asimismo, contar con la colaboración de las familias refuerza no solo que el aprendizaje del alumnado sea más significativo, sino que también consolida el vínculo entre el colegio y la familia, favoreciendo el aprendizaje y la experiencia escolar del alumnado.

Sin embargo, también presenta puntos débiles. Entre ellos, todos los materiales y recursos necesarios para llevar a cabo esta propuesta. Disponer de los espacios, diseñar los recursos sensoriales y contar con la colaboración de las familias puede ser una dificultad en determinados contextos escolares. Por otro lado, la aplicación de este programa puede implicar repetir las sesiones muchas veces, para que el alumnado alcance a comprender todos los aprendizajes. Además, es posible que los resultados no sean inmediatos, por lo que no hay garantías de que el programa vaya a funcionar y el alumnado alcance los objetivos, ya que es

probable que el alumnado no pueda responder de forma directa. Así que, el personal docente que aplique este programa debe adoptar una actitud de paciencia, constancia y flexibilidad.

A nivel personal, elaborar este trabajo ha sido una experiencia muy enriquecedora. La investigación que ha supuesto reunir toda la información que compone el marco teórico ha sido costosa. Sin embargo, ha sido muy interesante buscar información sobre la educación emocional, la educación especial y los programas a través de los sentidos. Los aprendizajes y nuevos conocimientos que ha implicado realizar este trabajo ha sido muy satisfactorio. Además, pensar las sesiones, actividades y materiales necesarios para construir el programa ha resultado ser lo más motivante de todo, ya que pensar en su aplicación en alumnado real de un centro de educación especial ha aumentado el interés y las ganas por crear una propuesta que realmente sea aplicable a un alumnado real.

En definitiva, este trabajo surge del interés por ofrecer una propuesta que atienda las necesidades del alumnado escolarizado en un centro de educación especial, diseñando una propuesta de intervención para el trabajo de la educación emocional a través de los sentidos. Aunque algunos aspectos siempre se pueden mejorar, este trabajo se ha elaborado con una clara vocación, pretendiendo transmitir que sí se pueden enseñar las competencias emocionales en el aula.

6. LIMITACIONES

La elaboración de este trabajo ha sido motivadora y satisfactoria, por toda la información recogida en la investigación del marco teórico, así como por el diseño de la propuesta de intervención. Sin embargo, su desarrollo presenta algunas limitaciones.

La mayor dificultad que se ha encontrado ha sido no poder implementar la propuesta en un contexto real, por lo que no se ha podido evaluar su impacto ni tampoco su eficacia en el alumando.

Asimismo, otra dificultad ha sido diseñar una propuesta general, es decir, no se ha podido elaborar en base a alumnado de Educación Infantil de un centro de educación especial. Por tanto, no se han podido personalizar ni las sesiones ni el material propuesto a las características de cada niño y cada niña de un grupo clase.

Por otro lado, no haber podido implementar el programa implica que no hay certeza de si las sesiones son realmente efectivas. Es decir, no se puede asegurar que el tiempo que se ha planificado dedicar a cada sesión, cada emoción y, en general, al programa, va a ser efectivo, o si será necesario modificar algún aspecto.

Otra limitación presente es la colaboración con las familias. Aunque su participación en la escuela es muy beneficiosa, en determinados contextos puede suponer una dificultad, a veces por motivos laborales, por dificultad de comunicación o por escasa implicación. Así que no se puede asegurar la participación de las familias, aunque siempre hay que fomentar su colaboración.

En definitiva, la mayor limitación ha sido no contar con un contexto real en el que aplicar el programa, y eso ha dado lugar a otras limitaciones.

7. PROSPECTIVA DE FUTURO

De cara al futuro, la principal intención es su aplicabilidad en un contexto real, con alumnado de Educación Infantil escolarizado en un centro de educación especial. Implementar la propuesta en un aula supondría mejor el programa en todos los sentidos, tanto a nivel de material y recursos, como de tiempo planificado, y contenido.

Por otro lado, en el caso de su implementación sería necesario adaptar no solo las sesiones, sino también el material, como por ejemplo el tablero de comunicación, a las necesidades y características del alumnado. La actuación docente en un aula de educación especial es completamente individualizada y personalizada, ya que cada niño y cada niña tiene unas características propias. Es decir, todas las actividades y programas se realizan de una manera distinta con cada alumno y alumna. Aunque la actividad vaya dirigida a todo el grupo de alumnado, con cada uno y cada uno habrá que reaccionar de una forma distinta, para que la actividad sea realmente efectiva, y así conseguir los objetivos propuestos. Así que, tanto los objetivos como los criterios de evaluación también son modificables, y deben adaptarse al contexto en el que se aplique este programa.

Asimismo, la colaboración con las familias es muy beneficiosa para el alumnado, involucrar a las familias en el proceso educativo favorece el desarrollo integral de sus hijos e hijas, y permite a los y las docentes ofrecer una respuesta más ajustada y personalizada a sus necesidades. Sin embargo, depende del contexto escolar puede ser una dificultad. Por ello, en ese caso puede ser necesario establecer estrategias que faciliten y promuevan esa comunicación.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Ainscow, M. (2001). *Comprendiendo el desarrollo de escuelas inclusivas*. Notas y referencias bibliográficas.

http://bam.educarex.es/gestion_contenidos/ficheros/1231%5D01comprendiendoeldesarrollodeescuelasinclusivas.pdf

Ayres, A. J. (1998). *La integración social y el niño*. Trillas.

https://www.academia.edu/49126468/AYRES_LA_INTEGRACION_SENSORIAL_Y_EL_NI%C3%91O?source=swp_share

Bach, E. y Darder, P. (2002). *Sedúctete para seducir. Vivir y educar las emociones*. Barcelona: Paidós.

Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis Wolters Kluwer.

Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7-43.

<http://revistas.um.es/rie/article/viewFile/99071/94661>

Bisquerra, R. (Coord). (2011). *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*. Desclée De Brouwer.

<https://otrasvoceseneducacion.org/wp-content/uploads/2019/04/Educaci%C3%B3n-Emocional.-Propuestas-para-educadores-y-familias-Rafael-Bisquerra-Alzina-2.pdf>

Bisquerra, R. (Coord.). (2012). *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Esplugues de Llobregat (Barcelona): Hospital Sant Joan de Déu.

https://www.observatoriodelainfancia.es/oia/esp/documentos_ficha.aspx?id=3483

Bisquerra, R., y Mateo, J. (2019). *Competencias emocionales para un cambio de paradigma en educación*. España: Horsori Editorial.

<http://www.puvill.com/toc/9788494985744.pdf>

- Bisquerra, R. *et al.* (1998). Los enfoques del counseling. En R. Bisquerra (Coord.), *Modelos de orientación e intervención psicopedagógica* (pp. 471-535). Barcelona: Praxis.
- Brackett, M. (2020). *Permiso para sentir. Educación emocional para mayores y pequeños con el método RULER*. Diana Editorial.
- Edwards, C, Gandini, L. y Forman, G. (1998). *The hundred languages of children: The Reggio Emilia approach advanced reflections*. Bloomsbury Publishing USA.
- Ekman, P. (2003). *Emotions Revealed*. Times Books.
- Fernández-Berrocal, P. y Ruiz, D. (2008). La Inteligencia emocional en la Educación. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 6(2), 421-436
<https://doi.org/10.25115/ejrep.v6i15.1289>
- Gardner, H. (1995). *Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica*. Barcelona: Paidós.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
http://www.cutonala.udg.mx/sites/default/files/adjuntos/inteligencia_emocional_daniel_goleman.pdf
- Heller, E. (2000). *Psicología del color*. Gustavo Gili.
- Hernández, S. (s.f.). *Cajas de emociones*. Cajas de emociones. Recuperado el 5 de mayo de 2025, de <https://cajasdeemociones.com/cajas-de-emociones/>
- Herz, R. (2007). *The scent of desire: Discovering our enigmatic sense of smell*. William Morrow.
- Keltner, D. y Kring, A. M. (1998). Emoción, función social y psicopatología. *Revista de Psicología General*, 2(3), 320–342. <http://dx.doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.320>

Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. Boletín Oficial del Estado, No. 340. Gobierno de España (2020, 30 de febrero).

Lipovetsky, G. (2006). Los tiempos hipermodernos. Barcelona: Ed. Anagrama.
<https://cursoshistoriavdemexico.wordpress.com/wp-content/uploads/2019/07/lipovetsky-gilles-y-sc3a9bastien-charles-los-tiempos-hipermodernos.pdf>

López Cassà, È., (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 153-167.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27411927009>

Lozano, J. y Alcaraz, S. (2009). *Aprende con Zapo. Propuestas didácticas para el aprendizaje de habilidades emocionales y sociales*. Wolters Kluwer.

Melero, S. (2024, 24 de enero). *El bienestar emocional, un factor determinante en la Educación Especial*. UNIR.
https://www.unir.net/revista/educacion/bienestar-emocional-factor-determinante-educacion-especial/?utm_medium=rrss&utm_source=link_copy&utm_campaign=np-org-share_rrss_link_copy_unireu_x_x_x_noticia_x_noticia_x

Noddings, H. (2003). *Happiness and education*. Nueva York: Cambridge University Press.

Ramachandran, V. S., y Brang, D. (2008). Sinestesia tactoemocional. *Neurocase*, 14(5), 390–399. <https://doi.org/10.1080/13554790802363746>

Real Decreto 696/1995, de 28 de abril, de ordenación de la educación de los alumnos con necesidades educativas especiales. Boletín Oficial del Estado, No. 131. Ministerio de Educación y Ciencia, España (1995, 2 de junio).

Real Decreto 95/2022, de 1 de febrero, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Infantil. Boletín Oficial del Estado, No. 28. Ministerio de Educación y Formación Profesional, España. (2022, 2 de febrero).

Romera, M. J. (2018). La Inteligencia Emocional en alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo. *Publicaciones Didácticas*, (99), 98-104.

<https://core.ac.uk/download/pdf/235851777.pdf>

Orden ECD/853/2022, de 13 de junio, por la que se aprueban el currículo y las características de la evaluación de la Educación Infantil y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón. Boletín Oficial de Aragón, No. 116. Departamento de Educación, Cultura y Deporte. (2022, 17 de junio).

Parets Luque, C. (2014, 8 de abril). Eduquemos las emociones. Cuento Paula y su cabello multicolor. Educación emocional. *Catacricatacrac*.

<https://catacricatacrac.blogspot.com/2014/04/eduquemos-las-emociones-cuento-paula-y.html>

Vohale (2024). *La importancia de la educación emocional en el alumnado NEAE*.

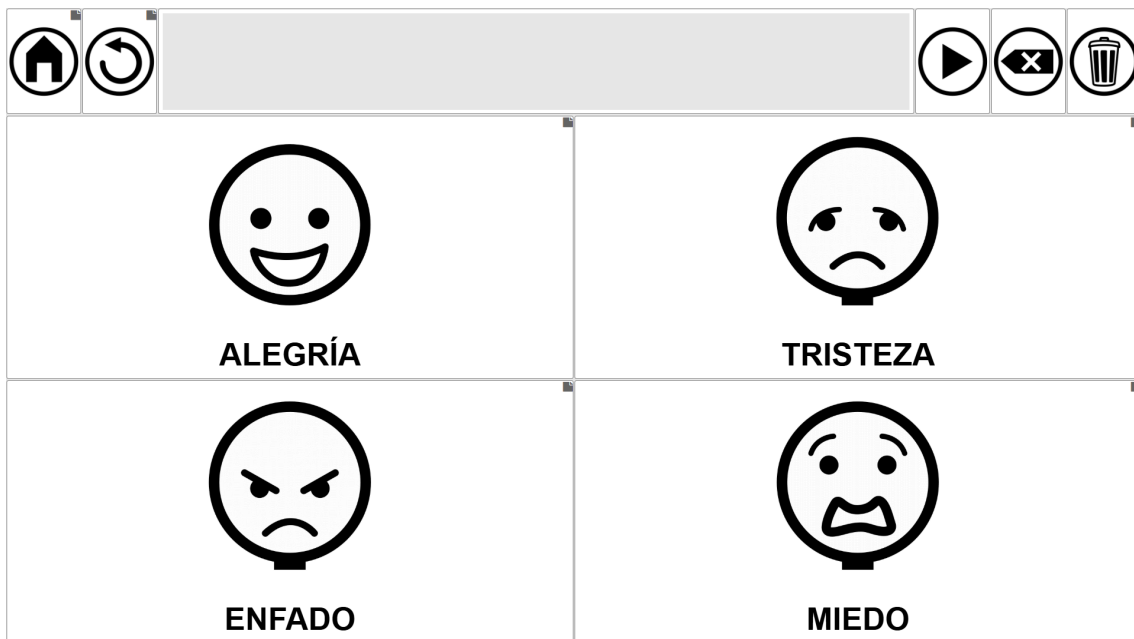
<https://vohale.com/la-importancia-de-la-educacion-emocional-en-alumnado-neae/>

ANEXOS

ANEXO 1: Tablero de comunicación

Para trabajar el Lenguaje Natural Asistido (LNA) se ha preparado un tablero con el lenguaje esencial de cada emoción. El diseño corresponde a la propuesta general, sin embargo, al implementar el programa a un contexto real los pictogramas y su organización puede modificarse, incluso ampliar o reducir contenido para adaptarlo a las necesidades del alumnado. Incluso, si es necesario se deberá elaborar un tablero personalizado para cada niño y cada niña.










- Pantalla inicial



- Alegría



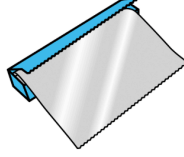
- Tristeza

 				  	
					
LANA				AZUL	
					
COJÍN				CUENTO	

- Enfado

 				  	
					
LIJA				ROJO	
					
PELOTA				CUENTO	

- Miedo

 				  
 <p>ALUMINIO</p>		 <p>MORADO</p>		
 <p>LINTERNA</p>		 <p>CUENTO</p>		

ANEXO 2: Colección “Sentimientos” de Trace Moroney

Esta serie de cuentos son una herramienta que pretende fomentar la confianza y la autoestima de los niños y niñas, además de contribuir a una base emocional sólida. Está diseñada para ayudar a comprender, identificar, gestionar y expresar sus emociones de una manera adecuada para ellos y ellas mismas, y para los demás. La colección está compuesta por nueve cuentos, de los cuales se van a utilizar los siguientes en la sesión 5:



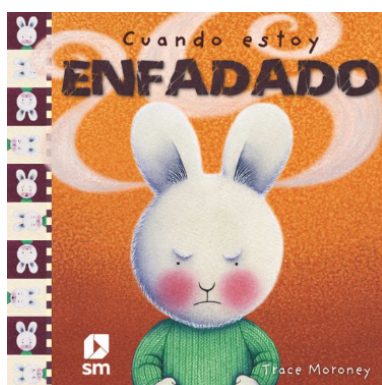
Cuando estoy contento:

<https://youtu.be/K8uo1NWmNjo?si=SdvJSEoEYJXhM3CD>



Cuando estoy triste:

https://youtu.be/RB8mZH14-5I?si=_FliMG9vuW6EvZRt



Cuando estoy enfadado:

<https://youtu.be/DpVHkGb1GYQ?si=1Ephok7mloPPixre>



Cuando tengo miedo:

https://youtu.be/DymMmp9VFhs?si=N5MUnBx-_FtcIqEe

ANEXO 3: “Paula y su cabello multicolor” de Carmen Parets

Este cuento pretende ayudar a los niños y a niñas a reconocer las emociones básicas, aceptarlas y expresarlas de manera positiva, mientras se divierten conociendo la historia de Paula.



<https://youtu.be/K4Zk7p7FN0k>