

Universidad de Oviedo

Facultad de Formación del Profesorado y Educación

**LA EDUCACIÓN EMOCIONAL
INCORPORADA A LAS RUTINAS DEL
AULA**

TRABAJO FIN DE GRADO

GRADO EN MAESTRO EN EDUCACIÓN INFANTIL

Lucía García Noceda

Tutora: María Estrella Fernández Alba

JULIO 2023

ÍNDICE

1. RESUMEN.....	2
2. INTRODUCCIÓN	3
2.1. JUSTIFICACIÓN.....	3
2.2. OBJETIVOS DEL TFG	4
2.3. ESTRUCTURA DEL TFG.....	4
3. PLANTEAMIENTO DEL TRABAJO O METODOLOGÍA	5
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	5
4.1. EMOCIONES Y EDUCACIÓN.....	5
4.1.1. Concepto de emoción	5
4.1.2. Concepto de educación emocional	7
4.1.3. Importancia y métodos para trabajar la educación emocional.....	8
4.2. INTELIGENCIA EMOCIONAL	9
4.2.1. Concepto de inteligencia emocional.....	9
4.2.2. Teorías de la inteligencia emocional	10
5. PROPUESTA DE ACTUACIÓN PARA EL AULA DE INFANTIL	12
5.1. DESTINATARIOS	12
5.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	12
5.3. SABERES BÁSICOS Y COMPETENCIAS A TRABAJAR CON LA ACTUACIÓN	13
5.4. METODOLOGÍA	14
5.5. DESCRIPCIÓN DE LA INTERVENCIÓN	15
5.6. TEMPORALIZACIÓN	20
5.7. EVALUACIÓN	20
6. CONCLUSIONES	21
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	23



1. RESUMEN

En la realidad de las aulas se observan, generalmente, enseñanzas tradicionales centradas en la transmisión de conocimientos. A finales del siglo XX la enseñanza sufre una transformación en la que se otorga mayor importancia a la afectividad y a las emociones, entre otros aspectos. Por ello, el objetivo principal del presente trabajo Fin de Grado es diseñar una actuación orientada a favorecer el desarrollo emocional del alumnado de 4 años de Educación Infantil, a través de una propuesta de intervención en inteligencia emocional a incorporar en el aula. Se trata de una intervención anual, a través de un nuevo rincón en el aula y de actividades que complementarán las ya existentes en las rutinas diarias. Estas les permitirán identificar las emociones básicas (alegría, tristeza, asco, ira y miedo) en ellos mismos y en los demás, así como desarrollar la capacidad de expresión de las mismas, de manera progresiva a lo largo del curso. La revisión bibliográfica que acompaña al programa se apoya en datos extraídos de artículos, libros e investigaciones realizadas por diferentes autores.

Palabras clave: Educación emocional, inteligencia emocional, emociones.



2. INTRODUCCIÓN

La educación va evolucionando a medida que lo hace la sociedad, es por ello que van surgiendo nuevos intereses. Por ello, el presente Trabajo de Fin de Grado se centra en buscar nuevas formas de trabajar la educación emocional en las aulas.

2.1. JUSTIFICACIÓN

Las enseñanzas tradicionales se centraban exclusivamente en la transmisión de conocimientos, implantando modelos o enseñanzas individualistas que generaban competitividad sin tener en cuenta otros aspectos importantes como los valores, la educación emocional, las habilidades sociales o incluso las diferencias individuales.

Estas enseñanzas han sufrido un cambio desde finales del siglo XX, ya que a partir de este momento en las aulas se le da importancia a la afectividad y las emociones. En el sistema educativo se ha comprendido la importancia de la educación emocional para el desarrollo integral del alumnado. Por lo tanto, el contexto educativo ya no es solo un entorno de transmisión de conocimientos, sino también de aprendizaje de competencias sociales y emocionales (Elias et al., 1997; Greenberg et al., 2003). Además, tal y como se observa en las aportaciones de Sutton y Wheatley (2003), para poder lograr el cambio mencionado con anterioridad, el docente tiene un papel muy importante. Se considera que estos deben poseer y dominar previamente todas las competencias afectivas y emocionales para poder trasmitirlas al alumnado en el día a día del aula. Es decir, para lograr integrar la educación emocional en las aulas, como parte del desarrollo de competencias a desarrollar en el contexto educativo en las diferentes etapas, requiere de la implicación y el propio aprendizaje de todos los agentes educativos. Por este motivo, aunque exista un acuerdo notable sobre la importancia del desarrollo emocional como parte de los currículums actuales, su integración en el día a día de las aulas es un proceso lento que no está exento de dificultades y obstáculos (Elias et al., 1997; Zins et al., 2004).

La Ley Orgánica de Educación 2/2006, de 3 de mayo, es la primera ley de educación en recoger como objetivo de la educación Infantil el desarrollo de aspectos físicos, sociales, afectivos e intelectuales. A pesar de ello, la realidad de las aulas es diferente, ya que en ellas no se desarrollan aspectos de la educación emocional que contribuyan al desarrollo integral del alumnado de manera estructurada, sistemática y generalizada. Con la nueva Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de educación, en el Art. 12, se establecen los principios generales que deben regular la educación infantil, entre los que se considera “contribuir al desarrollo físico, afectivo, social, cognitivo y artístico del alumnado, así como la educación en valores cívicos para la convivencia”. Con esta modificación se pretende tener en cuenta la inclusión, la educación emocional y la educación en valores, siendo resaltado a lo largo de todo el documento.



Tal y como se menciona con anterioridad, se pretenden realizar grandes modificaciones en cuanto a la educación infantil se refiere, sobre todo a nivel práctico. Por tanto, con la implementación de esta ley se pretende modificar la dinámica estructural del aula para garantizar la implantación de nuevos materiales, espacios o momentos específicos dedicados hacia la expresión de emociones, las habilidades sociales, la inclusión, los valores, la resolución de conflictos o incluso la relajación y la calma. Y para ello, cabe destacar la importancia de la formación de los docentes en este ámbito, para que la implantación sea efectiva, ya que además la modificación en la dinámica estructural del aula se requiere de la educación emocional en todos los momentos del día.

2.2. OBJETIVOS DEL TFG

La realización de este trabajo persigue dos objetivos, los cuales resumen todos los aspectos sobre los que se quieren adquirir nuevos conocimientos y competencias:

- Ampliar la autoformación sobre la educación emocional en las aulas de educación infantil.
- Diseñar una actuación orientada a favorecer el desarrollo emocional del alumnado de 4 años de Educación Infantil, a través de una propuesta de intervención en inteligencia emocional a incorporar en las sesiones de aula.

2.3. ESTRUCTURA DEL TFG

En el presente trabajo de fin de grado se encontrarán todos los aspectos que se han trabajado sobre la educación emocional.

El primer aspecto para desarrollar será la introducción, en la que se especifica el porqué de la elección del tema y aquello que queremos conseguir (los objetivos), el porqué de nuestra intervención. A continuación, aparecerá el planteamiento del trabajo o metodología.

El siguiente apartado es la fundamentación teórica, donde se encuentra toda la información bibliográficamente contrastada sobre la educación emocional, así como diversos conceptos desarrollados, la importancia de la educación emocional, la inteligencia emocional y algunas técnicas que ayuden a desarrollar este proceso, etc.

Tras desarrollar los aspectos teóricos se presenta la parte práctica, correspondiendo con la propuesta de intervención, en el que se planteará una justificación personal sobre la elección del tema, los objetivos, la contextualización, la temporalización, las actividades llevadas a cabo y la evaluación.

Por último, se encuentran las conclusiones, apartado en el que se resumen los aprendizajes adquiridos tras la realización del presente trabajado, acompañado de referencias bibliográficas y anexos.



3. PLANTEAMIENTO DEL TRABAJO O METODOLOGÍA

El desarrollo del TFG requiere del seguimiento de una serie de pautas, que sirven de guía y harán que la realización del trabajo sea más sencilla.

Para ello, lo primero a realizar es buscar información acerca de la educación emocional. Para ello se utilizaron diversas fuentes como *Google Académico*, *Google*, *Dialnet*, *WOS*, etc. Se encontraron diversos artículos científicos, libros, investigaciones, o artículos de revista. En todos ellos se realizaba la búsqueda a través de palabras clave como: “concepto de emoción”, “inteligencia emocional”, “las emociones”, “educación emocional”, etc. Y todos aquellos que fueran interesantes para el trabajo se guardaban.

Posteriormente se procede a leer, analizar y contrastar toda la información encontrada en todos aquellos documentos que con anterioridad habíamos guardado. A medida que se iba leyendo más información acerca de este tema, los conceptos eran más claros, lo que permitió estructurar el trabajo y determinar cuáles eran los aspectos más relevantes desde mi punto de vista que quería tratar. Para ello, se comenzaron realizando los aspectos teóricos, como la fundamentación teórica o la justificación.

Teniendo en cuenta la parte teórica, se procede a desarrollar la parte práctica, correspondiente con la intervención. Para el diseño de esta, además de la información teórica, se han tenido en cuenta los saberes básicos y las competencias clave establecidas para el segundo ciclo de Educación Infantil.

Cabe destacar, que para la realización del TFG se han realizado diversas tutorías, en las cuales se me ofrecía la información necesaria para poder llevar a cabo este trabajo, además de las correcciones correspondientes.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

4.1. EMOCIONES Y EDUCACIÓN

Los conceptos de emoción, educación emocional e inteligencia emocional abarcan numerosos aspectos que se irán desarrollando en los siguientes apartados.

4.1.1. Concepto de emoción

Antes de profundizar en qué es y cómo trabajar la inteligencia emocional es importante comprender de qué hablamos cuando hablamos de emoción, teniendo en cuenta que es un tópico de interés que comenzó a investigarse con mayor profundidad a finales del siglo pasado, gracias a autores como Salovey y Mayer (1990), LeDoux (1999) o Goleman (1996), entre otros. El término emoción es muy complejo, por lo que no existe una definición exclusiva del mismo, aunque se destacan diversas ideas de autores de renombre, que dan cuenta de su descripción y su importancia.



Para Bisquerra (2000),

las emociones son reacciones a las informaciones (conocimiento) que recibimos en nuestras relaciones con el entorno. La intensidad de la reacción está en función de las evaluaciones subjetivas que realizamos sobre cómo la información recibida va a afectar nuestro bienestar. En estas evaluaciones subjetivas intervienen conocimientos previos, creencias, objetivos personales, percepción de ambiente provocativo, etc. Una emoción depende de lo que es importante para nosotros. Si la emoción es muy intensa puede producir disfunciones intelectuales o trastornos emocionales (fobia, estrés, depresión). (p. 63)

Para Greenberg (2000), el ser humano es claramente emocional, ya que considera las emociones como parte de la inteligencia, dándole suma importancia a la diferenciación clara entre la parte emocional y la parte racional que poseen todas las personas, dando pie a una evolución cultural. Apoyando las aportaciones de Greenberg, Goleman (2001) afirma que todo ser humano posee dos mentes, una que piensa y otra que siente. La mente que piensa (racional) es la parte consciente que nos permite analizar y reflexionar. La mente que siente (emocional), es la parte impulsiva, por tanto, difícil de controlar y en muchas ocasiones resulta ser ilógica. Aunque realiza una división, confirma que ambas se desarrollan simultáneamente para formar nuestra vida mental.

Teniendo en cuenta las aportaciones de diversos autores como Fredrickson (2001), Fernandez-Abazcal et al. (2009), Valles y Valles (2000), Conangla (2002), se podrían categorizar a las emociones en primarias y secundarias. Las emociones primarias, innatas en el ser humano, son necesarias para garantizar su supervivencia e interacción con el entorno que le rodea. Son positivas, beneficiosas y necesarias para el sujeto en todos los casos. Estas emociones pueden describirse o diferenciarse según las sensaciones y percepciones que provocan en el sujeto, en emociones agradables y emociones desagradables, las cuales serán detalladas a continuación:

Emociones agradables:

- Alegría: se siente cuando el sujeto alcanza aquello que estaba previsto o cuando un estado negativo es superado.

Emociones desagradables:

- Ira: mayor nivel de enfado.

- Miedo: incomodidad e inquietud por peligros reales o imaginados por la propia persona.

- Tristeza: desmotivación, vacío.

- Asco: desagrado y disgusto hacia algo.

Teniendo en cuenta las aportaciones de todos los autores mencionados con anterioridad, se podría decir que las emociones son respuestas del ser humano ante los



estímulos encontrados en su entorno. El conocimiento de las emociones en uno mismo y en el otro y la regulación de las mismas es muy importante para todos los aspectos de la vida, ya que determinan en gran medida nuestras actuaciones y nuestra relación con el entorno. Para lograr conseguir una óptima regulación emocional es necesario que el sujeto cuente una correcta inteligencia emocional.

4.1.2. Concepto de educación emocional

La Educación Emocional, siguiendo a Bisquerra (2000),

es un 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)

Años después, Bisquerra (2011, p. 5) afirma que la Educación Emocional “es una respuesta educativa a las necesidades sociales que no están atendidas en las áreas académicas ordinarias”. Para poner en marcha la educación emocional y que esta sea efectiva, señala la importancia de formar tanto al profesorado como a las familias sobre este tema, ya que como agentes socializadores previamente deben conocer y tener integradas las bases de la educación emocional. Es fundamental tener en cuenta el desarrollo evolutivo, la madurez, la edad cronológica y los conocimientos previos de los destinatarios para que el proceso de enseñanza-aprendizaje y, por tanto, de los contenidos establecidos para esta educación sea efectivo (ver Figura 1).

Figura 1. *Contenidos de la Educación Emocional* (Bisquerra, 2011, p.6).





A partir de las aportaciones de todos los autores mencionados a lo largo del documento, se considera que trabajar la educación emocional conlleva la mejora del bienestar individual, generando así un bienestar social, ya que influye en diversas situaciones como la convivencia, la resolución de conflictos, la comunicación afectiva y efectiva, la toma de decisiones y la autoestima, entre otras.

4.1.3. Importancia y métodos para trabajar la educación emocional

Según Bisquerra (2011) las emociones forman parte del día a día del ser humano y, en muchas ocasiones, no les otorgamos la importancia que estas requieren. Precisan de una continua educación, principalmente, en las primeras etapas de vida, para que esta sea beneficiosa y así poder crecer, desarrollarse y convivir mejor con uno mismo y con los demás. Campos (2010) afirma que en el desarrollo infantil el eje central son las relaciones interpersonales, a través de las cuales adquieren habilidades emocionales, sociales, cognitivas y se adaptan al entorno. Siendo así, Palomera (2009) realiza una serie de aportaciones para la puesta en marcha de la educación emocional en el centro escolar, pudiendo alcanzar a través de estas la felicidad del alumnado. Las indicaciones mencionadas con anterioridad se resumen como sigue:

- El bienestar del alumnado en los centros debe ser evaluado estrictamente. Para ello, es imprescindible que este forme parte de los objetivos del currículo.
- Debe existir a lo largo de la jornada escolar un tiempo dedicado al bienestar, en el que se puedan destacar aspectos como emociones positivas, agradecimientos, entre otras.
- Los espacios han de ser adecuados para desarrollar el bienestar, deben proporcionar seguridad, además de contar con una serie de estimulantes que favorezcan ese desarrollo.
- La relajación necesita su propio tiempo en los centros escolares, y debería aparecer en los horarios de las aulas.
- Realizar actividades divertidas, utilizando siempre el sentido del humor, y un lenguaje positivo, ayudando así a una mejor motivación del alumnado.
- Como maestro, ser flexible en cuanto a los espacios y los tiempos se refiere, además de respetar los ritmos de cada una de las personas.
- La realización de actividades grupales en el aula también favorece el bienestar del alumnado, tanto a nivel individual como a nivel grupal.

Para completar, Casassus (2006) afirma que la educación emocional ha de realizarse de manera gradual, en función de las capacidades y del nivel cognitivo del alumnado, ya que requiere un alto nivel de comprensión y, como se menciona en varias ocasiones, es un proceso complejo. Además, destaca en todo momento la importancia del papel del maestro/a para el desarrollo de esta educación, ya que el alumnado utiliza a su



figura como ejemplo y, a su vez el docente, no enseña de forma abstracta, sino que lo hace de manera implícita o explícita, transmitiendo sus emociones y sentimientos en cada acto pedagógico, voluntaria o involuntariamente.

Winnicott y Beltrán (1981) también otorgan gran importancia al papel del educador para el desarrollo de este proceso, por ello afirman que:

el desarrollo emocional tiene lugar cuando se han provisto las condiciones adecuadas para ello; el impulso a desarrollarse nace del mismo niño, de su interior. Las fuerzas que impelen hacia la vida, hacia la integración, son inmensamente potentes y hacen que el niño y la niña, en condiciones favorables, hagan progresos; cuando las condiciones no son suficientemente positivas, estas fuerzas quedan retenidas en el interior del niño y de la niña, a los que, de una forma u otra, tienden a destruir. (p. 76)

Teniendo en cuenta las aportaciones de todos los autores mencionados con anterioridad, podría decirse que trabajar la educación emocional dentro del aula es muy beneficioso para el desarrollo integral del alumnado. Además, el educador y las familias juegan un papel muy importante para que esta educación se lleve a cabo adecuadamente. El entorno y las oportunidades que el aula ofrece son determinantes, por ello, debemos ofrecerles a los estudiantes numerosos recursos y situaciones en el día a día, además de planificar previamente nuestra acción educativa en colaboración con las familias.

4.2. INTELIGENCIA EMOCIONAL

La educación emocional es el proceso de aprendizaje que se integra en las aulas para favorecer el desarrollo emocional del alumnado. Pero no se incluye en el vacío o aislado de los modelos teóricos que explican ese desarrollo emocional o la base en la que se asienta. Siendo así, en este trabajo se tiene en cuenta la inteligencia emocional como base del aprendizaje sobre el que se estructura la educación emocional en las aulas.

4.2.1. Concepto de inteligencia emocional

El concepto de inteligencia emocional cobró importancia y comenzó a tenerse en cuenta tras la publicación de un libro de Daniel Goleman en 1996 llamado “La inteligencia Emocional”, aunque es importante destacar que este término ha sido investigado con anterioridad por Peter Salovey y John Mayer (1990).

Según Vivas et al. (2006, p. 13) “la inteligencia emocional (IE) es el uso inteligente de las emociones: hacer que, intencionalmente, las emociones trabajen para nosotros, utilizándolas de manera que nos ayuden a guiar la conducta y los procesos de pensamiento, a fin de alcanzar el bienestar persona”.

La inteligencia emocional se refleja, según Goleman (1996), en la interacción entre el ser humano y el mundo. Una persona que ha desarrollado correctamente la inteligencia



emocional es capaz de tener en cuenta sus propios sentimientos y los de los demás, a su vez es capaz de controlar sus impulsos, la autoconciencia, la valoración adecuada de uno mismo, la adaptabilidad, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental, que configuran rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, correspondiendo con diversos aspectos necesarios para una buena adaptación.

Teniendo en cuenta las diversas definiciones sobre la inteligencia emocional ofrecidas por los diferentes autores podríamos destacar la importancia de esta en la vida del ser humano, ya que le permite desarrollarse integralmente y, a su vez, establecer unas relaciones beneficiosas con el mundo que le rodea. En este caso, y en relación con el punto anterior, diríamos que además de conocer las emociones, implicaría ser capaces de regularlas, comprender cómo nos sentimos y ser capaces de identificar y comprender cómo se siente el resto, cómo actuar ante esas emociones, como funcionar con ellas y a su vez como afrontar las de las demás de una forma que nos sea beneficiosa.

4.2.2. Teorías de la inteligencia emocional

Una de las teorías más relevantes sobre la inteligencia emocional, que se ha utilizado como base del diseño de intervenciones en educación emocional en las aulas previamente (Celdrán-Baños y Ferrándiz-García, 2012; D'Amico, 2018), ha sido desarrollada por Mayer y Salovey (1990), definiendo la inteligencia emocional como un proceso que permite conocer, diferenciar y controlar los propios sentimientos y emociones, para emplear dichos conocimientos en sus acciones y pensamientos. Estos autores diferencian cuatro bloques de competencia y aprendizajes en inteligencia emocional:

- Percepción emocional: en este bloque se identifican las propias emociones y las de los demás, a su vez, permite la expresión de las mismas a través de diversos aspectos como el lenguaje, la conducta, las obras de arte, la música, etc. Desarrollando la capacidad de expresar las emociones adecuadamente.

- Facilitación emocional del pensamiento: en este bloque las emociones pasan a ser conscientes, de tal forma que se comienzan a tener en cuenta diversos puntos de vista y cómo los diversos estados emocionales influyen en el afrontamiento.

- Comprensión emocional: en este bloque ya existe un conocimiento de las emociones y se posee la capacidad para analizarlas, reconociendo las relaciones establecidas entre estas y su propia expresión, además de la transformación de una emoción a otra.

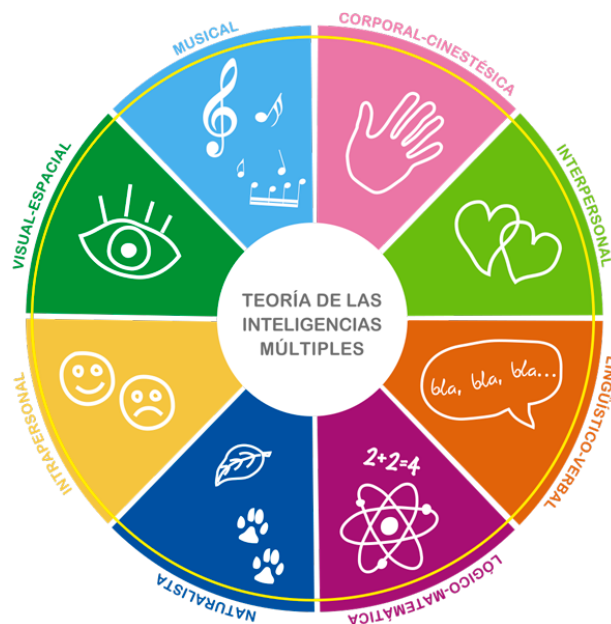
- Regulación emocional: en este bloque se consigue el control de las emociones siendo capaz de adquirir una visión externa para regular tanto las nuestras, como las de los otros, pudiendo así moderar las emociones sentidas sin realizar exageraciones e impulsar las positivas.



Otros autores como Goleman o Bar-on han desarrollado modelos teóricos sobre inteligencia emocional, y aunque describen de una manera un poco distinta el constructo a como lo hacen Salovey y Mayer, muestran muchas similitudes con su modelo.

Otra teoría que se pueden tener en cuenta, con un enfoque un poco diferente, es la Teoría de las inteligencias múltiples de H. Gardner. Gardner (1993) afirmó que el concepto de “inteligencia”, vinculada a procesos cognitivos de aprendizaje, era demasiado limitado, por lo que propuso la existencia de siete inteligencias, correspondiendo con: Inteligencia lingüística, Inteligencia musical, Inteligencia lógico-matemática, Inteligencia corporal cinestésica, Inteligencia espacial, Inteligencia intrapersonal, Inteligencia interpersonal, Inteligencia naturalista (ver Figura 2).

Figura 2. *Inteligencias múltiples.* Colegio San Cristóbal.



Se destacan aquí, la inteligencia interpersonal y la inteligencia intrapersonal, ya que ambas forman la inteligencia emocional. La inteligencia interpersonal nos permite comprender a las demás personas, conociendo sus razones, emociones, estados de ánimo, motivaciones y desarrollar la empatía. Los aspectos biológicos son muy importantes en esta inteligencia, ya que esta área puede producir cambios significantes en la personalidad. En cambio, la inteligencia intrapersonal permite crear una imagen ajustada de nosotros mismos, además de conocer nuestras propias preferencias, necesidades y características, así como nuestros propios defectos y cualidades. Esta inteligencia es la base para cualquier ámbito de nuestras vidas. Estas dos inteligencias permiten que las personas se sientan mejor y se comprendan a sí mismos, a la vez que favorece la relación y la comprensión de las demás personas y el mundo que les rodea.



5. PROPUESTA DE ACTUACIÓN PARA EL AULA DE INFANTIL

De acuerdo con el segundo objetivo de este trabajo, y teniendo en cuenta la fundamentación teórica previa que actuará como base de la misma, se propone, a continuación, una propuesta de actuación para desarrollar en el aula de educación infantil a fin de favorecer el desarrollo de la inteligencia emocional en el contexto escolar. Esta propuesta de actuación contiene varias actividades que se incluirán simultáneamente en el día a día del aula, ofreciendo así momentos a lo largo de la jornada en forma de juegos, rincones, o actividades simples que nos permitan trabajar diariamente la educación emocional y que esta forme parte de la rutina sin crear actividades aisladas, ya que se considera que la puesta en práctica diaria es más efectiva que una actividad en sí misma.

Para el desarrollo de la propuesta se tienen en cuenta como modelo teórico de base la Teoría de la Inteligencia Emocional de Mayer y Salovey (1990), mencionada con anterioridad. Teniendo en cuenta la misma y, al mismo tiempo, las consideraciones de Cassasus (2006), sobre la necesidad de que el trabajo sobre educación emocional deba realizarse poco a poco, respetando la edad de los alumnos y de manera integrada en el aula, en este trabajo se diseñará una intervención fundamentada en el desarrollo del primer bloque: percepción emocional. Se considera que el resto de los bloques deberían ser trabajados con el mismo alumnado, a medida que se van haciendo más mayores y sus capacidades y competencias cognitivas les permitirán asumir los aprendizajes que con ellos se incluyen. En este primer bloque, objeto de la actuación, se identifican las emociones propias y las de los demás, y se estimula la expresión de estas a través de diversos aspectos como el lenguaje, la conducta, etc.

5.1. DESTINATARIOS

El grupo cuenta con 16 escolares de cuatro años (9 niñas y 6 niños), el grupo es bastante heterogéneo, existiendo diferentes personalidades, y culturas entre el alumnado. En el aula hay dos alumnos con especial necesidad de atención individual: un niño presenta necesidades educativas especiales (NEE) desde el curso pasado por Trastorno de Espectro Autista (ACNEE- TEA) y otro niño con retraso en el desarrollo del lenguaje.

5.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

A continuación, se mostrarán los objetivos específicos que se pretenden alcanzar con esta intervención:

- Identificar las emociones básicas en sí mismo (alegría, tristeza, asco ira y miedo).



- Identificar las emociones básicas en los demás (alegría, tristeza, asco ira y miedo).
- Reconocer situaciones donde sienten las emociones básicas trabajadas.
- Desarrollar la capacidad de expresión de las emociones básicas a través del lenguaje y la conducta.

5.3. SABERES BÁSICOS Y COMPETENCIAS A TRABAJAR CON LA ACTUACIÓN

A continuación, se desarrollarán los saberes básicos y las competencias clave que se tendrán en cuenta para esta intervención. Para ello se tendrá en cuenta el Decreto 56/2022 de 5 de agosto, por el que se regula la ordenación y se establece el currículo de la Educación Infantil en el Principado de Asturias.

ÁREA	SABERES BÁSICOS	COMPETENCIAS CLAVE
Área I: crecimiento en armonía	B. Desarrollo y equilibrio afectivos. – Herramientas para la identificación, expresión, aceptación y control progresivo de las propias emociones, sentimientos, vivencias, preferencias e intereses. – Estrategias para desarrollar la seguridad en sí mismo, el reconocimiento de sus posibilidades y la asertividad respetuosa hacia los demás. – Aceptación constructiva de los errores y las correcciones: manifestaciones de superación y logro. D. Interacción socioemocional en el entorno. La vida junto a las demás personas. – Habilidades socioafectivas y de convivencia: comunicación de sentimientos y emociones; pautas básicas de convivencia. – Estrategias de autorregulación de la conducta. Empatía y respeto. – Resolución de conflictos surgidos en interacción con los otros.	CCL, CPSAA, CC
Área III: comunicación	A. Intención e interacción comunicativas.	CCL, CPSAA, CC



y representación de la realidad	<ul style="list-style-type: none">– Repertorio comunicativo y elementos de comunicación no verbal.– Comunicación interpersonal: empatía y asertividad.– Convenciones sociales del intercambio lingüístico en situaciones comunicativas que potencien el respeto y la igualdad: atención, escucha activa, turnos de diálogo y alternancia. <p style="text-align: center;">H. El lenguaje y la expresión corporales.</p> <ul style="list-style-type: none">– Posibilidades expresivas y comunicativas del propio cuerpo en actividades individuales y grupales.– Juegos de expresión corporal y dramática.	
--	--	--

5.4. METODOLOGÍA

La comunicación efectiva, la realización de actividades significativas, la participación activa en el aula y la autonomía en el aprendizaje serán los ejes fundamentales de mi propuesta de actuación.

La intervención con el grupo, se concretará teniendo en cuenta los principios pedagógicos propuestos en el Decreto 56/2022, de 5 de agosto, por el que se regula la ordenación y se establece el currículo de la Educación Infantil en el Principado de Asturias.

- **Enfoque globalizador y aprendizaje significativo y funcional**, por medios de acciones globalizadas, que tengan interés y significado para los niños, planificadas en función de sus capacidades previas, proporcionándoles un constante andamiaje y un conflicto cognitivo que le permita establecer conexiones entre lo que ya conocen y lo nuevo a adquirir, así como oportunidades para que lo practiquen y generalicen, procurando una...

- **Enseñanza individualizada y una atención a la diversidad**, atendiendo y adaptando el proceso de e-a al alumno.

- **Crear un clima de seguridad y afecto**, donde el niño se sienta querido, valorado y preparado para afrontar los retos, dando...

- **Importancia a la interacción social, positiva y afectiva**, de buena convivencia, bajo un...



- **Enfoque comunicativo y lúdico**, y de expresión de emociones, necesidades, miedos...

- Importancia educativa **al juego**, aspecto primordial en este ciclo, aprovechando su potencial motivador a la hora de trabajar los contenidos favoreciendo la relación con los otros, la exploración del entorno y la ejercitación simbólica que permite...

- **Aprendizaje por descubrimiento** a través de la propia acción y experiencia, lo cual precisa de un ambiente seguro, adaptado y organizado...

- **Organización del ambiente**, que inciten al aprendizaje y a la creciente autonomía de exploración y actividad, así como en potenciar su...

- **Autonomía** en el aula, y en actividades y hábitos diarios, organizando diferentes, espacios y rutinas, con las condiciones de accesibilidad, higiene y seguridad precisas de acuerdo con su desarrollo.

5.5. DESCRIPCIÓN DE LA INTERVENCIÓN

A continuación, se detallarán aquellos momentos o elementos que serán introducidos en el aula para conseguir que el alumnado ponga en práctica este primer bloque “percepción emocional” y lo que el mismo engloba.

ACTIVIDAD ASAMBLEA INICIAL

Desarrollo:

Para introducir en el día a día del aula el trabajo sobre inteligencia emocional es importante conocer el punto de partida y los conocimientos previos que el alumnado tiene acerca del tema. Para ello, se dedicarán unos minutos durante la asamblea a reflexionar sobre esos conocimientos previos, se cuestionará al alumnado sobre las emociones y se les permitirá expresarse, mostrar y explicar todo aquello que ya conocen.

Recursos:

- Cuestiones básicas acerca de las emociones. (Realizadas previamente por la maestra.)

Posteriormente y ya conociendo el punto de partida se utilizarán varios recursos que nos permitan trabajar educación emocional en el aula, además de asentar y descubrir nuevos conocimientos acerca de las emociones con una serie de actividades programadas que serán detalladas a continuación:

Objetivo:

- Identificar los conocimientos previos del alumnado sobre las emociones (alegría, tristeza, asco, ira y miedo)



ACTIVIDAD PREVIA

Desarrollo:

Una vez finalizada la asamblea inicial mencionada con anterioridad, se dedicarán 15 minutos a la lectura del cuento “Así es mi corazón” de Jo Witek. A través de él, el alumnado descubrirá las emociones básicas (alegría, tristeza, asco, ira y miedo) y sus colores, ya que cada una se verá representada por un color, lo que facilita su reconocimiento y descubrimiento de lo que producen en uno mismo.

Este cuento nos permita introducir dicha temática en el aula y tras su lectura, se encontrará a disposición del alumnado en el rincón de las emociones.

Después de leer el cuento, se ofrecerá a cada alumno un folio y los colores representativos de cada emoción. Deberán realizar la elección del color que más les haya llamado la atención en función de la emoción y realizar un dibujo que la represente. Pudiendo así conocer si realmente han comprendido el cuento y conocen las emociones básicas.

Una vez que el alumnado tiene los conocimientos básicos acerca de las emociones y lo que estas producen, se procederá a introducir diversos momentos en el día a día del aula que nos permitan seguir trabajando y afianzando estos nuevos aprendizajes.

Recursos:

- Cuento “Así es mi corazón”.
- Folios y lápices de colores.

Objetivos:

- Motivar al alumnado respecto al conocimiento e identificación de las emociones.
- Presentar al alumnado las emociones que vamos a trabajar durante el curso (alegría tristeza, asco, ira y miedo)

ACTIVIDAD ENTRADA

Desarrollo:

Para la entrada al aula, se elaborará un cartel con cuatro saludos (beso, abrazo, baile y choque de manos).

El cartel estará pegado en la puerta del aula, y antes de entrar cada alumno deberá elegir el saludo que quiere recibir por parte de la maestra antes de comenzar el día en función de cómo se siente. Por ejemplo: si el alumno se siente alegre, seguramente elija el saludo del baile. En cambio, si el alumno tiene miedo, quizá prefiera un abrazo por parte de la maestra.



Recursos:

- Cartel con los diversos saludos.

Objetivo:

- Identificar las emociones trabajadas en uno mismo.

ACTIVIDAD ASAMBLEA

Desarrollo:

En la asamblea se introducirá un nuevo apartado que permita mostrar cómo nos sentimos. Para ello se elaborará un corazón de colores como el del cuento “así es mi corazón” y unas tarjetas con las fotos de cada uno de los alumnos/as y otras con las emociones básicas que ya conocen. Este apartado está en relación con el cuento mencionado anteriormente para así fomentar la motivación del alumnado y que se facilite la comprensión de esta nueva actividad.

El encargado deberá realizar esta práctica como una más de la asamblea y deberá poner dentro del corazón su foto y la emoción que le representa o siente ese día.

Recursos:

- Corazón de colores del cuento.
- Fotos de cada uno de los alumnos/as.

Objetivos:

- Identificar las emociones trabajadas en uno mismo.
- Expresar sus emociones a través de pictogramas con imágenes de cada una de ellas.

RELAJACIÓN

Desarrollo:

Considerando tan importante la expresión y el conocimiento de las propias emociones como la calma para el desarrollo de la inteligencia emocional, se dedicará un momento para practicar la relajación.

Para ello, después del recreo, cada día se dedicarán 10 minutos a la vuelta a la calma. Cada alumno/a deberá coger su cojín (todos llevarán un cojín a principio de curso para la asamblea) y tumbarse en el suelo, se pondrá música relajante y el encargado del día con una pluma deberá acariciar al resto de sus compañeros para facilitar su relajación. Este momento del día permite trabajar la relajación de uno mismo y como conseguirla, además de valorar la importancia de ofrecer calma a los demás.



Recursos:

- Cojín.
- Pluma.
- Dispositivo electrónico que permita reproducir música.

Objetivos:

- Trabajar la relajación en uno mismo a través de la música.

RINCÓN DE LAS EMOCIONES

Desarrollo:

Todos los días se dedicará 30 minutos al final de la rutina para el juego por rincones (rincón de plástica, rincón de juego simbólico, rincón de letras y números, rincón de informática, rincón de construcciones). De tal manera que se introducirá un nuevo rincón en el aula “el rincón de las emociones” que contará con diversos recursos relacionados con las emociones, así como cuentos, juegos y materiales aportados por las familias.

Este nuevo rincón tendrá la misma utilidad que los demás, pero cuenta con una excepción, ya que en él habrá una zona dedicada a la resolución de conflictos.

• Recursos didácticos: tal y como se menciona con anterioridad en este rincón contaremos con diversos **cuentos** relacionados con las emociones que serán aportados por las familias y por la biblioteca del centro. No se podrán detallar los cuentos aportados por las familias, pero desde el centro contaremos con los siguientes: “el gran libro de las emociones”, “te quiero (casi siempre)”, “¿Qué bigotes me pasa?”, “El enfadosaurio” o “De mayor quiero ser... feliz”.

El rincón también cuenta con **juegos** que también serán aportados por las familias y no podrán ser detallados al igual que los cuentos, pero la propia maestra elaborará con la colaboración del alumnado diferentes juegos que trabajen las emociones como: “El memory”, “el bingo”, “el teatro de las emociones” y “dominó”.

El juego del memory serán unas tarjetas representativas de las emociones (dos por cada una de ellas), y deberán de colocarlas boca abajo y encontrar las parejas sin verlas, es decir, levantando dos tarjetas en cada turno, y volviendo a colocarlas boca abajo de tal forma que deberán memorizar su ubicación y en el momento en el que la encuentren ponerla boca arriba y decir de que emoción se trata.

El bingo de las emociones será igual que el bingo tradicional solo que cambiando los números por las emociones, de tal forma que existirán tarjetas con diversas emociones que el alumnado deberá ir tachando a medida que van saliendo del “bombo” (en este caso sería una caja), las diversas tarjetas.



El teatro de las emociones es un juego que permite la representación de las diversas emociones y como estas nos hacen sentir. Se realizarán tarjetas con las diversas emociones, uno por uno deberán ir sacando emociones y a través de la mímica representarlas y el resto de compañeros adivinar de que emoción se trata.

El dominó, al igual que el bingo, será como el juego del domino tradicional tan solo que cambiando los números por imágenes representativas del tema a tratar.

• Resolución de conflictos: además de todos los materiales mencionados con anterioridad, se creará una zona dedicada a la resolución de conflictos. Para ello, se pondrá una colchoneta y un cojín con forma de corazón dentro del rincón de tal forma que se cree un espacio tranquilo al que el alumnado pueda acudir siempre que lo necesite en cualquier momento del día para solucionar un conflicto con un compañero/a. Se tratará de que el alumnado identifique la emoción desagradable que siente en ese momento y a través de este rincón pueda expresarla. Esto nos permite aprender a expresar las emociones y poder solucionar los conflictos por nosotros mismos en función de cómo nos sentimos. La maestra ayudará siempre que sea necesario.

Recursos:

- Cuentos y juegos.
- Cojín y colchoneta.

Objetivos:

- Reconocer las emociones básicas (alegría, tristeza, asco, ira y miedo).
- Identificar estas emociones en uno mismo y en los demás.
- Reconocer situaciones donde sienten las emociones básicas trabajadas.
- Expresar las emociones básicas a través del lenguaje y la conducta.

REFLEXIÓN DEL DÍA

Desarrollo:

Al final de cada jornada, se dedicarán 10 minutos para que el alumnado exprese como se ha sentido a lo largo del día, nos cuente los conflictos que hayan podido existir y como estos se han solucionado, de tal forma que nos permita reflexionar y ver que a pesar de que ha existido un conflicto estos pueden solucionarse, además de conocer los cambios que ha sufrido nuestro estado de ánimo a lo largo del día en función de las circunstancias.

Cabe destacar, que, aunque se hayan planificado espacios, momentos y materiales didácticos para trabajar la educación emocional en el aula es muy importante que la



maestra domine y transmita pautas y le de importancia a la educación emocional en todos los momentos, bien sea en los baños, en entradas y salidas, a la hora del tentempié, ya que cualquier momento es importante y puede surgir cualquier imprevisto. Además, tener en cuenta que no se trata de un solo momento para trabajar la educación emocional, si no de establecerla como “una forma de vida” o una metodología dentro del aula que esté presente en todo momento.

Objetivos:

- Identificar las emociones básicas trabajadas en uno mismo.
- Reconocer situaciones donde sienten las emociones básicas trabajadas.
- Expresar las emociones básicas a través del lenguaje y la conducta.

Se considera que todos los elementos didácticos preparados y espacios son adecuados para el alumnado con necesidades educativas especiales, ya que todos ellos son muy visuales, sencillos y a través de imágenes.

5.6. TEMPORALIZACIÓN

A continuación, se mostrará el horario semanal. Cabe destacar que, en el aula, además de tener presente el horario siguiente contaremos con pictogramas y fotografías para presentar el horario e ir realizándolo día a día con aquellos alumnos con necesidades especiales.

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
asamblea	asamblea	religión	asamblea	asamblea
Trabajo	trabajo	asamblea	trabajo	trabajo
BAÑO + TENTEMPIE				
RECREO				
RELAJACIÓN				
música	ingles	proyecto	ingles	psicomotricidad
rincones	rincones	rincones	rincón emociones	rincones
REFLEXIÓN DEL DÍA				

Como se puede observar en el horario, el jueves el juego por rincones será únicamente dedicado al rincón de las emociones. En el que se trabajarán los diversos materiales didácticos de los que consta este rincón, pero de forma grupal y con colaboración de la maestra.

5.7. EVALUACIÓN



La evaluación, pretende recoger toda la información necesaria y analizar si han sido cumplidos los objetivos propuestos previamente. La evaluación será llevada a cabo individualmente con todos los alumnos de 4 años para los que se encuentra desarrollada esta intervención.

La evaluación debe desarrollarse en tres partes:

- **Evaluación inicial**, se realiza antes de comenzar la intervención para que el maestro o la maestra conozca el punto de partida, cuales son los conocimientos y la situación de la que parte el alumnado.

Para ello, en esta intervención se realizará una asamblea con el alumnado de 4 años, en el que se les pedirá que cuenten todo aquello que ya saben sobre las emociones.

- **Evaluación continua**, se realiza durante el proceso para comprobar que todo este funcionando de la manera esperada y realizar los cambios oportunos.

En este caso, se realizará a través de la observación y en forma de diario, anotando día a día cualquier avance o problema que pudiese existir y modificar lo que sea necesario.

- **Evaluación final**, se realiza tras llevar a cabo la intervención para comprobar que se cumplen los objetivos propuestos y detallados previamente. Para ello se realizará una escala de estimación con unos ítems, con valores del 1 al 5, siendo el 1 el menor y el 5 el mayor grado de consecución.

El cuestionario será el siguiente:

ITEMS	1	2	3	4	5
Identifica las emociones básicas en sí mismo					
Identifica las emociones básicas en los demás					
Muestra interés hacia la educación emocional					
Se inicia en la expresión de las emociones básicas a través del lenguaje o la conducta					
Respeto las emociones de los demás					
Disfruta de los juegos y rincón de las emociones					
Se muestra más tranquilo tras el trabajo de la educación emocional en el aula					

6. CONCLUSIONES

La elaboración del Trabajo esta basado en la educación emocional en las aulas de Educación Infantil, con el fin de mejorar la educación emocional en las aulas y así el bienestar de los alumnos/as a lo largo de su vida.

He aprendido mucho tras la búsqueda de información y la lectura de la misma, considerando aspectos relacionados con la educación emocional que hasta ese momento



no conocía, además, ampliar mis conocimientos, además de conocer diversas técnicas y la importancia de estas.

Al realizar el Prácticum en los centros me he dado cuenta de que generalmente no se lleva a la práctica la educación emocional, que, aunque se mencione en documentos formales a la hora de la práctica no se tiene en cuenta realmente, y me gustaría que fuese todo lo contrario, ya que la educación emocional es muy importante, y por ello, la necesidad de integrarla en el aula.

Por ello, podría decirse que la educación emocional integrada en el día a día del aula establece mejoras en el bienestar del alumnado, ofreciéndoles un conocimiento y control de sus emociones, algo, que además de en la etapa escolar también les ofrecerá beneficios y bienestar en la etapa adulta, considerando así su importancia.



7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Praxis
- Bisquerra, R. (2011). *Educación Emocional. Padres y Maestros*. N°337, 5-8.
- Bisquerra, R. (2011). *Educación Emocional. Propuestas para educadores y familias*. Desclée de brouwer, S.A.
- Campos, A. (2010) *Primera Infancia. Una mirada desde la Neuro educación*. <http://www.iin.oea.org/pdf-iin/rh/primera-infancia-esp.pdf>
- Casassus, J. (2006). *La educación del ser emocional*. (1ª ed.). Ediciones Castillo.
- Celdrán-Baños, J., & Ferrándiz-García, C. (2012). Recognizing Emotions in Primary Schoolchildren: Effectiveness of an education-al program for recognizing emotions. *Education & Psychology I+ D+ i and Editorial EOS*, 10(3), 1321-1342. DOI:10.25115/ejrep.v10i28.1536
- Conangla, M (2002) Crisis emocionales. Amat
- D'Amico, A. (2018). The Use of Technology in the promotion of Children's Emotional Intelligence: The Multimedia Program "Developing Emotional Intelligence". *International Journal of Emotional Education*, 10(1), 47-67. <https://www.semanticscholar.org/paper/The-use-of-technology-in-the-promotion-of-emotional-D%27Amico/fb80614b5054f38e0092f20c3c8f70d4ff55b00f>
- Elias, M.; Zins, J.; Weissberg, R.; Frey, Karin S.; Greenberg, M.; Haynes, N.; Kessler, R.; Schwab-Stone, M.; Shriver, T.. (1997). *Promoting Social and Emotional Learning: Guidelines for Educators*. Association for Supervision and Curriculum Development, 163 p.
- Fernandez- Abazcal, et al. (2009) *Emociones positivas*. Madrid: Piramide <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=567121>
- Fredrickson, B. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden and build theory of positive emotions. *American psychologist*, 56, 218
- Gardner, H. (1993). *Frames of mind: the theory of multiple intelligences*. Basic Books
- Goleman, D. (1996). *La inteligencia emocional*. Javier Vergara Editor.
- Goleman, D. (2001). Emotional Intelligence: Issues in Paradigm Building. En Chemiss, C. y Goleman, D. (Eds.). *The emotionally intelligent workplace*. (pp.13- 26). Jossey-Bass.



- Greenberg, L. (2000). *Emociones: una guía interna*. Desclée De Brouwer.
- Greenberg, M. T., Weissberg, R. P., O'Brien, M. U., Zins, J. E., Fredericks, L., Resnik, H., & Elias, M. J. (2003). *Enhancing school-based prevention and youth development through coordinated social, emotional, and academic learning*. *American Psychologist*, 58(6-7), 466–474.
- LeDoux, J. (1999). *El cerebro emocional*. Ariel/Planeta.
- Palomera, R. (2009). Educando para la felicidad. En E. G. Fernández-Abascal (Coord.), *Emociones positivas* (pp. 247-274). Pirámide.
- Salovey, P. y; Mayer, J. (1990). *Emotional Intelligence. Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211.
- San Cristóbal Centro Educativos. (2022). <https://www.sancristobalsl.com/inteligencias-multiples/>
- Sutton, R., y Wheatley, K. (2003). *Teachers' Emotions and Teaching: A Review of the Literature and Directions for Future Research*. *Educational Psychology Review*, 15(4), 327–358.
- Vallés, A. y Vallés, C. (2000). *Inteligencia emocional: aplicaciones educativas*. EOS
- Vivas, M. Gallego, D. y González, B (2006). *Educar las emociones*. Producciones Editoriales C.A
- Winnicott, D. W. y Beltrán, J. (1981). *El Proceso de maduración en el niño: estudios para una teoría del desarrollo emocional*. Laia.
- Zins, J., Weissberg, R., Wang, M. y Walberg, H. (Eds.). (2004). *Building academic success on social and emotional learning: What does the research say?* (p.3-22) Teachers College Press.