

EDUCACIÓN EMOCIONAL A TRAVÉS DE LA PSICOMOTRICIDAD EN EDUCACIÓN INFANTIL

TRABAJO FIN DE GRADO

Modalidad de Diseño de Propuesta Formativa



Autora: Ana Buzón Martínez

Tutora: Gloria González Campos

Titulación en Grado de Educación Infantil

Curso: 2019/2020

Departamento: Motricidad Humana y Rendimiento Deportivo

Facultad de Ciencias de la Educación

Universidad de Sevilla

RESUMEN

El título de la Unidad Didáctica ya viene desvelando su propia temática que, en resumidas cuentas, intenta introducir a este alumnado, de corta edad aún, a la motivación e interés de las diversas emociones mediante el trabajo en las competencias emocionales: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y competencias para la vida y el bienestar.

El objetivo principal corresponde al desarrollo de estas competencias emocionales a partir de la Psicomotricidad, disciplina que asegura el aprendizaje global del niño a edades tempranas.

Con ayuda de los alumnos y alumnas del aula de 3 años de Educación Infantil del CEIP Isbilya situado en Sevilla Este (Sevilla), se ha diseñado una propuesta de intervención a través de una Unidad Didáctica titulada “Nos movemos en el mundo de las Emociones”. Esta queda dividida en sesiones formadas, a su vez, por múltiples actividades que van a ser ejecutadas por el grupo.

La propuesta diseñada es el resultado final que viene acompañada de una previa aproximación teórica para fundamentar la importancia de estas competencias emocionales en la calidad de vida de las personas y, de ahí, justificar el motivo de dicha selección temática. Además, se incluyen estudios e investigaciones realizadas por autores reconocidos y con gran prestigio en este campo.

En definitiva, el presente trabajo resalta la importancia que tiene la Educación Emocional en la primera infancia, para contribuir en la formación de la personalidad y el carácter de la persona. Esta etapa es el inicio a las relaciones sociales y a la resolución de futuras situaciones.

PALABRAS CLAVE

Psicomotricidad; gestión emocional; habilidades sociales; Educación Infantil.

ABSTRACT

Firstly, the title of this teaching unit reveals its own topic. This project tries to develop five emotional competences: emotional awareness, emotional regulation, emotional independence, social competence and life and welfare competences.

In order to get this objective, Psychomotricity will play the main role. It ensures a global learning from the earliest ages.

Secondly, these three years-old children from Isbilya Public School located in Seville Este (Seville) are the protagonists of this teaching unit named "Moving through Emotions'world". It is divided into sessions with a lot of activities that will be done by the group.

Thirdly, this proposal is the final result where it will be supported by a previous theorist approach. This theory bases its argument on the great importance of these emotional competences on people's quality of life. So, this is the main reason of this topic choice. Besides, this project includes studies and investigations driven by well-known and prestigious authors.

In conclusion, this project highlights the importance of Emotional Education on early childhood because of its contribution to the development of people's personality. This stage is the beginning of social relationships and how to solve future situations.

KEYWORDS

Psychomotricity; emotional management; social skills; Childhood Education.

ÍNDICE

Justificación.....	7
Introducción	8
Capítulo I. Fundamentación teórica y antecedentes.....	9
1.1.Delimitación terminológica.....	9
1.2.Antecedentes históricos.....	17
Capítulo II. Planteamiento y objetivos	20
2.1.Planteamiento	20
2.2.Objetivos	21
Capítulo III. Intervención Didáctica.....	22
3.1. Análisis del contexto.....	22
3.2. Descripción del alumnado.....	25
3.2.1. Diagnóstico	31
3.3. Temporalización y actividades.....	34
3.3.1. Cuándo se va a llevar a cabo la Unidad Didáctica.....	34
3.3.2. Cronograma de las sesiones.....	34
3.3.3. Unidad Didáctica: “Nos movemos en el mundo de las Emociones”.....	37
• Introducción.....	37
• Objetivos.....	37
• Contenidos	37
• Competencias básicas	38
• Metodología.....	38
• Instalaciones	40
• Materiales	40
• Temporalización	40
• Evaluación	41
• Sesiones	42
○ Sesión 1: ¿Qué sabemos de las emociones?.....	42
○ Sesión 2: Emociones en nuestro cuerpo	44

○ Sesión 3: Espantamos nuestros miedos	46
○ Sesión 4: Ya sé cómo debo sentirme en casa situación	49
○ Sesión 5: ¿Cómo son mis compañeros y mis compañeras?	51
○ Sesión 6: ¡Cuánto me quieren en clase!.....	54
○ Sesión 7: Abrazo-terapia	56
○ Sesión 8: Demostramos lo que hemos aprendido	58
Capítulo IV. Evaluación de la intervención y conclusiones.....	61
4.1.Evaluación de la intervención	61
4.1.1. Evaluación del alumnado.....	61
4.1.2. Evaluación de la propia actuación docente.....	63
4.1.3. Evaluación de la propuesta didáctica.....	64
4.2.Conclusiones	65
Capítulo V. Propuestas de mejoras	67
Capítulo VI. Valoración de los conocimientos adquiridos	69
Referencias bibliográficas	71
Anexos.....	76
• Anexo 1. El Monstruo de Colores (Llenas, 2012).....	76
• Anexo 2. Gato Guille y los monstruos (Martínez, 2000).....	76
• Anexo 3. ¿A qué sabe la luna? (Grejniec, 1999).....	78
• Anexo 4. El Libro de los abrazos (Van Genechten, 2005).....	79
• Anexo 5. Birthday – Katy Perry	80
• Anexo 6. All of Me – John Legend	80
• Anexo 7. Bad – David Guetta	80
• Anexo 8. Toccata and Fugue in D minor – Johan Sebastian Bach	80
• Anexo 9. Weightless – Marconi Union.....	81
• Anexo 10. 46 – I’m Happy.....	81

ÍNDICE DE FIGURAS Y TABLAS

Figuras

Figura 1. Bienvenido a nuestro centro	22
Figura 2. Asamblea	24
Figura 3. Calendario mensual de abril	35
Figura 4. Calendario mensual de mayo	36
Figura 5. Calendario mensual de junio.....	36
Figura 6. El Monstruo de Colores, de Anna Llenas	43
Figura 7. Nuestras emociones	43
Figura 8. Incorporar la danza a la escuela: ¡Un desafío posible!	43
Figura 9. La asamblea en el aula de Educación Infantil.....	44
Figura 10. Técnica de relajación	44
Figura 11. Juegos con el bebé frente al espejo	45
Figura 12. Manejo de las emociones y enfermedades.....	45
Figura 13. Jugando a las estatuas	46
Figura 14. El Gato Guille y los monstruos.....	47
Figura 15. Expresión Plástica infantil	48
Figura 16. Guardamos en la caja.....	48
Figura 17. Emocionario.....	50
Figura 18. Descubriendo ¿A qué sabe la luna?	52
Figura 19. Círculos infantiles. Preocupación de las madres cubanas.....	52
Figura 20. El deporte más adecuado con la edad del niño	53
Figura 21. El Libro de los Abrazos, de Guido van Genechten.....	55
Figura 22. Tarjetas de abrazos.....	55

Figura 23. Siameses del Balón	55
Figura 24. Relajación	56
Figura 25. Abrazo de la clase	57
Figura 26. La Cadena	57
Figura 27. Mural emocionante	59

Tablas

Tabla 1. Cuestionario individual comportamental: evaluación inicial y final	32
Tabla 2. Horario semanal	34

JUSTIFICACIÓN

Para alcanzar el éxito en la vida no son suficientes la inteligencia y una buena formación académica. A estas, es necesario sumar el desarrollo del “yo interior”, es decir, saber controlar las emociones, confiar en uno mismo, manejar situaciones conflictivas, tomar iniciativa, empatizar y saber comunicarse con los demás, encontrar el punto medio ante una disputa, motivar o motivarse para conseguir objetivos, no rendirse ante dificultades, entre otras tantísimas cualidades personales.

Se entiende que el público al que va destinada la propuesta es de muy corta edad y que, por tanto, queden muy limitados y escasos los conocimientos. Pero no es la cantidad a lo que se le da importancia en este Trabajo de Fin de Grado, sino a ser capaces los docentes de despertar ese interés y motivación necesarios para hacer que el alumnado siga teniendo ganas de aprender “eso tan interesante que le cuenta su sueño”.

En concreto, en el presente trabajo se pretende desarrollar la Educación Emocional para que los niños y las niñas conozcan diferentes emociones que vivencian a diario y a ponerle nombre a esos estados de ánimo, a controlarlos y a saber utilizarlos con el resto de personas de su entorno. Ese proceso ayudará a ir forjando la personalidad y carácter de la persona. En definitiva, se trata de desarrollar las competencias emociones que son el objetivo del trabajo: conciencia, regulación y autonomía emocional y competencias social y para la vida y el bienestar.

Estos contenidos emocionales se han querido ver relacionados con la Psicomotricidad, debido a la gran importancia que tiene esta en las primeras edades con las que comienza el desarrollo de la autonomía por parte de los más pequeños, que en caso de no saber dominar y desenvolverse con su cuerpo se sentirán retraídos en múltiples ocasiones que puede conducir a una exclusión o aislamiento por parte de sus iguales.

En resumen, y tal y como expone el título de la entrevista realizada por La Nueva Crónica a Toro (2015), “De qué sirve que un niño sepa colocar Neptuno en el Universo, si no sabe dónde poner su tristeza o su rabia”.

INTRODUCCIÓN

La presente propuesta de intervención consta de un total de seis capítulos en los que queda reflejado el contenido que aborda el interés por conseguir una aproximación de los niños y las niñas al conocimiento del mundo emocional.

La extensión del primer capítulo contempla las bases fundamentales sobre las que se sostiene dicha propuesta que serían la Educación Emocional y la Psicomotricidad como las dos grandes disciplinas o campos donde queda desarrollada la propuesta y la última base, Educación Infantil, que sería la etapa educativa a la que va dirigida. Todo esto irá acompañado de sus fundamentaciones en base a diversos autores y sus estudios. Este primer capítulo queda finalizado con la exposición de diferentes intervenciones con semejantes aspectos de dichas disciplinas.

En el segundo capítulo quedan detallados los objetivos a conseguir con este diseño, así como un primer planteamiento o acercamiento del grueso de la intervención.

La intervención didáctica o tercer capítulo, recoge el análisis del contexto, así como una descripción anónima del alumnado con propuestas para realizar un diagnóstico en cuanto a relaciones interpersonales en el aula y para una primera recogida de datos acerca de conocimientos previos sobre los contenidos a abordar en la Unidad Didáctica: “Nos movemos en el mundo de las Emociones”. En ella se detallan las ocho sesiones en las que se divide la intervención con las diferentes actividades. También el planteamiento en el tiempo de esa intervención con su correspondiente cronograma de sesiones.

En cuarto lugar, el siguiente capítulo aborda las distintas evaluaciones que se realizarían a lo largo de esta, que según el momento de llevarlas a cabo se distinguen: evaluación inicial, continua y final, mientras que en función de lo que se quiera evaluar quedan: evaluación del alumnado, de la propia actuación docente y de la propuesta didáctica. Estas evaluaciones irán seguidas de las conclusiones que se obtienen u obtendrían a partir del diseño de esta propuesta.

Y por último, en quinto y sexto lugar, se reúnen las diversas propuestas de mejoras o alternativas que iban apareciendo con la ejecución del desarrollo del presente trabajo. Queda cerrada la propuesta con la contemplación de todos los conocimientos alcanzados que no quedan especificados, es decir, los conocimientos complementarios, así como una breve autoevaluación de todo el trabajo realizado.

CAPÍTULO I. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA Y ANTECEDENTES

1.1. Delimitación terminológica

Es innegable la cantidad de cambios a los que se someten los niños y las niñas desde que nacen. Todos ellos son posibles gracias a diversos desarrollos que se dan a nivel personal, lingüístico, físico, psicomotor, cognitivo, social y afectivo-relacional. Surgen de la necesidad de aprendizaje para adaptarse al medio para sobrevivir, pues este les ofrece estímulos a los que deben saber dar respuesta. Estos procesos evolutivos, en los que el ser humano crece madurativamente, transcurren a lo largo de la primera etapa vital que abarca aproximadamente los seis primeros años de vida, llamada infancia. Sin embargo, el periodo de enseñanza que pretende que esa interacción, del niño con el medio, sea la adecuada se denomina **Educación Infantil**. Dependiendo de la calidad de esta primera etapa de aprendizaje dependerá la calidad del futuro de la persona ya adulta.

Son muchos los autores influyentes en la historia de la educación en la infancia. Ya J. A. Comenius (1592-1670) escribió en algunas de sus obras acerca de una “escuela materna”, aún entendida la educación como responsabilidad de la familia. Consideraba que la educación la marcarían las habilidades de la propia persona.

Pero entre las figuras más representativas se encuentra Rousseau (1712-1778) con el *naturalismo*. Con este buscaba el desarrollo del niño, sin forzar la educación, basado en la felicidad, la espontaneidad y la curiosidad.

Un contemporáneo al naturalismo fue Pestalozzi (1746-1827) el cual desarrolló su concepto de educación manipulativa a partir de experiencias que proporcionan los sentidos y fue él el primero que le dio importancia a la familia como parte de la educación del niño.

Froebel (1782-1852) aportó, mediante su práctica educativa en el *jardín de infancia* que creó, que el papel del educador sería de observador de las capacidades del niño y establecer juegos estructurados y con fines didácticos en función de estas para un fomento de su crecimiento y aprendizaje. Froebel fue un revolucionario de la educación, pues, a partir de su intervención práctica, se llevó a cabo la enseñanza en grupo de niños fuera del hogar, pues hasta entonces había sido impartida por las madres a sus propios hijos.

Por otro lado, el sistema educativo de Montessori (1870-1952) ha tenido gran repercusión en otros muchos posteriores. Estudió medicina y su trabajo con enfermos mentales

hizo que se interesara por la búsqueda de soluciones educativas para niños discapacitados. Esta fue posible gracias a la enseñanza desde una perspectiva religiosa en la *Casa de los Niños*.

Piaget (1896-1980) destacó el papel activo de los niños y las niñas en su desarrollo cognitivo que se da a través de las experiencias. Plasmó gran importancia en la realización de actividades físicas y mentales para ello. Además, definió desarrollo como proceso continuo resultante de la maduración y de las relaciones entre iguales en distintos contextos y entornos.

Por último, mencionar a Vygotsky (1896-1934), coetáneo a Piaget, que desarrolló la teoría sociocultural que contribuyó a profundizar en el desarrollo mental, social y el lenguaje, que se ve potenciado por el juego.

Desde Froebel se viene dando una *educación centrada en el niño*. Esta considera al niño y a la niña como seres con derechos, pues todos deben poder tener una educación que les permita crecer y desarrollarse en su totalidad. Son ellos los participantes de su propio aprendizaje, siendo importantes sus intereses y preferencias que son, en cierto modo, determinantes en su propia enseñanza. La base de esta educación queda en las manos de docentes competentes que realicen lo más acertada posible su labor como profesionales.

Generalmente, cada vez es más actual que la sociedad esté más centrada en atender las necesidades de los niños y las niñas preescolares que en los resultados académicos, pudiendo, así, gozar en un futuro de un estilo de vida basado en el bienestar. De esto ya venía hablando Bisquerra (2006) con el término de **Educación Emocional**. Está orientada a la promoción del desarrollo personal y social de los niños y las niñas, aprendiendo a identificar sus propias experiencias emocionales, así como saber identificarlas en los demás también. Este autor expone en una de sus obras la orientación para la prevención y el desarrollo. Esta enfocaba su atención en la prevención del desarrollo humano abarcando todos sus ámbitos: intelectual, social, cognitivo, emocional... Las propuestas de esta orientación van enfocadas a acaparar todos esos aspectos humanos, encontrándose entre ellas hacia las habilidades de vida, mejora de autoestima, desensibilización sistemática, etc. Entre ellas se encuentra, la ya mencionada Educación Emocional. Es relativamente innovadora y pretende desarrollar un conjunto de competencias que preparan al ser humano para la vida. Esta educación fue constituida a partir de otras ciencias que conforman los pilares o fundamentos de esta:

Los Movimientos de Renovación Pedagógica, autores como Montessori, Pestalozzi y Froebel presentaban la afectividad como núcleo central para un pleno desarrollo de la personalidad integral del alumnado, pretendiendo introducir mejoras e innovaciones a nivel

educativo. Dentro de estos movimientos se encuentran la educación psicológica, la educación para la carrera, educación moral, entre otras.

La *psicoterapia* considera trastornos relacionados con las emociones tales como fobias, ansiedad, etc. Su origen proviene del psicoanálisis de Freud, entre otras.

Es destacable, como *metodología de intervención*, la teoría de aprendizaje social de Bandura (1977) que enfatiza el rol de los diferentes modelos, así como las intervenciones entre ellos según sus valores, actitudes, etc.

Las *teorías de las emociones* son muy longevas y sufrieron un tiempo de inactividad que se vio reactivado por la psicología cognitiva que reanudó la profundización en sus contenidos teóricos y la consecuente puesta en práctica de la Educación Emocional.

La *teoría de las inteligencias múltiples* en la que su autor H. Gardner (1993) considera una serie de inteligencias: lingüística, lógico-matemática, musical, cinético-corporal, espacial, interpersonal e intrapersonal. En el ámbito de lo emocional, influye la intrapersonal con la que se ejecuta una percepción de sí mismo para conocerse y entenderse en cuanto a ideas, dones, destrezas, metas, etc. Se desarrolla la autodisciplina, la autocomprensión y la autoestima. Y la inteligencia interpersonal que ayuda al individuo a entender e interactuar o relacionarse con los demás. Es capaz de armonizar y reconocer las diferencias entre las personas y guiar a un grupo.

La *Inteligencia emocional*, acuñada por Salovey y Mayer (1990) y proclamada por D. Goleman (1995), cuya base está formada por unas habilidades para controlar y comprender las emociones. Se establecieron cinco competencias de las dimensiones de la inteligencia emocional y estas, a su vez, se subdividen en competencias personales (el conocimiento de las propias emociones, la capacidad de controlarlas y la capacidad de motivarse a uno mismo) y competencias sociales (el reconocimiento de las emociones ajenas y el control de las relaciones). Dentro de estas, nacen las llamadas competencias emocionales, en las cuales se profundiza avanzados unos párrafos más. El individuo tiene conciencia emocional, es decir, la capacidad de conocer hasta qué punto afectan sus emociones a sus actos y a saber tomar decisiones ante estos mediante el autocontrol. Felicidad, ira, miedo, tristeza, vergüenza, son algunas de las emociones principales que describe Bisquerra.

La *neurociencia* ha permitido profundizar en aspectos relacionados con el funcionamiento, como tal, del cerebro cuando de emociones se trata. La sudoración o la tensión

muscular son dos posibles respuestas entre otras tantísimas que el ser humano activa con las emociones.

El sistema inmunológico humano también se ve afectado por las emociones, según la *psiconeuroinmunología*, relacionado a estas con la salud. Pues este sistema pierde fuerza con las negativas, pero la gana con las positivas.

También existen dos tipos de bienestar: el objetivo que hace referencia a lo material y el subjetivo, a lo emocional. Autores como Schawartz o Strack son los que forman parte de la fundamentación del bienestar subjetivo. Alcanzar este bienestar es más placentero y es el que busca el hombre, a pesar, del malestar que pueda suponerle.

Y por último, se denomina *flow*, término acuñado por M. Csikszentmihalyi en 1997, a aquellos momentos en los que la persona siente felicidad y que se toma de referencia para buscar el sentido a la vida.

Inteligencia emocional, competencia emocional y Educación Emocional son tres términos que pueden causar confusión. De modo generalizado, se puede decir que la inteligencia emocional forma parte de estudios psicológicos, mientras que la educación emocional es un proceso que aplica esas investigaciones psicológicas relacionadas con las emociones. El aprendizaje de las competencias emocionales forma parte del desarrollo integral de la persona, habilitándola para la vida.

Como bien se ha hecho referencia anteriormente, dentro de la inteligencia emocional se establece una clasificación de las competencias emocionales. Todas las personas, para desarrollar su propia inteligencia emocional, deben hacerlo a partir del aprendizaje en competencias emocionales. D. Goleman diferenciaba una serie de dimensiones dentro de su inteligencia emocional en las que agrupa, por un lado, las competencias emocionales a nivel personal:

- Dimensión de conciencia de uno mismo en la que se encuentran las competencias emocionales de conciencia emocional, adecuada valoración de uno mismo y confianza en uno mismo. Se trata de competencias que tienen en cuenta las propias capacidades, limitaciones, puntos fuertes y débiles y valores para forjar una personalidad y saber reconocerse en función a todos estos aspectos que le caracterizan.

- Dimensión de autorregulación. Acapara las competencias de autocontrol, confiabilidad e integridad e innovación y adaptabilidad. Estas se orientan a la canalización de emociones, a ser consecuentes por los actos propios y al desarrollo de la habilidad resolutiva en cuanto a conflictos, así como la flexibilidad para enfrentarse a ellos.
- En la dimensión de motivación se incluyen las competencias de motivación de logro, compromiso e iniciativa y optimismo. En esta, las competencias se enfocan en lograr objetivos y para ello existe el impulso de querer mejorar. También se va incluyendo la colaboración de más personas que buscan un mismo objetivo y el propio “yo” se integra para participar en conseguirlo.

Y por otro lado, las competencias emocionales sociales quedan organizadas en:

- Comprender a los demás, el desarrollo de los demás, la orientación hacia el servicio, el aprovechamiento de la diversidad y la conciencia política son competencias emocionales que abarca la empatía. Estas estas destinadas a interpretar o percibir esas emociones en los demás. Es fundamental la ayuda e interés para potenciar el desarrollo de habilidades. Entender que el resto puede pensar diferente a uno mismo o respetar las normas impuestas para un colectivo son otros aspectos a trabajar dentro de esta dimensión.
- Dentro de la dimensión de habilidades sociales se recogen las competencias de influencia, comunicación, manejo de conflictos, liderazgo, catalizadores del cambio, establecimiento de vínculos, colaboración y cooperación y capacidades de equipo. En estas, el contacto y la interacción forman el núcleo de las habilidades sociales, en las que todo el grupo debe integrarse adaptándose y ayudándose los unos a los otros. Respetando las perspectivas del resto y haciendo del medio en el que se va a llevar la convivencia, un espacio lo más agradable posible para el desarrollo de todos y todas.

Según Bisquerra, una emoción es producida como respuesta a una acción externa o interna que lleva a un cambio fisiológico que da lugar a una respuesta organizada. Y por otro lado, D. Goleman, en su libro *Inteligencia Emocional* (1996, p. 25), redacta que “todas las emociones son, en esencia, impulsos que nos llevan a actuar, programas de reacción automática con los que nos ha dotado la evolución. La misma raíz etimológica de la palabra emoción proviene del verbo latino *movere* (que significa <moverse>) más el prefijo <e>, significando

algo así como <movimiento hacia> y sugiriendo, de ese modo que en toda emoción hay implícita una tendencia a la acción”. Por tanto, se podría decir que el movimiento y la emoción tienen cierta relación que es en la que se quiere profundizar con la ejecución de este trabajo.

M. Barrio (2002) recoge una serie de estadios de evolución emocional dentro de la etapa infantil diferenciados por edades en su obra *Emociones infantiles: evolución, evaluación y prevención*. Se dan hasta los 7 primeros años. Entre 0 y 12 meses vivencia las primeras emociones básicas. De 6 a 12 meses el niño reconoce las emociones según las expresiones faciales en las personas que mantiene contacto. Las emociones secundarias las experimentan a partir del año y medio o dos y al dar comienzo el segundo ciclo de Educación Infantil (2-3 años) ya las reconoce verbalmente. De 2 a 4 años conoce sus estados de ánimo, pero aún no los relaciona con sus emociones. A los 5, reconoce los factores causantes de sus propias emociones y ya con 6 o más, es capaz de reconocer las emociones propias y del resto.

También el psicólogo H. Wallon (1879-1963) estableció relación entre el cuerpo y las emociones. Este llevó a cabo la *perspectiva psicobiológica* que tuvo una alta influencia en la teoría de la psicomotricidad. Enfatizó las expresiones emocionales como clave para el desarrollo infantil. Menciona cuatro factores que forman parte del progreso en dicha etapa: las emociones, el otro, el medio y el movimiento. Todos ellos quedan reflejados en los momentos o estadios que el autor establece. El primer estadio, impulsividad motriz, comprende los 6 primeros meses de vida, en el que el bebé tan solo pretende satisfacer sus necesidades. El estadio II, emocional, abarca desde el tercer mes de vida hasta el año, en el que el bebé ya expresa sus emociones a través de la postura y el tono muscular. El tercer estadio, sensoriomotriz y proyectivo, del primer al tercer año de vida, trata la manipulación de objetos y la imitación. El estadio IV, personalismo, del tercer año al sexto, el niño transmite sus pensamientos mediante gestos. El estadio V, pensamiento categorial, de los 6 a las 12 años, el niño busca el conocimiento del mundo que le rodea, y en el último estadio, el sexto, pubertad y adolescencia, abarca desde los 12 años en adelante. En este se dan contradicciones afectivas, desequilibrios y conflictos.

Estos fundamentos desarrollados por Wallon quedan recogidos dentro de la **Psicomotricidad**, término acuñado por primera vez a principios del siglo XX por E. Dupré. Es una ciencia que estudia el enlace existente entre los movimientos y las estructuras mentales, pues estos son de vital importancia a la hora de desarrollar el aprendizaje y la personalidad propia de cada individuo. Para ello, se ha de tener conciencia de aquello que le rodea: los otros,

objetos, espacio y tiempo. Y esto es conocido como percepción. Más concretamente, la percepción sensoriomotriz hace referencia a las estimulaciones de los sentidos de la vista, el tacto y el oído. Pero para tener conciencia de todo lo que le rodea, primero se debe tener conciencia de uno mismo. He aquí donde se habla de esquema corporal o imagen de sí mismo, pues toda persona tiene un concepto físico de sí mismo que queda marcado por sus partes y los movimientos que se pueden realizar a través de él. El desarrollo del esquema corporal es un proceso lento que empieza desde el nacimiento. Una vez adquirido esta orientación, el niño será capaz de expresarse, de transmitir a través de su cuerpo, llegando a denominar un nuevo concepto denominado expresión corporal. Es el medio más antiguo que ha tenido el ser humano para relacionarse y comunicarse con el resto, antes incluso que el lenguaje oral.

Esta expresión corporal es desarrollada por los infantes mediante la actividad de primera necesidad de aprendizaje más exitoso para el desarrollo íntegro del niño a edades tempranas: el juego. Esto es así debido a la falta de control sobre la comunicación verbal, por lo que tienen que hacer uso de su propio cuerpo y los movimientos que este les permite. Hace que los niños y niñas disfruten de la experiencia, potenciando sus esfuerzos y evadiéndose de las limitaciones de la vida real mediante la ficción y creatividad. Es el momento en el que se sienten libres y pueden ellos decidir cómo va a transcurrir ese juego. El niño busca el bienestar y, por tanto, recurre a esos estados de ánimo que le hacen sentir bien, es decir, a sus emociones. En este caso buscaría emociones positivas que conlleven estados de ánimo placenteros. Los juegos pueden ser también cooperativos, en los que ya intervengan más niños y niñas y tengan que hacer uso de esas habilidades sociales que se referenciaron con anterioridad dentro de las competencias emocionales.

En concreto, el juego motor es aquel que fomenta el desarrollo del niño en todos sus aspectos. Físicamente con el dominio de habilidades motrices y cualidades físicas de resistencia, flexibilidad, fuerza y velocidad mediante la coordinación y el equilibrio. A nivel cognitivo, mediante la ejecución de pensamientos por parte del niño que le ayuden a tomar decisiones, por ejemplo. Psicológicamente, con el uso de la atención, concentración, autoconfianza, etc. Y también en el aspecto afectivo, es decir, las emociones y los sentimientos y su gestión quedan reflejados en el juego motor.

Gallahue (1982) diferenciaba fases del desarrollo motor atendiendo a aspectos físicos y mecánicos: movimientos reflejos como el de succión o el de parpadeo (hasta el primer año de vida), movimientos rudimentarios en los que existe aún la dificultad para realizarlos (del primer

al segundo año) y hasta los 7 años se está dando el progreso del dominio de las habilidades motrices básicas, tales como los desplazamientos, saltos o giros.

Autores, como Ponce de León (2009), constatan el papel tan importante que juega la psicomotricidad y el movimiento en el desarrollo del aprendizaje en las primeras edades, dado que el cuerpo es el primer elemento de actuación y la energía contenida en él será exteriorizada a través de actividades físicas y motrices. El niño vive y experimenta con su cuerpo. Estas experiencias dan rienda suelta al desarrollo evolutivo, pues el pequeño se sumerge e interactúa con el mundo que le rodea. Además, hace que el movimiento vaya forjando la propia personalidad en cuanto a aspectos biológicos, cognitivos y socio-afectivos. A esto último también hacía referencia Mesonero (1994), al considerar la relación de la motricidad y el psiquismo en la infancia, es decir, desarrollar sus propios movimientos por el entorno tanto físico como social, situando de nuevo la Psicomotricidad como el escenario más adecuado para el desarrollo de la acción, experimentación y juego infantiles.

Por otro lado, Bolaños (1986) argumenta que para que se dé el aprendizaje mediante la actividad física, es necesaria una previa programación didáctico-sistemática, aunque esta actividad motriz sea espontánea, es decir, tener una actividad seleccionada para una posterior experiencia de aprendizaje fijando objetivos a conseguir los contenidos de la materia en cuestión.

A modo de resumen, el ser humano siente la necesidad de expresar sus emociones desde que nace. Solo una buena educación basada en la gestión de las emociones podrá lograr que el ser humano alcance un estilo de vida basado en el bienestar. Pero para ello, es necesario un largo proceso de asimilación de todas las competencias emocionales que se pretenden desarrollar desde la etapa de Educación Infantil. Como su propia raíz indica, emoción significa movimiento. De ahí la importancia de tratar esta relación de Educación Emocional y Psicomotricidad en edades tan tempranas. Como expone Bisquerra (2006), las emociones y los contenidos que estas implican permanecerán si este aprendizaje adquiere el carácter vivencial y experimental que la Psicomotricidad ofrece. De ahí que el aprendizaje que lleve intrínseca la actividad física o el movimiento pase a convertirse en un aprendizaje más significativo.

1.2. Antecedentes históricos

La Educación Emocional como temática a tratar desde la Psicomotricidad es un hecho que viene trabajándose desde hace décadas con niños y niñas en la etapa infantil. A continuación, se mencionan varias.

En el *II Congreso Estatal de Psicomotricidad: “Movimiento, Emoción y Pensamiento”* (2003) quedan recogidas puestas en prácticas por diferentes autores. *Acompañando a Pinocho y jugando con sus fantasmas* (2003) es una dinámica destinada niños y niñas con alto nivel de agresividad de segundo ciclo de Educación Infantil. En este plan de intervención, experimentaron un nuevo espacio donde poder exteriorizar la agresividad que les caracterizaba. En definitiva, esta intervención, que aún se sigue llevando a cabo, consiguió disminuir esa agresividad característica de este grupo de alumnos de infantil, favorecer la comunicación y creatividad y el respeto por las normas establecidas por el docente.

En la intervención *Análisis de la representación gráfica del juego simbólico proyectado* (2003) se relaciona la psicomotricidad fina con la expresión de las emociones de un niño de 5 años. Realizó libremente una serie de dibujos, en los que quedaba reflejada la secuencia de una pelea, lucha y ataques entre personajes de una serie que había visto en la televisión. Aparecen colores fuertes para indicar gravedad o intensidad, como rojo o negro. Mientras la contaba mostraba emoción, movimiento, gestos y expresividad que ayudaban al proceso de asimilación del relato por parte del docente. Se concluye que en la etapa de Educación Infantil, sigue estando todas las programaciones del docente por encima de los intereses y necesidades de los alumnos. Así como este alumno de 5 años necesitaba liberar esa frustración de no poder liberar toda esa violencia que le había sido transmitida a través de una serie de televisión.

El siguiente, *Intervención Psicomotriz con menores protegidos* (2003), es un programa que se lleva a cabo con niños que sufren situaciones de desamparo y falta de afecto por parte de familiares. A lo largo de las sesiones en las que trabajaron de forma separada el grupo de infantil del de primaria, fueron muchos los resultados favorables que se obtuvieron como la obediencia a normas, establecimiento de apego, canalización de agresividad e impulsividad o coordinación del cuerpo en los que los niños establecen el equilibrio.

La metodología explicada en *Psicomotricidad en la Escuela Infantil. Comunicación, Creación y Pensamiento* (2003) consiste en una dinámica de Psicomotricidad por parte de una tutora con su clase de 5 años. Ella la usaba como método para su día a día en el aula. El objetivo es que el niño se relacione con los objetos y con los demás. En la última parte, deben hacer un

dibujo en el que expresen su propia vivencia en el juego. Con estas sesiones se consiguió que el alumno dejara de hacer uso de la imaginación a la hora de los dibujos de estas sesiones, haciendo y dibujando lo que realmente estaban viviendo, haciendo posible una representación más acercada a la realidad. Con esta también lograron comunicarse mejor y expresar y exteriorizar sus emociones.

A. Sánchez y L. Sánchez (2009) diseñaron un programa de Educación Emocional destinados a los distintos niveles educativos. En él se incluyen un conjunto de sesenta actividades en las que el alumnado tiene un espacio y tiempo para aprender a ser y convivir con los demás en el que sea capaz de anunciar cómo se siente, hablar de sus necesidades o intereses. En la actualidad, se sigue llevando a cabo. Este programa está ayudando al alumnado a entender lo que experimenta y ayuda al profesorado también a entender las necesidades e intereses de su grupo-clase, pudiendo ofrecer la atención necesaria.

La Práctica Psicomotriz de Aucouturier (2004) tiene por objetivo último la maduración psicológica del niño o niña a través de su propio cuerpo y movimiento. Va dirigida a niños de la etapa de Educación Infantil. Las sesiones incluyen entre otros, el momento de expresión motriz donde los niños y las niñas pueden jugar con colchonetas, bloques de gomaespuma, cuerdas, peluches, etc. A continuación, el momento del cuento para la vuelta a la calma y el momento de la representación gráfica y verbal para que expresen cómo se han sentido en la sesión. Se siguen llevando a cabo en la actualidad. Aunque sí se sabe de centros que usan esta metodología, no se conocen las conclusiones que se extraen de esta. Tienen que ser las esperadas con respecto a los objetivos, porque no tendría sentido, entonces, que siguieran implantando los centros educativos dicha metodología. Bru y Sarri (2019) siguieron este modelo en la práctica en su colegio con los niños y niñas de Educación Infantil. En él descubrieron beneficios a nivel individual, pues podían ayudar a cada uno según su nivel de desarrollo armónico y a nivel grupal mejorando la cohesión entre el grupo clase.

S. González, J. Rodríguez y J. Rico (2018) con su propuesta incluyeron actividades para niños y niñas de entre 4 y 6 años con las que trabajaron las emociones a través de actividades que requerían sus propios cuerpos y el movimiento. Entre las conclusiones que extrajeron tras la puesta en práctica, encontraron que debido al escaso desarrollo lingüístico hacen necesarias otras alternativas para la comunicación, como la expresión corporal. Otro aspecto es la utilidad de esta expresión para desarrollar otras disciplinas intrínsecas a estas edades, y todo ello, conseguido gracias a una buena y correcta formación e implicación del docente.

Otros autores como Padial, Ibáñez, Fernández y Ubago (2019) realizaron un proyecto educativo con niños de entre 3 y 5 años en un centro escolar de Granada (España). Este consistía en incluir el baile flamenco como recurso educativo para el desarrollo integral de los pequeños. El primer mes, se dio a conocer el proyecto a las familias y al alumnado. En el segundo, dieron comienzo las actividades repartidas en tres grupos de 7 sesiones cada uno: en el primero de todos se trabajan en talleres motrices y plásticos; en el segundo, valores y emociones; y en el último, el aprendizaje de coreografías de baile flamenco. Esta puesta en práctica del proyecto hizo que se desarrollaran las habilidades motrices mediante el baile en sí, pero también se creó un ambiente afectivo y de integración de todos los niños y niñas, fomentando la cooperación y ayuda entre todos.

Y por último, la intervención de M. Labarga (2014) consiste en una sesión de psicomotricidad relacional y vivencial que pone en práctica una intervención sistémica centrada en soluciones ante posibles dificultades que se les pueda plantear a los sujetos, que son de edad infantil y adolescentes. En esta sesión se relacionan entre ellos a través del juego libre y simbólico. Mientras se dan las interrelaciones entre iguales, el docente observa para que después analicen y pongan en común todo lo vivenciado y observado. Esta intervención quiere poner fin con el absentismo y fracaso escolar. Y como resultado de varias de estas intervenciones los niños y niñas mejoran en cuanto a relaciones interpersonales. Aportando lo realmente satisfactorio de los aspectos positivos de cada cual han hecho que se sientan mejor consigo mismos. Debido a estas mejoras, en el centro escolar se les ha atribuido cargos de responsabilidad como encargados de algunas tareas del colegio que han hecho que el alumnado quiera ir al colegio.

Son múltiples los estudios en los que se han trabajado ambas disciplinas al unísono: Educación Emocional y Psicomotricidad. Esta última aporta muchos beneficios al desarrollo integral del alumnado en edades tempranas y puede ser incluida en intervenciones mediante una tipología diversa de ejercicios, como por ejemplo el baile que aparece en una de las intervenciones. Es a través de la práctica de actividades motrices, el momento perfecto para que los alumnos y alumnas exterioricen las emociones y, así, dar comienzo a la introducción de la Educación Emocional.

En definitiva, el cuerpo es el medio por el que, desde edades tempranas, las personas exteriorizan sus emociones.

CAPÍTULO II. PLANTEAMIENTO Y OBJETIVOS DE LA PROPUESTA DE INNOVACIÓN

2.1. Planteamiento

Para conseguir calidad de vida y bienestar es necesario empezar el recorrido educativo por la base: la educación emocional. Varios autores, como Bisquerra, ya venían exponiendo trabajos acerca de su importancia. Esta educación supone a las personas la necesidad de una formación que está presente a lo largo de toda la vida, pues no solo son de tipo matemático los problemas que se van a cruzar en sus vidas, sino también de carácter emocional. Una persona fortalecida y cualificada en ese aspecto, no verá tantos obstáculos para enfrentarse a ellos.

La formación, que se pretende emplear en los niños y las niñas, se va a abordar desde la perspectiva motriz debido a su fuerte relación con el ámbito emocional. La psicomotricidad propone el desarrollo del movimiento, la postura, el gesto y la acción corporales de las personas, facilitando el desarrollo del resto de competencias básicas, entre las que se encuentra la emocional.

La presente intervención trata de iniciar ese camino hacia el ámbito emocional, despertar en el niño y la niña el interés acerca de los diferentes estados emocionales, para un posterior reconocimiento en sí mismos, así como para autorregularlos o gestionarlos. También pretenderá que, una vez se hayan reconocido en sí mismos, sepan interpretar las emociones en los demás, mediante el desarrollo de competencias sociales, como la empatía.

Para ello, la puesta en práctica se realizará en la clase de 3 años B del CEIP Isbilya, colegio ubicado en Sevilla Este. Está formada por un total de veinte niños y niñas con los cuales se va a trabajar la intervención. Esta queda recogida en 8 sesiones, divididas en tres partes cada una: animación, parte principal y vuelta a la calma. A su vez, las cuatro primeras sesiones irán enfocadas al descubrimiento de las propias emociones y saber interpretar lo que sienten ellos mismos; en las tres siguientes, se trabajarán esas emociones a partir de habilidades afectivo-sociales llevadas a cabo en la interrelación entre compañeros y compañeras; y la última, servirá de cierre a todos estos contenidos adquiridos a lo largo de las sesiones.

Con todo esto se persigue que estos niños y niñas vayan aprendiendo a resolver todos los problemas que se crucen en sus caminos, sabiendo tomar decisiones y soluciones adecuadas. Para ello, serán necesarios los conocimientos de materias académicas, pero también lo será la educación emocional para determinar el grado de afectación o impacto que estas situaciones

pueden influir en ellos. Todo ello hará que gocen de una conveniente calidad de vida y bienestar, en otras palabras, que sean más felices.

Por lo tanto, ¿serán capaces de desarrollar la capacidad para expresar las emociones a través del cuerpo?

2.2. Objetivos

Para que sea posible la intervención deben establecerse objetivos que enderecen el camino hacia la adquisición de los aprendizajes emocionales. Todos ellos deberán ir enfocados a las características, habilidades, capacidades, motivaciones e intereses que tengan individual y grupalmente.

El objetivo general es desarrollar las competencias emocionales (conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y competencias para la vida y el bienestar) a través de la psicomotricidad en edad infantil:

- Construir la propia imagen mediante el autoconocimiento del esquema mental y corporal.
- Conocer la expresión de las emociones mediante el movimiento corporal.
- Establecer la gestión y control de las propias emociones.
- Fomentar la calidad de la interacción social con el resto de compañeros y compañeras.

CAPÍTULO III. INTERVENCIÓN DIDÁCTICA

3.1. Análisis del contexto



Figura 1. Bienvenido a nuestro centro

Fuente: Página web del centro (CEIP Isbilya, 2017)

El CEIP Isbilya está situado en la calle Gema, número 8 en Sevilla. Pertenece al Distrito Este-Alcosa-Torreblanca y, en concreto, al barrio residencial de Sevilla Este, en concreto a la zona II, la más antigua de este barrio. Según los datos recogidos en 2016, Sevilla Este cuenta con 103.306 empadronados, siendo el barrio más habitado de la ciudad. Cuenta con servicios públicos necesarios, teniendo en cuenta que la población del sector oscila a los noventa mil habitantes.

Con respecto al contexto, el barrio cuenta con servicios públicos entre los que se encuentran dos centros de salud, una oficina de correos, una biblioteca pública distante del colegio, unas pistas deportivas municipales bastante alejadas, siendo las más cercanas de carácter privado. Por lo que no goza de instalaciones para el desarrollo de actividades culturales próximas, excepto la sala multicines de un centro comercial. A los alrededores, se sitúan también diversos comercios como Mercadona, restaurantes como Sloopy Joe's, peluquerías o tiendas de ropa. Justo al salir del colegio, se halla el Centro de Educación Infantil Fábula. También se encuentra próximo a este el parque Infanta Elena, de grandes dimensiones.

En cuanto al nivel socio-económico de las familias que forman parte de este centro público es medio. El 50% de los padres y las madres tienen finalizados estudios universitarios y/o de formación profesional. Buena parte de ellos son funcionarios y otro grupo importante trabaja en empresas privadas.

El centro colabora con ciertas entidades o instituciones del entorno como con la asociación de madres y padres llamada Mapache. Con asociaciones y organizaciones no gubernamentales como la asociación para la lucha de la leucemia infantil, el banco de alimentos de Sevilla y las recogidas de ropa SOS África y de libros por parte de RETO. Con organizaciones gubernamentales como la Policía Nacional para tratar redes sociales y acoso escolar. Y con el Ayuntamiento de Sevilla a través del Plan de Igualdad de Género en Educación.

Y por último, con respecto a la relación familia-escuela, se caracteriza por ser fluida y sistemática. Padres y madres comparten los valores educativos que promueve el centro y colaboran continuamente con este. En general, las familias muestran tener expectativas educativas en cuanto a la actuación del centro en las diferentes etapas, en especial Educación Infantil. Estas familias también colaboran con el centro mediante la asociación de madres y padres, mencionada anteriormente, Mapache.

El centro en cuestión dispone de tres líneas por curso y cuenta con un Claustro de Profesores formado por un total de 38 profesores, distribuidos en etapas: 10 de Educación Infantil, y 26 de Educación Primaria, entre los que se diferencian doce generalistas, tres de Inglés, dos de Educación Física, dos de Música, uno de Francés, tres de religión y tres que forman el Equipo de Orientación Educativa, dos de Pedagogía Terapéutica y uno de Audición y Lenguaje. Además, también hay presentes una educadora y una monitora. Estos son los que adquirirán los cargos directivos y de gestión del mismo.

El Proyecto Educativo de Centro (PEC) es el documento del Plan de Centro que da la personalidad o la identidad al centro, manifestando la educación que quiere y va a extender en unas circunstancias determinadas. Para completarlo tiene que tener en cuenta los valores, los objetivos y las prioridades de actuación a nivel curricular y a nivel socio-económico, haciendo al centro un elemento activo de la ubicación. Entre los elementos característicos del CEIP Isbilya encontramos numerosos planes y programas que se llevan a cabo. En primer lugar, destacar el de Igualdad de Género en Educación. Con este se pretende trabajar desde la Coeducación en el desarrollo integral de las personas, dando a conocer las diferencias existentes

para evitar la ausencia de la discriminación. En segundo lugar, el Plan de Gratuidad de libros con el que de un año para otro se van prestando los libros para ayudar económicamente a las familias. En tercer lugar, el Programa Crece en Salud lo promueve la Junta de Andalucía. Este se sostiene en cuatro pilares educativos: aprender a ser, aprender a convivir, aprender a conocer y aprender a hacer. Es promovido para que la comunidad educativa amplíe conocimientos relacionados con la salud y sus hábitos y desarrolle valores y habilidades personales para el cuidado y mantenimiento de la salud desde pequeños. Y en cuarto lugar, destacar que el CEIP Isbilya es un centro que está dotado de herramientas que favorecen la adecuación a las actuales Tecnologías de la Información y Comunicación. Estos programas o planes quedan integrados en la educación según las características de los diferentes niveles y de las actividades planteadas y desarrolladas en el aula. Además, el centro cuenta también con servicios extraescolares como aula matinal y comedor.

En concreto, el aula habitual donde se realizarán las diversas intervenciones corresponde a un aula amplia con distintas zonas de trabajo delimitadas, entre las que se encuentran: la asamblea, los rincones en los que juegan, las mesas por equipos de trabajo, la mesa de la tutora, la estantería con libros para el rincón de la biblioteca y la pizarra tradicional junto con un proyector que se conecta con el ordenador para visionar vídeos, entre otras. El aula también cuenta con grandes armarios y estanterías donde la tutora guarda material para trabajar o juguetes para que los alumnos y alumnas jueguen.



Figura 2. Asamblea

Fuente: elaboración propia

3.2. Descripción del alumnado

El alumnado del que se dispone a recoger dicha descripción es el correspondiente a la clase de 3 años B cuya tutora es María del Carmen Reinoso. Un total de 20 niños y niñas son los que forman esta aula, divididos en mesas por equipos de colores, verde, amarillo, azul y rojo. No se estableció ningún orden específico para la organización de estos. Se fueron sentando todos en función de sus preferencias y sin conocerse entre ellos anteriormente.

Con respecto al equipo verde: está formado por Al, P, Is, Av y J.

- Al es una niña muy inquieta. Es muy lista para lo que quiere. Pierde la concentración fácilmente, por lo que necesita más atención por parte del docente para que realice adecuadamente la tarea. Tiene un vocabulario no adecuado para su edad, por ejemplo a la hora de decir que quiere ir al baño, dice “me meo”. En la relación que mantiene con los profesores es escasa, porque evita el contacto con ellos, prefiere hacerlo todo por su cuenta. Por no hablar con su seño y pedirle ir al baño, a veces, se hace caca encima. En cuanto a su familia, casi siempre viene a recogerla su madre, y otras tantas, su abuelo, por lo que se puede decir que tiene buena relación familiar. En el recreo, siempre está con los niños y niñas de su equipo verde y otro niño de clase llamado S jugando a que tienen que curar a un herido, que normalmente es ella. Es, quizás, la líder de ese juego con sus compañeros y compañeras con las que juega.
- P es una niña muy alegre. Juega con todos sus compañeros y sus compañeras de clase, pero emplea más tiempo con los de su equipo. No es una niña muy habladora, prefiere responder con gestos. Con el profesorado mantiene las pocas palabras, pero pide ayuda cuando le hace falta. Tiene buena relación con su familia por lo que se vio el día que asistió su madre a la clase para hablar de su trabajo el Día de la Mujer Trabajadora. Juega con su hermano mayor por lo que cuenta las veces que lo ha mencionado. En el recreo, que es la hora de juego libre, siempre juega con sus compañeros y compañeras de equipo al mismo tipo de juego que se menciona en la descripción de Al.
- Is es una niña muy seria. No presenta dificultades cognitivas, pero sí a nivel social. Esto quizás venga influenciado por el hecho de que su hermana mayor de 5 años, L, es autista. Is presenta conductas propias de este trastorno. No articula palabra con el adulto, pero sí con sus iguales. Tiene un apego demasiado fuerte por su compañera E, del equipo amarillo. En ocasiones, y solo si María Carmen se lo permite, se cambia a su equipo para estar con ella, pues desde que sí puede efectuar este cambio, parece que trabaja

mejor. Necesita estar siempre al lado de E, para todo, incluso en la fila para salir de la clase. Llora si no es así. Pero entonces la tutora le explica que todos deben ser amigos y que ella también tiene derecho a jugar con otros amigos y amigas, y sin impedimento alguno, obedece a la primera y deja de llorar. Parece tener buena relación con su familia. No obstante, en el recreo, está tan centrada en jugar con E que no se acuerda de su hermana para nada. L siempre está sola el tiempo del recreo. Por lo que en su tiempo libre referente a la hora del recreo, siempre está con E y su grupo cerrado de amigas, aunque no presta atención a ninguna, tan solo a E. Puede ser considerada una “relación tóxica”.

- Av es un niño muy inteligente en cuanto a nivel cognitivo. Tiene dificultades a la hora de coger el lápiz adecuadamente, por lo que escribe con menor claridad. Esto afecta al desarrollo de su psicomotricidad fina. Es llamativo que con 3 años que tiene, su madre siga dándoles potitos de fruta comprados, de hecho, los lleva para el desayuno. En el colegio, están llevando a cabo un programa en el que, determinados días de la semana, traen fruta para desayunar. Esos días, lo pasa muy mal, porque no es capaz de comer a bocados ni siquiera una simple manzana como el resto de su clase. El contacto con la profesora no es ni excesivo, ni demasiado escaso. El suficiente para desarrollar autonomía en sus acciones, pero siempre teniendo en cuenta la figura del adulto en caso de necesitar ayuda. Con respecto a su familia, parece tener buena relación. En el recreo juega con Al, P y J la mayor parte del tiempo, aunque tiene buena relación con el resto del grupo-clase.
- J tiene el mismo problema que Av. Su desarrollo psicomotor fino es escaso aún. Hay que trabajar con más frecuencia con él aspectos relacionados con este. No cruza palabra con la seño si no le hace falta ayuda. Tampoco presta atención cuando se le ofrece ayuda, no mira la tarea, entreteniéndose con cualquier otra actividad que esté realizando otro compañero o compañera. Se puede decir que tiene una buena relación familiar como otro niño cualquiera de 3 años. Su tiempo de juego libre lo pasa con el resto de su grupo verde. A veces, sus compañeros no quieren jugar con él porque resulta muy pesado cuando empieza a tocarlos por la cara. Puede llegar, incluso, a pegar y el resto está cansado ya de esa actitud que toma.

El siguiente equipo a describir es el amarillo, compuesto por D, Ni, SJ, E y SR.

- D es un niño un poco introvertido. No se relaciona mucho con sus compañeros y compañeras de clase. Un día se puso malito y pasó una semana en casa con su madre

que es maestra de Educación Infantil también, pero en otro colegio. El día que llegó, según su tutora, parecía otro. Lloraba. No quería realizar la tarea y llegó a levantarle la mano. Todo esto resultó extraño, dado que es un niño amable y bueno. Mantiene el contacto justo con su maestra. Con su familia tiene buena relación. Es el tercero y último de sus hermanos, que también están en el colegio. En el recreo juega siempre con Ni, su compañero de equipo; y con el resto de niñas del amarillo, escasas ocasiones.

- Ni, un niño más introvertido todavía que D. Todo le da vergüenza. No se porta mal, pero tampoco hace mucho caso a las normas de clase, como sentarse bien en la asamblea. Rara vez articula palabra, aunque entiende todo. No trata ni juega mucho con sus compañeros. Es muy retraído y prefiere mantenerse al margen de todo y todos. El sentido de las bromas aún no lo tiene desarrollado, pues una vez se le hizo una y ni siquiera se reía. Se limitó a sonreír tímidamente, le daría vergüenza seguramente. Todavía no se le ha diagnosticado nada, por tu temprana edad, pero cabe la posibilidad de que así sea en un futuro no muy lejano. Tiene un hermano mellizo llamado SI que está en la clase de la señora Marisol, 3 años A. Siempre quiere estar con él y jugar con él. Se entiende, por tanto, que tienen muy buen apego. En el recreo, siempre busca a su hermano para jugar, y, a veces, también juega con D, su compañero.
- SJ es una niña muy lista. Se relaciona correctamente con el resto de sus compañeros y compañeras. Reclama cariño por parte de sus compañeros, quizás es a lo que esté acostumbrada en casa. Da la impresión de ser una niña muy querida por su familia. Es obediente, se porta siempre bien en clase y se relaciona adecuadamente con sus profesores. Le encanta bailar. Últimamente, juega más con las niñas de su equipo en el tiempo libre del recreo, aunque siempre ha sido una niña que ha ido por su cuenta jugando con cualquier compañero o compañera sin importarle quién sea.
- E es una niña que está muy estimulada en casa. Es muy inteligente y presta atención a todas las explicaciones. Sabe escribir su nombre sin necesidad de verlo escrito arriba. Se relaciona adecuadamente con su tutora, es obediente y no su comportamiento también es correcto. Es muy creativa y es una niña con la que se puede mantener una conversación. Con su familia tiene buena relación como se puede observar. Habla mucho de su hermana mayor y sus amigas. Juega mucho con ellas. Quizás es por eso la madurez que tiene a la hora de hablar y expresarse. En el juego es la líder de un “trío tóxico” formado por SR, I y ella. E siempre les habla muy mal, haciendo comentarios muy feos a estas dos amigas tuyas que están siempre queriendo jugar con ellas. La tutora ya le ha reñido en varias ocasiones, porque les ha hecho llorar a ambas. Si sigue

hablando así de mal a sus compañeras, ya no querrán jugar más con ellas y se quedará sola. En el recreo, siempre juega a lo que a ella le apetezca, sin opción a llegar a un juego que todas quieran. A este “trío” se ha unido últimamente, como ya se ha mencionado anteriormente, SJ.

- SR es una niña muy inteligente también. Necesita de la aprobación de la tutora para la realización de la tarea, pues quiere hacerlo todo bien siempre sin equivocarse. Por lo que está en constante contacto con su tutora reclamando atención. Está sentada al lado de E y todo lo quiere hacer como ella. Lloro mucho cuando esta le habla mal o hace comentarios feos acerca de ella misma. Sigue un modelo familiar en el que se desarrollan buenas relaciones entre ellos. Tiene una hermana mayor que menciona mucho. Jugará mucho con ella probablemente, por lo que no se llevarán tantos años.

El equipo azul es el que está más cerca de la mesa de la tutora, pues los integrantes son los que más atención necesitan de la clase. Está formado por Aj, N, So, M y S.

- Aj es un niño muy inquieto y travieso. Es un niño que tenía leucemia y que, por tanto, sus padres volcaban toda su atención en él. A día de hoy, ya está recuperado, pero lo cuidan mucho, por lo que la relación que mantiene con su familia es muy buena, aunque no le prohíben nada. Necesita, todo el tiempo, ser el centro de atención en la clase. Por ejemplo, la seño manda al grupo verde al baño a lavarse las manos, y en seguida, pregunta Aj si él también tiene que ir. Así, sucesivamente, para cada cosa que comenta la tutora. No es capaz de escribir su nombre, hace un garabato en la línea donde deberían aparecer las letras, que no es obligatorio, ni mucho menos que sepan escribir su nombre. No presta atención ninguna a las tareas que se mandan en clase. En el tiempo de recreo, su compañero favorito para jugar es F. Como ya se ha comentado, la tutora no estableció un orden concreto a la hora de disponer los equipos de trabajo en el aula, pero sí tuvo que separar a Aj de F, porque se distraían mutuamente. Suelen pasarse todo el tiempo libre corriendo de un lado para otro. Parece ser un niño con mucha energía que necesita exteriorizar. En el patio del recreo hay una casita a la que estos pueden acceder al tejado. Pueden pero no deben. Aj se sube tan solo para llamar la atención del profesorado de guardia en la hora del recreo y para que estén pendiente a él.
- N es una niña muy callada, no habla para pedir nada, se limita a señalar lo que quiere. No le gusta ir sola al baño y siempre tiene que ir alguna compañera con ella. Es una niña muy divertida a la que le gusta bailar. En clase, necesita constantemente la atención de la tutora y, cada mínima cosa que hace en la tarea que ha mandado, va y se la enseña.

Muy recientemente ha nacido su hermano pequeño al que tantas ganas tenía de ver. Es una niña muy querida que está en continua relación con adultos. En el recreo, juega indistintamente con cualquier compañero o compañera, incluso de otras clases.

- So es una niña muy divertida. Sus padres son extranjeros, de Latino América. La madre ha estado mucho tiempo trabajando fuera y la pequeña se ha quedado al cuidado de su abuela. En ese tiempo, el desayuno no lo hacía adecuadamente, pero parece que desde que su madre ha llegado de trabajar fuera y pasa más tiempo con ella, come mejor. Está constantemente hablando de su madre. Está demasiado metida aún en la fase de egocentrismo, a diferencia del resto de sus compañeros. En el recreo, normalmente, juega con una compañera de otra clase. Siempre con objetos que traen de casa, con hojas de los arbustos cercanos o en la arena que hay en el fondo del recreo. Siempre llega a clase llena de tierra.
- M es una niña con un retraso de maduración debido a la fecha de su nacimiento, pues nació a finales de diciembre y se nota la diferencia con el resto de compañeros y compañeras. No habla bien y tampoco le preocupa que no le entiendan. No se entera bien de las tareas. Falta mucho a clase. Quizás en casa la traten aún como un bebé, pues no la estimulan correctamente y le falta mucho que desarrollar, como por ejemplo autonomía en acciones básicas que todos los demás son capaces de realizar por su cuenta sin ayuda. Normalmente, juega sola o, a veces, con N.
- S es un niño muy divertido y muy cariñoso. Lo que más le caracteriza es su afición por la Semana Santa. Siempre que puede está tarareando una marcha. Tiene gafas, llamativo para la edad tan corta que tiene aún. Al inicio del curso, hablaba y no se le entendía. Aún no le han diagnosticado nada en concreto, pero ingresó en el colegio con un informe redactado por el CAIT. Este es el motivo por el que, desde que entró, pasa horas con docentes especializados. Tiene mucha fuerza también. A veces, no la controla y puede hacer daño. Cuando no quiere ir al colegio, a sus padres les cuesta conseguir llevarlo y ha entrado, en ocasiones, un poco más tarde por ello. La relación con sus padres ha mejorado mucho, pues al principio de curso, comentaban que no les prestaba atención e, incluso, les pegaba. Sin embargo, a mediados de curso, se puede decir que es un niño muy cariñoso, le encanta dar y recibir abrazos. En el recreo suele pasar mucho tiempo con el equipo verde, pues parece que los padres de A1 y los suyos se conocen y de ahí el vínculo también a la hora de juego libre.

El último equipo es el rojo y lo componen PM, In, C, Ms y F. Este equipo es el que más avanzado está a todos los niveles, madurativamente hablando.

- PM es la líder de la clase. Es una niña muy sociable con todos sus compañeros y compañeras. Es muy lista e inteligente, aunque, a veces, puede resultar un poco traviesa. Nada fuera de lo normal para los recién cumplidos 4 años que tiene. Realiza todas las tareas adecuadamente. Escribe de forma correcta su nombre, sin mirar incluso. Tiene una constante necesidad de comunicación verbal con sus compañeros y compañeras como con su tutora. Se expresa muy bien sin dificultad alguna y su comunicación es fluida. Es hija única y tiene un perro llamado Enzo que nombra mucho en clase. En el recreo siempre juega con los niños y niñas de su equipo.
- In es una niña muy agradable a la que le gusta hablar mucho. Es lista, realiza la tarea adecuadamente. Escribe su nombre casi correcto, debido a la “s” que la hace invertida aún. Es la tercera y última hija de su casa. Tiene muy buena relación familiar. Ayuda mucho y participa en muchas actividades domésticas por lo que cuenta. No muestra dificultad alguna, ni para relacionarse con el resto de personas, ni para la realización de actividades, etc. En el recreo siempre está jugando con los de su equipo.
- C es una niña muy callada cuando lo debe estar, pero muy charlatana e, incluso, mandona cuando interactúa con el resto de compañeros y compañeras. Le encanta bailar y es sorprendente lo bien que se mueve y gesticula para tener tan solo 3 años. Es muy lista y realiza adecuadamente la tarea. No muestra dificultad alguna para nada. Siempre intenta solucionar posibles problemas con el resto, evitando recurrir a la figura adulta. En casa juega mucho con su hermano pequeño y el recreo siempre suele pasarlo con PM, In y Ms.
- Ms es un niño muy tranquilo e inteligente. Se porta muy bien siempre. Es capaz de tener una buena conversación con sus iguales y con adultos. Siempre quiere ayudar a los que lo necesitan, por ejemplo a su amigo y compañero de equipo F, aunque eso le haga terminar más tarde su tarea. Tiene muy buena relación con sus padres. Está esperando a una hermanita. Interactúa el tiempo justo con el adulto resolviendo por su cuenta los problemas que se le presenten. Escribe su nombre y hace las tareas adecuadamente, pues presta la debida atención en clase. Se lleva bien con todos sus compañeros y compañeras, pero siempre acaba jugando en su tiempo libre con las niñas de su equipo y en otras ocasiones, con F y Aj.

- F es un niño al que parece que aún le tratan como un bebé en casa. Su madre es cuenta-cuentos en las guarderías. No presta atención alguna a las explicaciones de la tutora y, en ocasiones, llega a desobedecerla. No sabe escribir ni identificar ninguna letra aún, tan solo su inicial, la F, y cuando se le pide que lo escriba, se dedica a rellenar el folio de garabatos o dibujos. Es un niño al que no le cuesta relacionarse con la tutora ni con los demás de clase. En su tiempo libre siempre está con Aj y con Ms, a veces.

3.2.1. Diagnóstico

El diagnóstico hace referencia a la evaluación inicial que se les haría a todos los niños y niñas con los que se llevaría a cabo esta intervención a nivel-socio-afectivo.

En primer lugar, se recogerán datos individuales reunidos en la siguiente tabla adjunta. Para obtener mejores resultados es necesario conocer al alumnado, de ahí que se disponga la realización de tal intervención a finales del curso de tres años, en este caso. Tan solo sería necesario, en este momento, rellenar la primera columna que indica nivel inicial. Las casillas de dicha columna deberán contener valoraciones numéricas de cada alumno, siendo el 0 la ausencia del ítem en cuestión, el 5 el término medio y el 10 el alcance total de dicho ítem.

Tabla 1. Cuestionario individual comportamental: evaluación inicial y final

Fuente: elaboración propia.

ÍTEMS		Nivel inicial	Nivel final
Alumno/a:			
1.	Reconoce sus propias emociones.		
2.	Sabe expresar verbal, facial o corporalmente cada emoción adecuadamente.		
3.	Controla la impulsividad.		
4.	Controla el enfado o frustración.		
5.	Muestra habilidad resolutiva ante posibles problemas.		
6.	Reconoce las emociones de los demás.		
7.	Presta ayuda al compañero/a que muestre dificultades.		
8.	Mantiene buena relación con sus iguales.		
9.	Mantiene buena relación con el docente.		
10.	Refleja el comportamiento adecuado en clase.		
11.	Muestra actitud positiva ante el aprendizaje.		
12.	Muestra interés por participar en las actividades.		
Observaciones:			

En primer lugar, en este diagnóstico, se realizará un análisis de las relaciones socio-afectivas entre los niños y las niñas.

En segundo lugar, se hará una prueba también individual para estimar el grado de conocimientos previos que tiene el alumnado acerca de las emociones, es decir, la temática en concreto que trata esta propuesta. Para ello se le realizarán una serie de preguntas, las cuales deberán ser contestadas verbal, facial o corporalmente:

1. ¿Alguna vez has escuchado hablar de lo que es una emoción?
2. ¿Sabes el nombre de alguna?
3. ¿Sabes poner cara de estar feliz?
4. ¿En qué momentos puedes estar feliz?
5. ¿Sabes poner cara de estar triste?
6. ¿En qué momentos puedes estar triste?
7. ¿Sabes poner cara de estar asustado?

8. ¿En qué momentos puedes sentir miedo?
9. ¿Sabes poner cara de estar enfadado?
10. ¿En qué momentos te puedes enfadas?

Y por último, para evaluar las relaciones socio-afectivas que hay entre los compañeros y compañeras dentro del aula se realizará un sociograma. No es recomendable ejecutarlo con niños y niñas de 3 años, porque aún no se conocen lo suficiente entre ellos, aún no tienen madurez social para responder a las preguntas de forma operativa ni con la intención con la que se pone en práctica el sociograma, analizar las relaciones socio-afectivas dentro de clase. Por tanto, daría mejores resultados con niños y niñas de cursos superiores, que hayan pasado, al menos, un curso entero juntos.

Se les establece a los niños y las niñas dos preguntas del ámbito social:

1. ¿A quién invitarías a tu fiesta de cumpleaños?
2. ¿Con quién compartirías los juguetes que te han traído los Reyes Magos?

Y dos preguntas del ámbito cognitivo:

1. ¿Quién te gustaría que estuviese sentado a tu lado para trabajar?
2. ¿A quién elegirías para jugar en el rincón de la biblioteca?

Estas preguntas tienen que ser contestadas con un solo nombre del compañero que decidan.

En una cartulina se añadiría en nombre de cada niño o niña en un círculo y de este saldrán cuatro flechas, el total de respuestas que ha dado, hacia el compañero o compañera que haya contestado el alumno entrevistado en ese momento. Al final de la realización de este sociograma, se podrá observar cómo de todos los niños y niñas salen cuatro flechas, pero no todos reciben flechas. La información que ofrece este análisis sirve al docente para actuar con aquellos que estén más solos y necesiten ayuda para integrarse en el grupo, anima al resto del grupo a que jueguen con ellos, para separar a posibles vínculos no demasiado apropiados, entre múltiples soluciones que puede dar el docente una vez finalizado el sociograma.

3.3. Temporalización y actividades

3.3.1. Cuándo se va a llevar a cabo la Unidad Didáctica

La Unidad Didáctica se llevará a cabo en el tercer y último trimestre, del curso 2019/2020, que dará comienzo después de Semana Santa, en concreto el día 13 de abril de 2020. Los días asignados para la puesta en práctica de esta intervención serían los martes después del recreo, cuyo tramo horario comprendería de 12:30 a 14:00.

Tabla 2. Horario semanal

Fuente: elaboración propia

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
09:00	Entrada	Entrada	Entrada	Entrada	Entrada
09:15	Asamblea	Asamblea	Asamblea	Psicomotricidad	Asamblea
09:45	PROYECTO	PROYECTO	PROYECTO	PROYECTO	Manualidad
10:45	Rincones	Rincones Cuentos	Rincones	Rincones	Religión
11:30	Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno
12:00	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo
12:30	Lecto-escritura	Emocional	Lógico- matemática	Experimento	Vídeo Canciones

3.3.2. Cronograma de las sesiones

Las sesiones quedan dispuestas según la siguiente organización:

- Sesión 1: ¿Qué sabemos de las emociones?

Fecha: Martes, 14 de abril de 2020.

- Sesión 2: Emociones en nuestro cuerpo

Fecha: Martes, 21 de abril de 2020.

- Sesión 3: Espantamos nuestros miedos

Fecha: Martes, 28 de abril de 2020.

- Sesión 4: Ya sé cómo debo sentirme en cada situación
Fecha: Martes, 5 de mayo de 2020.
- Sesión 5: ¿Cómo son mis compañeros y mis compañeras?
Fecha: Martes, 12 de mayo de 2020.
- Sesión 6: ¡Cuánto me quieren en clase!
Fecha: Martes, 19 de mayo de 2020.
- Sesión 7: Abrazo-terapia
Fecha: Martes, 26 de mayo de 2020.
- Sesión 8: Demostramos lo que hemos aprendido
Fecha: Martes, 2 de junio de 2020.

abril							2020
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	
		1	2	3 Fin segundo trimestre	4	5	
6 Semana Santa	7 Semana Santa	8 Semana Santa	9 Semana Santa	10 Semana Santa	11 Semana Santa	12 Semana Santa	
13 Inicio tercer trimestre	14 SESIÓN 1: ¿QUÉ SABEMOS DE LAS EMOCIONES?	15	16	17	18	19	
20	21 SESIÓN 2: EMOCIONES EN NUESTRO CUERPO	22	23	24	25	26	
27	28 SESIÓN 3: ESPANTAMOS NUESTROS MIEDOS	29	30				

Figura 3. Calendario mensual de abril

Fuente: Elaboración propia

mayo							2020
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	
				1 Feria de Sevilla	2 Feria de Sevilla	3 Feria de Sevilla	
4	5 SESIÓN 4: YA SE COMO DEBO SENTIRME EN CADA SITUACIÓN	6	7	8	9	10	
11	12 SESIÓN 5: ¿CÓO SON MIS COMPAÑEROS Y MIS COMPAÑERAS?	13	14	15	16	17	
18	19 SESIÓN 6: ¡CUÁNTO ME QUIEREN EN CLASE!	20	21	22	23	24	
25	26 SESIÓN 7: ABRAZO-TERAPIA	27	28	29	30	31	

Figura 4. Calendario mensual de mayo

Fuente: Elaboración propia

junio							2020
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	
1	2 SESIÓN 8: DEMOSTRAMOS LO QUE HEMOS APRENDIDO	3	4	5	6	7	
8	9	10	11	12	13	14	
15	16	17	18	19 Fin de curso	20	21	
22	23	24	25	26	27	28	
29	30						

Figura 5. Calendario mensual de junio

Fuente: Elaboración propia

3.3.3. Unidad Didáctica

“NOS MOVEMOS EN EL MUNDO DE LAS EMOCIONES”

- Introducción

Con esta Unidad Didáctica se pretende que el alumnado conecte la mente con el cuerpo y los haga trabajar al unísono, pudiendo llegar a transmitir cómo se siente a través de la expresión de su cuerpo, para ser entendido por los demás y viceversa.

- Objetivos

El objetivo general es desarrollar las competencias emocionales (conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y competencias para la vida y el bienestar) a través de la psicomotricidad en edad infantil:

- Construir la propia imagen mediante el autoconocimiento del esquema mental y corporal.
- Conocer la expresión de las emociones mediante el movimiento corporal.
- Establecer la gestión y control de las propias emociones.
- Fomentar la calidad de la interacción social con el resto de compañeros y compañeras.

- Contenidos

Desarrollo de las competencias emocionales (conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y competencias para la vida y el bienestar) a través de la psicomotricidad en edad infantil:

- Construcción de la propia imagen mediante el autoconocimiento del esquema mental y corporal.
- Conocimiento de la expresión de las emociones mediante el movimiento corporal.
- Establecimiento de la gestión y control de las propias emociones.
- Fomento de la calidad de la interacción social con el resto de compañeros y compañeras.

- Competencias básicas

Son las suficientes para desenvolverse adecuadamente a las diferentes situaciones que se presentan en la vida. En esta intervención didáctica se pretenden trabajar:

- Competencia lingüística, dado que el alumnado debe escuchar para entender las diversas actividades que se desarrollan, así como hablar para mantener una comunicación verbal con el resto.
- Competencia matemática, mediante la comprensión de los diferentes números con sus respectivas cantidades. También concebirán la percepción del espacio.
- Competencia del conocimiento del medio, pues los pequeños y pequeñas interactuarán por el medio físico, percibiendo, como en la competencia anterior, el espacio que hay a su alrededor.
- Competencia social y ciudadana. Las actividades se realizarán de forma conjunta, por lo que las habilidades sociales y las relaciones personales son la base de la realización de estas. El trabajo cooperativo es una forma de trabajar esta competencia. Será importante tener en cuenta las normas de comportamiento en clase o del espacio donde se lleven a cabo.
- Competencia artística y cultural se verá reflejada en la representación, creación y comprensión de los diferentes dibujos u obras propias.
- Competencia de aprender a aprender. Esta es uno de los pilares en los que se fundamenta la intervención. Se fomentará el conocimiento de las propias capacidades del alumnado, se descubrirán a sí mismos, descubrirán sus virtudes y sus limitaciones. Se ejecutará una mejor confianza y conocimiento de sí mismos, nuevas motivaciones y diferentes técnicas para su autorregulación.
- Competencia emocional. Viene enlazada con los aprendizajes que se pretenden conseguir con la competencia anterior. Conocer las diferentes emociones, saber controlarlas y saber identificarlas en los demás mediante las relaciones personales son aspectos que se fomentarán con ella.

- Metodología

Los procesos de esta metodología aspiran a conseguir por el alumnado la consecución de objetivos expuestos anteriormente. El centro será el propio alumno, mientras que el docente será una mera ayuda para alcanzar esas metas. Esta

metodología se hace peculiar en función de los matices que le añade el docente en cuestión.

Metodología es un término que hace referencia a la forma de hacer algo. Los procesos que la completan son subjetivos en función del sujeto que los diseña. En cuanto al marco educativo, se puede decir que cada docente sigue una metodología peculiar. Esto es un conjunto de procesos de enseñanza determinado por el estilo de enseñanza, técnica de enseñanza y estrategia de práctica seleccionada o seleccionadas por el profesor o profesora. Estos pretenden la adquisición de la enseñanza y aprendizaje por parte del alumnado. La elección de estas vendrá determinada en función de las capacidades y habilidades del docente, ciñéndose y adaptándose a las características del grupo-clase.

Esta intervención se regirá por:

- Estilo de enseñanza
 - Tradicional: basado en el control del docente acerca del proceso de enseñanza-aprendizaje.
 - Mando directo. La ejecución de las actividades determinadas por el docente se desarrollan bajo las explicaciones oportunas.
 - Asignación de tareas. El docente explica de forma teórica y práctica las actividades que se van a realizar. Aporta ciertos aspectos de propia elección para los alumnos, como por ejemplo la organización en el espacio.
- Técnica de enseñanza. Debido a las características del grupo, entre ellas, la corta edad, se ha decidido ejecutar ambas técnicas.
 - Instrucción directa. Se caracteriza por la rápida adquisición de conocimientos, desarrollados a la perfección y fácil control de la clase. El papel del docente es ofrecer la respuesta al alumnado.
 - Indagación. Caracterizada por la búsqueda del alumnado de las respuestas. Para ello, hará uso de la creatividad e imaginación, que facilitará la asimilación de ese aprendizaje, aunque este necesite más tiempo. El papel del docente es motivar y guiar en la búsqueda de las posibles soluciones.
- Estrategia de práctica. La presentación de las actividades se realizarán de forma global o analítica en función de su dificultad.

- Global polarizando la atención. Explicación completa de la actividad a modo de presentación (estrategia de práctica global pura).
- Analítica secuencial. La actividad se descompone en partes y se va explicando una por una. La explicación irá por orden desde la primera parte a la última. Se seguirá esta en aquellas tareas que necesiten pausa entra una parte y otra.

- Instalaciones

La ejecución de las sesiones se efectuará en: aula de 3 años B, aula de Psicomotricidad y patio de infantil, especificadas en cada tabla.

- Materiales

La totalidad de materiales empleados a lo largo de las ocho sesiones expuestas a lo largo de este tercer capítulo son: cuento El Monstruo de Colores (véase Anexo 1), cuento Gato Guille y los monstruos (véase Anexo 2), cuento ¿A qué sabe la luna? (véase Anexo 3), cuento El libro de los abrazos (véase Anexo 4), Birthday (véase Anexo 5, canción de alegría), All of Me (véase Anexo 6: canción de tristeza), Bad (véase Anexo 7: canción de ira), Toccata and Fugue in D minor (véase Anexo 8: canción de miedo), Weightless (véase Anexo 9: canción de calma y relajación), I'm Happy (véase Anexo 10), pizarra, tiza, tijeras, cartulinas de color amarillo, verde, azul, rojo y gris; lápices, espejo, tarjetas con diferentes emociones que se han realizado en la sesión 1, folios, ceras de colores, caja, pelota de gomas, caja con tarjetas de diferentes abrazos, cinta para taparse los ojos, cartulina A2 y rotulador negro.

- Temporalización

El desarrollo de esta intervención tendrá lugar, como ya se ha indicado, todos los martes después del recreo. Este se efectúa en el patio de Educación Infantil y finaliza a partir de las 12:30. Se tendrán que dejar unos minutos para beber agua, tranquilizarse y relajarse. Este tiempo es estimado, en función de lo nerviosos y

alterados que vengan los niños y las niñas del recreo, pero debe estar entre 5 y 10 minutos.

- La sesión número uno tendrá lugar el martes 14 de abril de 12:45 a 13:45, con una duración aproximada de 1 hora.
- La sesión número dos tendrá lugar el martes 21 de abril de 12:40 a 13:55, cuya duración estimada es de 1 hora y 15 minutos.
- La sesión número tres, el martes 28 de abril de 12:40 a 13:50, con duración de 1 hora y 10 minutos.
- La sesión número cuatro, el martes 5 de mayo de 12:40 a 13:45, de 1 hora y 5 minutos.
- La quinta sesión del martes 12 de mayo dura 1 hora y 25 minutos, de 12:30 a 13:55.
- La sexta sesión del martes 19 de mayo dura 1 hora y 10 minutos, de 12:40 a 13:50.
- La séptima sesión es el 26 de mayo, dura 1 hora y 10 minutos, de 12:40 a 13:50.
- Y la última y octava sesión de la intervención se producirá el día 2 de junio, tendrá una duración de 1 hora y 25 minutos aproximadamente de 12:30 a 13:55.

- Evaluación

La evaluación de esta intervención se puede hacer en diferentes momentos, correspondiéndose a la evaluación inicial, continua y final.

La evaluación inicial se llevará a cabo antes de realizar la primera sesión, para comprobar qué conocimientos tenía ya el alumnado acerca de las emociones que tratarán a lo largo del tiempo estimado.

En cada sesión, en el momento de la vuelta a la calma y dispuestos en la asamblea, se hará una reflexión acerca de los contenidos aprendidos. Se pueden comentar las sensaciones surgidas a lo largo de la sesión. Se valorará el interés y la motivación con la que hagan las actividades, aunque se entiende que no todos los niños tienen el mismo grado de interés por aprender. Al inicio de cada una de ellas también se realizará una asamblea para recordar lo aprendido en la sesión anterior,

para tener una base de la que partir en esa nueva sesión. Todas estas asambleas harán referencia a la evaluación continua de los conocimientos y aprendizajes adquiridos.

En la última sesión se ejecutará un recopilatorio de todos los contenidos vistos. Se repasará desde la primera a la última actividad. Este recordatorio, o también evaluación final, será necesario para la elección de las actividades que desarrollarán, pues podrán elegir dos, una de ellas para la relajación.

Los criterios de evaluación principales de la Unidad Didáctica son los referentes a los objetivos del presente trabajo:

- Sabe quién es, sus gustos y preferencias, sus limitaciones y las entiende.
- Expresa adecuadamente las emociones facial y corporalmente.
- Realiza de forma autónoma la gestión de sus emociones y las controla, como el caso de la ira.
- Disfruta compartiendo las emociones con el resto de compañeros y compañeras de clase.

No obstante, en Evaluación de la intervención (véase capítulo 4.1.) quedan detallados el resto de criterios de las diversas evaluaciones a elaborar.

- Sesiones

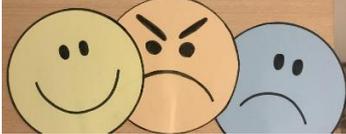
SESIÓN 1. ¿QUÉ SABEMOS DE LAS EMOCIONES?	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar la conciencia emocional. <ul style="list-style-type: none"> ○ Interpretar expresiones faciales. ○ Identificar las emociones a través del movimiento corporal. ○ Saber gestionarlas mediante el baile. - Potenciar la psicomotricidad gruesa y fina. <ul style="list-style-type: none"> ○ Tener capacidad de bailar. ○ Desarrollar el dibujo. - Tomar conciencia de la relación mente-cuerpo mediante la relajación. <ul style="list-style-type: none"> ○ Ser capaz de debilitar su energía. - Participar activamente. <ul style="list-style-type: none"> ○ Mostrar interés en las tareas. ○ Ser capaz de expresar verbalmente acerca de las emociones. ○ Comprender el contenido de la lectura.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> - Acercamiento del alumnado hacia las emociones. (conceptual). - Desarrollo de las sensaciones mediante la música (procedimental). - Desarrollo de la psicomotricidad gruesa. (procedimental).

	<ul style="list-style-type: none"> - Potenciación de la psicomotricidad fina con el dibujo. (procedimental). - Capacidad de interpretar las expresiones faciales. (procedimental). - Fomento del interés y la curiosidad hacia las emociones. (actitudinal). - Participación activa en la puesta en común de la asamblea. (actitudinal). 	
Metodología	<p>Estilo de enseñanza: mando directo.</p> <p>Técnica de enseñanza: instrucción directa.</p> <p>Estrategia de práctica: analítica secuencial.</p>	
Instalaciones	Aula habitual.	
Materiales	Cuento <i>El Monstruo de Colores</i> (véase Anexo 1), pizarra, tiza, tijeras, cartulinas de color amarillo, verde, azul, rojo y gris; lápices, Birthday (véase Anexo 5, canción de alegría), All of Me (véase Anexo 6: canción de tristeza), Bad (véase Anexo 7: canción de ira), Toccata and Fugue in D minor (véase Anexo 8: canción de miedo) y Weightless (véase Anexo 9: canción de calma y relajación).	
Duración total	1 hora.	
Actividades	Tiempo	Representación gráfica
<u>Animación</u>	15'	
<p>Lectura: <i>El Monstruo de Colores</i> (Llenas, 2012) (véase Anexo 1). Tras la lectura se hará la puesta en común para su comprensión oral.</p>	15'	 <p>Figura 6. El Monstruo de Colores, de Anna Llenas</p> <p>Fuente: página web Pekeleke</p>
<u>Principal</u>	30'	
<p>Nuestras emociones: las diferentes emociones las dibujarán, en círculos de cartulina de colores, las expresiones faciales. Para ello, el docente las dibujará previamente en la pizarra.</p>	20'	 <p>Figura 7. Nuestras emociones</p> <p>Fuente: elaboración propia</p>
<p>Baile libre: con sus respectivas caras, cada uno bailará por el espacio libremente según les hagan sentir las canciones.</p>	10'	 <p>Figura 8. Incorporar la danza a la escuela: ¡Un desafío posible!</p>

		Fuente: Página web EligeEducar
<u>Vuelta a la calma</u>	15'	
Asamblea: se realizará la puesta en común de los contenidos aprendidos de emociones y sensaciones.	5'	 <p>Figura 9. La asamblea en el aula de Educación Infantil</p> <p>Fuente: página web Colegio Santa María del Camino</p>
Relajación: tumbados, practicarán la respiración profunda con la ayuda de música específica para ello.	10'	 <p>Figura 10. Técnica de relajación</p> <p>Fuente: Página web Educación Infantil</p>
Observaciones y sensaciones	En todas las actividades, el docente puede hacer una previa interpretación de lo que se pide que haga el alumnado posteriormente. En caso de tener que hacer alguna modificación o adaptación: en la actividad de Nuestras emociones también se puede hacer las partes de la cara con plastilina. En Baile libre se pueden añadir verbalizaciones que ayuden al alumnado a interpretar esas emociones. Además, se puede prescindir de la actividad que sea en caso de que se haya perdido la atención del grupo o por falta de tiempo.	

SESIÓN 2. EMOCIONES EN NUESTRO CUERPO	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar la conciencia emocional. <ul style="list-style-type: none"> ○ Interpretar expresiones faciales. ○ Identificar las emociones a través del esquema corporal. ○ Saber gestionarlas mediante el baile. - Experimentar el sentido del oído. <ul style="list-style-type: none"> ○ Ser capaz de expresar estados de ánimo a través de la música. - Tomar conciencia de la relación mente-cuerpo mediante la relajación. <ul style="list-style-type: none"> ○ Ser capaz de debilitar su energía. - Participar activamente. <ul style="list-style-type: none"> ○ Mostrar interés en las tareas.

	<ul style="list-style-type: none"> o Ser capaz de expresar verbalmente acerca de las emociones. 	
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollo de la capacidad de transmisión verbal de las emociones. (procedimental). - Experimentación con expresiones faciales para interpretar las emociones. (procedimental). - Desarrollo de las sensaciones mediante la música (procedimental). - Desarrollo de la psicomotricidad gruesa. (procedimental). - Fomento del interés y la curiosidad hacia las emociones. (actitudinal). - Participación activa en la puesta en común de la asamblea. (actitudinal). 	
Metodología	Estilo de enseñanza: asignación de tareas. Técnica de enseñanza: indagación. Estrategia de práctica: global polarizando la atención.	
Instalaciones	Aula habitual.	
Materiales	Espejo, tarjetas con diferentes emociones que se han realizado en la sesión 1 y Weightless (véase Anexo 9: canción de relajación).	
Duración total	1 hora y 15 minutos.	
Actividades	Tiempo	Representación gráfica
<u>Animación</u>	10'	
Asamblea: se recuerdan las emociones vistas en la sesión anterior.	10'	 <p>Figura 9. La asamblea en el aula de Educación Infantil</p> <p>Fuente: página web Colegio Santa María del Camino</p>
<u>Principal</u>	50'	
Espejito mágico: se situarán frente al espejo en pequeños grupos de dos o tres niños para representar la emoción que se indique. Y la expresará con todo el cuerpo.	15'	 <p>Figura 11. Juegos con el bebé frente al espejo</p> <p>Fuente: Página web guiainfantil.com</p>
Tic, tac, tuc: La docente usará las palabras mágicas <i>tic, tac, tuc</i> seguido del nombre de la emoción que deberán interpretar mediante la expresión facial y corporal.	10'	

		<p>Figura 12. Manejo de las emociones y enfermedades</p> <p>Fuente: Página web de Plenilunia</p>
<p>Adivina, adivinanza: uno por uno, según la tarjeta que le toque, deberá imitar la emoción que le haya tocado y el resto deberá adivinarlo.</p>	25'	 <p>Figura 7. Nuestras emociones</p> <p>Fuente: elaboración propia</p>
<u>Vuelta a la calma</u>	15'	
<p>Asamblea: se realizará la puesta en común de los contenidos aprendidos de emociones y sensaciones.</p>	5'	 <p>Figura 9. La asamblea en el aula de Educación Infantil</p> <p>Fuente: página web Colegio Santa María del Camino</p>
<p>Palomas: con música adecuada, se irán desplazando lentamente por el espacio e irán moviendo los brazos como si fueran sus alas, pues son palomas.</p>	10'	 <p>Figura 13. Jugando a las estatuas</p> <p>Fuente: Página web Infantil 2014</p>
<p>Observaciones y sensaciones</p>	<p>En todas las actividades, el docente puede hacer una previa interpretación de lo que se pide que haga el alumnado posteriormente. Además, se puede prescindir de la actividad que sea en caso de que se haya perdido la atención del grupo o por falta de tiempo.</p>	

SESIÓN 3. ESPANTAMOS NUESTROS MIEDOS	
<p>Objetivos</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Controlar las emociones. <ul style="list-style-type: none"> o Conocer los propios límites. o Exteriorizar las emociones verbalmente. - Tomar actitudes positivas ante emociones negativas. <ul style="list-style-type: none"> o Expresar el propio miedo. o Entender qué es el miedo.

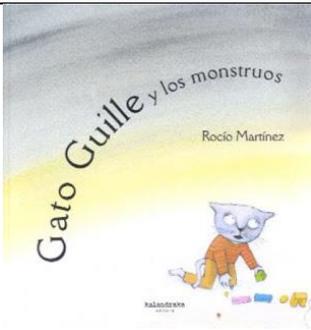
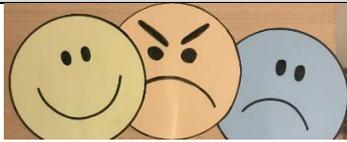
	<ul style="list-style-type: none"> - Potenciar la psicomotricidad gruesa. <ul style="list-style-type: none"> o Tener capacidad de coordinarse en el baile. - Tomar conciencia de la relación mente-cuerpo mediante la relajación. <ul style="list-style-type: none"> o Ser capaz de debilitar su energía. - Participar activamente. <ul style="list-style-type: none"> o Mostrar interés en las tareas. o Ser capaz de expresar verbalmente acerca de las emociones. o Comprender el contenido de la lectura. 	
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> - Conocimiento de la palabra miedo. (conceptual). - Desarrollo de la capacidad de transmisión verbal de las emociones. (procedimental). - Potenciación de la psicomotricidad fina con el dibujo. (procedimental). - Desarrollo de la psicomotricidad gruesa. (procedimental). - Fomento del interés y la curiosidad hacia las emociones. (actitudinal). - Participación activa en la puesta en común de la asamblea. (actitudinal). 	
Metodología	<p>Estilo de enseñanza: asignación de tareas.</p> <p>Técnica de enseñanza: indagación.</p> <p>Estrategia de práctica: analítica secuencial.</p>	
Instalaciones	Aula habitual.	
Materiales	Cuento <i>Gato Guille y los monstruos</i> (véase Anexo 2), folios, ceras de colores, caja y Weightless (véase Anexo 9: canción de relajación).	
Duración total	1 hora y 10 minutos.	
Actividades	Tiempo	Representación gráfica
<u>Animación</u>	25'	
Asamblea: se recuerdan las emociones vistas en la sesión anterior.	10'	 <p>Figura 9. La asamblea en el aula de Educación Infantil</p> <p>Fuente: página web Colegio Santa María del Camino</p>
Lectura: <i>Gato Guille y los monstruos</i> (Martínez, 2000) (véase Anexo 2). Se incluye comprensión oral tras finalizar su lectura.	15'	

		Figura 14. El Gato Guille y los monstruos Fuente: Página web de Pelayitos del Menéndez
<u>Principal</u>	30'	
Mi miedo: puesta en común de los miedos de todos y todas en la asamblea.	10'	 <p>Figura 9. La asamblea en el aula de Educación Infantil</p> <p>Fuente: página web Colegio Santa María del Camino</p>
Dibujo mi miedo: cada cual dibujará su miedo.	10'	 <p>Figura 15. Expresión Plástica infantil</p> <p>Fuente: elaboración propia</p>
Nos deshacemos de nuestros miedos: uno por uno irá saliendo para guardar su dibujo en la caja de los miedos. Entre todos, buscan soluciones para evitar esos miedos. Se guarda la caja, para que los miedos no salgan nunca de ahí.	10'	 <p>Figura 16. Guardamos en la caja</p> <p>Fuente: elaboración propia</p>
<u>Vuelta a la calma</u>	15'	
Asamblea: se realizará la puesta en común de los contenidos aprendidos de emociones y sensaciones.	5'	 <p>Figura 9. La asamblea en el aula de Educación Infantil</p>

		Fuente: página web Colegio Santa María del Camino
<p>Relajación: hoy se convertirán en globos. Practicarán la respiración. Tumbados, pondrán primero las manos en los pulmones. En la respiración que hagan, tienen que notar cómo se eleva esa zona. Después igual, pero con las manos en el abdomen.</p>	10'	 <p>Figura 10. Técnica de relajación Fuente: Página web Educación Infantil</p>
Observaciones y sensaciones	<p>En todas las actividades, el docente puede hacer una previa interpretación de lo que se pide que haga el alumnado posteriormente. En Nos deshacemos de nuestros miedos se puede pegar cada dibujo en papel continuo en el que haya dibujado barreras de una cárcel para que los miedos “se queden encerrados”. Si la relajación especificada no pudiera ejecutarse, basta con la ayuda de una pluma para acariciarlos. Además, se puede prescindir de la actividad que sea en caso de que se haya perdido la atención del grupo o por falta de tiempo.</p>	

SESIÓN 4. YA SÉ CÓMO DEBO SENTIRME EN CADA SITUACIÓN	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar la conciencia emocional. <ul style="list-style-type: none"> o Interpretar expresiones faciales. o Identificar las emociones a través del movimiento corporal. o Saber gestionarlas mediante el baile. - Potenciar la psicomotricidad gruesa. <ul style="list-style-type: none"> o Tener capacidad de coordinarse en el baile. o Desarrollar el dibujo. - Tomar conciencia de la relación mente-cuerpo mediante la relajación. <ul style="list-style-type: none"> o Ser capaz de debilitar su energía. - Participar activamente. <ul style="list-style-type: none"> o Mostrar interés en las tareas. o Ser capaz de expresar verbalmente acerca de las emociones.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollo de la comprensión oral de las situaciones. (procedimental). - Desarrollo de la psicomotricidad gruesa. (procedimental). - Fomento del interés y la curiosidad hacia las emociones. (actitudinal). - Respeto en las imitaciones de los compañeros. (actitudinal). - Participación activa en la puesta en común de la asamblea. (actitudinal).
Metodología	Estilo de enseñanza: asignación de tareas.

	Técnica de enseñanza: indagación. Estrategia de práctica: analítica secuencial.	
Instalaciones	Aula habitual.	
Materiales	Tarjetas con las diferentes emociones realizadas en la sesión 1, Birthday (véase Anexo 5, canción de alegría), All of Me (véase Anexo 6: canción de tristeza), Bad (véase Anexo 7: canción de ira), Toccata and Fugue in D minor (véase Anexo 8: canción de miedo), Weightless (véase Anexo 9: canción de calma y relajación), cartulina A2 y rotulador negro.	
Duración total	1 hora y 5 minutos.	
Actividades	Tiempo	Representación gráfica
<u>Animación</u>	10'	
Asamblea: se recuerdan las emociones vistas en la sesión anterior.	10'	 <p>Figura 9. La asamblea en el aula de Educación Infantil</p> <p>Fuente: página web Colegio Santa María del Camino</p>
<u>Principal</u>	30'	
¿Cómo me siento cuando...?: La docente presenta diversas situaciones de las cuales, el alumnado deberá levantar, de las caritas realizadas en la primera sesión, la cara con la emoción que crea conveniente. Se abre turno de palabra para explicaciones y puesta en común.	20'	 <p>Figura 7. Nuestras emociones</p> <p>Fuente: elaboración propia</p>
Emocionario: En una cartulina se colocará un cuadrante con el nombre de cada niño o niña en el que deberán poner cómo se sienten hoy. Lo pueden incluir en la asamblea de todos los días. Ahora explicarán ellos los motivos por los que están contentos, tristes... en función de su situación particular.	10'	 <p>Figura 17. Emocionario</p> <p>Fuente: elaboración propia</p>

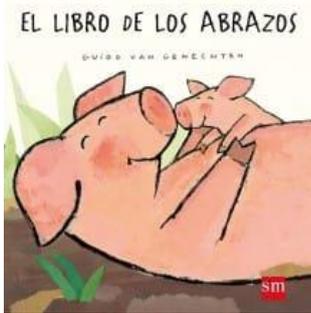
<u>Vuelta a la calma</u>	25'	
Asamblea: se realizará la puesta en común de los contenidos aprendidos de emociones y sensaciones.	5'	 <p>Figura 9. La asamblea en el aula de Educación Infantil</p> <p>Fuente: página web Colegio Santa María del Camino</p>
Imitar baile: diversas canciones harán que todos y todas puedan expresar corporalmente las emociones que les despierten. Empiezan todos a imitar el baile del docente y después, imitarán a otro compañero o compañera. Así con todos los que quieran ser imitados.	20'	 <p>Figura 8. Incorporar la danza a la escuela: ¡Un desafío posible!</p> <p>Fuente: Página web EligeEducar</p>
Observaciones y sensaciones	En todas las actividades, el docente puede hacer una previa interpretación de lo que se pide que haga el alumnado posteriormente. Además, se puede prescindir de la actividad que sea en caso de que se haya perdido la atención del grupo o por falta de tiempo.	

SESIÓN 5. ¿CÓMO SON MIS COMPAÑEROS Y MIS COMPAÑERAS?	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Relacionar el esquema corporal con las emociones. <ul style="list-style-type: none"> o Identificar expresiones características de las emociones. o Interpretar esas expresiones. - Gestionar las emociones. - Desarrollar competencias sociales. <ul style="list-style-type: none"> o Conocer las emociones del resto: desarrollo de empatía. o Prestar ayuda: compañerismo. o Mantener conversaciones con sus iguales. o Conocer cualidades positivas del resto. - Fomentar la autoestima. - Tomar conciencia de la relación mente-cuerpo mediante la relajación. <ul style="list-style-type: none"> o Ser capaz de debilitar su energía. - Participar activamente. <ul style="list-style-type: none"> o Mostrar interés en las tareas.

	<ul style="list-style-type: none"> ○ Ser capaz de expresar verbalmente acerca de las emociones. ○ Comprender el contenido de la lectura. 	
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollo de la psicomotricidad gruesa. (procedimental). - Desarrollo de las sensaciones mediante la música. (procedimental). - Fomento del interés y la curiosidad hacia las emociones. (actitudinal). - Participación activa en la puesta en común de la asamblea. (actitudinal). 	
Metodología	<p>Estilo de enseñanza: asignación de tareas.</p> <p>Técnica de enseñanza: indagación.</p> <p>Estrategia de práctica: analítica secuencial.</p>	
Instalaciones	Aula de Psicomotricidad.	
Materiales	Cuento <i>¿A qué sabe la luna?</i> (véase Anexo 3) y I'm Happy (véase Anexo 10).	
Duración total	1 hora y 25 minutos.	
Actividades	Tiempo	Representación gráfica
<u>Animación</u>	25'	
Asamblea: se recuerdan las emociones vistas en la sesión anterior.	10'	 <p>Figura 9. La asamblea en el aula de Educación Infantil</p> <p>Fuente: página web Colegio Santa María del Camino</p>
Lectura: <i>¿A qué sabe la luna?</i> (Grejniec, 1999) (véase Anexo 3). Seguida de la posterior reflexión grupal.	15'	 <p>Figura 18. Descubriendo ¿A qué sabe la luna?</p> <p>Fuente: Página web Atención Temprana y Estimulación</p>
<u>Principal</u>	40'	
¿Cómo somos?: se realiza un círculo y se sientan todos los integrantes. Uno por uno irá saliendo al centro y el resto de compañeros, de forma ordenada, irá diciendo adjetivos positivos acerca de esa persona.	20'	 <p>Figura 19. Círculos infantiles. Preocupación de las madres cubanas</p>

		Fuente: Página web Aulas Abiertas
<p>Carrera positiva: divididos en los grupos de clase, tendrán que situarse en un lado del aula. Solo uno por equipo hará la carrera, a gatas y solo podrá avanzar con palabras positivas que el resto de su grupo le transmita. Se repetirá hasta que hagan esa carrera todos los integrantes.</p>	20'	 <p>Figura 20. El deporte más adecuado con la edad del niño</p> <p>Fuente: Página web de guiainfantil.com</p>
<u>Vuelta a la calma</u>	20'	
<p>Asamblea: se realizará la puesta en común de los contenidos aprendidos de emociones y sensaciones.</p>	10'	 <p>Figura 9. La asamblea en el aula de Educación Infantil</p> <p>Fuente: página web Colegio Santa María del Camino</p>
<p>Relajación: se convierten en mariposas y se moverán al ritmo de la música que será alegre debido a todos los adjetivos gratos que han recibido hoy. Se tumbarán y practicarán la respiración profunda. (Mantra en materiales).</p>	10'	 <p>Figura 10. Técnica de relajación</p> <p>Fuente: Página web Educación Infantil</p>
<p>Observaciones y sensaciones</p>	<p>En todas las actividades, el docente puede hacer una previa interpretación de lo que se pide que haga el alumnado posteriormente. En Carrera positiva, si les cuesta mucho realizar la actividad, pueden hacerlo con toda la clase junta para una intervención más guiada de la docente. También se puede hacer de pie. Además, se puede prescindir de la actividad que sea en caso de que se haya perdido la atención del grupo o por falta de tiempo.</p>	

SESIÓN 6. ¿CUÁNTO ME QUIEREN EN CLASE!		
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Exponer habilidades socio-afectivas con el resto de compañeros. <ul style="list-style-type: none"> o Dar muestras de cariño o afecto al resto (abrazo, beso...). - Desarrollar competencias sociales. <ul style="list-style-type: none"> o Conocer las emociones del resto: desarrollo de empatía. o Prestar ayuda: compañerismo. o Mantener conversaciones con sus iguales. o Conocer cualidades positivas del resto. - Tomar conciencia de la relación mente-cuerpo mediante la relajación. <ul style="list-style-type: none"> o Ser capaz de debilitar su energía. - Participar activamente. <ul style="list-style-type: none"> o Mostrar interés en las tareas. o Ser capaz de expresar verbalmente acerca de las emociones. o Comprender el contenido de la lectura. 	
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> - Fomento de las habilidades sociales. (procedimental). - Desarrollo psicomotricidad gruesa. (procedimental). - Fomento del interés y la curiosidad hacia las emociones. (actitudinal). - Participación activa en la puesta en común de la asamblea. (actitudinal). 	
Metodología	Estilo de enseñanza: asignación de tareas. Técnica de enseñanza: indagación. Estrategia de práctica: analítica secuencial.	
Instalaciones	Aula de Psicomotricidad.	
Materiales	Cuento <i>El libro de los abrazos</i> (véase Anexo 4), caja con tarjetas de diferentes abrazos, pelota de goma y Weightless (véase Anexo 9: canción de relajación).	
Duración total	1 hora y 10 minutos.	
Actividades	Tiempo	Representación gráfica
<u>Animación</u>	20'	
Asamblea: se recuerdan las emociones vistas en la sesión anterior.	10'	 <p>Figura 9. La asamblea en el aula de Educación Infantil</p> <p>Fuente: página web Colegio Santa María del Camino</p>

<p>Lectura: <i>El libro de los abrazos</i>. (Genechten, 2005). (Véase Anexo 4). Seguida de la reflexión en grupo.</p>	<p>10'</p>	 <p>Figura 21. El Libro de los Abrazos, de Guido van Genechten Fuente: Página web de Pekeleke</p>
<p><u>Principal</u> 30'</p>		
<p>Abracito, abracito: en la caja se encuentra llena de tarjetas con diferentes tipos de abrazos. La docente los menciona y, por turnos, los interpretarán con sus compañeros y compañeras.</p>	<p>15'</p>	 <p>Figura 22. Tarjetas de abrazos Fuente: elaboración propia</p>
<p>No toques: cada pareja situará una pelota de goma entre sus cabezas. Deberán llevarla a la meta sin tocarla con las manos. Después pueden realizarlo con otras partes del cuerpo.</p>	<p>15'</p>	 <p>Figura 23. Siameses del Balón Fuente: Página web Educación Infantil</p>
<p><u>Vuelta a la calma</u> 20'</p>		
<p>Asamblea: se realizará la puesta en común de los contenidos aprendidos de emociones y sensaciones.</p>	<p>10'</p>	 <p>Figura 9. La asamblea en el aula de Educación Infantil</p>

		Fuente: página web Colegio Santa María del Camino
Relajación: por parejas, uno de ellos pasará rondando una pelota suavemente por el cuerpo del otro que estará tumbado en el suelo. Se intercambian.	10'	 <p>Figura 24. Relajación Fuente: Twitter de CEIP “Montes Obarenes”</p>
Observaciones y sensaciones	En todas las actividades, el docente puede hacer una previa interpretación de lo que se pide que haga el alumnado posteriormente. En No toques se puede empezar llevando ambos la pelota con las manos, sin dejar que caiga al suelo. Además, se puede prescindir de la actividad que sea en caso de que se haya perdido la atención del grupo o por falta de tiempo.	

SESIÓN 7. ABRAZO-TERAPIA	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Exponer habilidades socio-afectivas con el resto de compañeros. <ul style="list-style-type: none"> o Dar muestras de cariño o afecto al resto (abrazo, beso...). - Desarrollar competencias sociales. <ul style="list-style-type: none"> o Conocer las emociones del resto: desarrollo de empatía. o Prestar ayuda: compañerismo. o Mantener conversaciones con sus iguales. o Conocer cualidades positivas del resto. - Potenciar la psicomotricidad gruesa. <ul style="list-style-type: none"> o Tener capacidad de coordinarse en el juego con los demás. - Tomar conciencia de la relación mente-cuerpo mediante la relajación. <ul style="list-style-type: none"> o Ser capaz de debilitar su energía. - Participar activamente. <ul style="list-style-type: none"> o Mostrar interés en las tareas. o Ser capaz de expresar verbalmente acerca de las emociones. o Comprender el contenido de la lectura.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> - Fomento de las habilidades sociales. (procedimental).

	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollo de la psicomotricidad gruesa. (procedimental). - Fomento del interés y la curiosidad hacia las emociones. (actitudinal). - Participación activa en la puesta en común de la asamblea. (actitudinal). 	
Metodología	<p>Estilo de enseñanza: asignación de tareas.</p> <p>Técnica de enseñanza: indagación.</p> <p>Estrategia de práctica: analítica secuencial.</p>	
Instalaciones	Aula de Psicomotricidad o patio de Educación Infantil.	
Materiales	Cinta para taparse los ojos, y Weightless (véase Anexo 9: canción de relajación).	
Duración total	1 hora y 10 minutos.	
Actividades	Tiempo	Representación gráfica
<u>Animación</u>	10'	
<p>Asamblea: se recuerdan las emociones vistas en la sesión anterior.</p>	10'	 <p>Figura 9. La asamblea en el aula de Educación Infantil</p> <p>Fuente: página web Colegio Santa María del Camino</p>
<u>Principal</u>	40'	
<p>Abrazo misterioso: todos y todas en círculo. Uno en el centro con los ojos tapados. Al azar, se elige a un compañero que deberá darle al que tiene los ojos tapados, un abrazo o gesto cariñoso, como un beso, y después decir “¡He sido yo! ¿Quién soy?”. El compañero o compañera de los ojos tapados deberá adivinarlo. Se le puede prestar ayuda por parte del resto.</p>	20'	 <p>Figura 25. Abrazo de la clase</p> <p>Fuente: elaboración propia</p>
<p>La cadena: Una pareja elegida al azar, deberá pillar al resto de compañeros que irán corriendo por todo el patio. Todos aquellos que consigan pillar deben unirse a la cadena y trabajar en equipo para atrapar al resto.</p>	20'	 <p>Figura 26. La Cadena</p>

		Fuente: Página web de Kids&Clouds
<u>Vuelta a la calma</u>	20'	
<p>Asamblea: se realizará la puesta en común de los contenidos aprendidos de emociones y sensaciones.</p> <p>(Tristes cuando le han pillado, alegres cuando corría...).</p>	10'	 <p>Figura 9. La asamblea en el aula de Educación Infantil</p> <p>Fuente: página web Colegio Santa María del Camino</p>
<p>Relajación: carrera de caracoles.</p> <p>Gana el último que llegue.</p>	10'	 <p>Figura 20. El deporte más adecuado con la edad del niño</p> <p>Fuente: Página web de guiainfantil.com</p>
Observaciones y sensaciones	En todas las actividades, el docente puede hacer una previa interpretación de lo que se pide que haga el alumnado posteriormente. En Abrazo misterioso se puede hacer sin los ojos tapados, pues con 3 años aún les da vergüenza este tipo de actividades. Además, se puede prescindir de la actividad que sea en caso de que se haya perdido la atención del grupo o por falta de tiempo.	

SESIÓN 8. DEMOSTRAMOS LO QUE HEMOS APRENDIDO	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Tomar conciencia de la relación mente-cuerpo mediante la relajación. <ul style="list-style-type: none"> o Ser capaz de debilitar su energía. - Participar activamente. <ul style="list-style-type: none"> o Mostrar interés en las tareas. - Entender las habilidades sociales para elegir las actividades. <ul style="list-style-type: none"> o Desarrollar la empatía. o Colaborar para llegar a un acuerdo.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollo de la psicomotricidad gruesa. (procedimental). - Valoración de las opiniones del resto de compañeros para elegir las actividades. (actitudinal). - Fomento del interés y la curiosidad hacia las emociones. (actitudinal).

	- Participación activa en la puesta en común de la asamblea. (actitudinal).	
Metodología	Estilo de enseñanza: asignación de tareas. Técnica de enseñanza: indagación. Estrategia de práctica: analítica secuencial.	
Instalaciones	Patio de Educación Infantil.	
Materiales	Ceras de colores, papel continuo blanco, tijeras, Weightless (véase Anexo 9: canción de relajación) y materiales necesarios para las actividades elegidas.	
Duración total	1 hora y 25 minutos.	
Actividades	Tiempo	Representación gráfica
<u>Animación</u>	10'	
Asamblea: se recuerdan las emociones vistas en todas las sesiones, a modo de cierre.	10'	 <p>Figura 9. La asamblea en el aula de Educación Infantil</p> <p>Fuente: página web Colegio Santa María del Camino</p>
<u>Principal</u>	55'	
Baile emocionante: esta actividad ya la han practicado antes. Se pondrán diversas canciones que despertarán emociones, las cuales interpretarán y podrán verbalizar con alguna situación.	15'	 <p>Figura 8. Incorporar la danza a la escuela: ¡Un desafío posible!</p> <p>Fuente: Página web EligeEducar</p>
Mural emocionante: con las mismas canciones, se dispondrá papel continuo en el suelo y ceras. Ahora desarrollarán la psicomotricidad fina a través de las emociones que les despierten las canciones.	20'	 <p>Figura 27. Mural emocionante</p> <p>Fuente: elaboración propia</p>

<p>Actividad que más les haya gustado. La deciden todos juntos en la asamblea.</p>	<p>20'</p>	 <p>Figura 9. La asamblea en el aula de Educación Infantil</p> <p>Fuente: página web Colegio Santa María del Camino</p>
<p><u>Vuelta a la calma</u></p>	<p>20'</p>	
<p>Asamblea: se realizará la puesta en común de los contenidos aprendidos de emociones y sensaciones. Esta vez se hará con todos tumbados en el suelo. Mientras practican la respiración profunda.</p>	<p>10'</p>	 <p>Figura 9. La asamblea en el aula de Educación Infantil</p> <p>Fuente: página web Colegio Santa María del Camino</p>
<p>Relajación: por ser la sesión de cierre, podrán elegir ellos el ejercicio que más les haya gustado.</p>	<p>10'</p>	 <p>Figura 10. Técnica de relajación</p> <p>Fuente: Página web Educación Infantil</p>
<p>Observaciones y sensaciones</p>	<p>En todas las actividades, el docente puede hacer una previa interpretación de lo que se pide que haga el alumnado posteriormente. La actividad Mural emocionante se puede realizar sin música. Además, se puede prescindir de la actividad que sea en caso de que se haya perdido la atención del grupo o por falta de tiempo.</p>	

CAPÍTULO IV. EVALUACIÓN DE LA INTERVENCIÓN Y CONCLUSIONES

4.1. Evaluación de la intervención

4.1.1. Evaluación del alumnado

La evaluación del alumnado acerca de la temática de esta propuesta quedará recogida en diversos momentos: antes, durante y después de la intervención con las diferentes sesiones.

En primer lugar, la evaluación inicial se realizará de diversas formas. La primera será mediante la recogida de datos de cada alumno o alumna con el cuestionario individual que debe rellenar el docente en función de las observaciones que considere de relevancia. Para completar dicho cuestionario es necesario conocer al alumnado y conocer las formas de actuación o conductas que posea, de ahí que la propuesta se disponga en los últimos meses del curso de 3 años.

Este cuestionario se debe completar en dos momentos: la primera columna de nivel inicial que quedará rellena en los días previos a la primera sesión de la intervención y la segunda columna de nivel final se rellenará una vez finalizada la última sesión. Las casillas de esas dos columnas recogerán valoraciones numéricas de cada alumno, siendo el 0 la ausencia del ítem en cuestión, el 5 el término medio y el 10 el alcance total de dicho ítem. La finalidad de esta tabla es conocer el progreso que han alcanzado cada uno en función de sus características personales. Cada uno o una, a través de la ejecución de las diferentes actividades distribuidas en las diferentes sesiones, deberá acrecentar el valor numérico marcado.

Tabla 1. Cuestionario individual comportamental: evaluación inicial y final

Fuente: elaboración propia.

ÍTEMS		Nivel inicial	Nivel final
Alumno/a:			
13. Reconoce sus propias emociones.			
14. Sabe expresar verbal, facial o corporalmente cada emoción adecuadamente.			
15. Controla la impulsividad.			
16. Controla el enfado o frustración.			
17. Muestra habilidad resolutiva ante posibles problemas.			
18. Reconoce las emociones de los demás.			
19. Presta ayuda al compañero/a que muestre dificultades.			
20. Mantiene buena relación con sus iguales.			
21. Mantiene buena relación con el docente.			
22. Refleja el comportamiento adecuado en clase.			
23. Muestra actitud positiva ante el aprendizaje.			
24. Muestra interés por participar en las actividades.			
Observaciones:			

A continuación, también individualmente, se les harán preguntas acerca de conocimientos previos sobre la temática de la propuesta. Son destinadas al alumnado de 3 años de Educación Infantil y tan solo se les preguntará acerca de las emociones básicas. Se contestarán mediante la expresión verbal, facial o corporal, según requiera cada una de ellas.

1. ¿Alguna vez has escuchado hablar de lo que es una emoción?
2. ¿Sabes el nombre de alguna?
3. ¿Sabes poner cara de estar feliz?
4. ¿En qué momentos puedes estar feliz?
5. ¿Sabes poner cara de estar triste?
6. ¿En qué momentos puedes estar triste?
7. ¿Sabes poner cara de estar asustado?
8. ¿En qué momentos puedes sentir miedo?

9. ¿Sabes poner cara de estar enfadado?
10. ¿En qué momentos te puedes enfadas?

En segundo lugar, la realización de la evaluación continua se llevaría a cabo en la parte de vuelta a la calma, todos y todas en el momento de la asamblea. El docente abrirá el turno de palabras, mientras hace preguntas para que el alumnado vaya interviniendo. Será fundamental que dialoguen y discutan sobre todos los conocimientos adquiridos. Además, la observación directa por parte del docente en el transcurso de las actividades será relevante también.

Y para concluir, la evaluación final se realizará de dos formas. Por un lado, en la última sesión, en la asamblea se establecerá el turno de palabra para que expresen conocimientos acerca de lo aprendido a lo largo de las sesiones. Esta primera evaluación final será de forma grupal. Y por otro lado, se realiza de forma individual, completando la segunda columna del cuestionario de la evaluación inicial (véase Tabla 1), para así comparar y tomar conciencia de los progresos obtenidos.

4.1.2. Evaluación de la propia actuación docente

La evaluación del docente se puede llevar a cabo de diversas maneras, pues mientras más tipos de evaluaciones se realicen desde distintos puntos de vista, mejor se podrían ejecutar intervenciones posteriores.

La primera podría ser a partir de grabaciones de ciertas actividades o sesiones para una posterior autoevaluación en cuanto a aspectos referentes a la metodología indicada a seguir y la que posteriormente se ha realizado, la forma de desenvolverse en el aula, corregir pautas o indicaciones, etc.

En segundo lugar, y si fuera posible, la evaluación realizada por otro docente mediante observación y toma de notas de aspectos a destacar, mejorar, cambiar, etc. Sería interesante que se incluyeran en la evaluación de la actuación docente. En este caso, si el docente que procede a la ejecución de dicha evaluación está formado, conoce la temática o trabaja con las emociones en su aula (a ser posible que sean de edad similar a la clase en la que se está impartiendo), sería mejor candidato para dicha evaluación.

Y en tercer lugar, los alumnos y alumnas también pueden aportar al docente su apreciación acerca de cómo ha sido el trato en clase durante estas sesiones. Esta

evaluación irá guiada mediante una serie de preguntas que se realizará en la última sesión de forma conjunta en la asamblea. La intervención se aplica al grupo completo de alumnos y alumnas y las distintas aportaciones que puedan hacer sobre la forma de proceder con ellos. Son de mucha ayuda para el propio tutor o tutora para conocer los aspectos en los que modificar o corregir para una mejor actuación como docente.

1. ¿Os gusta venir al colegio?
2. ¿Qué es lo que más os gusta de vuestro tutor o tutora?
3. ¿Qué cosas buenas tiene el tutor o tutora?
4. ¿Qué cambiaríais de este o esta? ¿Por qué?
5. ¿Es divertido o divertida? ¿Os lo pasáis bien en clase con él o ella?
6. ¿Se enfada mucho?
7. ¿Os enseña muchas cosas?
8. ¿Os gustan las cosas que os enseña?
9. ¿Explica bien?
10. ¿Os ayuda cuando no entendéis algo?

4.1.3. Evaluación de la propuesta didáctica

El conjunto de sesiones quedará evaluado por dos vías diferentes, para una mayor aportación de posibles mejoras o modificaciones.

En primer lugar, el alumnado debe de hacer llegar al docente cómo de útil les ha sido esa intervención a través de una serie de preguntas. Estas se les plantearán a los niños y niñas a lo largo de todas las sesiones, en las asambleas, e irán contestando con sus propias apreciaciones. Esta evaluación se hará de forma grupal.

1. ¿Qué es lo que más os ha gustado de la sesión de hoy?
2. ¿Cómo os habéis sentido?
3. ¿Habéis disfrutado?
4. ¿Qué parte o juego repetiríais otra vez?
5. ¿Con qué niños y niñas habéis jugado más hoy?
6. ¿Qué es lo que habéis aprendido en la actividad?
7. ¿Os ha resultado difícil o fácil?
8. ¿Os habéis aburrido?

En segundo lugar, el docente implementador de la propuesta también puede pedir ayuda a otro compañero o compañera para que valore la intervención como profesional de Educación Infantil. Si esta persona está formada en la temática de Educación Emocional, o trabaja en su clase con estos contenidos, pues más correcta resultará ser la evaluación.

Y para terminar, el docente mismo también puede llevar a cabo la evaluación de su propia propuesta didáctica. Podrá hacerlo una vez se haya puesto en marcha el trascurso de la intervención con su grupo, pues en función de las características del grupo-clase necesitará hacer las correspondientes adaptaciones en función a estas características, tal vez eliminando actividades, añadiendo o modificando, entre otras múltiples opciones.

4.2. Conclusiones

El proceso de formación de la personalidad y el carácter de la persona conlleva muchos años, por lo que cuanto antes se empiece a trabajar en las emociones, antes se logrará la concepción de dicho carácter. De hecho, el conocimiento de las normas de clase y valores sociales, como el respeto por los demás, ayudarían a la consecución del ambiente deseado para desarrollar esas transmisiones y relaciones emocionales que determinan la personalidad del niño y de la niña.

En la propuesta, no es suficiente con obtener buenos resultados a la hora de las diferentes evaluaciones del alumnado con el que se ha puesto en práctica, sino que, gracias a la constancia y el tiempo dedicado a esta Educación Emocional, los niños y niñas, que son el futuro, sean capaces de tomar decisiones más sensatas, más correctas y más acordes a las situaciones reales que vivirán. Que sepan interrelacionarse con todo tipo de personas.

La edad de 3 años no se caracteriza, precisamente, por la correcta comunicación verbal. De ahí la puesta en práctica en el ámbito psicomotor, considerado el escenario más idóneo en estas edades para la adquisición de nuevos aprendizajes y, más concretamente en esta intervención, para la gestión de las propias emociones y para el desarrollo de las diversas habilidades sociales.

Mantener el interés de principio a fin de esta propuesta es el objetivo constante para que tenga éxito. De ahí la flexibilidad de modificación, supresión, adaptación de actividades,

cambio de orden o aquella medida que estime oportuna el docente que ponga en práctica esta intervención.

Con la presente intervención escolar se pretende iniciar y motivar al alumnado infantil a la educación de las emociones más sencillas. Para ello, es muy importante que los niños y niñas vayan alcanzando, sesión tras sesión y actividad tras actividad, los objetivos establecidos satisfactoriamente. De no ser así, se deben ir atendiendo a las características del grupo completo o cualidades específicas del niño o niña en concreto. En esos casos, se podría llevar a cabo modificaciones de actividades que ya sepan ejecutar con claridad y, por tanto, conduzca al aburrimiento general, suprimir o añadir otras en función de la dificultad, entre múltiples opciones de adaptaciones a las necesidades e intereses de esta clase de 3 años. Por lo que los métodos de observación directa en el aula y las asambleas servirán al docente para determinar los intereses de los alumnos y alumnas y comenzar cuanto antes a redirigir, si fuera necesario, la intervención. Así como llevar a cabo las modificaciones oportunas.

Con el desarrollo de las sesiones y sus correspondientes actividades se ha pretendido alcanzar los objetivos del presente trabajo. Construir la propia imagen mediante el autoconocimiento del esquema mental y corporal, conocer la expresión de las emociones mediante el movimiento corporal y establecer la gestión y control de las propias emociones son los tres primeros objetivos de dicho trabajo. Estos constan de forma específica en el desarrollo de las cuatro primeras sesiones, enfocando la atención al propio niño, a la búsqueda interior de sus emociones y la capacidad de extraerlas y mostrarlas en público. Las tres siguientes sesiones, de la cinco a la siete, se trabajan esos tres objetivos también, pero a partir del cuarto objetivo recogido: fomentar la calidad de la interacción social con el resto de compañeros y compañeras. Son sesiones que exigen la presencia del resto, se requiere del otro para el desarrollo de las habilidades sociales a desarrollar para la realización de las actividades. La última y octava sesión abordaría todos los objetivos, pues al ser la última, cierra la intervención con la elección de las actividades favoritas de los niños y niñas.

El trasfondo de esta propuesta de intervención no es más que hacer ver la importancia que tiene la Educación Emocional en la primera infancia, para el fomento de un aprendizaje global en los niños y niñas.

CAPÍTULO V. PROPUESTAS DE MEJORA

Es difícil llevar a cabo las sesiones tal cual se plantean desde primera hora, pues estas son susceptibles a cambios según las necesidades o intereses del alumnado. Cada sesión cuenta con un apartado de observaciones que incluye algunas de las modificaciones que se pueden realizar dentro de esta sesión como alternativa al primer orden de actividades planteado. Además, la pandemia del COVID-19 ha supuesto la cancelación de la puesta en práctica de la presente intervención que, seguro, ayudaría a concretar en muchos términos la adecuación y perfección de dicha puesta en práctica.

Entre las medidas para lograr el perfeccionamiento de las sesiones, en primer lugar se podría considerar el espaciado entre ellas. El número de días intermedios debe ser cuanto más reducido mejor para que no pierdan el hilo de los contenidos. Pero no sería posible debido a la cantidad de materias que deben continuar con su curso, por tanto, es ese el motivo, entre otros, de hacer dos asambleas, o puesta en común de los contenidos, en todas o casi todas las sesiones.

El momento de la realización de las diferentes sesiones, los martes de 12:30 h a 14:00 h no es el más adecuado, pues los niños y las niñas vienen del recreo, normalmente, alterados y muy nerviosos. El tiempo que queda es de una hora y media, tiempo estimado para cada sesión y que resulta demasiado justo si, además, se le tiene que sumar el tiempo de una pequeña relajación para tranquilizarlos a la vuelta del recreo. Además, vendrán cansados y se aumentaría la dificultad de prestar atención.

Otro aspecto que haría mejorar dicha propuesta sería la participación y colaboración del alumnado en la ejecución de las actividades. Por ejemplo, en la primera sesión fabrican ellos mismos sus tarjetas de las diversas emociones. Estas, en actividades de posteriores sesiones, volverán a ser útiles. Esta misma metodología se podría haber utilizado también en la fabricación de las tarjetas de los diferentes abrazos.

La realización de algún teatro con marionetas acerca de este contenido, para que después el propio alumnado pudiera realizar su propio teatro como actividad en la que cada marioneta representara una emoción y según la que les toque, actúen en función de tal emoción. Nueva actividad que mejoraría y enriquecería la intervención si, además, son ellos los que las realizarían. Una sugerencia para que participen y se involucren las familias sería que cada uno en casa inventara una marioneta que defina una emoción vista y trabajada en clase junto con sus padres.

Para el fomento de la participación de los niños y las niñas, incluir actividades como diseñar cuentos con las diferentes situaciones que hacen llegar a los demás, o añadirla en la sesión en la que se trabajan los miedos. Sería ideal hacer un cuento breve con cada uno de los miedos que tienen.

Por otro lado, el número de sesiones se podría extender en caso de que hiciera falta ahondar en contenidos que no queden claros y, por tanto, impidan el avance de los siguientes aprendizajes. También se podrían añadir sesiones para trabajar el enfado o la ira, primera emoción que deberían empezar a controlar a sus cortas edades, dado que aún no entienden muchas cosas.

Este tipo de propuestas se van a dar muchas veces a los docentes que trabajen por proyectos según los intereses de los niños o que no se dejen guiar por simples libros didácticos y quieran ser ellos mismos los que hagan uso de otras herramientas. Si no se sirven de una guía establecida, se debe hacer desde el propio conocimiento y formación. De ahí la primera parte de este trabajo consistente en encontrar la relación entre dos temáticas dentro de Educación Infantil: las emociones y la Expresión Corporal. Y en segundo lugar, da la oportunidad este tipo de propuestas, acceder a los intereses de los niños y niñas, así como sus características para moldear la propuesta a la máxima perfección posible a la clase con la que se vaya a impartir.

Trabajos así inspiran a futuros docentes a ser ellos mismos los que hagan profundización en nuevos temas y se vayan actualizando en nuevos contenidos que se van descubriendo con el día a día. Que sean estos los que se adapten al alumnado, pero a partir de sus propias habilidades. El profesorado no siempre dispone del tiempo necesario. Esta falta conduce al seguimiento del método tradicional, mediante material didáctico ya diseñado.

Para terminar, y con respecto a la autoevaluación, el presente trabajo es fruto de horas de dedicación y esfuerzo. Ha sido necesaria la constante implicación: en la búsqueda de información suficiente para plasmar tan solo la que serviría de orientación y guía en la temática seleccionada previamente, en la plasmación de los objetivos que se pretendían alcanzar con dicha intervención, así como todo el proceso de diseño de actividades. Esta última parte se ha contado con la ayuda de la tutora profesional del aula de 3 años, María Carmen, la cual se ha prestado plenamente a la facilitación de datos necesarios para la ejecución de dicho Trabajo de Fin de Grado. Por otra parte, queda constancia de la implicación de la autora que resulta adecuada a los resultados que se han podido obtener a pesar de las dificultades de la situación que se vivencia actualmente y de las supuestas mejoras que se podrían llevar a cabo.

CAPÍTULO VI. VALORACIÓN DE LOS CONOCIMIENTOS ADQUIRIDOS

Durante la ejecución del presente Trabajo Fin de Grado se ha trabajado en una profundización un poco más extensa de conocimientos acerca de los orígenes de la Educación Emocional, se ha visualizado la estrecha relación que guarda con contenidos de la Psicomotricidad y cómo los autores exponían información, contenidos e intervenciones acerca de ambos términos dentro de la etapa a la que queda destinada esta propuesta, Educación Infantil.

El diseño de dicho trabajo ha hecho posible una mejor planificación a la hora de tener que exponer una serie de actividades delante de un público que, en función de muchos factores, presten o no más atención a la tarea del docente y cómo, según esta atención, el docente debe orientar los contenidos a esa realidad. A pesar de no haber podido llevar esta planificación al tiempo real de clase, si se ha podido hacer una estipulación lo más real que se ha considerado. Así, pues también se ha llevado el orden muy necesario a la hora de establecer las actividades. La planificación del tiempo y del orden se ha dado también en aspectos formales, es decir, con la ejecución del presente escrito. El hecho de ser organizado y de tener las ideas lo más claras posible ha sido una constante en este proceso de creación.

Dada la situación extraordinaria vivida acerca de la expansión de la pandemia del COVID-19, los conocimientos adquiridos han alcanzado un carácter diferente y, a su vez, se han visto reducidos. No se han llevado a cabo las sesiones con el alumnado, pero ha bastado con un mes de observación en el aula para determinar las necesidades de esos niños y niñas, así como de sus capacidades, limitaciones, motivaciones e intereses. Por ejemplo, el hecho de repetir en todas las sesiones contenidos de las anteriores sesiones. Tienen 3 y 4 años y a estas edades se trabaja mucho con la repetición.

La elaboración de esta propuesta exigía más allá de simples conocimientos previos extraídos de las diversas asignaturas trabajadas en el grado. Han sido necesarias muchas horas sentadas frente a libros y pantallas leyendo y aumentando información acerca de la temática que han dado como fruto estas líneas. La capacidad de enfocar la atención a los puntos verdaderamente importantes para desarrollar y abordarlos desde la propia comprensión, así como llegar a diseñar actividades para una posible puesta en práctica son aspectos importantes a destacar. También ha sido relevante apartar conocimientos confusos, por falta de interés dentro de la temática o simplemente por falta de fuente fiable y reconocida.

Es posible la consecución de diversos valores exteriores a los contenidos lineales de esta propuesta, pero que son complementarios, como son la cooperación. Al desarrollar actividades en la que todos y todas trabajan juntos, es inevitable que se ayuden unos a otros. La persecución del cumplimiento de normas de clase o respeto hacia los demás son otros principios que se verán recogidos tras la finalización de la intervención.

Y también cabe destacar la coeducación como temática transversal que se trabaja intrínsecamente a lo largo de la propuesta. Los hombres, o los niños en este caso, muestran menos sus sentimientos y emociones. Esto no se debe a características biológicas ni genéticas, sino a aquellas determinadas por la sociedad. Esta siempre ha venido estableciendo la figura del hombre como una figura fuerte, indestructible, incapaz de romperse. En el caso de no ser así son castigados por hombres y mujeres que hacen que “corrijan” estas actitudes adquiriendo el carácter indestructible que quiere que se les establezca a todos. Por otro lado, se encuentra la figura de la mujer, figura que viene determinada con adjetivos como débil o vulnerable, que demuestra debilidad y puede mostrar sus sentimientos y emociones sin ser ofendidas ni castigadas. En este caso concreto, los varones tienen 3 años y aún no se les ha castigado por mostrar sus emociones. La tristeza y el miedo, quizás, sean las emociones que menos deben mostrar los hombres según indica la sociedad y en esta intervención se quiere hacer ver, que si exteriorizándola, la persona se va a sentir mejor y se va a sentir aliviado, debe hacerlo.

A pesar de todas las dificultades encontradas, se han obtenido unos conocimientos que quizás no eran los esperados en su totalidad, pero que sí han aportado mucho aprendizaje ante una situación extraordinaria.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abad, J. y Ruiz, A. (2003). Análisis de la representación gráfica del juego simbólico proyectado. En Juan Antonio Ojeda (Comp.), *II Congreso Estatal de Psicomotricidad: "Movimiento, Emoción y Pensamiento"*, (pp. 139-146). Madrid: Centro Superior de Estudios Universitarios La Salle.
- Álvarez, V. (2017). *La asamblea en el aula de Educación Infantil* [Fotografía]. Recuperada de <https://www.colegiosantamariadelcamino.es/la-asamblea-en-el-aula-de-educacion-infantil/>
- Álvarez Cervera, L. (2018). *La Cadena* [Fotografía]. Recuperada de <https://www.kidsnclouds.es/educacion-fisica-ninos-pequenos/>
- Álvarez González, M., Bisquerra, R., Cuadrado, M., Pascual, V. y GROU (2006). *Diseño y evaluación de programas de educación emocional*. Madrid: Praxis.
- Aucouturier, B. (2004). *Los fantasmas de acción y la práctica psicomotriz*. Barcelona: Graó.
- Bandura, A. y Walters, R. (1977). *Aprendizaje Social y Desarrollo de la Personalidad*. Madrid: Alianza Editorial.
- Barrio, M. (2002). *Emociones infantiles: evolución, evaluación y prevención*. Madrid: Pirámide.
- Bellido, N., Huertas, M., Martínez, L., Pacheco, C. y Solís, J. (2003). Intervención Psicomotriz con menores protegidos. En Juan Antonio Ojeda (Comp.), *II Congreso Estatal de Psicomotricidad: "Movimiento, Emoción y Pensamiento"* (pp. 147-154). Madrid: Centro Superior de Estudios Universitarios La Salle.
- Biblioteca de la Universidad de Sevilla (2019). *Guías de la BUS: Bibliografía y citas: APA 6ª*. Recuperado el 17 de abril de 2020, de https://guiasbus.us.es/ld.php?content_id=32735079
- Blázquez, M. (2019). *El Gato Guille y los monstruos* [Fotografía]. Recuperada de <https://ninesinfantil2014.blogspot.com/2019/10/el-gato-guille-y-los-monstruos.html>
- Bolaños, G. (1986). *Educación por medio del movimiento y expresión corporal*. San José, Costa Rica: EUED Editorial Universidad Estatal a Distancia.
- Bru, E. y Sarri E. (2019). El cuerpo, el movimiento, presentes en la escuela. *Aula de infantil* (98), 17- 19.

- Caraballo, A. (2017). *El deporte más adecuado con la edad del niño* [Fotografía]. Recuperada de <https://www.guiainfantil.com/servicios/Deportes/eleccion.htm>
- CEIP Isbilya (2017). *Bienvenido a nuestro centro*. [Fotografía]. Recuperada de <https://ceipisbilya.es/index.html>
- CEIP Montes Obarenes (2019). *Relajación* [Fotografía]. Recuperada de <https://twitter.com/ceipobarenes/status/1111294432924573696>
- Comenius, J. (1967). *The Great Didactic of John Amos Comenius*, editado y traducido por M. W. Keating. Nueva York: Russell & Russell.
- DeGuimps, R. (1962). *Pestalozzi: His Life and Work*. Nueva York: Appleton.
- Educación Infantil (2014). *Siameses del Balón* [Fotografía]. Recuperada de <http://juegoinfantil23.blogspot.com/2014/04/juegos-cooperativos.html>
- Educación Infantil (2016). *Técnicas de relajación* [Fotografía]. Recuperada de <https://educacionlibreencasa.wordpress.com/2016/11/10/tecnicas-de-relajacion-2/>
- Fernández, M. y De Lucas, I. (2003). Psicomotricidad en la Escuela Infantil. Comunicación, Creación y Pensamiento. En Juan Antonio Ojeda (Comp.), *II Congreso Estatal de Psicomotricidad: "Movimiento, Emoción y Pensamiento"* (pp. 155-162). Madrid: Centro Superior de Estudios Universitarios La Salle.
- Fernández, M. y Ramírez, R. (2003). Acompañando a Pinocho y jugando con sus Fantasmas. En Juan Antonio Ojeda (Comp.), *II Congreso Estatal de Psicomotricidad: "Movimiento, Emoción y Pensamiento"* (pp. 103-112). Madrid: Centro Superior de Estudios Universitarios La Salle.
- Flores K. (2018). *Círculos infantiles. Preocupación de madres cubanas* [Fotografía]. Recuperada de <https://aulasabiertas.net/archivos/4659>
- Froebel, F. (1887). *The Education of Man*, traducido por M. W. Hailman. Nueva York: Appleton.
- Gallahue, D. (1982). *Understanding Motor Development in Children*. Nueva York: John Wiley & Sons.

- Garabaya, C. (2018). *Juegos con el bebé frente al espejo* [Fotografía]. Recuperada de <https://www.guiainfantil.com/articulos/bebes/estimulacion/beneficios-de-jugar-con-el-bebe-frente-al-espejo/>
- Genechten, G. (2010). *El libro de los abrazos*. Madrid: SM.
- Goleman, G. (1996). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.
- González, S., Rodríguez, J. y Rico, J. (2018). *Propuesta de intervención para el desarrollo de las emociones a través de la Expresión Corporal en Educación Infantil*. Trances: Revista de Transmisión del Conocimiento Educativo y de la Salud, 10 (4), 609-628.
- Grejniec, M. (1999) *¿A qué sabe la luna?* Pontevedra: Kalandraka.
- Infantil 2014 (2017). *Jugando a las estatuas* [Fotografía]. Recuperada de <http://eivillanuevadecastellon.blogspot.com/2017/02/psicomotricidad.html>
- Labarga, M. (2014). La emoción de asistir a clase se genera en la Sala de Psicomotricidad. *Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales* (39), 13-19.
- Llenas, A. (2012). *El Monstruo de Colores*. Barcelona: Flamboyant.
- Martínez, D. (11 de noviembre de 2015). “De qué sirve que un niño sepa colocar Neptuno en el Universo si no sabe dónde poner su tristeza o su rabia”: Entrevista: José María Toro, educador y escritor. *La Nueva Crónica: Diario leonés de información general*. Recuperado de <https://www.lanuevacronica.com/de-que-sirve-que-un-nino-sepa-colocar-neptuno-en-el-universo-si-no-sabe-donde-poner-su-tristeza-o-su-rabia>
- Martínez, R. (2000). *Gato Guille y los monstruos*. Pontevedra: Kalandraka.
- Melús, A. (2017). *Descubriendo ¿A qué sabe la luna?* [Fotografía]. Recuperada de <https://atenciontempranayestimulacion.com/2017/04/19/descubriendo-a-que-sabe-la-luna-pictogramas-dideco-kalandraka/>
- Mesonero, A. (1994). *Psicología de la educación psicomotriz*. Oviedo: Universidad de Oviedo.
- Montessori, M. (1967). *The Discovery of the Child*, traducido por M. J. Costelloe. Notre Dame: Fides.
- Morrison, G. (2005). *Educación infantil* (9ª edición). Madrid: Pearson Educación S.A.

- Padial Ruz, R., Ibáñez Granados, D., Fernández Hervás, M. y Ubago Jiménez, J. (2019). Proyecto de baile flamenco: desarrollo motriz y emocional en educación infantil. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación* (35), 396-401.
- Pekeleke. (2015). *El Monstruo de Colores, de Anna Llenas* [Fotografía]. Recuperada de <https://pekeleke.es/libros/el-monstruo-de-colores-de-anna-llenas/>
- Pekeleke (2016). *El Libro de los Abrazos, de Guido van Genechten* [Fotografía]. Recuperada de <https://pekeleke.es/libros/libro-los-abrazos-guido-van-genechten/>
- Ponce de León, A. (2009). *La educación motriz para niños de 0 a 6 años*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Prados Gallardo, M. M., Sánchez Jiménez, V., Sánchez-Queija, I., del Rey Alamillo, R., Reina Flores, M. C., Ridao Ramírez, P.,... Mora Merchán J. A. (2014). *Manual de psicología de la educación. Para docentes de Educación Infantil y Primaria*. Madrid: Pirámide.
- Ramírez, M. (2013). *Manejo de las emociones y enfermedades* [Fotografía]. Recuperada de <https://plenilunia.com/portada/manejo-de-las-emociones-y-enfermedades/25453/?cn-reloaded=1>
- Rousseau, J. (1933). *Émile; Or Education*, editado y traducido por Barbara Foxley. Nueva York: Dutton, Eveyman's Library.
- Salovey, P. y Mayer, J. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211.
- Sánchez Román, A. y Sánchez Calleja, L. (2009). *Antiprograma de Educación Emocional. Sentir en primera persona*. Madrid: Wolters Kluwer, S. A.
- Simón, M. (17 de mayo de 2019). La importancia de la educación emocional. *Hoy: Diario de Extremadura*. Recuperado de <https://www.hoy.es/sociedad/importancia-educacion-emocional-20190517222055-nt.html?ref=https:%2F%2Fwww.google.com%2F>
- Tamarit, A. (2016) *Desarrollo cognitivo y motor*. Madrid: Síntesis.
- Tapia L. (2016). *Incorporar la danza a la escuela: ¡Un desafío posible!* [Fotografía]. Recuperada de <https://eligeeducar.cl/incorporar-la-danza-en-la-escuela>

Viciano, V., Cano, L., Chacón, R., Padial, R. y Martínez, A. (2017). Importancia de la motricidad para el desarrollo integral del niño en la etapa de Educación Infantil. *EmásF: Revista Digital de Educación Física*, 47.

Vygotsky, L. (1978). *Mind in Society*. Cambridge: Harvard University Press.

Wallon, H., Piaget, J. et al. (1982). *Los estadios en la psicología del niño*. Buenos Aires: Ediciones Nueva Visión.

ANEXOS

Anexo 1. El Monstruo de Colores (Llenas, 2012)

Este es el monstruo de colores. Hoy se ha levantado raro, confuso, aturdido... No sabe muy bien qué le pasa. ¿Ya te has vuelto a liar? No aprenderás nunca... Menudo lío que te has hecho con las emociones. Así, todas revueltas, no funcionan. Tendrías que separarlas y colocarlas cada una en su bote. Si quieres, te ayudo a poner orden.

La alegría es contagiosa. Brilla como el sol, parpadea como las estrellas. Cuando estás alegre, ríes, saltas, bailas, juegas... y quieres compartir tu alegría con los demás.

La tristeza siempre está echando de menos algo. Es suave como el mar, dulce como los días de lluvia. Cuando estás triste, te escondes y quieres estar solo... y no te apetece hacer nada.

La rabia arde al rojo vivo y es feroz como el fuego que quema fuerte y es difícil de apagar. Cuando estás enfadado, sientes que se ha cometido una injusticia y quieres descargar la rabia en otros.

El miedo es cobarde. Se esconde y huye como un ladrón en la oscuridad. Cuando sientes miedo, te vuelves pequeño y poca cosa..., y crees que no podrás hacer lo que se te pide.

La calma es tranquila como los árboles, ligera como una hoja al viento. Cuando estás en calma, respiras poco a poco y profundamente. Te sientes en paz.

Estas son tus emociones, cada una tiene un color diferente y ordenadas funcionan mejor. ¿Ves qué bien? Ya están todas en su sitio. Amarillo: alegría; azul- tristeza; rojo- rabia; negro- miedo; verde- calma.

Pero... ¿y ahora se puede saber qué te pasa?

Anexo 2. Gato Guille y los monstruos (Martínez, 2000)

Gato Guille estaba jugando en su habitación. De pronto, escuchó un ruido extraño: “fiiuuu fiiuuu”. Se asustó mucho y salió corriendo.

- ¡Mamá, hay un monstruo en mi habitación! –gritó.
- ¿Y cómo es? –preguntó ella.
- Hace “fiiuuu fiiuuu” y quiere pillarme.

- ¿Qué podemos hacer?
- Si me quedo aquí contigo, no me pillaré –dijo Guille.

Y allí se quedó, jugando en la cocina.

Poco después, gato Guille escuchó: “beeem beeem beeem”. Volvió a tener miedo y salió corriendo.

- Mamá, hay un monstruo en la cocina.
- ¿Ahora en la cocina? –se sorprendió ella.
- Este es otro, mamá y hace “beeem” porque quiere pillarme –dijo él.

Y gato Guille se quedó jugando en la sala. Al rato, gato Guille escuchó: “Buum buuum clan clan clan”. Y sintió tanto miedo que volvió a salir corriendo.

- Mamá, hay otro monstruo en la sala.
- ¿Y este qué hace? –preguntó la madre.
- “Buum clan clan clan”. Me quedaré aquí, y así no me pillaré.

Y Guille se puso a jugar en el baño. Y entonces escuchó: “clon clon clonnn”. Se asustó y salió gritando:

- ¡Mamá, el monstruo del baño hace “clon clon clonnn!”

Pero mamá gata no estaba allí.

- ¿Dónde estás, mamá? –insistió.

Y gato Guille empezó a tener miedo de verdad.

Entonces escuchó una voz que decía muy bajito:

- Estoy en el armario de tu habitación.

Y gato Guille se fue hacia allí corriendo.

- Tenía mucho miedo porque no estabas, mamá –gritó contento cuando llegó junto a ella.
- Yo también tengo miedo.

La casa está llena de monstruos –dijo mamá gata.

- No hay ningún monstruo, mamá –dijo gato Guille, muy satisfecho.
- En la habitación hay un monstruo que hace “fiiuuu fiiuuu” –dijo mamá gata.

- ¡No! Es el aire que entra por la ventana –dijo Guille.
- Pero en la cocina hay un monstruo que hace “beeem beeem beeem” –dijo mamá gata.
- ¡No! Es la lavadora que está lavando la ropa –dijo Guille.
- ¿Y en la sala no hay un monstruo que hace “buuum clan clan clan”? –dijo mamá gata.
- ¡No! Eso es el ruido del ascensor subiendo y bajando –dijo Guille.
- ¿Y el monstruo del baño, que hace “clon clon clonnn”? –preguntó ella.
- Es la cisterna que no para de gotear –le explicó.

En ese momento, gato Guille y mamá gata escucharon un ruido en la entrada de la casa y se asustaron... ¡muchísimo!

¡Era papá gato que venía de hacer la compra!

Anexo 3. ¿A qué sabe la Luna? (Grejniec, 1999)

Hacía mucho tiempo que los animales deseaban averiguar a qué sabía la luna. ¿Sería dulce o salada? Tan solo querían probar un pedacito. Por las noches, miraban ansiosos hacia el cielo. Se estiraban e intentaban cogerla, alargando el cuello, las piernas y los brazos. Pero todo fue en vano, y ni el animal más grande pudo alcanzarla. Un buen día, la pequeña tortuga decidió subir a la montaña más alta para poder tocar la luna.

Desde allí arriba, la luna estaba más cerca; pero la tortuga no podía tocarla. Entonces, llamó al elefante.

- Si te subes a mi espalda, tal vez lleguemos a la luna.

Esta pensó que se trataba de un juego y, a medida que el elefante se acercaba, ella se alejaba un poco. Como el elefante no pudo tocar la luna, llamó a la jirafa.

- Si te subes a mi espalda, a lo mejor la alcanzamos.

Pero al ver a la jirafa, la luna se distanció un poco más. La jirafa estiró y estiró el cuello cuanto pudo, pero no sirvió de nada. Y llamó a la cebra.

- Si te subes a mi espalda, es probable que nos acerquemos más a ella.

La luna empezaba a divertirse con aquel juego, y se alejó otro poquito. La cebra se esforzó mucho, mucho, pero tampoco pudo tocar la luna. Y llamó al león.

- Si te subes a mi espalda, quizás podamos alcanzarla.

Pero cuando la luna vio al león, volvió a subir algo más. Tampoco esta vez lograron tocar la luna, y llamaron al zorro.

- Verás cómo lo conseguimos si te subes a mi espalda –dijo el león.

Al avistar al zorro, la luna se alejó de nuevo. Ahora solo faltaba un poquito de nada para tocar la luna, pero esta se desvanecía más y más. Y el zorro llamó al mono.

- Seguro que esta vez lo logramos. ¡Anda, súbete a mi espalda!

La luna vio al mono y retrocedió. El mono ya podía oler la luna, pero de tocarla, ¡ni hablar! Y llamó al ratón.

- Súbete a mi espalda y tocaremos la luna.

Esta vio al ratón y pensó:

- Seguro que un animal tan pequeño no podrá cogerme.

Y como empezaba a aburrirse con aquel juego, la luna se quedó justo donde estaba. Entonces, el ratón subió por encima de la tortuga, del elefante, de la jirafa, de la cebra, del león, del zorro, del mono y de un mordisco, arrancó un trozo pequeño de luna. Lo saboreó complacido, y después fue dando un pedacito al mono, al zorro, al león, a la cebra, a la jirafa, al elefante y a la tortuga. Y la luna les supo exactamente a aquello que más le gustaba a cada uno.

Aquella noche, los animales durmieron muy muy juntos.

El pez, que lo había visto todo, no entendía nada y dijo:

- ¡Vaya, vaya! Tanto esfuerzo para llegar a esa luna que está en el cielo. ¿Acaso no verán que aquí, en el agua, hay otra más cerca?

Anexo 4. El Libro de los abrazos (Van Genechten, 2005)

Todo el mundo necesita un abrazo de vez en cuando. A Juan le gusta que le abracen.

- ¡Mamá, abráceme!

Unos dan abrazos tiernos y cariñosos.

Otros dan abrazos grandes y lentos.

Unos acarician con su pico...

... otros abrazan con su trompa.

Algunos dan abrazos salvajes.

Otros tienen que ser muy dulces y cuidados para no hacer daño.

¡Hasta los ojos son cariñosos!

Mamá da a Juan un gran abrazo...

Y Juan, muy cariñoso, abraza a mamá.

Anexo 5. Birthday – Katy Perry (canción de alegría)

Dirección URL: <https://www.youtube.com/watch?v=jqYxyd1iSNk>

Fuente: Canal de YouTube de Katy Perry

Anexo 6. All of Me – John Legend (canción de tristeza)

Dirección URL: <https://www.youtube.com/watch?v=450p7goxZqg>

Fuente: Canal de YouTube de John Legend

Anexo 7. Bad – David Guetta (canción de ira)

Dirección URL: <https://www.youtube.com/watch?v=oC-GfIRB0y4>

Fuente: Canal de YouTube de David Guetta

Anexo 8. Toccata and Fugue in D minor – Johan Sebastian Bach (canción de miedo)

Dirección URL: <https://www.youtube.com/watch?v=IVJD3dL4diY>

Fuente: Canal de YouTube de Reuben Markham

Anexo 9. Weightless – Marconi Union (canción de calma y relajación)

Dirección URL: <https://www.youtube.com/watch?v=UfcAVejslrU>

Fuente: Canal de YouTube de JustMusicTV

Anexo 10. 46 – I'm Happy (mantra sesión 5)

Dirección URL: <https://www.youtube.com/watch?v=UxskFL5mcMI>

Fuente: Canal de YouTube de Ciranda Circle