



Facultad de Ciencias de la Educación

Grado en Educación Infantil

Trabajo Fin de Grado

PROPUESTA PARA EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EDUCACIÓN INFANTIL

Autora: Guadalupe González Chacón

Tutora: Inmaculada Concepción Martínez Díaz

Tipología de TFG: Propuesta de intervención

Curso Académico: 2019/2020

Resumen

La finalidad de la educación es el desarrollo integral del sujeto, siendo necesario para ello, potenciar la adaptación social del individuo. En ella, la inteligencia emocional es clave, ya que cognición y emoción no solo son compatibles, sino que además son inseparables y se benefician mutuamente a través de las relaciones circulares existentes entre ellas. Una revisión de trece investigaciones sobre la inteligencia emocional en educación infantil en los últimos años servirá como base y fundamentación para la posterior propuesta de intervención diseñada. Esta se plantea para alumnos/as de cinco años de edad, partiendo de un hecho que les provoque emoción. Además, se realiza desde una metodología globalizada, con el fin de dar cabida a las diferentes competencias clave del currículo que, como constatan dichos estudios, favorecen el desarrollo de la inteligencia emocional.

Palabras Claves: inteligencia emocional, educación preescolar, emoción, proyecto, interdisciplinariedad.

Abstract

The purpose of education is the integral development of the subject, being necessary to enhance the social adaptation of the individual. In it, emotional intelligence is key, as cognition and emotion are not only compatible, but also inseparable and benefiting each other through the circular relationships between them. A review of thirteen investigations on emotional intelligence in early childhood education in recent years will serve as the basis and foundation for the subsequent proposal of intervention designed. It is raised for five-year-old students, starting from a fact that causes them emotion. Furthermore, it is done from a globalised methodology in order to accommodate the different key competences of the curriculum which, as these studies show, favour the development of emotional intelligence.

Keywords: emotional intelligence, pre-school education, emotion, project, interdisciplinary approach.

ÍNDICE

1. Introducción y justificación.....	1
2. Marco teórico	3
3. Objetivos	12
4. Metodología	13
4.1. Propuesta de intervención	13
4.1.1. Objetivos.	14
4.1.2. Contenidos.	15
4.1.3. Competencias clave.	16
4.1.4. Metodología.	17
4.1.5. Distribución temporal de la intervención.	17
4.1.6. Sesiones o actuaciones a realizar.	17
4.1.7. Recursos materiales y espaciales.	42
4.1.8. Evaluación.	43
4.1.9. Tratamiento a la diversidad.	44
5. Conclusiones	45
6. Referencias bibliográficas	47

1. Introducción y justificación

El presente Trabajo Fin de Grado (TFG, en adelante) versa sobre la importancia de trabajar la inteligencia emocional (IE) desde edades muy tempranas. Por ello, se llevará a cabo un análisis de una serie de intervenciones para el desarrollo de la inteligencia emocional en la etapa de educación infantil (EI, 0-6 años). Además, dicho análisis servirá de fundamentación para la posterior propuesta de intervención que se propone, para el progreso de la inteligencia emocional en educación infantil, considerando la escuela como un lugar favorable y enriquecedor donde se viven múltiples experiencias que aportan numerosos beneficios.

Como dijo Daniel Goleman, psicólogo mundialmente reconocido por su teoría de la inteligencia emocional: “en un sentido muy real, todos nosotros tenemos dos mentes, una mente que piensa y otra mente que siente, y estas dos formas fundamentales de conocimiento interactúan para construir nuestra vida mental”.

Fernández y Montero (2016) afirman que la labor de los docentes no se basa solo en la transmisión de conocimientos académicos, sino en guiar al alumnado para que vivan la experiencia del aprendizaje para la vida de manera enriquecedora e innovadora. Así, garantizamos que afronten los retos con mayor comprensión, creatividad y sentido de la responsabilidad. Educar las emociones puede ser un instrumento relevante para este logro.

Sin embargo, durante mucho tiempo no se ha trabajado en las escuelas porque se consideraba que entorpecía el desarrollo cognitivo. Gracias a los resultados de numerosos estudios, en la actualidad sabemos que no solo emoción y cognición son compatibles, sino que además son inseparables y se benefician mutuamente a través de las relaciones circulares existentes entre ellas. (Fernández y Montero, 2016)

La inteligencia emocional es una habilidad para la vida; es conocer, comprender, percibir, regular y expresar la información emocional para mejorar los procesos cognitivos, la selección y el control de las estrategias de afrontamiento para hacer frente a determinadas situaciones que se le presentan a la persona en su vida. En consecuencia, nuestro sistema educativo debería proponerse seriamente la incorporación de intervenciones destinadas al desarrollo de estas competencias que en definitiva favorecen el bienestar personal y social del alumnado.

Tal es su importancia que, las diversas áreas curriculares presentes en la Orden de 5 de agosto de 2008, por la que se desarrolla el Currículo correspondiente a la Educación Infantil en Andalucía, integran de un modo transversal la educación de las emociones. Concretamente,

en el bloque 1 “La identidad personal, el cuerpo y los demás” y el bloque 2 “Vida cotidiana, autonomía y juego” del área 1 “Conocimiento de sí mismo y la autonomía personal”, se confirma la importancia y la trascendencia de los primeros seis años de vida en el posterior desarrollo de la persona. Asimismo, esta temática se ve reflejada en dos objetivos generales del currículo, como son:

- “Construir su propia identidad e ir formándose una imagen positiva y ajustada de sí mismo, tomando gradualmente conciencia de sus emociones y sentimientos a través del conocimiento y valoración de las características propias, sus posibilidades y límites.” (p. 21)
- “Establecer relaciones satisfactorias en ámbitos cada vez más amplios, teniendo en cuenta las emociones, sentimientos y puntos de vista de los demás, así como adquirir gradualmente pautas de convivencia y estrategias en la resolución pacífica de conflictos.” (p. 21)

La etapa de educación infantil es idónea para el desarrollo de competencias específicas en el/la niño/a, que marcarán su personalidad y su posterior desarrollo personal y académico (Silva, Neves y Moreira, 2016 citado en Gutiérrez, Fontenla, Cons, Rodríguez y Pazos, 2017). En estas competencias, las áreas motora, social y emocional deben tener un enfoque relevante y preferente, pues a través de ellas el/la niño/a entrará en contacto con la vida misma, con el complejo entramado de las relaciones humanas, empleando como base el propio cuerpo y el movimiento generado.

Y concluyo con esta otra cita de Daniel Goleman: “al menos un 80% del éxito en la edad adulta proviene de la inteligencia emocional”.

2. Marco teórico

En primer lugar, para realizar la revisión de las diferentes investigaciones sobre inteligencia emocional en educación infantil, se ha llevado a cabo una búsqueda y selección de las mismas, siguiendo los siguientes criterios:

- ✓ Basadas en la inteligencia emocional
- ✓ En la etapa de educación infantil
- ✓ Pertenecientes a los últimos cinco años
- ✓ Con identificación ISSN (International Standard Serial Number / Número Internacional Normalizado de Publicaciones Seriadas)

En total han sido trece los estudios encontrados y seleccionados para la fundamentación teórica de dicho TFG. A continuación, se procede a su análisis.

Goleman (1995 citado en Fernández y Montero, 2016) predijo que las personas más exitosas a nivel personal y laboral son aquellas que tienen su inteligencia emocional más desarrollada. Entonces, ¿por qué no comienza a trabajarse de manera intencional desde educación infantil, cuando es esta la edad evolutiva que podría proporcionar el momento óptimo para su desarrollo?

Una de las causas que justifican la poca relevancia que, en no pocas ocasiones se otorga a la educación emocional, proviene del desconocimiento y la falta de formación de los propios maestros, quienes no siempre poseen herramientas ni recursos para ponerla en práctica (Denham et al., 2011 citado en Fernández y Montero, 2016).

Los niños y las niñas aprenden por imitación, afirman Kremenitzer y Miller (2008 citado en Fernández y Montero, 2016), y por ello los maestros deben constituir un ejemplo a seguir positivo para ellos. A medida que los educadores se implican, mayor es la empatía para entender, mirar y trabajar con el alumnado y percibir las necesidades de desarrollo que tienen, contribuyendo así a fomentar sus habilidades (Boix, 2007 citado en Fernández y Montero, 2016).

En síntesis, hoy en día, resulta incomprensible que existan centros en los que aún se insista en potenciar las habilidades académicas en detrimento de la inteligencia emocional, esencialmente por dos motivos:

- Por una parte, si consideramos el desarrollo de la persona como una de las finalidades de la educación, es necesario potenciar la adaptación social del individuo: la inteligencia

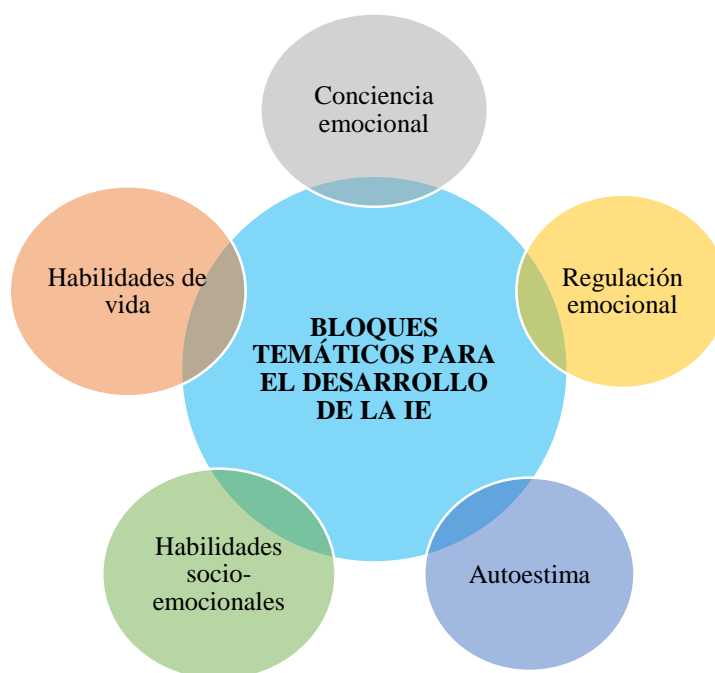
emocional es aquí fundamental (Mestre y Fernández-Berrocal, 2007 citado en Fernández y Montero, 2016). Si, además, hablamos de “la educación integral del sujeto”, sin duda atañe al desarrollo de la inteligencia emocional (Gallego-Gil y Gallego-Alarcón, 2006 citado en Fernández y Montero, 2016).

- Por otra parte, los procesos de cognición y emoción son inseparables, puesto que las interacciones entre ambas son continuas, y estas interrelaciones continuas son las características de la inteligencia emocional.

En cuanto a programas específicos elaborados para desarrollar la inteligencia emocional en la etapa de educación infantil, encontramos en Fernández y Montero (2016) un gran número de actividades divididas en cinco bloques temáticos (Figura 1).

Figura 1

Componentes de la inteligencia emocional



Nota. Adaptado de Fernández y Montero (2016).

Estos cinco bloques temáticos que propone López-Cassà (2007, citado en Fernández y Montero, 2016) son los mismos bloques de contenidos que proponen otros autores como Goleman y Bar-On (Tabla 1), pero con otra nomenclatura. Mientras que la teoría de Salovey y Mayer no incluye factores de personalidad, sino una serie de habilidades cognitivas (Tabla 2). Y es precisamente en estos bloques (Tabla 1) en los que se basan los investigadores para evaluar la inteligencia emocional cuando realizan estudios de la misma.

Tabla 1

Nombre que reciben los componentes de la inteligencia emocional para diferentes autores

AUTORES	López-Cassà (2007)	Goleman (1995)	Bar-On (1997)
BLOQUES TEMÁTICOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL	Conciencia emocional	Autoconocimiento	Intrapersonal
	Regulación emocional	Autorregulación	Manejo del estrés
	Autoestima	Motivación	Estado de ánimo general
	Habilidades socio-emocionales	Empatía	Interpersonal
	Habilidades de vida	Habilidades sociales	Adaptabilidad

Nota. Adaptado de Fernández y Montero (2016) y Gómez (2015).

Tabla 2

Nombre que reciben los componentes de la inteligencia emocional para Salovey y Mayer

Salovey y Mayer (1990)
Personalidad emocional
Facilidad emocional del pensamiento
Dirección emocional

Nota. Adaptado de Gómez (2015).

Con respecto a las 4 investigaciones que se van a analizar más adelante, Salas, Alcaide y Hurtado (2018), Aguaded y Valencia (2017), Merchán, Bermejo y González (2014) y de Caso, Blanco, García, Rebaque y García (2019), se pueden destacar algunas semejanzas relevantes:

- ✓ Temática: inteligencia emocional
- ✓ Etapa: educación infantil
- ✓ Participantes: grupo experimental y grupo control
- ✓ Fases: pretest → programa → postest
- ✓ Análisis de datos: programa de análisis estadístico SPSS

Y las dos diferencias que existen entre ellas son el programa de intervención utilizado y el instrumento de evaluación (Tabla 3):

Tabla 3*Programas de intervención e instrumentos de distintas investigaciones*

INVESTIGACIÓN	PROGRAMA DE INTERVENCIÓN	INSTRUMENTO
Salas, Alcaide y Hurtado (2018)	Aplicación basada en el programa de “Educación Emocional, de 3-6 años” (Bisquerra, 2010), para 14 alumnos/as durante 10 semanas.	<p>Escala de observación elaborada:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Libro “Educación Emocional. Programa para 3-6 años” (Bisquerra) • “Programa anual de IE en EI. 3-6 años” “EMOTI” Hurtado y Salas (2018) • Propia escala de observación y de evaluación del reconocimiento e identificación y concienciación de las emociones.
Aguaded y Valencia (2017)	Aplicación basada en el Modelo de Mayer y Salovey (<i>Tabla 2</i>), para 12 alumnos/as durante 4 meses.	Observación / Diario de clase / Registro anecdótico
Merchán, Bermejo y González (2014)	Diseñado específicamente para las características particulares de alumnado, centro y contexto, para 40 alumnos/as durante un trimestre.	<ul style="list-style-type: none"> • Test sociométrico de amistad • Escala de inteligencia emocional de Arbouin (2009)
De Caso, Blanco, García, Rebaque y García (2019)	Diseño propio del programa de intervención, para 22 alumnos/as durante 2 semanas.	Cuestionario diseñado a partir de MSCEIT de Caruso (Mayer y Salovey, 2009).

Nota. Adaptado de Salas, Alcaide y Hurtado (2018), Aguaded y Valencia (2017), Merchán, Berejo y González (2014) y De Caso, Blanco, García, Rebaque y García (2019).

Globalmente, la peculiaridad más importante que atañe a estos estudios es la demostración de la eficacia de aplicar un programa de inteligencia emocional y obtener unos resultados óptimos para el desarrollo integral del niño/a.

Concretamente, el estudio realizado por Salas, Alcaide y Hurtado (2018) muestra como discentes del segundo ciclo de educación infantil, después del desarrollo de un programa de diez semanas, han evolucionado significativamente su conciencia emocional, su regulación emocional, su autoestima, su habilidad socio-emocional y su habilidad de vida.

En el mismo sentido, encontramos el estudio realizado por Aguaded y Valencia (2017) en el que pretendían facilitar la comprensión de las emociones a alumnos/as de cinco años, después de trabajar un programa específico para la inteligencia emocional. El grupo donde se aplicó la investigación mejoró considerablemente en la regulación de las emociones y en la expresión de las mismas.

Esto mismo ocurrió en el estudio que realizaron Merchán, Bermejo y González (2014), en el que pretendían demostrar la existencia de diferencias estadísticamente significativas en la competencia emocional de alumnos/as de 5-7 años en función de la formación emocional recibida. Las subescalas que mayor diferencia de puntuación obtuvieron entre pretest y posttest fueron autocontrol, empatía y habilidades sociales, mientras que el resto obtuvieron menos cambios.

De la misma forma, este otro estudio llevado a cabo por De Caso, Blanco, García, Rebaque y García (2019), en el cual se evidenció una mejora relevante de la habilidad para la identificación de las emociones, pero no se correlaciona con un aumento en el rendimiento académico de los participantes. A pesar del entrenamiento emocional del segundo trimestre, el rendimiento académico bajó en el tercer trimestre, por lo que no se puede corroborar una relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico con los datos obtenidos.

No obstante, uno de los objetivos más importantes y de los que todos los estudios anteriores hablan, era presentar datos que fundamentasen que desde la escuela se debe favorecer el desarrollo de las competencias emocionales, a través de su integración en el currículo, es decir, de forma explícita. De esta manera se otorgará periodicidad y temporalización a estos contenidos como un área más del currículo, ya que como fundamentan los resultados obtenidos con el grupo control (grupo que no participa en el programa), los conocimientos y competencias emocionales no se adquieren si no se trabajan directamente en el aula mediante actividades programadas con dicho objetivo. Por ello, es necesario organizar los contenidos emocionales en un continuo currículo secuenciado, comenzando en la educación infantil y prologándose a lo largo de la educación primaria y educación secundaria. (Merchán, Bermejo y González, 2014)

Por otro lado, el proceso educativo se ha ido transformando con el paso del tiempo y hoy en día, más que áreas curriculares para los primeros niveles se planifica en función al juego. Jugar es una actividad espontánea que le ayuda al niño/a a desarrollarse en diferentes aspectos (motriz, físico, emocional, social, mental y creativo), lo cual forma parte de su desarrollo

integral. Por ello, las actividades lúdicas juegan un papel relevante en el proceso de desarrollo de las habilidades sociales de los/las niños/as de tres años. (Albornoz, 2017)

En efecto, esto es lo que ha querido verificar Elsa Josefina Albornoz Zamora (2017) en su investigación. En ella concluyó que los niños y niñas de tres años son los más aptos para iniciar el desarrollo de sus habilidades sociales, las cuales les ayudarán en su autoestima y personalidad en el futuro. Las habilidades sociales que se debe desarrollar en el alumnado de tres años son el autoconocimiento, el autocontrol, la empatía y la motivación, porque les permitirán un mejor desenvolvimiento con sus pares, en el conocimiento de él mismo y de los demás.

Asimismo, el desarrollo adecuado de la inteligencia emocional desde los primeros inicios va a permitir que el/la niño/a en la medida que vaya creciendo, desarrolle capacidades y/o habilidades para la solución de problemas, aprender a sobrellevarlos sin que estos los perjudique emocionalmente. (Guzmán, 2019)

Es por ello la importancia de relacionar ambas variables, ya que si un niño/a posee un nivel de inteligencia emocional adecuado va a generar resultados favorables en el aprendizaje de las matemáticas (Gutiérrez, 2015 citado en Guzmán, 2019). En otras palabras, Guzmán (2019) determinó la existente relación de la dimensión actitud para compartir, la identificación de sentimientos, la solución creativa de conflictos y la independencia, con el pre cálculo matemático. Mientras que con la dimensión empatía, persistencia y amabilidad no se encontró relación.

Tal y como Guzmán (2019) ha hecho con el área matemática, López (2019) lo ha querido evidenciar en el área artística y estética. De esta forma, ha citado que trabajando la educación artística y estética, se desarrollan múltiples aspectos de la inteligencia emocional como la resolución de conflictos, colaboración, participación, confianza, motivación, emociones, respeto, creatividad, autonomía, etc. Primero hay que partir del propio individuo, conocerse, saber reaccionar ante problemas y situaciones, ser autónomo... para posteriormente conocer el entorno a través de los diferentes lenguajes, al igual que viene establecido en el currículo.

Volviendo a cambiar de ámbito, Puertas, González y Sánchez (2017) en su revisión sistemática, constatan que la elección de la práctica de actividad físico deportiva por los estudiantes, incentiva el desarrollo de las habilidades interpersonales, debido a que es un factor desencadenante de emociones positivas originadas por el continuo contacto con los compañeros, facilitando el origen de la inteligencia emocional y el sentimiento de bienestar

psicológico, lo que les dota de la capacidad para lidiar con los problemas de estrés de forma sencilla y superar las adversidades académicas de forma óptima.

Acercas de la práctica físico deportiva, Puertas, González y Sánchez (2017) afirman que existen pocos estudios destinados a la etapa de educación infantil. Por lo que se hace necesario indagar en esta etapa, ya que, si la práctica de actividad física repercute positivamente en la inteligencia emocional y esta reporta grandes beneficios a los discentes, se manifiesta que esta debería ser desarrollada en edades tempranas siendo una formación continua en la vida del alumnado, dotando a su vez a la educación física como un área de primordial importancia en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Una de las razones que explica la baja proliferación de este tipo de investigaciones es la inexistencia de instrumentos de evaluación validados adaptados al nivel de desarrollo de estos alumnos/as. Otra de las razones es la dificultad que supone disponer de la colaboración de maestros que ceden horas de docencia de otras materias para la implementación de actividades de inteligencia emocional. (Merchán, Bermejo y González, 2014)

Otro factor determinante, comentado anteriormente, es la falta de formación docente en esta área. Los actuales profesores han sido anteriormente alumnos y alumnas y debido a ello, tienen interiorizados sentimientos, actitudes, valores, estilos docentes, en los que no se consideraba la influencia emocional en el aprendizaje, por lo cual tienen poca formación en esta área y tienden a repetir patrones. (Merchán, Bermejo y González, 2014)

En relación con este ámbito, Gesell (1985) y Wallon (2002, citados en Gutiérrez, Fontenla, Cons, Rodríguez y Pazos, 2017) apuntan que la motricidad es fundamental para lograr un desarrollo óptimo en la personalidad del niño/a. Gutiérrez, Fontenla, Cons, Rodríguez y Pazos (2017), utilizando el dibujo como medio de expresión, han comprobado con su investigación que hubo una evolución superior por parte del alumnado que participó en el programa de intervención, basado en talleres de habilidades sociales y motricidad, que del grupo de control. Afirman, que es necesario darse cuenta de la importancia que tienen en educación infantil la toma de conciencia de las emociones básicas y su regulación a través de estrategias didácticas que, empleadas eficazmente por el docente, proporcionen al alumnado el desarrollo de las habilidades sociales básicas y de vida necesarias para esta etapa escolar, sin olvidarnos de la importancia que la autoestima tiene en todo este proceso.

Mirándolo desde otro punto de vista, en la sociedad actual en la que vivimos, el ritmo frenético de vida, el uso abusivo de los móviles y tabletas, la mala utilización de las redes

sociales, entre otras cosas y no saber cómo gestionar todo esto dentro del ámbito familiar, hace que la escuela tenga como necesidad educativa imperante, plantearse como objetivo el educar a sus alumnos/as en inteligencia emocional y todo ello desde una intervención temprana y desde la etapa primera de nuestro sistema educativo, como es la educación infantil. (Salas, Alcaide y Hurtado, 2018)

El estudio de Franco y Solano (2017) nos muestra que no es necesaria la separación definitiva de ambas partes, tecnología e inteligencia emocional. El análisis de la muestra de apps seleccionadas (“Horacio”, “Social Adventure”, “Emociones”, “Mood Pal”, “PicsArt Color Pintar” ...) permite concretar el proceso que se puede seguir para realizar una adecuada selección de apps que trabajen el contenido emocional en educación infantil. Las aplicaciones analizadas poseen una buena composición general que posibilita un aprendizaje fluido y didáctico. Todas las apps analizadas hacían un gran hincapié en especificar claramente sus instrucciones y, en su mayoría, adaptarse al nivel cognitivo, destreza y capacidad de sus destinatarios.

En conclusión, se puede observar cómo estas investigaciones analizadas evidencian la necesidad de que las propuestas educativas incorporen el fomento de las habilidades socio-emocionales. Estas han de adaptarse a los intereses y necesidades de cada alumno/a para que las dificultades puedan limarse y/o revertirse en ambos contextos, familiar y escolar. Así como ha demostrado Hernández (2018) en cuanto al alumnado con autismo.

Los indicios hallados en su estudio, auguran la imposibilidad de establecer una secuencia evolutiva común en el desarrollo de la inteligencia emocional de este colectivo. Los porcentajes obtenidos no denotan un crecimiento paulatino de las habilidades, sino que aparecen fluctuaciones, a lo que se suman las incoherencias encontradas en las aportaciones de padres y educadores. De esta forma, se vaticina la variabilidad del trastorno y con ello la imposibilidad de unificar los resultados ante una población tan heterogénea. (Hernández, 2018)

El autismo es un trastorno en el que cada caso difiere tanto del anterior que cada individuo merece especial consideración de sus particularidades. Por ello, es necesario que la escuela aporte una educación individualizada, adaptada a los intereses, necesidades y ritmo de trabajo de cada uno de sus alumnos/as, y que permita la generalización de los aprendizajes al mundo real.

Y, por último, pero no menos importante, la importancia del contexto familiar en la regulación emocional de los/las niños/as. Ramírez, Ferrando y Sainz (2015) muestran como la

propia capacidad emocional de los padres influirá en el desarrollo emocional de sus hijos. En su estudio determinaron que un cuidador sensible a las señales del infante y que responda a ellas, características del padre democrático, inducirá una alta inteligencia emocional en niños/as, es decir, una buena capacidad de regulación emocional, basada en la minimización del estrés, aceptación, etc.

Se puede concluir que padres inteligentes emocionalmente tienden a tener hijos con altos niveles de inteligencia emocional.

3. Objetivos

En este caso, con el presente TFG se pretende concienciar al alumnado de educación infantil sobre la importancia de desarrollar la inteligencia emocional desde la etapa preescolar, favoreciendo así el desarrollo integral del niño/a.

A continuación, se desarrollan los objetivos más específicos de dicho TFG, que son los siguientes:

- Realizar un análisis de las aportaciones teóricas más recientes, relacionadas con la inteligencia emocional en educación infantil.
- Valorar la importancia de trabajar las emociones con los/las alumnos/as desde edades tempranas.
- Numerar los aspectos por los que la inteligencia emocional contribuye al desarrollo físico, afectivo, social e intelectual del alumnado.
- Proponer un proyecto de intervención educativa de las emociones para educación infantil.
- Trabajar los cinco bloques temáticos de la inteligencia emocional con el alumnado, a través de la propuesta planteada: conciencia emocional, regulación emocional, autoestima, habilidades socio-emocionales y habilidades de vida.
- Integrar la inteligencia emocional en un aprendizaje globalizado y significativo.

4. Metodología

Los pasos que se han llevado a cabo en la elaboración de este TFG son claros y concisos. Primeramente, se ha realizado una revisión de la literatura sobre inteligencia emocional en educación infantil en los últimos años, siguiendo los criterios que se nombran en el apartado dos “Marco teórico”. En segundo lugar, se propone una propuesta de intervención para el desarrollo de la inteligencia emocional en educación infantil, fundamentada en el análisis anterior.

Por todo lo expuesto en dicho análisis, se considera de suma importancia la implantación y trabajo de la inteligencia emocional dentro de los centros educativos durante la etapa de educación infantil. Debido a que, en ella, los niños y niñas pueden adquirir con mayor facilidad diferentes conceptos que influyan positivamente en el desarrollo de su personalidad. A través del desarrollo de la inteligencia emocional se previenen problemáticas básicas en la etapa más esencial del ciclo vital. (Aguaded y Valencia, 2017)

Por consiguiente, se presenta una propuesta de intervención con el fin de fomentar la inteligencia emocional en la etapa de educación infantil, basándola en un hecho que le pueda provocar emoción al infante.

En este caso, se llevará a cabo el trabajo de las emociones a través de la preparación de un viaje hacia el encuentro con un ser querido. Ya que, existen ciertos momentos en los que las personas tienen que permanecer más tiempo en sus hogares por diferentes circunstancias, y ello les lleva a estar alejados de sus familiares. El encuentro con los mismos puede ser una buena oportunidad para avivar los sentimientos de los más pequeños.

4.1. Propuesta de intervención

A continuación, se presenta un planteamiento didáctico desde un centro de interés, como puede ser el encuentro con un ser querido después de un tiempo. Se denomina “Un viaje emocional” y va destinado a niños y niñas de cinco años, pertenecientes al segundo ciclo de educación infantil.

Asimismo, esta propuesta de intervención está pensada tanto para su implementación en un aula como para su puesta en marcha en casa.

Tanto los objetivos como los contenidos de este proyecto están basados en los cinco bloques temáticos de la inteligencia emocional, nombrados en la Figura 1, presentados por López-Cassà (2007) en Fernández y Montero (2016).

4.1.1. Objetivos.

Los objetivos didácticos de esta propuesta tienen como base los objetivos generales de la etapa de educación infantil de la Orden del 5 de agosto de 2008, por la que se desarrolla el Currículo correspondiente a la Educación Infantil en Andalucía, y más concretamente:

- “Construir su propia identidad e ir formándose una imagen positiva y ajustada de sí mismo, tomando gradualmente conciencia de sus emociones y sentimientos a través del conocimiento y valoración de las características propias, sus posibilidades y límites.” (p. 21)
- “Establecer relaciones sociales satisfactorias en ámbitos cada vez más amplios, teniendo en cuenta las emociones, sentimientos y puntos de vista de los demás, así como adquirir gradualmente pautas de convivencia y estrategias en la resolución pacífica de conflictos.” (p. 21)

Relacionándolos con los objetivos generales del TFG, existe una serie de objetivos específicos o didácticos que se pretenden conseguir durante el desarrollo de esta propuesta educativa, siendo estos los siguientes:

- Identificar, reconocer y expresar las propias emociones y las cualidades de la personalidad, y tomar conciencia de que los demás también tienen y las expresan.
- Aprender a gestionar las emociones (por ejemplo, aprender a relajarse cuando se sienten impacientes o nerviosos).
- Conocer, valorar y aceptar las capacidades y limitaciones sin dejar de quererse a sí mismos/as, desarrollando así la autoestima.
- Desarrollar habilidades sociales como la empatía, la solidaridad, la sostenibilidad.
- Identificar los distintos sentimientos que pueden experimentar en cada uno de los entornos que abarca la vida.

4.1.2. Contenidos.

En base a estos objetivos, los contenidos que se van a trabajar son:

- **Conciencia emocional.** Implica tomar conciencia del propio estado emocional y manifestarlo mediante el lenguaje verbal y/o no verbal, así como reconocer los sentimientos y emociones de los demás.
- **Regulación emocional.** La capacidad de regular los impulsos, tolerar la frustración y saber esperar las gratificaciones.
- **Desarrollo de la autoestima.** La autoestima es la forma de evaluarnos a nosotros mismos/as. La imagen que uno/a tiene de sí mismo/a (autoconcepto) es un paso necesario para el desarrollo de la empatía. En estas edades, el/la niño/a empieza a conocerse a sí mismo/a con la ayuda de los demás y su aceptación contribuye en su propia autoestima.
- **Desarrollo de las habilidades socio-emocionales.** El reconocer los sentimientos y las emociones de los demás, ayudar a otras personas a sentirse bien, desarrollar la empatía, mantener unas buenas relaciones interpersonales (comunicación, cooperación, colaboración, trabajo en equipo, resolución de conflictos de una forma positiva, etc.).
- **Desarrollo de las habilidades de vida.** Experimentar bienestar en las cosas que se realizan diariamente en la escuela, en el tiempo libre, con los amigos, en la familia y en las actividades sociales.

Por un lado, el mapa de contenidos de esta propuesta corresponde a la Figura 1, nombrada anteriormente. Por otro lado, se presenta una relación entre los contenidos y las actividades (Tabla 4):

Tabla 4

Actividades que trabajan cada contenido

CONTENIDOS	ACTIVIDADES
Conciencia emocional	1, 2, 7, 9, 10, 11, 12, 13 y 15
Regulación emocional	5, 6, 7 y 8
Autoestima	4, 5, 6, 9 y 14
Habilidades socio-emocionales	2, 3, 7, 8, 10 y 12
Habilidades de vida	1, 2, 5, 6, 7, 13, 14 y 15

Dado el carácter globalizador de esta propuesta, se trabajan otra serie de contenidos que se mencionan a continuación:

- La maleta.
- Medio ambiente.
- Medios de transporte como el avión, el coche o el autobús.
- El corazón.
- Lenguaje oral como instrumento de comunicación y expresión.
- Lectoescritura mediante emociones.
- Artes plásticas como medio de expresión.
- Mundo musical a través de las emociones.
- TIC (Tecnología de la Comunicación y la Información) a través de las emociones.
- Expresión corporal como forma de comunicación emocional.

4.1.3. Competencias clave.

En esta propuesta, las competencias clave del currículo que se contemplan son:

- Competencia en comunicación lingüística: habilidad para utilizar la lengua, expresar ideas e interactuar con otras personas de manera oral y escrita.
- Competencia matemática: capacidad para aplicar el razonamiento matemático para resolver cuestiones de la vida cotidiana.
- Competencia digital: implica el uso seguro y crítico de las TIC para obtener, analizar, producir e intercambiar información.
- Aprender a aprender: una de las principales competencias, ya que implica que el/la alumno/a desarrolle su capacidad para iniciar el aprendizaje y persistir en él, organizar sus tareas y tiempo, y trabajar de manera individual o colaborativa para conseguir un objetivo.
- Competencias sociales y cívicas: capacidad para relacionarse con las personas y participar de manera activa, participativa y democrática en la vida social y cívica.
- Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor: implica las habilidades necesarias para convertir las ideas en actos, como la creatividad o las capacidades para asumir riesgos y planificar y gestionar proyectos.

- Conciencia y expresiones culturales: capacidad para apreciar la importancia de la expresión a través de la música, las artes plásticas y escénicas o la literatura.

4.1.4. Metodología.

El proyecto se llevará a cabo desde una metodología globalizada-interdisciplinar, ya que, como se ha visto en la revisión previa, existen diferentes áreas de conocimiento que favorecen el desarrollo de la inteligencia emocional.

La metodología se caracteriza por ser activa, individualizada y creativa. Las actividades combinan el trabajo individual con el de grupo y la mayoría de ellas están organizadas a modo de juego, de manera que el infante adquiera un aprendizaje significativo de forma motivadora y atractiva, partiendo siempre de sus ideas previas.

Asimismo, dicha metodología fomenta la cooperación, la acción, el pragmatismo (aprender haciendo), así como el trabajo en equipo. Todo ello, sin dejar de lado aspectos o tareas primordiales en infantil como la indagación, exploración, experimentación de los objetos o elementos presentes en su entorno y de su propio cuerpo.

Tanto si dicha propuesta es llevada a cabo dentro de un aula como en casa, se sugiere proporcionar un ambiente afectivo y estimulante, siendo flexible la programación para introducir cambios de ritmo, emplear fuentes y recursos diversos y atender a la diversidad.

4.1.5. Distribución temporal de la intervención.

Se recomienda que el momento de aplicación de la propuesta sea al final del tercer trimestre del curso escolar (final de mayo/junio), coincidiendo con la cercanía de las vacaciones y un hecho tan importante como es la transición a educación primaria.

Además, esta está diseñada para un periodo de tres semanas, llevando a cabo una actividad por día de lunes a viernes, que hacen un total de quince sesiones. La duración de las actividades será flexible, para dar cabida a la espontaneidad de los/las niños/as.

4.1.6. Sesiones o actuaciones a realizar.

En adelante, se recogen las actividades o sesiones a realizar, tanto si la propuesta es llevada a cabo en un aula como si se lleva a cabo en casa:

Tabla 5*Actividad 1 (evaluación inicial)*

Título: ¿Qué nos hace sentir este nuevo objeto?	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reconocer y expresar las propias emociones y las de los demás. • Identificar distintos sentimientos que puedan experimentar en los entornos que abarca la vida. 	
<p>Contenidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conciencia emocional. • Desarrollo de habilidades de vida. • La maleta. • Lenguaje oral como instrumento de comunicación y expresión. 	
Ámbito escolar	En casa
<p>Desarrollo: en esta actividad inicial de contenidos previos, se usará una maleta (Figura 2) para crear curiosidad en los/las alumnos/as. Esta maleta estará colocada en medio de la asamblea cuando los/las niños/as lleguen, además, se recomienda que esta sea llamativa para captar su atención. Los/las alumnos/as podrán acercarse a verla, tocarla y manipularla, interactuar con ella.</p> <p>Una vez se haya realizado esta parte más exploratoria, los/las alumnos/as se sentarán en la asamblea y se comenzará a hacer preguntas. Primero se realizarán preguntas a todos en general y después se puede ir haciendo otras preguntas más específicas a cada uno.</p> <p>Algunas de las preguntas son: ¿Cómo os sentís al tener este objeto delante? ¿Estáis nerviosos por saber de qué se trata? ¿Qué os transmite? ¿Os gusta? ¿Qué creéis que es? ¿Para qué sirve? ¿Qué puedes meter en ella? ¿Dónde la puedo llevar? ¿En ese viaje a quién te gustaría visitar? ¿Por qué? ¿A dónde podrías viajar? ¿En qué medio de transporte viajarías? ¿Cómo es la maleta (tamaño)? Y si 4 personas quieren meter cosas dentro de ella, ¿cómo tiene que ser la maleta, grande o pequeña? ¿Y si solo quiere meter cosas una persona? ¿Qué forma tiene la maleta? ...</p>	<p>Desarrollo: en esta actividad inicial de contenidos previos, se usará una maleta (Figura 2) para crear curiosidad en el/la niño/a. Si se dispone de una maleta física se le mostrará al niño/a para que pueda tocarla y manipularla, interactuar con ella. Se recomienda que esta sea llamativa para captar su atención. Si no se dispone de una maleta, se le mostrará una foto a través de un dispositivo tecnológico.</p> <p>Después de explorarla u observarla, un adulto comenzará a hacer preguntas.</p> <p>Algunas de las preguntas son: ¿Cómo te sientes al tener este objeto delante? ¿Estás nervioso por saber de qué se trata? ¿Qué te transmite? ¿Te gusta? ¿Qué crees que es? ¿Para qué sirve? ¿Qué puedes meter en ella? ¿Dónde la puedo llevar? ¿En ese viaje a quién te gustaría visitar? ¿Por qué? ¿A dónde podrías viajar? ¿En qué medio de transporte viajarías? ¿Cómo es la maleta (tamaño)? Y si 4 personas quieren meter cosas dentro de ella, ¿cómo tiene que ser la maleta, grande o pequeña? ¿Y si solo quiere meter cosas una persona? ¿Qué forma tiene la maleta? ...</p> <p>Además de estas preguntas se pueden realizar muchas otras dentro de este contexto o responder a aquellas que realice el niño o la niña.</p>

Además de estas preguntas se pueden realizar muchas otras dentro de este contexto o responder a aquellas que realicen los/las alumnos/as.

Materiales: maleta física.

Figura 2

Maleta



Nota. Se puede usar esta u otra cualquiera. *Maleta pegatinas* [Imagen]. AliExpress

<https://it.aliexpress.com/item/1978309424.html>

Espacio: asamblea.

Materiales: maleta física, si es posible, o foto de ella.

Figura 2

Maleta



Nota. Se puede usar esta foto u otra cualquiera.

Maleta pegatinas [Imagen]. AliExpress

<https://it.aliexpress.com/item/1978309424.html>

Espacio: lugar donde el infante se sienta cómodo.

Tabla 6*Actividad 2*

Título: ¡Recordemos!	
Objetivos:	
<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer y expresar las propias emociones y las de los demás. • Desarrollar habilidades sociales como la empatía. • Identificar distintos sentimientos que puedan experimentar en los entornos que abarca la vida. 	
Contenidos:	
<ul style="list-style-type: none"> • Conciencia emocional. • Desarrollo de habilidades socio-emocionales. • Desarrollo de habilidades de vida. • Lenguaje oral como instrumento de comunicación y expresión. 	
Ámbito escolar	En casa
<p>Desarrollo: en la asamblea, se les pedirá a los/las alumnos/as que recuerden un viaje que les provocara alguna emoción y expliquen por qué. Se realizará de uno en uno, así todos deberán escuchar a los demás, tomar conciencia y respetar los tiempos.</p> <p>A medida que el alumno/a cuente su viaje, se pueden ir haciendo preguntas para encaminar la situación. Por ejemplo: ¿Cómo te sentiste? ¿Fue divertido? ¿Te gustó? ¿Por qué? ¿A dónde fuiste? ¿Cómo fuiste? ¿Con quién? ¿Llevabas una maleta como la de la actividad anterior? ¿Qué llevabas en ella? ...</p>	<p>Desarrollo: un adulto le pedirá al niño/a que recuerde un viaje que le provocara alguna emoción y explique por qué.</p> <p>A medida que el/la alumno/a cuente su viaje, se pueden ir haciendo preguntas para encaminar la situación. Por ejemplo: ¿Cómo te sentiste? ¿Fue divertido? ¿Te gustó? ¿Por qué? ¿A dónde fuiste? ¿Cómo fuiste? ¿Con quién? ¿Llevabas una maleta como la de la actividad anterior? ¿Qué llevabas en ella? ...</p> <p>Cuando el niño o la niña terminen su intervención, el adulto puede pasar a contarles algún viaje que haya realizado para que así el niño o la niña pueda escuchar lo que dice, tomar conciencia y respetar los tiempos.</p>
Materiales: ninguno.	Materiales: ninguno.
Espacio: asamblea.	Espacio: lugar donde el infante se sienta cómodo.

Tabla 7

Actividad 3

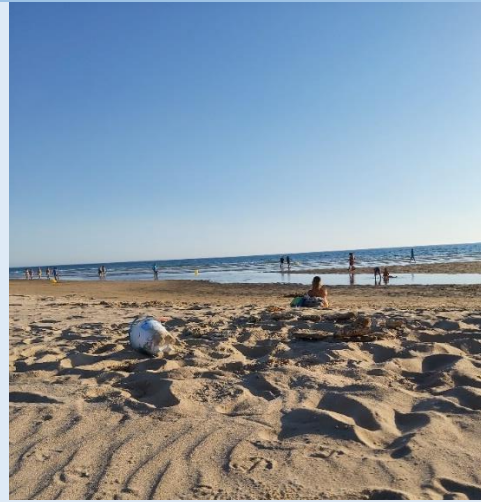
Título: ¿A dónde vamos?	
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar habilidades sociales como la solidaridad y la sostenibilidad. 	
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de habilidades socio-emocionales. • Medio ambiente. 	
Ámbito escolar	En casa
<p>Desarrollo: en primer lugar, se preguntará a los/las alumnos/as a dónde les haría ilusión viajar y por qué. Utilizando las respuestas que ellos den a esta pregunta, se definirán dos entornos clave: la playa y la montaña.</p> <p>A continuación, el docente les mostrará dos fotografías impresas, una de cada entorno, y se le pedirá que hagan una lluvia de ideas sobre acciones que si se pueden y acciones que no se pueden realizar tanto en la playa como en la montaña.</p> <p>Para que quede claro, el docente colocará las dos fotos en un papel continuo y hará dos columnas, una para las cosas que si deben hacer y otra para las que no. Con las respuestas que vayan dando los/las alumnos/as se irá rellenando dicha tabla, con cosas como: no tirar basura, no distraerse para evitar caerse, ir acompañado de un adulto, hidratarse bebiendo agua, protegerse del sol (crema solar) y de la lluvia (paraguas, chubasquero, botas, etc.) ...</p> <p>Si los/las alumnos/as no están muy avanzados en la lectoescritura, se sugiere hacer dibujos o pictogramas de dichas acciones. Incluso, pueden ser los/las mismos/as alumnos/as los que salgan a realizarlo.</p>	<p>Desarrollo: en primer lugar, se preguntará al niño/a dónde le haría ilusión viajar y por qué. Utilizando la respuesta que dé el/la niño/a a, se definirán dos entornos clave: la playa y la montaña.</p> <p>A continuación, un adulto le mostrará dos fotografías (si es posible impresas, sino a través de un dispositivo tecnológico), una de cada entorno, y se le pedirá que haga una lluvia de ideas sobre acciones que si se pueden y acciones que no se pueden realizar tanto en la playa como en la montaña.</p> <p>Para que quede claro, un adulto hará dos columnas en un papel, una para las cosas que si deben hacer y otra para las que no. Con las respuestas que vayan dando el/la niño/a se irá rellenando esta tabla, con cosas como: no tirar basura, no distraerse para evitar caerse, ir acompañado de un adulto, hidratarse bebiendo agua, protegerse del sol (crema solar) y de la lluvia (paraguas, chubasquero, botas, etc.) ...</p> <p>Si el/la niño/a no está muy avanzado en la lectoescritura, se sugiere hacer dibujos o pictogramas de dichas acciones. Incluso, puede ser el mismo niño o la misma niña el/la que salga a realizarlo.</p>
<p>Materiales: fotografías de la playa (Figura 3) y de la montaña (Figura 4), papel continuo, pegamento o celo, y un rotulador.</p> <p>Figura 3 <i>Playa</i></p>	<p>Materiales: fotografías de la playa (Figura 3) y de la montaña (Figura 4), impresas o desde un dispositivo tecnológico, folio o cartulina y un rotulador.</p> <p>Figura 3 <i>Playa</i></p>



Nota. Se puede usar esta foto o cualquier otra.

Figura 4

Montaña



Nota. Se puede usar esta foto o cualquier otra.

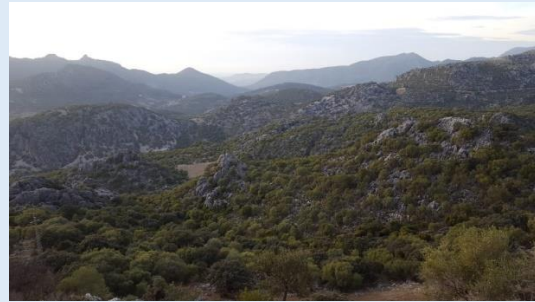
Figura 4

Montaña



Nota. Se puede usar esta foto o cualquier otra.

Espacio: asamblea.



Nota. Se puede usar esta foto o cualquier otra.

Espacio: lugar donde el infante se sienta cómodo.

La siguiente actividad se realizará en dos sesiones, la primera la actividad cuatro y la segunda la actividad cinco. Ya que son densas, pero se complementan.

Tabla 8

Actividad 4

Título: ¿Que transporte te hace ilusión conocer?	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conocer, valorar y aceptar las capacidades y limitaciones sin dejar de quererse a sí mismos, desarrollando así la autoestima. 	
<p>Contenidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de la autoestima. • Medios de transporte como el avión, el coche o el autobús. • Artes plásticas como medio de expresión. 	
Ámbito escolar	En casa
<p>Desarrollo: primeramente, en la asamblea, el docente les explicará a los/las alumnos/as que para viajar se utilizan los medios de transporte. A cada uno se le preguntará en qué medio de transporte les haría ilusión viajar y por qué. Según el medio de transporte que elijan, se les mostrarán figuras de juguetes de estos mismos, como pueden ser avión, coche, autobús, etc., y así podrán manipularlos y experimentar con ellos.</p> <p>En segundo lugar, los/las alumnos/as se dirigirán a sus respectivos asientos y el docente les pedirá que realicen el medio de transporte elegido, con diferentes artes plásticas, bien sea un dibujo, moldeando un folio, con una caja de cartón..., como ellos quieran.</p>	<p>Desarrollo: primeramente, un adulto le explicará al niño o niña que para viajar se utilizan los medios de transporte. Después, el adulto le preguntará en qué medio de transporte le haría ilusión viajar y porqué. Según el medio de transporte que elija, se le mostrará, si es posible, figuras de juguetes de estos como avión, coche o autobús, y sino fotos de estos mismos (Figura 5, 6 y 7).</p> <p>En segundo lugar, el/la niño/a se dirigirá a su lugar de trabajo y el adulto le pedirá que realice el medio de transporte elegido, con diferentes artes plásticas, bien sea un dibujo, moldeando un folio, con una caja de cartón..., como él/ella quieran, según los materiales que tengan a su disposición.</p>
<p>Materiales: avión (Figura 5), coche (Figura 6) y autobús (Figura 7) de juguete o foto de los mismos; materiales y recursos diversos de artes plásticas: lápices de colores, rotuladores, folios, cartulinas, papel de seda, pegamento, tijeras, cartón, caja de zapatos, rollo del papel higiénico, acuarelas, algodón, pegatinas...</p> <p>Figura 5 <i>Avión</i></p>	<p>Materiales: avión (Figura 5), coche (Figura 6) y autobús (Figura 7) de juguete, si es posible, o foto de los mismos; materiales y recursos diversos de artes plásticas disponibles en casa: lápices de colores, rotuladores, folios, cartulinas, papel de seda, pegamento, tijeras, cartón, caja de zapatos, rollo del papel higiénico, acuarelas, algodón, pegatinas...</p> <p>Figura 5 <i>Avión</i></p>



Nota. Se puede ser esta foto o cualquier otra.
Tomado de *Avión de Binter*, 2020, eldiario.es
(https://www.eldiario.es/canariasahora/lapalmaahora/economia/Binter-amplia-vuelos-levante-ocupacion_0_1030997575.html).

Figura 6

Coche



Nota. Se puede usar esta foto o cualquier otra.
Tomado de *Mazda 2* [Fotografía], por David García,
¿Qué coche me compro?
(<https://www.quecochemecompro.com/blog/coches-nuevos-por-12-000-euros/>).

Figura 7

Autobús



Nota. Se puede usar esta foto o cualquier otra. Tomado de *Tussam* [Fotografía], por Albert Belison, 2017, LogiNews
(<https://noticiaslogisticaytransporte.com/transporte/01/12/2017/tussam-transportes-ofrecera-wifi-gratis-en-sus-autobuses-de-sevilla/111260.html>).

Espacio: asamblea y mesas.



Nota. Se puede ser esta foto o cualquier otra.
Tomado de *Avión de Binter*, 2020, eldiario.es
(https://www.eldiario.es/canariasahora/lapalmaahora/economia/Binter-amplia-vuelos-levante-ocupacion_0_1030997575.html).

Figura 6

Coche



Nota. Se puede usar esta foto o cualquier otra.
Tomado de *Mazda 2* [Fotografía], por David García,
¿Qué coche me compro?
(<https://www.quecochemecompro.com/blog/coches-nuevos-por-12-000-euros/>).

Figura 7

Autobús



Nota. Se puede usar esta foto o cualquier otra.
Tomado de *Tussam* [Fotografía], por Albert Belison, 2017, LogiNews
(<https://noticiaslogisticaytransporte.com/transporte/01/12/2017/tussam-transportes-ofrecera-wifi-gratis-en-sus-autobuses-de-sevilla/111260.html>).

Espacio: lugar donde el infante se sienta cómodo.

Tabla 9*Actividad 5*

Título: ¿Qué transporte te gusta menos?	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aprender a gestionar las emociones (por ejemplo, aprender a relajarse cuando se sienten impacientes o nerviosos). • Conocer, valorar y aceptar las capacidades y limitaciones sin dejar de quererse a sí mismos, desarrollando así la autoestima. • Identificar distintos sentimientos que puedan experimentar en los entornos que abarca la vida. 	
<p>Contenidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regulación emocional. • Desarrollo de la autoestima. • Habilidades de vida. • Medios de transporte como el avión, el coche o el autobús. 	
Ámbito escolar	En casa
<p>Desarrollo: el docente les preguntará a los/las alumnos/as en qué medio de transporte no les gustaría viajar y por qué, y cómo se sentirían si viajaran en él.</p> <p>Utilizando las respuestas que den, se pretende que los/las alumnos/as identifiquen que quizás les de miedo y se sientan nerviosos o se enfadan al viajar en ese medio porque se aburren... Se les explicará que esto no solo ocurre en este caso, sino diariamente, como por ejemplo en la primera actividad de la maleta que seguro que se sentían impacientes por saber de qué se trataba. Para ello, se les va a enseñar a calmarse de estos sentimientos de inquietud, nerviosismo y enfado, a través de una sesión de relajación.</p> <p>El docente les hará creer que tiene una varita mágica y los convierte a todos, sentados en el suelo, en globos. A medida que van inhalando aire, ellos se inflan como si fuesen globos, se levantan, se estiran y se tensan. Pero no saben cómo hacer un nudo, así que se desinflan como un globo, expulsando aire por la boca, hasta caer al suelo relajados.</p>	<p>Desarrollo: un adulto le preguntará al niño/a en qué medio de transporte no le gustaría viajar y por qué, y cómo se sentiría si viajara en él.</p> <p>Utilizando las respuestas que den, se pretende que el/la niño/a identifique que quizás le de miedo y se sienta nervioso o se enfada al viajar en ese medio porque se aburre... El adulto le explicará que esto no solo ocurre en este caso, sino diariamente, como por ejemplo en la primera actividad de la maleta que seguro que se sentía impaciente por saber de qué se trataba. Para ello, se le va a enseñar a calmarse de estos sentimientos de inquietud, nerviosismo y enfado, a través de una sesión de relajación.</p> <p>El adulto le hará creer que tiene una varita mágica y le convierte, sentado en el suelo, en globo. A medida que va inhalando aire, él/ella se infla como si fuese un globo, se levanta, se estira y se tensa. Pero no sabe cómo hacer un nudo, así que se desinfla como un globo, expulsando aire por la boca, hasta caer al suelo relajado/a.</p>
Materiales: ninguno.	Materiales: ninguno.
Espacio: asamblea.	Espacio: lugar donde el infante se sienta cómodo.

Tabla 10

Actividad 6

Título: ¿Cómo nos sentimos viajando?	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aprender a gestionar las emociones. • Conocer, valorar y aceptar las capacidades y limitaciones sin dejar de quererse a sí mismos, desarrollando así la autoestima. • Identificar distintos sentimientos que puedan experimentar en los entornos que abarca la vida. 	
<p>Contenidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regulación emocional. • Desarrollo de la autoestima. • Desarrollo de las habilidades de vida. • Mundo musical a través de las emociones. 	
Ámbito escolar	En casa
<p>Desarrollo: el docente les va a explicar a los/las alumnos/as que las personas experimentan diferentes emociones en su vida, como la alegría, el enfado, la tristeza, etc., tal y como han podido comprobar en las actividades anteriores. Con la ayuda de los/las alumnos/as se recogerán las emociones, que ellos vayan nombrando, en la pizarra. Después, se les explicará que estas emociones se pueden ver reflejadas en la música. En este caso, se va a trabajar con el género clásico y para cada emoción se propondrá una canción de este género, que los/las alumnos/as escucharán.</p> <p>Alegría → <i>Las cuatro estaciones</i>, de Vivaldi.</p> <p>Tristeza → <i>Pavana para una infanta difunta</i>, de Ravel.</p> <p>Miedo → <i>1º movimiento de la 5ª sinfonía</i>, de Beethoven.</p> <p>Enfado → <i>El rito de la primavera. Consagración</i>, de Igor Stravinsky.</p> <p>Luego de escuchar todas estas canciones relacionándolas con la emoción, se van a volver a poner cada una de ellas y se van a analizar con los/las alumnos/as detenidamente. Cuando se ponga una canción, se preguntará cómo es el ritmo de la misma</p>	<p>Desarrollo: un adulto le va a explicar al niño/a que las personas experimentan diferentes emociones en su vida, como la alegría, el enfado, la tristeza, etc., tal y como han podido comprobar en las actividades anteriores. Con la ayuda del niño/a se recogerán las emociones, que él o ella vayan nombrando, en un papel. Después, se le explicará que estas emociones se pueden ver reflejadas en la música. En este caso, se va a trabajar con el género clásico y para cada emoción se escuchará una canción de este género:</p> <p>Alegría → <i>Las cuatro estaciones</i>, de Vivaldi.</p> <p>Tristeza → <i>Pavana para una infanta difunta</i>, de Ravel.</p> <p>Miedo → <i>1º movimiento de la 5ª sinfonía</i>, de Beethoven.</p> <p>Enfado → <i>El rito de la primavera. Consagración</i>, de Igor Stravinsky.</p> <p>Luego de escuchar todas estas canciones relacionándolas con la emoción, se van a volver a poner cada una de ellas y se van a analizar con el/la niño/a detenidamente. Cuando se ponga una canción, se preguntará cómo es el ritmo de la misma y que intente reproducirlo con el cuerpo, bailando, haciendo percusión con las manos, los pies, etc. Esto se hará con</p>

<p>y que intenten reproducirlo con el cuerpo, bailando, haciendo percusión con las manos, los pies, etc. Esto se hará con todas las canciones, con el fin de que puedan diferenciar los ritmos que provoca cada emoción y siempre con la ayuda del docente, ya que será uno de sus primeros acercamientos al mundo musical.</p> <p>Por último, se les pedirá a los/las alumnos/as que elijan junto a su familia, cuál de estas canciones le pondrían al encuentro que se va a producir con este viaje y por qué. Cuando lo decidan, lo compartirán con el resto de compañeros/as.</p>	<p>todas las canciones, con el fin de que pueda diferenciar los ritmos que provoca cada emoción y siempre con la ayuda de un adulto, ya que será uno de sus primeros acercamientos al mundo musical.</p> <p>Por último, se le pedirá al niño/a que elija junto a su familia, cuál de estas canciones le pondrían al encuentro que se va a producir con este viaje y por qué.</p>
<p>Materiales: pizarra y ordenador, pizarra digital o teléfono móvil.</p>	<p>Materiales: papel y ordenador o teléfono móvil.</p>
<p>Espacio: asamblea.</p>	<p>Espacio: lugar donde el infante se sienta cómodo.</p>

Tabla 11*Actividad 7*

Título: La caja de las emociones	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reconocer y expresar las propias emociones y las de los demás. • Aprender a gestionar las emociones. • Desarrollar habilidades socio-emocionales. • Identificar distintos sentimientos que puedan experimentar en los entornos que abarca la vida. 	
<p>Contenidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conciencia emocional. • Regulación emocional. • Desarrollo de habilidades socio-emocionales. • Desarrollo de habilidades de vida. • Lectoescritura mediante emociones. 	
Ámbito escolar	En casa
<p>Desarrollo: el docente habrá realizado previamente una caja de las emociones (Figura 8), o con ayuda del alumnado. Esta es una caja decorada con pictogramas de emociones o palabras de emociones. Les explicará que en ella deberán meter mensajes escritos en un papel, donde expresen diferentes emociones o sentimientos respecto a situaciones que se puedan producir en el aula durante el trabajo de este proyecto.</p> <p>Si los/las alumnos/as no están muy adentrados en la lectoescritura, pueden pedir a otro compañero o docente que se lo escriba o simplemente expresarlo como mejor sepan (dibujo, palabras sueltas, etc.).</p> <p>El docente explicará que deben echar los mensajes durante toda la mañana y al final del día se abrirá y se leerán los diferentes mensajes que contiene. No es necesario decir a que alumno/a corresponde ese mensaje. Los mensajes se leerán en alto y entre todos los/las alumnos/as tienen que buscar una solución a ese conflicto. Por ejemplo, si el mensaje dice <i>“Esta mañana no he podido controlar mis nervios y he pegado a un compañero. Me siento mal...”</i>, se darán soluciones como calmarnos mediante técnicas de</p>	<p>Desarrollo: el adulto habrá realizado previamente una caja de las emociones (Figura 8), o con ayuda del niño/a. Esta es una caja decorada con pictogramas de emociones o palabras de emociones. Le explicará que en ella deberá meter mensajes escritos en un papel, donde exprese diferentes emociones o sentimientos respecto a situaciones que se puedan producir durante el trabajo de este proyecto.</p> <p>Si el/la niño/a no está muy adentrado en la lectoescritura, puede pedir a otra persona que se lo escriba o simplemente expresarlo como mejor sepa (dibujo, palabras sueltas, etc.).</p> <p>El adulto explicará que debe echar los mensajes durante toda la mañana y al final del día se abrirá y se leerán los diferentes mensajes que contiene. No es necesario decir a quien corresponde ese mensaje. Los mensajes se leerán en alto y entre el adulto y el/la niño/a tienen que buscar una solución a ese conflicto. Por ejemplo, si el mensaje dice <i>“Esta mañana no he podido controlar mis nervios y he pegado a mi hermano. Me siento mal...”</i>, se darán soluciones como calmarnos mediante técnicas de relajación y</p>

relajación y hablar tranquilamente con ese compañero sobre lo que te ha molestado.

Entre las respuestas que den, se elegirá la más adecuada. De esta forma se trabajarán los pasos a seguir en la resolución de conflictos que son:

1. Identificar el problema.
2. Pensar varias soluciones.
3. Evaluar las opciones.
4. Decidir una.
5. Valorar la efectividad de la solución.

Se recomienda que el adulto dé ejemplo a los más pequeños y también meta mensajes en la caja. También se recomienda que esta actividad se realice más veces durante el curso, ya que favorece al buen ambiente del grupo-clase.

Materiales: caja de las emociones (Figura 8), papel y lápiz.

Figura 8

La caja de las emociones



Nota. Se puede usar esta o cualquier otra. Tomado de *La caja de las emociones* [Fotografía], 2020, Psicodiagnos: Psicología Infantil y Juvenil (<https://psicodiagnos.es/areaespecializada/tecnicasdeintervencion/trabajando-la-inteligencia-emocional-en-clase/index.php#552340a1c5131ff2d>).

Espacio: aula.

hablar tranquilamente con tu hermano sobre lo que te ha molestado.

Entre las respuestas que den, se elegirá la más adecuada. De esta forma se trabajarán los pasos a seguir en la resolución de conflictos que son:

1. Identificar el problema.
2. Pensar varias soluciones.
3. Evaluar las opciones.
4. Decidir una.
5. Valorar la efectividad de la solución.

Se recomienda que el adulto dé ejemplo a los más pequeños y también meta mensajes en la caja. También se recomienda que esta actividad se realice más veces, ya que favorece al buen ambiente interpersonal.

Materiales: caja de las emociones (Figura 8), papel y lápiz.

Figura 8

La caja de las emociones



Nota. Se puede usar esta o cualquier otra. Tomado de *La caja de las emociones* [Fotografía], 2020, Psicodiagnos: Psicología Infantil y Juvenil (<https://psicodiagnos.es/areaespecializada/tecnicasdeintervencion/trabajando-la-inteligencia-emocional-en-clase/index.php#552340a1c5131ff2d>).

Espacio: lugar donde el infante se sienta cómodo.

Tabla 12

Actividad 8

Título: ¿Cómo podemos solucionarlo?	
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> • Aprender a gestionar las emociones. • Desarrollar habilidades socio-emocionales. 	
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> • Regulación emocional. • Desarrollo de habilidades socio-emocionales. 	
Ámbito escolar	En casa
<p>Desarrollo: el docente leerá el cuento “Dos Monstruos” de David McKee a los/las alumnos/as. El cuento trata sobre dos monstruos, que viven en caras opuestas de una montaña, y no se ponen de acuerdo en si el día comienza o la noche termina. Los monstruos se insultan el uno al otro y se lanzan rocas, hasta que hacen un descubrimiento sorprendente.</p> <p>Antes de que se resuelva el conflicto en el cuento, el docente pregunta “¿Y ahora qué creéis que va a pasar?”. Así, se formará una lluvia de ideas por parte del alumnado, que les enriquecerá.</p> <p>Posteriormente, se terminará de leer el cuento y se hablará sobre la solución del cuento y las soluciones que aportaron ellos anteriormente.</p>	<p>Desarrollo: el adulto leerá el cuento “Dos Monstruos” de David McKee al niño/a. El cuento trata sobre dos monstruos, que viven en caras opuestas de una montaña, y no se ponen de acuerdo en si el día comienza o la noche termina. Los monstruos se insultan el uno al otro y se lanzan rocas, hasta que hacen un descubrimiento sorprendente.</p> <p>Antes de que se resuelva el conflicto en el cuento, el adulto pregunta “¿Y ahora qué crees que va a pasar?”. Así, se formará una lluvia de ideas en la que puede participar tanto el adulto como el niño o la niña, que le enriquecerá.</p> <p>Posteriormente, se terminará de leer el cuento y se hablará sobre la solución del cuento y las soluciones que se aportaron anteriormente.</p>
Materiales: cuento “Dos Monstruos” de David McKee (Javier Rodríguez Fernández, 2017).	Materiales: cuento “Dos Monstruos” de David McKee (Javier Rodríguez Fernández, 2017).
Espacio: asamblea.	Espacio: lugar donde el infante se sienta cómodo.

Tabla 13

Actividad 9

Título: ¡Nos identificamos!	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar, reconocer y expresar las cualidades de personalidad y las de los demás. • Conocer, valorar y aceptar las capacidades y limitaciones sin dejar de quererse a sí mismos, desarrollando así la autoestima. 	
<p>Contenidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conciencia emocional. • Desarrollo de la autoestima. • Lectoescritura mediante emociones. 	
Ámbito escolar	En casa
<p>Desarrollo: el docente les explicará a los/las alumnos/as que cuando se viaja se necesita llevar una identificación, como el DNI o el pasaporte. Ellos van a realizarse el suyo propio. Para ello, se les va a proporcionar un papel (bien sea folio o cartulina), en él deberán hacer un autorretrato y al lado escribir su nombre, los años que tiene y dónde vive.</p> <p>Posteriormente, cada alumno/a preguntará a sus compañeros cómo es, si es amoroso, divertido, triste, malhumorado, etc. Cuando tengan sus cualidades, deben escribirlas en el papel e identificarlas en el cuaderno de pictogramas (Figura 9). Se sugiere que el cuaderno sea de pegatinas, las cuales pegarán al lado de la cualidad correspondiente y, sino que recorten el pictograma y lo peguen.</p>	<p>Desarrollo: un adulto le explicará al niño/a que cuando se viaja se necesita llevar una identificación, como el DNI o el pasaporte. Él/ella va a realizarse el suyo propio. Para ello, se le va a proporcionar un papel (bien sea folio o cartulina), en él deberá hacer un autorretrato y al lado escribir su nombre, los años que tiene y dónde vive.</p> <p>Posteriormente, el/la niño/a preguntará a algún familiar cómo es, si es amoroso, divertido, triste, malhumorado, etc. Cuando tenga sus cualidades, debe escribirlas en el papel e identificarlas en el cuaderno de pegatinas de pictogramas (Figura 9). Si es posible imprimirlo, puede hacerse en forma de pegatinas o que recorten el pictograma y lo peguen en el papel. Si no es posible imprimirlo, que identifiquen el pictograma a través de una foto en un dispositivo tecnológico.</p>
<p>Materiales: folio o cartulina, lápices y el cuaderno de pictogramas (Figura 9).</p> <p>Figura 9 <i>Pictogramas de cualidades</i></p>	<p>Materiales: folio o cartulina, lápiz y cuaderno de pictogramas (Figura 9) o dispositivo tecnológico.</p> <p>Figura 9 <i>Pictogramas de cualidades</i></p>



Nota. Se pueden elegir estas u otras cualesquiera.
Adaptado de *Emoticonos* [Fotografía], 2019, SignificadoEmojis
(<https://www.significadoemojis.es/#>).

Espacio: asamblea y mesas.



Nota. Se pueden elegir estas u otras cualesquiera.
Adaptado de *Emoticonos* [Fotografía], 2019, SignificadoEmojis
(<https://www.significadoemojis.es/#>).

Espacio: lugar de trabajo donde el infante se sienta cómodo.

Tabla 14*Actividad 10*

Título: ¿A quién vas a visitar?	
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> • Reconocer y expresar las propias emociones y las de los demás. • Desarrollar habilidades sociales como la empatía. 	
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> • Conciencia emocional. • Desarrollo de las habilidades socio-emocionales. • Lenguaje oral como instrumento de comunicación y expresión. 	
Ámbito escolar	En casa
<p>Desarrollo: el docente les explicará a los alumnos/as que otra de las cosas importantes que hay que saber cuando se viaja es a quién se va a visitar.</p> <p>En este caso, cada alumno/a deberá explicarle al resto de sus compañeros a quién ha elegido visitar y por qué. También, explicarles cómo se sienten estando con esa persona y qué creen que va a pensar la otra persona cuando les vea.</p>	<p>Desarrollo: un adulto le explicará al niño/a que otra de las cosas importantes que hay que saber cuando se viaja es a quién se va a visitar.</p> <p>En este caso, el/la niño/a deberá explicarle a un familiar a quién ha elegido visitar y por qué. También, explicarle cómo se siente estando con esa persona y qué cree que va a pensar la otra persona cuando le vea.</p>
Materiales: ninguno.	Materiales: ninguno.
Espacio: asamblea.	Espacio: lugar donde el infante se sienta cómodo.

Tabla 15

Actividad 11

Título: Un viaje de corazón	
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> • Reconocer y expresar las propias emociones y las de los demás. 	
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> • Conciencia emocional. • El corazón. • Lenguaje oral como instrumento de comunicación y expresión. • Artes plásticas como medio de expresión. • Lectoescritura mediante emociones. 	
Ámbito escolar	En casa
<p>Desarrollo: sentados en la asamblea, el docente preguntará a los/las alumnos/as cómo se están sintiendo realizando este proyecto, cómo se sienten al saber que van a realizar el viaje, si les está gustando, por qué, etc.</p> <p>A continuación, les mostrará un corazón de peluche (Figura 10), para que sea blandito y gustoso. Y el docente le preguntará si saben qué es, si les gusta, qué les hace sentir. Además, se pasará para que lo toquen e interactúen con él.</p> <p>Después el docente comenzará a realizar preguntas más específicas sobre el corazón, como si saben dónde está situado en el cuerpo, para qué sirve, si conocen su forma, su tamaño, etc. A través de ellas, el docente explicará que el corazón se encuentra situado hacia el lado izquierdo, que es del tamaño de nuestro puño y que es el encargado de llevar la sangre a todos los lugares de nuestro cuerpo. Mientras lo hace, les mostrará una foto del sistema circulatorio (Figura 11) en la pizarra digital (sino impresa).</p> <p>Por otro lado, se le explicará que además de todo esto, en el corazón pasa otra cosa muy importante. Y es que en el corazón es donde se sienten las emociones, por ejemplo, si estamos nerviosos el corazón comienza a latir más deprisa.</p>	<p>Desarrollo: el adulto preguntará al niño/a cómo se está sintiendo realizando este proyecto, cómo se siente al saber que va a realizar el viaje, si le está gustando, por qué, etc.</p> <p>A continuación, le mostrará un corazón de peluche, para que sea blandito y gustoso, o una foto de este (Figura 10). Y el adulto le preguntará si sabe qué es, si le gusta, qué le hace sentir. Además, si se tiene el peluche se le pasará al niño o niña para que lo toque e interactúe con él.</p> <p>Después el adulto comenzará a realizar preguntas más específicas sobre el corazón, como si sabe dónde está situado en el cuerpo, para qué sirve, si conoce su forma, su tamaño, etc. A través de ellas, el adulto explicará que el corazón se encuentra situado hacia el lado izquierdo, que es del tamaño de nuestro puño y que es el encargado de llevar la sangre a todos los lugares de nuestro cuerpo. Mientras lo hace, le mostrará una foto del sistema circulatorio (Figura 11), bien impresa o a través de un dispositivo tecnológico.</p> <p>Por otro lado, se le explicará que además de todo esto, en el corazón pasa otra cosa muy importante. Y es que en el corazón es donde se sienten las emociones, por ejemplo, si estamos nerviosos el corazón comienza a latir más deprisa.</p>

Desde esta perspectiva, los/las alumnos/as deberán realizar su propio corazón en una cartulina y escribir en él la emoción que sienten al realizar este viaje.

Materiales: corazón de peluche (Figura 10), foto del sistema circulatorio (Figura 11), pizarra digital, cartulina, lápiz.

Figura 10

Corazón de peluche con brazos



Nota. Se puede usar este u otro cualquiera. Tomado de *Corazón de peluche con brazos* [Fotografía], Pinterest (<https://www.pinterest.es/pin/589408669951799648/>)

Figura 11

Sistema circulatorio



Nota. Se puede usar esta u otra cualquiera. Tomado de *El sistema circulatorio del cuerpo para niños* [Fotografía], por Smile and Learn, 2017, Youtube (<https://www.youtube.com/watch?v=ZzATGDMNKYw>)

Espacio: asamblea y mesas.

Desde esta perspectiva, el/la niño/a deberá realizar su propio corazón en una cartulina y escribir en él la emoción que siente al realizar este viaje.

Materiales: corazón de peluche o foto (Figura 10), foto del sistema circulatorio (Figura 11), dispositivo tecnológico, cartulina, lápiz.

Figura 10

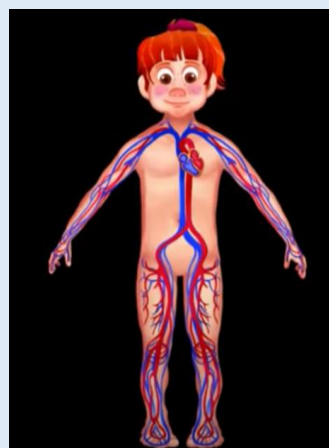
Corazón de peluche con brazos



Nota. Se puede usar este u otro cualquiera. Tomado de *Corazón de peluche con brazos* [Fotografía], Pinterest (<https://www.pinterest.es/pin/589408669951799648/>)

Figura 11

Sistema circulatorio



Nota. Se puede usar esta u otra cualquiera. Tomado de *El sistema circulatorio del cuerpo para niños* [Fotografía], por Smile and Learn, 2017, Youtube (<https://www.youtube.com/watch?v=ZzATGDMNKYw>)

Espacio: lugar de trabajo donde el infante se sienta cómodo.

Tabla 16*Actividad 12*

Título: ¡Mis amigos se vienen de viaje!	
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> • Reconocer y expresar las propias emociones y las de los demás. • Desarrollar las habilidades socio-emocionales. 	
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> • Conciencia emocional. • Desarrollo de las habilidades socio-emocionales. • Lenguaje oral como instrumento de comunicación y expresión. 	
Ámbito escolar	En casa
<p>Desarrollo: el docente le recordará a los/as alumnos/as una de las actividades anteriores en las que explicaron a quién iban a visitar.</p> <p>Luego, a cada alumno/a se le preguntará si se llevaría a algún amigo/a al viaje, a qué amigo/a se llevarían al viaje y por qué, y a quién no y por qué.</p>	<p>Desarrollo: el adulto le recordará al niño/a una de las actividades anteriores en las que explicó a quién iba a visitar.</p> <p>Luego, al niño/a se le preguntará si se llevaría a algún amigo/a al viaje, a qué amigo/a se llevaría al viaje y por qué, y a quién no y por qué.</p>
Materiales: ninguno.	Materiales: ninguno.
Espacio: asamblea.	Espacio: lugar donde el infante se sienta cómodo.

Tabla 17*Actividad 13*

Título: Las expresiones del rostro	
Objetivos:	
<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer y expresar las propias emociones y las de los demás. • Identificar distintos sentimientos que puedan experimentar en los entornos que abarca la vida. 	
Contenidos:	
<ul style="list-style-type: none"> • Conciencia emocional. • Desarrollo de habilidades de vida. • TIC (Tecnología de la Comunicación y la Información) a través de las emociones. 	
Ámbito escolar	En casa
<p>Desarrollo: para el desarrollo de esta actividad se utilizarán las TIC. En la pizarra digital se pondrá un juego interactivo (Proyecto Agrega, s.f.) que los/las alumnos/as deberán ir realizando.</p> <p>El juego contiene 4 partes. Una primera, en la que se explica que en la expresión del rostro nos comunica diferentes emociones que la persona siente.</p> <p>La segunda es una actividad en la que los/las alumnos/as deben identificar la palabra que define un estado de ánimo con la ilustración correspondiente.</p> <p>En la tercera actividad deben unir con flechas las oraciones con las imágenes que las describen.</p> <p>Y la última actividad es un simulador de expresiones, donde el/la alumno/a debe crear una expresión mediante las diferentes partes de la cara que se adjuntan.</p> <p>Se recomienda que la primera vez que se juegue, se realice en grupo y cuando comprendan bien la actividad, el docente vaya sacando alumnos/as de uno en uno.</p>	<p>Desarrollo: para el desarrollo de esta actividad se utilizarán las TIC. En un ordenador u otro dispositivo tecnológico, se pondrá un juego interactivo (Proyecto Agrega, s.f.) que el/la niño/a deberá ir realizando.</p> <p>El juego contiene 4 partes. Una primera, en la que se explica que en la expresión del rostro nos comunica diferentes emociones que la persona siente.</p> <p>La segunda es una actividad en la que el niño o la niña debe identificar la palabra que define un estado de ánimo con la ilustración correspondiente.</p> <p>En la tercera actividad debe unir con flechas las oraciones con las imágenes que las describen.</p> <p>Y la última actividad es un simulador de expresiones, donde el/la niño/a debe crear una expresión mediante las diferentes partes de la cara que se adjuntan.</p> <p>Se recomienda que la primera vez que se juegue, se realice con la ayuda de un adulto y cuando comprenda bien la actividad, el/la niño/a lo realizará solo/a.</p>
Materiales: pizarra digital.	Materiales: dispositivo tecnológico.
Espacio: asamblea.	Espacio: lugar donde el infante se sienta cómodo.

Tabla 18

Actividad 14

Título: ¿Qué emociones podemos sentir?	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conocer, valorar y aceptar las capacidades y limitaciones sin dejar de quererse a sí mismos, desarrollando así la autoestima. • Identificar distintos sentimientos que puedan experimentar en los entornos que abarca la vida. 	
<p>Contenidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de la autoestima. • Desarrollo de las habilidades de vida. • Expresión corporal como forma de expresión emocional. 	
Ámbito escolar	En casa
<p>Desarrollo: el docente les va a presentar a los/las alumnos/as un cuento motor “El viaje de Luna”. Este se basará en el viaje que van a realizar y deberán dramatizar todas las acciones que se nombren en dicho cuento. El docente será el que guíe el mismo.</p> <p>“Había una vez una niña, llamada Luna, que estaba muy triste, porque llevaba mucho tiempo sin ver a su familia. Un día, sus padres le dijeron que iban a realizar un viaje a otra ciudad, para visitar a su familia. Ella se puso muy contenta y con ilusión y rapidez se dirigió a hacer la maleta. Como en su familia son tres, su mamá, su papá y ella, utilizan una maleta grande. Desde el primer momento, Luna tenía claro que tres cosas iba a meter en ella, un oso de peluche, su gorra favorita y un disco de música clásica.</p> <p>El día del viaje llegó, pero Luna se enfadó mucho cuando se dio cuenta de que iban a viajar en coche. Luna se aburre mucho en el coche, por eso utiliza el disco de música clásica para sentirse relajada. Así, disminuye su enfado y se pasa el tiempo más rápido mientras escucha música tranquilamente.</p> <p>De pronto, el coche se paró y cuando miró por la ventana se sorprendió mucho, porque ya habían llegado a la casa de sus abuelos. Se bajó del coche entusiasmada y saltando de alegría, porque por fin podía abrazar a sus abuelos.</p>	<p>Desarrollo: un adulto le va a presentar al niño/a un cuento motor “El viaje de Luna”. Este se basará en el viaje que van a realizar y él o ella deberán dramatizar todas las acciones que se nombren en dicho cuento. El adulto será el que guíe el mismo.</p> <p>“Había una vez una niña, llamada Luna, que estaba muy triste, porque llevaba mucho tiempo sin ver a su familia. Un día, sus padres le dijeron que iban a realizar un viaje a otra ciudad, para visitar a su familia. Ella se puso muy contenta y con ilusión y rapidez se dirigió a hacer la maleta. Como en su familia son tres, su mamá, su papá y ella, utilizan una maleta grande. Desde el primer momento, Luna tenía claro que tres cosas iba a meter en ella, un oso de peluche, su gorra favorita y un disco de música clásica.</p> <p>El día del viaje llegó, pero Luna se enfadó mucho cuando se dio cuenta de que iban a viajar en coche. Luna se aburre mucho en el coche, por eso utiliza el disco de música clásica para sentirse relajada. Así, disminuye su enfado y se pasa el tiempo más rápido mientras escucha música tranquilamente.</p> <p>De pronto, el coche se paró y cuando miró por la ventana se sorprendió mucho, porque ya habían llegado a la casa de sus abuelos. Se bajó del coche entusiasmada y saltando de alegría porque por fin podía abrazar a sus abuelos.</p>

Al final, Luna pasó un fin de semana muy divertido y súper contenta por estar pasando tiempo con su familia.”	Al final, Luna pasó un fin de semana muy divertido y súper contenta por estar pasando tiempo con su familia.”
Materiales: ninguno.	Materiales: ninguno.
Espacio: asamblea o aula de psicomotricidad.	Espacio: lugar donde el infante se sienta cómodo y tenga el espacio suficiente para moverse.

Tabla 19

Actividad 15 (evaluación final)

Título: ¡El reto de la maleta!	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reconocer y expresar las propias emociones y las de los demás. • Identificar distintos sentimientos que puedan experimentar en los entornos que abarca la vida. 	
<p>Contenidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conciencia emocional. • Desarrollo de las habilidades de vida. • Lenguaje oral como instrumento de comunicación y expresión. 	
Ámbito escolar	En casa
<p>Desarrollo: cuando los/las alumnos/as entren en clase, encontrarán la maleta igual que en la primera actividad y el docente les realizará algunas preguntas sobre la misma: ¿Cómo os sentís al tener este objeto delante? ¿Estáis nerviosos por saber de qué se trata? ¿Qué os transmite? ¿Os gusta? ¿Qué creéis que es? ¿Para qué sirve? ¿Qué puedes meter en ella? ¿Dónde la puedes llevar? ¿A dónde podrías viajar? ¿Y si vas a la montaña que cosas no puedes hacer? ¿Y si vas a la playa? ¿En ese viaje a quién te gustaría visitar y por qué? ¿Te llevarías a algún amigo o compañero? ¿En qué medio de transporte viajarías? ¿Viajarías en un medio de transporte en el que nunca te hayas montado? ¿Qué debes llevar cuando viajes? ¿Cómo es la maleta (tamaño)? Y si 4 personas quieren meter cosas dentro de ella, ¿cómo tiene que ser la maleta, grande o pequeña? ¿Y si solo quiere meter cosas una persona? ¿Qué forma tiene la maleta? ...</p> <p>Después, les propondrá un reto. El docente abrirá la maleta y les enseñará que cosas ha metido en ella y por qué, y a continuación les tocará el turno a ellos. Los/las alumnos/as deben elegir tres objetos, que les produzcan algún sentimiento, que se llevarían al viaje y explicar por qué.</p> <p>Se puede trabajar que los/las alumnos/as traigan de su casa los objetos para que así se implique la familia y luego, los expondrán a sus compañeros.</p>	<p>Desarrollo: un adulto le mostrará al niño/a la maleta, como en la primera actividad y este le realizará algunas preguntas sobre la misma: ¿Cómo te sientes al tener este objeto delante? ¿Estás nervioso/a por saber de qué se trata? ¿Qué te transmite? ¿Te gusta? ¿Qué crees que es? ¿Para qué sirve? ¿Qué puedes meter en ella? ¿Dónde la puedes llevar? ¿A dónde podrías viajar? ¿Y si vas a la montaña que cosas no puedes hacer? ¿Y si vas a la playa? ¿En ese viaje a quién te gustaría visitar y por qué? ¿Te llevarías a algún amigo? ¿En qué medio de transporte viajarías? ¿Viajarías en un medio de transporte en el que nunca te hayas montado? ¿Qué debes llevar cuando viajes? ¿Cómo es la maleta (tamaño)? Y si 4 personas quieren meter cosas dentro de ella, ¿cómo tiene que ser la maleta, grande o pequeña? ¿Y si solo quiere meter cosas una persona? ¿Qué forma tiene la maleta? ...</p> <p>Después, le propondrá un reto. El adulto abrirá la maleta y le enseñará qué cosas ha metido en ella y por qué, y después le tocará el turno a él/ella. El niño o la niña deben elegir tres objetos, que le produzcan algún sentimiento, que se llevarían al viaje y explicar por qué.</p>

Materiales: tres objetos que provoquen emoción al niño/a.	Materiales: tres objetos que provoquen emoción al niño/a.
Espacio: asamblea.	Espacio: lugar donde el infante se sienta cómodo.

4.1.7. Recursos materiales y espaciales.

En cuanto a los recursos espaciales se usará principalmente el aula, el lugar de la asamblea y las mesas, y si es posible el aula de psicomotricidad. Si se lleva a cabo en casa, es recomendable usar un espacio amplio y cómodo para el niño/a.

Los recursos materiales necesarios para el desarrollo de la propuesta, según el lugar donde se lleve a cabo la misma, se encuentran enumerados en la Tabla 20:

Tabla 20

Recursos materiales

RECURSOS MATERIALES	
Ámbito escolar	En casa
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Maleta (Figura 2). ➤ Foto de playa (Figura 3) y montaña (Figura 4). ➤ Diferentes materiales de artes plásticas: lápices, rotuladores, ceras, temperas, acuarelas, pegatinas, pegamento o celo, tijeras, folio, cartulina, papel continuo, papel de seda, papel pinocho, papel de celofán, cajas de cartón, rollo del papel higiénico, algodón, esponja, palos, platos, purpurina, telas, goma eva, plumas... ➤ Avión, coche y autobús de juguete. ➤ Pizarra. ➤ Pizarra digital, ordenador o teléfono móvil. ➤ Caja de emociones (Figura 8). ➤ Cuento “Dos Monstruos” de David Mckee (Javier Rofríguez Fernández, 2017). ➤ Cuaderno de pictogramas sobre cualidades de personalidad (Figura 9). ➤ Corazón de peluche (Figura 10). ➤ Foto de sistema circulatorio (Figura 11). ➤ Tres objetos a elección del niño/a que le provoque alguna emoción. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Maleta (Figura 2). ➤ Foto de playa (Figura 3) y montaña (Figura 4). ➤ Diferentes materiales de artes plásticas disponibles en casa: lápices, rotuladores, ceras, temperas, acuarelas, pegatinas, pegamento o celo, tijeras, folio, cartulina, papel de seda, papel pinocho, papel de celofán, cajas de cartón, rollo del papel higiénico, algodón, esponja, palos, platos, purpurina, telas, goma eva, plumas... ➤ Avión (Figura 5), coche (Figura 6) y autobús (Figura 7) de juguete o foto de ellos. ➤ Caja de emociones (Figura 8). ➤ Cuento “Dos Monstruos” de David Mckee (Javier Rodríguez Fernández, 2017). ➤ Cuaderno de pictogramas sobre cualidades de personalidad (Figura 9). ➤ Corazón de peluche (Figura 10) o foto de él. ➤ Foto de sistema circulatorio (Figura 11). ➤ Tres objetos a elección del niño/a que le provoque alguna emoción.

4.1.8. Evaluación.

Con relación a la evaluación, se propone realizarla de manera cualitativa a través de una evaluación inicial, una continua mientras se va realizando el proyecto y una final. Se recomienda que la evaluación se realice de forma conjunta y no de forma individualizada, en el ámbito educativo. Ya que en las sesiones propuestas no es posible que los/las niños/as alcancen los objetivos planteados, tratándose de un conocimiento tan complejo y progresivo como es el de la inteligencia emocional.

Los criterios de evaluación en los que hay que basarse son los siguientes:

- Identifica, reconoce y expresa las propias emociones y las cualidades de la personalidad, y toma conciencia de que los demás también tienen y las expresan.
- Aprende a gestionar las emociones (por ejemplo, aprender a relajarse cuando se sienten impacientes o nerviosos).
- Conoce, valora y acepta las capacidades y limitaciones sin dejar de quererse a sí mismos/as, desarrollando así la autoestima.
- Desarrolla habilidades sociales como la empatía, la solidaridad, la sostenibilidad.
- Identifica los distintos sentimientos que pueden experimentar en cada uno de los entornos que abarca la vida.

La evaluación inicial se hará mediante la primera actividad (Tabla 5), en la que se detectan las ideas previas sobre los diferentes contenidos que pretendemos evaluar, a través de una serie de preguntas a los/las alumnos/as.

Las tres evaluaciones, pero sobre todo para la evaluación continua, se utilizará la observación directa y sistemática, ya que es la técnica más utilizada en educación infantil. El docente o adulto realizará observaciones en situaciones no regladas, a través del contacto personal con el infante, o en actividades especialmente diseñadas, para facilitar la observación de los comportamientos que se consideren más relevantes en cada momento. Se recogerán a modo de diario y en registros anecdóticos por parte del docente o adulto. (Aguaded y Valencia, 2017)

La evaluación final se realizará mediante la última actividad (actividad quince) planteada (Tabla 19), ya que es similar a la actividad utilizada para la evaluación inicial, y así podremos evaluar los criterios de evaluación comparando los resultados de una actividad con los de la otra.

4.1.9. Tratamiento a la diversidad.

La propuesta diseñada es bastante flexible y por ello da cabida a aportar una educación individualizada, adaptada a sus intereses, necesidades, ritmos de trabajo, permitiendo la generalización de los aprendizajes al mundo real.

Cabe destacar que todas las actividades pueden ser adaptadas a alumnos/as con necesidades educativas especiales (NEE), garantizando así la participación e integración de todos los miembros.

5. Conclusiones

Una de las finalidades de la inteligencia emocional es fomentar la educación integral del alumnado abarcando todas las dimensiones: cognitiva, físico-motora, psicológica, social y afectivo-emocional. Pero las situaciones van cambiando a lo largo de la vida, pudiendo aparecer problemas sociales que provocan una inestabilidad personal, lo que lleva a hacer especial hincapié en desarrollar adecuadamente la inteligencia emocional.

El estado emocional de las personas en cada momento de su vida afectará al resto de ámbitos, permitiendo o no una integración en el medio que les rodea, por lo que es imprescindible aprender a controlar el estado emocional desde pequeños. Y no únicamente al medio, sino que el desarrollo emocional en etapas tempranas afectará exponencialmente en el desarrollo de la personalidad del niño.

Por ello, el presente TFG, se ha dotado de información contrastada sobre la inteligencia emocional en la etapa de educación infantil. Aunque ha sido una limitación la poca existencia de estudios realizados en este campo. Es un tema relativamente reciente, del que aún hay mucho que investigar.

El análisis teórico realizado indica que desarrollar la inteligencia emocional de los/las niños/as en la etapa de educación infantil es el mejor de los momentos. Ya que se están creando millones de conexiones cerebrales, a la vez que la morfología del cerebro. Está fundamentado que a estas edades los niños y niñas son altamente emocionales, pues es en ese momento cuando se configura el sistema límbico (cerebro emocional). (Mora, 2009 citado en Salas, Alcaide y Hurtado, 2018)

En otras palabras, la inteligencia emocional es un proceso natural que puede desarrollarse a lo largo de toda la vida, aunque los primeros años son especialmente importantes, así como la influencia del ámbito familiar y escolar.

Por consiguiente, la propuesta de intervención diseñada se focaliza en dicha etapa y en su puesta en marcha tanto en el ámbito escolar como familiar. Constituyendo así, un trabajo complejo de plantear, para que esta suponga un aprendizaje para la vida, reconociendo que las emociones nos acompañan y abarcan por completo. Siendo preciso así dar sentido a cada una de las experiencias, puesto que, tal y como afirma Valero (2009, p.55 citado en Fernández y Montero, 2016): “la inteligencia emocional es a la vida lo que la sal a los alimentos”.

No solo en este sentido ha sido complejo, sino también por el hecho de dotarla de interdisciplinariedad, ya que la enseñanza no se basa en educar “por partes”, de manera segmentada, sino abarcar a la persona en su totalidad. En ese sentido, el rol del educador/a en la primera infancia ha de centrarse en un enfoque holístico e integral, de manera que el enfoque afectivo incida en el desarrollo de habilidades para la vida y haga partícipes de dicho proceso a toda la comunidad educativa.

Al mismo tiempo, es necesario darse cuenta de la importancia que tiene en inteligencia emocional la toma de conciencia de las emociones (alegría, tristeza, miedo, rabia...) y su regulación a través de estrategias didácticas que, empleadas eficazmente por el docente, proporcionen al alumnado el desarrollo de las habilidades sociales básicas y de vida necesarias para esta etapa escolar, sin olvidarnos de la importancia que la autoestima tiene en todo este proceso. De esta forma se establece el conjunto de bloques correspondiente al desarrollo de la inteligencia emocional, mencionados y formalizados en los objetivos de este TFG.

Para concluir, se cita a José María Toro, maestro de educación primaria, especialista en creatividad y autor de artículos y libros sobre educación y desarrollo personal, que contiene la clave de esta cuestión: “en los diversos espacios educativos, y más concretamente en las escuelas, hay mucha más 'cabeza' que 'corazón', mucha más 'mente' que 'cuerpo', mucha más 'ciencia' que 'arte', mucho más 'trabajo' que 'vida', muchos más 'ejercicios' que 'experiencias'... mucha más pesadumbre y aburrimiento que alegría y entusiasmo.”

6. Referencias bibliográficas

- Aguaded, M. C. y Valencia, J. (2017). Estrategias para potenciar la inteligencia emocional en educación infantil: aplicación del modelo de Mayer y Salovey. *Tendencias pedagógicas*, (30), 175-190. <http://doi.org/10.15366/tp2017.30.010>
- Albornoz, E. J. (2017). El desarrollo de la inteligencia emocional a través de actividades lúdicas en niños de 3 años. *Revista Conrado*, 13(58), 201-205. <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/496>
- Belison, A. (2017). Tussam transportes ofrecerá Wifi gratis en sus autobuses de Sevilla [Imagen]. *LogiNews*. <https://noticiaslogisticaytransporte.com/transporte/01/12/2017/tussam-transportes-ofrecera-wifi-gratis-en-sus-autobuses-de-sevilla/111260.html>
- Binter amplía a 42 sus vuelos entre las islas y espera que se levante el límite de ocupación [Imagen]. (2020). *Eldiario.es*. https://www.eldiario.es/canariasahora/lapalmaaahora/economia/Binter-amplia-vuelos-levante-ocupacion_0_1030997575.html
- Corazón de peluche con brazos* [Imagen]. Pinterest. <https://www.pinterest.es/pin/589408669951799648/>
- De Caso, A. M., Blanco, J., García, M., Rebaque, A. y García, R. (2019). Inteligencia emocional, motivación y rendimiento académico en educación infantil. *International Journal of Developmental and Educational Psychology: INFAD. Revista de Psicología*, 3(1), 283-292. <http://doi.org/10.17060/ijodaep.2019.n1.v3.1493>
- El sistema circulatorio del cuerpo para niños* [Imagen]. (2017). Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=ZzATGDMNKYw>
- Emoticonos de WhatsApp con su significado* [Imagen]. (2019). SignificadoEmojis. <https://www.significadoemojis.es/#>
- Fernández, A. M. y Montero, I. (2016). Aportes para la educación de la Inteligencia Emocional desde la Educación Infantil. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14(1), 53-66. <http://doi.org/10.11600/1692715x.1412120415>

- Franco, S. y Solano, I. M. (2017). Inteligencia emocional con dispositivos móviles: un análisis de apps para niños en edad infantil. *RIITE. Revista Interuniversitaria de Investigación en Tecnología Educativa*, 3, 51-63. <https://doi.org/10.6018/riite/2017/308641>
- García, D. (s.f.). *Coches nuevos por 12.000 euros: guía de compra 2020* [Imagen]. ¿Qué coche me compro? <https://www.quecohemecompro.com/blog/coches-nuevos-por-12-000-euros/>
- Gómez, W. R. (2015). *Relación entre la inteligencia emocional y la comprensión lectora en estudiantes del primer año de educación secundaria de la institución educativa San Martín de Socabaya 2015* [Tesis de maestría, Universidad de San Agustín]. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/1961>
- Gutiérrez, L., Fontenla, E., Cons, M., Rodríguez, J. E. y Pazos, J. M. (2017). Mejora de la autoestima e inteligencia emocional a través de la psicomotricidad y de talleres de habilidades sociales. *Sportis*, 3(1), 187-205. <http://doi.org/10.17979/sportis.2017.3.1.1813>
- Guzmán, G. (2019). Inteligencia Emocional en las habilidades de pre cálculo matemático en niños. *Searching-Humanities*, 1(2), 12-12. <https://revista.uct.edu.pe/index.php/HUMANITIES/article/view/102>
- Hernández, A. (2018). Desarrollo de la Inteligencia Emocional en el alumnado con autismo. *RIECS*, 3(2). <https://doi.org/10.37536/RIECS.2018.3.2.88>
- Inteligencia emocional clase* [Imagen]. (2020). Psicodiagnos: Psicología Infantil y Juvenil. <https://psicodiagnos.es/areaespecializada/tecnicasdeintervencion/trabajando-la-inteligencia-emocional-en-clase/index.php#552340a1c5131ff2d>
- Javier Rodríguez Fernández. [Javier Rodríguez Fernández] (2017). *Dos monstruos* [Vídeo]. Youtube. https://www.youtube.com/watch?v=V4rqoT8yk_E
- López, M. J. (2019). ¿La educación artística y estética contribuye al desarrollo de la inteligencia emocional? Un caso. *Tercio Creciente*, 8(2). <https://doi.org/10.17561/rtc.n16.4>
- Maleta pegatinas* [Imagen]. AliExpress <https://it.aliexpress.com/item/1978309424.html>

- Merchán, I. M., Bermejo, M. L. y González, J. de D. (2014). Eficacia de un Programa de Educación Emocional en Educación Primaria. *Revista de estudios e investigación en psicología y educación*, 1(1), 91-99. <https://doi.org/10.17979/reipe.2014.1.1.30>
- Orden de 5 de agosto de 2008, por la que se desarrolla el Currículo correspondiente a la Educación Infantil en Andalucía. *Boletín Oficial de la Junta de Andalucía*, 169, de 26 de agosto de 2008, 17-53. <https://www.juntadeandalucia.es/boja/2008/169/d3.pdf>
- Proyecto Agrega. (s.f.). *Tiching*. <http://es.tiching.com/la-expresion-del-rostro/recurso-educativo/71169>
- Puertas, P., González, G. y Sánchez, M. (2017). Influencia de la práctica físico deportiva sobre la Inteligencia Emocional de los estudiantes: Una revisión sistemática. *ESHPA – Education, Sport, Health and Physical Activity*. 1(1), 10-24. <http://hdl.handle.net/10481/48957>
- Ramírez, A., Ferrando, M. y Sainz, A. (2015). ¿Influyen los estilos parentales y la inteligencia emocional de los padres en el desarrollo emocional de sus hijos escolarizados en 2º ciclo de educación infantil? *Acción psicológica*, 12(1), 65-78. <https://doi.org/10.5944/ap.12.1.14314>
- Salas, N., Alcaide, M. y Hurtado, A. (2018). Programas de intervención en inteligencia emocional para educación infantil. *Revista de Estilos de Aprendizaje*, 11(22). <http://revistaestilosdeaprendizaje.com/article/view/1083>