



LA IMPORTANCIA DE RECONOCER LAS EMOCIONES EN UN AULA DE EDUCACIÓN INFANTIL

Trabajo Fin de Grado
Facultad Ciencias de la Educación
Universidad de Sevilla
Grado en Educación Infantil
Curso: 2022/2023

Autora: Brígida Martínez Troncoso

Tutor: José Francisco Lozano Oyola
Diseño de propuestas formativas: propuesta de intervención

Índice

1. Resumen.....	3
2. Introducción y justificación.....	4
3. Marco teórico.....	6
3.1. Inteligencia y emoción.....	6
3.2. Diferencia entre emoción y sentimiento.....	7
3.3. Principal clasificación de las emociones.....	7
3.3.1. La alegría.....	8
3.3.2. La tristeza.....	8
3.3.3. La ira.....	9
3.3.4. El miedo.....	9
3.3.5. La calma.....	9
3.3.6. El amor.....	10
3.3.7. La vergüenza.....	10
3.4. Inteligencia emocional.....	10
3.5. Habilidades que deben predominar en la inteligencia emocional.....	12
3.6. Aportaciones en el Real Decreto 95/2022 de 1 de febrero.....	13
3.7. Cómo introducir la inteligencia emocional en el aula.....	13
4. Objetivos del TFG.....	14
5. Metodología del TFG.....	15
5.1. Fases de realización del TFG.....	15
5.2. Acciones realizadas para la búsqueda bibliográfica.....	16
5.3. Descripción del contexto de intervención.....	16
5.4. Diagnóstico de una necesidad educativa en un contexto concreto.....	17
5.5. Pautas seleccionadas para el diseño de intervención.....	17
5.6. Sistema de evaluación.....	18
6. Propuesta de intervención.....	19
6.1. Descripción general de la intervención.....	19
6.2. Objetivos.....	19
6.3. Contenidos.....	20
6.4. Competencias claves.....	20
6.5. Metodología.....	21
6.6. Distribución temporal de la intervención.....	21
6.7. Sesiones a realizar.....	21
6.7. Recursos materiales y espaciales.....	34
6.8. Evaluación.....	34
7. Resultados y discusión.....	35
7.1. Resultados.....	35
7.2. Discusión.....	36
8. Conclusiones.....	37
9. Referencias bibliográficas.....	38

1. Resumen

Según Goleman la inteligencia emocional se trata de la capacidad que tenemos de reconocer tanto nuestras propias emociones como la de los demás así como de desarrollar un control de las mismas que nos permitan adaptarnos a nueva situaciones. De esta manera, Daniel Goleman establece que los componentes de la Inteligencia Emocional serían: la conciencia de uno mismo, la autorregulación, la motivación, la empatía así como las habilidades sociales, entendida ésta como la gestión que se establece en las relaciones a la hora de dirigirse a la consecución de un objetivo común. De esta forma, este Trabajo de Fin de Grado tiene como objetivo desarrollar un serie de actividades que permitan al niño/a en un aula de 3 años identificar sus emociones, reconocer sus emociones así como aprender estrategias que permitan el autocontrol de las mismas permitiendo afrontar nuevas situaciones o situaciones similares, utilizando para ello una metodología de trabajo colaborativa donde se establezcan relaciones entre los compañeros y permitiendo por ende adquirir empatía por los demás. Estas actividades serán introducidas a partir de unas actividades iniciales que conecten con los conocimientos previos de los alumnos permitiendo incorporar un aprendizaje significativo.

Palabras claves: Inteligencia emocional, autocontrol emocional, aprendizaje colaborativo, motivación, empatía.

ABSTRACT

According to Goleman, emotional intelligence is about the ability we have to recognize both our own emotions and that of others, as well as to develop control over them that allows us to adapt to new situations. In this way, Daniel Goleman establishes that the components of Emotional Intelligence would be: self-awareness, self-regulation, motivation, empathy as well as social skills, understood as the management that is established in relationships when addressing others. the achievement of a common goal. In this way, this Final Degree Project aims to develop a series of activities that allow the child in a 3-year-old classroom to identify their emotions, recognize their emotions as well as learn strategies that allow self-control of them, allowing them to face new situations or similar situations, using a collaborative work methodology where relationships are established between colleagues and thus allowing them to acquire empathy for others. These activities will be introduced from some initial activities that connect with the previous knowledge of the students, allowing them to incorporate significant learning.

Keywords: Emotional intelligence, emotional self-control, collaborative learning, motivation, empathy.

2. Introducción y justificación

Los maestros debemos hacer hincapié en conocer los sentimientos y emociones que ocupan la vida de nuestros alumnos. La importancia de un buen trabajo en inteligencia emocional en nuestros pequeños, los ayudará a la hora de enfrentarse y resolver problemas de su vida cotidiana. Por esta razón, es importante que el docente comprenda al niño y se ponga en su lugar, permitiéndole proporcionar herramientas y generando situaciones en las cuáles el infante tenga que hacer un buen uso de las emociones, logrando controlar las mismas así como poniéndose en el lugar de sus compañeros, permitiendo adquirir empatía con el fin de lograr un objetivo común. Esto le facilitará a la hora de comprender su entorno y tomar decisiones que repercutan en su deseo de bienestar.

De esta forma, debemos aprovechar nuestro papel como docentes para mostrar nuestros sentimientos, animando así a que nuestros alumnos expresen los suyos. No debemos limitarnos a la transmisión de conocimientos, ignorando por tanto ese componente afectivo del individuo, sino más bien destacar ese lado emocional que en múltiples ocasiones impide que el alumnado sea creativo y por ende, sea considerado como un individuo que tiene emociones y que está en proceso de construir su personalidad contribuyendo a su bienestar personal y social.

De la misma manera, debemos entender que todas las emociones son igual de válidas y legítimas. Sin embargo, el comportamiento que se deriva de las mismas no. De esta manera, debemos ser buenos modelos para los infantes ayudándoles a concebir técnicas que les permitan mantener la calma así como aprender a resolver los conflictos de una manera adecuada y práctica para su vida cotidiana. Por tanto, tal como afirma Krementzer y Miller (2008) debemos tener en cuenta que los niños aprenden por imitación por lo que debemos ser buenos modelos para ellos.

Conforme a Henao y García (2009), es a estas edades cuando los niños son conscientes de sus emociones así como comienzan a reconocer las de los demás. Además, según Goleman (1995) estos primeros años que nos competen son los más cruciales a la hora de desarrollar la inteligencia emocional, debido a que se conciben las habilidades emocionales. Una vez que vamos avanzando en el sistema educativo esa capacidad emocional de no tener vergüenza o miedo por muchas cosas va desapareciendo debido a situaciones o

experiencias vividas. Por este motivo, es importante que como educadores procuremos que nuestros alumnos no pierdan esa capacidad de no tener vergüenza o miedo a equivocarse.

Asimismo según Bisquerra (2003), el desarrollo de la inteligencia emocional hace menos probable que una persona lleve a cabo comportamientos de riesgo y es que según Goleman (1998) la inteligencia emocional no está determinada genéticamente sino que las experiencias nos permiten ir aprendiendo a ser más intelectuales en el campo de las emociones.

Por tanto, este trabajo tiene como objetivo trabajar la inteligencia emocional en un aula de 3 años, logrando que los niños aprendan a controlar sus rabietas o sepan identificar lo que sienten en cada momento. En concreto, se trabajará con las emociones: alegría, tristeza, miedo, calma, enfado y amor.

Igualmente, se abogará por un clima de respeto que permita a los niños compartir sus ideas con los demás sin tener miedo a equivocarse. De esta forma, se usará la asamblea como lugar de encuentro donde nuestros alumnos dialogarán y expresaran de forma libre cómo se sienten cuando tienen una emoción concreta así como a qué se debe. Esto permitirá a los infantes conectar con su lado emocional y comprender lo que sienten en cada momento. Una vez que sepan identificar cómo se sienten cuando tienen una emoción podrán comprender mejor a sus compañeros y podrán adquirir empatía por ellos ayudándoles cuando más los necesiten.

3. Marco teórico

3.1. Inteligencia y emoción

Antes de comenzar a indagar sobre la Inteligencia emocional, me gustaría hacer hincapié en las dos palabras que componen dicho concepto, qué serían “Inteligencia” y “Emoción”.

Remontándonos al concepto de Inteligencia, ésta se refiere a la capacidad tanto para procesar, razonar, comprender o resolver problemas empleando el uso de la lógica, permitiéndonos por tanto entender mejor nuestro entorno.

Esta capacidad implica que seamos capaces de relacionar la nueva información con la anteriormente adquirida sabiendo hacer un buen uso de ella cuando la situación lo requiere. Es de destacar que los test de inteligencia fueron creados con el objeto de predecir el éxito futuro.

Es en 1905 cuando Binet elabora el primer test de inteligencia. Éste permitiría distinguir a los sujetos que requerían de una educación especial de aquellos que podían seguir una escolaridad ordinaria.

Será más adelante cuando Stern en 1912, introduce el término de Cociente Intelectual (CI) refiriéndonos a éste cómo un número o cifra que permite medir la inteligencia de las personas.

Por su parte, la palabra “emoción” según la RAE se refiere a aquella alteración del ánimo intensa y pasajera que puede ser agradable o penosa. También se refiere a ese interés expectante con el que se participa en algo.

3.2. Diferencia entre emoción y sentimiento

A diferencia de los sentimientos, la emoción es de corta duración debido a que se produce ante la respuesta intensa a un estímulo externo. Por tanto, una emoción surge de forma repentina y es de corta duración. Debido a esa forma repentina que tienen de aparecer, muchas veces se escapan de nuestro control.

El autor Ekman (2008) propone 5 características que son comunes a todas las emociones que él denomina básicas. Éstas son: inicio rápido (*rapid onset*), corta duración (*short duration*), ocurrencia espontánea (*unbidden occurrence*), evolución automática (*automatic appraisal*) y coherencia ante las respuestas (*coherence among responses*).

Sin embargo, el sentimiento perdura más en el tiempo, es más prolongado, pero se produce en menor intensidad. Además, los sentimientos pueden definirse como reacciones a las emociones. Por tanto, permiten tomar conciencia sobre ellas. De este modo, las principales diferencias entre emoción y sentimiento provienen de la duración, reacción e intensidad en nuestro cuerpo.

3.3. Principal clasificación de las emociones

La principal clasificación que se realiza sobre las emociones sería:

- Emociones primarias: estas emociones son universales, básicas e innatas. Su función principal es la de supervivencia y están presentes en el individuo desde su nacimiento. Según Goleman estas emociones son 6: alegría, tristeza, ira, miedo, sorpresa y asco.
- Emociones secundarias: surgen de la combinación de dos o más emociones primarias, se aprenden a partir de los 2 o 3 años así como dependen del entorno o la cultura. Un ejemplo de ellas es la vergüenza, el optimismo o los celos.

Asimismo, las emociones pueden ser positivas (alegría, felicidad, amor), negativas (rabia, miedo, tristeza) o neutras cuando comparten características de ambas (por ejemplo, la sorpresa por la llegada de una amiga que hacía tiempo que no veías se convierte pronto en alegría).

A continuación, destaco algunas características principales de las emociones que se trabajarán en este TFG debido a que son las que aparecen en el cuento “El Monstruo de Colores” que vamos a utilizar para la realización de las actividades de la propuesta de intervención educativa. Éstas son: alegría, tristeza, ira o enfado, miedo, calma, amor y vergüenza.

3.3.1. La alegría

La alegría constituye una emoción básica de corta duración debido a que ésta es causada por un motivo placentero. Por ejemplo, uno siente alegría cuando está pasando un buen rato con sus amigos. Sin embargo, la felicidad constituye un estado emocional y tiene que ver con una satisfacción hacia tu persona.

Debido a estas diferencias, la felicidad puede ser continua, es decir, podemos seguir manteniendo esa sensación de felicidad aún después de haber pasado momentos o situaciones malas.

3.3.2. La tristeza

La tristeza provoca una pérdida de energía en nuestro estado de ánimo. Se entiende por tristeza aquella sensación de desasosiego o desmotivación principalmente provocadas por una pérdida. Podemos encontrar cuatro principales tipos de tristeza:

1. Tristeza adaptativa: entendemos esta cómo la forma de procesar algo malo que nos ha ocurrido. Por tanto, surge como respuesta a un estímulo externo o interno. Este procedimiento nos permitirá lograr aceptar lo que nos genera tristeza y adaptarnos.
2. Tristeza desadaptativa: la emoción permanece de forma continuada y no nos permite gestionarla. Este sufrimiento que surge es persistente, es decir, se produce un bloqueo de dicha emoción.
3. Tristeza patológica: este tipo de tristeza conduce a llantos desconsolados. Suele aparecer en una depresión. Se denota en una baja autoestima de la persona.
4. Tristeza instrumental: este tipo de tristeza se utiliza con el fin de conseguir algo.

3.3.3. La ira

La ira se trata de una emoción que surge cuando sentimos que alguien nos ha herido. También se puede desencadenar cuando consideramos una situación muy injusta. Debido a ello, el enfado nos permite luchar por lo que consideramos justo o más bien huir de aquello que nos produce dicha emoción. Existen tres estilos de ira:

1. Ira hacia dentro o ira interna: la persona experimenta un sentimiento intenso de irritación, el cual no lo demuestra verbalmente o físicamente.
2. Ira hacia fuera o ira externa: el individuo experimenta agresiones verbales o físicas hacia otras personas o hacia objetos del entorno como forma de demostrar el enfado que tiene. Implica por tanto la manifestación de la ira hacia otras personas.
3. El control de la ira: una vez que el individuo experimenta ese sentimiento de ira intenta controlarla, llevando a cabo estrategias para disminuir su expresión.

3.3.4. El miedo

El miedo es una emoción primaria que surge por la presencia de un peligro real o imaginario. Según Pérez (2000) los miedos más frecuentes dependiendo de las edades de los niños son:

- 6 - 12 meses: miedo a los ruidos fuertes y a las personas extrañas.

- 0 - 2 años: miedo a los estímulos intensos y desconocidos así como a la separación de las figuras de apego.
- 2 - 4 años: miedo a la oscuridad, a los médicos, a las tormentas y a los animales.
- 4 - 8 años: miedo a la oscuridad, a los animales así como a las criaturas imaginarias como brujas, fantasmas o monstruos.
- 8 - 10 años: miedo a los suspensos, exámenes, catástrofes, al daño físico o al ridículo.
- 10 - 12 años: miedo al rendimiento escolar, exámenes y suspensos, enfermedades, conflictos graves entre los padres, accidentes.

3.3.5. La calma

La calma se trata de la tranquilidad de ánimo a pesar de tener momentos de dificultad, de modo que el individuo no se deja dominar de un modo negativo por situaciones o circunstancias externas que le puedan afectar.

3.3.6. El amor

El amor ocupa un lugar esencial en la vida emocional de las personas. Existen dos tipos de amor:

- Amor romántico: surge cuando ver a una persona te produce nervios y a la vez una sensación de alegría. Además, estás constantemente pensando en ella.
- Amor diligente: es un sentimiento que se produce cuando le deseas siempre lo mejor a alguien, convirtiéndote en su apoyo cuando está triste y en su acompañante de alegrías.

3.3.7. La vergüenza

La vergüenza se trata de una emoción secundaria al igual que la culpa. Según Parrot y Smith (1991) el desarrollo de este tipo de emociones implica que los niños previamente hayan adquirido las normas y valores existentes en una determinada sociedad. De esta manera, aunque ya a partir de los 2-3 años los niños tienen este tipo de sentimientos no es hasta los 5 o 6 años cuando comprenden lo que la sociedad marca cómo que está bien así como lo que no (por ejemplo: ir al supermercado en pijama).

3.4. Inteligencia emocional

Una vez que hemos definido “Inteligencia” y “Emoción” haremos hincapié en lo que es la “Inteligencia Emocional” tomando como precursor a Daniel Goleman quien postuló de una manera definitiva dicho término en su obra titulada *Inteligencia Emocional* (1995).

Para Goleman la inteligencia emocional consiste en la capacidad para entender lo que sentimos tanto nosotros mismos como los demás con el fin de poder manejar bien las relaciones y alcanzar la felicidad. Es por ello, que se trata de un factor determinante para obtener resultados satisfactorios en muchos aspectos de nuestra vida.

Además, implica que seamos conscientes de que cada emoción ocupa un importante lugar y qué debemos manejarlas de la mejor manera posible para evitar lo que se conoce cómo secuestro neuronal.

El secuestro neuronal se produce cuando nuestro cerebro límbico predomina sobre el racional. Nuestro cerebro límbico es el encargado de nuestras emociones y provoca comportamientos irracionales como pegar o insultar si únicamente nos dejamos llevar por impulsos.

Sin embargo, si conseguimos que nuestros pensamientos y emociones operen en armonía podremos tomar mejores decisiones lo cual dará lugar a comportamientos asertivos. De ahí la importancia de ayudar a nuestros hijos o alumnos a controlar sus emociones.

De esta forma, la inteligencia emocional abarca 5 partes fundamentales:

1. Conciencia de uno mismo, de nuestras propias emociones. Consiste en ser conscientes de nuestras emociones así como de las consecuencias de las mismas. Cabe destacar que Thorndike (1999) define las emociones de miedo, ira y tristeza como mecanismos que forman parte de la supervivencia del individuo.
2. Autorregulación. Manejar nuestras emociones tomando control de ellas (autocontrol), ayudando por tanto a cumplir metas y no siendo invadidos por emociones perturbadoras que te inhiben o te bloquean. Asimismo, debemos ser conscientes que lo importante no es la emoción que surge, debido a que todas son válidas y legítimas,

sino más bien el comportamiento que se produce, es decir, que se deriva de la misma. Debemos por tanto, ser buenos modelos para nuestros alumnos y no perder los papeles.

3. Lograr adquirir empatía, es decir, ponerse en el lugar de los demás, entender sus emociones.
4. Tener motivación para poder persistir a pesar de no obtener los resultados deseados. Tenemos que intentar extraer todo lo positivo de una situación a pesar de los fracasos que nos llevemos por el camino.
5. Administrar las relaciones con los demás, es decir, manejar bien esas relaciones, conseguir ser un buen equipo dando importancia a la resolución de conflictos.

Poniendo en síntesis lo explicado anteriormente, los componentes de la Inteligencia Emocional según Goleman serían: conciencia de uno mismo, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales.

Asimismo, según Cooper y Sawaf (1997) el rol del docente en el siglo XXI será el de transmitir un clima de seguridad y confianza donde predominen las emociones positivas como la alegría, con el fin de favorecer la toma de decisiones del alumnado.

De esta manera, Cooper y Sawaf (2006) establecen 4 pilares fundamentales que integran la inteligencia emocional:

1. Alfabetización emocional. En este pilar predomina el saber gestionar nuestras emociones una vez que somos conscientes de ellas (conocimiento emocional), poniendo en énfasis esa energía emocional que nos permite ser más creativos.
2. Agilidad emocional. Conocer los sentimientos de los demás nos permitirá ampliar nuestro círculo de confianza facilitando las relaciones con los otros. Asimismo, se tratará de obtener una capacidad para manejar conflictos así como escuchar.
3. Profundidad emocional. Se trata de hacer lo correcto y lo adecuado interviniendo de esta manera la ética y moral de cada individuo.

4. La alquimia emocional. Consiste en la capacidad para crear soluciones, construir nuevas capacidades de percibir.

3.5. Habilidades que deben predominar en la inteligencia emocional

Igualmente, Gallego (1999) agrupa en 3 ámbitos aquellas habilidades que deben predominar en la inteligencia emocional:

1. Habilidades emocionales. Se trata de reconocer y expresar los propios sentimientos así como tomar control de ellos. También se refiere a esa forma de aprender a controlar los sentimientos. De la misma manera, se entiende por habilidad emocional aquella capacidad de percibir si está determinada por los pensamientos o en su caso por los sentimientos cualquier decisión que tomemos.
2. Habilidades cognitivas. Tiene como objetivo comprender los sentimientos de los demás, asumir la responsabilidad de las propias decisiones así como ejercitarse en la resolución de conflictos.
3. Habilidades conductuales. Se trata de escuchar a los demás así cómo utilizar otros canales no verbales para comunicarse cómo sería la expresión facial o el tono de voz.

3.6. Aportaciones en el Real Decreto 95/2022 de 1 de febrero

Es de destacar la competencia clave “Competencia personal, social y de aprender a aprender” que se recoge en el Real Decreto 95/2022 de 1 de febrero, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Infantil, donde se destaca la importancia de que los niños/as se inicien a la hora de reconocer, expresar y controlar progresivamente sus emociones y sentimientos, así cómo que vayan avanzando en el desarrollo de actitudes de empatía hacia los sentimientos y emociones de los demás.

Igualmente, en dicho Real Decreto se aboga por que los alumnos utilicen los diferentes lenguajes y formas de expresión con el fin de compartir su sorpresa y su emoción ante un hallazgo, para conseguir autorregularse o para acompañar sus acciones.

De la misma manera, los soportes de escritura les permitirá expresar sus sentimientos, vivencias o pensamientos. Además, cabe destacar que dentro de los saberes básicos se recoge

la expresión facial y corporal, dando importancia a los gestos que aluden a una intención, estado de ánimo o necesidad.

3.7. Cómo introducir la inteligencia emocional en el aula

Es de especial importancia que en la Asamblea se permita a los alumnos conversar dando lugar a la expresión de emociones. De la misma manera, es relevante que cada vez que aparezca una emoción le demos nombre a la misma. Esto supondrá que los alumnos se impliquen en la identificación de expresiones faciales que permitan descubrir qué siente el individuo en cada momento.

Igualmente, según establece González-Ramírez (2007) los alumnos deben conocer el origen de las mismas estableciendo una relación entre pensamiento, emoción y comportamiento. De ahí la importancia que tiene el docente en la expresión de emociones en voz alta.

Además, cabe destacar que el reconocimiento de fortalezas y debilidades les permitirá cambiar aquello que les hace sentir mal. De esta forma, llevando a cabo un trabajo en equipo se fomentará las habilidades sociales y por ende, permitirá al alumnado identificar y expresar las emociones transformándolas con el objetivo de expresarnos mejor.

Estas habilidades sociales se pueden fomentar a través del relato de cuentos o del teatro y es que según Mestre y Fernández-Berrocal (2007), a través de la lectura es posible trabajar los sentimientos de los niños así como la empatía o el compañerismo entre otras transmisiones de valores.

De la misma manera, según Gallego-Gil y Gallego-Alarcón (2006), el reparto de roles en un trabajo permite fomentar la autoestima de cada alumno debido a que todos se sienten integrados.

4. Objetivos del TFG

El objetivo general de este TFG es llevar a cabo un plan de intervención educativa donde se fomente la libre expresión de emociones y sentimientos por parte de niños y niñas de 3 años. Igualmente, los objetivos específicos son los siguientes:

1. Trabajar en la identificación de emociones tanto propias como ajenas poniendo nombre a cada una de ellas.
2. Desarrollar la inteligencia emocional de nuestros alumnos, proporcionándoles herramientas que les permitan resolver aquellas emociones que les inhiben o bloquean.
3. Proporcionar situaciones al alumnado que le permitan adquirir empatía.
4. Permitir a los alumnos identificar y expresar a través de expresiones faciales las siguientes emociones: alegría, tristeza, miedo, enfado o ira y calma.
5. Utilizar el emociómetro como recurso educativo para que nuestros alumnos comprendan las emociones: alegría, tristeza, enfado o ira, calma y amor.
6. Crear un clima de respeto en clase que permita a los infantes sentirse libres a la hora de expresar sus emociones.
7. Transmitir a los alumnos que aunque cada emoción o sentimiento es legítimo y válido el comportamiento que se derive del mismo no.
8. Aumentar la autoestima de nuestros alumnos destacando los rasgos esenciales de cada infante de la clase con objeto de que ellos se valoren y se quieran tal como son.

5. Metodología del TFG

5.1. Fases de realización del TFG

A continuación, se recogerán los pasos seguidos para la realización de este trabajo de fin de grado (TFG):

En primer lugar, podemos destacar que desde pequeños siempre se nos reclama ser más inteligentes en las actividades realizadas en el aula, ya sea a nivel docente como familiar, debido a que constantemente se requiere que nuestro hijo o alumno sea el mejor en todo lo que haga. Sin embargo, nunca se tiene en cuenta ese lado emocional que muchas veces nos impide avanzar o no disponer del suficiente bienestar para sentirnos bien con nosotros mismos. Además, a estas edades (3 años en este caso) las rabietas son muy comunes así como la tristeza por la separación de las figuras de apego cuando los niños entran por primera vez al colegio como institución que más adelante se convertirá en familiar y donde socializarán con

más niños de distintas edades. Por este motivo, el reconocimiento de emociones podría considerarse como el tema principal de este trabajo de fin de grado.

De este modo, una vez elegido el tema, es esencial la búsqueda de información sobre lo que es la inteligencia emocional así como pautas para poder trabajarla en el aula, resultando bastante curioso el cuento “El Monstruo de Colores” de Anna Llenas. De esta forma, es imprescindible buscar datos relevantes sobre las distintas emociones que en el mismo aparecen (alegría, tristeza, miedo, ira o enfado y amor) para posteriormente centrarnos en cada una de ellas durante la realización de actividades.

En tercer lugar, observaremos el comportamiento de los alumnos de la clase donde se va a llevar a cabo la propuesta de intervención con el objetivo de proponer los objetivos que queremos perseguir con la realización de este TFG. Una vez identificadas las necesidades de los mismos, es conveniente realizar un emociómetro como recurso para la identificación de emociones por parte del alumnado de manera rutinaria con objeto de observar la evolución en su comprensión por parte de cada niño y niña.

En cuarto lugar, resulta imprescindible la realización de una nube de ideas con las actividades que pretendemos realizar para trabajar cada emoción de manera individual, con objeto de poder planificar adecuadamente cada una de las sesiones.

5.2. Acciones realizadas para la búsqueda bibliográfica

A la hora de buscar la información que conforma la introducción y justificación así como el marco teórico he utilizado en primer lugar el buscador *Google Académico* con el fin de poder observar si existía escasa o bastante información sobre el tema elegido. Una vez comprobada la abundante información que existía sobre la inteligencia emocional y leído los componentes que conforman la inteligencia emocional según Goleman, me propuse a realizar una búsqueda en la biblioteca donde encontré el cuento “El Monstruo de Colores” de la autora Anna Llenas.

De esta forma, me pareció interesante trabajar las emociones que en el cuento aparecen (alegría, tristeza, ira, miedo, calma y amor) para las edades de los niños a los que iba a realizar la intervención (niños/as de 3 años), buscando información sobre cada una de ellas en la plataforma *Dialnet* así como realizando una búsqueda en el catálogo de la biblioteca de

la Universidad de Sevilla, *FAMA*, donde encontré varios libros en línea del autor Daniel Goleman que me sirvieron de ayuda para comprender mejor la temática de la que se basa la intervención.

5.3. Descripción del contexto de intervención

La intervención se realizará en el C.E.I.P. Coca de la Piñera ubicado en la localidad de Utrera (Sevilla), tratándose de un centro que acoge tanto a estudiantes que proceden de las barriadas cercanas al colegio así como de las zonas dispersas de las carreteras de Sevilla (antigua de Carmona, Los Palacios, La Alcantarilla y Arahal).

Es de destacar que desde el mismo se desarrolla un Plan de Compensación Educativa debido a que se atiende a un grupo principal de alumnos con una características familiares y socioeconómicas un poco especiales. Concretamente, nos centraremos en el aula de 3 años debido a que se trata del lugar donde se realizará dicha intervención. Esta cuenta con un total de 19 alumnos, entre ellos cabe destacar la presencia de un chico que tiene dificultades a la hora de entender el idioma español debido a que sus padres son árabes.

Por lo general, se trata de una clase con bastante ganas de aprender y motivada por las actividades que se realizan a nivel grupal. Además, la participación en la asamblea es abundante.

Sin embargo, a los niños les cuesta bastante respetar el turno de palabra por lo que a algunos de ellos cuando debemos parar para recordar la norma, se les olvida lo que iban a decir. Es de destacar además, que a la hora de realizar actividades individuales una parte importante de alumnos no focalizan la atención en lo que están realizando por lo que esa tarea se prolonga durante toda la mañana por lo que se hace pesado para ellos.

5.4. Diagnóstico de una necesidad educativa en un contexto concreto

Este programa de intervención parte de la necesidad de que los niños aprendan a identificar y por ende a controlar sus emociones debido a que durante el periodo de análisis del aula, concretamente 3 semanas, hemos podido comprobar como la mayoría de niños no sabían expresar lo que les ocurría cuando nosotras las docentes lo veíamos triste o sin ganas de jugar. Por este motivo, surgió el interés por querer tratar este tema esencial en dicho trabajo.

5.5. Pautas seleccionadas para el diseño de intervención

El programa de intervención se compone de una actividad inicial, 7 sesiones, una actividad rutinaria y una actividad final con objeto de observar si los niños han logrado adquirir todos los objetivos propuestos al inicio. Por este motivo, la actividad inicial consistirá en la lectura del cuento “El Monstruo de Colores” de Anna Llenas que dará lugar a la situación de aprendizaje debido a que se preguntará a los niños si quieren ayudar al monstruo a ordenar las emociones.

A continuación, se realizarán 7 sesiones trabajándose en cada una de ellas una emoción concreta:

- Sesión 1: “Globos amarillos vienen y van” (Alegría)
- Sesión 2: “¿Cómo podemos ayudar?” (Tristeza)
- Sesión 3: “¿Patito feo o bonito?” (Aumentar la autoestima)
- Sesión 4: “¿Qué esconde Monstruo Negro?” (Miedo)
- Sesión 5: “¡Queremos mucho a nuestra familia!” (Amor)
- Sesión 6: “Dibujo lo que siento en cada momento” (Calma)
- Sesión 7: “Respiro y me tranquilizo” (Enfado y calma)

La actividad rutinaria consistirá en la utilización del emociómetro de elaboración propia. Asimismo, la actividad final tendrá por objeto la realización de una ficha donde deberán identificar cada emoción y pintarla del color que corresponde con el cuento leído al principio.

Es de destacar que las horas de las que disponemos para la incorporación de dichas sesiones y actividades serían principalmente los jueves y viernes desde las 12:30 hasta las 13:15 aproximadamente debido a que los lunes los alumnos tienen religión y los miércoles inglés y psicomotricidad. La actividad rutinaria sí se podrá realizar todos los días bien al entrar a clase, al terminar la asamblea o después del recreo.

Hemos decidido realizar una sesión por semana debido a que nos parece relevante darle la suficiente importancia a cada emoción por separado. Por tanto, nos parece excesivo trabajar una misma semana más de una emoción. Igualmente, al comenzar otra semana se recordará la emoción de la semana anterior.

5.6. Sistema de evaluación

El sistema de evaluación se basará en una evaluación inicial donde se recojan las ideas previas que tenga el alumnado sobre las diferentes emociones que se trabajarán en las diferentes sesiones. De esta manera, utilizaremos la actividad inicial de lectura del cuento para permitir a los niños expresar las ideas previas que tengan sobre dicho tema. Por este motivo, utilizaremos la misma lista de control como forma de evaluación inicial y final recogida en el [Anexo 1](#).

Igualmente, se observará el progreso de los alumnos en relación a la identificación de emociones a través de la actividad rutinaria del emociómetro.

6. Propuesta de intervención

6.1. Descripción general de la intervención

La intervención educativa se basará en realizar una actividad inicial, siete sesiones, una actividad final y una actividad rutinaria a través de las cuales se pretende que el alumnado sepa identificar y expresar las emociones y sentimientos tanto propios como ajenos.

Igualmente, los alumnos podrán expresarse libremente para compartir con el resto de compañeros cómo se sienten cuando tienen cada emoción. Además, se permitirá al alumnado adquirir técnicas de relajación que les permitan resolver los conflictos de una manera pacífica. Asimismo, se desarrollará la empatía de los infantes al tener que ponerse en la situación de varias personas con el objeto de tratar de ayudarlos para que desaparezca la tristeza que poseen. Las emociones que se trabajarán son 6: alegría, tristeza, ira o enfado, miedo, calma y amor siguiendo la misma línea del cuento “El Monstruo de Colores” de Anna Llenas.

6.2. Objetivos

Los objetivos didácticos que se persiguen con la realización de las diferentes actividades y sesiones son:

1. Identificar las emociones: alegría, tristeza, miedo, rabia y calma.
2. Reconocer cómo se siente una persona cuando tiene cada emoción.
3. Asociar las emociones con colores.
4. Dar importancia a cada una de las emociones por separado.

5. Relacionar las distintas emociones (por ejemplo, enfado-tristeza).
6. Imitar a través de expresiones faciales distintas emociones.
7. Identificar cómo me siento así como la emoción a la que corresponde.
8. Identificar cómo nos sentimos cuando estamos alegres.
9. Reconocer las expresiones faciales de alegría.
10. Distinguir cuál es el motivo que más nos da alegría.
11. Reconocer la emoción de tristeza.
12. Proponer soluciones para acabar con la tristeza de otras personas.
13. Reconocer la emoción de tristeza en el Patito Feo.
14. Distinguir las palabras bonitas de aquellas que son feas.
15. Percibir las diferencias que existen entre las personas.
16. Tomar conciencia de que todos somos iguales a pesar de las diferencias que tengamos.
17. Mostrar actitudes de respeto hacia los compañeros.
18. Identificar la emoción “tener miedo” en el cuento “Cuando tengo miedo” de Trace Moroney.
19. Reconocer que me produce miedo.
20. Dibujar lo que me produce miedo.
21. Eliminar los miedos que tenga.
22. Identificar la emoción de amor en cada una de las familias que aparecen en el cuento “¡Mi familia es de otro mundo!” de Cecilia Blanco.
23. Reconocer quienes forman parte de nuestra familia.
24. Reconocer la emoción calma.
25. Sentir calma mientras dibujo.
26. Focalizar la atención mientras dibujo.
27. Identificar la emoción de enfado.
28. Expresar lo que me produce rabia.
29. Conseguir relajarme a través de las técnicas de respiración.
30. Proponer soluciones para acabar con nuestro enfado sin hacer daño a los demás.
31. Imitar a través de expresiones faciales las distintas emociones que aparecen en la ficha final.

6.3. Contenidos

Una vez definido los objetivos, los contenidos de dicha propuesta de intervención quedan recogidos en el [Anexo 2](#).

6.4. Competencias claves

Las competencias claves que se trabajan según el Real Decreto 95/2022 de 1 de febrero, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Infantil son:

- Competencia en comunicación lingüística.

Esta competencia se trabajará debido a que los niños en todas las sesiones tendrán la oportunidad de intervenir oralmente en la asamblea contándole a sus compañeros que es lo que le produce las distintas emociones: alegría, tristeza, miedo, ira o rabia, calma y amor.

- Competencia personal, social y de aprender a aprender.

A través de dicha actividad los niños se iniciarán en el reconocimiento de las distintas emociones y sentimientos, así como en el desarrollo de actitudes de empatía hacia los demás compañeros.

- Competencia ciudadana.

Se aboga por actitudes de respeto hacia lo que sienta cada compañero en cada momento respetando el turno de palabra y dialogando de una manera pacífica.

6.5. Metodología

Se aboga por un aprendizaje significativo donde el estudiante utiliza sus conocimientos previos para adquirir conocimientos nuevos y donde se permite que el infante observe, experimente y reflexione sobre lo que ve a su alrededor. De esta manera, es necesario que se cree un clima acogedor y seguro para nuestro alumnos donde no tengan miedo a equivocarse.

Por este motivo, para la realización de la mayoría de las actividades utilizamos la asamblea debido a que es un lugar donde se aprende de las intervenciones de cada uno de los niños dando importancia a cada una ellas así como construyendo el aprendizaje juntos (alumnos y maestra).

6.6. Distribución temporal de la intervención

Esta propuesta de intervención se desarrollará durante los meses de marzo y abril durante la estancia de prácticas en el centro. Como comenté anteriormente, los días de los que

dispongo para realizar dichas actividades y sesiones serían los jueves y los viernes principalmente desde las 12:30 h hasta las 13:15h aproximadamente. De esta manera, el calendario seguido para dicha intervención queda recogido en el [anexo 3](#).

6.7. Sesiones a realizar

En cuanto a las sesiones a realizar éstas quedan recogidas en las siguientes tablas. En cada una de ellas se recogerá una descripción de las mismas, los objetivos, la temporalización, los recursos materiales y espaciales así como si existiera algún tratamiento a la diversidad.

Tabla 1.

Desarrollo de la actividad inicial

“¿QUIÉN ES EL MONSTRUO DE COLORES?”
Descripción:
<p>Después del recreo, a la hora de relajación, los niños se sentarán en la asamblea. En lugar de sentarse cada uno en su sitio como es habitual para relajarse, se les comentará que vamos a leer el cuento: “El Monstruo de Colores” Anexo 4. Posteriormente, enseñaremos la portada y preguntaremos a los alumnos si lo conocen.</p> <p>Una vez conocida las ideas previas de los alumnos sobre dicho libro, comenzaremos su lectura, siendo una lectura pausada ya que iremos asociando las distintas emociones y permitiremos a los alumnos que a través de expresiones faciales puedan ponerse en el lugar del monstruo.</p> <p>Un ejemplo de asociación de emociones podría ser si comentamos a los alumnos: “Si pegas a alguien porque estás furioso, ese niño se pone triste”. De esta forma, asociaremos dos emociones, en este caso, la furia y la tristeza. Asimismo, la lectura de dicho cuento permitirá al alumno relacionar cada emoción con un color. Por ejemplo, la alegría con el color amarillo.</p> <p>De la misma manera, realizaremos algunas preguntas a los alumnos durante la lectura de dicho cuento como por ejemplo: “¿Y a vosotros que os da miedo?” “A mí me dan miedo las arañas”, y proponiendo soluciones a los miedos de nuestros alumnos: “De eso no tenéis que tener miedo. Podéis pedir ayuda”.</p> <p>Además, preguntaremos a los niños cómo creen que está el monstruo dependiendo de las expresiones faciales que nos permiten ver las ilustraciones: “¿Y el monstruo éste cómo está?” “¿De qué color es?”.</p> <p>Finalmente, se propondrá a los alumnos si quieren descubrir junto al monstruo las distintas emociones, siendo la pregunta indagadora que dará marcha a las distintas actividades a realizar: “¿Queréis ayudar al monstruo de colores a ordenar las distintas emociones?” (Situación de Aprendizaje).</p>

Una vez leído el cuento, pediremos a los niños que se sienten en sus equipos con el objetivo de que puedan visualizar unas imágenes proyectadas en la pizarra, en total 12. Estas imágenes reflejarán niños/as contentos, tristes, enfadados y con miedo [Anexo 5](#). De esta manera, los alumnos tendrán que averiguar cómo están a través de las expresiones faciales de los mismos.

Conforme se desarrolle la actividad, pediremos a los alumnos que ellos imiten a través de expresiones faciales cómo se encuentran los niños así como que me digan en qué se han fijado para saber que el niño/a de la imagen se siente de dicha manera.

Por último, para terminar con dicha actividad se proyectará en la pizarra digital las siguientes canciones de Youtube:

- Canción “Mis emociones/ Sentimientos/ Hábitos Saludables/ Pinkfong Canciones”.
<https://youtu.be/RGqSPLSOFwU>
- Canción con pictogramas: “El monstruo de los colores con pictogramas”.
<https://youtu.be/abi2DiPFoec>

A medida que se vayan reproduciendo, el docente irá interviniendo para explicar algunas emociones y sentimientos que allí aparecen.

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar las emociones: alegría, tristeza, miedo, rabia y calma. - Reconocer cómo se siente una persona cuando tiene cada emoción. - Asociar las emociones con colores. - Dar importancia a cada una de las emociones por separado. - Relacionar las distintas emociones (por ejemplo, enfado-tristeza). - Imitar a través de expresiones faciales distintas emociones.
Temporalización	La actividad se desarrollará el jueves 9 de marzo de 12:30 a 13:00 h, teniendo una duración de 25 o 30 minutos aprox.
Recursos materiales	<p>Los materiales que se necesitarán para el desarrollo de dicha actividad serían:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cuento “El Monstruo de Colores” de Anna Llenas. - Ordenador y pizarra digital para proyectar las diferentes canciones.
Recursos espaciales	La actividad se desarrollará en la Asamblea.
Tratamiento a la diversidad	<p>A la hora de leer un cuento siempre se evita que exista alguna pérdida de atención o distracción. Por tanto, antes de la lectura se recordarán las normas que existen. En este caso, serían: ojos abiertos, orejas despejadas, boca cerrada (sólo se habla cuando la seño pregunte), manos en las piernas para no molestar o distraer a los compañeros.</p> <p>De esta manera, permitiremos que todos los alumnos puedan escuchar con claridad el cuento lo que les permitirá estar atentos y poder responder a las preguntas que realizará</p>

	la maestra durante la lectura del mismo.
--	--

Tabla 2.*Desarrollo de la actividad rutinaria*

“¿CÓMO ME SIENTO?”	
Descripción:	
INTRODUCCIÓN AL EMOCIÓMETRO Anexo 6 : Esta actividad se realizará todos los días ya sea al comienzo (cuando entran en clase), al terminar la asamblea o después del recreo (cuando es hora de relajación). La dinámica consiste en que cada día los niños irán contándole al monstruo de colores cómo se sienten. Para ello, dispondrán de un palo de madera con su foto y su nombre, el cual deberán colocar en el vaso de la emoción correspondiente. Así por ejemplo, si un niño o niña coloca el palo en el vaso correspondiente al monstruo rosa la seño dirá: “Oh, ¿por quién sientes amor?”, a lo que el niño puede decir el nombre de un compañero. La seño procederá a decir que si quiere puede ir a demostrarle el amor que siente por él o ella dándole un abrazo.	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar cómo me siento así como la emoción a la que corresponde. - Explicar la decisión que he tomado. - Asociar cómo estoy cuando tengo una emoción.
Temporalización	Esta actividad se realizará todos los días cuando entran a clase, al terminar la asamblea o después del recreo.
Recursos materiales	<p>Los materiales que necesitaremos serán:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Palos de helado - Fotografía de los alumnos - Cartulina A2 - Lápices de colores - Rotuladores - Vasos de plástico - Fiso - Tijeras - Fotocopia del monstruo de colores en las distintas emociones.
Recursos espaciales	Se utilizará el espacio de pared que hay encima de la cocinita para pegar el emociómetro. De esta manera, se colocará a una altura adecuada para que permita el uso autónomo por parte de los más pequeños.
Tratamiento a la diversidad	Los dibujos del monstruo con las diversas emociones servirá para que los niños puedan reconocer las expresiones faciales correspondientes cuando tienen cada emoción. De esta manera, esto les servirá de ayuda para aquellos niños que

	tienen dificultades en relación al reconocimiento de la emoción que tienen en cada momento.
--	---

Tabla 3.*Desarrollo de la sesión 1*

“GLOBOS AMARILLOS VIENEN Y VAN”	
Descripción:	
<p>A la hora de presentar dicha emoción, propondremos a los alumnos que nos ayuden a leer a través de pictogramas algunos de los motivos por los cuales podemos sentir alegría. Por este motivo, la docente utilizará unas diapositivas realizadas a través de la aplicación “Canva” Anexo 7 dónde:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se recogerán unos fragmentos del cuento “El monstruo de Colores” referidos a la emoción “alegría”. También, se mostrará a los niños cortos de vídeos de personas reales o dibujos animados dónde se refleje dicha emoción. 2. Se enseñará a los niños/as diversas diapositivas con imágenes que reflejen las emociones básicas (alegría, tristeza, miedo y enfado), con el hecho de que sepan reconocer cuál de los niños que allí aparecen está contento. De esta manera, los alumnos también podrán reconocer las otras emociones que allí aparecen y decir cuáles son. Igualmente, la docente pedirá a los alumnos que imiten a través de expresiones faciales cómo estarían ellos si tuvieran las mismas emociones. <p>Una vez terminada las diapositivas, les diremos a los niños/as que vamos a ver qué es lo que le produce alegría a Conejito, mostrándoles el cuento “Cuando estoy contento” de la autora Trace Moroney (editorial SM) Anexo 8, con el objetivo de que cuando terminemos de leer el mismo, ellos mismos sepan decirme qué es lo que más les da alegría.</p> <p>Los niños/as contarán por tanto a sus amigos qué es lo que les da alegría. Después, lo plasmarán en un post-it Anexo 9 el cual se pegará en la pizarra de clase para enseñar a sus compañeros. Posteriormente, la maestra enseñará un globo con una carita sonriente Anexo 10 y preguntará a los niños cómo está el mismo. Les comentaremos que vamos a jugar con el globo en el patio, observando y fotografiando cómo los niños/as se divierten con el mismo.</p> <p>Estas fotos se mostrarán en la pizarra digital cuando volvamos a clase y pediremos a nuestros alumnos que nos digan cómo estaban los niños, con el fin de que puedan observar la expresión de la emoción “alegría” en ellos mismos.</p>	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar cómo nos sentimos cuando estamos alegres. - Reconocer las expresiones faciales de alegría. - Distinguir cuál es el motivo que más nos da alegría.

Temporalización	Esta actividad se realizará el 16 de marzo después de la media hora que se dedica a relajación y tendrá una duración aproximada de 40 minutos.
Recursos materiales	Para la realización de esta actividad se necesitará: <ul style="list-style-type: none"> - Globos de color amarillo. - Rotulador negro permanente. - Cuento “Cuando estoy contento” de la autora Trace Moroney. Editorial SM. - Post-it. - Lápices.
Recursos espaciales	Se utilizarán varios espacios para la realización de dicha actividad: sitio de cada alumno, asamblea y patio.

Tabla 4.*Desarrollo de la sesión 2*

“¿CÓMO PODEMOS AYUDAR?”
Descripción:
<p>Para la realización de dicha actividad propondremos a modo de lectura el cuento “Cuando estoy triste” de la autora Trace Moroney (editorial SM) Anexo 11. Mientras leemos el cuento, los niños irán interviniendo, contando anécdotas de cuándo ellos se han puesto tristes.</p> <p>Una vez leído el cuento, mostraremos a los alumnos imágenes de diferentes niños tristes por diversos motivos Anexo 12 con el objetivo de que los discentes propongan soluciones para poner fin a la tristeza de los mismos. De esta manera, reforzaremos la empatía debido a que los alumnos deberán ponerse en el lugar de los niños de las imágenes para saber qué deberían hacer para ponerse de nuevo contentos o cómo deberían actuar para eliminar la tristeza de esa persona.</p> <p>Asimismo, podemos reforzar normas de conducta proponiendo a los alumnos la importancia de compartir los juguetes para evitar la tristeza de los compañeros.</p> <p>A continuación, los niños deberán identificar en una ficha cuál de las diversas caras que en la misma aparecen, refleja la tristeza Anexo 13. Una vez que los niños la hayan identificado, la deberán pintar de color azul cómo se refleja en el cuento “El monstruo de colores”.</p> <p>Por último, realizaremos la actividad del Emociómetro, pero esta vez de una manera distinta debido a que antes de poner el palo en la emoción que tengan, les pediremos que señalen cuál es el monstruo triste.</p>

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Reconocer la emoción de tristeza. - Proponer soluciones para acabar con la tristeza de otras personas. - Identificar cómo me siento en un momento determinado.
Temporalización	Esta actividad se realizará el 23 de marzo después de la media hora que se dedica a relajación y tendrá una duración aproximada de 25 o 30 minutos.
Recursos materiales	<p>Para la realización de dicha actividad se necesitará:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cuento “Cuando estoy triste” de la autora Trace Moroney. Editorial SM. - Fotocopias de imágenes de niños tristes. - Fichas de caras que reflejan distintas emociones.
Recursos espaciales	Se utilizará la asamblea como lugar de trabajo para dicha sesión.

Tabla 5.*Desarrollo de la sesión 3*

“¿PATITO FEO O BONITO?”	
Descripción:	
<p>Para esta sesión, contaremos el cuento “El patito feo” Anexo 14 con el objetivo de recordar a los niños que no se deben decir palabras feas a los niños porque al igual que el patito los compañeros también se ponen tristes.</p> <p>De esta manera, propondremos a los alumnos que digan palabras bonitas, como por ejemplo: beso, abrazo o mamá. Ésto nos permitirá comentar a los niños que todos somos diferentes pero que todos somos guapos, nos portamos bien, queremos mucho a nuestros compañeros.</p> <p>Posteriormente, les diremos a los discentes que traemos una caja y que dentro de ésta hay una foto del niño más guapo, que trata bien a los compañeros, etc...</p> <p>Los niños irán uno a uno abriendo la caja y verán que realmente no hay una foto, sino que es el reflejo de él mismo en un espejo que hay en el interior de la misma Anexo 15 .</p> <p>Por último, se visualizará en la pizarra digital la canción de Youtube titulada: “Todos somos diferentes/ Canciones infantiles/ PipaLupa”, cuyo enlace sería el siguiente: https://youtu.be/HgeTnFkpSIM</p>	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Reconocer la emoción de tristeza en el Patito Feo.

	<ul style="list-style-type: none"> - Distinguir las palabras bonitas de aquellas que son feas. - Percibir las diferencias que existen entre las personas. - Tomar conciencia de que todos somos iguales a pesar de las diferencias que tengamos. - Mostrar actitudes de respeto hacia los compañeros.
Temporalización	Esta actividad se realizará el 30 de marzo después de la media hora que se dedica a relajación y tendrá una duración aproximada de 25 o 30 minutos.
Recursos materiales	Los materiales que necesitaremos para la realización de dicha sesión serían: <ul style="list-style-type: none"> - Cuento “El Patito Feo”. - Caja. - Serpentina. - Espejo pequeño.
Recursos espaciales	La actividad se realizará en la Asamblea. Sin embargo, la visualización de la canción se llevará a cabo desde el sitio de cada alumno.
Tratamiento a la diversidad	El vídeo canción que escucharán y visualizarán los niños al terminar la sesión les servirá para comprender mejor a qué nos estamos refiriendo cuando decimos que todos somos diferentes (por ejemplo, uno es más alto que otro) pero que todos debemos querernos tal cual somos y debemos respetar las diferencias de los demás.

Tabla 6.*Desarrollo de la sesión 4*

“¿QUÉ ESCONDE EL MONSTRUO NEGRO?”
Descripción:
<p>Antes de comenzar dicha sesión recordaremos juntos las emociones reflejadas en el emociómetro para posteriormente decir que nos visita a la clase el monstruo de color negro, es decir el monstruo del miedo. Por este motivo, pediremos a los niños/as que se sienten en la asamblea porque vamos a contar una historia de miedo.</p> <p>El cuento siguiendo la misma línea será de la misma colección que los utilizados en las sesiones de “alegría” y “tristeza”. Este se titulará “Cuando tengo miedo” de Trace Moroney Anexo 16 . Sin embargo, en lugar de leerlo tal cual es, utilizaremos las ilustraciones y saltaremos algunas páginas a las cuales después volveremos Anexo 17.</p>

Una vez leído el cuento, les mostraremos a los alumnos la caja del monstruo negro, la cual consiste en una caja de zapatos negra con una abertura en el centro, decorada con dientes y unas grandes ojos de monstruo [Anexo 18](#) , la cual permitirá introducir la mano, sin mirar, con el objetivo de enfrentarnos al miedo de no conocer lo que hay dentro.

Esta caja esconderá mucha lana de color rosa [Anexo 19](#) , con el objetivo de comentar a los discentes, una vez que han terminado todos los niños de introducir la mano, que el siguiente monstruo que viene a clase es el del mismo color que esa lana de color rosa, es decir, el monstruo del amor.

Posteriormente, los niños comentarán en la asamblea qué es lo que más les da miedo, debido a que eso será lo que deberán dibujar en un papel, el cual después será depositado en el “bote quitamiedos” [Anexo 20](#) .

Este será un bote forrado con goma eva gris y decorado con mariposas moradas. El objetivo del mismo es que al cerrar el bote, el miedo desaparezca porque ni los monstruos existen, ni los zombies. Eso solo aparece a veces en los libros. Además, la araña, otro de los miedos que tienen nuestros alumnos, es un insecto más cómo las hormigas, las cuales tienen familia y si no le hacemos nada, ellas no nos harán daño porque no necesitarán protegerse.

Mientras tiran los papeles al bote dicen “Adiós + el miedo que sea”. “No me das miedo”. Por ejemplo: “Adiós araña. No me das miedo”.

A continuación, la seño comentará que se va a llevar los miedos de todos los niños pero que antes deberán ponerle el tapón al bote así como hacer un conjuro para que desaparezcan definitivamente . Por este motivo, daremos con la varita mágica encima del bote y diremos:

*“Irse. No me dais miedo.
Los monstruos no existen,
los zombies tampoco.
Las arañas tienen familia
y no me deben dar miedo
porque si las dejo tranquilas
no me harán daño.
Los monstruos y zombies son niños
disfrazados en Halloween.
No me deben dar miedo”.*

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar la emoción “tener miedo” en el cuento. - Reconocer que me produce miedo. - Dibujar lo que me produce miedo.
------------------	---

	- Eliminar los miedos que tengo.
Temporalización	Esta actividad se realizará el 14 de abril después de la media hora que se dedica a relajación y tendrá una duración aproximada de 25 o 30 minutos.
Recursos materiales	Los materiales que se van a utilizar para realizar dicha actividad serían: <ul style="list-style-type: none"> - Caja de cartón negra. - Goma eva roja. - Folios. - Rotulador negro. - Lana rosa. - Cuento "Cuando tengo miedo" de Trace Moroney.
Recursos espaciales	La actividad se realizará tanto en la asamblea como en las mesas debido a que los niños deberán dibujar lo que les da miedo.

Tabla 7.*Desarrollo de la sesión 5*

“¡QUEREMOS MUCHO A NUESTRA FAMILIA!”
Descripción:
<p>Con motivo de trabajar la emoción de "amor", se recordará a los alumnos de qué color era la lana que el monstruo del miedo escondía en su interior. De esta manera, estaremos asociando el color rosa con el amor tal cual se trabajó en el cuento "El Monstruo de Colores".</p> <p>Una vez que digan qué es la emoción del amor, les pediremos a los niños que nos digan palabras bonitas cómo es: abrazo, beso, te quiero, etc... Igualmente, les comentaremos a los discentes que muchos niños por las mañanas en el Emociómetro ponen su palo en dicha emoción, haciendo referencia a algunos de los motivos por lo que nos dicen que lo ponen ahí.</p> <p>Por ejemplo, les diremos que muchos niños lo ponen porque nos dicen que quieren mucho a un compañero, a lo que les preguntamos qué es lo que dice la maestra en relación a qué podemos hacer cuando queremos mucho a alguien. En este caso, darle un abrazo y demostrarle su cariño. Otros nos dicen que quieren mucho a su mamá, papá y hermano.</p> <p>Posteriormente, les pediremos a los niños/as que se sienten en la asamblea porque vamos a contarle un cuento sobre la familia. El título de dicho libro sería: "¡Mi familia es de otro mundo!" de la autora Cecilia Blanco</p> <p>Anexo 21 .</p>

En él aparecen diferentes tipos de familia y el objetivo de su lectura sería que los niños vean como todos los protagonistas del mismo quieren mucho a su familia y les demuestra su amor, además se divierten y hacen muchas cosas juntos como es ir a la playa.

Concretamente se leerá la historia:

- El mundo de Lú: Papá, Papi y yo.
- El mundo de Leo: Uno más en la familia.

Posteriormente, se recordará a los niños los diferentes tipos de familia que existen poniendo en el suelo de la Asamblea una imagen de cada uno de ellos (niños que vienen con sus dos papás, niños que viven con sus dos mamás, niños que viven con su papá y su mamá, niños que viven con sus abuelos y niños que viven con su mamá, papá, tíos, abuelos y mascotas) [Anexo 22](#). Les diremos además que lo más importante no es el tipo de familia sino que se quieran y se demuestren amor.

Por último, pediremos a los niños que dibujen a su familia en un corazón con el objetivo de que se lo regalen para demostrarles el amor que sienten por ellos. Cabe destacar que antes de dibujarlos lo comentarán en la asamblea con los otros niños [Anexo 23](#).

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar la emoción de amor en cada una de las familias que aparecen en el cuento. - Reconocer quienes forman parte de nuestra familia.
Temporalización	Esta actividad se realizará el 21 de abril después de la media hora que se dedica a relajación y tendrá una duración aproximada de 25 o 30 minutos.
Recursos materiales	<p>Los materiales que se necesitarán para realizar dicha actividad serían:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cuento "¡Mi familia es de otro mundo!" de la autora Cecilia Blanco. - Corazones tamaño folio. - Lápices. - Fotocopias con las imágenes de las distintas familias.
Recursos espaciales	La actividad se realizará tanto en la asamblea como en las mesas debido a que los niños deberán dibujar a su familia.
Tratamiento a la diversidad	Aquellos niños que aún tengan dificultades a la hora de dibujar la silueta del cuerpo humano, les ayudaremos individualmente a identificar cada una de las partes que tenemos para que no se salten ninguna de ellas. Además, dibujaremos nosotras una silueta para que les sirva de modelo.

Tabla 8.

Desarrollo de la sesión 6

“DIBUJO LO QUE SIENTO EN CADA MOMENTO”	
Descripción:	
<p>La emoción calma se trabajará durante todos los meses de prácticas. Esto será así porque todos los días se realizan 20 minutos de relajación cuando volvemos del recreo.</p> <p>La rutina que se lleva a cabo durante esos 20 minutos es escuchar música relajante mientras que el encargado realiza cosquillas con un pincel o masajes con un rodillo. Sin embargo, a los niños siempre les cuesta volver a la calma después de volver del recreo, por este motivo, siempre recordaremos que nuestro objetivo principal era el de ayudar al monstruo a distinguir y poner orden a las distintas emociones. Por lo tanto, en este caso debemos ayudarles a que ellos mismos distingan que estamos en la hora de relajación y qué debemos permanecer en calma como el monstruo verde. Durante este tiempo los alumnos deberán hablar susurrando.</p> <p>Una actividad que podemos realizar durante este tiempo de descanso es que los alumnos dibujen de manera libre en un folio lo que más les apetezca mientras escuchan de fondo música relajante dónde sólo se escuchan instrumentos musicales. Una vez que han dibujado de manera libre pediremos a los alumnos que dibujen los peces que en el vídeo aparecen para que marquen su atención en ellos y se relajen. El enlace al vídeo es el siguiente:</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=ZzEXobyuyOO</p>	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Reconocer la emoción calma. - Sentir calma mientras dibujo. - Focalizar la atención mientras dibujo.
Temporalización	Esta actividad se realizará el 21 de abril después de la media hora que se dedica a relajación y tendrá una duración aproximada de 15 o 20 minutos.
Recursos materiales	<p>Los materiales que necesitaremos serán:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ceras de colores. - Folios.
Recursos espaciales	La actividad se realizará desde el sitio de cada uno de los alumnos.
Tratamiento a la diversidad	Al ser un dibujo libre los alumnos podrán dibujar lo que más desean sin seguir un modelo ni con intención de representar nada en específico. A la hora de dibujar los peces cada uno lo dibujará como lo haya percibido.

Tabla 9.*Desarrollo de la sesión 7*

“RESPIRO Y ME TRANQUILIZO”

Descripción:

Con objeto de enlazar y asociar las emociones de enfado y calma utilizaremos el cuento que tiene como nombre “Tengo un volcán” de la autora Míriam Tirado [Anexo 24](#). Este trata sobre una niña que siente tanta rabia por cosas cotidianas, como ponerse el pijama, que descarga toda su furia contra su padre.

Un día un hada decide enseñarle algunas técnicas de respiración para ayudar a Alba a controlar su enfado.

Alba aprende a usarlas y decide enseñárselas a su padre cuando ésta descubre que está muy furioso.

De esta manera, cuando aparezca el hada que enseñe a Alba a controlar su rabia nosotros aprovecharemos para practicar las siguientes técnicas de relajación aparte de la que viene ya en el libro:

1. El sonido de la serpiente. Los alumnos deben colocarse con la espalda recta. Una vez que estén sentados de forma adecuada deben colocar su mano en el vientre y ver cómo se va llenando mientras que respiramos por la nariz 5 segundos. Una vez que cojamos aire, lo vamos soltando poco a poco mientras que hacemos el sonido de una serpiente.
2. Soplamos las velas de cumpleaños. Este juego de respiración consiste en coger aire por la nariz que después tendrán que exhalar con objeto de apagar una velas de cumpleaños invisibles. Este ejercicio de respiración nos servirá para explicar a los niños que igual que soplamos la vela para apagar el fuego, nosotros respiramos para apagar el volcán que tenemos dentro cuando estamos furiosos.
3. Nos convertimos en elefantes. Este ejercicio de respiración consistirá en ir levantando el brazo mientras vamos respirando por la nariz e ir bajando poco a poco como si fuera la trompa de un elefante mientras vamos echando el aire por la boca.
4. Respiración de la flor. La docente dibuja en un folio una flor la cual deberán oler los niños.
5. Inflamos un globo. En este caso los niños se convertirán en globos. Para ello, pondrán su mano sobre la barriga y van viendo cómo se van hinchando como un globo a medida que inhalan aire. Posteriormente, irán soltando aire (exhalando) y observarán cómo se va desinflando.

Una vez leído el cuento, los niños dirán lo que les produce enfado (porque su madre no le deja comer chuches, porque no le gusta un tipo de comida específica y su madre le obliga a comérselo, porque su hermano no le deja sus juguetes o porque cuando decimos cambio en el patio el compañero no le presta la moto, etc.).

Mientras se va interviniendo en la ronda de lo que nos produce enfado, los niños y la seño van proponiendo

<p>soluciones para evitar que nos enfademos así cómo recordaremos que no está mal llorar cuando sintamos rabia pero lo que no podemos es hacer daño a los demás, cómo insultando o rompiendo las cosas.</p> <p>Además, la seño aprovechará para comentar que a veces a ella le produce enfado que muchos niños no le hagan caso y que ella no se pone a gritar e insultar sino que intenta solucionar los problemas de una manera más pacífica.</p>	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar la emoción de enfado. - Expresar lo que me produce rabia. - Conseguir relajarme a través de las técnicas de respiración. - Proponer soluciones para acabar con nuestro enfado sin hacer daño a los demás.
Temporalización	Esta actividad se realizará el 21 de abril después de la media hora que se dedica a relajación y tendrá una duración aproximada de 25 o 30 minutos.
Recursos materiales	<p>Los materiales que necesitaremos para realizar la actividad sería:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cuento “Tengo un volcán” de la autora Miriam Tirado. - Dibujo de una flor.
Recursos espaciales	La actividad se realizará en la asamblea.

Tabla 10.*Desarrollo de la actividad final*

“IDENTIFICO EMOCIONES”	
Descripción:	
<p>Con objeto de sintetizar lo que han aprendido los niños en las diversas sesiones se realizará la ficha recogida en el Anexo 25 donde los alumnos deberán de colorear las distintas emociones siguiendo los colores que aparecen en el cuento “<i>El Monstruo de Colores</i>”.</p>	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar las emociones: alegría, tristeza, enfado y miedo. - Asociar las emociones con colores. - Imitar a través de expresiones faciales las distintas emociones que aparecen en la ficha.
Temporalización	Esta actividad se realizará el 28 de abril después de la media hora que se dedica a relajación y tendrá una duración aproximada de 15 o 20 minutos.
Recursos materiales	Los materiales que necesitaremos para realizar la actividad sería:

	- Ficha de las emociones.
Recursos espaciales	La actividad se realizará en la asamblea.

6.7. Recursos materiales y espaciales

Los recursos materiales y espaciales quedan recogidos en el punto anterior dentro de las tablas de las sesiones a desarrollar.

6.8. Evaluación

Como forma de evaluación de las actividades citadas anteriormente, se llevará a cabo una lista de control la cual está recogida en el [Anexo 1](#) . Se llevará a cabo una evaluación inicial donde se observarán las ideas previas que tienen los alumnos para poder tener en cuenta las necesidades que requiere nuestro alumnado. Posteriormente, se observará constantemente a los alumnos durante las diferentes sesiones para recoger en dicha lista de control, el control progresivo que han tenido los alumnos hasta terminar dicha intervención con la actividad de cierre.

7. Resultados y discusión

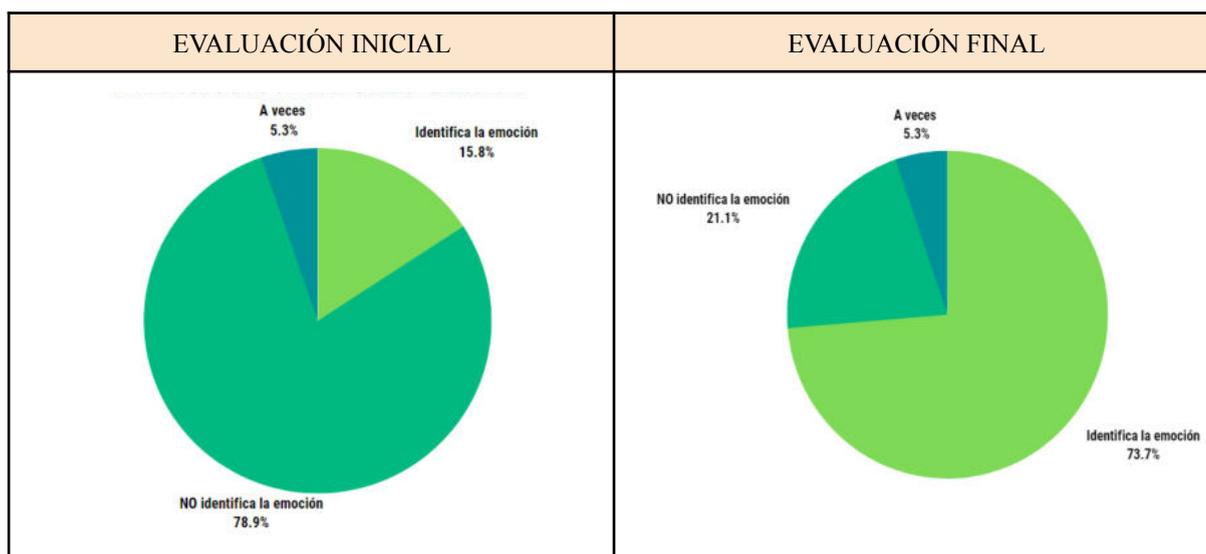
7.1. Resultados

La utilización de la lista de control como forma de evaluación inicial y final recogidas en el [anexo 29](#) y [anexo 30](#) me han permitido observar cómo la emoción “calma” se ha convertido en el auténtico descubrimiento por parte de los alumnos y alumnas. Esto se puede demostrar con los resultados obtenidos tanto en la evaluación inicial con un 78.9% de alumnos que no sabían identificar dicha emoción frente al 73.7% de infantes que han sabido identificarla gracias a las actividades realizadas. De esta manera, pude apreciar como los niños/as a la hora de utilizar el Emociómetro confundían la emoción alegría con calma fijándose solamente en las expresiones faciales que servían de ayuda a los alumnos a la hora de identificar y reconocer las emociones. Conforme han ido utilizando el mismo, los infantes sabían reconocer que la emoción calma aparecía cuando estábamos en la hora de relajación, después del recreo, apreciando además cómo se sentían cuando tenían dicha emoción.

Asimismo, los niños apenas ponían su palo en la emoción de enfado, tristeza y calma debido a que no entendían las mismas, o si la ponían en dichas emociones no sabían explicarme el motivo.

Tabla 11.

Evolución de la emoción “calma”



Igualmente, a la hora de realizar la actividad inicial “¿Quién es el Monstruo de Colores?” tuve la oportunidad de apreciar cuáles eran los niños y niñas que sabían identificar cada emoción. Fijándonos en los resultados obtenidos a la hora de mostrar a los niños imágenes de personas con distintas emociones, tuve la ocasión de comprobar cómo no solamente identificaban la misma sino que querían imitar las distintas personas que allí aparecían, observándose en los alumnos fruncidos de ceños, brazos cruzados, bocas sonrientes, etc...

De igual manera, conforme se ha ido evolucionando en el aprendizaje de las emociones, he podido observar cómo se ha incluido la participación familiar. Un hecho puntual me hizo consciente de la misma debido a que un alumno vino a clase con distintos muñecos de fieltros realizados junto a su madre el día anterior donde se podían apreciar los distintos monstruos de colores que aparecían en el cuento “El Monstruo de Colores” así como diferentes dibujos que había realizado el alumno queriendo imitar los mismos, resaltando las expresiones faciales que hacían diferenciar una emoción de otra.

7.2. Discusión

De esta manera, una vez terminada la intervención de la propuesta educativa, me gustaría recalcar que los resultados son bastantes satisfactorios debido a que partíamos de la base de que la mayoría de niños y niñas no sabían identificar algunas de las emociones, notándose por ende una evolución en el aprendizaje progresivo de las mismas por parte del alumnado. Estos datos quedan recogidos en el [Anexo 27](#).

De este modo, el emociómetro elaborado ha permitido que los niños a medida que pasaban los días supieran identificar la emoción que sentían en ese momento específico, ya sea al entrar cada día a clase, al terminar la asamblea o después del recreo, observándose por tanto un aprendizaje progresivo debido a que al principio la mayoría de alumnos me asociaban una emoción con un hecho pasado o rutinario. Por ejemplo, estaba triste porque quería una moto (se trata de un niño que en la mayoría de las veces se queda sin moto cuando vamos al patio). Esta justificación por tanto, fue evolucionando hasta asociar la tristeza que sentía con un hecho presente por ejemplo, porque quería irse con su madre una vez que lo había llevado al cole.

De la misma manera, el dibujo así como la intervención en la asamblea ha permitido que los niños pudieran expresar cuándo sentían la emoción que se trabajaba en cada sesión, obteniendo respuestas como: “Me siento enfadado cuando mi madre me dice come las patatas risas y a mí no me gustan”.

Igualmente a la hora de dar una solución para acabar con la tristeza de los niños que aparecían en la actividad “¿Cómo podemos ayudar?”, los niños han logrado ponerse en el lugar de los demás, proponiendo soluciones como: “Si el niño se ha caído le pego una tiritita”.

Sin embargo, como punto débil he encontrado que al no haber recogido con los niños cómo aparecía en el cuento las emociones ya trabajadas, como por ejemplo, haber metido algodón rosa cuando se trabajara el amor, éstos han encontrado dificultades a la hora de recordar cuándo se había trabajado cada emoción. Por tanto, propongo que si se trabaja en el futuro es conveniente ir poniendo el monstruo del color trabajado en una cartulina hasta obtener todos ellos. De la misma manera, podría realizarse un libro de imágenes donde todos los alumnos junto a su familia colaboran recogiendo el motivo que le produce una de las emociones (alegría, tristeza, ira, miedo, calma y amor) trabajadas en las diferentes sesiones,

sirviendo de ayuda a los alumnos a la hora de identificar, expresar y comprender las mismas, objetivos que perseguimos en dicha propuesta de intervención.

8. Conclusiones

Como he comentado anteriormente, el resultado de la intervención es bastante grato. Se ha permitido conseguir la competencia clave “Competencia personal, social y de aprender a aprender” recogida en el Real Decreto de 1 de febrero por el que se establece la ordenación de las enseñanzas mínimas de la Educación Infantil, debido a que gracias a los resultados obtenidos he podido observar que mis alumnos de prácticas han conseguido identificar y reconocer los sentimientos y emociones propias y ajenas así como han tenido la oportunidad de expresarlos libremente.

Igualmente, me ha resultado bastante curioso que a la hora de dibujar lo que les producía miedo coincide con los miedos frecuentes en los niños de 4 a 8 años que establece Pérez (2000). Éstos son miedo a los animales, en el caso de los niños de mi clase arañas, así como miedo a las criaturas imaginarias (brujas, fantasmas y monstruos) [Anexo 26](#).

Además, es de destacar que al haber utilizado el cuento “El Monstruo de Colores”, la visita de cada uno de ellos les motivaba para seguir aprendiendo en torno a las emociones. Todos estaban muy emocionados en cada sesión y cada día al terminar la clase me pedían que pusiera la canción “¡Vaya que lío con las emociones!”.

De esta forma, me gustaría comentar que gracias al haber puesto en práctica dicha intervención en un aula y observando los resultados obtenidos, dichas sesiones las podría volver a realizar en un futuro o podría servir para intervenciones futuras de otros docentes.

9. Referencias bibliográficas

Badenes, L. et al. (2000). La comprensión infantil de las emociones secundarias y su relación con otros desarrollos sociocognitivos. *Reme*, 3 (4), 6.

<http://reme.uji.es/articulos/avilll7280806100/texto.html>

Bello, E. (1 de octubre de 2021). La inteligencia emocional de Daniel Goleman: qué es y cómo desarrollarla. *IEBS*.

<https://www.iebschool.com/blog/liderazgo-inteligencia-emocional-coach-management/>

- Bisquerra, R. (2012). ¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia.
<https://faros.hsjdbcn.org/es/cuaderno-faro/como-educar-emociones-inteligencia-emocional-infancia-adolescencia>
- Blanco, C. (2017). *¡Mi familia es de otro mundo!* SM.
- BOE.es - BOE-A-2022-1654. Real Decreto 95/2022, de 1 de febrero, por el se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Infantil. (s. f.).
<https://www.boe.es/boe/dias/2022/02/02/pdfs/BOE-A-2022-1654.pdf>
- Buitrago, D. (2020). La emoción y el sentimiento: más allá de una diferencia de contenido. *Digithum*, (26). <https://raco.cat/index.php/Digithum/article/view/n26-buitrago/479700>
- Carmen Casado Gonzalez. (25 de marzo de 2019). *EL MONSTRUO DE COLORES con pictogramas*. [Archivo de Vídeo]. Youtube.
<https://www.youtube.com/watch?v=abi2DiPFoec>
- Carrasquero, C. L. (2010). Aptitudes emocionales que inciden en el aprendizaje organizacional. *CICAG*, 7(1), 15-29.
<http://ojs.urbe.edu/index.php/cicag/article/view/507/433>
- Cassio Toledo. (14 de noviembre de 2017). *Música Para Dormir Bebés y Animación Para Calmar*. [Archivo de Vídeo]. Youtube.
<https://www.youtube.com/watch?v=ZzEXobyuyOQ>
- Castillero, Ó. (29 de agosto de 2022). Los 8 tipos de tristeza: características, causas posibles y síntomas. *Psicología y Mente*.
<https://psicologiymente.com/psicologia/tipos-de-tristeza>
- Corbin, J. A. (14 de noviembre de 2016). Los 8 tipos de emociones (clasificación y descripción). *Psicología y Mente*.
<https://psicologiymente.com/psicologia/tipos-de-emociones>
- Dueñas, M. L. (2002). Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la

orientación educativa.

<http://e-spacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:EducacionXXI-2BB75B2C-720F-A542-4DCE-43297DDB55B7/Documento.pdf>

Educagob. (s.f.). *Competencias clave Educación Infantil*. Ministerio de Educación y Formación Profesional.

<https://educagob.educacionyfp.gob.es/curriculo/curriculo-lomloe/menu-curriculos-basicos/ed-infantil/competencias-clave.html>

Fernández-Martínez, A. M., y Montero-García, 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://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-715X2016000100003

García-Lago, V. (2008). La inteligencia emocional en la educación infantil. *Educación y futuro: revista de investigación aplicada y experiencias educativas*, (19), 129- 149.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3233946>

Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional*. Kairos.

Goleman, D. (2018). *La inteligencia emocional: por qué es más importante que el coeficiente intelectual*. Vergara.

Goleman, D. et al. (2022). *Inteligencia Emocional: Cómo las emociones intervienen en nuestra vida personal y profesional*. Reverté.

Llenas, A. (2012). *El Monstruo de Colores*. Flamboyant.

Molero, C. et al. (1998). Revisión histórica del concepto de inteligencia: una aproximación a la inteligencia emocional. *Revista latinoamericana de Psicología*, 30(1), 11-30.

<https://riucv.ucv.es/bitstream/handle/20.500.12466/1240/80530101.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Moroney, T. (2007). *Cuando estoy contento*. SM.

Moroney, T. (2007). *Cuando estoy triste*. SM.

- Moroney, T. (2007). *Cuando tengo miedo*. SM.
- Núñez-Pereira, C. y Romero, R. (2013). *Emocionario. Di lo que sientes*. Palabras aladas.
- Pérez, M. Á. et al. (2008). Aproximaciones a la emoción de ira: de la conceptualización a la intervención psicológica. *Reme*, 11(28), 5.
<http://reme.uji.es/articulos/numero28/article6/article6.pdf>
- Pérez, M. D. (2000). El miedo y sus trastornos en la infancia. Prevención e intervención educativa.
https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/69368/El_miedo_y_sus_trastornos_en_la_infancia.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Pinkfong en español - Canciones infantiles. (22 de septiembre de 2022). Mis emociones/ Sentimientos/ Hábitos Saludables/ Pinkfong Canciones. [Archivo de Vídeo]. Youtube.
<https://youtu.be/RGqSPLSOFwU>
- Pipalupa. (9 de junio de 2016). *Todos somos diferentes / Canciones infantiles / Pipalupa*. [Archivo de Vídeo]. Youtube. <https://youtu.be/HgeTnFkpSIM>
- Tirado, M. (2023). *Tengo un volcán*. Carambuco.
- Viciano, V. (2011). Las emociones: en camino hacia la escuela. La formación en inteligencia emocional de los futuros maestros de infantil y primaria. *Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers*, (337), 11-16.
<https://revistas.comillas.edu/index.php/padresymaestros/article/view/273/208>
- Villamizar, G., y Donoso, R. (2013). Definiciones y teorías sobre inteligencia. Revisión histórica. *Psicogente*, 16(30).
<https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/1927/1843>

10. Anexos

ANEXO 1

Tabla 12.

Lista de control

LISTA DE CONTROL

Nombre del alumno/a:				
ÍTEMS	Emoción	Sí	No	A veces
Identifica la emoción...	Alegría			
	Tristeza			
	Ira			
	Miedo			
	Calma			
	Amor			
Expresa la emoción...	Alegría			
	Tristeza			
	Ira			
	Miedo			
	Calma			
	Amor			
Comprende la emoción...	Alegría			
	Tristeza			
	Ira			
	Miedo			
	Calma			
	Amor			
Observaciones:				

Esta lista de control se utilizará como forma de evaluación inicial antes de realizar el proyecto y una vez terminado el mismo con el objeto de observar el progreso de los alumnos. Los ítems que vamos a evaluar a través de la lista de control son los siguientes:

- Identifica la emoción... (reconoce la emoción que siente en cada momento en el emociómetro, identifica cómo se sienten los niños o personajes que aparecen en las diversas imágenes o portadas de los cuentos).
- Expresa la emoción... a través de expresiones faciales.
- Comprende la emoción... (da ejemplos de cuando siente cada emoción. Por ejemplo, me siento enfadada cuando mi hermano no comparte sus juguetes conmigo).

ANEXO 2

Tabla 13.

Contenidos didácticos de la propuesta de intervención

Conceptuales	<ul style="list-style-type: none"> ● Identificación de las emociones: alegría, tristeza, rabia o ira, miedo, calma y amor. ● Reconocimiento del nombre. ● Normas de comportamiento. ● Identificación de los miembros de la familia. ● Las fiestas: Halloween. ● Los cuentos infantiles. ● La práctica de técnicas de respiración.
Procedimentales	<ul style="list-style-type: none"> ● Elaboración de un dibujo de lo que me produce miedo. ● Imitación de expresiones faciales según la emoción. ● Distinción de las palabras bonitas de aquellas que son feas.
Actitudinales	<ul style="list-style-type: none"> ● Interés por el aprendizaje de las emociones. ● Participación activa en la asamblea. ● Actitudes de respeto hacia la expresión de las emociones de los compañeros. ● Desarrollo de la escucha activa.

ANEXO 3**Tabla 14.***Calendario con las sesiones incluidas*

Las actividades y sesiones se realizarán durante los meses de marzo y abril. El calendario que recoge dicho programa de intervención es el siguiente:

MARZO 2023						
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
		1	2	3	4	5
6	7	8	9 Actividad: “¿Quién es el Monstruo de Colores?”	10	11	12
13 Introducción actividad rutinaria: “¿Cómo me siento?”	14	15	16 Sesión: “Globos amarillos vienen y van”	17	18	19
20	21	22	23 Sesión: “¿Cómo podemos ayudar?”	24	25	26
27 Sesión: “Dibujo lo que siento en cada momento”	28	29	30 Sesión: “¿Patito feo o bonito?”	31		

ABRIL 2023						
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14 Sesión: “¿Qué es lo que esconde el monstruo negro?”	15	16
17	18	19	20	21 Sesión: “¡Queremos mucho a nuestra familia!”	22	23
24	25	26	27 Sesión: “Respiro y me tranquilizo”.	28 Actividad final: “Identifico emociones”	29	30

ANEXO 4

Tabla 15.

Cuento “El Monstruo de Colores”

“EL MONSTRUO DE COLORES”	
 <p>Autora: Anna Llenas Año: 2012 Editorial: Flamboyant</p>	<p>Descripción: Este libro trata sobre un monstruo que necesita ayuda pues se ha hecho un lío con las emociones. Una chica decide ayudarlo a ordenarlas debido a que el lío es tan grande que están todas desordenadas.</p> <p>De esta manera, se nombran las emociones: alegría, tristeza, rabia o ira, miedo, calma y amor. De cada una de ellas se destacarán las consecuencias que produce tener dichas emociones con el objetivo de saber identificarlas.</p>

ANEXO 5**Tabla 16.**

Imágenes utilizadas en la sesión “¿Quién es el Monstruo de Colores?”



Todas estas imágenes están autorizadas por el banco de imágenes gratis Istock

ANEXO 6

Introducción al emociómetro (elaboración propia)



ANEXO 7

Enlace a las diapositivas de la sesión “Globos amarillos vienen y van”

https://drive.google.com/file/d/19rNxhs3L8uFOxw_bkiT4J54o4ERGOdRV/view?usp=share_link

ANEXO 8

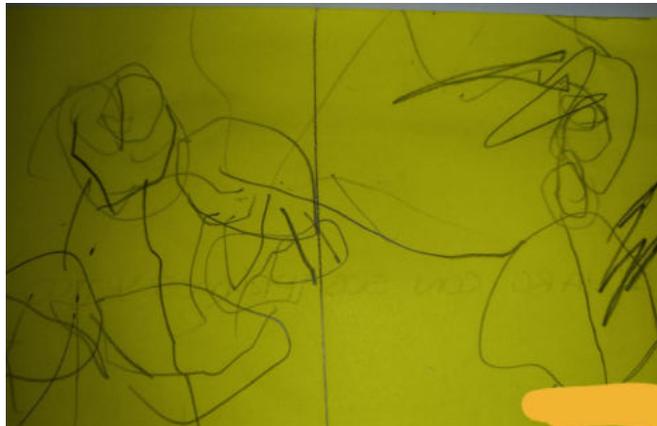
Tabla 17.

Cuento “Cuando estoy contento”

“CUANDO ESTOY CONTENTO”	
	<p>Descripción: A través de este cuento se pretende que el alumnado conozca cómo nos sentimos cuando tenemos dicha emoción. De esta forma, se comenta qué cuando se está contento se dan saltos de alegría.</p> <p>Asimismo, se citan los hechos que producen que Conejo esté así de contento. Por ejemplo, hacer galletas con la abuela o mirar las estrellas.</p> <p>Igualmente, se le da importancia a ayudar a los demás con el objeto de que se sientan mejor.</p>
<p>Autora: Trace Moroney Año: 2007 Editorial: SM</p>	

ANEXO 9

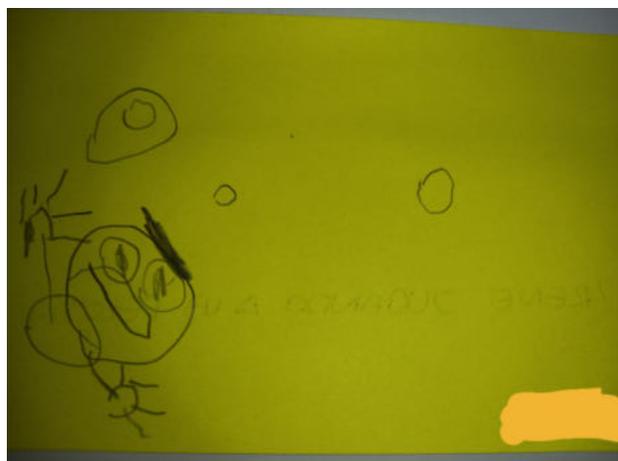
Post-it sesión: “Globos amarillos vienen y van”



Á. siente alegría cuando está con su tío y su primo



M. se pone contenta cuando toca la guitarra



I. se pone contenta cuando juega a la pelota

ANEXO 10

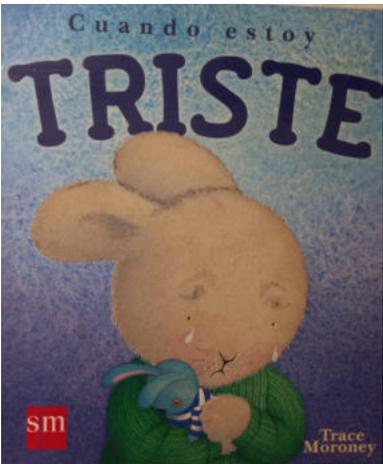
Imagen globo amarillo sesión: “Globos amarillos vienen y van”



ANEXO 11

Tabla 18.

Cuento “Cuando estoy triste”

“CUANDO ESTOY TRISTE”	
 <p>Autora: Trace Moroney Año: 2007 Editorial: SM</p>	<p>Descripción: A través de dicho cuento el alumnado podrá comprender cómo se puede sentir cuando está triste, cómo es el hecho de llorar así cómo buscar la soledad.</p> <p>De esta manera, al igual que el cuento “Cuando estoy contento” se destacan algunos hechos que producen que nuestro personaje se sienta de dicha manera. Por ejemplo, se siente triste cuando está enfermo.</p> <p>Asimismo, se le da relevancia a qué compartir los sentimientos es buena idea para eliminar esa tristeza. De esta manera, se destacan algunas acciones que le hacen encontrarse mejor.</p>

ANEXO 12

Imágenes niños tristes sesión: “¿Cómo podemos ayudar?”



ANEXO 13

Ficha sesión: “¿Cómo podemos ayudar?”

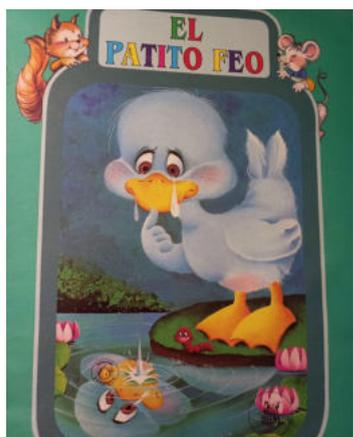


ANEXO 14

Tabla 19.

Cuento “El Patito Feo”.

“EL PATITO FEO”



Colección: Linda

Año: 2005

Editorial: PATAGÓNICA

Descripción: En cuanto a dicho cuento se podría haber utilizado cualquier otro al ser un cuento tradicional del autor Hans C. Andersen .

El cuento trata sobre una pata que tiene patitos. Sin embargo, al romper uno de los cascarones, de éste nació un patito que era diferente a los demás.

Los otros patitos así como su mamá al ver que era distinto le decían feo y no le dejaban comer su comida.

Así que el “patito feo” decidió esconderse en una cabaña en el bosque al ver que nadie le comprendía.

Un día decidió salir a dar una vuelta cuando encontró en el lago una hermosa patita. Sin embargo, no era una patita sino que en realidad era un cisne igual que él.

Los dos se casaron y tuvieron lindos cisnes.

ANEXO 15

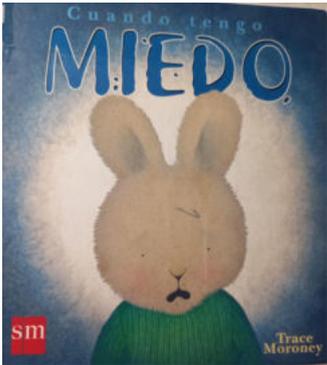
Imagen caja con espejo de la sesión: “¿Patito feo o bonito?”



ANEXO 16

Tabla 20.

Cuento “Cuando tengo miedo”

“CUANDO TENGO MIEDO”	
 <p>Autora: Trace Moroney Año: 2007 Editorial: SM</p>	<p>Descripción: Al igual que en los otros cuentos citados anteriormente de dicha colección (“Cuando estoy contento” y “Cuando estoy triste”), dicho libro pretende que el alumno tome conciencia de cuando siente que tiene miedo, de cómo es la expresión facial o los signos en el cuerpo que hace que sepamos que tenemos miedo. Por ejemplo, pelos de punta, boca abierta, etc.</p> <p>De la misma manera, se le da importancia al hecho de contarle a una persona lo que nos da miedo para darnos cuenta de que en realidad no tenemos por qué asustarnos.</p>

ANEXO 17

Tabla 21.

Modificación del cuento “Cuando tengo miedo” de Trace Moroney

<p>De esta forma, modificamos un poco la historia, diciendo que es un conejo que tiene miedo por eso el corazón le late muy rápido y que cuando siente dicho miedo utiliza su linterna dada por mamá para esas ocasiones especiales. Además, siempre le acompañan sus peluches pues no le gusta estar solo.</p> <p>Un día Conejo sintió mucho miedo. Estaba oscuro en su cuarto y vio una sombra desde su cama. Por ello, se tapó hasta la cara para sentirse más protegido.</p> <p>Conejo estaba muy asustado por lo que gritó: “¡Mamá!”. Mamá llegó a la habitación y al encender la luz, Conejito se dió cuenta de que esa sombra era realmente un montón de ropa con una careta encima de ella, lo que parecía que fuera un monstruo.</p>

A Conejo siempre le dio miedo el día de Halloween. Siempre le asustaban los niños que se disfrazaban en esa fiesta tan escalofriante. Sin embargo, recordó que todos ellos estaban disfrazados y que lo realmente llevaban era una careta. Conejito recordó cómo su mamá le dijo una vez que los monstruos no existían. Por ello, decidió vestirse de bruja para asustar a unos cuantos amigos que llamaban a la puerta para pedir caramelos.

ANEXO 18

Imagen caja Monstruo Negro



ANEXO 19

Imagen caja Monstruo Negro: lana rosa



ANEXO 20

Imagen bote quitamiedos



ANEXO 21

Tabla 22.

Cuento “¡Mi familia es de otro mundo!”

“MI FAMILIA ES DE OTRO MUNDO”	
 <p>Autora: Cecilia Blanco Año: 2017 Ediciones: Urano</p>	<p>Descripción: En cuanto a dicho cuento se utilizará para trabajar la emoción del amor debido a que a través de él los alumnos podrán observar cómo los niños protagonistas de las historias que allí aparecen quieren mucho a sus familias.</p> <p>De esta forma, los niños podrán observar la diversidad de familias que existen (familias homoparentales, familias nucleares, familias extensas y familias que incluyen mascotas), obviando la diferencia que existe entre ellas así como pudiendo observar cómo se divierten cada una de ellas y demuestran amor entre los componentes de la misma.</p> <p>En mi caso, hice una selección y opté por leer dos historias de las que allí aparecen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “El mundo de Lú”- Papá, papi y yo - “El mundo de Leo”- Uno más en la familia.

ANEXO 22

Imágenes de los diferentes tipos de familia mostrados en la sesión: “¡Queremos mucho a nuestra familia!”



ANEXO 23

Ejemplo de corazón realizado en la sesión: “¡Queremos mucho a nuestra familia!”



ANEXO 24

Tabla 23.

Cuento “Tengo un volcán”

“TENGO UN VOLCÁN”	
	<p>A través de dicho cuento los alumnos podrán aprender a controlar su emoción de ira o enfado a través de técnicas de relajación, en concreto de respiración.</p> <p>Estas técnicas se las enseñará el hada a Alba, una niña que siempre se pone furiosa con sus padres por hechos como son vestirse para ir al cole.</p> <p>Ella siente que hay un volcán dentro de ella que le quema por dentro cuando se pone de esa manera.</p>
<p>Autora: Miriam Tirado Año: Séptima edición: febrero del 2023 Ediciones: Carambuco</p>	

ANEXO 25

Ejemplo de ficha resuelta actividad final: "Identifico emociones"



ANEXO 26

Tabla 24.

Ejemplo dibujos miedos de los niños

 <p>Miedo a las arañas</p>	 <p>Miedo a las brujas</p>
 <p>Miedo a los monstruos</p>	 <p>Miedo a los fantasmas</p>

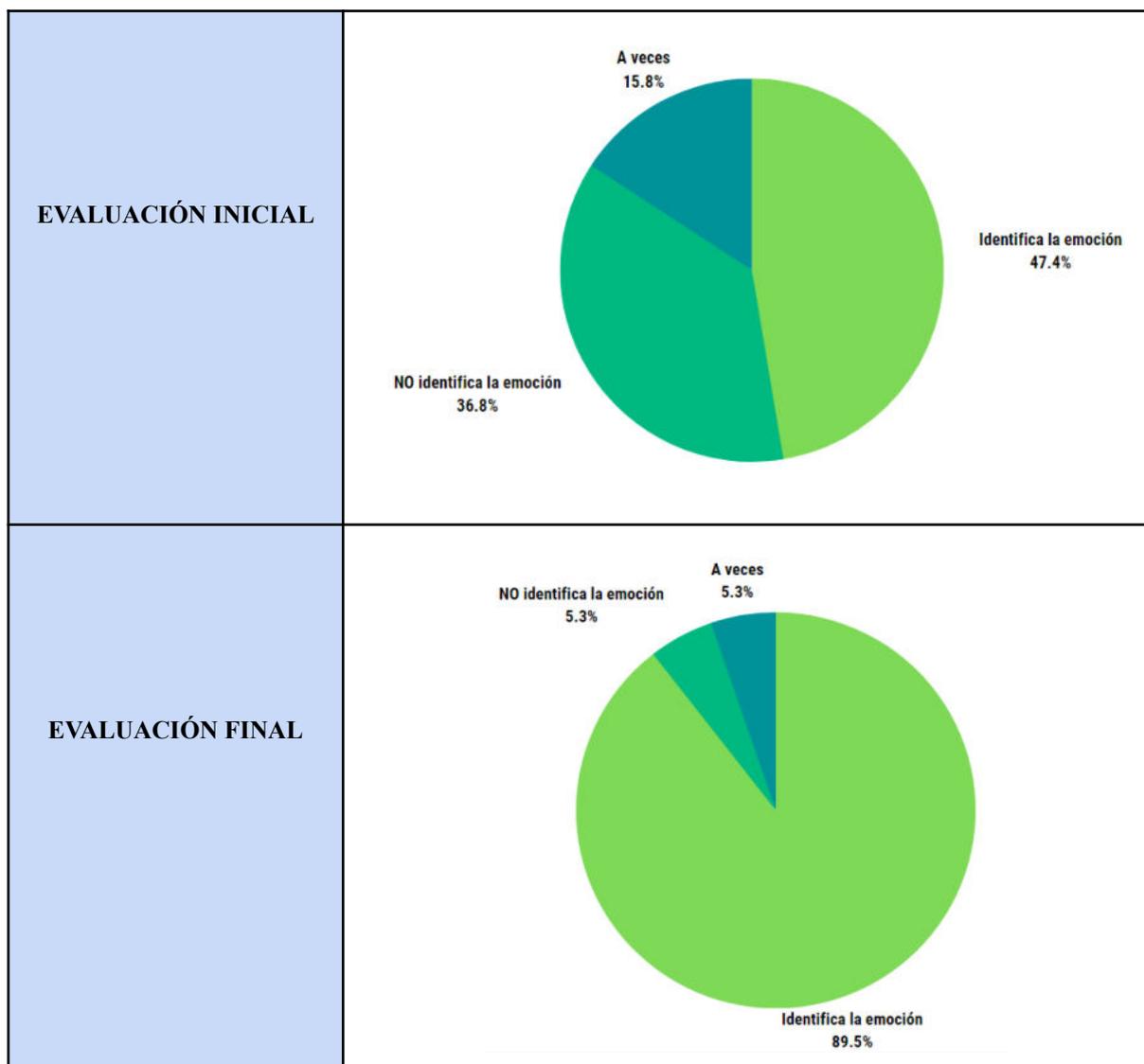
ANEXO 27

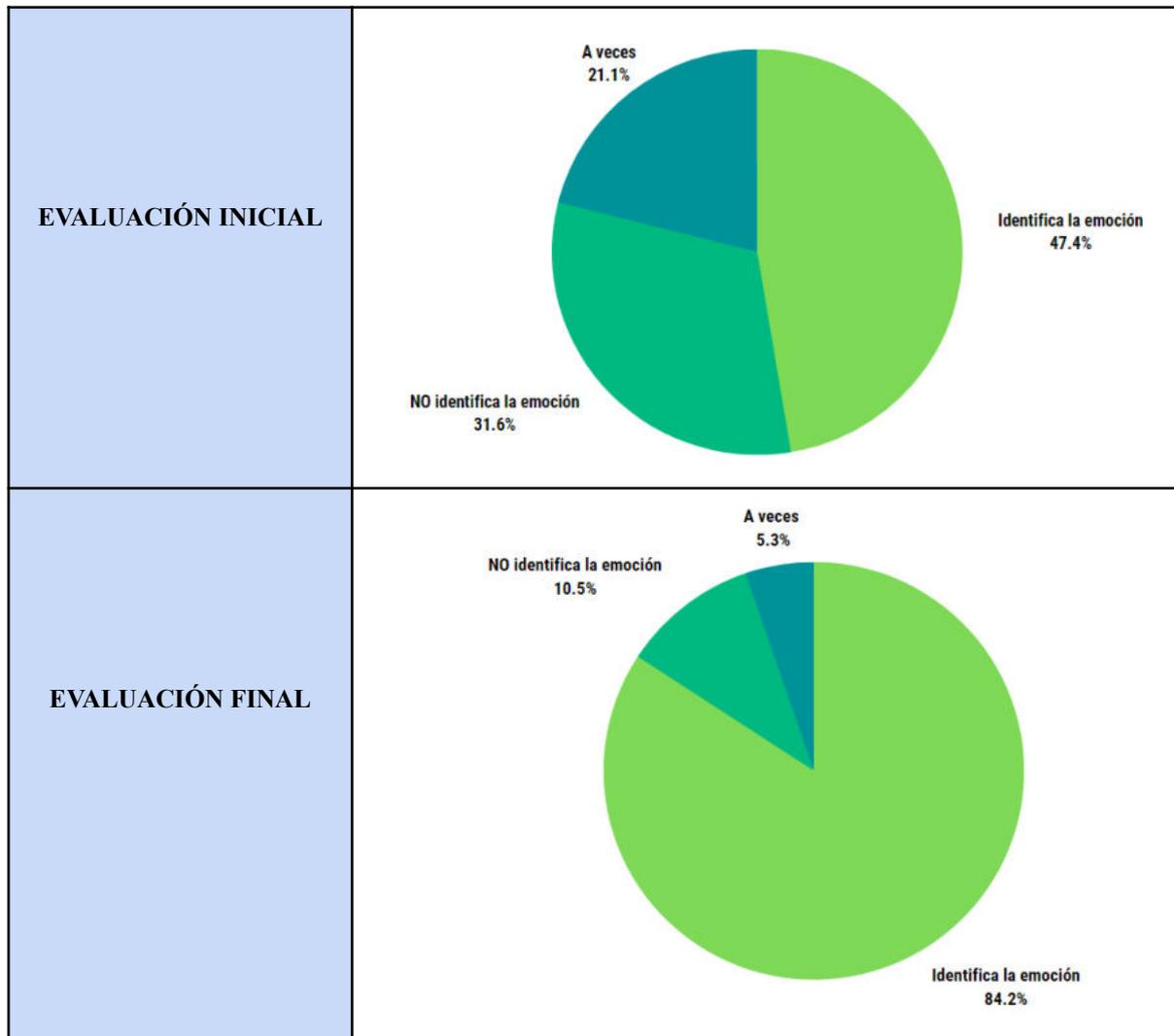
Tabla 25.

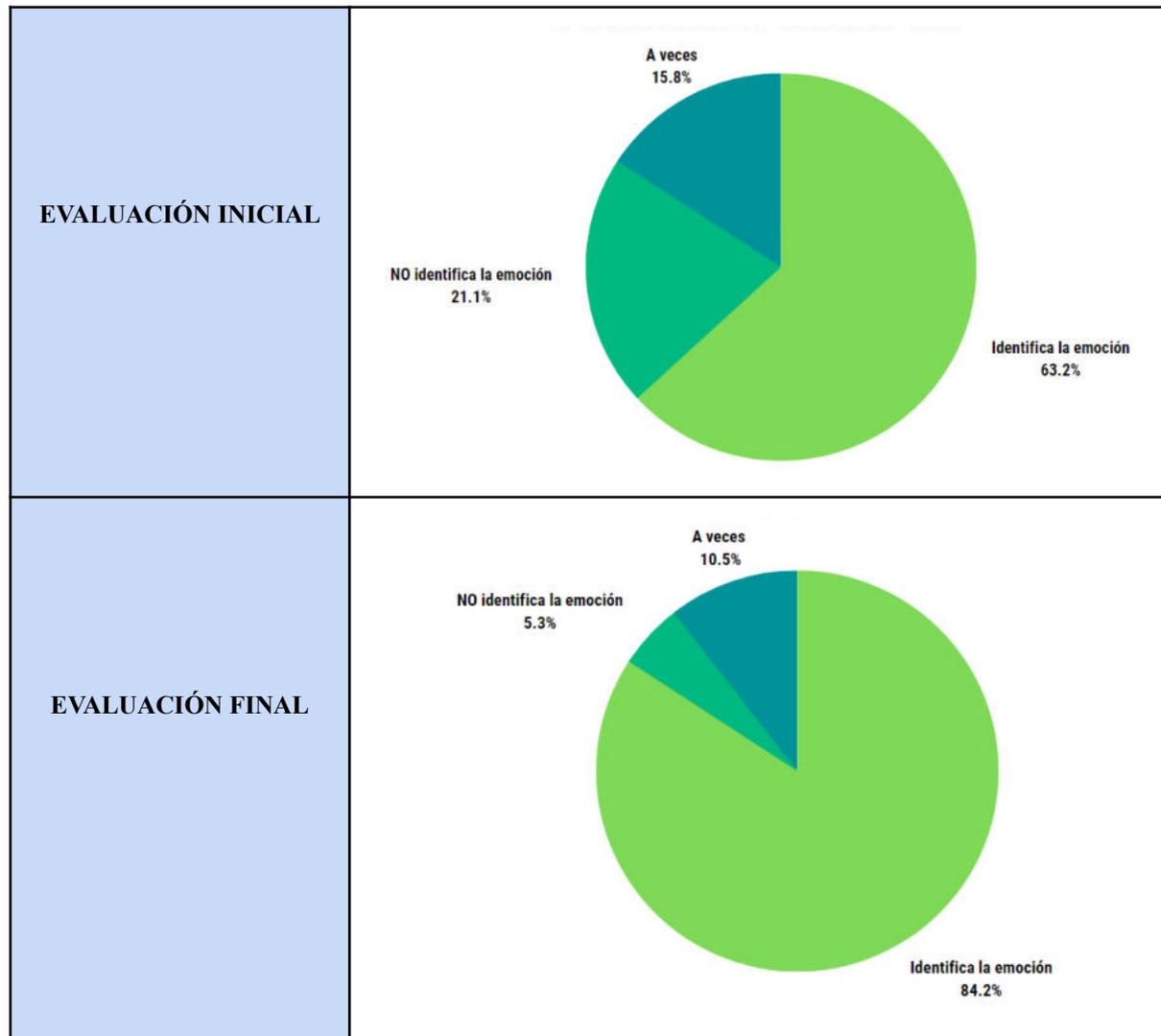
Gráfico circular ítem “Identifica la emoción...”

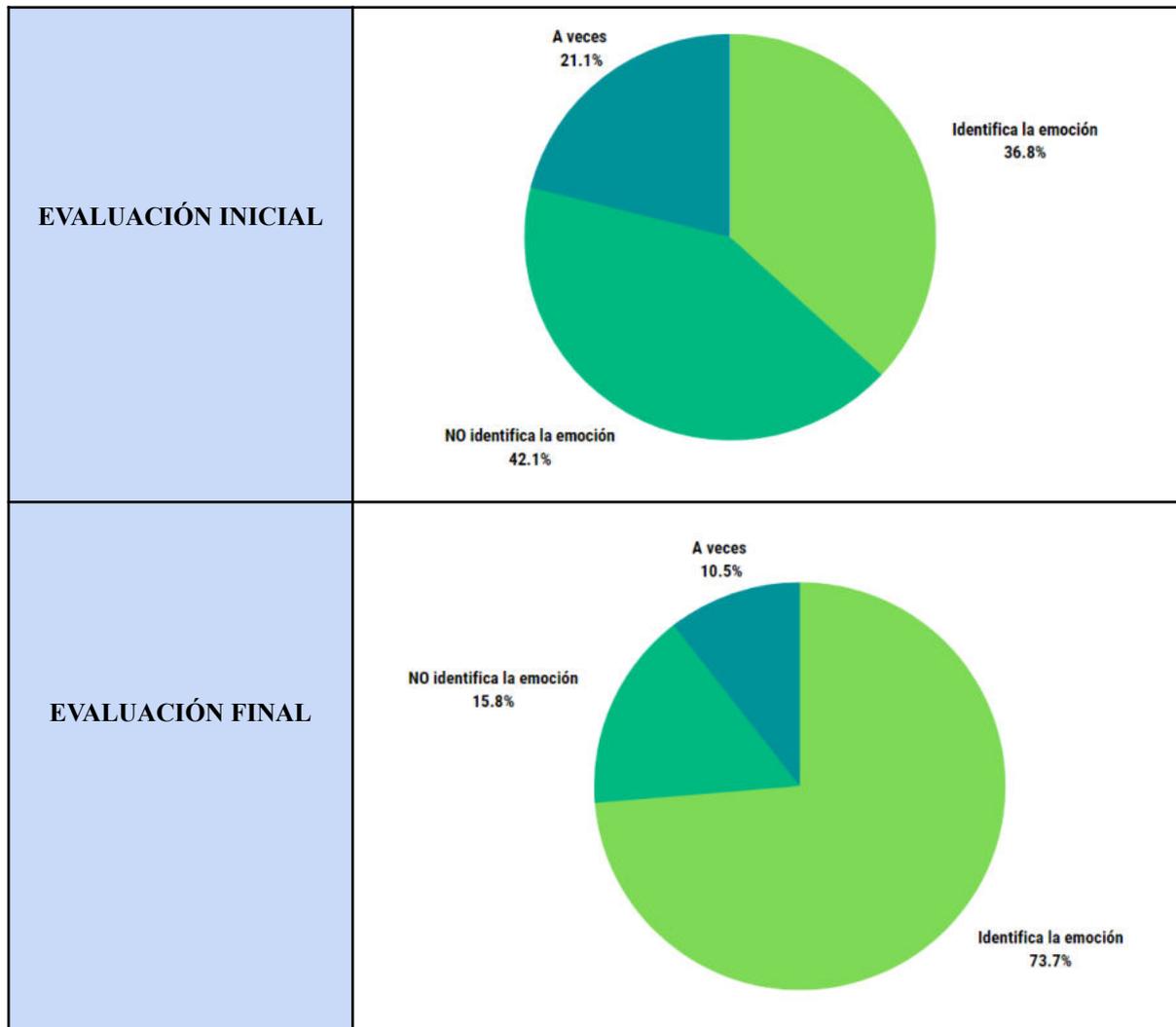
IDENTIFICA LA EMOCIÓN

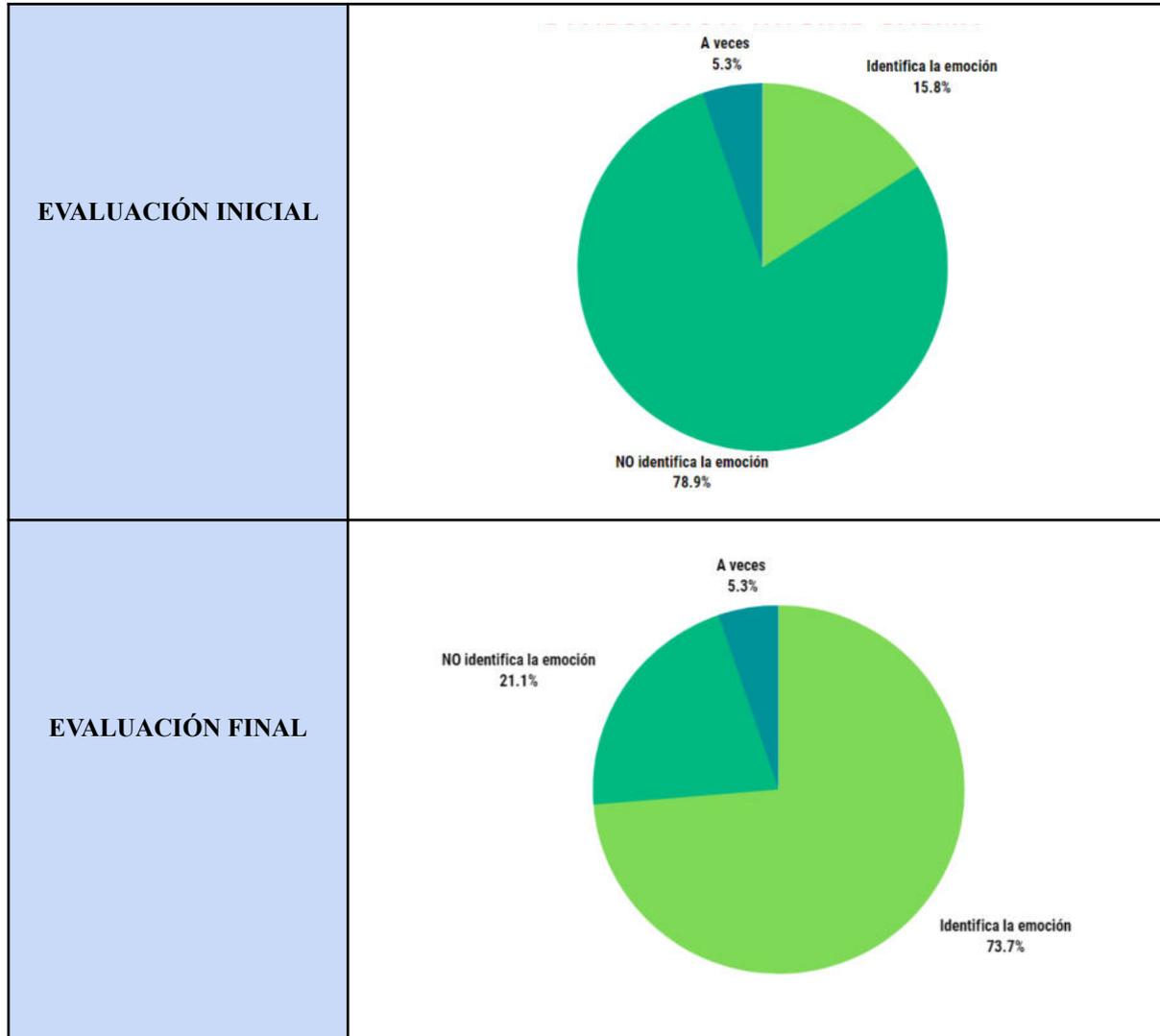
ALEGRÍA

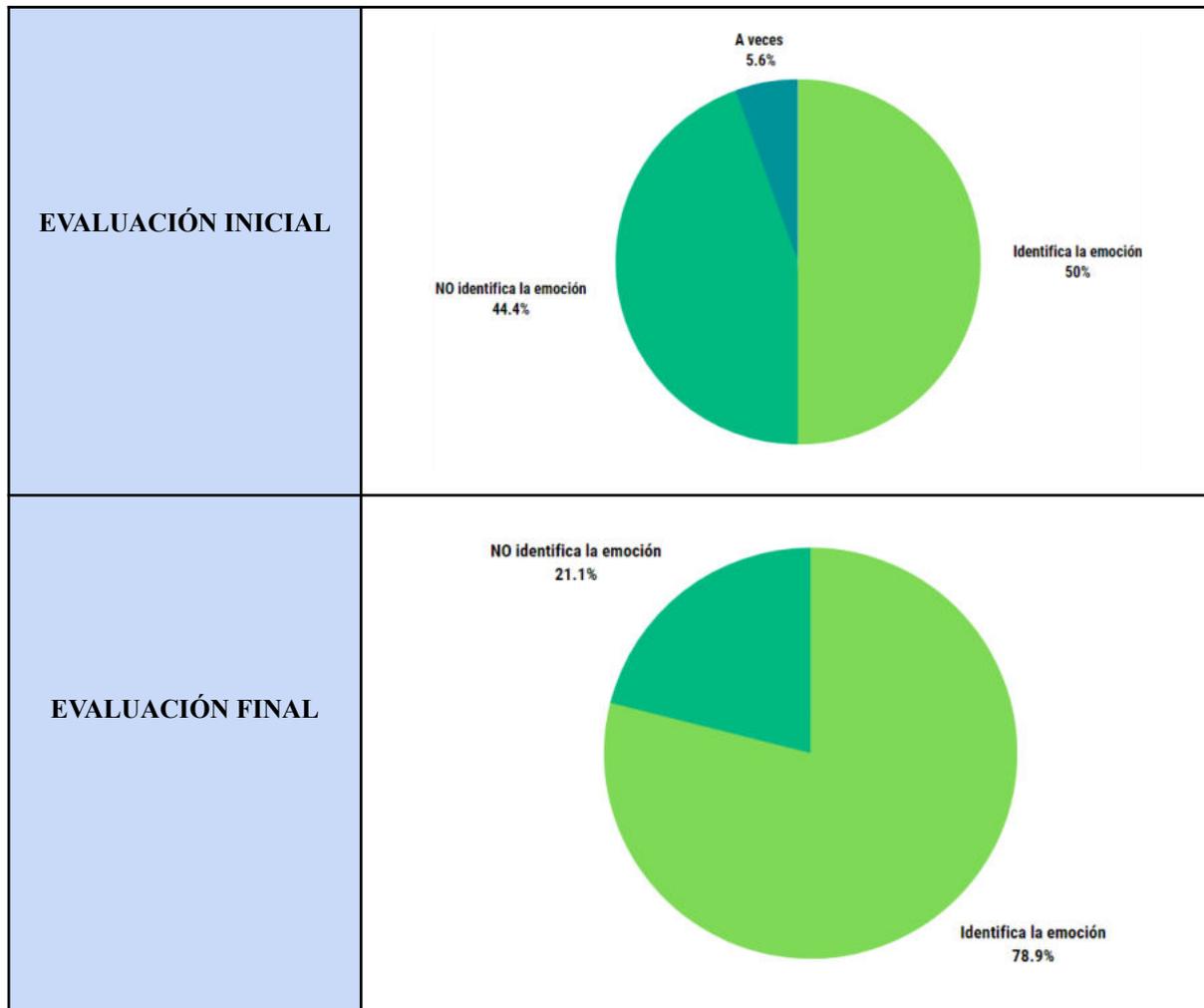


IDENTIFICA LA EMOCIÓN**TRISTEZA**

IDENTIFICA LA EMOCIÓN**IRA**

IDENTIFICA LA EMOCIÓN**MIEDO**

IDENTIFICA LA EMOCIÓN**CALMA**

IDENTIFICA LA EMOCIÓN**AMOR**

ANEXO 28

Tabla 26.

Leyenda de las tablas de evaluación

LEYENDA DE LAS TABLAS DE EVALUACIÓN																				
<table border="1"> <tr> <td>Sí</td> <td style="background-color: #6aa84f;"></td> </tr> <tr> <td>No</td> <td style="background-color: #c00000;"></td> </tr> <tr> <td>A veces</td> <td style="background-color: #e69d00;"></td> </tr> </table>	Sí		No		A veces		<table border="1"> <tr> <td>Alegría</td> <td>A</td> </tr> <tr> <td>Tristeza</td> <td>T</td> </tr> <tr> <td>Ira</td> <td>I</td> </tr> <tr> <td>Miedo</td> <td>M</td> </tr> <tr> <td>Calma</td> <td>C</td> </tr> <tr> <td>Amor</td> <td>am</td> </tr> </table>	Alegría	A	Tristeza	T	Ira	I	Miedo	M	Calma	C	Amor	am	<p>Con objeto de respetar la privacidad de los alumnos a los cuales se ha realizado la propuesta de intervención cada niño /a tendrá el nombre de A1, A2, A3... (Alumno 1, Alumno 2, Alumno 3, etc...)</p>
Sí																				
No																				
A veces																				
Alegría	A																			
Tristeza	T																			
Ira	I																			
Miedo	M																			
Calma	C																			
Amor	am																			

