



TRABAJO FIN DE GRADO

**PROGRAMA DE INTERVENCIÓN
PARA LA EXPRESIÓN VERBAL Y
NO VERBAL DE LAS EMOCIONES
EN EDUCACIÓN PRIMARIA**

Grado en Educación Primaria

Facultad de Ciencias de la Educación

Curso 2022-2023

Alumna: María de los Reyes Villar Ramírez

Tutor: Salvador Herrero Remuzgo

ÍNDICE

RESUMEN. Palabras claves	2
1. JUSTIFICACIÓN	3
2. MARCO TEÓRICO	4
2.1. Emociones	4
2.2. Expresión emocional	6
2.2.1. Expresión verbal de las emociones	7
2.2.2. Expresión no verbal de las emociones	7
2.3. Educación emocional	9
2.4. Programas actuales para regular y/o enseñar la expresión de las emociones en aulas de primaria	10
3. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EN EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA EL ALUMANO DE EDUCACIÓN PRIMARIA	11
3.1. Justificación	11
3.2. Objetivos	11
3.3. Metodología	12
3.4. Temporalización	13
3.5. Propuesta de actividades	14
3.6. Evaluación del Programa de Intervención	41
4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	43
5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	44
6. ANEXOS	48

RESUMEN

El presente trabajo se centra en la importancia de la educación emocional en el contexto escolar y en cómo ésta puede mejorar el bienestar emocional del alumnado. En la primera parte del trabajo se recoge información sobre las emociones, la expresión verbal y no verbal de las emociones, la educación emocional y los programas de educación emocional que se llevan a cabo actualmente en las escuelas, destacando las estrategias y recursos utilizados en cada uno de ellos. Por último, se presenta una propuesta de intervención destinada a todo el alumnado de educación primaria, que tiene como objetivo fomentar el desarrollo emocional y la expresión de las emociones. Para ello se propone una serie de actividades dinámicas, donde se trabajan diferentes contenidos, entre ellos la comunicación emocional.

Palabras claves: Emociones, educación emocional, expresión verbal de las emociones, expresión no verbal de las emociones

ABSTRACT

This paper focuses on the importance of emotional education in the school context and how it can improve students' emotional well-being. The first part of the paper collects information on emotions, verbal and nonverbal expression of emotions, emotional education, and emotional education programs currently carried out in schools, highlighting the strategies and resources used in each one of them. Finally, a proposed intervention aimed at all primary education students is presented, which aims to promote emotional development and expression of emotions. For this purpose, a series of dynamic activities are proposed, where different contents are worked on, including emotional communication.

Key words: Emotions, emotional education, verbal expression of emotions, nonverbal expression of emotions.

1. JUSTIFICACIÓN

El trabajo que se aborda a continuación consiste en el Trabajo Fin de Grado sobre la expresión verbal y no verbal de las emociones en niños de Educación Primaria. En él se pretende realizar un programa de intervención para trabajar y mejorar las emociones y su expresión en el aula de Educación Primaria.

Las emociones son una parte fundamental de nuestra vida y nuestra identidad, influyendo en nuestro comportamiento, pensamientos y relaciones interpersonales. Desde una perspectiva evolutiva, las emociones han desempeñado un papel crucial en la supervivencia humana, ya que nos han ayudado a responder a los desafíos y amenazas que enfrentamos en nuestro entorno.

Además, las emociones son la base de la experiencia subjetiva de la vida, y pueden influir en nuestra percepción de la calidad de nuestras relaciones interpersonales, nuestra salud mental y física, y nuestra capacidad para disfrutar de la vida. Por ello, es importante aprender a comprender, expresar y regular nuestras emociones.

La expresión emocional es un aspecto importante de la inteligencia emocional, que se refiere a la capacidad de reconocer y expresar adecuadamente las emociones, tanto propias como de los demás. La expresión adecuada de las emociones es fundamental para la construcción de relaciones saludables y la resolución de conflictos, ya que nos permite comunicar nuestros sentimientos y necesidades de manera efectiva.

Además, la capacidad para regular nuestras emociones es fundamental para la salud mental y física, ya que la expresión inadecuada o la supresión de emociones puede tener consecuencias negativas en nuestra salud y bienestar. La educación emocional se ha convertido en una herramienta importante para enseñar a los niños y jóvenes a reconocer y regular sus emociones, y así mejorar su calidad de vida y bienestar.

En este contexto, un programa de intervención para enseñar, regular y mejorar la expresión de las emociones en el alumnado de Educación Primaria puede tener un gran impacto en su desarrollo personal, social y académico. La educación emocional en la escuela primaria es fundamental para que los niños aprendan a reconocer y expresar adecuadamente sus emociones, y desarrollen habilidades emocionales que les permitan afrontar los desafíos y conflictos de la vida de manera más efectiva.

El objetivo principal de un programa de intervención para enseñar, regular y mejorar la expresión de las emociones en el alumnado de Educación Primaria es, por lo tanto, proporcionar

a los niños las habilidades y herramientas necesarias para que puedan entender y gestionar sus emociones de manera saludable y efectiva. Los programas de educación emocional también pueden ayudar a mejorar la convivencia en el aula y reducir la violencia y el acoso escolar.

En definitiva, la importancia de las emociones, su expresión y la educación emocional son indiscutibles, ya que están estrechamente relacionadas con la calidad de vida y el bienestar de las personas. La implementación de un programa de intervención para enseñar, regular y mejorar la expresión de las emociones en el alumnado de Educación Primaria puede ser un paso importante en la formación de futuros adultos emocionalmente competentes y saludables.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Emociones

A menudo se tiende a confundir entre los términos emoción, sentimiento y estado ánimo, pero hay una gran diferencia entre ellos. Las emociones se podrían definir, según la visión biológica, como un modelo observable específico y limitado de respuestas dadas por la interpretación a un estímulo del entorno (Gómez y Calleja, 2016). Los sentimientos, sin embargo, son concebidos como estructuras cognitivas complejas y duraderas (Rosas, 2010). Por último, Ordoñez et al. (2014) señalan al estado de ánimo como un estado que aparece sin ningún motivo específico y duradero y, como se puede ver en el escrito de Robbins y Judge (2009) los estados de ánimo se pueden definir como sentimientos menos intensos que las emociones y que no cuentan con un estímulo contextual.

Tras limitar las definiciones de los distintos términos este proyecto se va a centrar en la “alteración del estado del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática” (RAE, 2014), es decir, las emociones.

Según Ruiz (2020), las emociones tienen diferentes funciones: sirve para defenderse de estímulos, hacen que las respuestas del cuerpo sean polivalentes y flexibles, alertan ante un aliciente específico, juegan un papel fundamental en el razonamiento humano y permite tener una memoria más afectiva.

Las emociones es algo con lo que se convive y aparecen desde el primer momento de la vida de una persona, aunque no todas aparecen desde ese instante. Por ello, Ríos (2016) señala que las emociones que aparecen en un primer momento son las primarias, alegría, tristeza, enfado y miedo, y a partir de ellas se generan emociones más complejas, las segundas dependerán de la experiencia y no son universales, al contrario que las primarias. (Ríos, 2016).

Las emociones se pueden clasificar, pero eso no quiere decir que existan unas buenas y otras malas, pues todas son necesarias e imprescindibles. Por ello, tienen la siguiente clasificación (Cubero, 2017):

- *Emociones negativas*: Dentro de este grupo se encuentran la ira, el miedo, la ansiedad, la tristeza, la vergüenza y la aversión.
- *Emociones positivas*: En este grupo distinguimos la alegría, el humor, el amor y la felicidad.
- *Emociones ambiguas*: Son aquellas que, dependiendo de las circunstancias, pueden ser positivas o negativas.
- *Emociones estéticas*: Aparecen cuando se reacciona ante manifestaciones artísticas.

Además de esa clasificación, existe otra realizada por Robert Plutchik, para ello realizó un modelo taxonómico colocando ocho emociones primarias en un círculo. Estas emociones se organizan de tal forma que las menos semejantes están una en frente de la otra, obteniendo así estos cuatro ejes: *alegría-tristeza*, *disgusto-aceptación*, *ira-miedo*, *sorpres-anticipación*. La mezcla de las emociones primarias, según Plutchik, originan las secundarias: *aceptación + miedo = sumisión*, *ira + disgusto = desprecio*, *alegría + aceptación = amor*. (Díaz y Flores, 2001)



Figura 1. Rueda de las emociones de Robert Plutchik de Díaz y Flores 2001.

Para Bisquerra (2003), existen tres componentes en los que se manifiesta las emociones: neurofisiológico, conductual y cognitivo. El componente neurofisiológico hace referencia a las

respuestas involuntarias, a las respuestas que el sujeto no puede controlar, como la sequedad en la boca o la sudoración, entre otros. El conductual permite deducir que emociones está experimentando la persona. Este componente se puede apreciar gracias a los movimientos del cuerpo, las expresiones faciales, el tono de voz, etc. Y el cognitivo hace que se califique una emoción y que se le de nombre.

2.2. Expresión emocional

A lo largo de la historia muchos y diferentes autores han comentado y aportado aspectos sobre la expresión emocional. El primer informe científico que se tiene fue “*La expresión de las emociones en los animales y en el hombre*” realizado por Darwin en 1872. Este autor consideró que la expresión de las emociones tenía tres principios fundamentales para explicar la mayoría de las emociones (Chóliz, 1995):

- *Hábitos útiles asociados*. Según el autor, existen ciertos movimientos o acciones asociados a un estado haciendo que se alivie o se satisfaga ciertas sensaciones.
- *Antítesis*. Los estados emocionales tienen una serie de conductas propias, según Darwin en ciertas situaciones esas conductas propias de un estado de ánimo son sustituidas por las contrarias, que corresponden al estado de ánimo opuesto.
- *Acción directa del sistema nervioso*. Movimientos que se producen por la excitación de un receptor nervioso haciendo que se originen expresiones.

El científico consideró que los elementos más importantes son los innatos y los que se heredan, por lo que para él los reflejos y los instintos es lo más importante de la expresión de las emociones.

Más en la actualidad, Keltner et al. (2019) consideran que la expresión emocional proporciona información de forma instantánea, siendo útil para saber el comportamiento desencadenante, como, por ejemplo, la fiabilidad del emisor o el entorno. Además, estructuran y coordinan las interacciones sociales.

Hay muchos autores que consideran la expresión emocional un factor muy importante para la interacción entre las personas y para comportarse de forma adecuada en cualquier contexto. Por ello, Domingas et al. (2021), expresa que la emoción emocional “constituye un incono indispensable que se debe considerar para la identificación y discriminación de las emociones, facilitando la interacción social y la satisfacción de necesidades o metas”.

La expresión emocional tiene gran relevancia, sin embargo, como consecuencia de su carácter multifacético y multidimensional su medición es limitada. Por ello, no hay un método único que acepte su medición integral. (Samaniego et al. 2020).

Esta expresión emocional se puede apreciar en la otra persona de dos formas diferentes: verbal y no verbal. Por ello, en este proyecto se abordarán ambas formas en los apartados siguientes.

2.2.1. Expresión verbal de las emociones

La expresión verbal es más que interpretar o emitir una serie de sonidos acústicos, la expresión verbal u oral es una capacidad que se aprende para poder comunicarse y entenderse dentro de una sociedad. Es uno de los aspectos más importantes, pues gracias a ella se da la interacción entre las personas. (Ramírez, 2002; Mendoza, 2016; Marco, 2019). En palabras de Villafuerte (2020) la expresión verbal es la organización de pensamiento para poder expresar ideas y, así, darse la interacción.

El poder expresarse verbalmente, permite a las personas transmitir sus ideas, pensamientos e intereses de forma oral, facilitando así la adquisición en todos los campos de aprendizaje. Por ello, se inicia desde el primer año de vida de las personas y se debe aprovechar cualquier ocasión o situación de la vida cotidiana de las personas para desarrollarla, siendo el contexto un factor fundamental. (Núñez, 2021; Matínez et al. 2015)

La expresión verbal tiene gran importancia en el contexto escolar, pues el alumnado está en constante interacción comunicativa con otros individuos, por lo que es muy importante darles oportunidades para que fomenten su expresión verbal. Por ello, para desarrollar la expresión oral dentro de las aulas el docente debe orientar su práctica de una forma agradable, para que el alumnado sienta satisfacción y no contribuya al rechazo de estos. (Bohórquez y Rincón 2018; Villafuerte 2020; Calzadilla, 2012)

2.2.2. Expresión no verbal de las emociones

La expresión no verbal ha sido asunto de debate desde siempre, por ello se puede mencionar dos posturas: la hipótesis universal, que considera que las expresiones son innatas y universales; y el relativismo cultural, que considera que están relacionadas estrechamente con la cultura, por lo que no son universales. Sin embargo, años después surge una postura intermedia, la teoría neurocultural, aceptada hoy en día por la mayoría de los investigadores. (Bravo y Moreno, 2022)

La expresión no verbal está formada por las expresiones corporales, la gesticulación facial y la interpretación del tono de voz. A su vez, depende del contexto y de los motivos de los emisores y los receptores. Es por ello que para comprender y decodificar la expresión no verbal se necesitan diferentes habilidades emocionales. (Samaniego et al, 2020; Chang et al., 2018; Porras, 2020)

En relación con la expresión corporal, a través de esta, se transmiten las emociones, pues hace consciente al individuo de sus emociones y del cuerpo, permitiendo controlar lo que se quiere expresar. Hay ciertos movimientos corporales que permite reconocer lo que una persona quiere transmitir, como por ejemplo mover la cabeza de izquierda a derecha para negar algo. Sin embargo, existen muchas ocasiones en las que se realizan movimientos que expresan emociones y no sabemos su significado. Por ello, trabajar las emociones a través de la expresión corporal en aulas de primaria, tiene infinidad de rasgos positivos. (Ruiz, 2020; Blanco, 2015)

Referente a la gesticulación facial, Valea (2013) señala que está formada por los gestos y que constituye un papel fundamental en la vida del ser humano, pues gracias a ella se expresan las emociones. En palabras de Lara (2016), la emoción incita el gesto y gracias a este se llega a sentir la emoción. Del mismo modo, existen otros elementos en el rostro que ayudan a dar información sobre el estado emocional de un individuo. Sin embargo, Serrat et al. (2020) afirman que el reconocimiento de las expresiones faciales no es suficiente para reconocer emociones.

Respecto a la interpretación del tono de voz, Cabrelles (2008) indica que las emociones modifican el tono de voz de un individuo porque afectan a los movimientos del aparato respiratorio. Es por ello, que la entonación, reflejo del bienestar de un individuo, con la que se dice una palabra refuerza las expresiones y ayudan a los receptores a realizar un juicio sobre lo que siente el emisor. De acuerdo con lo expuesto anteriormente, algunas emociones se pueden relacionar con las siguientes entonaciones:

- *Alegría*. Tono alto, contorno variado, tempo rápido
- *Tristeza*. Tono grave, contorno plano y tempo lento
- *Cariño*. Tono alto, inflexiones suaves y bien moduladas y tempo medio
- *Miedo*. Tono bajo, contorno monótono y tempo lento
- *Sorpresa*. Tono alto, contorno variado, intensidad media y tempo lento.
- *Cólera*. Tono alto, contorno con inflexiones bruscas intensidad fuerte y tempo rápido.

2.3. Educación emocional

“La educación emocional es un proceso didáctico, constante y persistente, que busca favorecer el desarrollo de las competencias emocionales como elemento fundamental del crecimiento integral de los individuos, con la finalidad de prepararle para la vida.” (Revuelta, 2021). En ese sentido, De Celis (2017) considera que la educación emocional juega un papel importante y fundamental porque ayuda a identificar y gestionar las emociones propias y de los demás. Del mismo modo, Aresté (2015) señala que las emociones deben expresarse, pero se debe tener en cuenta que se puede llegar a perder el control y tener conductas impulsivas. Es por ello, que es imprescindible tratar una educación emocional en las escuelas

Para poder educar emocionalmente al alumnado, se debe requerir la participación de la familia, la escuela y el entorno, pues se desarrollarán las competencias emocionales. Estas competencias, aunque en la actualidad no haya una definición exacta, se definen como las capacidades para comprender, expresar y regular las emociones. (Vieites, 2017; Rodríguez y Gordillo, 2021)

Las competencias emociones se clasifican en cinco grandes bloques: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y competencias para la vida y el bienestar. Este modelo, observar en Figura 2, se representa a través de un pentágono, donde cada lado simboliza los cinco bloques. (Bisquerra y Pérez, 2007; Escorcía et al. 2020).

- *Conciencia emocional.* Capacidad de tener conciencia sobre las emociones propias, las de los demás y las de una situación en concreto.
- *Regulación emocional.* Capacidad para relacionar emociones con comportamientos y conocimientos.
- *Autonomía emocional.* Capacidad que incluye características de autogestión, autoeficacia y responsabilidad. Del mismo modo, es la capacidad para buscar ayudas.
- *Capacidad social.* Capacidad para conseguir una correcta y buena relación con los demás, a través de la comunicación, el respeto, etc.
- *Competencias para la vida y el bienestar.* Capacidades para comportarse de forma responsable y apropiada en la vida.

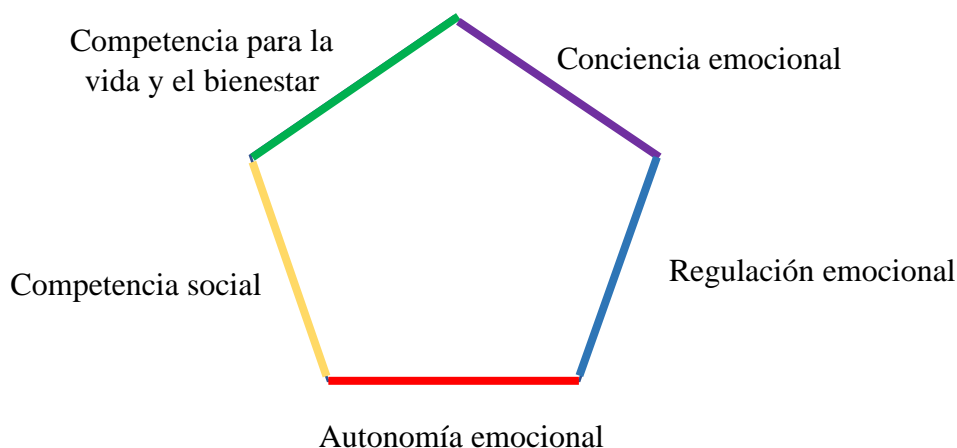


Figura 2. Modelo pentagonal de competencia emocional.
Adaptado de Bisquerra y Pérez, 2007.

2.4. Programas actuales para regular y/o enseñar la expresión de las emociones en aulas de primaria

En la actualidad, existe mucho interés en la enseñanza de habilidades socioemocionales en las escuelas primarias, incluyendo la expresión emocional no verbal. A continuación, se presentan algunos programas que se están utilizando a nivel nacional e internacional para enseñar esta habilidad en el alumnado (Bailey, 2021; The Wallace Foundation, 2019; Junta de Andalucía, 2017; Garmendia, 2008):

- “Second Step” (Estados Unidos): Este programa se enfoca en la enseñanza de habilidades socioemocionales a través de una serie de lecciones y actividades. Uno de los componentes clave del programa es la enseñanza de la identificación y expresión de emociones, tanto verbales como no verbales. Para ello, incluye actividades como la práctica de expresar emociones a través de gestos faciales y corporales, así como la interpretación de las emociones de otros a través de su lenguaje corporal.
- “RULER”: Este programa, desarrollado por el Centro de inteligencia Emocional de la Universidad de Yale, se enfoca en el aprendizaje y la enseñanza de habilidades emocionales. Se centra en las habilidades de regulación emocional, comprensión emocional, expresión emocional y uso de la empatía. Se ha utilizado en escuelas de primaria, secundaria y Universidades en todo el mundo.
- “Aprendiendo a Sentir” (Andalucía, España): Este programa tiene como objetivo fomentar el desarrollo personal y social de los estudiantes andaluces a través de la educación emocional. El programa se enfoca en enseñar a los estudiantes habilidades

como la identificación y regulación emocional, la empatía, la resolución de problemas y la toma de decisiones, entre otros.

- “Inteligencia emocional para toda la etapa educativa” (Guipúzcoa, España): Este programa tiene como objetivo principal enseñar y regular las emociones a través de la expresión verbal y no verbal en las aulas de primaria. Este programa consta de varias actividades en las que el alumnado pondrá en marcha todas las competencias emocionales.

3. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EN EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA EL ALUMANO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

3.1. Justificación

La siguiente propuesta de intervención tiene como finalidad desarrollar la expresión emocional del alumnado de Educación Primaria, pues para conseguir un desarrollo integro pleno en ellos es necesario saber gestionar las emociones propias y las de los demás.

3.2. Objetivos

El objetivo principal de esta intervención es mejorar la expresión emocional, tanto verbal como no verbal, en el alumnado de Educación Primaria.

Objetivos específicos

- Aprender a expresar las emociones a través del lenguaje verbal y no verbal
- Aprender estrategias de regulación emocional
- Desarrollar la conciencia emocional y la capacidad de expresar emociones de forma adecuada
- Desarrollar habilidades para manejar situaciones difíciles
- Desarrollar habilidades sociales y de comunicación
- Desarrollar habilidades de autocontrol emocional
- Expresar las emociones a través de la imitación de gestos faciales
- Expresar las emociones a través de la interpretación
- Expresar adecuadamente las emociones a través de la comunidad y la creatividad
- Fomentar la empatía hacia los demás y hacia uno mismo
- Fomentar el autoconocimiento emocional del alumnado

- Fomentar la autorregulación emocional en el alumnado
- Fomentar la empatía, el respeto y la comprensión hacia los sentimientos de los demás
- Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo
- Fomentar la reflexión crítica sobre las emociones y su impacto en el bienestar personal y social
- Fomentar la creatividad y la imaginación a través de la escritura y la ilustración
- Fomentar la gestión emocional en el aula
- Fomentar la educación emocional a través de cuentos
- Fomentar la creatividad emocional a través del arte visual
- Fomentar la educación emocional en las familias de los estudiantes
- Identificar las emociones básicas
- Identificar las emociones básicas en uno mismo y en los demás
- Identificar emociones básicas y reconocer como se siente el cuerpo
- Identificar las emociones básicas a través de la observación de expresiones faciales y corporales
- Identificar situaciones conflictivas y sus posibles soluciones
- Identificar diferentes emociones y aprender a expresarlas de manera adecuada
- Potenciar la imaginación y la expresión creativa
- Practicar la expresión adecuada de emociones y el uso del lenguaje emocional
- Promover la comunicación emocional familiar
- Promover la creatividad y la expresión emocional
- Promover la lectura y la comprensión lectora
- Proporcionar herramientas y estrategias para conseguir una educación emocional familiar
- Reconocer cómo se siente el cuerpo ante diferentes situaciones

3.3. Metodología

El proyecto de innovación para la educación emocional en la etapa de educación primaria tiene como objetivo fomentar el aprendizaje emocional de manera activa y participativa. Para lograr esto, se utilizarán diferentes tipos de metodologías que permitan la implicación de los estudiantes en su propio proceso de aprendizaje.

Entre las metodologías que se utilizarán, se encuentran la metodología de proyectos, en la que los estudiantes trabajarán en grupos para desarrollar proyectos relacionados con las

emociones y la expresión emocional. También se utilizará la metodología del aprendizaje basado en problemas, donde los estudiantes enfrentarán situaciones problemáticas relacionadas con las emociones y trabajarán en equipo para encontrar soluciones.

Otra metodología que se utilizará es el aprendizaje cooperativo, en el que los estudiantes trabajarán en pequeños grupos para desarrollar habilidades emocionales como la empatía, la cooperación y la comunicación efectiva. Además, se utilizarán técnicas de role-playing para que los estudiantes puedan practicar situaciones emocionales y aprender a lidiar con ellas de manera efectiva.

La metodología del juego también será utilizada, ya que los juegos educativos permiten a los estudiantes aprender mientras se divierten. Se utilizarán juegos de mesa, juegos virtuales y juegos de rol para fomentar el aprendizaje emocional.

Es importante destacar que todas estas metodologías se complementarán entre sí para lograr una experiencia de aprendizaje emocional completa y significativa para los estudiantes. La metodología activa y participativa permite que los estudiantes se involucren en su propio proceso de aprendizaje, lo que a su vez fomenta el desarrollo de habilidades emocionales saludables y duraderas.

En conclusión, el proyecto de innovación para la educación emocional en la etapa de educación primaria se basa en una metodología activa y participativa, que incluye diferentes tipos de metodologías como la metodología de proyectos, el aprendizaje basado en problemas, el aprendizaje cooperativo, técnicas de role-playing y juegos educativos. De esta manera, se busca fomentar el aprendizaje emocional de manera completa y significativa para los estudiantes

3.4. Temporalización

La temporalización de este proyecto de intervención para la educación emocional en la etapa de educación primaria se extenderá a lo largo de un curso escolar completo. Esto se debe a que el aprendizaje de las emociones y la expresión emocional es un proceso continuo que requiere tiempo y práctica. Durante este periodo, se implementarán diferentes actividades, estrategias y recursos para ayudar a los estudiantes a desarrollar habilidades emocionales saludables, tales como la identificación y comprensión de sus propias emociones y las de los demás, así como la regulación emocional y la resolución de conflictos. Así, el proyecto permitirá una educación emocional completa y significativa para los estudiantes de educación

primaria. Para poder visualizar la organización de las actividades en las diferentes semanas que existen en un curso completo ver anexo I.

3.5. Propuesta de actividades

A continuación, se presentan las diferentes actividades que se van a realizar en los diferentes cursos para poner en práctica los talleres.:

1^{er} Trimestre

Actividad 1. Explicación de la importancia de las emociones y la educación emocional.

Actividad 2. Taller de reconocimiento y expresión de emociones básicas.

Actividad 3. Taller de autoconocimiento emocional.

Actividad 4. Taller de Empatía emocional.

2^o Trimestre

Actividad 5. Taller de regulación emocional.

Actividad 6. Taller de resolución de problemas.

Actividad 7. Taller de gestión emocional en el aula.

Actividad 8. Taller de creatividad emocional.

3^{er} Trimestre

Actividad 9. Taller de inclusión emocional

Actividad 10. Taller de educación emocional en la familia.

Actividad 11. Taller de expresión emocional en el arte.

Actividad 12. Taller de cierre, donde se debatirá sobre lo aprendido a lo largo del curso

La actividad 1 tendrá una duración de dos sesiones. En la primera de ellas, se comenzará a introducir al alumnado en el concepto de las emociones y la importancia que tienen en nuestra vida. En la segunda sesión, se hablará y se les explicará qué es la educación emocional y la importancia que tiene tratarlas en la escuela.

La actividad 12 también tiene una duración de dos sesiones: en la primera de ellas se realizará un debate sobre lo que se ha aprendido durante todo el programa; y en la segunda deberán realizar un comentario donde expliquen cómo ha sido su evolución sobre el tema tratado desde el primer momento hasta el último del programa, incluyendo lo que han aprendido y lo que creen que se podía mejorar en el proyecto.

A continuación, aparecen las actividades de la 2 a la 11 desarrolladas según el ciclo al que van destinadas:

<i>Primer ciclo</i>	
Actividad 2: “Cara de emociones”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar las emociones básicas en los demás y en uno mismo • Expresar las emociones a través de la imitación de gestos faciales • Desarrollar la empatía y la capacidad de comprender las emociones de los demás
Descripción	<p>Se presenta las láminas con las caras de emociones básicas y explicar al alumnado cuáles son. Después, cada alumno deberá elegir una lámina y representar esa emoción con su propia cara para que los demás adivinen cuál es.</p> <p>Una vez adivinada la emoción, el alumno explicará por qué creía que esa era la emoción representada en la lámina.</p> <p>Finalmente, se puede realizar una reflexión grupal sobre la importancia de comprender las emociones de los demás y de expresar las propias emociones.</p>
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Láminas con caras de emociones básicas (Anexo II) • Espejos
Evaluación	Observación directa de la participación del alumnado

Actividad 3: “Descubro mis emociones”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar las emociones básicas a través de la observación de expresiones faciales y corporales • Reconocer cómo se siente el cuerpo ante diferentes emociones • Fomentar la empatía hacia los demás y hacia uno mismo
Descripción	Se presentan las tarjetas con imágenes de expresiones faciales que representen diferentes emociones básicas y se le pregunta al alumnado que emoción está expresando las imágenes y si han experimentado alguna vez esa emoción.

	<p>Después se escuchará una canción con diferentes ritmos y tonalidades, y se le pedirá al alumnado que expresen como se sienten ante cada parte de la canción.</p> <p>A continuación, se realizará una actividad sensorial en la que los discentes tendrán que cerrar los ojos y sentir diferentes texturas (algodón, papel, plastilinas, etc.). Después, tendrán que relacionar las sensaciones con las diferentes emociones.</p> <p>Para finalizar, se realizará una actividad en la que el alumnado deberá tumbarse en el suelo con cojines y respirar profundamente imaginando un lugar en el que se sienten calmados y felices.</p>
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Tarjetas con imágenes de expresiones faciales (Anexo III) • Música con diferentes ritmos y tonalidades • Algodón • Plastilina • Papel • Lápices • Cojines
Evaluación	Observación directa del comportamiento y participación

Actividad 4: “La rueda de la empatía”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar la empatía, el respeto y la comprensión hacia los sentimientos de los demás • Practicar la expresión adecuada de emociones y el uso del lenguaje emocional • Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo

Descripción	<p>En primer lugar, el docente hablará de la importancia de ponerse en el lugar de los demás y comprender sus sentimientos. A continuación, se creará la “rueda de la empatía”, donde cada alumno tendrá que dibujar en una cartulina en blanco una rueda con ocho radios. En cada uno tendrán que escribir una emoción y dibujar un símbolo.</p> <p>Después, se dividirán en grupos y se sentarán en círculos. Cada alumno hará girar la rueda y tendrá que contar una situación que le haya hecho sentir esa emoción. El resto de los componentes del grupo deberá escuchar y decir como ayudarían a ese compañero.</p>
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Cartulina en blanco • Lápices de color • Lápiz
Evaluación	Observación directa del comportamiento y participación

Actividad 5: “Respirando emociones”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar emociones básicas y reconocer como se siente el cuerpo • Aprender estrategias de regulación emocional • Expresar adecuadamente las emociones a través de la comunidad y la creatividad • Fomentar la empatía, el respeto y la comprensión hacia los demás
Descripción	<p>Se colocarán varias pelotas de diferentes tamaños y texturas en el suelo y se le pedirá al alumnado que se sienten en círculo e identifiquen una emoción que hayan experimentado. Después de nombrar la emoción, se les pedirá que cojan una pelota y la sostengan en sus manos mientras piensan en cómo se siente esa emoción en su cuerpo.</p> <p>A continuación, se les pedirá que cierren los ojos y cuenten las respiraciones mientras suena una música relajante.</p>

	Luego, tendrán que dibujar como se sienten en ese momento y, por parejas, tendrán que comunicarse como se sienten y por qué dibujaron ese boceto. El alumno que escucha deberá ofrecerle una estrategia para regular esa emoción.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de papel • Lápices de colores • Pelotas de diferentes tamaños y texturas • Música relajante
Evaluación	Observación directa donde se evaluará la capacidad para identificar y expresar emociones.

Actividad 6: “Solucionamos juntos”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar situaciones conflictivas y sus posibles soluciones • Desarrollar habilidades para manejar situaciones difíciles • Desarrollar habilidades sociales y de comunicación • Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo
Descripción	<p>Se les presenta unas tarjetas con situaciones cotidianas que puedan generar conflictos y, en grupos, deben identificar cuáles pueden generar conflictos y por qué.</p> <p>A continuación, se explicará diferentes tipos de estrategias de resolución de conflictos y con la tarjeta que tenían anteriormente, deberán elegir una, escribirla en un folio y exponerla en clase.</p>
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Tarjetas con situaciones cotidianas (Anexo IV) • Folios • Lápices de colores
Evaluación	Rúbrica (Anexo V)

Actividad 7: “El monstruo de las emociones”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar diferentes emociones y aprender a expresarlas de manera adecuada • Desarrollar habilidades de autocontrol emocional • Fomentar la empatía, el respeto y la comprensión hacia los sentimientos de los demás • Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo
Descripción	<p>Cada alumno recibirá una hoja de papel en blanco, en la que dibujará un monstruo. Éste, deberá representar una emoción y, siendo el alumnado creativo, deberá estar realizado con diferentes colores y formas.</p> <p>A continuación, explicarán en clase que emoción representa su monstruo y por qué. Después, se organizarán en parejas y realizarán un juego de rol en el que uno será el monstruo y otro será el amigo. El amigo deberá ayudar al monstruo a controlar su emoción y encontrar una solución al problema. Luego se cambiarán los roles y volverán a realizar la actividad.</p>
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de papel en blanco • Lápices de colores • Lápiz • Goma
Evaluación	Observación directa

Actividad 8: “Mi libro de emociones”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar diferentes emociones y aprender a expresarlas de manera adecuada • Desarrollar habilidades de autoconocimiento emocional

	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar la creatividad y la imaginación a través de la escritura y la ilustración • Promover la lectura y la comprensión lectora
Descripción	El alumnado deberá realizar un libro en el que cada página del libro deba ser una emoción en particular y tendrán que escribir y dibujar lo que sienten cuando experimentan esa emoción. En clase contarán con el apoyo y la guía del docente. Después, expondrán sus libros al resto de la clase.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Folios • Bolígrafos • Lápices de colores, acuarelas, etc.
Evaluación	Rúbrica (Anexo VI)

Actividad 9: “La caja de las emociones”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar la identificación, comprensión y gestión emocional de todo el alumnado • Fomentar la empatía, el respeto y la comprensión hacia los sentimientos de los demás • Promover la creatividad y la expresión emocional
Descripción	<p>El docente presentará una caja grande decorada con diferentes emociones y colores. A continuación, explicará al alumnado que deben elegir un objeto o material que represente una emoción para después explicar en clase el porqué de esa elección y lo introducirán en la caja.</p> <p>Para finalizar, se realizará un debate en el que se reflexionara sobre las emociones y lo que han aprendido con esa actividad.</p>

Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Caja grande • Objetos o materiales
Evaluación	Observación directa

Actividad 10: “Un árbol de las emociones familiares”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar la educación emocional en las familias de los estudiantes • Promover la comunicación emocional familiar • Reforzar los vínculos familiares a través del conocimiento mutuo de las emociones
Descripción	<p>Esta actividad se llevará a cabo en casa y en el aula. En primer lugar, se les dará a cada alumno una plantilla de un árbol, dónde podrán poner más ramas por cada miembro de la familia, pues deberán escribir el nombre de cada miembro en cada una. En cada rama hay hojas en las que tendrán que escribir las emociones que sienten en casa. Después, tendrán que realizar una conversación entre los miembros de la familia para que puedan compartir sus sentimientos.</p> <p>Una vez estén en clase con el árbol relleno, explicarán las emociones que han identificado en cada y cómo las trataron en la charla que tuvieron.</p>
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Plantilla del árbol (Anexo VII) • Lápiz • Lápices de colores
Evaluación	Lista de cotejo (Anexo VIII)

Actividad 11: “Mural de las emociones”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar la creatividad emocional a través del arte visual

	<ul style="list-style-type: none"> • Potenciar la imaginación y la expresión creativa • Fomentar la empatía, el respeto y la comprensión hacia los sentimientos de las emociones • Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo
Descripción	<p>Se comenzará la actividad con una charla en la que se repasará la importancia de las emociones y como el arte es una buena herramienta para expresarlas.</p> <p>Una vez concluida la charla, se dividirá la clase en pequeños grupos y en un papel gran de color tendrán que cortar formas y figuras que representen emociones. Después, pegarán las figuras y formas en un mural grande.</p> <p>Para finalizar, se hará un debate donde cada estudiante deberá explicar que emoción ha querido representar y se discutirá como podemos reconocer esa emoción.</p>
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Folios de colores • Papel blanco grande • Tijeras • Pegamento
Evaluación	Encuesta (Anexo IX)

<i>Segundo ciclo</i>	
Actividad 2: “Teatro de las emociones”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar las emociones básicas en uno mismo y en los demás

	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar la empatía y la capacidad de comprender las emociones de los demás • Expresar las emociones a través de la interpretación
Descripción	<p>Se reparten tarjetas con situaciones emocionales a cada alumno y tendrán que interpretar su situación emocional delante de sus compañeros, expresando a través de su cuerpo y su voz la emoción que están sintiendo.</p> <p>Después, se realizará una puesta en común para que el alumnado explique qué emoción estaban representando y por qué, y se reflexionará sobre cómo se pueden ayudar mutuamente cuando alguien está experimentando una emoción negativa.</p>
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Tarjeta con situaciones emocionales (Anexo X) • Ropa y objetos para los disfraces y escenografía
Evaluación	Observación directa de la participación del alumnado

Actividad 3: “El termómetro de las emociones”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar las emociones básicas • Reconocer cómo se siente el cuerpo ante diferentes emociones • Desarrollar la conciencia emocional y la capacidad de expresar emociones de forma adecuada • Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo
Descripción	<p>Se le explicará al alumnado que todas las personas experimentamos diferentes emociones en nuestro día a día, y que es importante identificarlas para expresarlas de forma correctas.</p> <p>Después, se organizarán por parejas y, con el conocimiento que han adquirido en las semanas anteriores sobre las emociones básicas, deben identificar las sensaciones corporales que sienten cuando experimentan cada emoción. Pueden escribir las sensaciones en un papel o dibujarlas.</p>

	<p>A continuación, deberán dibujar una cara que exprese una de las emociones básicas y añadir todos los detalles que crean oportunos. Luego, se colocará en una pared de clase un termómetro de cartulina y, por parejas, deberán pegar las caras que han dibujado en él, siendo la alegría la emoción más fría y la ira la más caliente.</p> <p>Para finalizar, deberán agruparse en grupos de 4 o 5 personas y elegir una situación cotidiana en la que se experimenten diferentes emociones, para representarla posteriormente.</p>
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de papel • Lápices de colores • Tijeras • Pegamento • Termómetro de cartulina (Anexo XI)
Evaluación	<p>La primera parte de la actividad se evaluará por observación directa y la última (situación cotidiana) se evaluará mediante una rúbrica (Anexo XII)</p>

Actividad 4: “El juego de las emociones”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar la empatía, el respeto y la comprensión hacia los sentimientos de los demás • Practicar la expresión adecuada de emociones y el uso del lenguaje emocional • Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo
Descripción	<p>Cada alumno cogerá un papel en el que aparece una emoción de la bolsa o caja y tendrá que representar la emoción que aparezca y tendrá que representarla de forma no verbal.</p> <p>Después, se dividirán en grupos y cada alumno, por turnos, tendrá que volver a coger un papel de la bolsa y represar una emoción para que el resto de sus compañeros la adivinen. El jugador que adivine tendrá que realizar ahora la emoción.</p>

	Una vez que todos los grupos haya jugado varias rondas, se sentarán en círculos y compartirán sus reflexiones y experiencias.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Caja o bolsa • Papel con emociones (Anexo XIII)
Evaluación	Observación directa

Actividad 5: “Mi jardín de emociones”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar las emociones básicas • Reconocer cómo se siente el cuerpo ante diferentes emociones • Aprender estrategias de regulación emocional • Expresar adecuadamente las emociones a través de la comunidad y la creatividad • Fomentar la empatía y la comprensión hacia los sentimientos de los demás
Descripción	<p>En un primer momento se hablará en clase de la importancia de reconocer y regular las emociones y se le invitará al alumnado a compartir qué emociones han sentido recientemente y cómo la han expresado. Seguidamente se les entregará unos folios para que escriban o dibujen las emociones básicas, vistas en sesiones anteriores, y se les pedirá que identifiquen cómo se siente el cuerpo cuando experimentan esas emociones.</p> <p>Después, se les enseñarán algunas estrategias para regular las emociones y tendrán que elegir una y practicarlas durante unos minutos. A continuación, en la otra cara del folio deberán dibujar un jardín flores, siendo cada flor una emoción y cada raíz una estrategia</p> <p>Finalmente, deberán escribir en otro folio, que tendrán que entregar al docente, una reflexión acerca de la sesión</p>
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Papel

	<ul style="list-style-type: none"> • Lápiz • Goma • Lápices de colores • Material para las estrategias (música, dibujos para colorear, etc.)
Evaluación	Folio de la reflexión

Actividad 6: “Manejando situaciones difíciles”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar situaciones conflictivas y sus posibles soluciones • Desarrollar habilidades para manejar situaciones difíciles • Desarrollar habilidades sociales y de comunicación • Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo
Descripción	<p>El alumnado se dividirá en grupos y se les asignará una situación conflictiva. Seguidamente tendrán que discutir y planear una solución para esa situación.</p> <p>Después, cada grupo representará la situación y la solución planificada. Con la finalización de cada situación, se llevará a cabo una reflexión grupal.</p> <p>Finalmente, realizarán una reflexión individual sobre cómo afectan las emociones en algunas situaciones y la importancia de saber resolverlas.</p>
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Tarjetas con situaciones conflictivas (Anexo XIV) • Folios • Lápiz o boli • Materiales para la representación (disfraces, escenografía, etc.)

Evaluación	Reflexión escrita
-------------------	-------------------

Actividad 7: “La isla emocional”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar diferentes emociones y aprender a expresarlas de manera adecuada • Desarrollar habilidades de autocontrol emocional • Fomentar la empatía, el respeto y la comprensión hacia los sentimientos de los demás • Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo
Descripción	<p>El alumnado se dividirá en grupos de 4 o 5 miembros y cada grupo recibirá una hoja con el dibujo de una isla, donde tendrán que diseñar un lugar para cada emoción, describiendo cómo son.</p> <p>Después, cada grupo deberá presentar su isla y explicar por qué eligieron cada lugar para cada emoción. Al finalizar las presentaciones, se realizará una discusión grupal en la que se hablará sobre las emociones y cómo cada uno puede manejarlas de manera afectiva y diferente, pero siempre hay que respetarlas.</p>
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas con el dibujo de una isla (Anexo XV) • Lápiz o boli • Lápices de colores
Evaluación	Observación directa

Actividad 8: “Cuentos emocionales”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar la educación emocional a través de la lectura de cuentos • Desarrollar habilidades de empatía y comprensión de las emociones de los demás • Promover la creatividad y la imaginación de los estudiantes

Descripción	<p>El docente seleccionará una serie de cuentos en los que se traten diferentes emociones y los leerá en voz alta. Seguidamente, se discutirá en clase las emociones que se han tratado y cómo se han sentido los estudiantes.</p> <p>Después, cada alumno creará su propio cuento emocional y lo presentará en clase explicando la emoción que ha elegido y por qué.</p>
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Cuentos seleccionados por el docente • Papel • Lápices
Evaluación	Rúbrica (Anexo XVI)

Actividad 9: “Un océano de emociones”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar la identificación, comprensión y gestión emocional de todo el alumnado • Fomentar la empatía, el respeto y la colaboración hacia los sentimientos de los demás • Promover la creatividad y la expresión emocional • Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo
Descripción	<p>Se le proporcionará al alumnado una hoja grande de papel en la que deberán dibujar y colorear un océano. Posteriormente, deberán escribir diferentes emociones para que las peguen en el océano, creando un paisaje emocional. Después, deberán dibujar diferentes animales marinos que representen esas emociones escritas anteriormente.</p> <p>Una vez realizado los océanos, se agruparán en grupos de 4 o 5 personas y tendrán que crear una historia en la que los animales interactúan entre sí, eligiendo un animal de cada miembro del grupo.</p>

	Finalmente, se realizará una ronda de reflexión en la que se hablará de lo aprendido y se resaltarán los aspectos positivos de la actividad.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Folios • Lápices de colores • Lápiz • Bolígrafo
Evaluación	Autoevaluación (Anexo XVII)

Actividad 10: “Emociones en familia”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar la educación emocional en las familias de los estudiantes • Promover la comunicación emocional familiar • Reforzar los vínculos familiares a través del conocimiento mutuo de las emociones
Descripción	En clase se hablará de la importancia de la educación emocional en la familia y la importancia de comunicar las emociones. Para poner en práctica eso, deberán realizar preguntas en casa acerca de las emociones y su comunicación familiar. Tendrán que apuntarlo en un papel para, posteriormente, compartir en clase sus experiencias de comunicación emocional con sus familias y se discutirá sobre los beneficios de la comunicación emocional y cómo puede fortalecer los vínculos familiares.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Folios • Lápices o bolígrafos • Pizarra • Rotuladores

Evaluación	Rúbrica (Anexo XVIII)
-------------------	-----------------------

Actividad 11: “Emociones en el arte”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar la creatividad emocional a través del arte visual • Potenciar la imaginación y la expresión creativa • Fomentar la empatía, el respeto y la comprensión hacia las emociones de los demás • Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo
Descripción	<p>Se organizará al alumnado por grupos de 4 o 5 personas y tendrán que realizar una obra de arte para representar la emoción asignada por el docente. Podrán realizar el trabajo con cualquier material.</p> <p>Una vez realizada la obra artística, explicarán en clase su obra y como han intentado plasmar la emoción. Después, se realizará un diálogo en el que reflexionarán sobre las emociones representadas en las obras, fomentando así la empatía y la comprensión hacia los demás.</p> <p>Las obras se quedarán en clase hasta que termine el curso.</p>
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Materiales necesarios para la obra (acuarelas, papel, etc.) • Pegamento • Tijeras
Evaluación	Rúbrica (Anexo XIX)

<i>Tercer ciclo</i>	
Actividad 2: “La rueda de las emociones”	

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar las emociones básicas en uno mismo y en los demás • Desarrollar habilidades de expresión emocional • Fomentar la empatía, el respeto y la comprensión hacia las emociones de los demás.
Descripción	<p>En primer lugar, se deberá preparar una rueda de cartón grande, en la que se dividirá en ocho partes iguales y en cada una de ellas se escribirá el nombre de una emoción: alegría, tristeza, miedo, enfado, sorpresa, amor, envidia y asco.</p> <p>Después, se le explicará al alumnado que deben girar, de uno en uno, la rueda y cuando se detenga en una emoción, deberán expresarla en voz alta y explicar una situación que hayan vivido donde se experimente esa emoción.</p> <p>A continuación, cuando el estudiante haya expresado la emoción, el resto de clase deben compartir experiencias similares o hacer preguntas para entender mejor la emoción.</p> <p>Finalmente, deberán dibujar la emoción que más les haya llamado la atención y explicar el por qué.</p>
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Rueda de cartón grande • Papel y lápices de colores • Pizarra y tizas para las anotaciones
Evaluación	Lista de cotejo (Anexo XX)

Actividad 3: “Conociendo mis emociones”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar el autoconocimiento emocional del alumnado • Identificar las propias emociones y su relación con las sensaciones corporales • Practicar la expresión adecuada de emociones y el uso del lenguaje emocional
Descripción	En primer lugar, se le entregará al alumnado una lista de emociones y tendrán que escribir en un folio las emociones y como creen que se manifiesta.

	<p>Después, tendrán que realizar un esquema del cuerpo humano y escribir las emociones en la parte del cuerpo que crean que se manifiesta.</p> <p>Una vez realizado el esquema, se colocarán en un papel continuo que habrá en la pared e irán presentando sus trabajos al grupo.</p> <p>Para finalizar la actividad se realizará una reflexión en la que se comentará cómo se relacionan las emociones con las sensaciones corporales y cómo cada persona la puede manifestar de una forma diferente.</p>
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Lista de emociones • Folio • Lápiz • Papel continuo
Evaluación	Observación directa

Actividad 4: “Cine emocional”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar las emociones básicas • Aprender a expresar las emociones a través del lenguaje verbal y no verbal • Fomentar la empatía, el respeto y la comprensión hacia los sentimientos de los demás
Descripción	<p>En primer lugar, se realizará una lluvia de ideas sobre situaciones cotidianas que despierten diferentes emociones.</p> <p>Después, se dividirá la clase en grupos y se le asignará una emoción a cada grupo.</p>

	<p>A continuación, se visualizará una película que muestre situaciones relaciones con las emociones que se han asignado y después de verlas, cada grupo deberá identificar y discutir cómo se expresa esa emoción en la película.</p> <p>Luego, cada grupo debe crear una escena que muestre esa emoción y presentarla en clase.</p>
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Películas • Pizarra • Folios • Bolígrafos
Evaluación	Rúbrica (Anexo XXI)

Actividad 5: “Mi caja de herramientas emocionales”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar la autorregulación emocional del alumnado • Aprender estrategias de regulación emocional • Fomentar la reflexión crítica sobre las emociones y su impacto en el bienestar personal y social • Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo
Descripción	<p>El alumnado se organizará en grupos de 4 o 5 personas y describirán cuatro o cinco situaciones, una por cada miembro del grupo, que puedan desencadenar situaciones fuertes. Después, tendrán que identificar que emociones pueden surgir en esas situaciones.</p> <p>Una vez realizada la descripción de las situaciones e identificación de las emociones, crearan su caja de herramientas. Esta caja tendrá que contener dentro diferentes estrategias para controlar las emociones.</p>

	Para finalizar, tendrán que seleccionar una estrategia para cada situación descrita anteriormente y tendrán que exponerlas en clase comentando la importancia de ellas para conseguir un bienestar personal y social.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Caja de emociones • Estrategias de autorregulación emocional • Folios • Bolígrafos
Evaluación	Observación directa

Actividad 6: “El laberinto emocional”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar las emociones básicas • Identificar las emociones básicas en uno mismo y en los demás • Fomentar la empatía, el respeto y la comprensión hacia los sentimientos de los demás • Desarrollar habilidades para manejar situaciones difíciles
Descripción	Se les proporcionará a los estudiantes un laberinto en el que se encuentran diferentes emociones. Seguidamente, deben recorrer el laberinto y encontrar la salida, pero para ello deberán comprender el significado de las emociones. Cada vez que pasen por una emoción, deberán escribir en un folio el nombre de la emoción, explicar en qué situaciones se puede experimentar y como se podría solventar dicha situación.

	Para finalizar, se hará una puesta en común de las diferentes situaciones que han escrito y cómo han decidido resolverlas, así se podrá ver las diferentes situaciones en las que están presentes las emociones y las múltiples soluciones que pueden existir.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Laberinto (Anexo XXII) • Folios • Bolígrafos
Evaluación	Folio entregado

Actividad 7: “Creando un buen ambiente en clase”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar la gestión emocional en el aula • Desarrollar la empatía, el respeto y la comprensión hacia los sentimientos de los demás • Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo
Descripción	<p>El docente escribirá en la pizarra diferentes preguntas como: <i>¿Qué podemos hacer para ayudarnos a estar tranquilos y concentrados? ¿Cómo podemos hacer que todos nos sentamos incluidos?</i></p> <p>Después, se organizarán por grupos y realizarán una lluvia de ideas. Seguidamente, deberán realizar un plan de aula en el que se introduzcan estrategias para cumplir lo que han seleccionado de la lluvia de ideas.</p> <p>Para finalizar, se llevará a cabo un debate en el que se expondrán todas las estrategias y se creará en una cartulina grande el plan de aula sobre las emociones para poder tenerlo a la vista durante el resto del curso. Esa cartulina la podrán decorar entre todos.</p>
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Pizarra

	<ul style="list-style-type: none"> • Rotuladores o tizas • Folios • Bolígrafos • Cartulina grande • Lápices de colores • Rotuladores de colores
Evaluación	Lista de Likert grupal (Anexo XXIII)
Actividad 8: “Creando un buen ambiente en clase”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar la educación emocional a través de cuentos • Potenciar la imaginación y la expresión creativa • Fomentar el trabajo en equipo y la colaboración
Descripción	El alumnado se organizará en grupos de 4 o 5 personas y tendrán que inventar un cuento en el que se trate una o varias emociones, se les comentará que a más emociones mejor. Una vez realizado el cuento, tendrán que exponerlo en clase con la escenografía y los materiales necesarios para llegar a una excelente representación y entender de forma adecuada lo que quieren transmitir.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Folios • Bolígrafos • Escenografía • Materiales para el teatro
Evaluación	Rúbrica (Anexo XXIV)

Actividad 9: “Juntos somos más fuertes”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar la empatía el respeto y la comprensión hacia los sentimientos de los demás • Promover la empatía y la colaboración en el grupo • Trabajar la comunicación y la resolución de conflictos de manera respetuosa • Potenciar la autoestima y la seguridad emocional • Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo
Descripción	<p>El alumnado se organizará en parejas y se sentarán uno en frente del otro. Seguidamente, tendrán que comentar por turno un momento en el que se hayan sentido rechazados o excluidos y como se sintieron. El otro miembro de la pareja debe escuchar, reflexionar y comentar que habría hecho para evitar esa situación y promover la inclusión emocional.</p> <p>Después, en una cartulina grande todos los estudiantes realizarán un mural que promueva la inclusión social. El mural se colocará en una de las paredes del centro para que todo el alumnado promueva la inclusión.</p>
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Cartulina grande • Bolígrafos • Rotuladores de colores
Evaluación	Observación directa

Actividad 10: “Familia en el cole”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Promover la comunicación emocional familiar • Proporcionar herramientas y estrategias para conseguir una educación emocional familiar

Descripción	<p>Se realizará un taller con las familias del alumnado en el que se organizarán cada alumno con su familia y se les pondrán diferentes situaciones cotidianas familiares que generen diferentes emociones. Los miembros de cada grupo (familia y alumnado) deberán seleccionar una serie de estrategias y herramientas para abordar las situaciones.</p> <p>Finalmente, se realizará un debate en el que se reflexionará de la importancia de la comunicación y la educación emocional familiar.</p>
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Situaciones cotidianas familiares (Anexo XXV)
Evaluación	Encuesta para familias y alumnado (Anexo XXVI)

Actividad 11: “Emociones en el arte”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar la creatividad emocional a través del arte visual • Potenciar la imaginación y la expresión creativa • Desarrollar la empatía, el respeto y la comprensión hacia los sentimientos de los demás • Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo
Descripción	<p>Se organizará al alumnado por grupos de 4 o 5 personas y tendrán que realizar una obra de arte para representar la emoción asignada por el docente. Podrán realizar el trabajo con cualquier material.</p> <p>Una vez realizada la obra artística, explicarán en clase su obra y como han intentado plasmar la emoción. Después, se realizará un diálogo en el que reflexionarán sobre las emociones representadas en las obras, fomentando así la empatía y la comprensión hacia los demás.</p> <p>Las obras se quedarán en clase hasta que termine el curso.</p>
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Materiales necesarios para la obra (acuarelas, papel, etc.) • Pegamento

	<ul style="list-style-type: none">• Tijeras
Evaluación	Rúbrica (Anexo XIX)

*Se trata de la misma actividad que la del segundo ciclo

3.6. Evaluación del Programa de Intervención

La evaluación de este programa de Intervención se llevará a cabo mediante la siguiente rúbrica. Para ello, al finalizar el programa, cada tutor/a deberá reflejar como ha avanzado su alumnado teniendo en cuenta la rúbrica:

ÍTEM	0%	25%	50%	75%	100%
Expresión de las emociones a través del lenguaje verbal y no verbal	La expresión de las emociones es inexistente en ambos lenguajes	La expresión de las emociones es limitada en uno de los lenguajes e inexistente en otro	La expresión de las emociones es limitada en ambos lenguajes	La expresión de las emociones es adecuada	La expresión de las emociones es eficaz y plena
Estrategias de regulación emocional	No se ha aprendido ninguna estrategia de regulación emocional	Se ha aprendido una estrategia de regulación emocional	Se ha aprendido dos estrategias de regulación emocional	Se ha aprendido tres estrategias de regulación emocional	Se ha aprendido cuatro o más estrategias de regulación emocional
Habilidades para el manejo de situaciones difíciles, la comunicación y el autocontrol emocional	No se ha desarrollado ninguna habilidad	Se ha desarrollado menos de tres habilidades y solo para el manejo de uno de ellos: situaciones difíciles, comunicación o autocontrol emocional	Se han desarrollado más de tres habilidades, pero solo para el manejo de uno de ellos: situaciones difíciles, comunicación o autocontrol emocional	Se ha desarrollado habilidades para el manejo de dos de ellos: situaciones difíciles, comunicación y autocontrol emocional.	Se ha desarrollado estrategias para el manejo de situaciones difíciles, la comunicación y el autocontrol emocional
Empatía, respeto y comprensión	No se ha desarrollado empatía, respeto ni comprensión hacia los sentimientos de los demás	Se ha desarrollado poca/escasa empatía, respeto y comprensión hacia los sentimientos de los demás	Se ha desarrollado empatía, respeto y comprensión hacia los sentimientos de los demás de forma adecuada	Se ha desarrollado una alta empatía, respeto y comprensión hacia los demás	Se ha desarrollado una plena empatía, respeto y comprensión hacia los sentimientos de los demás
Identificación de las emociones básicas	No se ha identificado ninguna emoción básica	Se ha identificado entre 1 o 2 emociones básicas	Se ha identificado 3 o 4 emociones básicas	Se ha identificado 5 o 6 emociones básicas	Se ha identificado 7 o más emociones básicas

Gestión emocional del aula	No se ha aprendido a gestionar emocionalmente el aula	Se ha aprendido de forma escasa la gestión emocional del aula	Se ha aprendido de forma limitada, aunque adecuada, la gestión emocional del aula	Se ha aprendido a gestionar emocionalmente el aula de forma adecuada	Se ha aprendido a saber gestionar emocionalmente los problemas del aula de forma plena y satisfactoria
Situaciones conflictivas	No se ha aprendido a solventar situaciones conflictivas	Se ha aprendido a solventar situaciones conflictivas en solo un ámbito	Se ha aprendido a solventar situaciones conflictivas en dos ámbitos	Se ha aprendido a solventar situaciones conflictivas de forma adecuada en cualquier ámbito	Se ha aprendido a solventar situaciones conflictivas de forma plena y satisfactoria en cualquier ámbito

4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Es muy importante la existencia de un programa de este tipo en los centros educativos, pues para poder conseguir un desarrollo integral en todo el alumnado es de vital importancia aprender a comprender, expresar y regular nuestras emociones. Éstas son una parte intrínseca de la experiencia humana y juegan un papel fundamental en nuestro bienestar y éxito en la vida. Por lo tanto, es esencial que los centros educativos incorporen la enseñanza de las emociones en su currículo.

La comprensión de las emociones es el primer paso para desarrollar una mayor conciencia emocional en los estudiantes. Aprender a identificar y comprender las emociones propias y de los demás les permite comprender sus propias reacciones emocionales y las de los demás en diferentes situaciones. Esto promueve la empatía, la comprensión y la tolerancia hacia las emociones y comportamientos de los demás, lo que a su vez fortalece las habilidades sociales y de comunicación de los estudiantes.

Además, la expresión adecuada de las emociones es esencial para una comunicación efectiva y saludable. Los estudiantes deben aprender a expresar sus emociones de manera apropiada, ya sea mediante la comunicación verbal o no verbal, y a utilizar un lenguaje correcto para expresar sus necesidades y sentimientos de manera asertiva. Esto les ayuda a construir relaciones saludables y a prevenir conflictos.

Por último, la regulación emocional es una habilidad crucial que las personas deben desarrollar para enfrentar los desafíos y adversidades de la vida. La capacidad para manejar y regular las emociones de manera saludable es fundamental para la toma de decisiones informadas, la resolución de problemas, la gestión del estrés y la construcción de la resiliencia emocional. Los estudiantes necesitan aprender estrategias de autorregulación emocional para poder manejar situaciones difíciles.

En conclusión, la enseñanza de las emociones en los centros educativos es esencial para el desarrollo integral de los estudiantes. Les brinda las herramientas necesarias para comprender, expresar y regular sus emociones, lo cual tiene un impacto positivo en su bienestar emocional, social y académico. Como educadores, es nuestra responsabilidad asegurarnos de que los estudiantes adquieran habilidades emocionales que les sean útiles a lo largo de su vida, preparándolos para enfrentar los desafíos emocionales y contribuyendo a su éxito en la vida.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Areste, J. (2015). *Las emociones en Educación Infantil: sentir, reconocer y expresar*. [Trabajo Fin de Grado, Universidad de La Rioja].
<https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/3212/ARESTE%20GRA%09U%2C%20JUDIT.pdf?sequence=1>
- Bailey, R. et al. (2021). Innovation in Social and Emotional Learning Research and Practice: Building from Evidence and Applying Behavioral Insights to the Design of a Social and Emotional Learning Intervention in Northeast Nigeria. *Environmental Research and Public Health*, 18 (14), 7397.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de investigación educativa*, 21 (1), 7-43.
- Bisquerra, R. y Pérez, M. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61-82.
- Blanco, R. (2015). *El tratamiento de las emociones a través de la expresión corporal*. [Trabajo Fin de Grado, Universidad de Valladolid].
<https://core.ac.uk/download/pdf/211096541.pdf>
- Bohórquez, M.Y. y Rincón, Y.A. (2018). *La expresión oral: Estrategias pedagógicas para su fortalecimiento*. [Trabajo Fin de Grado, Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia]. https://repositorio.uptc.edu.co/bitstream/001/2345/1/TGT_995.pdf
- Bravo, E.R. y Moreno, D. (2021). Comunicación no verbal de emociones: Variables sociodemográficas y ventaja endogrupal. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 15 (2), 97-107.
- Cabrelles, M.S. (2008) La influencia de las emociones en el sonido de la voz. *Revista de Folklore*, 28 (334), 130-133.
- Caicedo, N.K. y Nobo, A.R. (2020). *Estimulación de habilidades lingüísticas en el desarrollo de la comunicación y expresión verbal en niños de 3 a 4 años. Talleres de capacitación en habilidades lingüísticas dirigidos a docentes*. [Proyecto previo a la obtención del título, Universidad de Guayaquil].
<http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/49001/1/BPARV-PEP-20P012.pdf>
- Calzadilla, O.O. (2012). *La enseñanza de la expresión oral en la escuela*. Editorial académica española.

- Chang, C.F. et al. (2018). Exploring Teachers' Emotions via Nonverbal Behavior During Video-Based Teacher Professional Development. *Aera Open*, 4 (4), 1-15.
- Chóliz, M. (1995): La expresión de las emociones en la obra de Darwin. En F. Tortosa, C. Civera y C. Calatayud (Comps): *Prácticas de Historia de la Psicología*. Valencia: Promolibro.
- Cubero, S.B. (2017). *Educación de las emociones en Educación Primaria desde la EF* [Trabajo Fin de Grado, Universidad de Valladolid]. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/28196/TFG-G2901.pdf?sequence=1>
- Darwin, C. (1873). *La expresión de las emociones en los animales y en el hombre*. Alianza Editorial.
- De Celis, R. (2017). *La Educación Emocional: un reto educativo*. [Trabajo Fin de Grado, Universitat de les Illes Balears]. https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/3964/de_Celis_Gallego_Rebeca.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Díaz, J.L. y Flores, E.O. (2001). La estructura de la emoción humana: Un modelo cromático del sistema afectivo. *Salud mental*, 24 (4), 20-35.
- Escorcia, C.T. (2020). La Competenci Emocional en Atención Temprana: Perspectiva de los padres y de las profesiones. *Educaçao, Porto Alegre*, 43 (1), 1-16.
- Garmendia, I. (2008). *Inteligencia emocional. Educación Primaria 1^{er} ciclo*. Gipuzkoako Foru Aldundia.
- Gómez, O. y Calleja, N. (2016). Regulación emocional: definición, red nomológica y medición. *Revista Mexicana de Investigación en Psicología*, 8 (1), 96-117.
- González, M.C. (2008). *Expresión oral y escrita*. Ude.
- Junta de Andalucía (2017). *Aprendiendo a Sentir*. Recuperado el día 10 de marzo de <https://www.juntadeandalucia.es/educacion/portalaverroes/programasinnovadores/proyectos/contenido/pin-041-16-proyecto-inteligencia-emocional-aprendiendo-a-sentir>
- Keltner, D. et al. (2019). Emotional Expression: Advances in Basic Emotion Theory. *Journal of Nonverbal Behavior*, 43 (2), 133-160.

- Lara, M. (2016). *La cara, espejo del alma. Ilustrando emociones. Psicología, anatomía y arte en la expresión facial*. [Trabajo de Investigación, Universidad Politécnica de Valencia]. <https://riunet.upv.es/bitstream/handle/10251/74169/LARA%20-%20LA%20CARA%2C%20ESPEJO%20DEL%20ALMA.%20ILUSTRANDO%20EMOCIONES.%20Psicolog%C3%ADa%2C%20anatom%C3%ADa%20y%20arte%20en%20la%20expresi%C3%B3n....pdf?sequence=3>
- Marco, P. (2019). *Jugando con la fantasía: expresión oral y escritura creativa con Gianni Rodari*. [Trabajo Fin de Grado, Universidad de Zaragoza]. <https://core.ac.uk/download/290000735.pdf>
- Martínez, A.C. et al. (2015). La expresión oral en los niños y los cuentos. *Revista de Investigación y Cultura*, 4 (2), 116-120.
- Mendoza, J.I. (2016). *La expresión oral*. [Programa de complementación universitaria y titulación, Universidad César Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/17661/Mendoza_MJI.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Nuñez, J.M. (2021). *Actividades de gamificación 3.0 y la expresión verbal de niños y niñas del nivel inicial*. [Trabajo de Integración Curricular, Universidad Técnica de Ambato]. <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/33413/1/NU%cc%81N%cc%83EZ%20%20S%cc%81NCHEZ%20JE%cc%81SSICA%20MARIELA%20tesis.pdf>
- Ordoñez, A. et al. (2014). Conciencia emocional, estados de ánimo y rendimiento académico. *Revista de Psicología*, 6 (1), 229-236.
- Porras, L.T. et al. (2020). Comunicación emocional no verbal en la infancia, análisis en el aula desde la metodología observacional. *Know and share psychology*, 1 (4), 211-228.
- Ramírez, J. (2002). La expresión oral. Contextos Educativos. *Revista de Educación*, (5), 57-72.
- Real Academia Española (s.f). Emoción. En *Diccionario de la lengua española*. Recuperado el 1 de febrero de 2023.
- Revuelta, K. (2021). *Educación emocional plan de mejora en el aula de educación primaria*. [Trabajo Fin de Grado, Universidad de Valladolid]. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/49235/1/TFG-G5033.pdf>

- Ríos, J. (2016). *Educación emocional en Educación Primaria para niños de 9 a 11 años*. [Trabajo Fin de Grado, Universidad Internacional de La Rioja]. <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/4498/RIOS%20CARRERA%2C%20JESSICA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Robbins, S. y Judge, T. (2009). *Organizational behavior*. Pearson Education.
- Rosas, O. (2011). La estructura disposicional de los sentimientos. *Ideas y valores*, (145), 5-31.
- Rodríguez, A. y Gordillo, M.D. (2021). Propuesta didáctica para el desarrollo de la competencia emocional a través de la gamificación. *Revista de Psicología*, 1 (1), 59-79.
- Ruiz, P. (2020). *La expresión corporal como instrumento de comunicación y gestión de emociones*. [Trabajo Fin de Grado, Universidad Pública de Navarra]. <https://academica-e.unavarra.es/xmlui/bitstream/handle/2454/37793/ruiz.116191-TFG.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Samaniego, J.C. et al. (2020). Emociones no verbales y su forma de medición. Un análisis bibliográfico. *Polo del Conocimiento*, 5 (2), 360-376.
- Serrat et al. (2020). Identifying Emotional Expressions: Children's Reasoning About Pretend Emotions of Sadness and Anger. *Frontiers in Psychology*, 11.
- The Wallace Foundation (2019). *Navigating social and emotional learning from inside out*. Recuperado el día 10 de marzo de <https://www.wallacefoundation.org/knowledge-center/Documents/navigating-social-and-emotional-learning-from-the-inside-out-2ed.pdf>
- Valea, S. (2013). *La comunicación no verbal y la expresión corporal de las emociones y los gestos en educación infantil*. [Trabajo Fin de Grado, Universidad de Valladolid]. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/4001/TFG-G%20373.pdf?sequence=1>
- Vieites, A. (2017). *Programa de educación emocional para un aula de 2º de primaria (Conciencia y regulación emocional)*. [Trabajo Fin de Grado, Universidad de Barcelona]. <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/121683/7/TFP%20Asier%20Vieites.pdf>

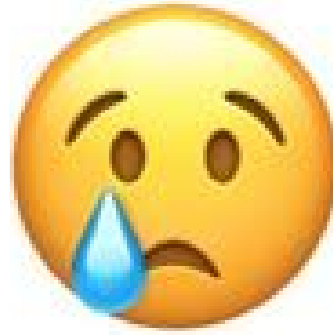
6. ANEXOS

Anexo I

ACTIVIDADES	1 ^{er} Trimestre								2 ^o Trimestre								3 ^{er} trimestre							
	SEMANAS																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Presentación y explicación de la educación emocional																								
Taller de reconocimiento y expresión de emociones básicas																								
Taller de autoconocimiento emocional																								
Taller de empatía emocional																								
Taller de regulación emocional																								
Taller de resolución de problemas																								
Taller de gestión emocional																								
Taller de creatividad emocional																								
Taller de inclusión emocional																								
Taller de educación emocional en la familia																								
Taller de expresión emocional en el arte																								
Taller de cierre del curso																								



ALEGRÍA



TRISTEZA



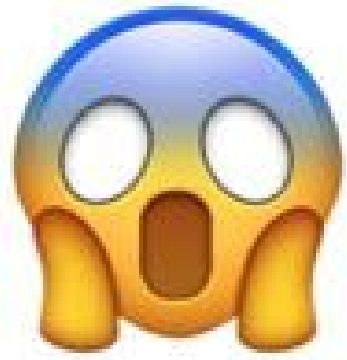
SORPRESA



IRA



ASCO



MIEDO

Anexo III



Un compañero
quiere jugar
con el mismo
juguete que tú

Uno de tus
amigos no te
deja opinar en
un juego

Alguien te
quita un
material de tu
mesa en el cole

Alguien se
burla de ti y te
hace sentir mal

Dos amigos se
pelean y te
dicen que elijas
a alguno de los
dos

Alguien te
interrumpe
cuando estas
realizando una
tarea

Anexo V

ÍTEMS	0%	25%	50%	75%	100%
Participación	No participa en la actividad	Participa de forma ocasional	Participa de forma regular	Participa de forma activa y entusiasta	Participa de forma proactiva y se esfuerza por mejorar
Colaboración	No colabora con los demás	Colabora de forma ocasional	Colabora de forma regular	Colabora de forma activa y se preocupa por el bienestar de los demás	Colabora de forma proactiva y lidera la colaboración en el grupo
Identificación de situaciones conflictivas	No identifica las situaciones conflictivas	Identifica 1 o 2 situaciones conflictivas	Identifica 3 o 4 situaciones conflictivas	Identifica 5 situaciones conflictivas	Identifica las 6 situaciones conflictivas
Propuestas de soluciones pacíficas	No propone soluciones pacíficas	Propone 1 o 2 soluciones pacíficas	Propone 3 o 4 soluciones conflictivas	Propone 5 soluciones conflictivas y son originales	Propone 6 soluciones pacíficas originales y de forma respetuosa

ÍTEMS	0%	25%	50%	75%	100%
Creatividad y originalidad	No existe creatividad ni originalidad	El libro utiliza ideas novedosas	El libro utiliza técnicas innovadoras para destacar	El libro es original en cuanto al contenido	El libro muestra ideas originales y creativas
Coherencia entre texto e ilustraciones	Se utilizan pocas ilustraciones y no tienen coherencia con el texto	Se utilizan pocas ilustraciones, pero tienen coherencia con el texto	Las ilustraciones utilizadas son insuficientes para la información proporcionada, aunque tienen coherencia con el texto	Se utilizan varias ilustraciones y son coherentes con el texto	Se utilizan bastantes ilustraciones que, además de ser coherentes con el texto, ayudan a comprender el contenido proporcionado
Expresión escrita	Existen muchos (más de 10) errores ortográficos y es difícil de entender	Existen errores ortográficos dificultando la lectura	Existen pocos (menos de 3) errores ortográficos	No existen errores ortográficos, pero la letra es poco clara	No existen errores ortográficos y la letra es clara y legible
Expresión oral	Existen muchos errores de pronunciación y hay una mala entonación	Existen errores de pronunciación y no se expresa con claridad	No existen errores de pronunciación, pero existen problemas para expresarse con claridad	Existe una buena entonación y muestra el libro para acompañar la presentación	Existe una excelente entonación, se expresa con claridad y eficacia el contenido y se utiliza el libro para acompañar la presentación



Lista de Cotejo		
ÍTEMS	SI	NO
El trabajo tiene una presentación clara y ordenada		
Se han representado correctamente las emociones		
El trabajo está escrito en un lenguaje claro y adecuado		
No hay errores ortográficos ni gramaticales		
El trabajo demuestra un nivel alto de creatividad y originalidad		

Anexo IX

Rodea la respuesta en aquellas que aparezcan opciones y escribe en aquellas que aparezca una línea.

1. ¿Te ha gustado la actividad de las emociones a través del arte?
 - Mucho
 - Poco
 - Regular
2. ¿Te ha parecido divertida la actividad?
 - Mucho
 - Poco
 - Regular
3. ¿Has aprendido cosas nuevas sobre las emociones a través del arte?
 - Sí
 - No
 - No sé
4. ¿Cuál ha sido la emoción que más te ha gustado trabajar?
¿Por qué?

5. ¿Te gustaría volver a hacer actividades parecidas?
 - Sí
 - No
 - No sé

Cuando gané
mi primer
partido del
deporte que
practico

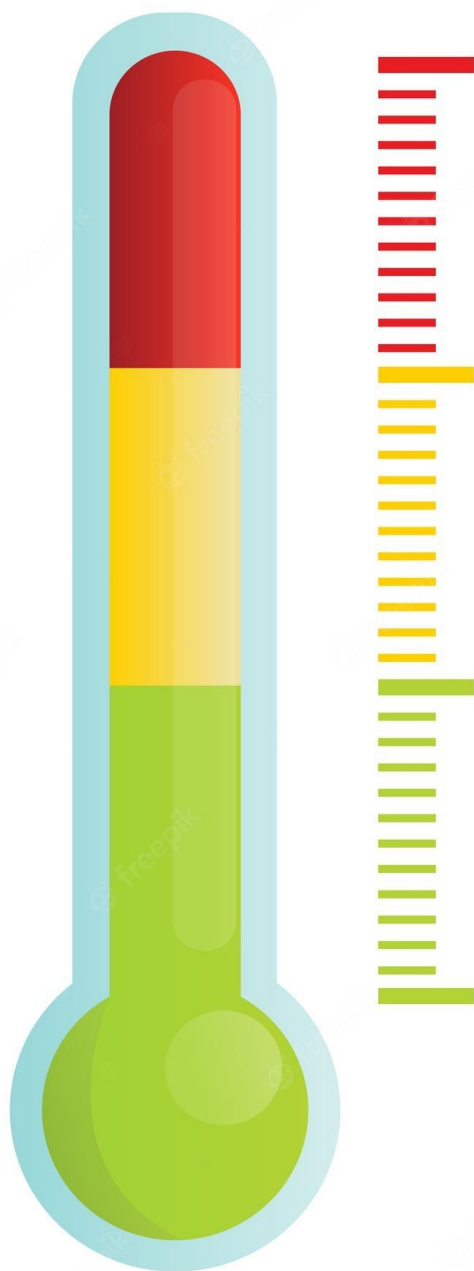
Cuando se
murió mi
mascota

Cuando me
perdí en el
parque de
atracciones

Cuando me
organizaron
una fiesta de
cumpleaños sin
sabero

Cuando probé
una comida
que no me
gustó nada

Cuando me
rompieron el
dibujo que le
hice a mi
madre



Anexo XII

ÍTEMS	0%	25%	50%	75%	100%
Representación	No existe creatividad ni originalidad	La representación es poco creativa y no demuestra ideas nuevas	La representación carece de originalidad	La representación es original y demuestra creatividad	La representación es original y demuestra un alto nivel de creatividad
Expresión corporal	Son incapaces de expresar las emociones a través del lenguaje corporal	Tienen muchas dificultades para expresar las emociones a través del lenguaje corporal	Tienen dificultades para expresar las emociones a través del lenguaje corporal	Expresan las emociones de forma adecuada, aunque hay ciertas áreas en las que se puede mejorar	Demuestran una gran capacidad para expresar emociones a través del lenguaje corporal
Expresión verbal	No se utiliza un lenguaje adecuado y emocionalmente expresivo	Tienen muchas dificultades para utilizar un lenguaje adecuado y emocionalmente expresivo	Tienen dificultades para utilizar un lenguaje emocionalmente expresivo	Utilizan un lenguaje adecuado, aunque se puede mejorar en la expresión emocional	Utilizan un lenguaje adecuado y emocionalmente expresivo

ALEGRÍA

MIEDO

TRISTEZA

SORPRESA

IRA

VERGÜENZA

ASCO

Te acusan de algo que no hiciste

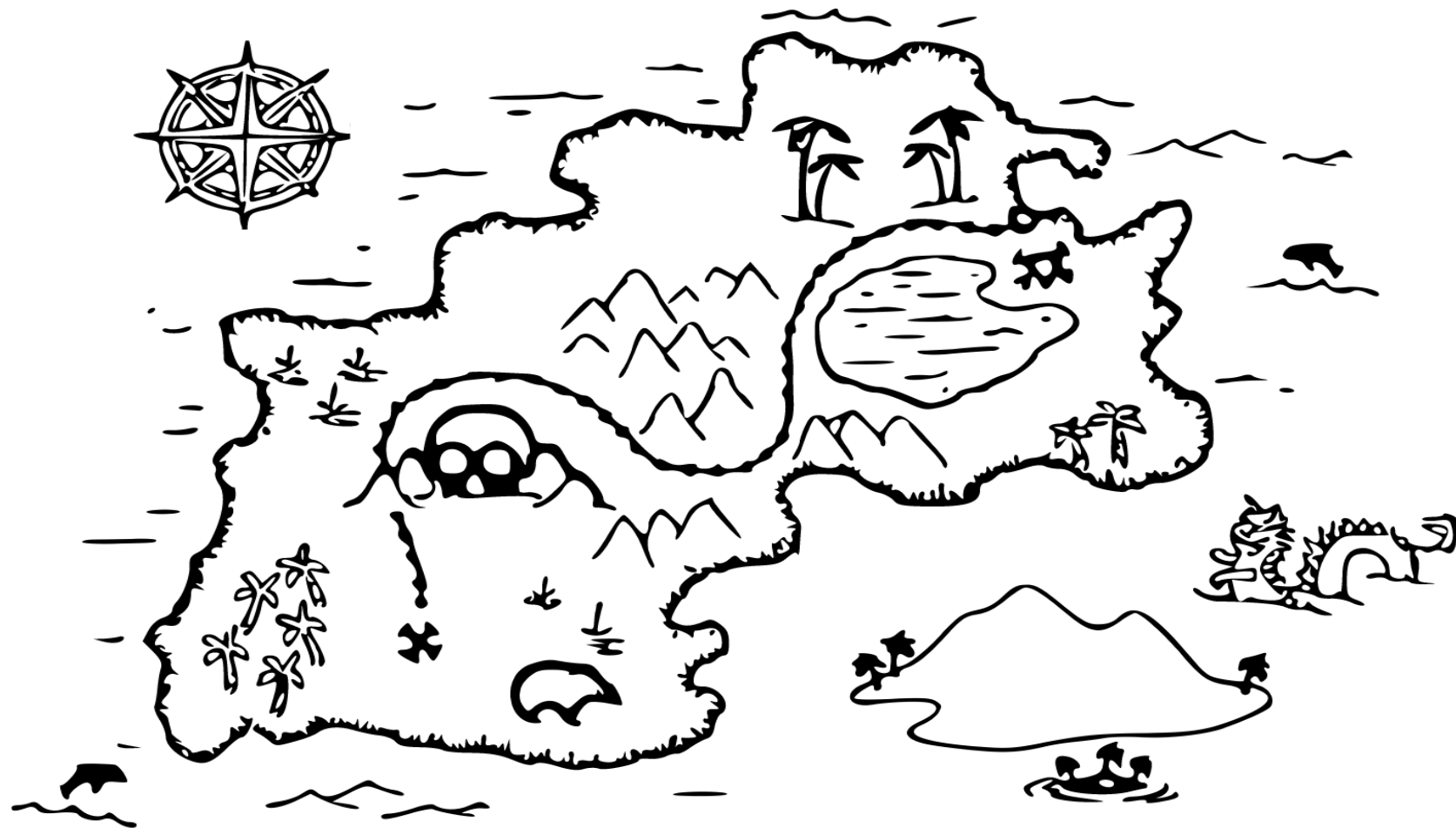
Le diste un balonazo a un compañero
y le dolió mucho

Rompiste el lapicero de la maestra
porque estabas jugando en lugar de
trabajar

Ha llegado un nuevo alumno y nadie
se quiere juntar con él

Un compañero le está pegando a
otro

Perdiste un juguete de tu hermano o
primo pequeño



ÍTEMS	0%	25%	50%	75%	100%
Formas de redactar	No utiliza un lenguaje claro y coherente	Utiliza un lenguaje poco claro y con errores	Utiliza un lenguaje claro y con algunas mejoras posibles	Utiliza un lenguaje claro y coherente	Utiliza un lenguaje claro y coherente, además da detalles y ejemplos.
Originalidad	No muestra originalidad en la redacción del cuento	Muestra algunas ideas originales, pero son pocas	Muestra algunas ideas originales	Muestra varias ideas originales y relevantes	Muestra ideas originales y creativas en la exposición
Exposición	No es capaz de exponer sus ideas	Expone sus ideas de forma poco clara y desordenada	Expone sus ideas de forma clara y ordenada	Expone sus ideas de forma clara, ordenada y con coherencia	Expone sus ideas de forma clara, ordenada, con coherencia y fluidez
Tono de voz	No utiliza un tono de voz adecuado	Utiliza un tono de voz adecuado, pero es poco claro	Utiliza un tono de voz adecuado y claro, pero no en toda la exposición	Utiliza un tono de voz adecuado y claro en la mayoría de la exposición	Utiliza un tono de voz adecuado y claro en toda la exposición

Nombre:

Curso:

1. ¿Te ha ayudado la actividad a entender mejor el significado y la expresión de las emociones?
 - Sí
 - No

2. ¿Cómo te sentiste durante la actividad?
 - Muy bien y disfruté de la actividad
 - Me sentí regular
 - Me sentí mal porque no me gustó la actividad

3. ¿Crees que trabajaste lo suficiente?
 - Sí
 - No

4. ¿Crees que esta actividad te ayudó a comprender mejor tus emociones y las de los demás?
 - Sí
 - No

5. ¿Qué cosas podrías mejorar en la próxima actividad relacionada con las emociones?
 - Puedo mejorar mi capacidad para identificar emociones en mí y en los demás
 - Puedo mejorar mi capacidad para expresar las emociones de forma adecuada
 - Otra:

Anexo XVIII

ÍTEM	0%	25%	50%	75%	100%
Identificación y expresión de emociones	No es capaz de identificar o expresar emociones de manera adecuada	Tiene dificultades para identificar y expresar emociones de manera apropiada, y requiere ayuda del profesorado	Es capaz de identificar y expresar una variedad de emociones y las comunica de manera adecuada	Es capaz de identificar y expresar una amplia variedad de emociones y las comunica de manera clara y efectiva	Es capaz de identificar y expresar una amplia variedad de emociones y las comunica de forma clara utilizando un vocabulario muy preciso
Capacidad para hacer preguntas	No hace preguntas sobre las emociones	Hace preguntas muy básicas	Hace preguntas profundas sobre las emociones	Hace preguntas muy profundas esperando una respuesta con información detallada	Hace preguntas profundas esperando una información muy detallada y con el fin de comprender mejor las emociones de los demás
Capacidad para compartir experiencias	No comparte sus experiencias con los demás	Comparte sus experiencias de forma limitada	Comparte sus experiencias de forma clara	Comparte sus experiencias de forma clara y efectiva	Comparte sus experiencias de forma clara, demostrando empatía e interés por las emociones de los demás
Comprensión de la importancia de la educación y comunicación emocional	No comprende la importancia de la educación y comunicación emocional	Tiene una baja comprensión de la importancia de la educación y comunicación emocional	Comprende la importancia de la educación y la comunicación emocional	Comprende de forma profunda la importancia de la educación y la comunicación emocional	Comprende de forma profunda la importancia de la educación y la comunicación emocional. Además, proporciona ejemplos de la importancia en la vida cotidiana

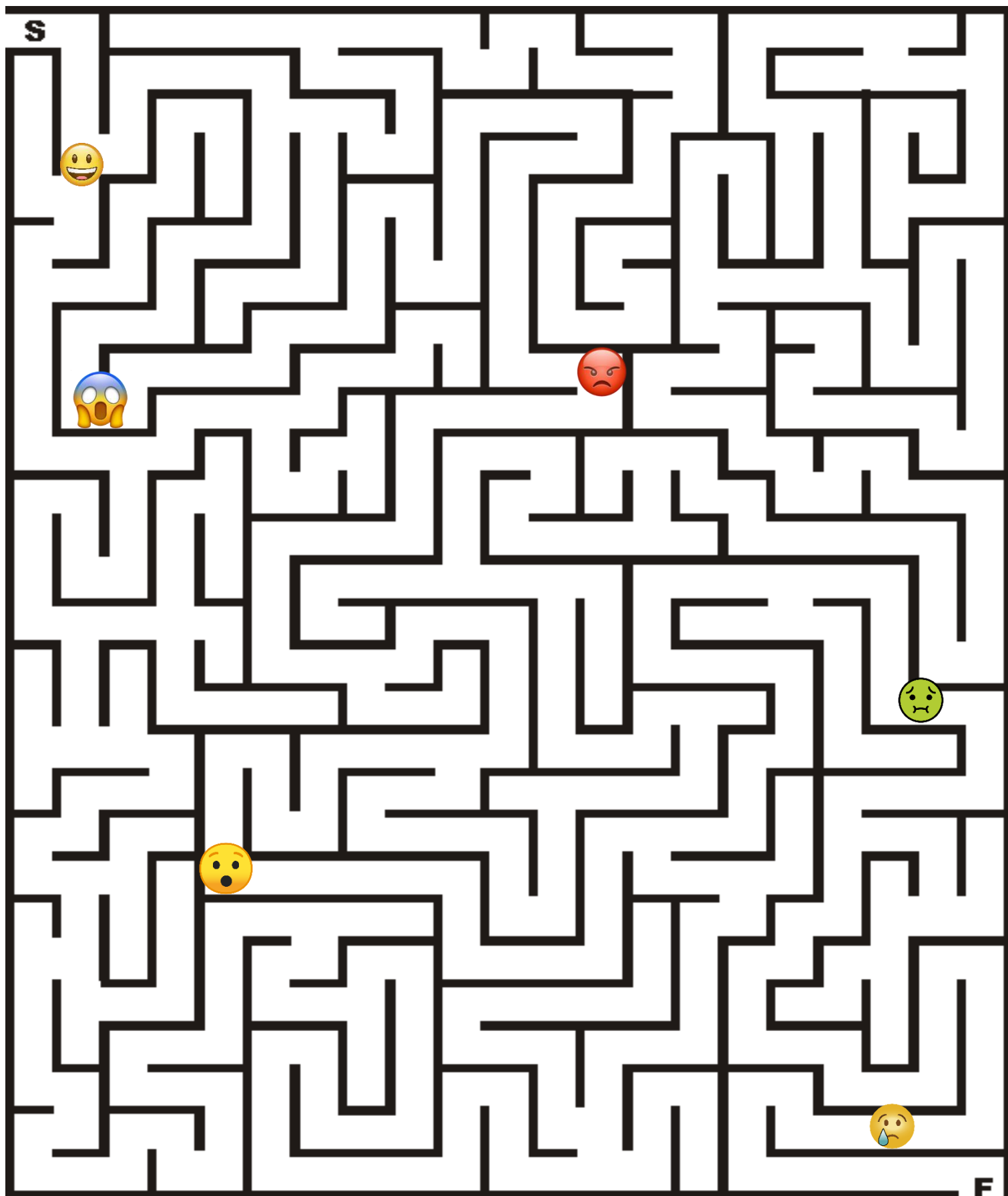
Anexo XIX

ÍTEMS	0%	25%	50%	75%	100%
Participación y colaboración en el grupo de trabajo	No participa ni colabora en el grupo de trabajo	Muestra poco interés en el trabajo del grupo	Trabaja en equipo y colabora con los demás	Lidera el trabajo en equipo y colabora con los demás	Tiene compromiso y liderazgo en el trabajo en equipo. Además, fomenta la colaboración entre todos los integrantes
Respeto hacia los comentarios de los demás	Interrumpe constantemente a los demás y no muestra respeto por los comentarios de los demás	Muestra poco respeto hacia los comentarios de los demás, pero los escucha	Muestra respeto hacia los comentarios de los demás y los escucha atentamente	Muestra respeto hacia los comentarios de los demás y contribuye a que haya un buen ambiente de trabajo	Muestra gran capacidad para escuchar y considerar los comentarios de los demás igual de válidos que los suyos. Además, fomenta un diálogo respetuoso y constructivo
Originalidad en las obras de arte	La obra de arte es muy básica y no existe originalidad	La obra de arte tiene algunos elementos originales, pero no se destaca por su creatividad	La obra de arte es creativa y original, pero podría tener un mayor nivel de complejidad	La obra es muy creativa y original y se destaca por su complejidad	La obra de arte es creativa y original. Además, demuestra una comprensión profunda de la emoción que se pretende plasmar
Coherencia entre la obra de arte y la emoción	La obra de arte no está relacionada con la emoción que se pretende plasmar	La obra de arte tiene algunas conexiones con la emoción, pero no están muy bien desarrolladas	La obra de arte está relacionada con la emoción, pero podría tener una conexión más clara	La obra de arte está muy relacionada con la emoción y demuestra una conexión clara	La obra de arte es una representación y una demostración perfecta de la emoción

Lista de cotejo		
Ítems	SÍ	NO
Se ha explicado de forma correcta la emoción señalada en la rueda		
La situación planteada tiene relación con la emoción señalada en la rueda		
El dibujo planteado es coherente con la emoción		
La explicación es clara y no tiene errores ortográficos		

Anexo XXI

ÍTEMS	0%	25%	50%	75%	100%
Participación en la lluvia de ideas	No participa en la lluvia de ideas	Aporta ideas que no están relacionadas con la actividad	Participa poco en la lluvia de ideas y presta poca atención a sus compañeros	Participa de forma adecuada en la lluvia de ideas y escucha a los demás	Participa activamente en la lluvia de ideas aportando numerosas ideas y escuchando atentamente a las de sus compañeros
Colaboración en el grupo de trabajo	No colabora en el grupo de trabajo	Colabora poco en el grupo de trabajo y demuestra poco interés	Colabora poco, pero respeta las ideas de los demás	Colabora de forma adecuada y respeta las ideas de los demás	Colabora de forma eficaz y fomenta el diálogo y la comunicación entre todos los integrantes del grupo
Originalidad en la escena	La escena es muy simple y no demuestra imaginación	La escena es muy básica, pero muestra algo de originalidad	La escena es original, pero tiene muchos elementos comunes	La escena es interesante y original	La escena es innovadora y original, demostrando gran capacidad de imaginación
Expresión de las emociones	No expresa las emociones que se deben representar en la escena	Expresa de forma poco clara las emociones que se deben plantear	Expresa de forma limitada las emociones que se deben plasmar	Expresa de forma correcta las emociones que se deben plasmar, aunque en muchas ocasiones no se utiliza un lenguaje preciso	Expresa de forma correcta y clara las emociones y utiliza un lenguaje preciso y adecuado



Anexo XXIII

ÍTEMS	Conseguido	En proceso	No alcanzado
Se realiza una lluvia de ideas en la que todos los integrantes del grupo participan activamente			
Se realiza un plan de aula claro y preciso			
Se exponen estrategias para gestionar las emociones			
Los trabajos realizados son claros y originales			

Anexo XXIV

ÍTEMS	0%	25%	50%	75%	100%
Originalidad del cuento	El cuento no es original ni creativo	El cuento carece de originalidad y creatividad	El cuento es original, pero se utilizan cosas comunes a otros cuentos ya conocidos	El cuento es original y creativo	El cuento es muy original y creativo, con una trama muy interesante y bien desarrollada
Faltas de ortografía	Hay numerosas faltas de ortografías que afectan a la comprensión del texto	Hay varias faltas de ortografía que afectan a la comprensión del texto	Hay algunas faltas de ortografía que afectan a la comprensión del texto	Hay pocas faltas de ortografías	No hay ninguna falta de ortografía
Cohesión del texto	El texto no tiene cohesión y, por tanto, no se entiende	En el texto hay ideas desorganizadas y faltan algunas partes importantes	El texto está bien organizado, aunque hay algunas dificultades en la transición de las partes (introducción, desarrollo y desenlace)	El texto está bien organizado, pero se confunde un poco la introducción con el desarrollo	El texto está bien organizado, teniendo una introducción, un desarrollo y un desenlace claro
Escenografía de la representación	La escenografía es inadecuada, pues no está relacionada con el cuento	La escenografía es básica	La escenografía es adecuada, pero faltan detalles importantes	La escenografía es detallada y realista	La escenografía es muy detallada y realista y tiene mucha conexión con el cuento
Expresión oral	La expresión oral no fluida ni clara, por lo que el público no puede mantener la atención	La expresión oral es muy poco fluida haciendo que la atención se pierda durante muchas	En la expresión oral falta claridad y fluidez	La expresión oral es clara, pero se pierde en algunos momentos la atención	La expresión oral es clara y fluida haciendo que el público este atento

		partes de la representación			durante todo el cuento
--	--	--------------------------------	--	--	---------------------------

Mi hermano/a me ha cogido algo sin permiso.

Mi madre me ha castigado, pero creo que lo que he hecho no está mal.

A mi madre la han destinado a otra ciudad y nos tenemos que mudar.

Estoy haciendo los deberes y en casa no paran de chillar.

Mi padre está hablando por teléfono y no me hace caso cuando le llamo

En la hora de almorzar no puedo ver los dibujos animados porque mis padres quieren ver las noticias

1. ¿Creéis que la actividad es útil para saber gestionar situaciones que se dan día a día en casa?
 - a. Sí, muy útil
 - b. Sí, útil
 - c. No, muy poco útil

2. ¿Creéis que las situaciones que se han presentado se dan día a día en casa?
 - a. Sí
 - b. No

3. ¿Cómo calificaríais la actividad en términos de diversión?
 - a. Muy divertida
 - b. Divertida
 - c. Poco divertida
 - d. Nada divertida

4. ¿Os gustaría realizar más actividades como estas?
 - a. Sí
 - b. No

5. Algún comentario adicional:
