

UNIVERSIDAD DE SEVILLA



TRABAJO FIN DE GRADO

EDUCACIÓN INFANTIL

Curso 2018-2019

Propuesta de unidad didáctica sobre las emociones en educación infantil

Autora:

Raquel Buceta Martín

Tutor: Pedro Gallardo Vázquez

*Gracias a mi familia por su apoyo constante,
y a mi tutor por su tiempo y dedicación.*

Índice

1. Resumen	4
2. Abstract	4
3. Introducción	5
4. Objetivos generales	6
5. Objetivos específicos	6
6. Marco teórico	7
6.1. Concepto de emoción.....	7
6.2 Clasificación de las emociones	8
6.2.1. Emociones positivas.....	8
6.2.2. Emociones negativas.....	9
6.2.3. Emociones neutras	10
6.3 Funciones de las emociones.....	10
6.4 ¿Cómo enseñar las emociones a niños/as de infantil?	11
6.5 Desarrollo emocional infantil	13
6.5.1. El desarrollo emocional en niños y niñas de 5 a 6 años	13
6.6. Diferencia entre emoción y sentimiento	14
6.7. Necesidad de la educación emocional en infantil.....	15
6.8. El juego en educación infantil.....	16
6.8.1. Teorías sobre el juego infantil	16
6.8.2. El desarrollo de las emociones a través del juego	17
7. Propuesta de una unidad didáctica: “ven a jugar conmigo”	18
7.1. Contexto	18
7.2. Justificación.....	18
7.3. Objetivos didácticos	18
7.4. Competencias básicas	19
7.5. Temporalización.....	20
7.6. Contenidos.....	21

7.7. Metodología	21
7.8. Secuencias de actividades	22
7.9. Evaluación.....	31
8. Conclusiones	33
9. Bibliografía	34
9.1. Webgrafía.....	38

1. RESUMEN

Las emociones están presentes en la vida de las personas desde que nacen y juegan un papel relevante en la formación de la personalidad, el aprendizaje y el desarrollo integral. Por eso es tan importante trabajar las competencias emocionales en las diferentes etapas educativas y, especialmente, en infantil.

Este Trabajo de Fin de Grado (TFG), que versa sobre el desarrollo emocional en niños y niñas de 5 y 6 años de Educación Infantil, consta de dos partes. La primera de ellas consiste en la elaboración de un marco teórico en el que se tratan temas como el desarrollo emocional, la definición de emoción, la clasificación y las funciones de las emociones, la enseñanza de las emociones, la necesidad de la educación emocional y el juego, y la segunda consiste en realizar una unidad didáctica centrada en el desarrollo emocional a través del juego.

Palabras claves: educación emocional, alumnado de 3º del segundo ciclo de Educación Infantil, desarrollo emocional, unidad didáctica, juego.

2. ABSTRACT

Emotions are present in people's lives since they are born and play an important role in the formation of personality, learning and integral development. That is why it is so important to work emotional competences in the different stages of education and, especially, in children.

This end-of-grade project (TFG), which deals with emotional development in children of 5 and 6 years of early childhood education, consists of two parts. The first part of them consists of the elaboration of a theoretical framework that deals with topics such as emotional development, the definition of emotion, the classification and functions of emotions, the teaching of emotions, the need for education emotional and The game, and the second, is to make a didactic unit focused on emotional development through the game.

Keywords: emotional education, third-year students in the second cycle of early childhood education, emotional development, didactic unit, game.

3. INTRODUCCIÓN

Tras realizar las prácticas el año pasado en un colegio que trabajaban con propuestas didácticas totalmente innovadoras, pude observar que mediante el juego y los cuentos los niños y niñas se motivaban mucho más que con la utilización de otros recursos didácticos, y ver que los resultados académicos que obtenían eran muy buenos. Por ello, he decidido hacer una unidad didáctica basada en la educación emocional, centrada en el desarrollo emocional del juego, y dirigida al alumnado de 3º del segundo ciclo de Educación Infantil.

Bisquerra, Pérez y García (2015, p. 173) definen la educación emocional "*como un proceso educativo, continuo y permanente a lo largo de toda la vida, que se propone el desarrollo de competencias emocionales*".

Es importante trabajar la educación emocional desde edades tempranas para que los niños y niñas aprendan a gestionar sus emociones y a desarrollar su propio bienestar personal. También es importante señalar que la educación emocional debe contar con las madres y padres ya que juegan un papel esencial en el desarrollo de las competencias emocionales. La primera educación emocional la recibe el bebé de sus padres (Bisquerra, 2011, p. 14).

El desarrollo emocional es el proceso a través del cual los niños y niñas aprenden a conocer y diferenciar sus emociones, y a manejarlas para expresarlas adecuadamente. Este aprendizaje lo hacen al relacionarse con otras personas, de su misma edad o adultas, lo que les va a permitir construir su identidad, autoestima, y la confianza en sí mismos y en el mundo que los rodea (CEDEP y Edwards, 2015, p. 6).

Entre los cuatro y los seis años, los niños y niñas reconocen sus características físicas; confían en sus capacidades y se alegran de sus logros, reconocen y expresan sentimientos como alegría, tristeza, miedo, rabia, vergüenza; pueden controlar sus impulsos y expresar sentimientos sin dañar a los demás; muestran cariño a sus amigos o amigas a través de gestos o palabras; tienen en cuenta los sentimientos de otras personas, realizando acciones para ponerlas contentas; comparten materiales para realizar actividades con sus compañeros y compañeras; pueden obedecer las reglas de los padres y madres; tienen opinión y pueden elegir qué quieren hacer o jugar cuando le preguntan; tienen amigas o amigos y los invitan a jugar; respetan turnos y reglas en los

juegos; saludan, se despiden y usan el “por favor” y “gracias” (CEDEP y Edwards, 2015, p. 19).

Una unidad didáctica se puede definir como la interrelación de todos los elementos que intervienen el proceso de enseñanza y aprendizaje (objetivos, contenidos, metodología, actividades, evaluación etc.). Los elementos que integran una unidad didáctica son los siguientes (Contreras, 1998, pp. 85-88): el tema principal, los objetivos didácticos, los contenidos, los temas transversales, las actividades, las estrategias metodológicas, los recursos, consideración a las diferencias individuales y los criterios y momentos de evaluación.

La propuesta de unidad didáctica “Ven a jugar con las emociones”, tiene como principal objetivo trabajar el desarrollo emocional a través del juego en 6º de Educación Infantil.

4. OBJETIVOS GENERALES

Los objetivos generales de este Trabajo de Fin de Grado son:

- Objetivo 1. Elaborar un marco teórico sobre el desarrollo emocional en Educación Infantil.
- Objetivo 2. Elaborar una propuesta de unidad didáctica para trabajar el desarrollo emocional en niños de 5 a 6 años.

Estos objetivos generales se concretan a través de los objetivos específicos que se detallan a continuación.

5. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

a) Objetivos específicos relativos al objetivo general 1.

- Definir el concepto de emoción.
- Presentar una clasificación de las emociones.
- Exponer las funciones de las emociones.
- Exponer cómo enseñar las emociones al alumnado de infantil.

- Describir el desarrollo emocional en Educación Infantil.
- Diferenciar los conceptos de emoción y de sentimiento.
- Destacar la importancia de la educación emocional en Educación Infantil.
- Destacar la importancia del juego en Educación Infantil.
- Destacar la importancia del juego como recurso para el desarrollo emocional.

b) Objetivos específicos relativos al objetivo general 2.

- Especificar el título de la unidad didáctica.
- Justificar la unidad didáctica.
- Establecer los objetivos de la unidad didáctica.
- Describir las competencias básicas de la unidad didáctica.
- Realizar la temporalización de la unidad didáctica.
- Establecer los contenidos de la unidad didáctica.
- Detallar la metodología a aplicar en el desarrollo de la unidad didáctica.
- Exponer la secuenciación de las actividades de la unidad didáctica.
- Fijar criterios de evaluación de la unidad didáctica.

6. MARCO TEÓRICO

6.1. Concepto de emoción

Etimológicamente, el término emoción viene del latín *emotio*, que significa "movimiento o impulso", "aquello que te mueve hacia". La emoción nos aleja o acerca de personas, situaciones o circunstancias. Todas las emociones son impulsos a la acción que nos inclinan hacia un comportamiento determinado (Delgado, 2014, p. 28).

El Diccionario de la Real Academia Española (RAE) (2018), define el término emoción como "1. f. *Alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática.* 2. f. *Interés, generalmente expectante, con que se participa en algo que está ocurriendo.*"

Para Mora (2012, p. 14), la emoción es ese motor que todos llevamos dentro. Una energía codificada en ciertos circuitos neuronales localizados en zonas profundas de nuestro cerebro que nos mueve y nos empuja a vivir, a querer estar vivos en interacción constante con nosotros mismos y con el mundo.

Por otro lado, hay que destacar que desde el momento que nacemos las emociones están presentes en nuestro organismo. Por ello, hay que aprender a controlarlas.

Las emociones son las alteraciones súbitas, rápidas e intuitivas de nuestro estado de ánimo que experimentamos casi sin darnos cuenta; provocados por ideas, recuerdos o sucesos que desencadenan sentimientos y éstos nos hacen actuar de forma rápida y poco reflexiva. (Paredes y Ribera, 2006, p. 163)

Las emociones básicas, según Piqueras, Ramos, Martínez y Oblitas (2009, p.87), constituyen patrones personales “*de conducta expresiva, cada una asociada a un patrón específico de activación fisiológica, a una experiencia cognitiva-subjetiva y con un substrato neuroanatómico específico*”.

Hay que señalar que las emociones son importantes en nuestras vidas y poder gestionarlas adecuadamente es una habilidad fundamental para conseguir el bienestar.

6.2 Clasificación de las emociones

Los diferentes tipos de clasificaciones sobre las emociones pueden variar dependiendo de cada autor.

Cuando se da un listado de emociones a personas diversas para que las clasifiquen, la mayoría hacen dos categorías: negativas y positivas. En esto coinciden la mayoría de autores, que consideran que las emociones están en un eje que va del displacer al placer. Esto supone asignar una valencia a las emociones negativas y positivas. Por tanto, se puede diferenciar entre emociones negativas y positivas (Bisquerra, 2009, p. 73).

6.2.1. Emociones positivas

Las emociones positivas son emociones agradables, que se experimentan cuando se consiguen una meta; de tal forma que en ellas es menos probable que se necesite la revisión de planes y otras operaciones cognitivas, por este motivo se podría esperar que las emociones negativas sean más prolongadas en el tiempo que las positivas. Las emociones negativas tienen un claro valor en la adaptación al entorno y la supervivencia, mientras que en el caso de las positivas este no es al menos tan evidente.

Una de las principales ventajas del cultivo de las emociones positivas radica en que ejercen una gran influencia sobre el procesamiento intelectual, el razonamiento, la resolución de problemas y las habilidades sociales (Barragán y Morales, 2014, p. 112).

Estas emociones son vitales para nuestro bienestar. Si nunca experimentamos emociones positivas, nunca estaremos alegres, contentos o satisfechos, nunca nos divertiremos, y no tendremos bienestar psicológico.

Entre las emociones positivas se encuentran la alegría, el buen humor, el interés, la felicidad, el amor, la sorpresa, la satisfacción, etc.

6.2.2. Emociones negativas

Las emociones negativas son emociones desagradables, que se experimentan cuando se produce una amenaza, sucede una pérdida o se bloquea una meta; requieren la movilización de importantes recursos comportamentales y cognitivos, para la creación y elaboración de planes que resuelvan o alivien la situación.

Entre las emociones negativas se encuentran el enojo, el miedo, la ansiedad, la ira, la envidia, los celos, el asco, la vergüenza, la culpa, la tristeza, etc.

El miedo y la ansiedad son las emociones que han generado mayor cantidad de investigaciones y sobre las que se han desarrollado un arsenal de técnicas de intervención mayor desde todas las orientaciones teóricas psicológicas (Piqueras, Ramos, Martínez y Oblitas, 2009, p. 90).

En relación a la tristeza, hay que decir lo siguiente (Álvarez, 2013, pp. 1-2):

(a) es un afecto o sentimiento que surge directamente de una circunstancia dolorosa; (b) se sitúa en el polo contrario a la alegría; (c) como el resto de afectos o sentimientos, la tristeza es de fiar y revela una verdad del sujeto; (d) suele diferenciarse una tristeza reactiva, otra endógena y una tercera existencial.

La ira es un estado de malestar que puede ir desde una intensidad equivalente a la irritación suave, hasta la llamada cólera intensa. Se da en respuesta a un mal percibido que amenaza el bienestar de la propia persona o de los seres significativos o con los que la persona se identifica. No obstante, hay un gran acuerdo acerca de la variabilidad inter e intraindividual en el nivel de intensidad emocional y activación fisiológica que se experimenta al enfadarse (Piqueras, Ramos, Martínez y Oblitas, 2009, p. 98).

El asco está relacionado con trastornos del comportamiento, tales como la bulimia y la anorexia, pero puede ser el componente terapéutico principal de los tratamientos

basados en condicionamiento aversivo (Piqueras, Ramos, Martínez y Oblitas, 2009, pp. 92-95).

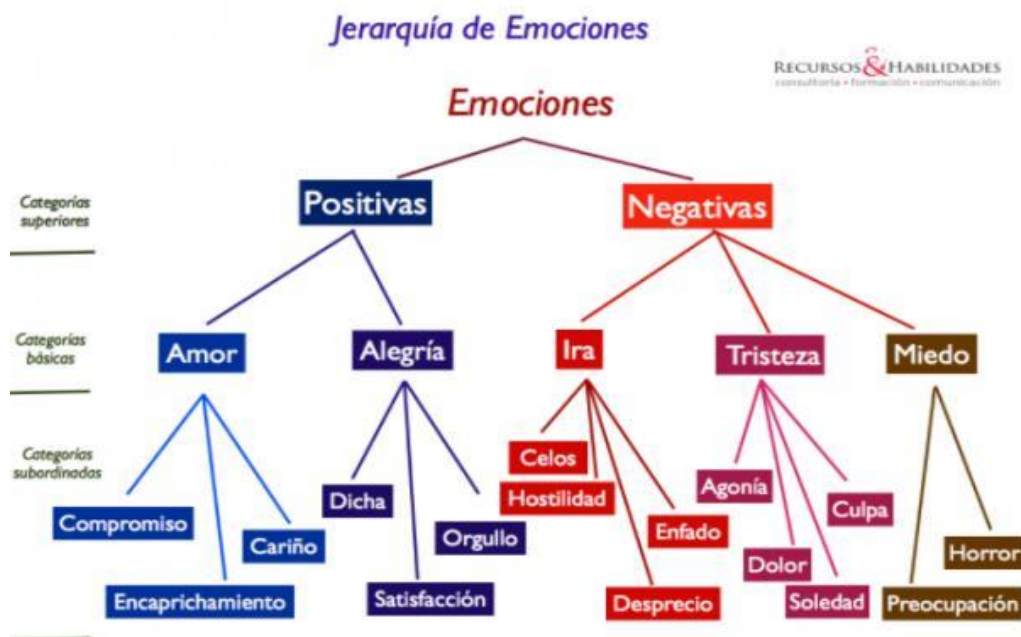
6.2.3. Emociones neutras

Las emociones neutras son aquellas que no son desagradables ni agradables, es decir, ni negativas ni positivas; pero que comparten características de ambas, así se asemejan a las negativas en la gran movilización de recursos que producen y a las positivas en su brevedad temporal.

Entre las emociones neutras se incluye, por ejemplo, la sorpresa.

A continuación, se presenta un esquema en el que se muestra una clasificación de los diferentes tipos de emociones y sus características distintivas.

Esquema 1. Clasificación de las emociones.



Fuente: Equipo editorial (8 febrero de 2018). Clasificación y Características de las Emociones. *Psicología-Online*. Recuperado de <https://www.psicologia-online.com/clasificacion-y-caracteristicas-de-las-emociones-1079.html>

6.3 Funciones de las emociones

Una forma de clasificar las emociones es haciendo referencia a sus funciones propias. A continuación, se describen brevemente las funciones adaptativa, social y motivacional de las emociones.

Según Piqueras, Ramos, Martínez y Oblitas (2009, pp. 88-89), las emociones cumplen las siguientes funciones:

Función adaptativa: consiste en preparar al organismo para ejecutar eficazmente la conducta exigida por las condiciones ambientales, movilizand o la energía necesaria para ello, así como dirigiendo la conducta hacia un objetivo determinado. Relacionada con esta función adaptativa se encuentra la evidencia de que bajo ciertas circunstancias la activación del sustrato fisiológico de cada emoción puede tener consecuencias sobre la salud de las personas y en general desempeñan un papel importante en el bienestar/malestar psicológico de las personas, que no deja de ser un indicador del grado de ajuste/adaptación de la persona.

Función social: las emociones cumplen funciones importantes en la comunicación social, tales como: a) facilitar la interacción social, b) controlar el comportamiento de los demás, c) permitir la comunicación de los estados afectivos y d) promover la conducta prosocial.

Por ejemplo, una emoción como la felicidad favorece las relaciones interpersonales y los vínculos sociales, mientras que la ira puede generar respuestas de evitación o de confrontación.

Función motivacional: la relación entre motivación y emoción es estrecha, ya que se trata de una experiencia presente en cualquier tipo de actividad que tiene las dos principales características del comportamiento motivado: dirección e intensidad. La emoción energiza el comportamiento motivado. Un comportamiento “cargado” emocionalmente se realiza de manera más vigorosa, de forma que la emoción posee la función adaptativa de facilitar la ejecución eficaz del comportamiento necesario en cada exigencia.

6.4 ¿Cómo enseñar las emociones a niños/as de infantil?

Las emociones son esenciales para el desarrollo social de los niños y las niñas. Poseen una función adaptativa sobre todo lo que nos rodea y son normalmente, pasajeras. En ocasiones a los niños y niñas les cuesta reconocer sus propias emociones, aunque conforme van creciendo van identificándolas, sobre todo las más básicas como son la alegría, la tristeza, el miedo, la ira, el asco o la sorpresa. Enseñar a los niños y las niñas a reconocer y gestionar emociones, les permite aumentar la percepción de control

sobre aquello que les ocurre, lo que es fundamental para un adecuado desarrollo de su autoconcepto y autoestima. El compartir las emociones con los demás es esencial para el desarrollo social de los niños y las niñas. Las personas con una adecuada tolerancia a la frustración mantienen unas relaciones sociales más satisfactorias.

Los pequeños y pequeñas aprenden, sobre todo, por observación, y si el aprendizaje se realiza con materiales que incluyen dibujos, colores y actividades, aprenden más rápido y mejor.

A continuación, se muestra una imagen que puede ser utilizada para enseñar palabras –en español e inglés- relacionadas con las emociones.

Imagen 1. Las emociones



Fuente: Hernández, D. (22 de mayo de 2017). Vocabulario de las emociones. *ProfeDeELE.es*. Recuperado de: <https://www.profedelee.es/actividad/vocabulario/emociones/>

Los docentes son los responsables de ofrecer una educación de calidad que permita a los niños y a las niñas lograr un aprendizaje adecuado y eficiente.

Es importante señalar que los niños y las niñas a través del juego se divierten, se relacionan y aprenden. En los primeros años de vida, pocas actividades tienen tanta

trascendencia como el juego. Especialmente es destacable el aspecto de la socialización del juego. A través del juego, los niños y las niñas desarrollan su cuerpo y los sentidos, encuentran un equilibrio afectivo y emocional, y mejoran el lenguaje, la memoria y el pensamiento (Comas, 2005, p. 5).

Por tanto, la manera más eficaz de enseñar las emociones es mediante el juego, porque *“además de proporcionar placer, alegría y satisfacción, permite al niño expresarse libremente, encauzar las energías de manera positiva y descargar tensiones”* (Comas, 2005, p. 80).

El juego dirigido a crear, construir, fomenta el desarrollo de las capacidades emocionales y cognitivas del niño/a ya que le permite expresar sus ideas y emociones (Comas, 2005, p. 50).

6.5 Desarrollo emocional infantil

6.5.1. El desarrollo emocional en niños y niñas de 5 a 6 años

El desarrollo emocional o afectivo hace referencia al proceso por el que el niño construye su identidad, su autoestima, su seguridad y confianza en sí mismo y en el mundo y en el mundo que lo rodea, a través de las interacciones que establece con su entorno. A través de este proceso el niño puede identificar las emociones, diferenciarlas, manejarlas, expresarlas y controlarlas. Es un proceso complejo que involucra tanto los aspectos inconscientes como los conscientes (Ibarrola, 2014, p. 1).

En las primeras etapas de escolarización, el desarrollo emocional juega un papel fundamental para la vida y constituye la base o condición necesaria para el progreso del niño en las distintas dimensiones de su desarrollo.

El profesorado contempla el terreno emocional como la base fundamental a partir de la cual pueden desarrollarse otras capacidades y de forma expresa señala la importancia en el desarrollo de la dimensión socio-emocional (Viloria, 2005, p. 4).

A nivel cognitivo, el desarrollo del niño está íntimamente relacionado con su crecimiento social y afectivo, así los progresos en el desarrollo psíquico se reflejan en tres dimensiones: la construcción de la personalidad, las relaciones con los iguales y las relaciones con los adultos (Pérez, 2016, pp. 3-4).

La construcción de la personalidad: los niños y niñas de 4-5 años piensan que puede convertirse alguien en una persona del sexo contrario solo con llevar atributos externos relacionados con el otro sexo: pendientes, vestirse.

Relaciones con los adultos: los niños y niñas pequeños admiran profundamente a sus madres y padres, personas que les protege y por tanto las más importantes en su vida, por lo que constituye una base sólida para que deseen imitarlos.

Relaciones con los iguales: la actitud del adulto influye mucho en el tipo de relaciones que establecen los niños y niñas entre sí. Las relaciones de apego con sus madres y padres favorecen el descentramiento social y cognitivo, la canalización y regulación de la agresividad y el reconocimiento de los deberes y derechos de los demás.

6.6. Diferencia entre emoción y sentimiento

Es necesario mencionar que tanto las emociones como los sentimientos se pueden experimentar desde diferentes niveles de intensidad y ambos pueden ser bastante intensos o todo lo contrario, dependiendo, de cómo se vivan y de las situaciones específicas por las que esté atravesando la persona. Pero, ¿cuál es la diferencia entre sentimiento y emoción?

Según Iglesias (2018, p. 26), las emociones con algo más instintivo y automático que llegan a generarse sin hacer consciencia de la situación, simplemente surgen y llegamos a experimentar de forma más intensa las reacciones que nos provocan en nuestro cuerpo. A diferencia de los sentimientos que dejan de ser instintivos y pasan por una especie de filtro mental en donde podemos pensar de forma más racional, por lo que valoramos y evaluamos la experiencia; las emociones tienen un período corto de duración, sin embargo los sentimientos pueden prolongarse en el tiempo; las emociones nos mueven y nos motivan a la acción y suelen ser más intensas que los sentimientos.

En opinión de Glover (03/08/2018), los conceptos de sentimiento y emoción se suelen confundir muy a menudo debido a que pareciera que tienen una gran similitud. Esta autora señala que es importante aprender el significado de ambos conceptos y saber diferenciarlos, ya que esto nos puede ayudar a conocernos y comprendernos mejor a nosotros mismos.

A modo de ilustración, se presenta una imagen que nos puede servir para diferenciar emoción de sentimiento de un modo fácil.

Emociones y sentimientos

Emociones



Sentimiento



Fuente: Iglesias, C. (2017-18). *Afectos, sentimientos y emociones*. Psicología y comunicación. Recuperado de: <https://www.unioviedo.es/psiquiatria/wp-content/uploads/2017/01/Sentimientos-emociones..pdf>

6.7. Necesidad de la educación emocional en infantil

La educación tradicional ha valorado más los aspectos cognitivos de los alumnos y alumnas que los emocionales. La educación actual considera a la persona en su totalidad; por tanto, debe tener en cuenta no solo los aspectos cognitivos, sino también los motivacionales, actitudinales y afectivos.

Educación significa contemplar el desarrollo integral de las personas, desarrollar capacidades tanto físicas, cognitivas, lingüísticas, “*morales, como afectivas y emocionales*. Así pues, *las emociones deben ser educadas y la escuela forma parte de ello*” (López, 2005, pág. 155)

Educación emocionalmente significa validar las emociones, ayudar a identificar y a nombrar las emociones que se están sintiendo, empatizar con los demás, enseñar formas aceptables de expresión y de relación con los demás, poner límites, quererse y aceptarse

a uno mismo, respetar a los demás y proponer estrategias para resolver problemas (López, 2005, p. 156).

6.8. El juego en educación infantil

6.8.1. Teorías sobre el juego infantil

A lo largo de la historia, el juego ha ido evolucionando y, actualmente, es esencial en la vida y el desarrollo de los niños y niñas, ya que fomenta su aprendizaje y su autoestima y favorece su desarrollo físico, cognitivo y emocional.

El Diccionario de la Real Academia Española (RAE) (2018), define el término juego como "*1. m. Acción y efecto de jugar por entretenimiento. 2. m. Ejercicio recreativo o de competición sometido a reglas, y en el cual se gana o se pierde. Juego de naipes, de ajedrez, de billar, de pelota.*"

Entre las teorías que han pretendido explicar la razón del juego se encuentran las siguientes (ver tabla 1):

Tabla 1. Teorías del juego.

TEORÍAS BIOLÓGICAS

Teoría del exceso de energía. Herbert Spencer, 1897.
Teoría de la terapia de restablecimiento. M. Lazarus, 1883.
El juego anticipación funcional. Karl Groos, 1902.
Teoría de la derivación por ficción. Claparède.

TEORÍAS PSICOLÓGICAS

Teoría del juego infantil. S. Freud. 1920.
El juego como asimilación de la realidad. Piaget, 1945.

ANTROPOLÓGICAS Y SOCIOCULTURALES

Teoría del juego protagonizado de Vygotski-Elkonin

TEORÍAS EVOLUTIVAS

La teoría de la recapitulación. Stanley Hall. 1906.
Teoría de la dinámica infantil. F.Buytendijk. 1933.
Teoría del juego y el espacio potencial. D. W. Winnicott 1982.
Teoría del juego como afirmación placentera. Chateau. 1981.

Fuente: Gutiérrez, M. (2004). La bondad del juego, pero... *Escuela Abierta*, 7, pp. 153-182, p. 159.

Las primeras teorizaciones sobre el juego la encontramos ya en el siglo XVIII (Scheuerl). De ahí la actual multiplicidad de las teorías, las más importantes de las cuales son las cuatro siguientes (Benesch, 2009, p. 399):

a) *Teorías del juego como ejercitación*: estas teorías postulan que el juego es un programa de comportamiento establecido en el curso de la evolución como disposición instintiva para preparar a la persona en las tareas de la vida.

La necesidad de actividad en el niño no está aún al servicio de los menesteres serios de la vida, y por eso utiliza su energía vital en el juego.

b) Otros autores (por ejemplo, Schiller) piensan que el fenómeno del juego es producto de una superabundancia de fuerzas; más tarde, algunas escuelas psicológicas lo sitúan en el contexto de la elaboración de situaciones perturbadoras.

El juego ha sido también como un círculo de tensión relajación (Heckhausen), proponiéndose para él diversos modelos de *homeostasis*.

c) Las recientes *teoría cognitivas* ven en juego, entre otras cosas, una *búsqueda de información*, una forma de autorrealización intelectual.

Esto explicaría también el comportamiento arriesgado en muchos juegos.

d) Muchas teorías subrayan el carácter *social* de los juegos en pareja y en equipo.

Uno de los motivos de estos juegos puede ser la competición y el deseo de destacar. Pero la simple participación puede ya desencadenar el deseo de jugar.

6.8.2. El desarrollo de las emociones a través del juego

El juego en el niño se produce utilizando los mecanismos cerebrales de la curiosidad que están conjuntados con la emoción, la recompensa y el placer. El juego es el proceso por el que el niño realiza casi todos los aprendizajes positivos posibles. Solo hay que observar la conducta de un niño ante un juguete: lo que está haciendo en su juego es obedecer a mecanismos de su cerebro que le llevan a experimentar y, con ello, a aprender del entorno que le rodea (Bisquerra et al., 2012, p. 19).

El niño/a en su desarrollo, es como una especie de esponja capaz de absorber todo estímulo e información de su entorno y transformarlo en física y química, en

rearborización y creación de nuevas ramas de las neuronas y la creación y nueva configuración de las sinapsis (Bisquerra et al., 2012, p. 20).

A través del juego, el niño aprende a conocer a las personas y gran parte de las cosas que forman el mundo, pero lo más importante es que a través de él, aprende a manejar sus impulsos y reacciones emocionales.

7. PROPUESTA DE UNA UNIDAD DIDÁCTICA: “VEN A JUGAR CONMIGO”

7.1. Contexto

El contexto de esta unidad será indeterminado, dependiendo de las necesidades del grupo – clase. En algunas ocasiones trabajaremos las actividades dentro de la clase, otras en el patio y otras en el gimnasio.

7.2. Justificación

Mediante esta unidad didáctica, quiero proponer una secuencia de actividades que facilitarán la formación de actitudes, la utilización de procedimientos y la integración de contenidos para un reconocimiento de las emociones.

El conocimiento de las emociones y la importancia del juego para los niños y niñas son muy importantes para gestionar sus emociones y a desarrollar su propio bienestar personal.

7.3. Objetivos didácticos

Clasificaremos los objetivos según las áreas:

- *Conocimiento de sí mismo y autonomía personal.*
 1. Cuidar de sí mismo.
 2. Empatizar con los demás compañeros/as.
 3. Tener una actitud positiva hacia la ejecución de las actividades.
 4. Afrontar nuestros propios conflictos.
 5. Expresarse a través de la música.

- *Conocimiento del entorno.*
 1. Desarrollar los hábitos y actitudes de convivencia.

2. Vivenciar valores emocionales de amistad.
 3. Reconocer como se sienten nuestros compañeros/as.
 4. Respetar los sentimientos de los compañeros/as.
- *Lenguajes: comunicación y representación.*
 1. Aprender el vocabulario básico sobre las emociones: su clasificación y sus funciones.
 2. Identificar las emociones positivas y negativas.
 3. Desarrollar el sentido musical.
 4. Fomentar el dialogo.
 5. Desarrollar la comunicación oral.
 6. Desarrollar habilidades de lectura.
 7. Fomentar la expresión artística.

7.4. Competencias básicas

Para la adquisición de las competencias se necesita las distintas áreas de educación infantil. En esta unidad didáctica vamos a trabajar concretamente con las siguientes (Federación de Enseñanza de CC.OO de Andalucía (2010, pp. 2-3).

1. *Competencia en comunicación lingüística:* está relacionada con el uso adecuado de las destrezas básicas del lenguaje como escuchar, leer, hablar, escribir...

2. *Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico:* con esta competencia lo que se lleva a cabo es que los niños y niñas interactúen con el mundo físico, de modo que les facilite como por ejemplo la comprensión de sucesos.

3. *Competencia para aprender a aprender:* supone una mejora en la capacidad de aprender de forma autónoma, ya que permite al alumnado aplicar nuevos conocimientos en diferentes contextos. El desarrollo de esta competencia permite a los alumnos y alumnas utilizar lo aprendido sobre las emociones y aplicarlo en distintas situaciones.

4. *Competencia social y ciudadana:* permite vivir en sociedad, comprender la realidad social del mundo en el que se vive y ejercer la ciudadanía democrática.

5. *Autonomía e iniciativa personal:* la finalidad de esta competencia es hacer que el alumnado adquiera y use la libertad para decidir por sí mismo. (Ayuso, 2009, pp. 35-36), se fundamenta en la relación e interacción del discente con su ambiente próximo,

sus iguales y las personas adultas para ir construyendo el conocimiento de sí mismo, y en su capacidad para actuar por iniciativa propia.

6. *Competencia matemática*: capacidad para clasificar, percibir atributos de objetos y materiales, establecer relaciones de semejanzas y diferencias, utilizar y relacionar los números y operaciones básicas, etc., en juegos y en situaciones de la vida cotidiana.

7. *Tratamiento de la información y competencia digital*: hace referencia al inicio del desarrollo de habilidades para buscar, obtener, procesar y comunicar la información para luego transformarla. El desarrollo de esta competencia por parte de los alumnos y alumnas exige trabajar en tres direcciones complementarias: la dimensión personal como usuario responsable y autónomo, la dimensión social como ciudadano digital y la dimensión del aprendizaje a lo largo de la vida.

8. *Competencia cultural y artística*: se basa en desarrollar todas las capacidades expresivas, valorando la propia creatividad del alumnado y desarrollando valores de esfuerzo personal y solidario.

9. *Competencia emocional*: es la capacidad para gestionar de forma adecuada los fenómenos emocionales y afectivos.

7.5. Temporalización

La unidad didáctica se llevaría a cabo durante dos semanas lectivas del mes de noviembre del curso académico 2019-2020. Las actividades que se incluirían en estas dos semanas serían las siguientes:

Primera semana:

- Actividad 1: ¿qué son las emociones? (lunes).
- Actividad 2: emoticantos (martes).
- Actividad 3: el monstruo de colores (miércoles).
- Actividad 4: nuestro monstruo de colores (jueves).
- Actividad 5: mímica de las emociones (viernes).

Segunda semana:

- Actividad 6: nos expresamos con música (lunes).
- Actividad 7: del Revés (martes).
- Actividad 8: creamos nuestras caretas (miércoles).
- Actividad 9: el diccionario de las emociones (jueves).
- Actividad 10: la fiesta de las emociones (viernes).

7.6. Contenidos

- *Conceptuales.*
 1. Concepto de emoción.
 2. Concepto de sentimiento.
 3. Concepto y características del juego.
 4. Distintos tipos de emociones (alegría, tristeza, ira...).
 5. Funciones de las emociones.
- *Procedimentales.*
 1. Utilización de la expresión oral para transmitirnos lo que saben sobre las emociones.
 2. Búsqueda de información sobre los tipos de emociones.
 3. Clasificación de las emociones: positivas y negativas.
- *Actitudinales.*
 1. Actitud positiva para la realización de actividades.
 2. Valores y respeto hacia los demás compañeros/as.
 3. Valoración sobre las emociones.

7.7. Metodología

La metodología se basará en las experiencias, las actividades y el juego, en un ambiente de confianza y de afecto que potencie la autoestima y la integración social en el aula.

El juego en la etapa de infantil tiene una gran importancia por su carácter motivador, creativo y placentero. Afecta al desarrollo físico, cognitivo, social afectivo y emocional del niño, es decir, promueve su desarrollo integral.

7.8. Secuencias de actividades

Para comenzar con la secuencia de actividades de esta unidad didáctica debemos hacer una pequeña aproximación hacia las emociones y los tipos que hay, ya que será la primera vez que trabajen más a fondo sobre estos contenidos.

Primera semana: lunes

Actividad 1: ¿Qué son las emociones?

Descripción de la actividad: en la asamblea de clase, el docente formulará distintas preguntas:

- ¿Sabéis que son las emociones?
- ¿Qué tipos de emociones conocéis?
- ¿Conocéis qué es la alegría?
- ¿Conocéis que es la tristeza?
- ¿Conocéis que es el enfado?
- ¿Qué son los sentimientos?

Con esta actividad se pretende que los alumnos y alumnas identifiquen e interioricen sus emociones, que aprendan a diferenciarlas, a ponerles nombres, y que conozcan las diferencias entre emoción y sentimiento. Para conseguir este objetivo podemos utilizar, entre otras, las siguientes imágenes sobre las emociones básicas.

Alegría



Tristeza



Enfado



Fuente: Pinterest (marzo, 2019). Alegría, tristeza y enfado. Recuperado de:
[https://www.pinterest.ca/pin/48385553709426382/;](https://www.pinterest.ca/pin/48385553709426382/)
[https://www.pinterest.ru/pin/551550285601837043/;](https://www.pinterest.ru/pin/551550285601837043/)
<https://www.pinterest.es/pin/355080751852642697/?lp=true>

Agrupamiento: grupo clase.

Material: imágenes emociones básicas.

Localización: aula.

Primera semana: martes.

Actividad 2: emoticantos

Descripción de la actividad: los alumnos y alumnas aprenderán y bailarán la siguiente canción sobre de las emociones.

Emoticantos

*‘Este es el baile, de las emociones
donde todo el mundo tiene que bailar.
Vamos muy arriba, esos corazones
nuestros sentimientos quieren despertar
Baila la tristeza, bajo la cabeza.
Bailas a mi lado, ya se me ha pasado.
Baila la alegría, salto todo el día.
Saltas tú con ella, toco una estrella.
Este es el baile, de las emociones
donde todo el mundo tiene que bailar.
Vamos muy arriba, esos corazones
nuestros sentimientos quieren despertar.
Baila el enfado, cuerpo alborotado.
Tras haber bailado, ya se ha relajado.*

Baila nuestro miedo, tiembla todo el cuerpo.

Y si nos unimos, miedo te vencimos.

Este es el baile, de las emociones

donde todo el mundo tiene que bailar.

Vamos muy arriba, esos corazones

Nuestros sentimientos quieren despertar.

Baila la sorpresa, mi postura apresada.

Con la boca abierta, atención despierta.

Baila el desagrado, corre espantado.

Tapo al boquita, y la naricita.

Este es el baile, de las emociones,

donde todo el mundo tiene que bailar.

Vamos muy arriba, esos corazones,

nuestros sentimientos quieren despertar.

Quieren despertar.

Quieren despertar.''

Fuente. Marina (2017, 30 de Abril). Los emoticantos. Recuperado de: <https://elclubdelpentagrama.wordpress.com/2017/04/30/cancion-el-baile-de-las-emociones/> (abril, 2017).

Agrupamiento: grupo clase.

Material: ordenador y altavoces.

Localización: aula.

Primera semana: miércoles.

Actividad 3: el monstruo de colores.

Descripción: esta actividad consistirá en contarle al alumnado el cuento del ‘‘Monstruo de colores’’.

A través de este cuento los niños y niñas pueden reconocer las emociones de los compañeros/as, además de respetarlas.

CUENTO. Monstruo de colores.

‘‘Este es el monstruo de colores, hoy se ha levantado raro, confuso, aturdido... No sabe muy bien qué le pasa.

¿Ya te has vuelto a liar?

No aprenderás nunca...

Menudo lio que te has hecho con las emociones. Así todas revueltas, no funcionan.

Tendrías que separarlas y colocarlas cada una en su bote. Si quieres, te ayudo a poner orden.

La alegría es contagiosa.

Brilla como el sol, parpadea como las estrellas.

Cuando estás alegre, ríes, saltas, bailas, juegas... y quieres compartir tu alegría con los demás.

La tristeza siempre está echando de menos algo.

Es suave como el mar, dulce como los días de lluvia.

Cuando estás triste, te escondes y quieres estar solo... y no te apetece hacer nada.

La rabia arde al rojo vivo y es feroz como el fuego que quema fuerte y es difícil de apagar.

Cuando estas enfadado sientes que se ha cometido una injusticia y quieres descargar la rabia en otros.

El miedo es cobarde, se esconde y huye como un ladrón en la oscuridad.

Cuando sientes miedo, te vuelves pequeño y poca cosa... y crees que no podrás hacer lo que se te pide.

La cama es tranquila como los árboles, ligera como una hoja al viento.

Cuando estás en calma, respiras poco a poco y profundamente.

Te sientes en paz.

Estas son tus emociones, cada una tiene un color diferente...

Y ordenadas funcionan mejor.

¿Ves que bien? Ya están en su sitio.

Amarillo – Alegría

Azul – Tristeza

Rojo – Rabia

Negro – Miedo

Verde – Calma

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

Fuente: Aula de Elena. (2015). El monstruo de colores. [Audio de grabación]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=S-PTa20NNrI>

Agrupamiento: grupo clase.

Material: cuento.

Localización: aula.

Primera semana: jueves.

Actividad 4: nuestro monstruo de colores.

Descripción de la actividad: una vez leído el cuento “Monstruo de colores” realizaremos nuestro propio monstruo. La maestra repartirá un dibujo del monstruo

junto con recortes de papel de celofán y los niños y niñas tendrán que pegar los papeles recortados.

Agrupamiento: individual.

Material: dibujo, pegamento y recortes de papel celofán.

Localización: aula.

Imagen 3. Monstruo de colores.



Fuente: Sanz, J. (s/f). El monstruo de colores [Imagen 4]. Recuperada de <http://kamishibai.educacion.navarra.es/download/castellano/El-monstruo-de-colores.pdf>

Primera semana: viernes.

Actividad 5: mímica de las emociones.

Descripción de la actividad: la maestra preparará varias tarjetas y en cada una de ellas se escribirá una emoción. Luego un niño/a coge una tarjeta y debe representar la emoción mímicamente. El resto de la clase debe adivinarla. Quien la adivine será el siguiente en salir y representar otra emoción.

Agrupamiento: individual, aunque también se puede hacer en grupos.

Material: tarjetas de las emociones.

Localización: aula.

Segunda semana: lunes.

Actividad 6: nos expresamos con música.

Descripción de la actividad: la maestra pondrá en el patio una gran pancarta blanca para que los niños/as una vez que escuchen los diferentes tipos de música pinten libremente las emociones que les provocan. Una vez finalizado la pancarta, se sentaran en círculo y hablarán sobre lo que han dibujado y cómo se han sentido.

Imagen 4. Pintando



Fuente: Club Peques Lectores (19 de junio de 2018). 30 actividades para trabajar las emociones con niños. Recuperado de: <http://www.clubpequeslectores.com/2015/06/trabajando-las-emociones-recursos-educativos.html>

Agrupamiento: individual.

Material: pancarta, pinceles y pinturas de colores.

Localización: patio.

Segunda semana: martes.

Actividad 7: del Revés.

Descripción: esta actividad es de relajación. La maestra pondrá a los alumnos y alumnas la película “Del Revés” (cinco emociones -alegría, miedo, tristeza, ira y asco- compiten para tomar el control de las acciones de una pequeña niña llamada Riley).

Imagen 5. Película “Del revés”.



Fuente: [Imagen 5] obtenida en <http://www.movistarplus.es/ficha/del-reves-inside-out?tipo=E&id=1213390> (marzo, 2019).

Agrupamiento: grupo clase.

Material: ordenador y altavoces, película “Del revés”.

Localización: aula.

Segunda semana: miércoles.

Actividad 8: creamos nuestras caretas.

Descripción de la actividad: la maestra comentará la película vista el día anterior (“Del Revés”) y, a continuación, repartirá caretas de las diferentes emociones para que los niños y niñas puedan colorearlas y decorarlas a su gusto, seguidamente recortarlas y, finalmente ponerles un elástico. Cada alumno/a elegirá la careta del personaje que más le gusta.

Estas caretas se utilizarán en la fiesta de disfraces (se celebrará el viernes de la segunda semana).

Imagen 6. Caretas “Del revés”.



Fuente: [Imagen 6] obtenida en <https://www.pinterest.es/pin/125115695876852619> (marzo, 2019).

Agrupamiento: individual.

Material: lápices de cera, caretas, elástico y tijeras.

Localización: aula.

Segunda semana: jueves.

Actividad 9: el diccionario de las emociones.

Descripción: esta actividad consiste en crear un diccionario de las emociones. Los niños y niñas tendrán que traer fotografías de personas o personajes animados expresando una emoción y los niños/as tienen que ir identificándolas y clasificándolas.

Para la realización de dicho diccionario se puede utilizar una cartulina, tamaño A1, o un cuaderno.

Imagen 7. Diccionario de las emociones.



Fuente: Judith (2018). Club peques lectores. Crecer leyendo, leer para crecer. Recuperado de: <http://www.clubpequeslectores.com/2015/06/trabajando-las-emociones-recursos-educativos.html>

Agrupamiento: individual.

Material: fotografías recortadas, pegamento y libreta o cartulina A1.

Localización: aula.

Segunda semana: viernes.

Actividad 10: la fiesta de las emociones.

Descripción: Para finalizar esta semana de actividades sobre las emociones, la maestra realizará una fiesta de disfraces.

Los niños y niñas tendrán que venir disfrazados junto con las caretas de los diferentes personajes de la película ‘‘Del Revés’’ que vieron el martes de esta semana.

Además de disfrazarse, bailarán la canción de los ‘‘Emoticantos’’ aprendida en la actividad 2.

Agrupamiento: grupo clase.

Material: disfraces, ordenador, altavoces, caretas.

Localización: gimnasio.

7.9. Evaluación

La evaluación será global, continua y formativa para ajustar la ayuda a las características individuales de las niñas y los niños en los momentos en que fuera preciso.

Al comienzo de la unidad didáctica, se realizará una evaluación inicial para recoger información sobre los conocimientos previos que poseen los alumnos sobre las emociones.

Durante la unidad didáctica, se realizará una evaluación continua y formativa. En cada una de las actividades (de la 1 a la 10) que realicen los alumnos/as, se observará el grado de comprensión de la actividad, el esfuerzo, el interés, las actitudes en su realización y cómo finalizan el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Al término de la unidad didáctica, se realizará una evaluación final, tanto del proceso de enseñanza como del de aprendizaje.

Los indicadores a tener en cuenta en la evaluación de los alumnos y alumnas serán los siguientes:

- Participa de forma activa en las diferentes actividades, aportando sus opiniones e ideas sobre las emociones.

- Identifica las distintas emociones y las clasifica (positivas y negativas).
- Conocer más sobre las emociones a través del juego.
- Diferencia entre emoción y sentimiento.

Para obtener un informe de cada niño/ sobre lo que han aprendido la maestra cumplimentará la siguiente ficha:

	INICIADO	EN DESARROLLO	CONSEGUIDO
Conoce qué es una emoción			
Reconoce la alegría, tristeza e ira			
Se ha aprendido la canción de las Emociones			
Nombra el vocabulario básico de la unidad			
Conoce que es un sentimiento			
Se expresa mediante la música			
Respeto a los compañeros/as			

Fuente: elaboración propia.

8. CONCLUSIONES

- Los niños/as desde muy pequeños necesitan tener una educación emocional.
- Tanto los padres como los maestros/as deben saber que es muy importante desarrollar la competencia emocional en educación infantil.
- La colaboración y participación de la familia es un pilar esencial en la educación de los alumnos y alumnas.
 - Es fundamental una coordinación familia-escuela para favorecer la educación emocional en los centros de educación infantil.
 - Entre los principios que rigen la metodología educativa en educación infantil destacan el juego, la creación de un clima de afecto, seguridad y confianza y de un ambiente agradable mediante la organización de los espacios, de los materiales y la distribución del tiempo.
 - Se debe trabajar más la educación emocional en educación infantil.

9. BIBLIOGRAFÍA

- Ayuso, J. A. (2009). La programación didáctica por competencias básicas. *Revista TAVIRA*, 25, 27-57.
- Barragán, A. R. y Morales, C. I. (2014). Beneficios de las emociones positivas. *Psicología de las emociones positivas: generalidades y beneficios. Enseñanza e Investigación en Psicología* [en línea], 19 (1), 103–118.
- Benesch, H. (2009). *Atlas de psicología II*. Madrid: Akal.
- Bisquerra, R. (Coord.) (2011). *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*. Bilbao: Desclée de Brower.
- Bisquerra, R. (Coord.); Punset, E.; Mora, F.; García, E.; López-Cassà, È.; Pérez-González, J. C.; Lantieri, L.; Nambiar, M.; Aguilera, P.; Segovia, N.; Planells, O. (2012). *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Barcelona: FAROS.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R.; Pérez, J. C. y García, E. (2015). *Inteligencia emocional en educación*. Madrid: Síntesis.
- CEDEP; Edwards, M. (Dir.) (2015). *El desarrollo de Niños y Niñas de 4 a 10 años. Tiempo de crecer. Guía para la familia*. Santiago de Chile: UNICEF.
- Club Peques Lectores (19 de junio de 2018). 30 actividades para trabajar las emociones con niños. Recuperado de: <http://www.clubpequeslectores.com/2015/06/trabajando-las-emociones-recursos-educativos.html>
- Comas, O. (Dir.). (2005). *Ser Padres Hoy. El juego*. Barcelona: Carroggio.
- Contreras, O. R. (1998). *Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista*. Zaragoza: Inde.
- Equipo editorial (8 de febrero 2018). Clasificación y Características de las Emociones. *Psicología-Online*. Recuperado de: <https://www.psicologia-online.com/clasificacion-y-caracteristicas-de-las-emociones-1079.html>
- Federación de Enseñanza de CC. OO. de Andalucía (2010). Competencias básicas en educación infantil. *Temas para la Educación*, 6, 1-7.
- Glover. M. (3 de agosto de 2018). Diferencia entre emoción y sentimiento en psicología. *Psicología-Online*. Recuperado de: <https://www.psicologia->

online.com/diferencia-entre-emocion-y-sentimiento-en-psicologia-3942.html#anchor_2

- Gutiérrez, M. (2004). La bondad del juego, pero... *Escuela Abierta*, 7, 153-182.
- Hernández, D. (22 de mayo de 2017). Vocabulario de las emociones. *ProfeDeELE.es*. Recuperado de: <https://www.profedelee.es/actividad/vocabulario/emociones/>
- Ibarrola, B. (2014). La educación emocional en la etapa de 0-3 años. Recuperado de: <https://www.fundacionmaresme.cat/wp-content/uploads/2014/07/21a-PON%C3%88NCIA-2.pdf>
- Iglesias, C. (2017-18). Afectos, sentimientos y emociones. Recuperado de: <https://www.unioviado.es/psiquiatria/wp-content/uploads/2017/01/Sentimientos-emociones..pdf>
- López, E. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19 (3), 153-168.
- Paredes, E. y Ribera, D. (2006). *Educación en valores*. Barcelona: Tibidabo.
- Pérez, A. (2016). III Foro de pediatría de atención primaria de Extremadura. Recuperado de: <https://www.spapex.es/3foro/pdf/desemocional.pdf>
- Piqueras, J. A.; Ramos, V.; Martínez, A. E. y Oblitas, L. A. (2009). Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física. *Concepto de emoción*, 16 (2), 85-112. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=134213131007>
- Piqueras, J., Ramos, V., Martínez, A., & Oblitas, L. (2009). Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física. *Suma Psicológica*, 16 (2), 85-112.
- Real Academia Española (2018). *Diccionario de la lengua española* (23ª ed.). Madrid: Espasa-Calpe.
- Sanz, J (s/f). El monstruo de colores. [Imagen 3]. Recuperada de <http://kamishibai.educacion.navarra.es/download/castellano/El-monstruo-de-colores.pdf>
- Viloria, C. (2005). La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela. *Tendencias pedagógicas*, 10, 107-124.

9.1. Webgrafía

<https://www.pinterest.ca/pin/483855553709426382/>

<https://elclubdelpentagrama.wordpress.com/2017/04/30/cancion-el-baile-de-las-emociones/>

<https://www.pinterest.es/pin/355080751852642697/?lp=true>

<http://www.movistarplus.es/ficha/del-reves-inside-out?tipo=E&id=1213390>

<https://www.pinterest.es/pin/125115695876852619>

<https://www.pinterest.ru/pin/551550285601837043/>

<https://www.youtube.com/watch?v=S-PTa20NNrI>