

# DESCUBRE Y PON EN PRÁCTICA TUS EMOCIONES

María García Serrano



UNIVERSIDAD DE GRANADA

Facultad de Ciencias de la Educación

Trabajo Final de Grado

Grado de Educación Primaria. Profundización en el Currículo Básico

Proyecto Educativo

2015/2016

## INDICE

<b>1. INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>1</b>
<b>2. ESTADO DE LA CUESTIÓN .....</b>	<b>2</b>
<b>3. MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>5</b>
<b>3.1. ¿Para qué sirven las emociones? .....</b>	<b>5</b>
<b>3.2. Desarrollo evolutivo de las emociones .....</b>	<b>6</b>
<b>3.3. Tipos de emociones.....</b>	<b>7</b>
<b>4. ENFOQUE DE OTROS AUTORES POR MEDIO DE INVESTIGACIONES.....</b>	<b>9</b>
<b>5. ANÁLISIS DE NECESIDADES Y PRIORIZACIÓN DE LAS MISMAS .....</b>	<b>12</b>
<b>6. OBJETIVOS.....</b>	<b>13</b>
<b>7. POBLACIÓN BENEFICIARIA .....</b>	<b>16</b>
<b>8. DISEÑO DE LA EVALUACIÓN .....</b>	<b>16</b>
<b>9. TEMPORALIZACIÓN .....</b>	<b>18</b>
<b>10. DISEÑO DE INTERVENCIÓN .....</b>	<b>19</b>
<b>11. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>19</b>
<b>12. ANEXOS .....</b>	<b>22</b>
ANEXO 1. ....	23
ANEXO 2. ....	24
ANEXO 3. ....	28
ANEXO 4. ....	30
ANEXO 5. ....	45
ANEXO 6. ....	47
ANEXO 7. ....	48
ANEXO 8. ....	49

## PROYECTO EDUCATIVO “DESCUBRE Y PON EN PRÁCTICA TUS EMOCIONES”

*Cualquiera puede enfadarse, eso es algo muy sencillo. Pero enfadarse con la persona adecuada, en el grado exacto, en el momento oportuno, con el propósito justo y del modo correcto, eso, ciertamente, no resulta tan sencillo.*

*Aristóteles, Ética a Nicómaco.*

### 1. INTRODUCCIÓN

El trabajo que se va a desarrollar trata sobre la importancia de la Inteligencia Emocional en el aula, concretamente al desarrollo de las emociones. Durante años, la Educación en la etapa de Primaria se ha basado únicamente en el terreno de la inteligencia cognitiva. Un terreno que dota de mucha importancia para el desarrollo del alumno, pero que, sin embargo, al centrarse únicamente en este concepto, se han excluido otros aspectos necesarios para su formación como persona civilizada, capaz de convivir en nuestra sociedad y afrontar situaciones difíciles. En los últimos años, nuestro sistema educativo ha sido llevado a la discusión sobre qué enseñar, de qué modo y con qué finalidad.

Cuando me propongo desarrollar el tema de Inteligencia Emocional, a partir de ahora IE, me encuentro con un término excesivamente amplio, reciente y con lagunas en su significado. Por ello, nos vamos a centrar en el término más completo, donde se recogen sus características y se puede orientar mejor al ámbito educativo. Así como, enfocar el proyecto al conocimiento de las emociones innatas de las que dota nuestro cuerpo, conocidas y desconocidas para muchos niños y lo que resulta más esotérico, el desconocimiento a la hora de reaccionar de la manera correcta según la situación en la que se encuentren. Esta es la causa principal por la que decidí embarcarme en este proyecto, quería saber dar solución a los que algunos desconocen. Solo se trata de conocernos mejor, de analizar nuestra conducta y de experimentar los cambios en nosotros mismos. Solo de esta forma aprenderemos a reaccionar de la mejor forma posible.

En principio, se irá explicando los diferentes conceptos sobre Inteligencia Emocional conocidos en los últimos años por diversos autores, se analizará los cambios que han ido surgiendo y se irá determinando de forma más exhaustiva el término que más se ajusta al terreno que vamos a trabajar, el aula. Una vez conocida toda la información sobre la Inteligencia Emocional, profundizaremos en una parte de ella, las emociones. Con la elaboración de este proyecto se pretende dar a conocer la importancia de las emociones en el día a día de los alumnos y en la satisfactoria carrera que llevarán si actúan desde el conocimiento pleno de sus aptitudes.

Como se puede apreciar en el Decreto 97/2015, de 3 de marzo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se debe garantizar al alumno alcanzar su máximo desarrollo personal, intelectual, social y emocional según cuales sean sus características y posibilidades.

Para conseguir un resultado óptimo en el trabajo diario de los niños, no solo es suficiente conocer la fundamentación teórica sobre la Inteligencia Emocional (IE), sino que es necesario llevarlo a la práctica, en las aulas, fuera de ellas, con los compañeros, con la familia, en cualquier entorno. De este modo estaremos seguro del completo desarrollo de ésta capacidad en nuestros alumnos. Es por ello que no solo se va a aportar información sobre qué es la IE, quién lo popularizó o la importancia de conocer las emociones primarias arraigadas en nuestro ser. También se va a aportar una serie de actividades para desarrollar todos estos conocimientos en las aulas trabajándolos por proyecto desde diferentes áreas con una misma finalidad: hacer de nuestros alumnos personas emocionalmente inteligentes.

## **2. ESTADO DE LA CUESTIÓN**

Cuando se habla de inteligencia, no solo se hace alusión a un conjunto de aptitudes que pueden ser medidos con un test como afirman algunos psicólogos y educadores (Guilford, 1967, Thurstone, 1960), sino que se trata de un término más genérico que engloba distintas capacidades cognitivas. Dichas capacidades pueden llegar a relacionarse incluso con la dimensión emocional, afectiva y social, a la que hoy en día también conocemos como “Inteligencia Emocional”. (González-Ramírez, 2007, Gardner, 1993, Goleman, 1998, Bisquerra, 2003, Marrodán, 2013).

El primer artículo científico que recoge las bases sobre Inteligencia Emocional es el publicado por los autores Salovey y Mayer (1990) con el título Emotional Intelligence. Pero este artículo pasó desapercibido y fue cinco años más tarde, cuando trascendió gracias al autor Daniel Goleman (1995).

Salovey y Mayer (1990) y Mayer, Dipaolo y Salovey (1990) definieron por primera vez el concepto de IE. En la primera definición afirmaron que la IE es “la capacidad de entender y controlar las emociones propias y ajenas, discriminar entre ellas y utilizar esta información para guiar el pensamiento y las acciones de uno” (p. 189). En la segunda demostraron empíricamente cómo la cognición y la emoción pueden vincularse para realizar complejos procesamientos de la información. Desde que Daniel Goleman (1995) popularizara el concepto de IE, ha evolucionado de forma indudable y actualmente no se considera el sistema emocional como un elemento perturbador de la inteligencia (Mestre & Fernández-Berrocal, 2007), sino como potenciadora de la misma. Según refleja el modelo de IE de Mayer y Salovey (1997) se considera que la IE se conceptualiza a través de cuatro habilidades básicas que se van a desarrollar a continuación.

1. La habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud. Con esta habilidad se reconoce e identifica tanto los sentimientos de uno mismo como los de aquellas personas que te rodean. Esta habilidad dota a la persona de la capacidad de segregar acertadamente la honestidad y la sinceridad de las emociones expresadas por los demás.
2. La habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento. Esta habilidad hace a la persona tener en cuenta los sentimientos a la hora de razonar o dar solución a los problemas. En definitiva, esta habilidad muestra que nuestras emociones operan positivamente sobre nuestro razonamiento y el procesamiento de la información.
3. La habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional. Esta habilidad capacita a la persona a extraer las señales emocionales, etiquetarlas y reconocer en qué categoría se clasifica los sentimientos. De modo que esta habilidad nos hace conocer cómo se relacionan los distintos estados emocionales dando lugar finalmente a las emociones secundarias.
4. La habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual. Esta habilidad se ha considerado la más compleja de la IE. La regulación

emocional consiste en regular emociones propias y ajenas, siendo capaces de moderar aquellas emociones negativas y acrecentar las positivas.

Hoy en día, la IE es considerada un tema de gran actualidad, convirtiéndose en objeto de interés y debate para muchos científicos, psicólogos y educadores. Esta novedad hace que algunos profesionales, psicólogos, blogueros (término muy conocido en la era en la que nos encontramos) traten la inteligencia emocional y se cuestionen si se trata de un tema actual o no. Es el caso de Jesús María Fernández Acebes (2006) quien afirma que la IE no es un tema revolucionario a día de hoy, sino que es el camino que nos hace descubrir todo lo que interiormente guardamos y que llama metafóricamente equipaje para vivir la vida plácidamente. Resulta ser la guía que nos muestra cómo relacionarnos de forma satisfactoria con uno mismo y, por consiguiente, con los demás. En definitiva, la IE es el camino que hace evolucionar a la persona y debemos observarla desde ese punto de vista. Según Antonio J. Alonso (2012) la moda de la Inteligencia Emocional pasará y finalmente quedará su verdadera esencia que no es otra que la de compartir honestamente protagonismo con su complementaria, la Inteligencia Racional, pues solo juntas podrán generarnos las claves de eso que todos perseguimos y se llama felicidad. Finalmente, la psicóloga catedrática Asun Marrodán (2012) afirma que no es una moda, sino que hoy día es indudable que el mundo emocional de las personas es lo que condiciona la respuesta que damos a cada uno de los acontecimientos de nuestra vida.

Personalmente no considero que se trate de una moda, sino que debemos aprovechar todas las nuevas investigaciones para conocer la importancia del término Inteligencia Emocional, así como su relación con el ámbito cognitivo. La responsabilidad del maestro, así como su labor en el aula no es únicamente transmitir conocimientos a los alumnos, sino que debe favorecer el perfeccionamiento de cada uno de los niños para lograr una inteligencia emocional y de este modo, fomentar la construcción de un mundo más inteligente y feliz. Para ello, es importante contar con el apoyo de padres, maestros, monitores, educadores y otros profesionales de la Educación. También se requiere pasar del convencimiento a la adquisición de destrezas para facilitar y potenciar el desarrollo de las emociones (López-Cassà, 2005).

Una vez conocido el trayecto de la Inteligencia Emocional, desde sus inicios, su transformación, hasta la actualidad, vamos a centrarnos en el tema principal del trabajo que se está desarrollando, las emociones.

Durante los últimos años, han sido muchos los investigadores y teóricos españoles los que se han esforzado, dedicándoles mucho tiempo, a generalizar qué es la emoción. Un gran ejemplo sería el profesor Francesc Palmero (2009), quien explica que la emoción se trata de un proceso básico, pues el cerebro se encarga de procesar la información emocional que captan nuestros sentidos; con características dinámicas y funciones adaptativas.

Los seres vivos estamos dotados genéticamente para dar señales ante un proceso afectivo esencial: aproximarnos a lo grato y evitar lo desagradable (Palmero y Mestre 2004). Las emociones están arraigadas en nosotros desde que nacemos, pues la emoción es un proceso adaptativo que forma parte de los procesos afectivos. Las emociones son procesos anteriores a la capacidad humana de ser conscientes. La consciencia apareció fruto de la evolución, y sobre nuestro cerebro emocional creció nuestro cerebro consciente y cognitivo (Pinker, 2000).

Según publican en su libro “La regulación de las emociones”, Mestre y Guil (2012) afirman que la emoción es una respuesta producida por un estímulo o una situación próxima y conocida. Puede tener connotaciones positivas: la alegría, la esperanza o negativas: la ira, la tristeza, el asco y el miedo. Estas respuestas poseen características explosivas, de alta intensidad y de muy breve duración. Se puede manifestar interna o externamente, por lo que es crucial ajustar el organismo a las exigencias del estímulo o situación que provoca la emoción.

Cuando se habla de emoción hay que tener especial cuidado en no confundirlos con otros términos como el afecto, el humor o el sentimiento. (Véase Tabla 1 en Anexo 1).

### **3. MARCO TEÓRICO**

#### **3.1.¿Para qué sirven las emociones?**

Las emociones componen nuestro principal sistema de evolución y adaptación al entorno. Además cumplen diferentes funciones a lo largo de nuestra vida. Estas son (Lizeretti, 2012):

- ✓ Función Adaptativa. Permite la detección, percepción y evaluación de estímulos ambientales y la preparación de sistemas de respuestas psicofísicos. Está ligada a

un sistema de respuesta con dimensión expresiva propia, que a su vez presenta dos importantes ventajas adaptativas: es rápida y es automática (Damasio, 2000). El sistema de respuesta es determinado para cada una de las emociones básicas.

- ✓ Función Intra-personal. Las emociones permiten regular los sistemas de respuesta subjetivos, fisiológicos y conductuales, hasta el punto de cambiar las jerarquías valorativas y conductuales.
- ✓ Función Extrapersonal. Las emociones comunican a los demás nuestros estados emocionales a través de la expresión facial, los gestos, la voz y las posturas, llegando a influir y controlar las conductas de los demás. Establecen y estructuran nuestra posición en relación a los demás, aproximándonos o alejándonos, provocándonos atracción o rechazo.
- ✓ Función Motivadora. Las emociones movilizan recursos de forma natural, y se acompañan de respuestas fisiológicas que aumentan la actividad. Se dan en un contexto social, provocadas por sucesos ambientales y provocando actividades relacionales. Esta función nos permite asignar valor afectivo a las cosas que nos rodean.
- ✓ Función Comunicativa. Las emociones no solo se encargan de facilitar información a otras personas a través de la expresión de nuestro estado emocional, sino que éstas también actúan como estímulo interno que alerta e impulsa a recabar información en situaciones ligadas a emociones específicas.
- ✓ Función Valorativa. Una emoción surge a raíz de la sensibilidad ante un estímulo, facilitándonos que lo valoremos como placentero o no. La sensibilidad emocional supone un proceso general de valoración y las emociones cumplen la función de señalamiento de lo relevante, ya que siempre están dirigidas hacia un fin.

### **3.2. Desarrollo evolutivo de las emociones**

Las emociones resultan de la persona con el entorno y establecen la vía principal para conocer a los demás. Si las emociones son básicas, primarias y de naturaleza social, necesitan experiencias sociales para su desarrollo, expresión y comprensión. En relación a esto, Abe e Izard (1999) elaboraron una teoría aludiendo al desarrollo evolutivo de las emociones, donde se observa la influencia existente entre el desarrollo socio-emocional y el cognitivo (véase Tabla 3). El sistema emocional es anterior al cognitivo y sirve como sistema motivacional primario a través de acontecimientos vitales. Las actividades

emocionales que tiene lugar en un ambiente social estimulan el funcionamiento socio-cognitivo y éstos, a su vez, ayudan al desarrollo emocional.

Tabla 3. Desarrollo emocional, adaptado de Abe e Izard (1999, p. 46-47)

<b>Nacimiento</b>	<b>Nacemos programados emocionalmente para subsistir.</b>
Antes de los 2 años	Aparecen las emociones básicas y su expresión juega un papel fundamental en la formación del vínculo de apego. Mientras el sistema cognitivo no adquiera un cierto nivel de desarrollo, el único idioma que entendemos es el de las emociones. Los bebés con tan solo un año, pueden llegar a reconocer si una expresión emocional adulta es relevante e incluso hacia qué objetivo está dirigido. El temperamento o estilo con el que el bebé da respuesta a estímulos ambientales, constituye el fundamento de la conducta emocional.
Entre 2 y 5 años	Se consolidan las emociones básicas y comienzan a manifestarse verbalmente. En esta fase, desarrollan una toma de perspectiva afectiva y como resultado a la aparición de la autoconciencia, se inician en la experimentación de emociones aprendidas como la vergüenza y la culpa.
A partir de los 6 años	Se fortalecen las emociones auto-evaluativas como resultado a la internalización y comprensión de las normas sociales y morales. El niño aprende a regular sus sentimientos, e incluso a fingir sus emociones, influenciado por las normas que regularizan la expresión emocional en su entorno social y familiar.
Adolescencia	Sucede una revolución emocional por la co-ocurrencia de emociones contrapuestas e intensas, fragilidad emocional y fuertes sentimientos. Puede resultar de la evaluación que los demás hacen de uno mismo y que advierten o provocan las transgresiones sociales y morales. Pueden ser miedo, tristeza, ansiedad, vergüenza, culpa, etc.

Abe e Izard (1999) nos muestra cómo las emociones básicas están presentes desde el nacimiento, aunque cabe decir, que el desarrollo de las emociones se produce gracias a un proceso de maduración y aprendizaje que puede estar influido por factores educativos, sociales y morales, que interfieren en su dinámica procesual, afectando tanto a su experiencia como a su expresión.

### **3.3. Tipos de emociones**

Los niños aprenden a reconocer y expresar sus emociones. Existen emociones universales que provienen de posibles formas de enfrentarse al mundo. Se estructuran de forma diferente según en la etapa de la vida que se encuentre, según la cultura y según el

momento histórico. Por ello, ya desde una edad temprana se aprende aquellas expresiones emocionales que son toleradas, premiadas, prohibidas o ignoradas en el contexto social y familiar. A esto se le conoce como cultura emocional. Puede ocurrir que como consecuencia de estas influencias sociales o de un mal aprendizaje emocional, “el proceso energético que abre la emoción quede privado de salidas coherentes con la dinámica psicofísica” (Gimeno-Bayón, 2002, p.113) dando lugar a alteraciones emocionales. Teniendo en cuenta estas observaciones y a pesar de darse diversas clasificaciones, contemplaremos las que según Lizeretti (2012) son las más acertadas.

Las emociones, según su naturaleza, pueden ser emociones básicas o emociones complejas, y según su funcionalidad pueden ser emociones auténticas, emociones parásitas o emociones prohibidas. A continuación, se va a redactar brevemente a qué se refiere cada una de ellas (Lizeretti, 2012):

Según su naturaleza...

Las emociones básicas son innatas, universales y poseen un importante fundamento biológico. Están asociadas a expresiones faciales, así como a localizaciones cerebrales. Se perciben como agradables o desagradables, son adaptativas, nos activan para la acción, forman parte de la comunicación y actúan como motivos de conducta. Son naturales, pues su experiencia no está medida por la cultura, a pesar de que su expresión sí pueda estarlo. Las emociones básicas son la alegría, el miedo, la tristeza, la rabia y el asco.

Las emociones complejas son secundarias, pues resultan de la evolución social y cultural de las emociones básicas, es decir, en su origen constituyen emociones básicas pero se han combinado con factores socio-culturales, o se han combinado con más de una emoción básica. Estas emociones están orientadas a un fin, cumplen una función reguladora social, provocan conductas prosociales, ejecutan funciones de anticipación y prevención y marcan la jerarquía entre grupos. Las emociones complejas son la vergüenza, la culpa, los celos, la envidia, la preocupación, el aburrimiento, el odio, el placer, la curiosidad, el deseo, la adoración, el orgullo, entre otras.

Según su funcionalidad...

Las emociones auténticas yacen de la funcionalidad de la experiencia emocional de la persona. Estas son miedo, rabia, tristeza y alegría, aunque a diferencia de las emociones básicas, en este apartado se excluye la emoción de asco.

Las emociones prohibidas surgen cuando se da un aprendizaje distorsionado de la vivencia emocional, donde se eliminan automáticamente y sistemáticamente alguna de las emociones. En este caso el sujeto no puede o no se permite expresar una emoción, porque en su día a día ha aprendido que no le es funcional, que es culturalmente inapropiada o que es contraproducente.

Las emociones parásitas surgen cuando la energía emocional puede desviarse hacia otra emoción, cuya expresión no coincide con la situación presente. Estas emociones contaminan la expresión y conducen al sujeto a un estado de confusión emocional. Esto surge cuando un niño aprende que es más útil y ventajoso expresar miedo que rabia. Un ejemplo sería cuando ante la enfermedad de un ser querido, en lugar de expresar la tristeza con llanto, se expresa la rabia, usando la violencia como respuesta ante el médico o cualquier persona que crea responsable.

Para concluir, debo decir, que para que la vivencia emocional sea realmente positiva, debemos tratar de que la reacción, la experiencia y la expresión emocional sean coherentes, es decir, que la vivencia emocional sea auténtica.

#### **4. ENFOQUE DE OTROS AUTORES POR MEDIO DE INVESTIGACIONES**

Los estudios llevados a cabo por Merchán, Bermejo y González (2014) a través de la implementación de un programa donde permite el desarrollo de la competencia emocional en alumnos de primer curso de Educación Primaria han sido fructíferos. Se ha confirmado la hipótesis de que existen relaciones significativas entre la inteligencia emocional y la aceptación social, coincidiendo con autores como Zavala, Valadez y Vargas (2008) y Fernández-Berrocal y Extremera (2004). Se ha mostrado entre los alumnos participantes una mejora significativa de sus relaciones sociales, donde se han visto mejoradas la participación, el respeto entre iguales y la convivencia diaria del grupo-clase.

La investigación llevada a cabo por Ambrona, López y Márquez (2012) se interesa por contrastar la eficacia de un método de aprendizaje cooperativo, inmerso en un contexto educativo y en el ámbito de la educación emocional. Para ello, se diseñó un programa denominado Elaboración del programa Educación Emocional Cooperativo (EDEMCO) donde se aborda la educación emocional y que está dirigido a niños de edades comprendidas entre los 6 y 8 años. A través de los resultados obtenidos se demuestra la

eficacia del programa EDEMCO en lo que se refiere a desarrollar la competencia emocional en niños, especialmente de 1.º de primaria. Los niños a los que se les aplicaron el programa mejoraron significativamente en todas las variables que se medían, el reconocimiento emocional, la comprensión emocional simple y la comprensión mixta.

Celdrán, J., y Ferrándiz, C. (2012) con su programa educativo para reconocer emociones, dan a conocer a través de su investigación que aquellos alumnos que disponen de menos técnicas y experiencias para reconocer emociones, son los que más se benefician de las instrucciones aportadas para el reconocimiento de las mismas. Esto puede ocurrir debido a un efecto de compensación.

A través de la investigación llevada a cabo por Ferragut, M., y Fierro, A. (2012) se da a conocer que existen analogías significativas entre el bienestar y la inteligencia emocional, del mismo modo que entre rendimiento académico y bienestar. En cambio, no ocurre la misma similitud entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico. En conclusión, se afirma la importancia de trabajar el bienestar y la inteligencia emocional para un exitoso rendimiento académico.

Lantieri (2010) propone un programa denominado “SEL: aprendizaje social y emocional” que puede resultar llamativo y útil en el campo de la educación emocional. En este programa se muestra el reconocimiento creciente de que el desarrollo social y emocional tiene importante influencia positiva sobre los logros de los niños, no solo en aquellos logros meramente escolares sino también vitales. Este programa presenta dos propuestas para fomentar habilidades relacionadas con las emociones, tales como la autoconciencia, la autogestión, la conciencia social, las habilidades de relación y toma de decisiones responsables.

En la primera propuesta se trata la posibilidad de que los niños se impliquen de forma activa en su propio aprendizaje, al mismo tiempo que practican, refuerzan y reflexionan sobre sus propias competencias. Hacer que a través del aprendizaje significativo, el proceso de enseñanza-aprendizaje sea más eficaz y activo.

En la segunda propuesta se trata la posibilidad de crear un entorno de trabajo adecuado para el alumno, donde pueda realizar un aprendizaje respetuoso, seguro y bien gestionado. Se trataría de trabajar en un ambiente donde se apoyen y ayuden entre los propios participantes.

Estudios como el de Casey (1999, citado en Del Barrio, 2005) donde se trabaja la percepción y el conocimiento que los niños tienen de sus propias emociones, se demuestra que como preveía, los niños de entre 7 y 12 años pueden reconocer sus emociones procedentes de las consecuencias producidas socialmente. Si las emociones sociales son aprobadas, las consecuencias serán positivas; si las emociones sociales son inadecuadas, las consecuencias serán negativas. El estudio concluye con la afirmación de que los niños tienen la capacidad de reflexionar ante sus propias emociones, así como compararlas con su aceptación social, conociendo y controlando la forma de manifestarlas ante los demás.

Existen investigaciones científicas que coinciden en afirmar que las emociones positivas influyen en ciertas características que suponen una vía fácil y de gran utilidad para que las personas afronten de la mejor forma posible la vida cotidiana y superen las adversidades que se presentan a lo largo de ella. Estas características son el desarrollo y enriquecimiento de las competencias personales, que a su vez, potencian la salud y la resiliencia psicológica. (Fredrickson, 2000; Vera Poseck, 2004).

Investigaciones basadas en el plano cognitivo afirman que las emociones positivas influyen positivamente en los procesos intelectuales, donde se aprecia un mejoramiento en el razonamiento, en el procesamiento de la información y en la resolución de problemas. Además, proporciona la capacidad de agilizar la atención, la retención de la información y el recuerdo, proporcionando flexibilidad cognitiva y un aprendizaje más rápido y significativo (Ashby, Isen y Turken, 1999; Fredrickson, 2005; Fredrickson y Joiner, 2002; Nadeau, 2001; Phillips, Bull, Adams y Fraser, 2002; Tamblyn, 2003).

Filella, Ribes, Agulló y Soldevila (2002) apuntan que la educación emocional debería ser considerada como un proceso educativo continuo y permanente. Afirman que en este proceso se procura que tanto el desarrollo emocional como el desarrollo cognitivo, ambos imprescindibles para el desarrollo de la personalidad integral, se trabajen de forma gradual, siendo el desarrollo emocional elemento necesario del cognitivo.

Los estudios proporcionados por Greenberg y Kusché (1996, 1998, citados en Kusché y Greenberg, 2003) demostraron una gran mejora en diversas capacidades del niño. El estudio se llevó a cabo con la intervención de un programa llamado Promoción de estrategias de pensamiento alternativo, conocido como Paths y su versión abreviada. Se

empleó durante un año y los resultados han sido publicados por otros autores. (Castro Santander, 2005; Salmurri, 2004) (Véase Tabla 3).

Tabla 3. Beneficios de la educación emocional

<b>AUMENTA/MEJORA</b>	<b>REDUCE/PREVIENE</b>
<b>El reconocimiento y la comprensión de emociones</b>	Síntomas internalizados de tristeza y ansiedad
<b>La comprensión de problemas sociales</b>	Iniciación en el consumo de sustancias tóxicas
<b>El desarrollo de una eficaz capacidad de solución alternativa de problemas</b>	Síntomas externalizados de agresividad y conducta destructiva
<b>El autocontrol y la capacidad de tolerar la frustración</b>	Hiperactividad
<b>La flexibilidad cognitiva</b>	Aislamiento
<b>La atmósfera en clase</b>	Quejas disciplinarias
<b>La resolución pacífica de conflictos</b>	Impulsividad
<b>El rendimiento académico</b>	Deserción escolar, suspensos y expulsiones

## 5. ANÁLISIS DE NECESIDADES Y PRIORIZACIÓN DE LAS MISMAS

El análisis DAFO es una potente herramienta que se lleva a cabo para analizar la realidad y la toma de decisiones. Su nombre deriva de las siglas de cada una de las ideas que componen el análisis: Debilidades, Amenazas, Fortalezas y Oportunidades. Esta herramienta determina la viabilidad de un proyecto educativo, teniendo en cuenta diversos factores internos y externos que pueden afectar en la realización, así como en la implementación del mismo. (Véase Tabla 4).

Tabla 4. Análisis DAFO del proyecto “Descubre y pon en práctica tus emociones”

<b>Debilidades</b>	<b>Factor interno</b>	Falta de recursos para la ejecución de las actividades Falta de experiencia y formación del profesorado Escasa motivación Carencia de aptitudes Necesidad de una preparación específica Falta de claridad, idoneidad, sentido de los contenidos, objetivos, criterios de evaluación Desconocimiento de la metodología
--------------------	-----------------------	---

<b>Amenazas</b>	Factor externo	<p>Imposiciones burocráticas y curriculares de la asignatura.</p> <p>Poca importancia de la labor del docente.</p> <p>Desconocimiento de las pretensiones del área.</p> <p>Ausencia en la participación por parte de la familia.</p> <p>Condicionantes sociales como el mal uso de las nuevas tecnologías, la televisión, los amigos pueden afectar al desarrollo del proyecto.</p>
<b>Fortalezas</b>	Factor interno	<p>Temática atractiva y motivante para el alumno.</p> <p>Expresión con libertad y conocimiento tanto del alumno como de las personas que les rodea a través de la experiencia.</p> <p>Adquisición de valores.</p> <p>Conocimiento y gestión de los estados de ánimos.</p> <p>Conocimiento por parte del docente de las inquietudes, pensamientos, emociones y características de sus alumnos.</p> <p>Tratamiento y ayuda en los posibles problemas que se puedan presentar en el alumno.</p> <p>Los discentes pasan una clase agradable y enriquecedora, que les permite conocer posibles problemas que se pueden encontrar a lo largo de su vida a la vez que aprenden las técnicas para combatirlos.</p>
<b>Oportunidades</b>	Factor externo	<p>Cursos formativos, formación continua y experiencias.</p> <p>Foros de trabajos.</p> <p>Investigaciones derivadas de resultados obtenidos.</p> <p>Perfeccionamiento del área a través de la motivación y el empeño del profesorado, así como en las universidades.</p> <p>Desarrollo tecnológico para llevar el proyecto a diferentes destinos e innovando en cuanto a su ejecución en el aula.</p> <p>Experiencia de otros centros u organizaciones.</p>

## 6. OBJETIVOS

Teniendo en cuenta el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria, el proyecto que se trabaja desarrollará en los niños los siguientes objetivos:

- a) Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.
- b) Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo,

sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.

- e) Conocer y utilizar de manera apropiada la lengua castellana y, si la hubiere, la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma y desarrollar hábitos de lectura.
- m) Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.

En relación a los objetivos del Decreto 97/2015, de 3 de marzo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, este proyecto permitirá, además, alcanzar los siguientes objetivos generales de etapa:

- a) Desarrollar la confianza de las personas en sí mismas, el sentido crítico, la iniciativa personal, el espíritu emprendedor y la capacidad para aprender, planificar, evaluar riesgos, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- b) Participar de forma solidaria, activa y responsable, en el desarrollo y mejora de su entorno social y natural.

Los objetivos vinculados a las áreas de Ciencias Sociales, Lengua y Artística expuestos en la Orden de 17 de marzo de 2015, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Primaria en Andalucía, que se desarrollarán mediante la ejecución de las actividades serán:

O.CS.1. Desarrollar hábitos que favorezcan o potencien el uso de estrategias para el trabajo individual y de grupo de forma cooperativa, en contextos próximos, presentando una actitud responsable, de esfuerzo y constancia, de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en la construcción del conocimiento y espíritu emprendedor, con la finalidad de planificar y gestionar proyectos relacionados con la vida cotidiana.

O.LCL.1. Utilizar el lenguaje como una herramienta eficaz de expresión, comunicación e interacción facilitando la representación, interpretación y comprensión de la realidad, la construcción y comunicación del conocimiento y la organización y autorregulación del pensamiento, las emociones y la conducta.

O.LCL.2. Comprender y expresarse oralmente de forma adecuada en diversas situaciones socio-comunicativas, participando activamente, respetando las normas de intercambio comunicativo.

O.LCL.3. Escuchar, hablar y dialogar en situaciones de comunicación propuestas en el aula, argumentando sus producciones, manifestando una actitud receptiva y respetando los planteamientos ajenos.

O.EA.1. Conocer y utilizar las posibilidades de los medios audiovisuales y las tecnologías de la información y la comunicación y utilizarlos como recursos para la observación, la búsqueda de información y la elaboración de producciones propias, ya sea de forma autónoma o en combinación con otros medios y materiales.

O.EA.5. Mantener una actitud de búsqueda personal y colectiva, integrando la percepción, la imaginación, la sensibilidad, la indagación y la reflexión de realizar o disfrutar de diferentes producciones artísticas.

Para concluir, considerando la normativa legal, se han propuesto los siguientes objetivos:

OBJETIVOS GENERALES	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Fomentar valores educativos para hacer de los alumnos personas emocionalmente inteligentes</b></li> <li>- <b>Expresar de manera sencilla y coherente sus conocimientos, ideas, hechos y vivencias</b></li> <li>- <b>Distinguir emociones</b></li> <li>- <b>Distinguir las emociones básicas de cualquier otra</b></li> <li>- <b>Ampliar los conocimientos sobre el tema de las emociones.</b></li> <li>- <b>Desarrollar la capacidad de percibir y comprender las emociones y los sentimientos de las demás personas</b></li> <li>- <b>Desarrollar la habilidad para regular las propias emociones</b></li> <li>- <b>Mejorar las relaciones tanto interpersonales como</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exponer con claridad sus vivencias, opiniones y deseos</li> <li>- Utilizar vocabulario emocional</li> <li>- Adquirir conciencia de las distintas emociones</li> <li>- Reconocer el significado de las emociones</li> <li>- Poner en práctica las emociones</li> <li>- Representar emociones de forma gráfica</li> <li>- Estimular el desarrollo de la autoestima a través del conocimiento personal</li> <li>- Identificar características personales</li> <li>- Expresar verbalmente características propias</li> <li>- Construir mentalmente el funcionamiento interno de las emociones</li> <li>- Desarrollar la capacidad de observación</li> <li>- Representar a través de la plástica rostros de figuras que representan una emoción</li> </ul>

<p><b>intrapersonales de los alumnos a través de la inteligencia emocional</b></p> <p><b>- Adoptar una actitud positiva ante la vida</b></p> <p><b>-Desarrollar la capacidad para prevenir y controlar el estrés, la ansiedad y los nervios</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Estimular el desarrollo creativo</li> <li>-Identificar emociones provocadas por diferentes actitudes</li> <li>-Exponer de forma concreta las emociones en sus resúmenes</li> <li>-Controlar las características del lenguaje oral</li> <li>-Apreciar la necesidad de escuchar y ser escuchados</li> <li>-Expresar verbalmente características de personajes ficticios</li> <li>-Valorar la importancia del trabajo</li> <li>-Identificar las características psíquicas</li> <li>-Ser conscientes de que todos somos diferentes</li> </ul>
---	---

## 7. POBLACIÓN BENEFICIARIA

El proyecto que se está desarrollando no está planificado para un centro en concreto, sino que cualquier centro donde se imparta Educación Primaria, puede beneficiarse de éste. Teniendo en cuenta este planteamiento, no sería posible hacer un análisis exhaustivo de un centro en concreto. En cambio, se puede proporcionar una serie de características que sería aconsejable que poseyeran aquellos centros donde se va a desarrollar, pues algunas actividades se verían afectadas en su desarrollo en el caso contrario.

- Las clases deben estar organizadas en grupos de cinco o seis componentes
- Disponer de patios amplios
- Sala de psicomotricidad
- Pizarra digital o proyector
- Materiales diversos para la ejecución de ciertas actividades
- Importancia de la colaboración familiar

## 8. DISEÑO DE LA EVALUACIÓN

La evaluación del proyecto será global, pues se evaluará el proyecto en su conjunto, así como el desarrollo personal del alumno y el proceso de enseñanza. Se trata también de una evaluación formativa, ya que lo que se pretende es regular, orientar y corregir el

proceso educativo proporcionando información que permitirá mejorar tanto los procesos como los resultados de la intervención educativa.

A lo largo del desarrollo de actividades que complementan este proyecto se le hará al alumno tres evaluaciones diferentes; una evaluación inicial que se llevará a cabo al inicio del proceso y que consiste en la recogida de información sobre los conocimientos previos del alumno en relación al tema que vamos a desarrollar. También se le hará una evaluación procesual que se llevará a cabo durante el proceso y que consiste en la valoración a partir de la recogida continua y sistemática de información a lo largo de un periodo previamente fijado. Esta evaluación nos permite tomar decisiones que mejoran el proceso según los datos que se vayan encontrando. Finalmente, se hará una evaluación final que se llevará a cabo al finalizar el proceso y que consiste en la recogida de datos para su posterior valoración. En ella se podrá detectar si el alumno ha adquirido los conocimientos y habilidades que se pretendía y, si a su vez, se han logrado los objetivos propuestos.

El profesor será quien evalúe el trabajo de los alumnos a partir de la observación, rúbricas, recogidas de datos y revisión semanal del portafolio. Sin embargo, de manera gradual, los alumnos también serán partícipes de su propia evolución (autoevaluación) siendo capaces de mostrar qué les ha aportado, qué dificultades han encontrado, grado de interés y el esfuerzo.

Para evaluar el trabajo diario de los alumnos se utilizarán diferentes recursos.

- La observación directa por parte del profesor. De este modo se puede observar los procesos por los que el alumno construye su aprendizaje
- Entrevista formal estructurada. Para obtener información sobre las opiniones, actitudes, problemas o motivaciones tanto del alumno como de sus familias.
- Portafolio. El profesor podrá controlar si se han ido realizando todos los trabajos de clase.
- Rúbricas. Se evalúa el grado de adquisición de un objetivo así como si ha superado o no un criterio. Esta herramienta permite al alumnado conocer qué se espera de él en cada actividad. (Véase Anexo 2).

- Cuestionarios de evaluación. Puede ser usado para evaluar tanto por el profesor como por el alumno. Te permite conocer una valoración numérica, así como aportar las dificultades que se hayan podido presentar. (Véase Anexo 3).

## 9. TEMPORALIZACIÓN

El proyecto “descubre y pon en práctica tus emociones” tendrá una duración de diez semanas aproximadamente. Se llevará a cabo en el primer trimestre del curso escolar 2016/2017. Su ejecución está programada para desarrollarse en el segundo ciclo de la Educación Primaria, concretamente en 3.º de Primaria. En cuanto al día y el horario, las actividades se desarrollarán cada viernes del mes en las dos clases posterior al recreo, de 45 minutos cada una. La elección ha sido estratégica, pues teniendo en cuenta que se trata de actividades dinámicas, se ha considerado que al final del día, los niños suelen estar más cansados. De este modo, conseguiremos que los niños mantengan la energía y participen de forma activa en el desarrollo de las actividades.

### Cronograma

Día	Mes	Actividad
<b>Viernes 7</b>	Octubre	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Ficha conocimientos previos (15 minutos)</li> <li>✓ The box of emotions (75 minutos)</li> </ul>
<b>Viernes 14</b>	Octubre	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Pasapalabra emocional (45 minutos)</li> <li>✓ Crucigrama “bonita palabra” (45 minutos)</li> </ul>
<b>Viernes 21</b>	Octubre	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Figurando emociones (90 minutos)</li> </ul>
<b>Viernes 28</b>	Octubre	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Me conozco, ¿me reconoces? (90 minutos)</li> </ul>
<b>Viernes 4</b>	Noviembre	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Tarde de cine I (90 minutos)</li> </ul>
<b>Viernes 11</b>	Noviembre	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Tarde de cine II (90 minutos)</li> </ul>
<b>Viernes 18</b>	Noviembre	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Periodistas por un día (45 minutos)</li> <li>✓ Macetas florecidas (45 minutos)</li> </ul>
<b>Libre</b>	Libre	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Leo, luego siento I (en casa)</li> </ul>
<b>Viernes 25</b>	Noviembre	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Leo, luego siento II (45 minutos)</li> <li>✓ Autores de cuento I (45 minutos)</li> </ul>
<b>Viernes 1</b>	Diciembre	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Autores de cuentos II (75 minutos)</li> <li>✓ Ficha conocimientos previos-final (15 minutos)</li> </ul>

## 10. DISEÑO DE INTERVENCIÓN

Véase Anexo 4.

## 11. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alonso, A. J. (2012). *La moda de la inteligencia emocional*. Disponible en: <http://www.asescoaching.org/2012/12/11/moda-inteligencia-emocional/> [13/03/2016]
- Ashby, G. F., Isen, A. M. & Turken, U. (1999). *A neuropsychological theory of positive affect and its influence on cognition*. *Psychological Review*, 106 (3), pp. 529-550. University of California. Santa Barbara.
- Bisquerra, R. (2003). Educación Emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21 (1), pp. 7-43.
- Castro Santander, A. (2005). *Analfabetismo emocional*. Buenos Aires: Bonum.
- Celdrán, J., y Ferrándiz, C. (2012). Reconocimiento de emociones en niños de educación primaria: eficacia de un programa educativo para reconocer emociones. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 10 (3), 1321-1342
- Decreto 97/2015, de 3 de marzo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía. BOJA n.º 50.
- Del Barrio, Mª V. (2005). *Emociones infantiles. Evolución, evaluación y prevención*. Madrid: Pirámides.
- Fernández Acebes, J. M. (2006, octubre 4). *La inteligencia emocional no es una moda*. Disponible en: <http://www.gestiopolis.com/la-inteligencia-emocional-no-es-una-moda/> [13/03/2016]
- Fernández-Berrocal, P., y Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19 (3), pp. 63-93.
- Ferragut, M., y Fierro, A. (2012). Inteligencia emocional, bienestar personal y rendimiento académico en preadolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 14 (3), pp. 95-104.
- Filella, G., Ribes, R., Agulló, M. J. & Soldevila, A. (2002). *Formación del profesorado: asesoramiento sobre educación emocional en centros escolares de infantil y primaria*. *Educación*, 30: 159-167.
- Fredrickson, B. & Joiner, T. (2002). *Positive emotion trigger upward spirals toward emotional well-being*. *Psychological Science*, 13 (2), pp. 172-175.
- Fredrickson, B. L. (2000). *Cultivating positive emotions to optimize health and well-being*. *Prevention & Treatment*, 3. Disponible en: <http://www.unc.edu/peplab/publications/cultivating.pdf>. [19/02/2016]

- Fredrickson, B. L. (2005). *Positive emotions*. En: C. R. Zinder & S. J. López (Eds.). *Handbook of Positive Psychology* (pp. 121-134). New York: Oxford University Press.
- Gardner, H. (1993). *Frames of Mind: The Theory of multiple intelligences*. New York: Basic Books.
- Gimeno-Bayón, A. (2002). *Comprendiendo como somos*. Dimensiones de la personalidad (5ª ed.). Bilbao: Desclée De Brouwer.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D. (1998). *La práctica de la Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D., (1996), *Inteligencia Emocional, Best-Seller Mundial*, Barcelona: Kairós
- Guilford, J. P. (1967). *The Nature of Human Intelligence*. New York: McGraw-Hill.
- Jefatura del Estado (2013). *Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, de Educación*. Madrid: BOE n. ° 295.
- Kusché, C. A. & Greenberg, M. T. (2003). *Paths en la clase: promoción de la enseñanza emocional y alivio de la angustia*. En: J. Cohen (Ed.). *La inteligencia emocional en el aula*. Proyectos, estrategias e idea. Buenos Aires: Troquel
- Lantieri, L. (2010) *Las emociones van a la escuela. National Geographic, Monográfico. Cerebro y emociones*. Disponible en:  
[http://www.lindalantieri.org/documents/NationalGeographicarticleElthroughSEL\\_Spanish.pdf](http://www.lindalantieri.org/documents/NationalGeographicarticleElthroughSEL_Spanish.pdf) [6-04-2016]
- Lizeretti, N. (2012). *Terapia basada en inteligencia emocional. Manual de tratamiento*. Lleida: Milenio.
- López-Cassà, E. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19 (3), pp. 153-167.
- Marrodán, A. (2012). *Inteligencia Emocional. Psicología, Educación, Salud y Vida*. Disponible en: <http://asunmarrodan.wordpress.com/inteligencia-emocional/> [13/03/2016]
- Mayer, J. D. & Caruso D. R. (2000). Traditional Intelligence Meets Traditional *Standarts for an Intelligence*. *Intelligence* 27 (4), pp. 267-298.
- Mayer, J. D., DiPaolo, M. T. & Salovey, P. (1990). Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli: A component of emotional intelligence. *Journal of personality Assessment*, 54 (3&4), pp. 772-781.
- Merchán, I. M., Bermejo, M. L. y González, J. D. (2014). Eficacia de un programa de educación emocional en educación primaria. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y educación*, 1 (1), pp. 91-99.
- Mestre, J. M. & Fernández-Berrocal, P. (2007). *Manual de la inteligencia emocional*. Madrid: Pirámide.

- Mestre, J. M. & Guil, R. (2012). La regulación de las emociones. *Una vía a la adaptación personal y social*. Madrid: Pirámide.
- Nadeau, M. (2012). *Juegos de relajación para niños de 5 a 12 años*. Barcelona: Sirio.
- Orden de 17 de marzo de 2015, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Primaria en Andalucía
- Phillips L. H., Bull, R., Adams, E. & Fraser, L. (2002). Positive mood and executive function: Evidence from Stroop and fluency tasks. *Emotion*, 2, (1): pp. 12-22.
- Ministerio de Educación, Cultura y Deporte (2014). *Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria*. Madrid: BOE n. ° 52.
- Salmurri, F. (2004). *Libertad emocional. Estrategias para educar las emociones*. Buenos Aires: Paidós.
- Salovey, P. & Mayer, J. D. (1990). *Emotional Intelligence. Imagination, Cognition y Personality*, 9, pp. 185-211.
- Tamblyn, D. (2003). *Laugh and learn*. Nueva York: Amacom.
- Thurstone, L.L. (1960). *The Nature of Intelligence*. Cambridge: Harvard University Press.
- Roger Weissberg, R, Durlak, J., Domitrovich, C. y Gullotta, T. (2011). *Why Social and Emotional Learning Is Essential for Students*. Disponible en: <http://www.edutopia.org/blog/why-sel-essential-for-students-weissberg-durlak-domitrovich-gullotta> [19/03/2016]

# **ANEXOS**

## **ANEXO 1.**

**Tabla 1. Aspectos diferenciales de los conceptos relacionados con el afecto.**  
***DIFERENCIACIÓN CONCEPTUAL DE AFECTO, HUMOR, EMOCIÓN Y SENTIMIENTO (PALMERO Y FERNÁNDEZ-ABASCAL, 1998)***

		<b>INTENSIDAD</b>	<b>DURACIÓN</b>	<b>COGNICIÓN</b>
<b>AFECTO</b>	Tiene un uso más general que incluiría al resto. Son las reacciones afectivas de bajo nivel, tanto si son positivas como negativas, se producen directamente como respuesta a un estímulo, e implican experiencias fisiológicas y fenomenológicas con posibles funciones informacionales (Leventhal, 1980)	VARIABLE (Reacciones afectivas de bajo nivel)	SIEMPRE Nace con nosotros	AGRADABLE/ DESAGRADABLE Preferencias
<b>HUMOR</b>	El humor puede ser considerado como un estado afectivo de baja intensidad y de bastante duración, que no posee un antecedente concreto e inmediato y, por tanto, de bajo contenido cognitivo.	BAJA	LARGA Semanas	BAJO CONTENIDO
<b>EMOCIÓN</b>	Las emociones son eventos más intensos, más breves y generalmente se encuentran asociados a eventos concretos e inmediatos, por lo que sí tienen un considerable contenido cognitivo.	ALTA	BAJA	MEDIA
<b>SENTIMIENTO</b>	Es la experiencia subjetiva de la emoción, se refiere a la evaluación, momento a momento, que un sujeto realiza cada vez que se enfrenta a un evento.	VARIABLE	LARGA	ALTO (Alta experiencia valorada)

## ANEXO 2.

<b>RÚBRICA SOBRE CONOCIMIENTO DE LAS EMOCIONES</b>				
Aspectos a evaluar	Registro de cumplimiento			Observación
	Siempre	A veces	Nunca	
Distingue emociones que aparecen en imágenes (alegre, sorprendido, triste, enfadado, orgulloso, asustado).				
Distingue entre diferentes emociones que experimento en diversas situaciones.				
Sabe mostrar emociones variadas a través de dibujos, collage, juego de rol, etc.)				
Conoce formas de gestionar emociones desagradables (tristeza, enfado, decepción, etc.)				
Comparte sus sentimientos en diferentes contextos (hablando, escribiendo, haciendo un dibujo).				
Es consciente de que mi conducta afecta a los demás.				

### RÚBRICA SOBRE LA LECTURA

Aspectos a evaluar	Registro de cumplimiento			Observación
	Siempre	A veces	Nunca	
Reconoce qué emociones sienten los personajes de los cuentos.				
Recuerda momentos en los que me he sentido igual que los personajes de los cuentos				
Responde exactamente a lo que se cuestiona y dan una idea clara y precisa del tema que se aborda.				
Escribe de manera clara, coherente y comprensible, utilizando las palabras correctas y precisas.				
Las ideas están perfectamente bien estructuradas y acordes con las ideas más importantes.				
El alumno identifica en el texto leído las ideas fundamentales.				
El alumno proporciona su opinión acerca del tema desarrollado.				
Presenta un texto sin faltas de ortografía, claras y fluidas.				
La extensión es la adecuada.				

### RÚBRICA SOBRE UNA EXPOSICIÓN

Aspectos a evaluar	Registro de cumplimiento			Observación
	Siempre	A veces	Nunca	
Se muestra seguro, habla sin titubeos y mirando al público.				
Pronuncia correctamente todas las palabras y se le entiende perfectamente				
Habla suficientemente alto, de forma clara y con la entonación correcta.				
Atrae la atención de las personas y mantiene el interés durante la exposición.				

### RÚBRICA SOBRE EL TRABAJO EN EQUIPO E INDIVIDUAL

Aspectos a evaluar	Registro de cumplimiento			Observación
	Siempre	A veces	Nunca	
La asignación de actividades, individuales y por equipos se realiza de forma eficaz y eficiente.				
La integración es buena.				
El tiempo empleado en la realización del trabajo ha sido el correcto.				
La habilidad para transmitir el conocimiento entre ellos y los demás es eficiente.				
Detectan los fallos en el equipo y los corrigen, así como las fortalezas y las mantienen.				

### ANEXO 3.

CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Grado de placer										
Grado de participación										
Clima del grupo										
Comunicación y escucha										
Grado de obtención de los objetivos										

**ELEMENTOS POSITIVOS, DIFICULTADES Y FORMAS DE MEJORA**

**DESCRIPCIÓN SUBJETIVA DE LA SESIÓN**

2º y 3º  
Curso

## Autoevaluación ¿Cómo lo he hecho?



Color verde. Muy bien



Naranja. Regular



Rojo. Mal

1. Atiendo a las explicaciones		5. Traigo los deberes hechos		9. Me levanto solo cuando es necesario	
2. Trabajo cuando me dejan tiempo para hacerlo		6. Mis cuadernos están bien presentados		10. Hago caso a la maestra o al maestro	
3. Cuido el material		7. Hablo bajito		11. Estoy aprendiendo	
4. Respeto a mis compañeros y compañeras		8. Levanto la mano cuando quiero hablar		12. Me gusta venir al colegio	

#### **ANEXO 4.**

<b>“Ficha conocimientos previos”</b>	
<b>Justificación</b>	La ficha se les dará a los alumnos el primer día de clase. La intención fundamental será descubrir los conocimientos previos que el alumno tiene sobre el tema a trabajar. Finalmente, el último día de clase se les volverá a dar la ficha para ver su evolución y en qué aspectos han cambiado.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Exponer con claridad sus vivencias, opiniones y deseos.</li></ul>
<b>Duración</b>	15 minutos
<b>Materiales</b>	Ficha, lápiz
<b>Desarrollo- Metodología</b>	<p>El primer día de clase, los alumnos rellenarán una ficha de evaluación inicial con diversas preguntas respecto a su actuación ante sucesos que se pueden dar en la vida cotidiana del alumno. Deberán leerla y contestar a la pregunta sin medir sus respuestas, es decir, con la mayor sinceridad posible. (Véase Anexo 5)</p> <p>Esta misma ficha se les dará una vez finalizada la temporalización programada del proyecto. Deberán responder de nuevo a las preguntas planteadas, de nuevo con sinceridad y teniendo en cuenta lo aprendido en los meses de trabajo.</p>
<b>Criterios de evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Expresa de manera sencilla y coherente conocimientos, ideas, hechos y vivencias</li><li>▪ Expone con claridad sus vivencias, opiniones y deseos</li></ul>
<b>Grupal- Individual</b>	Individual

<b>“The box of emotions”</b>	
<b>Justificación</b>	La actividad está enfocada a que los alumnos conozcan nuevos términos en relación con las emociones y enseñarles que hay que aceptar las diferencias individuales.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizar vocabulario emocional</li> <li>• Adquirir conciencia de las distintas emociones</li> </ul>
<b>Duración</b>	1.º viernes de octubre. Dos sesiones de 45 minutos cada una, restando los 15 minutos de la prueba inicial.
<b>Materiales</b>	Pizarra, tizas, pañuelo, caja de las emociones y fichas con el nombre de cada emoción.
<b>Desarrollo- Metodología</b>	<p>Previamente se prepara cinco fichas en las que se escribe las emociones básicas que son: alegría, miedo, tristeza, rabia y asco. Después las introducimos en la caja denominada “The box of emotions”.</p> <p>Los alumnos se sentarán en círculo y el maestro les pedirá que piensen situaciones donde hayan experimentado alguna de ellas. Tras unos minutos de reflexión, se elegirán cinco voluntarios. Cada uno de ellos sacará una ficha de la caja de las emociones y deberá explicar o representar al resto del grupo una situación en la que hayan vivido la emoción que le ha tocado.</p> <p>Conforme van terminando la representación, el profesor les preguntará:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ ¿Habéis pensado una situación similar para esta misma emoción?</li> <li>✓ ¿La representación os ha provocado la misma emoción que al actor? (se anotan las respuestas en la pizarra)</li> </ul> <p>Al finalizar la actuación de los cinco voluntarios, se llevará a cabo una reflexión grupal. Se planteará estas cuestiones para dirigir el debate y facilitar la participación del grupo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ ¿Todos sentimos la misma emoción en situaciones similares?</li> <li>✓ ¿Esta emoción se puede vivir en situaciones diferentes?</li> <li>✓ ¿Has aprendido algo nuevo sobre las emociones?</li> </ul> <p>Con las respuestas obtenidas, se trabajará el hecho de que se pueden tener emociones diferentes en situaciones similares.</p>
<b>Criterios de evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utiliza vocabulario emocional</li> <li>• Adquiere conciencia de las distintas emociones</li> </ul>
<b>Grupal- Individual</b>	Individual.

<b>“Pasapalabra emocional”</b>	
<b>Justificación</b>	Con esta actividad pretendo que los alumnos diferencien de otras emociones más complejas, las emociones básicas, aquellas que son innatas en nosotros y que experimentarán infinitas veces a lo largo de sus vidas.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Distinguir las emociones básicas de cualquier otra</li> <li>• Reconocer el significado de las emociones</li> </ul>
<b>Duración</b>	2.º viernes de octubre. Una sesión de 45 minutos
<b>Materiales</b>	Rosco con el abecedario, papel, lápiz, hoja de preguntas y hoja de respuestas.
<b>Desarrollo/Metodología</b>	<p>Se distribuyen en grupos de cinco alumnos. A cada grupo se les proporcionará un roscó con el abecedario, una hoja de preguntas que leerá uno de los componentes del grupo y una hoja de respuestas.</p> <p>La actividad consiste en reconocer las emociones básicas de otras, bien sean complejas, auténticas, parásitas o complejas. (Estos términos se denominarán complejas, por la dificultad que supone en el ciclo al que está destinado el proyecto).</p> <p>Los alumnos deberán responder cada una de las cuestiones con una única palabra, siguiendo la pista, que bien puede ser, <i>comienza por la letra...</i>, o <i>contiene la letra...</i></p> <p>Una vez hayan concluido el roscó, deberán buscar información (si es necesario) para distinguir las cinco emociones básicas estudiadas el viernes anterior.</p>
<b>Criterios de evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Distingue las emociones básicas de cualquier otra</li> <li>• Reconoce el significado de las emociones</li> </ul>
<b>Grupal-Individual</b>	Grupal

<b>“Crucigrama: Bonita palabra”</b>	
<b>Justificación</b>	Con esta actividad se pretende consolidar los términos antes de pasar a las actividades prácticas.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocer el significado de las emociones básicas.</li> <li>• Poner en práctica las emociones</li> </ul>
<b>Duración</b>	2.º viernes de octubre. Una sesión de 45 minutos.
<b>Materiales</b>	Crucigrama, hoja dónde se describe las emociones, hoja de respuesta, lápiz y goma.
<b>Desarrollo/ Metodología</b>	<p>Se distribuyen en grupos de cinco personas. Esta actividad es complementaria a la anterior y con ella cerraremos la clase, de forma divertida y con los conocimientos consolidados.</p> <p>Cada grupo dispone de un crucigrama, donde leyendo el significado, deberán adivinar a qué emoción se refiere y colocarlo en su lugar correspondiente.</p> <p>Una vez finalizado el crucigrama, descubriremos la palabra clave “BESOS”. Aquellos alumnos que acaben deberán representarlo, dándose besos los unos a los otros, para finalmente cerrar la clase valorando qué emociones han sentido tras recibir tantos besos.</p> <p><b>13.</b> ¿Qué emociones habéis sentido?</p> <p><b>14.</b> Reflexiona, ¿ante qué situaciones podrías dar un beso? Usa en la explicación alguna de las emociones vistas en la actividad.</p> <p>Ejemplo:</p> <p><i>Un niño va a dormir, es de noche y mañana hay colegio. Está cansado, pero no se puede dormir, tiene “miedo”, pues piensa que hay un monstruo en el armario. Su mamá lo tranquiliza, le da un <u>beso</u> y le abre las puertas del armario para comprobar que no hay nada que pueda perturbar sus sueños.</i></p> <p><i>-Buenas noches hijo.</i></p>
<b>Criterios de evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoce el significado de las emociones básicas.</li> <li>• Pone en práctica las emociones</li> </ul>
<b>Grupal- Individual</b>	Grupal

<b>“Figurando emociones”</b>	
<b>Justificación</b>	Con esta actividad se trata de que los alumnos reflexionen de forma individual. Es importante aprender a observar y reflexionar en silencio. De este modo, podrán descubrir sentimientos internos y comunicarse sin necesidad de utilizar la palabra.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Representar emociones en forma gráfica</li> <li>• Adquirir conciencia de las distintas emociones</li> </ul>
<b>Duración</b>	3.º viernes de octubre. Dos sesiones de 45 minutos.
<b>Materiales</b>	Una cartulina por grupo, lápices de colores, revistas, pegamento, tijeras, folios.
<b>Desarrollo/ Metodología</b>	<p>Se distribuye el grupo en tres o cuatro niños. Cada grupo tendrá lápices de colores, tijeras, revistas, pegamento y una cartulina que deberán cortar en seis partes iguales. En cada cartulina escribirán de título las siguientes emociones: ira, alegría, miedo, vergüenza, sorpresa y tristeza.</p> <p>Para llevar a cabo la actividad, se plantea una serie de instrucciones que se les irá dando de una en una, es decir, una vez que acabe una, se les proporcionará la siguiente. Los alumnos dispondrán de cinco minutos para realizar cada una de las seis partes que componen la actividad.</p> <p><b>Instrucciones</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Buscar en la revista fotografías de caras que representen <i>ira</i>.</li> <li>2. Escribir una breve historia que provoque <i>miedo</i>.</li> <li>3. Dibujar una situación que represente <i>vergüenza</i>.</li> <li>4. Buscar en la revista situaciones que representen <i>tristeza</i>.</li> <li>5. Dibujar caras que representen <i>alegría</i>.</li> <li>6. Dibujar un animal que represente <i>sorpresa</i>.</li> </ol> <p>Una vez finalizada la actividad, se colocarán las cartulinas en la pared del aula. Los niños podrán observar el mural, sin hacer comentarios al respecto.</p>
<b>Criterios de evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Representa emociones en forma gráfica</li> <li>• Diferencia emociones</li> </ul>
<b>Grupal- Individual</b>	Grupal

<b>“Me conozco, ¿me reconoces?”</b>											
<b>Justificación</b>	Con esta actividad se pretende que los niños se conozcan a sí mismos y valoren las diferencias personales.										
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estimular el desarrollo de la autoestima a través del conocimiento personal.</li> <li>• Identificar características personales.</li> <li>• Expresar verbalmente características propias.</li> </ul>										
<b>Duración</b>	4.º viernes de octubre. Dos sesiones de 45 minutos.										
<b>Materiales</b>	Espacio amplio, hoja de respuestas.										
<b>Desarrollo- Metodología</b>	<p>A pesar de ser una actividad fundamentalmente individual, se trabajará en parejas. El profesor explicará a los niños que deben imaginar que están en un teatro y que harán un monólogo.</p> <p>El monólogo comenzará con el alumno A, quien durante un minuto explicará libremente y sin interrupción dará la mayor cantidad de ideas que se le ocurra a partir de unos enunciados que se les proporcionará. Una vez haya pasado un minuto, será el turno del alumno B.</p> <p>El minuto será cronometrado por el profesor.</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">Enunciados</th> <th style="width: 50%;">Posibles respuestas</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>-. Lo que me gusta de mí...</td> <td>-. Simpático, buen estudiante, mis ojos...</td> </tr> <tr> <td>-. Soy capaz de...</td> <td>-.Correr mucho, resolver problemas de matemáticas, ser cariñoso...</td> </tr> <tr> <td>-. A mí me gustaría...</td> <td>-.Dibujar mejor, leer más rápido...</td> </tr> <tr> <td>-. Me encanta...</td> <td>-. Comer chucherías, tocar el clarinete...</td> </tr> </tbody> </table> <p>Sería interesante que las parejas estuvieran formadas por alumnos que tengan menos relación entre ellos o se conozcan menos.</p>	Enunciados	Posibles respuestas	-. Lo que me gusta de mí...	-. Simpático, buen estudiante, mis ojos...	-. Soy capaz de...	-.Correr mucho, resolver problemas de matemáticas, ser cariñoso...	-. A mí me gustaría...	-.Dibujar mejor, leer más rápido...	-. Me encanta...	-. Comer chucherías, tocar el clarinete...
Enunciados	Posibles respuestas										
-. Lo que me gusta de mí...	-. Simpático, buen estudiante, mis ojos...										
-. Soy capaz de...	-.Correr mucho, resolver problemas de matemáticas, ser cariñoso...										
-. A mí me gustaría...	-.Dibujar mejor, leer más rápido...										
-. Me encanta...	-. Comer chucherías, tocar el clarinete...										
<b>Criterios de evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrolla la autoestima a través del conocimiento personal.</li> <li>• Identifica características personales.</li> <li>• Expresa verbalmente características propias.</li> </ul>										
<b>Grupal- Individual</b>	Parejas										

<b>“Tarde de cine I”</b>	
<b>Justificación</b>	Los alumnos podrán ver una recreación de cómo funcionan las emociones en nuestro cuerpo, en nuestra mente y en nuestra manera de actuar.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Construir mentalmente el funcionamiento interno de las emociones</li> <li>• Desarrollar la capacidad de observación</li> </ul>
<b>Duración</b>	1. ° viernes de noviembre. Dos sesiones de 45 minutos
<b>Materiales</b>	Sala TIC, cuaderno, lápiz
<b>Desarrollo- Metodología</b>	Los alumnos y el profesor se dirigirán a la sala TIC donde se reproducirá la película “Inside out” en castellano “Del revés”. Posteriormente, al profesor formulará una serie de preguntas referente a la película. Los alumnos podrán ir tomando nota si lo consideran oportuno
<b>Criterios de evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Construye mentalmente el funcionamiento interno de las emociones</li> <li>• Desarrolla la capacidad de observación</li> </ul>
<b>Grupal- Individual</b>	Individual

<b>“Tarde de cine II”</b>	
<b>Justificación</b>	La expresión artística muestra muchas ideas que los alumnos son incapaces de manifestar hablando.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Representar a través de la plástica rostros de figuras que representan una emoción</li> <li>• Estimular el desarrollo creativo</li> </ul>
<b>Duración</b>	2. ° viernes de noviembre. Dos sesiones de 45 minutos
<b>Materiales</b>	Platos de plástico, cartulinas de colores, papel de seda, charol, pinocho, rotuladores de brillantinas.
<b>Desarrollo/Metodología</b>	  
<b>Criterios de evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Representa a través de la plástica rostros de figuras que representan una emoción</li> <li>• Desarrolla la creatividad</li> </ul>
<b>Grupal-Individual</b>	Individual

<b>“Periodistas por un día”</b>	
<b>Justificación</b>	El alumno podrá conocer el estado emocional de un familiar, poniéndose en la piel de ellos. Se trabajará la importancia del trabajo, las obligaciones, la oportunidad de conocer a otras personas.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valorar la importancia del trabajo</li> <li>• Reconocer vivencias de su entorno</li> </ul>
<b>Duración</b>	3. ° viernes de noviembre. Primera sesión de 45 minutos para comentar los resultados.
<b>Materiales</b>	Cuestionario, lápiz.
<b>Desarrollo/ Metodología</b>	Para presentar la actividad le preguntaremos por el trabajo de sus padres y por qué creen que trabajan. El profesor les facilitará una hoja donde aparecen una serie de preguntas que deberán hacer a alguien de su entorno. Con las respuestas podrán evaluar qué emociones siente la persona elegida en diferentes momentos de su día a día. (Véase Anexo 6).
<b>Criterios de evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valora la importancia del trabajo</li> <li>• Reconoce vivencias de su entorno</li> </ul>
<b>Grupal-Individual</b>	Individual

<b>“Macetas florecidas”</b>	
<b>Justificación</b>	Los alumnos, a estas edades, suelen describirse centrándose únicamente en aspectos físicos. Es importante que también tengan en cuenta los aspectos psíquicos y comprender que todos somos diferentes, siendo eso lo que nos caracteriza.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar las características psíquicas</li> <li>• Ser conscientes de que todos somos diferentes</li> </ul>
<b>Duración</b>	3. ° viernes de noviembre. Segunda sesión de 45 minutos para comentar los resultados.
<b>Materiales</b>	Fotografía, ficha con el dibujo de la flor, maceta grande, pegamento, pincho de madera, tijeras.
<b>Desarrollo/ Metodología</b>	<p>El profesor le dará a cada alumno una ficha con la flor dibujada. (Véase Anexo 7). En el centro de la flor deberán pegar su fotografía. En cada uno de los cuatro pétalos el alumno escribirá sus características.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Características físicas</li> <li>2. Características que definen su forma de ser</li> <li>3. Momentos, lugares y actividades que les gusta</li> <li>4. Momentos, lugares y actividades que no les gusta.</li> </ol>
<b>Criterios de evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifica las características psíquicas</li> <li>• Es conscientes de que todos somos diferentes</li> </ul>
<b>Grupal-Individual</b>	Individual

<b>“Leo, luego siento I”</b>	
<b>Justificación</b>	Como dijo Daniel Pennac, la lectura es un acto de creación permanente. Los alumnos tienen la capacidad de viajar a otros mundos con los libros y poder conocer situaciones emocionales en los personajes.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar emociones provocadas por diferentes actitudes</li> <li>• Reconocer situaciones de la vida donde se muestra una serie de sentimientos y a su vez, de emociones.</li> </ul>
<b>Duración</b>	Libre.
<b>Materiales</b>	Libro de lectura, lugar cómodo para leer.
<b>Desarrollo/Metodología</b>	Los alumnos elegirán un libro de los propuestos por el profesor. (Véase Anexo 8).
<b>Criterios de evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifica emociones provocadas por diferentes actitudes</li> <li>• Reconoce situaciones de la vida donde se muestra una serie de sentimientos y a su vez, de emociones.</li> </ul>
<b>Grupal-Individual</b>	Individual

<b>“Leo, luego siento II”</b>	
<b>Justificación</b>	La responsabilidad de realizar una lectura impecable ante los niños de infantil, hace que los alumnos se impliquen positivamente en su trabajo. De esta forma el profesor proporciona autonomía al alumno
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exponer de forma concreta las emociones en sus resúmenes</li> <li>• Controlar las características del lenguaje oral</li> </ul>
<b>Duración</b>	4.º viernes de noviembre. Primera sesión de 45 minutos
<b>Materiales</b>	Resumen del libro
<b>Desarrollo/ Metodología</b>	Los alumnos se desplazarán a las aulas donde se imparten Educación Infantil y les leerán los resúmenes previamente supervisados por el tutor. Este, seleccionará aquel resumen que mejor se adapte a los objetivos marcados. En grupos, leerán el resumen.
<b>Criterios de evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Expone de forma concreta las emociones en sus resúmenes</li> <li>• Controla las características del lenguaje oral</li> </ul>
<b>Grupal-Individual</b>	Individual. La lectura será grupal.

<b>“Autores de cuentos I”</b>	
<b>Justificación</b>	Aprovechando la imaginación de los alumnos, podremos conocer historias llenas de emoción creadas por ellos.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estimular el desarrollo de la creatividad</li> <li>• Estimular el desarrollo creativo</li> </ul>
<b>Duración</b>	4.º viernes de noviembre. Segunda sesión de 45 minutos
<b>Materiales</b>	Imágenes, folios, lápices y clip.
<b>Desarrollo/ Metodología</b>	<p>En primer lugar se les muestra una serie de imágenes a los alumnos. A partir de éstas tienen que escribir un cuento. De todas las imágenes que el profesor les muestra, deben elegir como mínimo cinco y deben aparecer a lo largo del cuento, representando los personajes que ellos quieran.</p> <p>El cuento debe desarrollarse de manera coherente y debe mostrar alguna emoción, pues hay que respetar la temática que se está trabajando.</p> <p>Deberá presentarse con una portada donde aparezca el nombre del cuento, el autor y un dibujo.</p>
<b>Criterios de evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrolla de la creatividad</li> <li>• Desarrolla la originalidad</li> </ul>
<b>Grupal-Individual</b>	Individual

<b>“Autores de cuentos II”</b>	
<b>Justificación</b>	Los alumnos deben controlar la expresión verbal en público. Para ello se realiza la lectura de su cuento, en voz alta, delante de sus compañeros.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Appreciar la necesidad de escuchar y ser escuchados</li> <li>• Expresar verbalmente características de personajes ficticios.</li> <li>• Controlar las características del lenguaje oral</li> </ul>
<b>Duración</b>	1.º viernes de diciembre. Primeros 75 minutos.
<b>Materiales</b>	Cuento
<b>Desarrollo/ Metodología</b>	Los cuentos que han escrito los alumnos en la actividad anterior se leerán en clase, en voz alta.
<b>Criterios de evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apprecia la necesidad de escuchar y ser escuchados</li> <li>• Expresa verbalmente características de personajes ficticios.</li> <li>• Controla las características del lenguaje oral</li> </ul>
<b>Grupal-Individual</b>	Individual

<b>“Ficha conocimientos previos-final”</b>	
<b>Justificación</b>	La ficha se les dará a los alumnos el primer día de clase. La intención fundamental será descubrir los conocimientos previos que el alumno tiene sobre el tema a trabajar. Finalmente, el último día de clase se les volverá a dar la ficha para ver su evolución y en qué aspectos han cambiado.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Expresar de manera sencilla y coherente sus conocimientos, ideas, hechos y vivencias</li> <li>• Exponer con claridad sus vivencias, opiniones y deseos.</li> </ul>
<b>Duración</b>	15 minutos.
<b>Materiales</b>	Ficha, lápiz
<b>Desarrollo- Metodología</b>	<p>El último día de clase, los alumnos rellenarán una ficha de evaluación inicial con diversas preguntas respecto a su actuación ante sucesos que se pueden dar en la vida cotidiana del alumno. Deberán leerla y contestar a la pregunta sin medir sus respuestas, es decir, con la mayor sinceridad posible.</p> <p>Esta misma ficha se les dará la primera clase, de este modo, el tutor podrá valorar los cambios en la forma de afrontar los problemas y mostrar el control de sus emociones.</p>
<b>Criterios de evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Expresa de manera sencilla y coherente conocimientos, ideas, hechos y vivencias</li> <li>▪ Expone con claridad y sus vivencias, opiniones y deseos</li> </ul>
<b>Grupal- Individual</b>	Individual

**ANEXO 5.**

Nombre:.....  
Fecha:.....

**¿CÓMO ME SIENTO CUANDO...**

- ...alguien me empuja cuando estoy en la fila?
- ...me enfado con mi mejor amigo/a?
- ...tengo una pesadilla?
- ...me invitan a una fiesta de cumpleaños?
- ...mis amigos/as no me dejan jugar con ellos/as?
- ...cuando me pierdo en una zona comercial, en la playa, en la calle?
- ...otro/a niño/a empieza a jugar con mis juguetes?
- ...alguien me hace un regalo bonito?
- ...voy a dar una nota a otra clase?
- ...mi madre y mi padre me dan un abrazo?
- ...tengo que ir al médico/a?
- ...mi madre y mi padre tienen que salir y me quedo con otra persona?
- ...a un/a amigo/a le regalan el juguete que más me gusta?
- ...me sacan a la pizarra en clase?



★  
★  
★  
★

Nombre: .....  
Fecha: .....

**¿CÓMO ME COMPORTARÍA ANTE LAS SIGUIENTES SITUACIONES?**

- Siempre que un/a compañero/a empieza a hacer el payaso, yo.....
- Si en mi aula hay mucho ruido yo.....
- Cuando a algún/a amigo/a le regalan algo que a mi me gustaría mucho tener, yo.....
- Si alguien me deja en ridículo delante de mis compañeros/as, yo.....
- Si algún compañero/a me empuja en la fila, yo.....
- Cuando un profesor o profesora me saca a la pizarra o cuando me pregunta algo para que responda delante de todos y todas, yo.....
- Cuando pido algo a mi madre y a mi padre y me dicen que no, yo.....
- Cuando un profesor o profesora me escribe en un ejercicio "felicidades, sigue así", yo.....
- Cuando me dejan para el final al hacer grupos yo.....
- Cuando tenemos que pasar dos días con los compañeros y compañeras de clase y el profesor o profesora, yo.....
- Cuando mi madre y mi padre empiezan a discutir, yo.....
- Cuando veo con otra gente al amigo/a que hasta hace poco estaba siempre conmigo, yo.....
- Cuando en el recreo los compañeros y compañeras, mayores que nosotros y nosotras, nos piden que nos vayamos porque el sitio es de ellos y ellas, yo.....
- Cuando alguien de clase me pega enfadado/a, yo.....
- Cuando hay algo que no entiendo en clase, yo.....



**ANEXO 6.**



Nombre:.....

Fecha:.....

¿A quién he preguntado?

.....

¿En qué trabajas?

.....

.....

.....

¿Vas a gusto a trabajar?

.....

.....

.....

¿Te gusta el trabajo que haces?

.....

.....

.....

¿Cómo y cuándo decidiste trabajar allí?

.....

.....

.....

¿Qué es lo que más te gusta de tu trabajo?

.....

.....

.....

¿Y lo que menos?

.....

.....

.....

¿Has conocido gente nueva en tu trabajo? ¿Has hecho algún amigo/a?

.....

.....

.....

¿Has aprendido algo en tu trabajo?

.....

.....

.....

¿Te gustaría cambiar de trabajo? ¿Por cuál? ¿Por qué?

.....

.....

.....

ANEXO 7.



## ANEXO 8.

- **Rabietas.** El mundo de color de rosa puede tornarse gris en un momento, una manera de ilustrar los diferentes estados de ánimo por los que pasa una criatura cuando se enfada o cuando se reconcilia con alguien. Una historia de rabietas, de gestión de emociones y de relación con los padres.

Autora: Susana Gómez Redondo. Editorial: Takatuka



- **El niño y la bestia.** Una historia de un niño y una madre que se convierte en una Bestia: triste, enorme y necesitada de cariño. Todo cambia para el niño desde entonces porque ha de ocuparse de ella para que no esté triste y de él mismo. Un libro para padres y para leer en familia donde acompañar, querer y esperar a que la herida vaya cerrando y todo vuelva a ser mejor. Un libro interesante también para evidenciar los sentimientos de los adultos tras una separación.

Autor: Marcus Saueremann. Editorial: Picarona



- **Madre chillona.** Una historia donde una mamá pingüino destroza a su hijo pingüino con un terrible grito y hace que cada trozo del cuerpo del niño vuele a diferentes rincones... Pero el perdón de la madre reconstruye al niño. Una manera de evidenciar la importancia del trato a nuestros menores, para bien y para mal, de la importancia de las palabras y las emociones que generan.

Autor: Jutta Bauer. Editorial: Lóguez



- **La niña que no quería cepillarse el pelo.** Una bella historia de una niña de larga melena que se niega a cepillarse su cabellera a modo de reivindicar su personalidad y se ve incomprendida por sus padres. Su pelo se ve invadido por ratoncitos, molestias que tendrá que aprender a gestionar igual que han de aprender a poner límites a las relaciones perjudiciales que se puedan encontrar.

Autora: Kate Bernheimer. Editorial: Picarona

