



LAS EMOCIONES EN EDUCACIÓN INFANTIL

ÍNDICE

1. Introducción.....	2
2. Marco teórico.....	3
3. Propuesta didáctica.....	8
4. Justificación.....	15
5. Temporalización.....	17
6. Objetivos.....	18
7. Contenidos.....	20
8. Metodología.....	21
9. Evaluación.....	24
10. Relaciones familia.....	26
11. Conclusiones	27

1. Introducción

El tema central es el conocimiento e identificación de las emociones, la capacidad para controlar y valorar las emociones propias y las de los demás, así como usar esa información para guiar nuestro comportamiento. En esta línea, la inteligencia emocional favorece el desarrollo de la empatía, del control emocional, de la expresión de sentimientos.... lo que la dota de características muy positivas para ser trabajada y estimulada en la escuela.

El plan principal del trabajo es la elaboración de una propuesta para fomentar el desarrollo de la Inteligencia emocional en un aula de Educación Infantil. Dentro de esta intervención se partirá de las sesiones, en las que se propone una serie de actividades con las que los niños expresarán sus emociones y se irá adentrando al mundo de los sentimientos. Para posteriormente pasar a la creación de un nuevo rincón, el rincón de las emociones.

2. Marco teórico

Durante años la educación en las escuelas ha ido encaminada a una enseñanza estricta de conocimientos separados que no tenían ningún tipo de vinculación los unos de los otros. Pero a raíz de la diversidad de estudios científicos y a la experiencia educativa, se está dando paso a una enseñanza de carácter más holístico. Gracias a la misma, se está dando importancia al desarrollo social, afectivo, cognitivo y motriz, como un compendio que forma parte de la identidad del ser humano.

El propósito es recalcar la importancia de las emociones dentro del tramo educativo que contempla la educación infantil. Las emociones es un término que está ligado al concepto de la inteligencia emocional, el cual y a pesar de la importancia que tiene no está incluido explícitamente en el currículo de educación infantil. No podemos decir lo mismo acerca de las emociones y la responsabilidad por parte del sistema educativo de la enseñanza de las mismas, las cuales están incluidas en el curriculum de segundo ciclo de infantil según la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo. Y es que la finalidad de la educación en España es la de proporcionar a los niños una formación plena, dirigida al desarrollo de su capacidad para ejercer, de manera crítica y en una sociedad axiológicamente plural, la libertad, la tolerancia y la solidaridad.

Nuestro sistema educativo persigue como fin último el formar las capacidades necesarias para hacer del sujeto un ser autónomo, responsable y protagonista de la sociedad en la que vive. Uno de los elementos que componen el currículo son los objetivos, los cuales se definen como: las capacidades que se espera hayan adquirido los alumnos, como consecuencia de la intervención escolar, al finalizar cada uno de los tramos educativos.

Dentro de estas capacidades en educación infantil se refieren en general a los siguientes ámbitos: ámbito motor, afectivo, moral-ético, comunicativo-lingüístico, social, cognitivo y matemático. Por lo tanto, el ámbito con el que se va a relacionar este trabajo está íntimamente relacionado con el ámbito afectivo que engloba las capacidades relacionadas con las emociones, los sentimientos, la identidad, la autoestima, el autoconcepto, etc.

A pesar de que en el currículo de infantil se incluya el ámbito afectivo, es importante resaltar que se deja de lado el concepto de la inteligencia emocional el cual

es vital trabajarlo para el desarrollo de toda persona. Si educamos bajo las premisas de esta tendencia, los niños desarrollarán aptitudes que le serán de gran ayuda en el día a día y les ayudará a ser más felices en la vida adulta.

Y es que al adquirir este tipo de inteligencia es posible y más fácil analizar las situaciones, saber autorregular la emoción que le supera y ejecutar las conductas adecuadas para evitar las dificultades que impiden o ralentizan el progreso en el proceso. Trabajando la inteligencia emocional se fomenta la predisposición y motivación a la realización de actividades, así como a mejorar el reconocimiento de su estado emocional, la comprensión de sus sentimientos y la capacidad para adecuar su estado a la situación, haciendo que el clima en clase se vea mejorado significativamente. Una persona que domina estas habilidades estará preparada para enfrentarse a los obstáculos y estará más motivado para poder seguir sin mucha dificultad por la vida. Como se ha dicho, es vital trabajar la Inteligencia emocional en los niños, por eso la escuela juega un papel muy importante para que así estos aprendan a compartir juegos, ilusiones y experiencias afectivas.

En el siglo XIX, las investigaciones realizadas sobre la psicología científica han entendido las emociones como un proceso fisiológico y a partir del siglo XX, diferentes estudios las han considerado como un proceso cognitivo. Una vez descubiertos los factores tanto fisiológicos como cognitivos de las emociones, nuevos estudios sugieren la interacción entre factores internos y externos. Estos estudios se relacionan con las teorías de James-Lange (1884), de Cannon-Bard (1915) y la teoría de los dos factores de Schachter-Singer (1962). La teoría de James-Lange (1884) es la teoría de la sensación, fue propuesta por dos pensadores de modo independiente: William James (1884) y Carl G. Lange (1885). Ésta sugería que era erróneo el modo habitual en que las emociones eran concebidas en ese momento y sugiere que basamos nuestra experiencia de la emoción en la conciencia de las respuestas fisiológicas o sensaciones físicas a los estímulos que provocan la emoción, tales como el aumento de nuestro ritmo cardíaco y los espasmos musculares (factores fisiológicos) (James, 1884, p. 189-190). La teoría de Cannon-Bard (1915) destaca que las emociones están formadas tanto por nuestras respuestas fisiológicas como por la experiencia subjetiva de la emoción ante un estímulo

(factores cognitivos). La teoría de Schachter-Singer (1962), mantiene que las emociones son debidas a la evaluación cognitiva de un acontecimiento, pero también a las respuestas corporales (factores fisiológicos y cognitivos).

De esta manera y acorde a los anteriores estudios, podemos entender la emoción como el concepto que comprende un proceso fisiológico y cognitivo y que por lo tanto ayuda a interpretar las situaciones vividas de manera automática e inconsciente creando una experiencia personal que pasa a ser consciente cuando interpretamos lo que sentimos y experimentamos las diferentes situaciones. Como resultado, la emoción tiene un componente adaptativo de nuestro organismo hacia el contexto que nos rodea, además de procurar una mejor toma de decisiones según los beneficios que aporte realizar una acción u otra.

Hay varios tipos de clasificación de las emociones. Por un lado, Lazarus propone una perspectiva cognitivista, en la que divide las emociones en negativas (miedo, ira, tristeza, culpa, envidia, vergüenza, celos, asco), emociones positivas (alegría, orgullo, amor, afecto, alivio, felicidad) y emociones ambiguas (sorpresa, esperanza, compasión, emociones estéticas). Por otro lado, Goleman distinguió las emociones según el placer/no placer desde una perspectiva psicopedagógica, además añadió la categoría de emociones primarias y secundarias. Por emociones primarias se entiende las que son universales e innatas, de respuesta fisiológica única y específica y se expresan de la misma manera en cualquier contexto geográfico.

Las emociones secundarias son fusiones o combinaciones de las primarias que dependen de dos factores: las relaciones personales y el contexto sociocultural; de tal modo que las secundarias se aprenden, y son variables según la cultura.

A continuación, se explicarán una serie de conceptos tan significativos en las emociones como son la educación emocional y la inteligencia emocional. El desarrollo de competencias emocionales da lugar a la educación emocional, definiéndose esta misma como:

- Un proceso educativo continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la

persona, con objeto de capacitarle para la vida. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social

- Conciencia emocional o el conocer las propias emociones y las emociones ajenas. Dicho contenido supone la comprensión de la diferencia entre pensamientos, emociones y conductas o acciones; y se desarrolla a través de la observación del propio comportamiento y el de los demás.

- La regulación emocional: o el manejo de habilidades relacionadas con el diálogo interno, control de estrés, autoafirmaciones positivas, desarrollo de la asertividad o las habilidades para afrontar problemas, resolver conflictos y retrasar gratificaciones.

- La motivación también se relaciona con la emoción, pues abre camino hacia la actividad productiva y la autonomía personal, e influye enormemente en los procesos de aprendizaje, considerándose un eje central del proceso educativo en los centros. Y es que sin motivación no hay voluntad para conocer, y sin emoción no hay intención de aprender.

- Las habilidades socio-emocionales: que conforman un conjunto de competencias que facilitan las relaciones con los demás, desde habilidades como la escucha activa, la capacidad de empatía y otras destrezas que fomentan las actitudes pro-sociales en los individuos.

- Las habilidades para la vida: que se relacionan con el experimentar el bienestar de las cosas que se realizan en la vida cotidiana en los diferentes ámbitos, escolar, familiar y social (López Cassá, 2005).

- El desarrollo de la autoestima: o la forma de evaluarnos a nosotros mismos, que configura la imagen que cada uno tiene de sí mismo (auto concepto) y que es un paso clave para el desarrollo de la empatía (López Cassá, 2005). Esta autoestima supone la aceptación y la valorización positiva y ajustada a la realidad de uno mismo.

Para finalizar decir que la inteligencia emocional es la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar una emoción; la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender la emoción y tener conocimiento emocional, y la habilidad para regular reflexivamente las emociones de forma que promuevan el crecimiento emocional e intelectual (Mestre y Fernández, 2007), es decir la I.E es la habilidad para identificar, utilizar, comprender y manejar las emociones. Por otro lado (Daniel Goleman, 1996) explica por qué la inteligencia emocional no está tan relacionada con el coeficiente intelectual y si más con las

emociones, ya que hay personas con un elevado coeficiente intelectual que fracasan en la vida, mientras que otras con un coeficiente intelectual más moderado que triunfan. La inteligencia emocional es una forma de interacción con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental, etc. Ellas configuran rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, que resultan indispensables para una buena y creativa adaptación social. A su vez la inteligencia emocional está compuesta por varios elementos (Bisquerra, 2005): el conocimiento y expresión emocional que engloba emociones propias y ajenas, comunicación no verbal y expresión emocional. Regulación emocional que incluye el control emocional, las estrategias de relajación y la conversación. Como último elemento tenemos las habilidades sociales como la escucha, la ayuda a los otros y las normas de convivencia.

3. Propuesta didáctica

La propuesta didáctica está dividida en dos fases: por un lado el desarrollo del proyecto didáctico que incluye una serie de actividades divididas en cuatro sesiones y por otro, la creación de un rincón educativo.

Cada sesión cuenta con varias actividades, las cuales se irán ajustando a la programación diaria del aula, siendo los días elegidos para realizarlas los primeros de la semana. Las actividades van en orden progresivo desde el conocimiento de la emoción, a la identificación y posterior representación, para poder pasar a la regulación.

A medida que se va pasando por las diferentes sesiones se irá decidiendo que material representativo va a permanecer en el rincón de las emociones que posteriormente va a ser utilizado.

Cada sesión se llevará a cabo a lo largo de la semana siendo cuatro el total de semanas a utilizar para esta propuesta didáctica. Esta unidad didáctica la podremos desarrollar en cualquier mes lectivo, siendo en este caso el mes de enero el elegido, puesto que los niños ya se conocen del trimestre anterior.

SESION 1

1. Actividades para conocer y expresar las emociones.

Actividad 1: Charla explicativa.

Objetivo: reconocer lo que saben sobre las emociones.

Material: cartulinas con diferentes caras.

Temporalización: 30 minutos.

Desarrollo: En esta actividad inicial, introducimos nuestra temática en el aula buscando lo que los niños conocen y saben de las emociones. Investigamos cuales les gustan más, cómo reaccionan a las emociones que les decimos, con qué emoción se encuentran mejor, etc. Hablamos de las 10 emociones (que después conoceremos en el cuento de “El detective Drilo” miedo, sorpresa, asco, enfado, envidia, vergüenza, celos, alegría, tristeza y amor) y observamos como los niños reaccionan ante lo que les estamos diciendo.

Además de esto, ejecutamos varios ejemplos para que todos los niños sepan identificar las emociones en cuestión tratadas además de poner un turno de palabra para que todos

puedan participar. Una vez que los niños hayan alcanzado el concepto de esas emociones jugaremos con las mismas en inglés para afianzar el concepto.

Actividad 2: Observar lo que un documento gráfico y musical puede transmitir a cada niño. Cuento “ El cocodrilo Drilo”.

Objetivo: reconocer las emociones a través de fotografías de los Emis (personajes que representan cada una de las emociones que se van a trabajar en el libro del Emocinómetro del Detective Drilo y a través de la música con la canción de Drilo).

Material: fotografías Emis

Temporalización: 30 minutos.

Desarrollo: Iniciamos el cuento de “ El detective Drilo” y presentamos a los Emis.

Dialogamos sobre el cuento y lo que nos trasmite cada una de las emociones.

Actividad 3 Conocemos al personaje “El cocodrilo Drilo” y su maletín.

*Objetivo:*Entender las emociones gesticulando los cambios físicos y reacciones que se producen en nuestro cuerpo.

*Material:*cuento del cocodrilo “Drilo”

*Temporalización:*40 minutos

Desarrollo: Iniciamos el cuento de “El detective Drilo” recordando qué le pasaba e intentamos averiguar el por qué llora (buscamos información real sobre la expresión “lágrimas de cocodrilo) Conocemos su maletín y sus herramientas (papel, lápiz, termómetro, lupa, prismáticos, cámara de fotos) y así intentamos entender qué reacciones y cambios se producen en nuestro cuerpo según nos sentimos (frío, sudor, nerviosismo)

Dramatizamos una situación de alguna de las escenas de los personajes de Forestville.

Actividad 4: ¿Cómo nos sentiríamos si....?

Objetivo: reconocer nuestras propias emociones en determinadas circunstancias.

Lugar: *asamblea*

Temporalización: 30 minutos.

Desarrollo: la actividad consiste en realizar en clase por parte de la maestra una serie de preguntas preparadas y que todos los niños participen. Las preguntas están pensadas para que las respuestas sean una amplia gama de sentimientos y emociones, tanto positivas como negativas. Entre ellas nos encontramos con preguntas como: ¿cómo te

sientes si es tu cumpleaños y nadie se acuerda del mismo?, ¿si se te rompe la bicicleta?, ¿si se te pierde la cartera con el dinero para algo importante?, ¿si no tienes que comer?, ¿si te regalan un viaje a la playa?, ¿si te llevan de vacaciones?, ¿si te paran por la calle para decirte lo guapa/guapo que estás?, ¿si no puedes dormir por culpa de una pesadilla?

Actividad 5: Piruletas y marionetas de los emis

Objetivo: Identificar las emociones básicas e interaccionarlas entre sí.

Material: Video de la compañía Acuario Teatro sobre el cuento “El detective Drilo”

Temporalización: 60 minutos de visionado y 30 minutos de elaboración de las marionetas.

Materiales: palillos, cartulina, tijeras, colores

Desarrollo: Después del visionado de la obra de teatro, donde observamos como interaccionan las emociones elegiremos nuestra preferida para realizar un dibujo del emi y confeccionar con cartulina y un palillo una especie de marioneta con la que luego podré interaccionar con las otras que han realizado mis compañeros/as de aula.

SESION 2

1. Actividades para la mejora de la expresión de emociones:

Actividad 1: relajación muscular progresiva con yoga para niños.

Objetivo: liberar tensión acumulada del cuerpo.

Material: ordenador, altavoz y esterillas, pizarra digital.

Temporalización: 30 minutos.

Desarrollo: los niños se tumban en el suelo (sobre unas colchonetas o Esterillas, en la asamblea o sala de usos múltiples) y escuchan una voz que les va diciendo como relajar las diferentes partes del cuerpo: la cabeza, los hombros, los brazos, manos, etc. Para la realización de este ejercicio se utilizan diferentes videos en youtube a lo largo de toda la semana.

Actividad 2: Somos un globo

Objetivo: conseguir que cada niño se relaje a través de la espiración y la inspiración.

Material: globos y música.

Temporalización: 30 minutos.

Desarrollo: cada niño se convierte en un globo que se infla y se desinfla. De esta manera aprenden a inspirar por la nariz y a expirar por la boca. Les indicamos que se pueden ayudar con los brazos para que así puedan imaginar mejor la imagen de un globo. Los brazos se abren y se alzan cuando se infla el globo y se cierran y bajan cuando se desinfla. De esta manera se relajan y pueden soltar todos los músculos y así poder expresarse mejor.

Esta actividad se complementa con música para hacerla más agradable.

Actividad 3: El poder de la música

Objetivo: aprender a relajar el cuerpo y a reducir el estrés.

Material: un ordenador y altavoces.

Temporalización: 30 minutos.

Desarrollo: los niños se tumban en el suelo de la asamblea o sala usos múltiples. Explicamos a los niños que hay veces que por diferentes motivos se está más nervioso de lo habitual y que eso se puede controlar con la relajación. A continuación, ponemos una música relajante. Empezamos a hablar despacio y no muy alto, pero dejando que nuestra voz se escuche por encima de la música. Comenzamos diciendo que estamos tumbados, muy relajados y a gusto. Estamos en el campo, sobre la hierba, y nos está

dando el solecito. Oímos los pájaros cantar, el agua caer de una cascada, y es muy bonito. Ahora somos una mariposa; desplegamos nuestras alas y vamos volando hasta esa flor tan bonita que tenemos en frente. Nos posamos en la flor, y estamos muy a gusto. Respiramos hondo. Se sigue escuchando el canto de los pájaros y nos relaja mucho, y el sol sigue calentando...y estamos muy relajados. Seguimos hablándoles en este estilo guiado por nuestra imaginación, el tiempo que estimemos conveniente. Escuchamos música y expresamos con el cuerpo. Introduciremos audiciones de música para experimentar las diversas emociones. Se proponen diferentes audiciones: divertidas, tristes, infantiles, clásicas... y cada una de ellas deben de actuar gesticular o imitar en función de aquello que les inspire la música, usando la cara o el cuerpo para expresarse. Al finalizar cada una de las canciones, los niños aportan con palabras la emoción que ha sentido mientras que la escuchaba.

SESION 3

1. Discriminación de emociones a través de la comunicación no verbal

Actividad 1: Gestos

Objetivo: Interpretar y comprender mensajes emitidos mediante gestos.

Material: una pizarra digital.

Temporalización: 30 minutos.

Desarrollo: explicamos a los niños que muchas veces hablamos mediante gestos, realizamos algunos gestos como pedir silencio y decir “hola” para que ellos adivinen qué queremos decir. Hoy van a jugar en clase a las películas y no van a poder hablar con sus compañeros. Sólo se pueden comunicar mediante gestos.

Actividad 2: Dibuja tus emociones

Objetivo: trabajar la creatividad.

Material: Cartulina, palillos y rotuladores, plastilina, cuento de “Benito y el asco”.

Temporalización: 45 minutos.

Desarrollo: la actividad consiste en contar el cuento de Benito, dialogar sobre la emoción del asco “Puaj” y compararla con otras emociones positivas. Realizamos un monstruo con plastilina y comentar qué sensación nos produce y en consecuencia la emoción correspondiente. Elegimos la emoción con la que nos identificamos y la dibujamos en un círculo de plastilina y ponemos su nombre: Alegría, Mimo,... Después la recortamos y le ponemos un palillo para llevar a casa. Se pueden utilizar cualquier instrumento para dibujar y colorear.

Dejamos total libertad para que trabajen su desarrollo emocional, la imaginación, creatividad y la expresión artística. Una vez acabados los dibujos cada niño comenta que le sugiere el dibujo de su compañero.

Actividad 3: El espejo y la explicación.

Objetivo: conocer como es su cara cuando transmiten una emoción en concreto.

Material: un espejo, un mural y una cámara fotográfica.

Temporalización: 20 minutos.

Desarrollo: en esta actividad se le pide a cada niño que piense en una situación y el gesto liberado para expresar la emoción. Una vez que todos tengan pensado por lo menos un gesto se incorporara el espejo, que irá rotando de un niño a otro para que observen a sí mismos cuándo y cómo muestran sus emociones. Para dar más realismo a

la actividad, se propone que cada niño elija una expresión de la cara con la que se sienta más cómodo y la fotografiaremos. Con este material realizamos el mural que va a formar parte del rincón de las emociones

SESION 4

1. Actividades para mejorar la autoestima en el día en contra de la Violencia de Género

Actividad 1: Dime quien soy.

Objetivo: incrementar la autoestima y desarrollar sentimientos de seguridad.

Material: un espejo, Dibujos de los Emis

Temporalización: 30 minutos.

Desarrollo: el grupo se sienta en círculo y se va pasando el espejo de un niño a otro. Cada niño dice qué es lo que más le gusta de sí mismo y pasa el espejo a su compañero para que diga otra cualidad. Si a un niño no se le ocurre nada se le anima diciendo que se mire en el espejo y que vea algo que tiene muy bonito. Sacamos a los Emis y hablamos sobre ellos y nos identificamos con ellos. Hablamos sobre el buen trato a las mujeres y dialogamos sobre diferentes situaciones que pueden vivirse: buenas o malas y como se puede sentir una mujer en cada una de ellas. Las hacemos corresponder con un Emi.

Actividad 2. Te voy a decir : “Es tiempo de relajarse”.

Objetivo: incrementar la autoestima y desarrollar sentimientos de seguridad.

Material: alfombra

Temporalización: 20 minutos.

Desarrollo: sesión de yoga para niños en la alfombra para favorecer estados de estrés y nerviosismo. En casa podemos hacerlo en familia.

Actividad 3: Cuento del emociómetro

Objetivo: Identificar la emoción del miedo con el emi “Asustín” y buscar soluciones para combatirlo.

Material: Cuento

Temporalización: 30 minutos.

Desarrollo: Contamos el cuento y lo dramatizamos en clase con la colaboración de diferentes niños/as de la clase. Comentamos y expresamos lo que sentimos ante una situación parecida y la dramatizamos. Descartamos el miedo y nos quedamos con la solución para combatirlo. Jugamos con los Emis. Dibujamos una situación y el Emi que la identifica.

Actividad 4. El detective Drilo me ayuda con sus recetas.

Objetivo: Afrontar autónomamente las emociones.

Material: Cuento de “El detective Drilo”

Temporalización: 30 minutos”.

Desarrollo: Buscamos en el cuento las recetas para afrontar nuestras emociones. Seguimos sus consejos a través de un juego de dramatización de las situaciones convirtiéndonos en los personajes de Forestville. Buscamos las soluciones y los remedios de cada caso.

4. Justificación

La inteligencia emocional es un tema que no está demasiado extendido en las aulas. Pienso que muchos maestros están tan centrados en aspectos relacionados con los conocimientos que no dan la importancia necesaria a la inteligencia emocional como parte fundamental del desarrollo integral del niño. He decidido desarrollar el tema de las emociones en educación infantil porque pienso que es vital para el desarrollo del niño el que sea trabajado desde la más tierna infancia. Además creo que el que sea coordinado con actividades cotidianas como en el juego, en la introducción al inglés o por ejemplo en las asambleas, hace que coja más fuerza y valor, haciendo las actividades más interesantes y productivas.

Es esencial que todos los maestros conozcan y confíen en los beneficios que tiene la educación de las emociones. Tenemos la responsabilidad de crear personas felices, que sean críticas, objetivas, personas que sean solidarias, empáticas, que sepan solucionar problemas y que desarrollen un auto concepto positivo.

5. Temporalización

Las actividades y la creación del rincón de las emociones se propondrán a partir del segundo trimestre. Con ello se pretende que una vez que los niños se han adaptado al entorno educativo en el primer trimestre, puedan afrontar estas actividades durante el segundo trimestre y hasta final de curso, de esta forma podrán poner en práctica de forma más libre todo lo aprendido. De esta manera, los niños podrán disfrutar de los beneficios de los mismos, tales como estar más predispuestos y motivados a la hora de realizar actividades. Las actividades están programadas de la siguiente manera, aunque es cierto que dependiendo del desarrollo de las mismas se puedan o no atrasar.

La propuesta didáctica se divide en 4 sesiones con varias actividades las cuales se irán ajustando a la programación diaria del aula, siendo los días elegidos para realizarlas los primeros de la semana.

Cada sesión se llevará a cabo a lo largo de la semana siendo cuatro el total de semanas a utilizar para esta propuesta didáctica.

Esta unidad didáctica la podremos desarrollar en cualquier mes lectivo, siendo en este caso el mes de enero el elegido, puesto que los niños ya se conocen del trimestre anterior.

Cada sesión se llevará a cabo a lo largo de este periodo de tiempo y en consonancia con el método llevado a cabo en clase, los diferentes Programas y Planes del Centro y la celebración de las distintas efemérides.

Todas las actividades darán lugar a un rincón, el rincón de las emociones, que perdurará en el aula durante el resto del curso escolar.

Nota: El rincón de las emociones se abrirá a medida que se vayan realizando las actividades y quedará operativo durante el resto del curso escolar.

6. Objetivos

OBJETIVOS GENERALES

- Identificar, dominar y comunicar los sentimientos, emociones, necesidades o preferencias propias y conocer, comprender y respetar las de los demás (conocimiento de sí mismo y autonomía).
- Relacionarse con los demás, interiorizando progresivamente las pautas de comportamiento social y ajustando su conducta a ellas. (Conocimiento e interacción con el entorno).
- Utilizar el lenguaje oral para expresar sentimientos, deseos e ideas, y valorar su uso como herramienta de relación con los demás, de regulación de la convivencia y como instrumento de aprendizaje.
- Comprender y representar ideas, sentimientos empleando el lenguaje plástico, corporal y musical mediante el empleo de diversas técnicas y acercarse al conocimiento de obras artísticas (lenguaje: comunicación y representación).

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar el nombre a sus estados de ánimo. (el miedo, la ira, el furor, el enfado, la irritación, , la tristeza, la angustia, la desolación, el desconsuelo, la alegría, el júbilo, el agrado, el amor, el apego, la ternura, el engaño, el odio, la tensión, el alivio, la serenidad, la felicidad, la compasión, el remordimiento, la culpa, la vergüenza, la timidez, la confusión, el asombro, el asco, la incompreensión, el desamparo, la soledad, la nostalgia, el aburrimiento, la euforia, el desaliento, la frustración, los celos, la satisfacción, la envidia, el placer, la gratitud)
- Identificar y practicar la asertividad, la autoestima, la empatía y otras habilidades sociales .
- Manejar aquellos sentimientos que perjudiquen a la persona.
- Reconocer cómo se sienten personas cercanas en algunos momentos y actuar adecuadamente para la buena convivencia.
- Exteriorizar sentimientos y emociones.
- Mejoren su conocimiento de la lengua extranjera a partir de la incorporación de vocabulario técnico.

- Se enfrenten a diferentes materiales y actividades que promuevan su capacidad de pensamiento.
- Hacer que el aprendizaje del inglés sea una experiencia lúdica y divertida.

7. Contenidos

Los contenidos de esta propuesta didáctica son los siguientes:

- La conciencia emocional, desde el conocimiento de las propias emociones y las emociones ajenas, lo cual supone la percepción de las emociones propias y de los demás y la comprensión de la diferencia de pensamientos, emociones y conductas o acciones.
- La relajación de las emociones a través de la respiración y relajación. El trabajo de las emociones supone en sí mismo una motivación por aprender.
- Las habilidades socio-emocionales, al desarrollar una serie de competencias que facilitan las relaciones con los demás, desde habilidades como la escucha activa de historias narradas o contadas, la capacidad de empatía y la comunicación no verbal, que les ayuden a comprender a sus compañeros y sus sentimientos.
- Y el desarrollo y mejora de la autoestima, pues el trabajo con las emociones, ayuda a comprender mejor el mundo y les permite configurar la imagen de uno mismo desde la aceptación de sus emociones y sentimientos independientemente de si son negativos o positivos.

8. Metodología

La Educación infantil parte de los siguientes principios elementales: enfoque globalizador; conciliando el aprendizaje con otras responsabilidades y actividades, flexibilidad, promover aprendizajes significativos partiendo de las ideas que ya se poseen, importancia de la atención a la diversidad. Todos estos principios en esta propuesta didáctica se van a ver fusionados a través de la corriente pedagógica del constructivismo, ya que el conocimiento se construye como consecuencia de un proceso de interacción entre la información procedente del medio y la que el sujeto ya posee, y a partir de las cuales, se inician nuevos conocimientos. Aquí es fundamental hablar, del conocimiento construido por uno mismo. Por tanto podemos hablar de unas bases metodológicas en las que se apoya esta unidad didáctica:

- Lúdica: el juego.

Se ha de destacar la importancia del juego como la actividad propia de los niños. El juego es por una parte una gran fuente de motivación y por otra una gran fuente de aprendizaje (a través de él, el niño adquiere gran cantidad de aprendizajes significativos).

- Participativa: actividad (Montessori).

El aprendizaje se realizará desde la iniciativa y actuación del alumno, ya que es a través de la acción sobre los objetos como el niño llegará a crear sus primeras estructuras de conocimiento. El conocimiento no se deriva de los objetos sino de las acciones que desarrolla sobre ellos. La metodología ha de permitir y potenciar que los alumnos apliquen y construyan sus propios esquemas de conocimiento a partir de múltiples y variadas experiencias. Si no hay acción voluntaria no hay conocimiento.

- Relacional: interacción del niño con el medio.

El niño y el medio interactúan y se influyen dinámicamente. Este intercambio de mensajes entre el niño y su medio conduce al desarrollo de la inteligencia, de las categorías de espacio, tiempo, causalidad y a la apertura al mundo y a los demás. Este principio obliga a tener en cuenta en el currículo los llamados ámbitos de experiencia personal y, a partir de los intereses previos de los alumnos, que le lleven a conocimientos y desarrollo intelectual y social cada vez más complejos.

- Significativa: interés y motivación. Se deben preparar experiencias de aprendizaje en consonancia con la verdadera naturaleza del interés y en orden a las capacidades que el alumno debe desarrollar. Estos objetivos, experiencias, necesidades o capacidades son

los verdaderos centros de interés del niño, que suscitan así la suficiente motivación intrínseca para el aprendizaje.

- Motivación (Bruner).

Se ha de lograr una adecuada motivación respondiendo a los intereses y necesidades de los niños. El niño debe estar motivado para aprender, relacionando significativamente los nuevos aprendizajes con los que ya tiene.

- Afectiva.

Los objetivos que la Escuela Infantil pretende desarrollar requieren como condición previa y necesaria la consecución de un clima de afecto y confianza en el que los niños puedan expresarse libremente. Dos principios que debemos considerar como fundamentales son el trabajo en equipo y la relación con la familia, ambos imprescindibles para la consecución de las finalidades educativas de la etapa.

- Personalizada: individualización (Montessori).

Supone no sólo adaptarse al nivel de desarrollo del alumno, a sus intereses y motivaciones, a sus necesidades particulares, sino también a sus peculiaridades en su modo de aprender, ya que cada niño presenta diferencias en este sentido. No debemos plantearnos únicamente qué puede aprender sino también como lo aprende más fácilmente y mejor.

- Individualizada: Partir del nivel de desarrollo del alumno (Vigotsky). Significa atender tanto al nivel de competencia cognitiva, evolución afectivosocial y psicomotriz, como a los conocimientos que ha construido previamente. El papel de estos conocimientos previos es fundamental para alcanzar un verdadero aprendizaje significativo.

- Globalizadora. El enfoque Globalizador (Decroly).

La intervención educativa debe tener, como establece el currículo prescriptivo, un carácter globalizador. En Educación Infantil la educación debe tener un carácter eminentemente global e integrador y la globalización resulta imprescindible si queremos conseguir un aprendizaje significativo. La globalización como principio metodológico se centra en las capacidades, necesidades e intereses de los alumnos.

Por último decir que todas las actividades han sido elaboradas siguiendo una metodología activa, participativa, inductiva y experimental donde es el propio alumno quien crea su aprendizaje. Aprende haciendo, sabiendo y sintiendo. Las actividades van encaminadas a que el educando pueda reflexionar del por qué de cada emoción.

El enfoque metodológico de la propuesta trata las dimensiones sociales y afectivas en relación al desarrollo emocional. Las emociones son un aspecto fundamental en el ser humano, por ello hay que trabajarlas durante toda la vida para poder llegar a ser competentes en los diferentes ámbitos de la vida afectiva y emocional. Es por ello que el carácter de esta unidad didáctica es práctico y va a seguir la metodología anteriormente comentada, de base cognitiva y fundamentada en la educación personalizada, como forma fundamental de formar a la persona en toda su integridad.

9.Evaluación

En educación Infantil es importante evaluar constantemente valorando no sólo el resultado de una actividad, sino el proceso realizado y la actividad del propio maestro en el planteamiento de la actividad. Se evalúa el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Por un lado, en la evaluación del proceso de la enseñanza se busca si se ha adecuado a las características y necesidades de los alumnos. Así algunos de los criterios de evaluación del proceso de enseñanza para esta unidad pueden ser: adecuación de las actividades a los momentos evolutivos de los alumnos, adecuación a sus intereses, actividades con alto grado de motivación, actividades sobre sus conocimientos previos, participación con las familias, se ha respetado en las actividades el ritmo de cada alumno, las actividades han permitido al alumnado expresar sus vivencias, desarrollar su creatividad y fantasía, los materiales, recursos puestos al alcance de los niños han sido los adecuados, si se ha creado un clima de trabajo cálido, sosegado y de confianza, los niños han alcanzado los objetivos previstos mediante el proceso de aprendizaje planificado.

Por otro lado, con la evaluación del proceso de aprendizaje buscaremos responder a estas tres cuestiones, ¿qué, cómo y cuándo evaluar?: ¿Qué evaluar?, se evalúan los objetivos generales propuestos (de etapa y de las distintas áreas), concretándolos en aspectos más fácilmente evaluables (indicadores, criterios de evaluación o ítems).

¿Cómo evaluar?, a través de unos indicadores que nos ayudan a saber cómo evaluar verificando si los objetivos planteados se han cumplido. Por ejemplo, si es capaz de participar y colaborar en las actividades de grupo, si respeta las normas para el trabajo en el gran y pequeño grupo, si es capaz de expresar lo que siente o lo que le ocurre, si escucha y respeta a los demás.

¿Cuándo evaluar? en una evaluación continua se evalúa conforme el alumno vaya realizando las distintas actividades en cada momento teniendo en cuenta el diario de clase. Evaluación inicial: conocer los conocimientos previos del alumno, a partir de esta información planificaremos nuestro trabajo. Evaluación formativa: seguimiento permanente del alumno del trabajo diario. Evaluación final, sirve para verificar si los

objetivos planteados se han cumplido o no y si no es así, analizaremos los cambios o modificaciones que se tienen que producir para la próxima. Finalmente se realizarán evaluaciones finales al final de la Unidad Didáctica en la que se contestarán los siguientes aspectos para comprobar y valorar el proceso de enseñanza realizado.

- ¿Cuál es la motivación de los niños en el transcurso de la actividad?
- ¿Las actividades han resultado originales e innovadoras?
- ¿Las actividades han ayudado al niño en el desarrollo de la inteligencia emocional?
- ¿Se ha mejorado las relaciones entre los niños en clase?
- ¿Se ha mejorado el clima en clase?
- ¿Se han estrechado las relaciones familia-profesores-alumnos?

Por lo tanto y atendiendo al modelo de evaluación de Kirkpatrick, D.L. (1999) esta será global, continua y formativa, ya que se evaluará el aprendizaje adquirido a lo largo del desarrollo de las sesiones, si han afianzado los contenidos y objetivos que se proponían, así como si se han desarrollado bien las actividades ofrecidas, tanto individualmente como en gran grupo. Cada actividad se ha evaluado en función de los criterios de valoración establecidos basados en una observación directa y sistemática, que va a ayudar para identificar los aprendizajes adquiridos y las características de la evolución de cada niño. Realizando en primer lugar la evaluación inicial donde se comprobarán las ideas previas de los niños sobre el trabajo que se quiere desarrollar, para si fuese necesario adaptarlo a sus necesidades y nivel evolutivo. En segundo lugar, una evaluación continua y formativa donde se irá observando cómo va evolucionando el proceso, que objetivos propuestos se van consiguiendo y que dificultades van surgiendo, para poder ir solucionándolas. Esta observación se hará a través de la observación directa, las notas se irán apuntando en un cuaderno de campo. Y para finalizar se realizará la evaluación final.

10.Relación con las familias

La Ley del 2/ 2006 del 3 de Mayo de educación establece “Participar de manera activa en las actividades que se establezcan en virtud de los compromisos educativos que los centros establezcan con las familias, para mejorar el rendimiento de sus hijos”.

Por ello se debe fomentar la participación de las familias en el aula. En este caso es muy valiosa la aportación familiar puesto que todos entendemos de emociones y todos podemos aportar proponiendo actividades como juegos, cuentos, canciones o salidas al exterior del colegio. Es muy interesante que los niños sepan vean la importancia de las emociones en ellos mismos y en sus allegados.

11. Conclusiones

Con el presente trabajo se intenta dar información contrastada sobre la importancia de las emociones utilizando como medio el estudio de la inteligencia emocional. Se intenta comprender qué es la inteligencia emocional, cómo se mide y cómo puede desarrollarse en un aula de Educación Infantil.

Cabe decir que cada vez es más la información que existe sobre la inteligencia emocional y cómo puede ser aplicada en el aula, aunque aún hay mucho que investigar y practicar.

De acuerdo a los resultados obtenidos en dicha unidad evidenciamos los numerosos beneficios que tiene la inteligencia emocional. Uno de los más importantes es el beneficio en la temprana adquisición y práctica de las emociones para los niños, puesto que éstas se utilizarán durante toda la vida del niño. En esta proposición se apoya también Dueñas Buey (2002) diciendo que es fundamental estar educado emocionalmente para ser consciente y ser capaz de observar un problema, analizarlo y poder solucionarlo positivamente así como ser competente para crear y formar situaciones positivas que favorezcan el día a día. Otra idea que resaltamos es que el déficit de inteligencia emocional repercute en mil aspectos de la vida cotidiana, desde problemas en la socialización hasta en trastornos de salud. El abandono de la inteligencia emocional puede conducir a la depresión, trastornos alimentarios, agresividad y hasta delincuencia. Aunque todos podemos fomentar y robustecer nuestra inteligencia emocional es muy beneficioso trabajarla desde pequeños basándose en la forma en que los niños aprenden a modelar sus circuitos cerebrales, para Goleman (1996) el futuro no está escrito en ninguna parte y la inteligencia emocional no es un parámetro fijado desde el momento del nacimiento: cabe desarrollarla, cuidarla, fomentarla. Por lo que un buen conocimiento de la misma ayudará a mejorar la calidad de vida.

Por todo ello son los maestros los encargados de ayudar a los niños canalizar las emociones y a dominar sus propios sentimientos, empatizando y sabiendo manejar los sentimientos que aparecen en sus relaciones con los demás niños.

Para ello es importante que sepan identificarlas y así poder facilitar el trabajo para poder superar las posibles dificultades que puedan presentarse. Y es que si se prepara a un niño a nivel emocional, con buena autoestima, con buenas habilidades sociales, con seguridad en sí mismo, ese niño será capaz de afrontar las dificultades y los problemas que presenta la vida en el día a día.

Así pues, se conseguirá preparar a los niños para la vida, que ese es el pilar de la educación. Para finalizar es aconsejable que el tratamiento de las emociones y los sentimientos en el aula después de realizada esta unidad didáctica deba ser con total normalidad, para que el niño lo vea como algo habitual y pueda fácilmente asentar esos conocimientos. Ello le ayudará a crear una imagen positiva de sí mismo y le ayudará a aceptarse tal y como es, al mismo y al resto de niños que le rodean.

Por ello he creído conveniente realizar esta unidad didáctica para ayudar a los niños a sentar las bases emocionales mediante la llamada “alfabetización emocional”. Esta misma, en un principio, no parece importante pero a medida que se va desarrollando la unidad se va viendo la evolución de los niños en cuanto a mejora al jugar, comunicación con los demás, a escuchar, a sonreír, a observar a otros niños para averiguar cómo se sienten, a fomentar la colaboración del gran grupo y a ayudar al desarrollo completo como seres humanos.

