



Universidad
**Católica de
Valencia**
San Vicente Mártir

**LA LITERATURA INFANTIL COMO HERRAMIENTA PARA
EL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS
EMOCIONALES**

Presentado por:

D. Javier Martínez Montesinos

Dirigido por:

Dra. D^a María José Llopis Bueno

Carrer Sacre Cor, 5, 46113 Godella, Valencia, 18 de mayo de 2021

Facultad de Psicología, Magisterio y Ciencias de la Educación

Grado en Maestro de Educación Infantil

“El tiempo para leer, al igual que el tiempo para amar, dilata el tiempo de vivir”

Daniel Pennac

Figura 1

Ilustración "Respira"



Agradecimientos,

Agradezco a quienes me apoyaron en el transcurso de este Grado en Maestro de Educación Infantil. A mis amigos y familiares, en particular, a mi hermana Ana que me ha acompañado durante estos años, a mis padres José Francisco y Pilar por su apoyo, su cariño y su ánimo en este proceso. A María José Llopis por guiarme y aconsejarme en todo momento durante la elaboración de este Trabajo de Fin de Grado.

Igualmente, quiero agradecerles tanto a los Centros, como a las maestras de mis prácticas, las informaciones que me han proporcionado ya que me han ayudado enormemente en la realización de mi trabajo.

Finalmente, me dirijo al tribunal para manifestar mi agradecimiento por el tiempo y la atención que me brindarán, tanto en la lectura y corrección, como en sus indicaciones el día de la defensa.

ÍNDICE GENERAL

| | | |
|-------|--|----|
| 1 | INTRODUCCIÓN | 3 |
| 2 | OBJETIVOS TFG | 4 |
| 3 | METODOLOGÍA TFG..... | 5 |
| 4 | MARCO TEÓRICO..... | 6 |
| 4.1 | Inteligencia Emocional | 7 |
| 4.2 | Competencias Emocionales | 10 |
| 4.3 | Educación Emocional | 11 |
| 4.3.1 | Emociones, Afectos y Sentimientos | 12 |
| 4.3.2 | Autocontrol y Regulación Emocional | 15 |
| 4.4 | Educación Literaria y Educación Emocional..... | 16 |
| 4.4.1 | Biblioteca de Aula | 17 |
| 5 | PROPUESTA DE INTERVENCIÓN..... | 19 |
| 5.1 | Contextualización | 23 |
| 5.2 | Objetivos y Contenidos..... | 26 |
| 5.2.1 | Objetivos..... | 26 |
| 5.2.2 | Contenidos..... | 28 |
| 5.3 | Metodología..... | 30 |
| 5.4 | Intervención Didáctica..... | 31 |
| 6 | CONCLUSIONES | 64 |
| 7 | REFERENCIAS..... | 66 |
| 8 | ANEXOS..... | 69 |
| 8.1 | Álbum infantil “Respira” | 69 |
| 8.2 | Biblioteca de aula infantil | 76 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | | |
|-----------------|--|----|
| Tabla 1 | Ficha técnica del álbum “Respira” | 19 |
| Tabla 2 | Actividad 1 El rincón de la calma. | 32 |
| Tabla 3 | Actividad 2 Lluvia de ideas | 35 |
| Tabla 4 | Actividad 3 Respira | 38 |
| Tabla 5 | Actividad 4 Somos Respira | 41 |
| Tabla 6 | Actividad 5 Nos relajamos y respiramos | 44 |
| Tabla 7 | Actividad 6 Que sentimos con "Respira" | 47 |
| Tabla 8 | Actividad 7 ¿Cómo respiramos? | 50 |
| Tabla 9 | Actividad 8 El semáforo | 53 |
| Tabla 10 | Actividad 9 Pelota antiestrés | 57 |
| Tabla 11 | Actividad 10 Biblioteca de aula | 60 |

ÍNDICE DE FIGURAS

| | |
|--|----|
| Figura 1 Ilustración "Respira" | 0 |
| Figura 2 Álbum infantil "Respira"..... | 20 |

RESUMEN:

La educación y autorregulación emocional ayudan a identificar, expresar y regular nuestras emociones, a conocernos y a valorarnos adecuadamente, a comprender a los demás poniéndonos en su lugar, a cuidar nuestro cuerpo y mente, a tomar decisiones de forma responsable, a relacionarnos adecuadamente con otros. Al mismo tiempo, la Literatura Infantil ayuda a la comprensión lectora, al hábito de lectura, a la capacidad de análisis e interpretación, a la disposición afectiva, a la imaginación y a la creatividad. Los libros son recursos excelentes para los niños/as, les permiten conocer a personas y lugares diferentes. Al estimular su curiosidad e imaginación y aumentar su vocabulario, los divierten a la vez que fomentan su desarrollo intelectual. El presente Trabajo de Fin de Grado propone una secuencia didáctica basada en una serie de actividades que tienen como eje principal el álbum infantil “Respira” de Inês Castel-Branco, a partir del cual se desarrollan técnicas de autocontrol emocional como la respiración y la relajación, combinando la Educación Emocional y literaria para una correcta gestión de las emociones.

Palabras Clave: Álbumes Infantiles; Autocontrol Emocional; Educación Emocional; Educación Infantil; Literatura Infantil.

RESUM:

L'educació i autoregulació emocional ajuden a identificar, expressar i regular les nostres emocions, a conèixer-nos i a valorar-nos adequadament, a comprendre als demés posant-nos en el seu lloc, a cuidar el nostre cos i ment, a prendre decisions de forma responsable, a relacionar-nos adequadament amb altres. Al mateix temps, la Literatura Infantil ajuda a la compressió lectora, a l'hàbit de lectura, a la capacitat de anàlisi i interpretació, a la disposició afectiva, a la imaginació i a la creativitat. Els llibres són recursos excel·lents per als xiquets/etes, els permeten conèixer a persones i llocs diferents. Al estimular la seua curiositat i imaginació i augmentar el seu vocabulari, els diverteixen a la vegada que fomenten el seu desenvolupament intel·lectual. El present Treball de Fi de Grau proposa una seqüència didàctica basada en una sèrie de activitat que tenen com

eix principal l'àlbum infantil "Respira" de Inês Castell-Branco, a partir del qual es treballen tècniques d'autocontrol emocional com la respiració i la relaxació, combinant l'educació emocional i literària per una correcta gestió de les emocions.

Paraules Clau: Àlbums Infantils; Autocontrol Emocional; Educació Emocional; Educació Infantil; Literatura Infantil.

ABSTRACT:

The education and emotional self-regulation help identify, express, and regulate our emotions, to know ourselves and self-value adequately, to understand others putting ourselves in their place, to take care of our body and mind, to make decisions responsibly, to interact appropriately with others. At the same time, Children's Literature helps with reading comprehension, reading habits, the analytical and interpreting capacity, the affective disposition, imagination, and creativity. Books are excellent resources for kids, they help them getting to know different places and people. Stimulating their curiosity and imagination, and expanding their vocabulary, they entertain them while they promote their intellectual development. The present End-Of-Graduate Work proposes a didactic sequence based on a series of activities that pivot around the children's album "Respira" from Inês Castel-Branco, from which self-emotional control techniques are worked like breathing and relaxation, combining literary and emotional education for a correct management of emotions.

Keywords: Children's Albums; Self-Emotional Control; Emotional Education; Children's Education; Children's Literature.

INTRODUCCIÓN

1 INTRODUCCIÓN

La elección de este Trabajo de Fin de Grado, surgió tras comenzar a estudiar en el Grado en Maestro de Educación Infantil la asignatura de “Formación literaria para maestros”, en ella, pudimos conocer la extensión y significado diacrónico de la denominada Literatura Infantil, que pretende, entre otros, los siguientes objetivos: situar y subrayar el perfil literario de aquellos autores y títulos que han traspasado épocas y fronteras en el entorno infantil-juvenil y el imaginario colectivo; delimitar los géneros y tendencias desarrollados a lo largo del tiempo con especial énfasis en el ámbito de la LIJ; desarrollar actitudes de curiosidad e interés hacia todo tipo de manifestaciones literarias; considerar la importancia de la biblioteca tanto de aula como de centro, sus fondos y funcionamiento, en la adquisición y valoración del acto lector, la recepción y producción de textos literarios; conocer y aprovechar las TIC al servicio de la Literatura Infantil; e inducir las extraordinarias posibilidades de disfrute que regala el texto literario, individual y colectivamente, así como las sólidas escalas de valores que puede ayudar a configurar entre el alumnado de 0 a 6 años.

De ahí brotó la inquietud y la necesidad de indagar más sobre este tema, por lo tanto, parecía interesante dedicar el trabajo a ello y formarse más en la materia, ya que, unos buenos hábitos y técnicas de estudio garantizan mejor base en la educación, y porque el tema que se escogiera tenía que ser un tema que apasionara, ya que, era algo a lo que se le iba a dedicar tiempo y pasión. Se puede decir, que se ha conseguido realizar un análisis de aspectos que resultan muy importantes para el correcto desarrollo del trabajo, para ello, a lo largo del mismo, se va a realizar una breve descripción de algunos conceptos muy importantes que van a sustentar el marco teórico de la propuesta didáctica, centrándose en: Inteligencia Emocional, Competencias Emocionales, Educación Emocional, Literatura Infantil y Competencia Literaria. En cuanto a la propuesta didáctica, se podrá apreciar que está basada en tres ámbitos: el uso en el aula de un álbum infantil que fomenta el desarrollo del autocontrol emocional; una propuesta de actividades de Educación Emocional y una propuesta de biblioteca de aula que recoge diferentes materiales, como especialmente libros de cuentos, para el correcto desarrollo emocional de los alumnos.

OBJETIVOS TFG

2 OBJETIVOS TFG

El objetivo de este trabajo se plantea como una combinación de Educación Emocional y Educación Literaria. Se puede abreviar como un intento de fomentar el desarrollo cognitivo, social y afectivo de los niños, a través de una buena gestión de las emociones por medio del autocontrol emocional, utilizando como herramienta la Literatura Infantil.

Dicho esto, el objetivo general que rige este Trabajo de Fin de Grado sobre Educación Emocional y Educación Literaria en el segundo ciclo de Educación Infantil es el siguiente:

- Diseñar una propuesta de intervención pedagógica para el aula de segundo curso de Educación Infantil partiendo del uso de la Literatura Infantil como herramienta para el desarrollo de las Competencias Emocionales.

Y los objetivos específicos establecidos en el presente trabajo de Educación Emocional y Educación Literaria en el segundo ciclo de Educación Infantil son:

- Investigar en diversas fuentes de Literatura Infantil para recopilar cuentos vinculados al desarrollo de las emociones.
- Fomentar el hábito lector mediante la propuesta de una biblioteca de aula infantil.
- Facilitar el desarrollo de la Inteligencia Emocional a través de la Literatura Infantil.
- Desarrollar estrategias de autocontrol emocional basadas en técnicas de relajación y respiración con la ayuda de un álbum infantil.
- Contribuir al desarrollo de inteligencias, competencias y habilidades emocionales mediante una propuesta didáctica.

3 METODOLOGÍA TFG

La metodología utilizada en este Trabajo de Fin de Grado parte de la base de que debe de ser el resultado de una investigación personal que demuestre la capacidad para reflexionar sobre un tema, estructurarlo y presentarlo de manera que se muestre en definitiva la capacidad para investigar. Dicho trabajo se ha elaborado a partir de documentación consultando diferentes fuentes de información las cuales sirven para constituir los resultados a los que se pretende llegar. Los conceptos utilizados se han definido claramente para ayudar a la comprensión del tema elegido y sustentando las afirmaciones en datos relevantes.

Las fuentes empleadas han sido las siguientes: “Google Académico” que es un buscador de Google enfocado y especializado en la búsqueda de contenido y bibliografía científico-académica; “ProQuest LLC” que es una compañía editorial, que publica en formatos electrónico y microfilm y suministra servicios de información para universidades, escuelas, empresas públicas, corporaciones y bibliotecas públicas en todo el mundo; “Graó” que cuenta con un fondo editorial de más de 1.150 títulos de pedagogía y educación, 13 revistas educativas de todas las etapas y didácticas y 1 revista para las familias; “TDX” que es un depósito cooperativo que contiene, en formato digital, tesis doctorales de todas las comunidades autónomas; “Dialnet” que es uno de los mayores portales bibliográficos del mundo, cuyo principal cometido es dar mayor visibilidad a la Literatura científica hispana y “Teseo” que es la web del Fichero central de tesis doctorales de España.

Para la búsqueda se han usado las palabras clave: Álbumes Infantiles; Autocontrol Emocional; Educación Emocional; Educación Infantil; Literatura Infantil. Citando en todo momento a cada autor que finalmente en la bibliografía se ha añadido atendiendo a las normas APA. En el desarrollo del trabajo se ha hecho una propuesta didáctica para trabajar el tema elegido llevándola a cabo en un centro escolar. Finalmente se ha cerrado con un apartado de conclusiones con los datos más relevantes del objeto de investigación y explicando la principal aportación de la propuesta.

4 MARCO TEÓRICO

En este apartado vamos a realizar un análisis de aspectos que resultan muy importantes a lo largo del desarrollo del trabajo, para ello, es oportuno hacer una breve descripción de algunos conceptos importantes que van a sustentar el marco teórico de la propuesta didáctica, a saber: Inteligencia Emocional, Competencias Emocionales, Educación Emocional, Literatura Infantil y Competencia Literaria.

El concepto de Inteligencia Emocional ha sido abordado por una gran variedad de psicólogos, destacando la aportación de Goleman (1995) quién considera que la Inteligencia Emocional se basa en conocer las propias emociones y manejarlas e incluso conocer las emociones de los demás y establecer unas relaciones adecuadas.

Las Competencias Emocionales promueven el desarrollo integral de las personas, pues son el “conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales” (Bisquerra 2009, p. 146).

La Educación Emocional, como afirma Bisquerra (2000, citado por Bisquerra y Pérez Escoda, 2012, p. 243) es un “proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las Competencias Emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social”.

La Literatura Infantil, presenta características propias que la hacen un terreno fértil para reunir a las personas, pero además construye un escenario (que incluye al texto, a los lectores y narradores) en el que nos “disponemos” a la exploración y aprendizaje. Esta última característica ha sido ampliamente reconocida y la lectura ha sido utilizada como un instrumento central en los procesos de enseñanza-aprendizaje de contenidos formales en la escuela (Cervera, 1997; Munita, 2010; Patte, 2011; Pelegrín, 2008).

La Competencia Literaria es la capacidad que tenemos los seres humanos que hace posible la producción y comprensión de textos estéticos, dicho de otra manera, de aquellos que tengan una función poética. Esta competencia engloba una competencia lectora o

MARCO TEÓRICO

interpretativa específica, interactiva, compleja y de naturaleza semiótica, pero también una dimensión creativa (Mendoza Fillol, 2008).

En los siguientes apartados iremos ahondando en cada uno de estos conceptos que nos ayudan a delimitar el marco teórico de nuestra propuesta y a entender la estrecha vinculación que se produce entre la Literatura Infantil y el desarrollo emocional en los primeros años.

4.1 Inteligencia Emocional

La categorización de la Inteligencia Emocional diferencia entre modelos mixtos y modelos de habilidad basados en el procesamiento de la información (Mayer, Salovey y Caruso, 2000). Unificando las emociones y el razonamiento, permitiendo utilizar nuestras emociones para facilitar un razonamiento más efectivo y pensar de forma más inteligente sobre nuestra vida emocional. Dicho esto, a continuación, se presentan los principales modelos actuales de Inteligencia Emocional extraídos de Extremera y Fernández (2016, p.17):

- **Modelo de habilidad basado en el procesamiento emocional de la información:** Mayer y Salovey (1997) opinan que la Inteligencia Emocional, es la habilidad que tienen las personas para percibir, valorar y expresar las emociones.

Este modelo basa la Inteligencia Emocional en cuatro campos:

1. La percepción emocional: habilidad para identificar y reconocer tanto los propios sentimientos como los de aquellos que te rodean. Implica prestar atención y descodificar con precisión las señales emocionales de la expresión facial, movimientos corporales y tono de voz.
2. La facilitación o asimilación emocional: tiene en cuenta los sentimientos cuando razonamos o solucionamos problemas. Esta habilidad se centra en cómo las emociones afectan al sistema cognitivo y cómo nuestros estados afectivos ayudan a la toma de decisiones.
3. La comprensión emocional: para desglosar el amplio y complejo repertorio de señales emocionales, etiquetar las emociones y reconocer en

MARCO TEÓRICO

qué categorías se agrupan los sentimientos. Además, implica una actividad tanto anticipatoria como retrospectiva para conocer las causas generadoras del estado anímico y las futuras consecuencias de nuestras acciones.

4. La regulación emocional: es la más compleja. Esta dimensión incluiría la capacidad para estar abierto a los sentimientos, tanto positivos como negativos, y reflexionar sobre los mismos para descartar o aprovechar la información que los acompaña en función de su utilidad. Además, incluye la habilidad para regular las emociones propias y ajenas, moderando las emociones negativas e intensificando las positivas.

- **Modelo mixto basado en habilidades emocionales y rasgos de personalidad:**

Bar-On (1997) opina que la Inteligencia Emocional es un conjunto de capacidades no cognoscitivas, competencias y habilidades que influyen en la capacidad para triunfar y reaccionar con precisión a las demandas del ambiente.

Este modelo contiene cinco escalas que se definen a continuación:

1. Intrapersonal:

- *Conciencia emocional de sí mismo*: es la habilidad para reconocer los propios sentimientos.
- *Asertividad*: es la que expresa sentimientos, creencias, pensamientos y para defender los propios derechos de una forma no destructiva.
- *Consideración*: habilidad para respetarse y aceptarse uno mismo como básicamente bueno.
- *Actualización de sí mismo*: para desarrollar las capacidades que son caracterizadas por la búsqueda que encabeza un sentido de riqueza y vida plena.
- *Independencia*: ser autodirigido y autocontrolado en lo que uno piensa y actúa y ser libre de dependencias emocionales.

2. Interpersonal:

- *Empatía*: es la que entiende y aprecia los sentimientos de otros y otras.
- *Relaciones interpersonales*: es la habilidad para establecer y mantener relaciones satisfactorias que están caracterizadas por intimidad y afecto.

MARCO TEÓRICO

- *Responsabilidad social*: para mostrarse uno mismo como un integrante cooperador, contribuyente y constructivo en un grupo social.
- 3. Orientación cognoscitiva:
 - *Resolver problemas*: habilidad para conocer y definir problemas, así como generar e implementar soluciones potencialmente efectivas.
 - *Prueba de realidad*: es la que valora la correspondencia entre lo que se experimenta y que objetivamente existe por un lado y la habilidad para probar esta correspondencia por el otro.
 - *Flexibilidad*: para ajustarse a los pensamientos, emociones y comportamiento para cambiar situaciones y condiciones. Incluye la capacidad para alterar la rutina.
- 4. Manejo de estrés:
 - *Tolerancia al estrés*: es la habilidad para resistir eventos adversos y situaciones estresantes sin caer rendido, actuando activa y positivamente con el estrés.
 - *Control del impulso*: para resistir o disminuir un impulso, manejo o tentación de actuar.
- 5. Afecto:
 - *Felicidad*: habilidad para sentirse satisfecho con la vida de uno y disfrutarse uno mismo y a los otros y otras.
 - *Optimismo*: para ver el lado brillante de la vida y mantener una actitud positiva aun en momentos de adversidad.
- **Modelo mixto basado en competencias sociales y emocionales**: Goleman (1995) opina que la Inteligencia Emocional incluye un autocontrol, entusiasmo, persistencia y la habilidad para motivarse a uno mismo.
Este modelo basa la Inteligencia Emocional en:
 1. Conocer las propias emociones: basándose en el principio de Sócrates (conocerse a uno mismo), Goleman destaca la importancia de tener en todo momento conciencia de las propias emociones.

MARCO TEÓRICO

2. Manejar las emociones: para controlar las propias emociones se basa en el conocimiento de las emociones propias, puesto que la habilidad que se ejerza a la hora de controlar emociones como la ira, furia o irritabilidad, va a ser primordial en las relaciones interpersonales.
3. Motivarse a sí mismo: emoción y motivación están íntimamente relacionadas. La motivación hace posible el camino hacia el logro y la creación de actividades creativas. Además, una óptima motivación puede favorecer el dominio de la impulsividad, haciendo de las personas seres más productivos y efectivos en sus actividades.
4. Reconocer las emociones de los demás: a partir del conocimiento de las propias emociones, se puede reconocer las emociones de los demás, llegando así a comprenderlas, compartir estados emocionales y comprender diferentes puntos de vista.
5. Establecer relaciones: poder expresar las propias emociones y comprender las de los demás, hacen posible poseer una buena competencia social que fundamenta las bases de la inteligencia interpersonal.

4.2 Competencias Emocionales

Las emociones juegan un papel fundamental en los procesos de adaptación ante los cambios deseados o imprevistos. También en el desempeño diario de nuestras actividades, en los procesos de aprendizaje, interacciones interpersonales y por supuesto en nuestro bienestar y salud. Bisquerra afirma que es “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales” (2016, p.205).

Las Competencias Emocionales han ido adquiriendo cada vez mayor relevancia como factores de protección para la salud y el bienestar personal y social. Estableciéndose en cinco bloques según Bisquerra y Pérez Escoda (2007):

1. Conciencia emocional: se basa en la capacidad de tener conciencia de las propias emociones, comprender las de los demás y ponerles nombre a las emociones.

MARCO TEÓRICO

2. Regulación emocional: para manejar adecuadamente las emociones. Comprendiendo la relación que tienen la emoción, la cognición y el comportamiento, puesto que los estados emocionales determinan el comportamiento y viceversa.
3. Autonomía personal: capacidad de autogestión personal. Necesitando de una buena automotivación y una actitud positiva, además de una responsabilidad total en la toma de decisiones y un análisis crítico con el mundo social.
4. Competencia social: para forjar nuevas relaciones con otras personas. Dominando correctamente las habilidades sociales como por ejemplo escuchar, mostrar agradecimiento o dialogar mostrando siempre respeto hacia los demás a través de una comunicación receptiva y expresiva.
5. Competencias para la vida y el bienestar: se basa en comprender todos aquellos comportamientos adecuados para afrontar los retos diarios de la vida. Siendo necesario fijar unos objetivos y generar recursos que ayuden en la toma de decisiones, lo que ayudará en el desarrollo del bienestar subjetivo de cada individuo.

4.3 Educación Emocional

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

Las emociones constituyen un factor importante al momento de explicar o interpretar el comportamiento humano. Educar emocionalmente enseña a reconocer las emociones, nombrarlas, empatizar con los demás, enseñar formas de expresión, respeto hacia los demás y desarrollar estrategias de resolución de problemas.

Dicho de otra manera, la Educación Emocional es “Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de

MARCO TEÓRICO

conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social” (Bisquerra, 2000, p.243).

Bisquerra (2005) partiendo del objetivo general de la Educación Emocional que es contribuir al desarrollo de las Competencias Emocionales, destaca los siguientes objetivos específicos:

- *Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.* Conocer las emociones y sentimientos propios.
- *Identificar las emociones de los demás.* Reconocer las emociones ajenas e interpretarlas adecuadamente.
- *Desarrollar la habilidad para regular las propias emociones.* Establecer estrategias para poder controlar las emociones y canalizarlas correctamente.
- *Prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas.* Controlar las emociones negativas, saber actuar y controlar las consecuencias dañinas de las mismas.
- *Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.* Experimentar emociones positivas.
- *Desarrollar la habilidad de auto motivarse.* Automotivarse favorece una actividad productiva y la autonomía personal.
- *Adoptar una actitud positiva ante la vida.* Controlar las emociones potenciará la capacidad para generar una actitud positiva y afrontar adecuadamente todas las situaciones de la vida.
- *Aprender a fluir.* Generar una situación de bienestar tanto con nuestro interior como con el exterior, teniendo en cuenta el pensamiento, el trabajo y las relaciones sociales.

4.3.1 Emociones, Afectos y Sentimientos

Bisquerra y Fernández (2011) comentan que la emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Por lo cual, las emociones se generan habitualmente como

MARCO TEÓRICO

respuesta a un acontecimiento externo o interno. Las emociones, conducen a una acción y estas tienden a ir unidas a reacciones voluntarias o involuntarias.

En cambio, el sentimiento es una actitud que se origina a partir de una emoción, pero que perdura más allá del estímulo que lo origina. De modo que el sentimiento se hace más duradero y estable que la emoción aguda que lo desencadena (Bisquerra y Fernández, 2011, p.66) Del mismo modo, el afecto complementa el concepto de emoción y sentimiento, puesto que la cualidad de las emociones puede ser positiva o negativa. Por lo tanto, la palabra afecto tiene una connotación positiva. Por ello, en sentido restrictivo, el afecto puede considerarse una emoción de la familia del amor. (Bisquerra y Fernández, 2011, p.67).

Hay varios estudios sobre las emociones que señalan la existencia de una gran variedad de emociones básicas, sin embargo, es muy difícil elaborar una lista definitiva. Por ello, José Antonio Marina (1999, pp. 254 - 256) recoge brevemente la propuesta de diferentes autores:

- Oatley y Johnson-Laird afirman que hay cinco emociones básicas: tristeza, amistad, asco, curiosidad, sorpresa.
- Panksepp asegura que existen cuatro: expectación, furia, miedo, malestar.
- Schaver consolida que tenemos seis: miedo, alegría, tristeza, amor, sorpresa, rabia.
- Ekman identifica seis: miedo, alegría, tristeza, asco, sorpresa, rabia.
- Campos afirma que podemos encontrar nueve: alegría, tristeza, furia, miedo, interés, vergüenza, culpa, envidia, depresión.
- Ortony confirma que puede haber hasta veintidós. No hay emociones básicas sino emociones tipo.
- Tomkins atestigua que existen ocho: interés/excitación; alegría, sorpresa/susto, malestar/angustia; asco; ira/rabia; vergüenza/humillación; miedo/terror.
- Carrol Izard asegura que tenemos doce: interés, alegría, sorpresa, tristeza, furia, asco, desprecio, miedo, culpa, vergüenza, timidez, hostilidad hacia uno mismo.
- Lazarus afirma que hay catorce: furia, ansiedad, miedo, culpa, vergüenza, tristeza, envidia, celos, alegría, orgullo, alivio, esperanza, amor, compasión.

MARCO TEÓRICO

- Paul D. MacLean señala seis: deseo, miedo, furia, asco, alegría, amor.

Por otro lado, Bisquerra (2009) clasifica las emociones en positivas, negativas y ambiguas, dentro de las cuales incluye muchas otras:

Emociones positivas:

- Alegría: entusiasmo, euforia, excitación, contento, deleite, diversión, placer, estremecimiento, gratificación, satisfacción, capricho, éxtasis, alivio, regocijo, humor.
- Amor: aceptación, afecto, cariño, ternura, simpatía, empatía, cordialidad, confianza, amabilidad, afinidad, respeto, devoción, adoración, veneración, enamoramiento, ágape, gratitud, interés, compasión.
- Felicidad: bienestar, gozo, tranquilidad, paz interior, dicha, placidez, satisfacción, serenidad.

Emociones negativas:

Primarias

- Miedo: temor, horror, pánico, terror, pavor, desasosiego, susto, fobia.
- Ira: rabia, cólera, rencor, odio, furia, indignación, resentimiento, aversión, exasperación, tensión, excitación, agitación, acritud, animadversión, animosidad, irritabilidad, hostilidad, violencia, enojo, celos, envidia, impotencia, desprecio, antipatía, rechazo, recelo.
- Tristeza: depresión, frustración, decepción, aflicción, pena, dolor, pesar, desconsuelo, pesimismo, melancolía, autocompasión, soledad, desaliento, desgana, morriña, abatimiento, disgusto, preocupación.
- Asco: aversión, repugnancia, rechazo, desprecio.
- Ansiedad: angustia, desesperación, inquietud, inseguridad, estrés, preocupación, anhelo, desazón, consternación, nerviosismo.

Sociales

MARCO TEÓRICO

- Vergüenza: culpabilidad, timidez, vergüenza ajena, bochorno, pudor, recato, rubor, sonrojo, verecundia.

Emociones ambiguas

- Sorpresa: sorpresa positiva o negativa. Sobresalto, desconcierto, confusión, perplejidad, admiración, inquietud, impaciencia.

4.3.2 Autocontrol y Regulación Emocional

Bisquerra (2016) afirma que “la regulación emocional es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas, etc.” De igual manera, el autocontrol emocional se produce a partir de las diversas situaciones con las que nos encontramos día a día, siendo la “capacidad de manejar adecuadamente las emociones y los impulsos conflictivos” (Bisquerra y Fernández, 2011, p.159).

Rafael Bisquerra (2016, pp.107-109) señala las siguientes estrategias de regulación emocional:

- *Distanciamiento temporal*: paso del tiempo desde que se produce el estímulo hasta que se produce la respuesta ante ese estímulo.
- *Aceptación de la responsabilidad en el conflicto*: reconocimiento de la responsabilidad en los conflictos contribuyendo a reducir la ira.
- *Actitud positiva*: optimismo ante las situaciones para reducir las emociones negativas.
- *Reestructuración cognitiva*: adaptación de los pensamientos a la realidad, acrecentando la aparición de las emociones positivas y la disminución de las emociones negativas.
- *Reencuadre y resolución del problema*: analizar el problema para plantear soluciones alternativas y ver las ventajas e inconvenientes.
- *Respiración y relajación*: regulación y autocontrol emocional respirando en los momentos de rabia, tristeza o nerviosismo permitiendo que baje de intensidad.

4.4 Educación Literaria y Educación Emocional

La Competencia Literaria se dirige a la comprensión y valoración del fenómeno estético del lenguaje que se da a través de la Literatura: entender la Literatura como representación de la cultura y convergencia de todas las manifestaciones humanas y de las otras artes. Su objetivo es despertar e incentivar la imaginación del alumnado a través de la comprensión y expresión en todo lo referente a la Literatura. Ello tiene como consecuencia la adquisición de una serie de habilidades comunicativas: comprensión lectora, hábitos de lectura, capacidad para el análisis y la interpretación de los textos, disposición afectiva y creatividad (Mendoza Fillol, 2008; Margallo, 2011).

La Literatura Infantil según Juan Cervera (1992) da especial importancia a la palabra, así como a sus manifestaciones y actividades con finalidades artísticas y lúdicas, puesto que pueden suscitar interés en el niño. Destacando los objetivos afectivos, cognitivos, metacognitivos y metalingüísticos. Se entiende como la Literatura dirigida hacia el lector infantil, es decir, el conjunto de textos literarios que la sociedad ha considerado aptos para los más pequeños porque estos la pueden entender y disfrutar, al igual que todos los textos adoptados por los lectores más jóvenes como propios, pero que en origen se escribieron pensando en lectores adultos

Pasando a las funciones de la Literatura Infantil (Colomer 2005), destaca las siguientes: favorecer el acceso al imaginario cultural y desarrollar el aprendizaje de las formas literarias. Según Pérez Guzmán (2014) como el niño se enfrenta a las limitaciones de su etapa mediante situaciones imaginarias y significativas sin ser afectado, se puede decir, que desarrolla la empatía a través de la identificación con los personajes imaginarios. Esto se denomina “*intertexto vital*” (Sanjuán, 2016) reflejándose mediante el establecimiento de vínculos el contenido del texto y los valores éticos que posee el niño.

Por lo cual, utilizar la Literatura Infantil como base de la programación de aula en un proyecto de Educación Emocional (Margallo, 2012) es una alternativa didáctica que cada vez se usa más (Bermúdez Antúnez, 2010; Altamirano, 2013; Andrés, 2016). De la

MARCO TEÓRICO

misma forma, hay dos tipos de intervenciones didácticas que se pueden poner en práctica (Margallo, 2011):

1. **Selección y animación de lecturas:** para desarrollar la comprensión y los hábitos lectores. En la Educación Literaria y emocional se centra la selección de álbumes infantiles en torno al autocontrol emocional a partir del cual se puede crear una biblioteca de aula.
2. **Análisis e interpretación de los textos y estimulación de la creatividad:** para desenvolver los objetivos lingüísticos y literarios con los objetivos de Educación Emocional. Estos objetivos se tienen en cuenta al realizar la intervención didáctica.

Martínez (2013) propone a los centros educativos establecer un plan de lectura en el que se trabaje la Educación Emocional junto con la Literatura Infantil. Gracias a ello se establece una gran variedad de álbumes infantiles para una biblioteca de aula en torno al autocontrol emocional, esto va a ser uno de los objetivos más importantes de la intervención didáctica de este trabajo (Mayoral, 2009; Rueda, 2015).

4.4.1 Biblioteca de Aula

La Literatura Infantil en esta etapa es una pieza clave para el desarrollo del niño, por lo que se debe intentar poner a los pequeños en contacto con los libros desde muy temprana edad, y qué mejor manera que mediante la creación en el aula de un clima propicio a la lectura y motivando a los niños de una forma lúdica.

De esta forma, es importante contar, entre los recursos educativos de la escuela infantil, con un rincón en el que se sitúe la biblioteca por cada grupo de niños. El hecho de que a estas edades no sepan leer aún, no significa que no puedan disfrutar de los libros. Hay muchas actividades y aprendizajes que se pueden llevar a cabo a través de la biblioteca de aula. La biblioteca del aula es un lugar de encuentro que fomenta el desarrollo de la imaginación, la creatividad y la lectura, además del intercambio de experiencias tanto personales como emocionales. Cabe decir que es un lugar dentro del aula que se ha de situar en el rincón de la clase que reúna las condiciones óptimas para la lectura: luz, temperatura, comodidad... y ha de estar en un lugar separado y tranquilo

MARCO TEÓRICO

diferenciándola del resto de la clase, no sólo por la existencia de libros, sino dotándola de un carácter específico y personalizado (Rueda, 1995).

La creación de este rincón en el aula se justifica por lo que establece el currículo de la etapa, así como por razones didácticas como afirma *El REAL DECRETO 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil* establece que “es preciso también un acercamiento a la Literatura Infantil, a partir de textos comprensibles y accesibles para que esta iniciación literaria sea fuente de goce y disfrute, de diversión y de juego”

Ya que a estas edades se les está introduciendo a la lectura es pertinente el uso de un álbum ilustrado infantil debido a que posibilita una lectura más visual para trabajar la Educación Emocional (Colomer, 2006; Riquelme y Munita, 2011). Con el uso de álbumes se trabajan los códigos (escrito y visual). Estos dos códigos requieren de una interpretación conjunta y, además, tienen aplicaciones didácticas significativas en Educación Emocional, ya que estimulan la creatividad y el componente artístico (Martín-Piñol, Portela-Fontán, Gustems-Carnicer, y Calderón-Garrido, 2017).

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

5 PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

La propuesta de intervención didáctica está basada en tres ámbitos: El uso en el aula de un álbum infantil que fomenta el desarrollo del autocontrol emocional; una propuesta de actividades de Educación Emocional y una propuesta de biblioteca de aula que recoge diferentes materiales, como especialmente libros de cuentos, para el correcto desarrollo emocional de los alumnos.

Para fomentar el adecuado desarrollo de las emociones se ha seleccionado el cuento “Respira” de Inês Castel-Branco con el objetivo de centrarnos en el autocontrol emocional por medio de la aplicación de técnicas de relajación y respiración.

Tabla 1

Ficha técnica del álbum “Respira”

| | |
|-----------------------------|------------------------|
| Autora: | Editorial: |
| Inês Castel - Branco | FRAGMENTA |
| Idioma: | Encuadernación: |
| CASTELLANO | Tapa dura |
| Nº de páginas: | Año de edición: |
| 40 | 2015 |
| Plaza de edición: | ISBN: |
| BARCELONA | 9788415518259 |

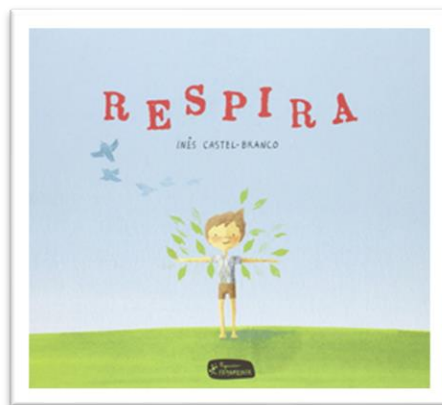
Resumen:

Una noche, un niño no puede dormir, por lo que se lo cuenta a su mamá y ésta le enseña diferentes estrategias para que pueda respirar bien, tranquilizarse y dormir mejor. A lo largo de esta historia, el pequeño se adentrará en un mundo de imaginación donde verá barcas flotar sobre su estómago y globos explotar. Imaginará que es un cohete y un árbol con sus brazos e incluso se pondrá en la piel de búhos y cobras. Todo esto y muchas otras técnicas de relajación, ayudarán al niño a controlar su respiración y por lo tanto controlar sus emociones.

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Figura 2

Álbum infantil "Respira"



En la figura número 2 se puede observar la portada del álbum infantil “Respira” ilustrado por Inês Castel-Branco. Dicho álbum infantil recoge una serie de características que analizamos siguiendo la propuesta de criterios que establece Colomer (2010) los cuales son los siguientes:

El tema y su tratamiento:

- Es conmovedor, divertido e interesante.
- Es verosímil y creíble.
- Es innovador.
- Es evocador y reflexionado.
- Tiene distintas perspectivas.

El lenguaje:

- Es comprensible.
- Crea imágenes únicas.
- Suscita emociones.
- Tiene un universo de ficción.
- Cuenta entre líneas.
- Crea juegos ingeniosos.
- Se adecua a la edad.

La estructura:

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

- La secuencia narrativa es coherente.
- La situación inicial genera expectativa.
- Imprime tensión al relato.
- Plantea varios conflictos.
- El final contribuye a que el lector habite en el texto.

El narrador:

- Guía al lector.
- Es protagonista, observador y omnisciente.
- Su narración es coherente.

Los personajes:

- Tienen atributos psicológicos y físicos.
- Son auténticos.
- Representan parámetros sociales y culturales.
- Presentan ambigüedades.
- Se transforman.
- Generan empatía.

El tiempo:

- Sigue una cadena de acontecimientos.
- Percibe el paso de las horas, días, años.
- Marca ritmo e intensidad al texto.

El espacio:

- Ubica al lector.
- Influye en las actitudes y decisiones de los personajes.
- Crea una atmosfera de relato.

Las ilustraciones:

- Son atractivas.
- Dialogan con el texto.
- Presentan sorpresa y humor.
- Captan la esencia.
- Crean personajes expresivos.

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

- Integran armónicamente las figuras.
- Los colores enfatizan a las emociones.
- Ironizan, divierten, conmueven y evocan.

El diseño y la impresión:

- La cubierta es llamativa, da información sobre la obra.
- El papel realza los elementos gráficos.
- La impresión realza los colores.
- La encuadernación es dura y resistente.
- Tipografía nítida.

Para la selección de cuentos infantiles destinados a la biblioteca de aula se ha tenido en cuenta el criterio de León (2009), que afirma que la biblioteca de aula a esta edad representará un elemento vivo y deberá llegar a todos y cada uno de los niños, reuniendo de esta forma todos los formatos, temas e ideas para poder satisfacer las preferencias del alumnado de Infantil.

Igualmente se ha tenido en cuenta para la realización de la biblioteca el REAL DECRETO 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se ordenan las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil y el cual establece que “es preciso también un acercamiento a la Literatura Infantil, a partir de textos comprensibles y accesibles para que esta iniciación literaria sea fuente de goce y disfrute, de diversión y de juego”. Dicho esto, se presenta una lista de álbumes infantiles para la biblioteca de aula:

- ¡Adiós, tristeza! De Meritxell Martí, Xavier Salomo.
- ¡Oh no, Lucas! De Chris Haughton.
- ¿De qué color es un beso? De Rocío Bonilla.
- Cuando estoy triste. De Tracey Moroney.
- Diario de las emociones. De Anna Llenas.
- El árbol de los recuerdos. De Britta Teckentrup.
- El monstruo de colores / The Color Monster. De Anna Llenas.
- El Punto. De Peter H. Reynolds.
- Emma Enfadosauria. De Brian Moses.
- Las emociones de Nacho. De Liesbet Slegers.

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

- Om. De M^a Isabel Sánchez Vegara.
- Respira. De Inês Castel-Branco.
- Te quiero (casi siempre). De Anna Llenas.
- Vacío. De Anna Llenas.
- Vaya Rabieta. De Mireille D'Allancé.

5.1 Contextualización

El centro que he seleccionado para llevar a cabo este TFG es el colegio Jesús-María ubicado en Gran Vía de Ferran el Catòlic, 37, 46008 Valencia. Este centro, acompaña a todo su alumnado en el descubrimiento de la experiencia de la bondad de Dios, fiel al espíritu de Claudina Thévenet, formándolos en el respeto a la dignidad de toda persona y animándolos a comprometerse por una sociedad más justa y solidaria.

Ofrece una educación cristiana, enraizada en nuestro tiempo y en nuestro mundo. Una educación atenta a cada persona, sensible a los problemas del mundo, abierta a la esperanza y comprometida con la realidad, cuya referencia es Jesús y su Evangelio. Esta institución fue creada hace doscientos años en Lyon (Francia), por Sta. Claudina Thévenet, quien fundó la Congregación de Religiosas de Jesús-María basada en la educación cristiana de niños y jóvenes, poniendo especial atención en los más pobres y necesitados. Desde entonces, la Congregación desarrolla su misión de “hacer conocer y amar a Jesús y María” a través de la educación y ser hoy testigos de la Bondad y el Perdón que transforma la vida, restaura al ser humano y nos enseña a mirar con misericordia. El espíritu de Claudina sigue creciendo con fuerza y está ya presente en 28 países de Asia, Europa y África. Son hoy 1187 religiosas, con una Asociación seglar “Familia Jesús-María” y son muchos los laicos que comparten la misión y carisma.

El centro lleva a cabo una educación desde la caridad hecha con hospitalidad, principalmente con los más pobres y necesitados. Para ello, se inculcan valores como la Libertad, la Responsabilidad, el Sentido Crítico, la Justicia, la Solidaridad, la Paz o la Convivencia. El colegio le otorga una gran importancia a que padres y profesores caminen juntos y en armonía para lograr la educación integral en los alumnos. Para el desarrollo y evaluación del Proyecto Educativo, el centro integra a todos sus miembros: alumnos,

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

padres, profesores y personal de administración y servicios, favoreciendo un buen clima escolar.

El colegio de Valencia inicia su funcionamiento en 1952, siendo muchas las generaciones que han pasado por sus aulas. Su actividad, desde la docencia, ha ido cambiando y adaptándose a las necesidades educativas de la ciudad y de la zona de cada momento. El edificio es amplio y espacioso, está situado cerca del centro de la ciudad y a su vez próximo al río, resultando agradable su entorno para los alumnos y para el desarrollo de la tarea educativa. Las etapas educativas que acoge el centro son las siguientes: Segundo ciclo de Educación Infantil, Educación Primaria, Educación Secundaria y Bachillerato.

Algunos de los servicios y recursos de los que dispone el centro son:

- Aula de informática: Se destina a la utilización de las nuevas tecnologías para trabajar de una manera lúdica los conceptos del currículo de las diferentes áreas.
- Laboratorio: Dotado de los medios necesarios para realizar investigaciones, experimentos, prácticas y trabajos de carácter científico, tecnológico o técnico.
- Aula de Pedagogía Terapéutica y Logopedia: Dispone de mesas dispuestas en pequeño grupo, rincón de informática y panel para exposición de trabajos.
- Aula de estudio: Equipada con mesas para actividades de pequeño grupo.
- Biblioteca: Dónde podemos encontrar libros o cualquier otro soporte de un texto, como publicaciones, revistas, documentos, catálogos, etc.
- Salón de Actos: Equipado con butacas, pantalla, proyector y equipo de sonido. Se utiliza para dar conferencias y para eventos.
- Gimnasio: Dotado de las instalaciones y los aparatos adecuados para hacer gimnasia y practicar ciertos deportes.
- Comedor: Con servicio de comidas: A las 13:00 h. para Infantil y Primaria (1º – 3º) A las 14:00 h. para Primaria (4º – 6º) y Secundaria. Posibilidades de contratación: Mensual Tickets para días sueltos (a partir de 1º de Primaria).
- Enfermería: Se atienden pequeñas curas y se administra medicación (siempre previa autorización y prescripción facultativa preceptiva)

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

- Ludoteca: Para aquellos alumnos que deben llegar al centro antes de la hora de entrada. Están atendidos por una monitora, realizando actividades diversas. El Centro oferta este servicio para alumnos de Educación Infantil y Primaria.

Para la realización de esta investigación se ha escogido un aula con 20 alumnos (10 niños y 10 niñas) por lo que nos encontramos con un equilibrio entre niños y niñas. Este alumnado corresponde al segundo ciclo de Educación Infantil segundo curso (4 años). Se trata de un alumnado perteneciente principalmente a la ciudad de Valencia. En cuanto al espacio del aula podemos encontrar: la asamblea, donde se realizan varias actividades como puede ser la lectura del cuento después del patio y por las tardes o los diálogos para obtener ideas previas; el mural temático, donde están ubicados todos los objetos y alimentos traídos de casa; la zona de juegos, donde los alumnos se expresan libremente y se relacionan entre ellos; la zona de trabajo, donde se realizan las actividades de la unidad didáctica, destrezas, trazos y almuerzo y la zona del docente, donde se guardan los materiales que los alumnos no pueden tocar.

La metodología que se emplea en el aula es activa, flexible y está fundamentada en las características psicoevolutivas del alumno. Teniendo en cuenta principalmente su ritmo de trabajo y sus conocimientos previos. Se abordan los contenidos de una manera globalizada y mediante unidades didácticas. Antes de comenzar con cada unidad didáctica, se decora la clase con el tema relacionado que se va a trabajar. Esto sirve como motivación al comienzo de cada unidad y hace referencia a los contenidos que se van a desarrollar. Por otro lado, en cuanto al personal docente, hay que destacar que en esta aula intervienen dos profesoras: una del área de castellano y la otra al área de inglés. Mantienen una relación bastante cercana con el alumnado y día a día desarrollan actividades creativas, que fomentan el desarrollo óptimo del alumnado en lo que se refiere a aprendizaje, capacidades y habilidades.

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

5.2 Objetivos y Contenidos

A partir de la información previamente presentada, es posible plantear una propuesta didáctica para el desarrollo de Competencias Emocionales basada en un procedimiento de lectura mediada de Literatura Infantil buscando los siguientes objetivos y contenidos de Educación Infantil:

5.2.1 Objetivos

Objetivos por áreas para el desarrollo de la Educación Emocional y la Educación Literaria en el segundo ciclo de Educación Infantil:

Conocimiento de sí mismo y autonomía personal:

- Conocer su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones, descubriendo las posibilidades de acción y de expresión coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimientos.
- Formarse una imagen ajustada y positiva de sí mismo, a través de la interacción con los otros y de la identificación gradual de las propias características, posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima y autonomía personal.
- Identificar los propios sentimientos y emociones, ser capaces de expresarlos y comunicarlos, e identificar y respetar, también, los de los demás.

Conocimiento del entorno:

- Observar y explorar de forma activa su entorno, generando interpretaciones sobre algunas situaciones y hechos significativos, mostrando interés por su conocimiento.
- Relacionarse con los demás, de forma equilibrada y satisfactoria, interiorizando gradualmente las pautas de comportamiento social y ajustando su conducta a ellas.

Lenguajes: comunicación y representación:

- Acercarse al conocimiento de obras artísticas expresadas en distintos lenguajes y realizar actividades de representación y expresión artística.

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

- Comprender las intenciones y mensajes de otros, adoptando una actitud positiva hacia las lenguas.
- Comprender, reproducir y recrear algunos textos literarios mostrando actitudes de valoración, disfrute e interés hacia ellos.
- Expresar sentimientos, deseos e ideas mediante la lengua oral y a través de otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación.
- Fomentar el conocimiento y la apreciación de la música como fenómeno artístico y medio de comunicación personal desarrollando la capacidad de expresión a través de técnicas musicales diversas.
- Iniciarse en los usos sociales de la lectura y la escritura investigando su funcionamiento y valorándolas como instrumento de comunicación, información y disfrute.
- Utilizar la lengua como instrumento de aprendizaje, de representación, de comunicación y disfrute, de expresión de ideas y sentimientos y valorando la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia.

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

5.2.2 Contenidos

Contenidos por áreas para el desarrollo de Educación Emocional y Educación Literaria en el segundo ciclo de Educación Infantil:

Conocimiento de sí mismo y autonomía personal:

- Conocimiento de su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones, descubriendo las posibilidades de acción y de expresión coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimientos.
- Formación de una imagen ajustada y positiva de sí mismo, a través de la interacción con los otros y de la identificación gradual de las propias características, posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima y autonomía personal.
- Identificación de los propios sentimientos y emociones, siendo capaz de expresarlos y comunicarlos, e identificar y respetar, también, los de los demás.

Conocimiento del entorno:

- Observación y exploración de forma activa su entorno, generando interpretaciones sobre algunas situaciones y hechos significativos, mostrando interés por su conocimiento.
- Relación con los demás, de forma equilibrada y satisfactoria, interiorizando gradualmente las pautas de comportamiento social y ajustando su conducta a ellas.

Lenguajes: comunicación y representación:

- Acercamiento al conocimiento de obras artísticas expresadas en distintos lenguajes realizando actividades de representación y expresión artística.
- Comprensión de las intenciones y mensajes de otros, adoptando una actitud positiva hacia las lenguas.
- Comprensión, reproducción y recreación de algunos textos literarios mostrando actitudes de valoración, disfrute e interés hacia ellos.

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

- Expresión de sentimientos, deseos e ideas mediante la lengua oral y a través de otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación.
- Fomentación del conocimiento y la apreciación de la música como fenómeno artístico y medio de comunicación personal desarrollando la capacidad de expresión a través de técnicas musicales diversas.
- Iniciación en los usos sociales de la lectura y la escritura investigando su funcionamiento y valorándolas como instrumento de comunicación, información y disfrute.
- Utilización de la lengua como instrumento de aprendizaje, de representación, de comunicación y disfrute, de expresión de ideas y sentimientos y valorando la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia.

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

5.3 Metodología

La metodología se basa en tener siempre presente el papel activo de nuestros alumnos. Un papel en el que ellos aprenderán mediante la experimentación, la observación, la manipulación, la creatividad, la imaginación y la capacidad de saberse expresar. Una metodología que parte de los conocimientos previos que poseen para poder adecuar las actividades a sus necesidades y de este modo poder intervenir mejor en la temática que se aborda.

Se combinan actividades de diferentes modalidades: en gran grupo, pequeño grupo e individuales; de modo que se involucren en diferentes situaciones, aprendiendo a respetar a los compañeros en cuanto a opiniones y maneras de hacer, así como también en la toma de decisiones. Se embarcan de forma interdisciplinar todas las áreas. Se valora el hecho de saber y poder expresar sus emociones y se intenta facilitar el camino para que éstos las sepan expresar con mayor facilidad. El papel del maestro, en la gran mayoría de propuestas, es de observador y guía.

Por otro lado, también se intenta que algunas de las actividades relacionen la escuela con el hogar, pidiendo que traigan materiales como cuentos infantiles para la biblioteca de aula. De modo que se involucre a las familias para que conozcan la temática que se está trabajando en la escuela, puedan ser una ayuda para aportar ideas y al mismo tiempo establecer esa relación tan importante entre casa y escuela, obteniendo como resultado una cooperación que permitirá poder trabajar más profundamente la temática con nuestros alumnos.

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

5.4 Intervención Didáctica

En este apartado se plasma la intervención didáctica de actividades propuestas para el aula de cuatro años. Como ya se ha mencionado anteriormente, está basada en el uso de un álbum infantil que fomenta el desarrollo del autocontrol emocional y una propuesta de actividades de Educación Emocional, que finaliza con una propuesta de biblioteca de aula que recoge diferentes materiales. A continuación, se presenta, de forma simplificada, cada actividad para el aula de infantil:

- | | |
|---------------|----------------------------|
| Actividad 1. | El rincón de la calma |
| Actividad 2. | Lluvia de ideas |
| Actividad 3. | Respira |
| Actividad 4. | Somos Respira |
| Actividad 5. | Nos relajamos y respiramos |
| Actividad 6. | Que sentimos con "Respira" |
| Actividad 7. | ¿Cómo respiramos? |
| Actividad 8. | El semáforo |
| Actividad 9. | Pelota antiestrés |
| Actividad 10. | Biblioteca de aula |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Tabla 2

Actividad 1 El rincón de la calma.

| | | |
|--|----------------------|--------------------------|
| NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: El rincón de la calma | | |
| N.º ALUMNOS: 20. | EDAD: 4 años. | DURACIÓN: 45 min. |
| OBJETIVOS: | | |
| Conocimiento de sí mismo y autonomía personal: | | |
| <ul style="list-style-type: none">- Identificar los propios sentimientos y emociones, ser capaces de expresarlos y comunicarlos, e identificar y respetar, también, los de los demás.- Conocer su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones, descubriendo las posibilidades de acción y de expresión coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimientos. | | |
| Lenguajes: comunicación y representación: | | |
| <ul style="list-style-type: none">- Expresar sentimientos, deseos e ideas mediante la lengua oral y a través de otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación.- Acercarse al conocimiento de obras artísticas expresadas en distintos lenguajes y realizar actividades de representación y expresión artística. | | |
| CONTENIDOS: | | |
| Conocimiento de sí mismo y autonomía personal: | | |
| <ul style="list-style-type: none">- Identificación de los propios sentimientos y emociones, siendo capaces de expresarlos y comunicarlos, identificando y respetando, también, los de los demás.- Conocimiento de su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones, descubriendo las posibilidades de acción y de expresión coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimientos. | | |
| Lenguajes: comunicación y representación: | | |
| <ul style="list-style-type: none">- Expresión de sentimientos, deseos e ideas mediante la lengua oral y a través de otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación. | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

- Acercamiento al conocimiento de obras artísticas expresadas en distintos lenguajes realizando actividades de representación y expresión artística.

DESARROLLO DE LA SESIÓN:

En esta primera sesión, los alumnos junto al docente prepararán en el aula un rincón de la calma que estará situado en una zona apartada del lugar de trabajo, donde los alumnos podrán acercarse cuando lo necesiten para tranquilizarse y poder regular las emociones mediante la respiración. En este rincón se pondrán todo tipo de materiales que ayuden a calmarse, como pueden ser unas plumas, cojines, peluches, cuentos o el bote de la calma.

Para que todos los alumnos puedan contribuir en la decoración de este rincón, ya que la idea principal es que todos los alumnos sean partícipes, se le dará a cada niño un mandala, para ayudar a fomentar la concentración de la energía en un solo punto, con la idea de que lo coloreen, adornen y coloquen a modo de decoración en el rincón.

Además, se pondrá música relajante con el objetivo de crear un ambiente de tranquilidad, mejorando de esta forma, su capacidad de memoria y concentración y ayudar así, al desarrollo de la imaginación y de la creatividad.

RECURSOS:

| | |
|--------------------|---|
| HUMANOS: | Docentes y discentes. |
| ESPACIALES: | Instalaciones arquitectónicas. |
| MATERIALES: | Plumas, botella de la calma, cuentos, mándalas y pinturas de colores. |

INDICADORES DE LOGRO:

| | SIEMPRE | CASI SIEMPRE | ALGUNAS VECES | NUNCA |
|---|---------|--------------|---------------|-------|
| Identifica los propios sentimientos y emociones. Es capaz de expresarlos y comunicarlos. Identifica y respeta, también, los de los demás. | | | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| <p>Conoce su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones.</p> <p>Descubre las posibilidades de acción y de expresión.</p> <p>Coordina y controla cada vez con mayor precisión gestos y movimientos.</p> | | | | |
| <p>Expresa sentimientos, deseos e ideas mediante la lengua oral.</p> <p>Los expresa a través de otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación.</p> <p>Se acerca al conocimiento de obras artísticas expresadas en distintos lenguajes.</p> <p>Realiza actividades de representación y expresión artística.</p> | | | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Tabla 3

Actividad 2 Lluvia de ideas

| | | |
|---|----------------------|--------------------------|
| NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Lluvia de ideas | | |
| N.º ALUMNOS: 20. | EDAD: 4 años. | DURACIÓN: 20 min. |
| <p>OBJETIVOS:</p> <p>Conocimiento de sí mismo y autonomía personal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificar los propios sentimientos y emociones, ser capaces de expresarlos y comunicarlos, e identificar y respetar, también, los de los demás. <p>Conocimiento del entorno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Observar y explorar de forma activa su entorno, generando interpretaciones sobre algunas situaciones y hechos significativos, mostrando interés por su conocimiento. <p>Lenguajes: comunicación y representación:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Expresar sentimientos, deseos e ideas mediante la lengua oral y a través de otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación - Comprender las intenciones y mensajes de otros, adoptando una actitud positiva hacia las lenguas. | | |
| <p>CONTENIDOS:</p> <p>Conocimiento de sí mismo y autonomía personal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificación de los propios sentimientos y emociones, siendo capaces de expresarlos y comunicarlos, identificando y respetando, también, los de los demás. <p>Conocimiento del entorno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Observación y exploración de forma activa su entorno, generando interpretaciones sobre algunas situaciones y hechos significativos, mostrando interés por su conocimiento. <p>Lenguajes: comunicación y representación:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Expresión de sentimientos, deseos e ideas mediante la lengua oral y a través de otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

- Comprensión de las intenciones y mensajes de otros, adoptando una actitud positiva hacia las lenguas.

DESARROLLO DE LA SESIÓN:

Previo a la lectura del álbum infantil “Respira”, se formularán unas preguntas a los alumnos. Partiendo del objetivo de identificar los géneros literarios, mostrando al mismo tiempo el álbum, preguntaremos:

- ¿Qué creéis que va a pasar en el cuento?
- ¿Cómo creéis que van a ser los personajes?
- ¿Cuál creéis que va a ser el tema?

Una vez realizadas estas preguntas, pasaremos a trabajar el álbum. Este se leerá en voz alta y se preguntará lo siguiente:

- ¿Qué creéis que va a pasar ahora?
- ¿A qué os recuerda esta parte de la historia?
- ¿Cómo creéis que se siente el personaje de la historia?

Para finalizar, se harán unas últimas preguntas para saber en qué ocasiones hay que controlar la respiración y para familiarizarse con las palabras autocontrol y regulación emocional:

- ¿Cómo podemos controlar nuestra respiración cuando por ejemplo estemos enfadados?
- ¿Qué podemos hacer cuando no podemos controlar las emociones por ejemplo la tristeza?

RECURSOS:

| | |
|--------------------|--------------------------------|
| HUMANOS: | Docentes y discentes. |
| ESPACIALES: | Instalaciones arquitectónicas. |
| MATERIALES: | Pizarra y cuento “Respira” |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

INDICADORES DE LOGRO:

| | SIEMPRE | CASI SIEMPRE | ALGUNAS VECES | NUNCA |
|--|----------------|---------------------|----------------------|--------------|
| <p>Identifica los propios sentimientos y emociones.</p> <p>Es capaz de expresarlos y comunicarlos.</p> <p>Identifica y respeta, también, los de los demás.</p> | | | | |
| <p>Observa y explora de forma activa su entorno.</p> <p>Genera interpretaciones sobre algunas situaciones y hechos significativos.</p> <p>Muestra interés por su conocimiento.</p> | | | | |
| <p>Expresa sentimientos, deseos e ideas mediante la lengua oral.</p> <p>Elige a través de otros lenguajes el que mejor se ajuste a la intención y a la situación</p> <p>Comprende las intenciones y mensajes de otros.</p> <p>Adopta una actitud positiva hacia las lenguas.</p> | | | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Tabla 4

Actividad 3 Respira

| | | |
|--|----------------------|--------------------------|
| NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Respira | | |
| N.º ALUMNOS: 20. | EDAD: 4 años. | DURACIÓN: 30 min. |
| <p>OBJETIVOS:</p> <p>Conocimiento de sí mismo y autonomía personal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificar los propios sentimientos y emociones, ser capaces de expresarlos y comunicarlos, e identificar y respetar, también, los de los demás. <p>Conocimiento del entorno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Relacionarse con los demás, de forma equilibrada y satisfactoria, interiorizando gradualmente las pautas de comportamiento social y ajustando su conducta a ellas. <p>Lenguajes: comunicación y representación:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Expresar sentimientos, deseos e ideas mediante la lengua oral y a través de otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación. - Iniciarse en los usos sociales de la lectura y la escritura investigando su funcionamiento y valorándolas como instrumento de comunicación, información y disfrute. | | |
| <p>CONTENIDOS:</p> <p>Conocimiento de sí mismo y autonomía personal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificación de los propios sentimientos y emociones, siendo capaces de expresarlos y comunicarlos, identificando también los de los demás. <p>Conocimiento del entorno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Relación con los demás, de forma equilibrada y satisfactoria, interiorizando gradualmente las pautas de comportamiento social y ajustando su conducta a ellas. <p>Lenguajes: comunicación y representación:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Expresión de sentimientos, deseos e ideas mediante la lengua oral y a través de otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación. | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

- Iniciación en los usos sociales de la lectura y la escritura investigando su funcionamiento y valorándolas como instrumento de comunicación, información y disfrute.

DESARROLLO DE LA SESIÓN:

Para la lectura del álbum infantil “Respira”, nos sentaremos todos en círculo en la alfombra del aula, cerca del rincón de lectura, donde estarán todos los cuentos al alcance de los alumnos y se creará un ambiente tranquilo, sin mucho ruido ni distracciones externas.

A la hora de la lectura del cuento, esta se hará de manera clara y con un tono de voz agradable, usando palabras sencillas para que todos los alumnos puedan entender sin ningún tipo de inconvenientes, cambiando el ritmo del relato, modulando la voz, haciendo gestos, incluyendo onomatopeyas, silbidos, canciones y sonidos. Además, es muy importante dar participación a los alumnos. En general, se trata de convertirnos en actores.

Con este álbum infantil, se pretende dar pautas de respiración y de relajación, por lo que la lectura se realizará con un tono de voz relajado.

RECURSOS:

| | |
|--------------------|--------------------------------|
| HUMANOS: | Docentes y discentes. |
| ESPACIALES: | Instalaciones arquitectónicas. |
| MATERIALES: | Cuento Respira. |

INDICADORES DE LOGRO:

| | SIEMPRE | CASI SIEMPRE | ALGUNAS VECES | NUNCA |
|---|----------------|---------------------|----------------------|--------------|
| Identifica los propios sentimientos y emociones. Es capaz de expresarlos y comunicarlos. Identifica y respeta, también, los de los demás. | | | | |
| Muestra interés por su conocimiento. | | | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| <p>Se relaciona con los demás, de forma equilibrada y satisfactoria.</p> <p>Interioriza gradualmente las pautas de comportamiento social y ajustando su conducta a ellas.</p> | | | | |
| <p>Expresa sentimientos, deseos e ideas mediante la lengua oral.</p> <p>Elige a través de otros lenguajes el que mejor se ajuste a la intención y a la situación.</p> <p>Se inicia en los usos sociales de la lectura y la escritura investigando su funcionamiento.</p> | | | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Tabla 5

Actividad 4 Somos Respira

| | | |
|--|----------------------|--------------------------|
| NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Somos Respira | | |
| N.º ALUMNOS: 20. | EDAD: 4 años. | DURACIÓN: 20 min. |
| <p>OBJETIVOS:</p> <p>Conocimiento de sí mismo y autonomía personal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conocer su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones, descubriendo las posibilidades de acción y de expresión y coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimientos. - Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, y ser capaces de expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros. <p>Conocimiento del entorno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Relacionarse con los demás, de forma cada vez más equilibrada y satisfactoria, interiorizando progresivamente las pautas de comportamiento social y ajustando su conducta a ellas. <p>Lenguajes: comunicación y representación:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comprender, reproducir y recrear algunos textos literarios mostrando actitudes de valoración, disfrute e interés hacia ellos. | | |
| <p>CONTENIDOS:</p> <p>Conocimiento de sí mismo y autonomía personal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conocimiento de su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones, descubriendo las posibilidades de acción y de expresión y coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimientos. - Identificación de los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, siendo capaces de expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros. | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Conocimiento del entorno:

- Relación con los demás, de forma cada vez más equilibrada y satisfactoria, interiorizando progresivamente las pautas de comportamiento social y ajustando su conducta a ellas.

Lenguajes: comunicación y representación:

- Comprensión, reproducción y recreación de algunos textos literarios mostrando actitudes de valoración, disfrute e interés hacia ellos.

DESARROLLO DE LA SESIÓN:

Con la idea de que los alumnos se familiaricen con la historia del álbum infantil “Respira”, se hará una obra teatral, ya que, a través del teatro, los niños van a ser capaces de perder la timidez y adquirirán la confianza que necesitan para crear vínculos personales en el día a día. Además, van a aprender a mover su cuerpo, a gesticular, a realizar movimientos para expresar sensaciones y sentimientos entrando en un mundo fantástico, siendo ellos los protagonistas.

Para ello, mientras el docente narra la historia, los alumnos tendrán que representarla, pueden hacer gestos, sonidos o incluso desplazarse por todo el espacio del aula. Con la intención de ambientar la obra, se reproducirán sonidos acordes con la historia, por ejemplo: el sonido de un globo, el del mar, de la naturaleza, del viento, etc.

Al finalizar la obra, se aplaudirá con energía detrás de cada actuación para que los niños se sientan realizados y estén orgullosos de su trabajo, además de animarse entre sí.

RECURSOS:

| | |
|--------------------|---|
| HUMANOS: | Docentes y discentes. |
| ESPACIALES: | Instalaciones arquitectónicas. |
| MATERIALES: | Ordenador, altavoces, sonidos de un globo, del mar, de la naturaleza, del viento. |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

INDICADORES DE LOGRO:

| | SIEMPRE | CASI SIEMPRE | ALGUNAS VECES | NUNCA |
|--|----------------|-------------------------|--------------------------|--------------|
| <p>Conoce su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones.</p> <p>Descubre las posibilidades de acción y de expresión.</p> <p>Coordina y controla cada vez con mayor precisión gestos y movimientos.</p> <p>Identifica los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias.</p> <p>Es capaz de expresarlos y comunicarlos a los demás.</p> | | | | |
| <p>Se relaciona con los demás, de forma cada vez más equilibrada y satisfactoria.</p> <p>Interioriza progresivamente las pautas de comportamiento social y ajusta su conducta a ellas.</p> | | | | |
| <p>Comprende, reproduce y recrea algunos textos literarios.</p> <p>Muestra actitudes de valoración, disfrute e interés hacia ellos.</p> | | | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Tabla 6

Actividad 5 Nos relajamos y respiramos

| | | |
|--|----------------------|--------------------------|
| NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Nos relajamos y respiramos | | |
| N.º ALUMNOS: 20. | EDAD: 4 años. | DURACIÓN: 30 min. |
| <p>OBJETIVOS:</p> <p>Conocimiento de sí mismo y autonomía personal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Formarse una imagen ajustada y positiva de sí mismo, a través de la interacción con los otros y de la identificación gradual de las propias características, posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima y autonomía personal. - Conocer su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones, descubriendo las posibilidades de acción y de expresión y coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimientos. <p>Lenguajes: comunicación y representación:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utilizar la lengua como instrumento de aprendizaje, de representación, de comunicación y disfrute, de expresión de ideas y sentimientos y valorando la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia. - Fomentar el conocimiento y la apreciación de la música como fenómeno artístico y medio de comunicación personal desarrollando la capacidad de expresión a través de técnicas musicales diversas. | | |
| <p>CONTENIDOS:</p> <p>Conocimiento de sí mismo y autonomía personal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Formación de una imagen ajustada y positiva de sí mismo, a través de la interacción con los otros y de la identificación gradual de las propias características, posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima y autonomía personal. - Conocimiento de su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones, descubriendo las posibilidades de acción y de expresión y coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimientos. <p>Lenguajes: comunicación y representación:</p> | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

- Utilización de la lengua como instrumento de aprendizaje, de representación, de comunicación y disfrute, de expresión de ideas y sentimientos y valorando la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia.
- Fomentación del conocimiento y la apreciación de la música como fenómeno artístico y medio de comunicación personal desarrollando la capacidad de expresión a través de técnicas musicales diversas.

DESARROLLO DE LA SESIÓN:

En esta sesión, se realizará un ejercicio de relajación con el objetivo de trabajar el lenguaje corporal y musical, para contribuir a la construcción de los aprendizajes que ayudan a los alumnos a asimilar los elementos auditivos en el juego. Este estará dividido en dos partes:

En la primera parte, se reproducirán diferentes fragmentos musicales, los cuales estarán caracterizados por ser más o menos relajantes. Para que el alumnado distinga el tipo de música, se tendrán que desplazar por todo el espacio siguiendo un ritmo. De este modo, si suena un fragmento de música que no es relajante se moverá el cuerpo de manera más rápida. En la segunda parte, el alumnado estará tumbado por el espacio y de fondo se reproducirá música relajante mientras el docente hace masajes con pelotas.

Una vez finalizado el ejercicio, se habrá disminuido el estrés muscular y mental, aumentando la confianza en uno mismo, la memoria y la concentración, lo que permite mejorar la calidad del aprendizaje.

RECURSOS:

| | |
|--------------------|----------------------------------|
| HUMANOS: | Docentes y discentes. |
| ESPACIALES: | Instalaciones arquitectónicas. |
| MATERIALES: | Música relajante y no relajante. |

INDICADORES DE LOGRO:

| | SIEMPRE | CASI SIEMPRE | ALGUNAS VECES | NUNCA |
|--|---------|--------------|---------------|-------|
| Se forma una imagen ajustada y positiva de sí mismo, a través de la interacción con los otros. | | | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| <p>Identifica de manera gradual las propias características, posibilidades y limitaciones.</p> <p>Desarrolla sentimientos de autoestima y autonomía personal.</p> <p>Conoce su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones.</p> <p>Descubre las posibilidades de acción y de expresión.</p> | | | | |
| <p>Utiliza la lengua como instrumento de aprendizaje, de representación, de comunicación y disfrute.</p> <p>Valora la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia.</p> <p>Fomenta el conocimiento y la apreciación de la música como fenómeno artístico y medio de comunicación personal.</p> <p>Desarrolla la capacidad de expresión a través de técnicas musicales diversas.</p> | | | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Tabla 7

Actividad 6 Que sentimos con "Respira"

| | | |
|---|----------------------|--------------------------|
| NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Que sentimos con “Respira” | | |
| N.º ALUMNOS: 20. | EDAD: 4 años. | DURACIÓN: 50 min. |
| <p>OBJETIVOS:</p> <p>Conocimiento de sí mismo y autonomía personal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Formarse una imagen ajustada y positiva de sí mismo, a través de la interacción con los otros y de la identificación gradual de las propias características, posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima y autonomía personal. - Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, y ser capaces de expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros. <p>Lenguajes: comunicación y representación:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Expresar sentimientos, deseos e ideas mediante la lengua oral y a través de otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación. - Acercarse al conocimiento de obras artísticas expresadas en distintos lenguajes y realizar actividades de representación y expresión artística mediante el empleo de diversas técnicas. | | |
| <p>CONTENIDOS:</p> <p>Conocimiento de sí mismo y autonomía personal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Formación de una imagen ajustada y positiva de sí mismo, a través de la interacción con los otros y de la identificación gradual de las propias características, posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima y autonomía personal. - Identificación de los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, siendo capaz de expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros. <p>Lenguajes: comunicación y representación:</p> | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

- Expresión de sentimientos, deseos e ideas mediante la lengua oral y a través de otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación.
- Acercamiento al conocimiento de obras artísticas expresadas en distintos lenguajes y realizar actividades de representación y expresión artística mediante el empleo de diversas técnicas.

DESARROLLO DE LA SESIÓN:

Para la realización de esta actividad se dividirá el proceso en dos partes:

La primera parte consistirá en que cada uno de los alumnos realizará individualmente un dibujo, reflejando los sentimientos y emociones, así como sus ideas y pensamientos sobre el cuento “Respira”. Posteriormente, lo mostrarán y explicarán a sus compañeros en la asamblea.

En la segunda parte, con el objetivo de realizar una creación literaria infantil, se utilizarán las ilustraciones del cuento para crear nuestra propia historia. El docente comenzará la historia y, a continuación, los niños irán levantando la mano para seguir con ella. Cada uno tendrá que decir una o dos frases hasta que todos hayan participado, y será el docente quien dé la historia por finalizada.

RECURSOS:

| | |
|--------------------|---|
| HUMANOS: | Docentes y discentes. |
| ESPACIALES: | Instalaciones arquitectónicas. |
| MATERIALES: | Folios, lápices, gomas, pinturas e imágenes del cuento. |

INDICADORES DE LOGRO:

| | SIEMPRE | CASI SIEMPRE | ALGUNAS VECES | NUNCA |
|--|---------|--------------|---------------|-------|
| Se forma una imagen ajustada y positiva de sí mismo, a través de la interacción con los otros. | | | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| <p>Identifica gradualmente las propias características, posibilidades y limitaciones.</p> <p>Desarrolla sentimientos de autoestima y autonomía personal.</p> <p>Identifica los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias.</p> <p>Es capaz de expresarlos y comunicarlos a los demás.</p> | | | | |
| <p>Expresa sentimientos, deseos e ideas mediante la lengua oral.</p> <p>Y a través de otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación.</p> <p>Se acerca al conocimiento de obras artísticas expresadas en distintos lenguajes.</p> <p>Realiza actividades de representación y expresión artística mediante el empleo de diversas técnicas.</p> | | | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Tabla 8

Actividad 7 ¿Cómo respiramos?

| | | |
|---|----------------------|--------------------------|
| NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: ¿Cómo respiramos? | | |
| N.º ALUMNOS: 20. | EDAD: 4 años. | DURACIÓN: 20 min. |
| OBJETIVOS: | | |
| Conocimiento de sí mismo y autonomía personal: | | |
| <ul style="list-style-type: none"> - Formarse una imagen ajustada y positiva de sí mismo, a través de la interacción con los otros y de la identificación gradual de las propias características, posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima y autonomía personal. - Conocer su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones, descubriendo las posibilidades de acción y de expresión y coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimiento. | | |
| Conocimiento del entorno: | | |
| <ul style="list-style-type: none"> - Observar y explorar de forma activa su entorno, generando interpretaciones sobre algunas situaciones y hechos significativos y mostrando interés por su conocimiento. | | |
| Lenguajes: comunicación y representación: | | |
| <ul style="list-style-type: none"> - Utilizar la lengua como instrumento de aprendizaje, de representación, de comunicación y disfrute, de expresión de ideas y sentimientos y valorando la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia. | | |
| CONTENIDOS: | | |
| Conocimiento de sí mismo y autonomía personal: | | |
| <ul style="list-style-type: none"> - Formación de una imagen ajustada y positiva de sí mismo, a través de la interacción con los otros y de la identificación gradual de las propias características, posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima y autonomía personal. - Conocimiento de su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones, descubriendo las posibilidades de acción y de expresión y coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimiento. | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Conocimiento del entorno:

- Observación y exploración de forma activa de su entorno, generando interpretaciones sobre algunas situaciones y hechos significativos y mostrando interés por su conocimiento.

Lenguajes: comunicación y representación:

- Utilización de la lengua como instrumento de aprendizaje, de representación, de comunicación y disfrute, de expresión de ideas y sentimientos y valorando la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia.

DESARROLLO DE LA SESIÓN:

Para comprender y visualizar el proceso de respirar, se le explicará y se le mostrará al alumnado cómo respiramos, desde que el aire entra por nuestra nariz hasta que sale por la boca, mediante dos movimientos que son: inspiración (cuando cogemos aire-oxígeno y lo llevamos hasta nuestros pulmones) y espiración (cuando expulsamos el aire transformado en dióxido de carbono).

Para ello, se creará una maqueta en la que tendremos la nariz, una boca, la laringe (que la crearemos con pajitas) y, por último, los pulmones que se representarán con bolsas de plástico transparente. Con esto, queremos que, de una manera visual, puedan comprender cómo es la acción de respirar.

RECURSOS:

| | |
|--------------------|--|
| HUMANOS: | Docentes y discentes. |
| ESPACIALES: | Instalaciones arquitectónicas. |
| MATERIALES: | Cartulinas, imágenes de pulmones, boca y nariz, pajitas y dos bolsas pequeñas de plástico. |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

INDICADORES DE LOGRO:

| | SIEMPRE | CASI SIEMPRE | ALGUNAS VECES | NUNCA |
|--|----------------|---------------------|----------------------|--------------|
| <p>Se forma una imagen ajustada y positiva de sí mismo, a través de la interacción con los otros.</p> <p>Identifica gradualmente las propias características, posibilidades y limitaciones.</p> <p>Desarrolla sentimientos de autoestima y autonomía personal.</p> <p>Conoce su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones.</p> <p>Coordina y controla cada vez con mayor precisión gestos y movimiento.</p> | | | | |
| <p>Observa y explora de forma activa su entorno.</p> <p>Genera interpretaciones sobre algunas situaciones y hechos significativos.</p> | | | | |
| <p>Utiliza la lengua como instrumento de aprendizaje, de representación, de comunicación y disfrute.</p> <p>Valora la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia.</p> | | | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Tabla 9

Actividad 8 El semáforo

| | | |
|---|----------------------|--------------------------|
| NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: El semáforo | | |
| N.º ALUMNOS: 20. | EDAD: 4 años. | DURACIÓN: 50 min. |
| <p>OBJETIVOS:</p> <p>Conocimiento de sí mismo y autonomía personal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conocer su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones, descubriendo las posibilidades de acción y de expresión y coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimientos. - Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, y ser capaces de expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros. <p>Conocimiento del entorno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Observar y explorar de forma activa su entorno, generando interpretaciones sobre algunas situaciones y hechos significativos y mostrando interés por su conocimiento. - Relacionarse con los demás, de forma cada vez más equilibrada y satisfactoria, interiorizando progresivamente las pautas de comportamiento social y ajustando su conducta a ellas. <p>Lenguajes: comunicación y representación:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utilizar la lengua como instrumento de aprendizaje, de representación, de comunicación y disfrute, de expresión de ideas y sentimientos y valorando la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia. | | |
| <p>CONTENIDOS:</p> <p>Conocimiento de sí mismo y autonomía personal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conocimiento de su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones, descubriendo las posibilidades de acción y de expresión y coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimientos. | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

- Identificación de los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, siendo capaz de expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros.

Conocimiento del entorno:

- Observación y exploración de forma activa su entorno, generando interpretaciones sobre algunas situaciones y hechos significativos y mostrando interés por su conocimiento.
- Relación con los demás, de forma cada vez más equilibrada y satisfactoria, interiorizando progresivamente las pautas de comportamiento social y ajustando su conducta a ellas.

Lenguajes: comunicación y representación:

- Utilización de la lengua como instrumento de aprendizaje, de representación, de comunicación y disfrute, de expresión de ideas y sentimientos y valorando la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia.

DESARROLLO DE LA SESIÓN:

Con la intención de crear una técnica para controlar las emociones, se realizará un juego denominado “El semáforo”. Como bien se sabe, el semáforo tiene tres colores: rojo, amarillo y verde. Cada color corresponde a una acción, así, si el semáforo está en rojo, esto significa que hay que parar, respirar y pensar cómo nos sentimos. Cuando el semáforo se pase a color amarillo hay que pensar qué se puede hacer y, por último, cuando el semáforo esté en verde, pasamos a realizar la acción que previamente habíamos pensado.

El alumnado se desplazará por el aula y cuando el semáforo se ponga en rojo tendrán que parar y decir cómo se sienten. Después se pondrá amarillo y tendrán que decir qué se puede hacer. Finalmente, el semáforo cambiará a verde y tendrán que realizar la acción.

Por último, se proporcionará el dibujo de un semáforo que se colocará en el rincón de la calma, para así, cada vez que se sientan mal o tengan dificultad a la hora de controlar sus emociones, recuerden los colores del semáforo y los pasos a seguir antes de actuar directamente.

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

RECURSOS:

| | |
|--------------------|---|
| HUMANOS: | Docentes y discentes. |
| ESPACIALES: | Instalaciones arquitectónicas. |
| MATERIALES: | Dibujo del semáforo, cartulinas de colores: negra, amarilla, roja y verde. Pegamento y tijeras. |

INDICADORES DE LOGRO:

| | SIEMPRE | CASI SIEMPRE | ALGUNAS VECES | NUNCA |
|--|----------------|---------------------|----------------------|--------------|
| <p>Conoce su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones, descubriendo las posibilidades de acción y de expresión.</p> <p>Coordina y controla cada vez con mayor precisión gestos y movimientos.</p> <p>Identifica los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias.</p> <p>Es capaz de expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros.</p> | | | | |
| <p>Observa y explora de forma activa su entorno, generando interpretaciones sobre algunas situaciones.</p> <p>Muestra interés por su conocimiento.</p> | | | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| <p>Se relaciona con los demás, de forma cada vez más equilibrada y satisfactoria.</p> <p>Interioriza progresivamente las pautas de comportamiento social y ajustando su conducta a ellas.</p> | | | | |
| <p>Utiliza la lengua como instrumento de aprendizaje, de representación, de comunicación y disfrute.</p> <p>Valora la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia.</p> | | | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Tabla 10

Actividad 9 Pelota antiestrés

| | | |
|---|----------------------|--------------------------|
| NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Pelota antiestrés | | |
| N.º ALUMNOS: 20. | EDAD: 4 años. | DURACIÓN: 50 min. |
| OBJETIVOS: | | |
| Conocimiento de sí mismo y autonomía personal: | | |
| <ul style="list-style-type: none">- Conocer su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones, descubriendo las posibilidades de acción y de expresión y coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimientos. | | |
| Lenguajes: comunicación y representación: | | |
| <ul style="list-style-type: none">- Utilizar la lengua como instrumento de aprendizaje, de representación, de comunicación y disfrute, de expresión de ideas y sentimientos y valorando la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia.- Comprender las intenciones y mensajes de otros niños, así como de las personas adultas, adoptando una actitud positiva hacia las lenguas.- Acercarse al conocimiento de obras artísticas expresadas en distintos lenguajes y realizar actividades de representación y expresión artística mediante el empleo de diversas técnicas. | | |
| CONTENIDOS: | | |
| Conocimiento de sí mismo y autonomía personal: | | |
| <ul style="list-style-type: none">- Conocimiento de su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones, descubriendo las posibilidades de acción y de expresión y coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimientos. | | |
| Lenguajes: comunicación y representación: | | |
| <ul style="list-style-type: none">- Utilización de la lengua como instrumento de aprendizaje, de representación, de comunicación y disfrute, de expresión de ideas y sentimientos y valorando la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia. | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

- Comprensión de las intenciones y mensajes de otros niños, así como de las personas adultas, adoptando una actitud positiva hacia las lenguas.
- Acercamiento al conocimiento de obras artísticas expresadas en distintos lenguajes y realizar actividades de representación y expresión artística mediante el empleo de diversas técnicas.

DESARROLLO DE LA SESIÓN:

Esta actividad consistirá en crear una pelota antiestrés. En primer lugar, mezclaremos en un recipiente, harina y arroz. Por cada dos vasos de harina pondremos uno de arroz y lo mezclaremos bien. Cuando ya tengamos la mezcla nos ayudaremos de un embudo para rellenar nuestro globo y lo cubriremos con dos globos más.

A continuación, para reforzarlo, utilizaremos otros globos para envolverlo un poco más, para ello, recortaremos la punta y lo cubriremos con dos globos más. Una vez tengamos la base de nuestra pelota antiestrés con globos, podemos decorarla para que sea un poco más divertida, por ejemplo, podemos hacer un pollito y un cerdito.

Para hacer el pollito, intercalaremos un globo amarillo, uno naranja y otro amarillo, de esta manera obtendremos un pico de color naranja y el resto de nuestro pollito será de color amarillo. Para hacer el cerdito haremos lo mismo, pero jugaremos con un tono rosa y uno rojo para el hocico y los acabaremos de decorar con un rotulador permanente de color negro.

El objetivo, es que cada alumno elabore su propia pelota antiestrés para así tener un recurso con el que poder controlar sus emociones.

RECURSOS:

| | |
|--------------------|--|
| HUMANOS: | Docentes y discentes. |
| ESPACIALES: | Instalaciones arquitectónicas. |
| MATERIALES: | Harina, arroz, cuchara, recipiente para la mezcla, globos y rotuladores permanentes. |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

INDICADORES DE LOGRO:

| | SIEMPRE | CASI SIEMPRE | ALGUNAS VECES | NUNCA |
|--|----------------|---------------------|----------------------|--------------|
| <p>Conoce su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones.</p> <p>Descubre las posibilidades de acción y de expresión.</p> <p>Coordina y controla cada vez con mayor precisión gestos y movimientos.</p> | | | | |
| <p>Utiliza la lengua como instrumento de aprendizaje, de representación, de comunicación y disfrute.</p> <p>Valora la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia.</p> <p>Comprende las intenciones y mensajes de otros niños, así como de las personas adultas.</p> <p>Se acerca al conocimiento de obras artísticas expresadas en distintos lenguajes.</p> <p>Realiza actividades de representación y expresión artística mediante el empleo de diversas técnicas.</p> | | | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Tabla 11

Actividad 10 Biblioteca de aula

| | | |
|---|----------------------|---|
| NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Biblioteca de aula | | |
| N.º ALUMNOS: 20. | EDAD: 4 años. | DURACIÓN: la que se estime oportuna. |
| <p>OBJETIVOS:</p> <p>Conocimiento de sí mismo y autonomía personal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, y ser capaces de expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros. <p>Conocimiento del entorno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Relacionarse con los demás, de forma cada vez más equilibrada y satisfactoria, interiorizando progresivamente las pautas de comportamiento social y ajustando su conducta a ellas. <p>Lenguajes: comunicación y representación:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utilizar la lengua como instrumento de aprendizaje, de representación, de comunicación y disfrute, de expresión de ideas y sentimientos y valorando la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia. - Comprender, reproducir y recrear algunos textos literarios mostrando actitudes de valoración, disfrute e interés hacia ellos iniciándose en los usos sociales de la lectura y la escritura explorando su funcionamiento. | | |
| <p>CONTENIDOS:</p> <p>Conocimiento de sí mismo y autonomía personal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificación de los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, siendo capaz de expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros. <p>Conocimiento del entorno:</p> | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

- Relación con los demás, de forma cada vez más equilibrada y satisfactoria, interiorizando progresivamente las pautas de comportamiento social y ajustando su conducta a ellas.

Lenguajes: comunicación y representación:

- Utilización de la lengua como instrumento de aprendizaje, de representación, de comunicación y disfrute, de expresión de ideas y sentimientos y valorando la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia.
- Comprensión, reproducción y recreación de algunos textos literarios mostrando actitudes de valoración, disfrute e interés hacia ellos iniciándose en los usos sociales de la lectura y la escritura explorando su funcionamiento.

DESARROLLO DE LA SESIÓN:

Como sesión final, se creará una biblioteca de aula dirigida al autocontrol emocional en la que se incluirán diferentes álbumes infantiles a los que el alumnado tendrá acceso siempre que quiera. Aunque a esta edad todavía no saben leer, no significa que no puedan disfrutar de los libros y de su rincón de lectura; visualizar los libros, tocarlos, idear la historia o hablar de cada dibujo. Además, cada día el docente seleccionará un cuento al azar y lo contará a todos en el rincón del cuento.

Dichos álbumes infantiles serán:

- ¡Adiós, tristeza! De Meritxell Martí, Xavier Salomo.
- ¡Oh no, Lucas! De Chris Haughton.
- ¿De qué color es un beso? De Rocío Bonilla.
- Cuando estoy triste. De Tracey Moroney.
- Diario de las emociones. De Anna Llenas.
- El árbol de los recuerdos. De Britta Teckentrup.
- El monstruo de colores / The Color Monster. De Anna Llenas.
- El Punto. De Peter H. Reynolds.
- Emma Enfadosauria. De Brian Moses.
- Las emociones de Nacho. De Liesbet Slegers.

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

- Om. De M^a Isabel Sánchez Vegara.
- Respira. De Inês Castel-Branco.
- Te quiero (casi siempre). De Anna Llenas.
- Vacío. De Anna Llenas.
- Vaya Rabieta. De Mireille D'Allancé.

RECURSOS:

| | |
|--------------------|--------------------------------|
| HUMANOS: | Docentes y discentes. |
| ESPACIALES: | Instalaciones arquitectónicas. |
| MATERIALES: | Álbumes infantiles. |

INDICADORES DE LOGRO:

| | SIEMPRE | CASI SIEMPRE | ALGUNAS VECES | NUNCA |
|---|----------------|---------------------|----------------------|--------------|
| Identifica los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias. Es capaz de expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros. | | | | |
| Se relaciona con los demás, de forma cada vez más equilibrada y satisfactoria. Interioriza progresivamente las pautas de comportamiento social y ajustando su conducta a ellas. | | | | |
| Utiliza la lengua como instrumento de aprendizaje, de representación, de | | | | |

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| <p>comunicación y disfrute, de expresión de ideas y sentimientos.</p> <p>Valora la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia.</p> <p>Comprende, reproduce y recrea algunos textos literarios mostrando actitudes de valoración, disfrute e interés hacia ellos.</p> <p>Se inicia en los usos sociales de la lectura y la escritura explorando su funcionamiento.</p> | | | | |
|--|--|--|--|--|

CONCLUSIONES

6 CONCLUSIONES

Inicialmente en este Trabajo de Fin de Grado, se planteaba una serie de objetivos que combinaban la Educación Emocional (adquirir conocimientos y Competencias Emocionales) y la Educación Literaria (desarrollo de la Competencia Literaria). Siendo el objetivo central del trabajo, el diseño de una propuesta de intervención pedagógica para el aula de segundo curso de Educación Infantil, partiendo del uso de la Literatura Infantil como herramienta para el desarrollo de las Competencias Emocionales.

Tras llevar a cabo la propuesta de intervención didáctica, se puede decir que, durante el desarrollo de las actividades hubo muy buena acogida por parte de todo el alumnado del aula de 4 años, sobre todo, en la presentación del álbum infantil “Respira”, que, al ser desconocida para ellos, esta técnica, les ayudó a centrar completamente su atención y a cumplir con las instrucciones que se daban en todo momento. Una de las actividades que gustó mucho fue la Actividad 7 “¿Cómo respiramos?” a través de la cual, pudieron entender perfectamente el proceso de respiración. Afirmando, por tanto, que las actividades que han tenido más éxito son aquellas que han incluido en su diseño la creación de diferentes materiales.

La puesta en práctica de la intervención ha causado muy buena sensación, no solo en el alumnado, sino también, en las tutoras que intervienen en el aula de infantil, las cuales han transmitido su valoración positiva de la propuesta didáctica y el interés por trabajar las técnicas de autocontrol emocional con el alumnado, destacando especialmente la creatividad de las actividades. Tras la aplicación de esta, se puede afirmar, que el alumnado ha conseguido adquirir estrategias para trabajar el autocontrol emocional, y, por lo tanto, mejorar su competencia emocional. Haber alcanzado todos estos objetivos lleva a afirmar que la Literatura Infantil efectivamente es una herramienta didáctica eficaz para desarrollar y fomentar el autocontrol emocional.

Por otra parte, la realización de este trabajo ha permitido adquirir nuevas nociones sobre la Educación Emocional y la Educación Literaria. Así mismo, al obtener más conocimientos sobre estos temas, se ha podido ver la poca importancia que se le da en los centros escolares y, sobre todo, en una etapa tan significativa como la Educación Infantil.

CONCLUSIONES

De manera que, la realización del presente TFG ha permitido poner en práctica todos los conocimientos adquiridos a lo largo de estos cuatro años de formación en el Grado en Maestro de Educación Infantil. Asimismo, llevarlo a cabo en un aula real con niños de 4 años, ha hecho que se valoren facilidades y dificultades que posteriormente se tendrán en cuenta a la hora de trabajar en un aula de infantil.

Finalmente, se puede decir que, este trabajo ha cumplido con todas las expectativas previamente establecidas, aportando muchos más conocimientos de los esperados, pudiendo conocer nuevos recursos, herramientas y estrategias de control emocional. Se ha de añadir que, trabajar teniendo como base la Literatura Infantil ha permitido conocer, además, nuevos álbumes infantiles, despertando un gran interés por el desarrollo de intervenciones en las que se combine Literatura Infantil y Educación Emocional. En definitiva, hay que seguir aprendiendo y ampliar nuestros conocimientos, puesto que, la formación continua de los docentes es indispensable para garantizar el correcto desarrollo de una buena educación en el mundo.

REFERENCIAS

7 REFERENCIAS

- Allace, M. (2002). *Vaya rabieta*. España: Corimbo.
- Altamirano, F. (2013). El contagio de la literatura: otra mirada de la didáctica de la literatura. *Dialogía. Revista de lingüística, literatura y cultura*, 7, 227-244.
- Andrés, R. (2016). El afecto, las emociones y la enseñanza de literatura. *Revista de Teoría de la literatura y Literatura Comparada* (15).
- Bermúdez, S. (2010). Las emociones y la teoría literaria: Un encuentro enriquecedor para la comprensión del texto literario. *En - claves del pensamiento*, 4 (8), 147-167.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación Emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2005). La Educación Emocional en la formación del profesorado. *Revista*
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Editorial Síntesis.
- Bisquerra, R. (2016). *Educación Emocional. Propuestas para educadores y familias*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Bisquerra, R., y Fernández, M. (2011). *Educación Emocional y bienestar*. Madrid: Wolters Kluwer.
- Bisquerra, R., y Pérez Escoda, N. (2007). *Las Competencias Emocionales*. Facultad de educación: UNED. Educación XXI, 10, 61 - 82.
- Bisquerra, R., y Pérez Escoda, N. (2012). Educación Emocional: estrategias para su puesta en práctica. *Revista de la Asociación de Inspectores de Educación de España*, 16 (16), 1-11.
- Bonilla, R. (2015). *¿De que color es un beso?*. España: Algar.
- Borda, M. I. (2005). *Sobre la animación a la lectura de libros literarios*. En: Abril Villalba, M. (coord.) *Lectura y Literatura Infantil y Juvenil*. Claves, pp. 117-147. Málaga: Aljibe.
- Castel – Branco, I. (2015). *Respira*. Barcelona: Fragmenta.

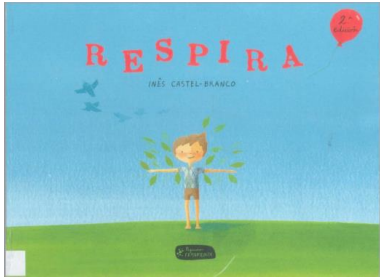


REFERENCIAS

- Cervera, J. (1992). *Teoría de la Literatura Infantil*. Bilbao: Mensajero/Universidad de Deusto.
- Colomer, T. (2005): Las funciones de la Literatura Infantil y el contexto actual. in: Abril Villalba, M. (coord.). *Lectura y Literatura Infantil y Juvenil. Claves*. Málaga: Aljibe, 25-47.
- Colomer, T. (2006). La educación sentimental en los álbumes infantiles actuales. *Casa de Leitura*, 6.
- Colomer, T. (2010). *Introducción a la Literatura Infantil y Juvenil actual*. Madrid: Síntesis.
- Haughton, C. (2014). *¡Oh no, Lucas!*. España: Milrazones.
- León, S. (2009). El rincón de la biblioteca, imprescindible en Educación Infantil. *Temas para la educación*, 1.
- Llenas, A. (2012). *El monstruo de colores*. Barcelona: Flamboyant.
- Llenas, A. (2014). *Diario de las emociones*. España: Paidós Iberica.
- Llenas, a. (2015). *Vacío*. España: Barbara Fiore.
- López Cassà, È. (2005). La Educación Emocional en la educación infantil. *Revista interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19 (3), 153-167.
- Margallo, A. M. (2011). La Educación Literaria como eje de la programación, in Camps, A. y Ruiz Bikandi, U. (Coords.): *Didáctica de la lengua castellana y la literatura*. Barcelona: Graó, 167-187.
- Margallo, A. M. (2012). *La Educación Literaria en los proyectos de trabajo*. TEMAS.
- Marina, J. A. (1999). *El laberinto sentimental*. Barcelona: Anagrama.
- Marina, J. A., y López Penas, M. (1999). *Diccionario de los sentimientos*. Barcelona: Anagrama.
- Martí, M. (2013). *¡Adiós, Tristeza!*. España: Almadraba.




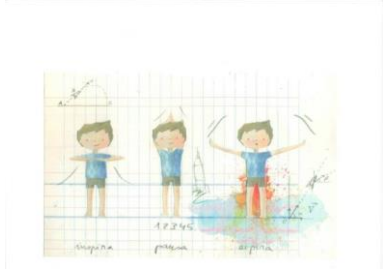
REFERENCIAS

- Martínez, L. (2013). El plan de lectura: marco para diseñar un proyecto de centro que integre la competencia emocional y la competencia lectora. *Cuadernos de Estudios Manchegos*, 38, 207 - 221.
- Martín-Piñol, C., Portela-Fontán, A., Gustems-Carnicer, J., y Calderón-Garrido, D. (2017). Arte y Educación Emocional: una propuesta en la formación inicial de maestros. *Universitas Tarraconensis. Revista de Ciències de l'Educació*, 1(1), 6-20.
- Mayoral, M. (2009). La biblioteca en el aula de educación infantil: La magia de los libros
- Mendoza Fillola, A. (2008). *La Educación Literaria: bases para la formación de la competencia lecto-literaria*. Alicante, Biblioteca Virtual Miguel de Cervantes. [(2004), Málaga, Ediciones Aljibe].
- Moroney, T. (2005). *Cuando estoy triste*. España: Algar.
- Pérez Guzmán, J. (2014). ¿Para qué leer?: Acercamientos a los sentidos de la literatura en la escuela. *Revista Senderos Pedagógicos* (5), 71-83.
- Peter, H. (2005). *El punto*. España: Serres.
- Riquelme, E. & Munita, F. (2011). La lectura mediada de Literatura Infantil como herramienta para la alfabetización emocional. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 37 (1), 269 - 277.
- Rueda, R. (2015). *Bibliotecas escolares*. Madrid: Narcea Ediciones.
- Sanchez, J. (2017). *Om*. España: Alba.
- Sanjuán, M. (2016). Los factores emocionales en el aprendizaje literario. *Inteligencia Emocional y Bienestar II: reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones*, 156-171.
- Segura, M. y Arcas, M. (2000). *Educar las emociones y los sentimientos. Introducción práctica al complejo mundo de los sentimientos*. Madrid: Narcea.
- Slegers, L. (2012). *Las emociones de nacho*. Zaragoza: Edelvives.
- Teckentrup, B. (2015). *El árbol de los recuerdos*. España: Nubeocho.




8.1 Álbum infantil “Respira”

| | |
|---|--|
|  | <p>Página 1:</p> <p>RESPIRA</p> |
|  | <p>Página 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> – H: Mamá, ¡hoy no puedo dormir! – M: ¿Por qué? – H: No lo sé...estoy nervioso y mi cabeza no para de pensar y pensar. – M: ¿Quieres que te enseñe a respirar? – H: ¿Respirar? ¡si yo ya sé respirar! – M: ¿Pero has pensado alguna vez como lo haces? |
|  | <p>Página 3:</p> <ul style="list-style-type: none"> – M: Hagamos una barca de papel y pongámosla sobre tu barriga. – H: ¿Una barca? ¡ya la hago yo! – M: Ahora imagina que está en el mar: Sube cuando entra el aire, es decir cuando inspiras. Y baja cuando espiras, cuando sacas el aire. – H: Inspiiiiiro... y espiiiiiiro – M: Cuando respiras, eres como las olas del mar. no tengas prisa en respirar. |



ANEXOS

| | |
|---|---|
|  | <ul style="list-style-type: none"> - M: has trabajado con la parte baja de los pulmones; pero también lo puedes hacer con la parte del medio. - H: ¿llenar el pecho de aire? - M: ¡Sí verás como cabe mucho! imagina que coges un globo con las manos y lo vas llenando. El globo crece, crece, se va hinchando... - H: ¡Oh, ha explotado! ¡vuelvo a empezar! |
|  | <p>Página 5:</p> <ul style="list-style-type: none"> - M: Puedes inspirar más lentamente imaginándote que hueles, una rosa... |
|  | <p>Página 6:</p> <ul style="list-style-type: none"> - M: ¿Sabes que los brazos te pueden ayudar a respirar con la parte alta de los pulmones? - H: ¿Cómo? - M: Por ejemplo... ¿Quieres ser un cohete que sube hacia el cielo? - H: ¿Hacia otras galaxias? |
|  | <p>Página 7:</p> <ul style="list-style-type: none"> - M: ¡Muy lejos! Juntas las manos y las subes bien alto, cuentas hasta cinco y después explotas (Bum) |



ANEXOS

| | |
|---|---|
|  | <p>Página 8:</p> <ul style="list-style-type: none"> - M: También se puede respirar con todas las partes de los pulmones. Puedes pensar que eres un árbol, un árbol que crece. - H: Mis pies son las raíces, el cuerpo es el tronco. - M: En cada respiración vas levantando los brazos por los lados, abriendo el pecho... respira tres veces y habrás dibujado una copa muy frondosa. - H: ¡Llena de hojas y manzanas rojas! - M: Después, con una sola respiración, vuelves a bajar los brazos y te relajas. |
|  | <p>Página 9:</p> <ul style="list-style-type: none"> - M: Vamos a ver, ¿qué tal un búho? los búhos no pueden mover los ojos. por eso, inspira mientras miras a cada lado, y espira cuando mires de frente. - M: Prueba también a imitar un gato. ¿Qué hace el gato? - H: Se estira con pereza... - M: Arquea tú también la espalda: inspira mirando hacia arriba y espira mirando al suelo. |
|  | <p>Página 10:</p> <ul style="list-style-type: none"> - M: Incluso puedes imaginar que eres una cobra. Te estiras en el suelo y, mientras inspiras tranquilamente, subes el cuerpo y la cabeza, haciendo fuerza con las manos hacia abajo. Espiras al bajar. |

ANEXOS

| | |
|---|---|
| | <p>- H: ¿Y si quiero volar?</p> <p>- M: Puedes ser una grulla. manteniendo el equilibrio sobre un pie, luego sobre el otro, mientras abres las alas con elegancia.</p> <p>- H: ¡Es difícil moverme así!</p> <p>- M: Inspira cuando vuelas, espira cuando te recoges y cruzas las manos por delante.</p> |
|  | <p>Página 11:</p> <p>- H: ¡Me cuesta relajar la espalda!</p> <p>- M: Ponte de pie e imagina que eres una campana.</p> <p>- H: Ding – dong...</p> <p>- M: Espira a cada campanada, girando el cuerpo hacia atrás.</p> <p>- H: Para que suene ¿verdad?</p> <p>- M: Después la campana se detiene y vuelve a estar en silencio. coloca las manos por delante y por detrás de la frente, cálmate y concéntrate, mientras respiras suavemente.</p> |
|  | <p>Página 12:</p> <p>- M: A veces, para respirar bien, basta con imaginar que somos un cuadrado, un triángulo, unas escaleras, unas murallas...</p> <p>- H: ... ¿O una montaña?</p> <p>- m: ¡Eso es!: inspiras cuando subes y espiras cuando bajas.</p> |

ANEXOS

| | |
|---|---|
| | <p>- M: Por cierto, ¿sabías que podemos respirar con letras? ¿Y que cada sonido hace vibrar una parte diferente de nuestro cuerpo?</p> <p>- H: ¿No son todos iguales?</p> <p>- M: ¡No!</p> |
|  | <p>Página 13:</p> <p>La U resuena en la barriga. La O fortalece el corazón. La A limpia los pulmones. La E hace vibrar el cuello. La I da vida a la cabeza.</p> |
|  | <p>Página 14:</p> <p>- H: Todo esto está muy bien, ¡pero hay tantas cosas que me asustan!</p> <p>- M: Son como nubes de una tormenta que no te dejan ver el cielo, ¿Verdad?</p> <p>- H: ¿Y cómo hago para apartarlas?</p> <p>- M: Imagina cada uno de estos miedos como una nube oscura. y vas soplando, y soplando... sintiendo como los miedos se van y empieza a aparecer un cielo azul.</p> |



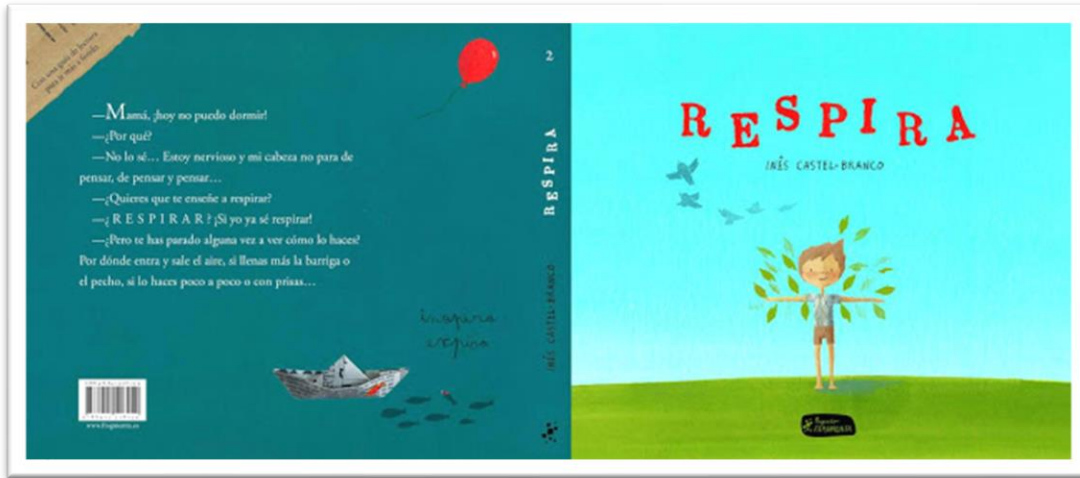
Página 15:

- M: Mira, cuando estás nervioso, eres como esta bola de nieve que se agita.
- H: Toda la purpurina está moviéndose y mi cabeza no puede ni pensar.
- M: Entonces, si empiezas a respirar profundamente, ¿Qué le pasa a la purpurina?
- H: Que va cayendo, hasta quedar en el suelo.
- M: Y el agua queda limpia, transparente. Como dentro de ti si te sabes tranquilizar.



Página 16:

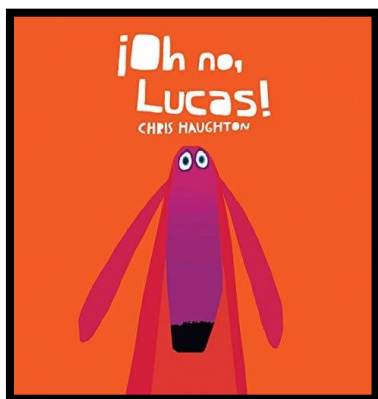
- M: Hay muchas formas de respirar: con las montañas o los animales, hinchando globos o haciendo navegar barcas, oliendo rosas o haciendo sonar campanas, lanzando cohetes o creciendo como un árbol...
- H: Sí, ahora me siento más tranquilo.
- M: Y lo has hecho, ¡Fijándote solamente en cómo respiras! Vuelve a hacerlo siempre que quieras a lo largo del día. presta atención, por unos momentos, a este aire que entra y sale.
- H: Ay, qué sueño... gracias por lo que me has ayudado a descubrir mamá.
- M: Venga, ahora vuelve a la cama y respira.



8.2 Biblioteca de aula infantil



Tina está triste porque su amigo Toni se va dos meses a casa de sus tíos; parece que nada la puede animar. Toni le explica que el tiempo pasará rápido y juntos piensan qué pueden hacer para no estar tristes cuando se echen de menos: se enviarán cartas y fotos, recordarán los buenos momentos que han pasado juntos y, sobre todo, guardarán una foto muy especial.



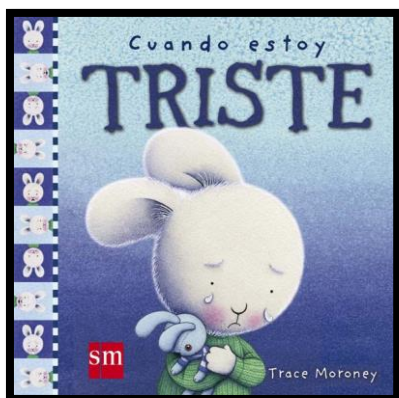
Lucas es el perrito de Quique, ya veis, un perro adorable con cara de amigo del alma y por supuesto, muy simpático. Cuando Quique tiene que salir de casa le pregunta a Lucas: ¿te vas a portar bien? y él responde: sí, voy a ser muy bueno. Pero se queda pensando: espero portarme bien. ¿Conseguirá Lucas portarse bien?



A Mónica le encanta pintar mil cosas de colores: mariquitas rojas, cielos azules, plátanos amarillos... pero nunca ha pintado un beso.

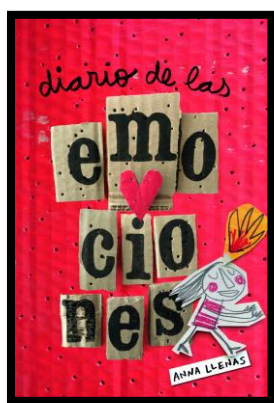
¿De qué color será? ¿Rojo como una deliciosa salsa de tomate? ¿No, porque también es el color de cuando estás enfadado? ¿Será verde como los cocodrilos, que siempre le han parecido tan simpáticos?

ANEXOS



Este cuento de la colección “Sentimientos” trata sobre muchas situaciones en las que podemos sentir tristeza y cómo reacciona el conejito protagonista de la historia.

La colección ha sido ideada para ayudar a los niños a comprender mejor cómo se sienten. Al final de cada libro hay una ficha para adultos escrita por un psicólogo infantil.



Transforma y mejora tus emociones a través de la creatividad.

¿Qué sientes en este momento?

Identificar lo que uno siente parece fácil, pero, en realidad, no lo es tanto. Se nos ha enseñado a pensar, a actuar, a decidir, pero... ¿y a sentir?



"Zorro había tenido una vida larga y feliz, pero ahora estaba cansado.

Observó su querido bosque una última vez, cerró los ojos y se quedó dormido para siempre."

ANEXOS

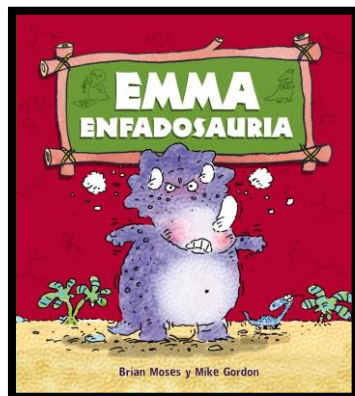


¿Alguna vez os habéis hecho un lío con vuestras emociones?

Pues eso mismo le ha sucedido al monstruo de colores, que deberá aprender a poner en orden la alegría, la tristeza, la rabia, el miedo y la calma.

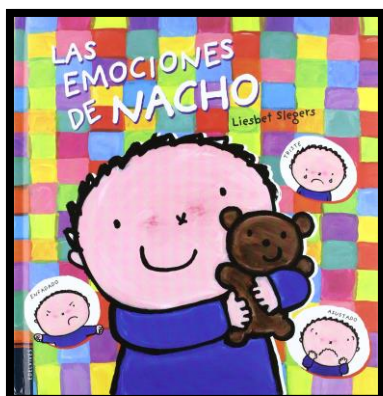


No tienes más que hacer una pequeña marca y observar adónde te lleva. Vashti dice que no sabe dibujar. Su profesora cree que sí. Porque sabe que todo el mundo tiene capacidad creativa dentro de sí. Y donde hay un punto, hay un camino...

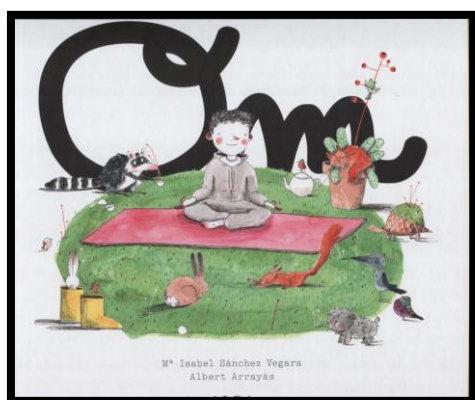


Emma Enfadosauria se enfada por todo: si no puede ver lo que quiere en la tele, si no gana a los juegos, si sus hermanos reciben algún regalo... A veces, incluso, ruge, patalea o golpea alguna puerta. ¿Cómo conseguirá Emma calmarse? Una forma divertida y desenfadada de analizar distintos sentimientos y actitudes que los niños y las niñas deben aprender a superar.

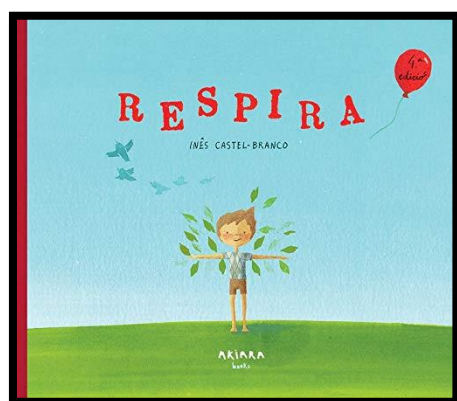
ANEXOS



Las emociones forman parte del día a día de Nacho. Cuando está enfadado, triste o asustado necesita que lo ayuden y lo consuelen. Y cuando está contento, como hoy, ¡le gustaría decírselo a todo el mundo! Un libro sobre las emociones con rimas, solapas y juegos de descubrimiento para divertirse con los más pequeños.



Descubre junto al pequeño Om un mundo salvaje lleno de animales increíbles: leones, tortugas, arañas, delfines, búhos ¡e incluso dragones! Las formidables criaturas que se esconden tras cada postura del yoga.



—Mamá, ¡hoy no puedo dormir!

—¿Por qué?

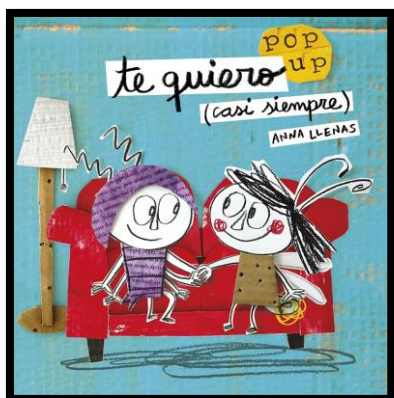
—No lo sé... Estoy nervioso y mi cabeza no para de pensar, de pensar y pensar...

—¿Quieres que te enseñe a respirar?

—¿R E S P I R A R ? ¡Si yo ya sé respirar!

—¿Pero te has parado alguna vez a ver cómo lo haces? Por dónde entra y sale el aire, si llenas más la barriga o el pecho, si lo haces poco a poco o con prisas...

ANEXOS

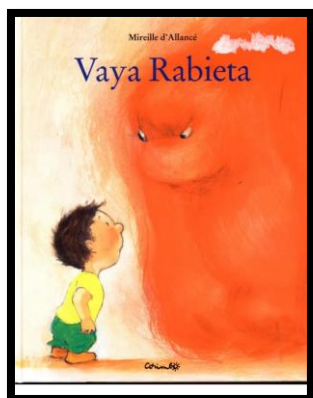


Una deliciosa historia de amor para todas las edades.

¿Por qué una misma característica de una persona hace que a veces nos guste y otras nos moleste? Lolo y Rita son muy distintos entre sí. Aceptar la diversidad no es siempre fácil... Pero ¿quién dijo que lo iba a ser? Un libro para niños y mayores que invita a la comprensión de aquello que nos hace diferentes, mostrando el mágico efecto de los polos opuestos...Una deliciosa historia de amor para todas las edades.



Una vida apacible y feliz puede verse truncada de repente por la toma de conciencia de un gran vacío, un agujero que nos atraviesa el pecho y nos lanza de inmediato a una forma de vida que no sabemos cómo llevar.



De 3 a 5 años. Roberto no ha tenido un buen día y está de mal humor. Su papá le ha castigado en su habitación. Entonces Roberto siente una Cosa terrible que le sale de dentro y que empieza a romperlo todo. ¡Si no la para a tiempo...!