

**UNIVERSITAT
JAUME·I**

EMOCIÓNATE
**PROYECTO EDUCATIVO DE INCLUSIÓN DE LAS
EMOCIONES EN EL AULA**

TRABAJO FINAL DE GRADO EN MAESTRA DE EDUCACIÓN PRIMARIA

Nombre del alumno/a: Marina Sancho Casse

Nombre del tutor/a de TFG: María Luisa García Baldán

Area de Conocimiento: Didáctica y Organización Escolar

Curso académico: 2021-2022

ÍNDICE

RESUMEN.....	2
JUSTIFICACIÓN.....	3
MARCO TEÓRICO	4
EMOCIÓN.....	5
EDUCACIÓN EMOCIONAL.....	5
INTELIGENCIA EMOCIONAL	6
DIVERSIDAD	7
METODOLOGÍA	8
CONTEXTO	9
CONTENIDOS GENERALES.....	10
OBJETIVOS GENERALES.....	10
METODOLOGÍA.....	10
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	18
TEMPORALIZACIÓN	18
EVALUACIÓN.....	19
CONCLUSIONES	20
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	22
ANEXOS.....	27

RESUMEN

Emociónate es un proyecto inspirado en un proyecto escolar en el que yo, autora de este trabajo, he participado durante mis prácticas académicas en el CEIP Jaume I, cuya finalidad es la creación de actividades que puedan realizarse en el día a día escolar y que trabajen la regulación de emociones por parte del alumnado, siempre adecuándose a las necesidades individuales. Todo esto teniendo en cuenta distintas aportaciones de autores sobre la educación emocional en el alumnado de educación primaria.

Palabras clave: escuela inclusiva, diversidad, alumnado de primaria, educación emocional, inteligencia emocional.

ABSTRACT

Emociónate is a project based on a school project in which I, author of this work, have participated during my academic internship at the CEIP Jaume I, the purpose of which is the creation of activities that can be carried out in the day to day school and that work the regulation of emotions by the students, always adapting to the individual needs. All this taking into account different contributions of authors on emotional education in primary school students.

Keywords: inclusive school, diversity, primary school students, emotional education, emotional intelligence.

JUSTIFICACIÓN

Para hablar de educar en el bienestar desde la diversidad, se deben plantear distintas cuestiones que se contestarán a lo largo de dicho trabajo: ¿qué es la diversidad y la educación emocional? ¿es posible educar desde las emociones? ¿por y para qué? ¿quién ha de ser el responsable?

Según la Ley Orgánica 8/2013 de Mejora de la Calidad Educativa, de 9 de diciembre, destaca que el alumnado es la razón de ser y el centro de la educación, con principios básicos como la no discriminación, la igualdad en oportunidades, la resolución pacífica de los conflictos y el fomento para la convivencia con una especial atención hacia actuaciones de prevención de violencia de género o discriminación.

La diversidad se puede encontrar en cualquier lugar, es un suceso que existe en la sociedad. Tiene diferentes tipos: cultural, capacidades, orientación sexual, género y socioeconómico. Como se puede ver, estos grupos de personas son las que están perjudicadas, por ello necesitan tener una educación inclusiva con una mayor atención hacia ellos. Las escuelas deben tener en cuenta estas diferencias y atenderlas para que no sean una barrera en su proceso de enseñanza-aprendizaje, si no una oportunidad de aprender y mejorar.

Igualmente, la inclusión está en continua formación, se trata de un procedimiento inacabado, por lo que una escuela no llegará a ser cien por cien inclusiva. Sí asegura que poco a poco se pueda garantizar, de la mejor manera posible, que el alumnado reciba una educación igualitaria y de calidad.

Respecto al concepto emoción, según el Diccionario de la Real Academia Española (2001) lo define como alteración del ánimo intensa o pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática. Las emociones son difíciles de comprender y a veces imposibles de controlar, y más en edades tempranas. Por ello, la Ley Orgánica 3/2020 del 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006 de 3 de mayo de Educación, remarca la importancia de incluir la educación emocional y los valores en cada una de las materias del currículo. De igual manera, se potenciará el aprendizaje significativo para un adecuado desarrollo de las competencias que favorecerán la autonomía y autoestima.

Es muy importante facilitar una educación emocional, ya que ayuda a que el alumnado se adapte a una sociedad que está cambiando continuamente. Por ello, las escuelas poco a poco van incorporando propuestas para trabajar la educación emocional en las aulas. Siendo así un lugar idóneo ya que el alumnado pasa la mayor parte de su tiempo allí y, también, porque a esas edades es cuando surgen los primeros vínculos y conflictos sociales.

Es un tema que hay que trabajar ya que no está del todo interiorizado en el sistema educativo actual, es beneficioso porque aumenta la seguridad en sí mismos, mejora el bienestar personal, favorece el aprendizaje y mejora así su rendimiento escolar. Además, una escuela inclusiva debe educar en emociones, debe atender el desarrollo integral de su alumnado, no hay desarrollo integral si no aprendemos a ser. Por ello, además de lo observado anteriormente sobre la educación y la inteligencia emocional, debemos incorporar a este ámbito de trabajo el concepto de diversidad. Si ambos conceptos son esenciales para el desarrollo integral del alumnado, se puede llegar a comprender que existe una mayor necesidad de incorporarlos también al alumnado con diversidad.

Este proceso, como es lógico, recae en el docente requiriendo una formación apta y necesaria, pero otro elemento clave es introducir a las familias para enriquecer el desarrollo del alumnado, así los involucramos en la comunidad educativa como apoyo al proyecto.

En cuanto al proyecto en sí, la educación emocional estará presente durante toda la etapa educativa, mediante acciones directas y transversales, en todas las áreas. Pero, la hora de tutoría es la idónea para la realización de este proyecto, ya que está exenta de material específico no relacionado con el proyecto, además donde se reúne la totalidad del alumnado. De esta manera no es discriminatoria para nadie y todos y cada uno del alumnado sean los beneficiarios.

Este trabajo estará compuesto por tres sectores, el primero los aspectos teóricos, el segundo el desarrollo de la propuesta con sus actividades y, por último, su evaluación y las conclusiones que se han sacado de dicho proyecto.

En definitiva, el centro educativo debe ser una comunidad de aprendizaje, lo que quiere decir que persigue una transformación social, desarrollan unas actuaciones educativas de éxito, que son: voluntariado, grupos interactivos, tertulias literarias dialógicas, tertulias pedagógicas, biblioteca tutorizada y modelo dialógico MDPRC. De estas las actuaciones educativas de éxito, en este proyecto se destaca sobre todo los grupos interactivos, son una manera de organizar el aula basada en la heterogeneidad y que incide en la mejora de la convivencia y solidaridad.

MARCO TEÓRICO

Actualmente muchas de las escuelas educan al alumnado solo de manera académica, cuando deberían hacerlo también emocionalmente. Se centran en los contenidos académicos dejando a un lado los contenidos actitudinales, siendo que uno de los objetivos del sistema educativo es el pleno desarrollo integral del alumnado en los centros. Según la Ley Orgánica 3/2020 de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006 de 3 de mayo de Educación, garantizar una formación adecuada pasa necesariamente por proporcionar una formación integral, que se centre en el desarrollo de las competencias, y que sea por una parte

equilibrada. Para que todo esto sea posible, se deberán realizar las adaptaciones o los cambios necesarios de manera individual y colectiva, para que todos y cada uno del alumnado tenga la oportunidad de tener una educación inclusiva de calidad. 5%

EMOCIÓN

Emoción es un concepto definido en multitud de ocasiones y con particularidades distintas en cada una de estas definiciones. Así pues se entiende por emoción el estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone una respuesta organizada Bisquerra y Pérez Escoda (2007).

Por otro lado la emoción como concepto puede ser diferenciada según el contexto u objetivo con el que se produzca, es el caso de la clasificación de Chóliz (2005) de la emoción en la que diferencia emoción adaptativa, que se da cuando un sujeto se adecúa al entorno en el que se encuentra, motivacional, pues la motivación y la emoción tienen una relación bidireccional, pudiendo provocar una la aparición de la otra y emoción social, cuando estas emociones favorecen, ayudan o sirven para un relación social o una comunicación, en definitiva para realizar una habilidad social.

Siguiendo con las diferentes definiciones de emoción, Fredrickson y Levenson (1998) también expresan que existe una clara división, en este caso de emociones positivas frente a emociones negativas. Se definen las negativas como las que cuentan con una clara relación con el peligro, cualquiera que sea el motivo de la aparición de éste, provocando una posible respuesta inmediata con el objetivo de superar con rapidez esta peligrosidad. Por otro lado las emociones positivas están directamente relacionadas con la seguridad, caso opuesto a las negativas, lo que provoca el efecto contrario, la posibilidad de ampliar el abanico de posibles respuestas.

Esta última definición es la base del concepto de definición que transmite Bisquerra (2000) ya que afirma que hay diez emociones básicas: inferioridad, vergüenza, tristeza, miedo, ira, frustración, desesperanza, decepción, culpa y ansiedad, que ha su vez se dividen en dos grupos, emociones negativas y positivas y que además éstas pueden dar lugar a emociones secundarias.

Todas estas definiciones dejan claro que el concepto de emoción va más allá de una simple definición clara y concisa, y que es un concepto difícil de interpretar por las múltiples formas de interpretarlo.

EDUCACIÓN EMOCIONAL

La educación emocional como su propio nombre indica relaciona la educación con las emociones. La educación emocional siempre ha estado presente en la enseñanza aunque no se hubiese definido como tal, pues estaba integrada de una forma indirecta, así lo indican Ruiz y Corchuelo (2015), con el paso del tiempo este concepto ha ido ganando fuerza y se ha puesto en

boca de diversos autores, lo que ha dado lugar a que como ocurre con la definición de emoción, la educación emocional sea objeto de una gran cantidad de opiniones, como es el caso de Merchán, Bermejo y González (2019) que recalcan que la formación en educación emocional incrementó la inteligencia emocional del alumnado ayudando a adquirir los conocimientos y competencias trabajados en el aula a través de actividades, de manera directa y ayudando a cumplir el objetivo de formar al estudiante para que afronte de mejor manera los retos de su vida fuera de la escuela.

La educación emocional también se ha relacionado con el concepto de competencias emocionales, esto lo expone Bisquerra (2020), quien dice que esta educación emocional tiene por objetivo principal desarrollar ciertas competencias emocionales como pueden ser: conciencia emocional, regulación emocional, autogestión, inteligencia interpersonal, habilidades de vida y bienestar. Una vez adquiridas estas competencias emocionales permitirán a la persona lograr otros objetivos.

Teniendo todo esto en cuenta se puede decir que la educación emocional debería ser un proceso continuo presente en todo currículum académico y en la enseñanza de los docentes para la mejor formación del alumno Vivas (2003).

Tal es la importancia de la educación emocional que, aunque no se refiera a ella con las mismas palabras, la podemos encontrar en la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, donde se afirma que las habilidades cognitivas, siendo imprescindibles, no son suficientes; es necesario adquirir desde edades tempranas actitudes clave como la confianza individual, la constancia, el entusiasmo y la aceptación del cambio. Clara referencia a la importancia de la educación emocional.

INTELIGENCIA EMOCIONAL

El ser conscientes de tus competencias emocionales y saber manejarlas de forma eficiente se considera inteligencia emocional.

Se ha demostrado que la inteligencia emocional y el rendimiento académico están relacionados, por su contra no lo está el tener un elevado intelecto con un alto grado de inteligencia emocional, pues el intelecto no asegura el control de las emociones (Pena y Repetto (2008), sin embargo, el control de las capacidades emocionales puede conllevar un bajo rendimiento académico, al igual que al malestar emocional y derivar en la aparición de comportamientos inadecuados.

Para poder hablar de inteligencia emocional, es necesario conocer unos términos relacionados con este. Larivée (2010) nos enseña los distintos tipos de inteligencias trabajadas por las inteligencias múltiples de Gardner: la lingüística, la musical, la lógico-matemática, la espacial, la kinestésica, la inter e intrapersonal, la naturalista y la existencial.

Finalmente, Bharwaney (2010) plantea aspectos importantes sobre la inteligencia emocional de los que Barcia Fernández (2014) destaca que ésta se puede aprender y desarrollar, aumentando con la experiencia, en función de la persona las necesidades son distintas. También remarca que la inteligencia emocional afecta a nuestra capacidad a la hora de tomar decisiones adecuadas, lo cual es importante, y todo esto se ve reflejado en las relaciones con los demás.

DIVERSIDAD

Según Aldámiz-Echevarria et al. (2000), el concepto de diversidad se define como diferencia y la diferencia es una característica humana. Creer que el sentido restrictivo no es el más acertado, pues clasificar no es el mejor punto de partida si se pretende dar sentido de normalidad a este término.

La Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible (2015) argumenta que no existe una fuerza transformadora más poderosa que la educación para promover los derechos humanos y la dignidad, lograr la erradicación de la pobreza y llegar a la ansiada sostenibilidad, construyendo un mejor futuro para todos, basándonos en la justicia social y la igualdad de derechos, respetando la diversidad cultural, la solidaridad internacional y demás aspiraciones que constituyen las características fundamentales de nuestra humanidad común. Para que este tipo de educación de calidad pueda darse, es necesario y fundamental introducir los conceptos de equidad e inclusión.

Igualmente, la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, argumenta que la equidad debe garantizar la igualdad de oportunidades para el pleno desarrollo de la personalidad, ayudando a superar cualquier discriminación y una accesibilidad a la educación, poniendo especial atención a aquellos que tengan algún tipo de discapacidad. De esta manera, se garantiza una estructura del currículo al servicio de una educación inclusiva y adecuada con la adquisición de competencias y que valore la diversidad. 0%

METODOLOGÍA

Este TFG se fundamenta en el proyecto llamado POTS, basado en la inteligencia emocional, que parte del cuento “El monstruo de colores” de Anna Llenas. La finalidad del proyecto POTS es la realización de prácticas inclusivas entre el alumnado de un centro ordinario y un específico o un centro ocupacional. Este año escolar, lo están llevando a cabo con el centro ocupacional de Síndrome de Down Castelló, y con la finalidad de realizar prácticas inclusivas entre el alumnado de una misma clase.

La finalidad de este TFG es crear un proyecto basado en actividades inclusivas, cuyo propósito es que el alumnado de 3º de Educación Primaria aprenda a regular las emocionales, teniendo en cuenta el nivel de desarrollo en el que se encuentran.

Como ya se ha comentado anteriormente, el tema principal del proyecto gira en torno al cuento “el monstruo de los colores” de Anna Llenas, tomándolo como referencia, el cual reconoce sus emociones y los organiza por colores dentro de unos botes.

Había una vez un monstruo que no sabía lo que sentía, a veces sentía rabia y miedo o rabia y tristeza, o calma y alegría, o calma y tristeza, ¡o todo a la vez! Se sentía hecho un lío...Hasta que aprendió a distinguir que cada hilo tenía un color, y que cada color...pertenece a una emoción diferente, así si podía separarlas era capaz de ponerle un nombre a cada cosa, y puso cada cosa en su sitio y saber por tanto que sentía en cada momento. (Llenas. 2012)

En el libro se nombran seis emociones básicas: la alegría, la tristeza, la rabia, el miedo, la calma y el amor.

El alumnado trabajará en grupos interactivos y heterogéneos. Según Valls (2016), los grupos interactivos (GI) consisten en organizar las clases en pequeños grupos de alumnos en función del rendimiento, género, cultura, etc., cada grupo a cargo de una persona adulta y un alumno de 6º de educación primaria voluntarios, que facilita la interacción, el diálogo y el aprendizaje. Se trata de 4 grupos de 4 o 5 alumnos, que realizan actividades cortas cada cierto tiempo.

Dentro de cada grupo interactivo se generan mecanismos de ayuda entre iguales, lo que favorece las relaciones de amistad y solidaridad, mientras aprenden más gracias a las interacciones que mantienen.

Esta forma de trabajar favorece la inclusión de todo el alumnado y no contribuir a la segregación de cualquier persona. Así todos y todas hacen las mismas actividades durante estas sesiones. Con esta actuación de éxito se está contribuyendo a prevenir el racismo, la xenofobia y la intolerancia, porque se fomenta las relaciones igualitarias de amistad y ayuda, mientras se desarrollan actividades de aprendizaje. El grupo es más consciente de su diversidad, respeta las

diferencias que tiene cada uno y se muestra más cohesionado. Estas relaciones crean un clima que permite mejores resultados académicos para todo el alumnado.

Las familias y el alumnado voluntario y la comunidad educativa participan y dinamizan las interacciones de estos grupos dentro del aula, no les resuelven las actividades, si no las potencian y crean preguntas. El docente tiene el papel de coordinar las actividades, observar, resolver dudas y proporcionar apoyo cuando es necesario. Tanto el docente como el voluntariado participan en la valoración de estas actividades.

Estas interacciones, están basadas en un aprendizaje dialógico, el cual incluye 7 principios fundamentales: diálogo igualitario, inteligencia cultural, transformación, dimensión instrumental, creación de sentidos, solidaridad, igualdad de diferencias.

Este proyecto se organizará de la siguiente manera. Antes de la puesta en práctica, se agrupará al alumnado en 3 grupos de 4 alumnos y 2 grupos de 5 alumnos, a cada grupo se les proporcionará una forma geométrica para su identificación (triángulo, círculo, cuadrado o rombo), se diseñarán las actividades a realizar y los adultos y alumnado voluntario recibirán una formación impartido por el personal docente. Durante el desarrollo de las actividades, habrá un familiar y un alumno voluntario por cada grupo. Para finalizar, cuando ya se hayan realizado todas y cada una de las sesiones, se realizará una evaluación de estas, indicando observaciones y propuestas de mejora, y realizando una valoración conjunta del voluntariado con el docente a través de fichas.

Antes de trabajar las sesiones de las emociones, se realizará una visualización de un cortometraje relacionado con la emoción a trabajar y una ficha sobre dicho cortometraje. Esta actividad servirá para que el alumnado se ponga en contexto sobre la emoción que se trabajará la semana siguiente. Las fichas de las actividades de los cortometrajes se pueden encontrar en el Anexo 1.

Cada uno del alumnado de la clase llevará un pin de la figura geométrica del grupo al que pertenecen y su nombre escrito en ella, para que los voluntarios puedan identificarlos y dirigirse a ellos por sus nombres.

CONTEXTO

Este proyecto va dirigido a un grupo de entre 20-25 alumnos de 3º de educación primaria. Se puede realizar en cualquier centro educativo, pero tendría mayor beneficios en un colegio público ya que existe mayor diversidad en las aulas que en los otros. Por ello, el centro escogido para la puesta en práctica del proyecto es el CEIP Jaume I. Se trata de un centro público en la ciudad de Castellón. Es el centro donde estoy realizando el Prácticum III del grado, lo que significa que conozco su organización y funcionamiento, lo cual me ha facilitado la elaboración de este proyecto. Su realización está prevista para el curso 2022-2023, por lo tanto se trata de una

propuesta que de momento no se llevará a cabo. Como bien se ha comentado anteriormente, el alumnado del centro es muy diverso en cuanto a cultura, etnia, ideología, nacionalidad, economía... esta diversidad es el mejor recurso para aprender a convivir y conseguir la mejora de resultados de cada uno de ellos.

Las sesiones se realizarán en el aula de tecnología del centro educativo, ya que es lo suficientemente grande y cuenta con muchas herramientas y recursos para llevar a cabo las actividades.

CONTENIDOS GENERALES

- Desarrollo de la competencia emocional
- Valores y principios democráticos
- Interdependencia y cohesión social
- Inteligencia inter e intrapersonal
- Conocimiento de emociones tanto propias como ajenas
- Manejo y control emocional

OBJETIVOS GENERALES

El objetivo principal de este proyecto es la inteligencia emocional vinculada a la educación inclusiva.

Este proyecto tiene la pretensión de conseguir que el alumno/a sea capaz de:

- Conocer sus propias emociones e identificar la de otros.
- Adaptar las emociones en función de la situación en la que se encuentren.
- Conseguir una mayor inteligencia emocional.
- Impulsar valores y actitudes de tolerancia y respeto.
- Procurar que se lleve a cabo un trabajo basado en la cooperación y colaboración.
- Enseñar mediante técnicas tanto manipulativas como técnicas artísticas.
- Apoyar la implicación de los familiares en la educación de sus hijos e hijas.
- Aumentar su motivación.

METODOLOGÍA

Habrán un total de 6 sesiones, con una duración de hora y media cada una. El proyecto comenzará a principio del curso escolar, pero las sesiones como tal empezarán en enero y finalizarán en junio, realizándose una sesión cada mes.

La metodología que se utilizará en las sesiones es cooperativa, activa, participativa y dinámica. Todo el alumnado estará distribuido por grupos, todos los equipos deberán trabajar de manera coordinada para poder conseguir los objetivos establecidos. Las actividades de cada una de las sesiones, están basadas en este proyecto sobre las emociones, ya que en ocasiones se les

plantean situaciones reales de la vida cotidiana que deben solucionar. Para ello, se utilizan los juegos como medio de aprendizaje, así aprenderán motivados.

En cada sesión de las emociones, se realizará un total de 4 actividades muy diversas en cuanto a material y recursos. Cuando se acabe cada actividad, se reproducirá un pedazo de una canción relacionada con la emoción que se está trabajando indicando el cambio de actividad. Las canciones de cada sesión se pueden encontrar en el Anexo 3.

A continuación, se puede observar las 6 sesiones de las emociones con sus objetivos, contenidos y actividades.

SESIÓN 1	LA CALMA
OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> • Obtener estrategias que faciliten el autocontrol. • Elaborar material relajante. • Ayudar a que consigan un estado de calma. • Aprender de los elementos naturales. 	
CONTENIDOS	
<ul style="list-style-type: none"> • Motricidad fina. • Estrategias que den sensación de calma y armonía. • Valoración de las cosas importantes. • Procesos de gestión emocional. 	
DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES	
<p>Actividad 1: pelotas antiestrés</p> <p>Llenamos el globo con aire e introducimos la boquilla de este en la botella, volcamos la botella y llenamos el globo, retiramos el aire que sobra del interior del globo y cortamos la punta. Después, cogemos otro globo y volvemos a cortar la punta para meter la pelota en el segundo globo.</p> <p>Actividad 2: palo de lluvia</p> <p>Coger el tubo de cartón y decorarlo, dibujar y recortar dos tapas para cerrar los extremos, pegarán un extremo y por el otro introducirán el arroz con el embudo hasta la mitad del tubo. Por último, se cerrará el otro extremo con cinta adhesiva como el anterior.</p> <p>Actividad 3: bote de colores</p> <p>En el bote de cristal irán colocando la sal de colores con ayuda de un embudo. Cada vez que cambien de color, deberán utilizar el tapón de corcho para aplastar la sal y que no se mueva. Cuando ya tengan el bote lleno, colocarán un disco de cartón antes de poner la tapa para que la sal no se mueva.</p> <p>Actividad 4: botella sensorial</p> <p>Coger la botella y empezar a colocar los objetos que más les gusten dentro, no rellenarlo mucho, luego añadirle un poco de purpurina y por último rellenar la botella con agua hasta llenarla casi toda con el embudo y cerrarlo con el tapón.</p>	
RECURSOS	
Botella de plástico transparentes Tijeras Embudo Globos Harina Arroz Tapón de corcho pegado a un palillo Objetos para decorar (bolas de colores, cascabeles, etc.)	Tubo de cartón Colores Bote de cristal con tapa Cinta adhesiva Sal fina de colores Disco de cartón Agua Purpurina de colores

SESIÓN 2	LA ALEGRÍA
OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> • Encontrar situaciones que nos proporcionan alegría. • Aprender a trabajar de manera colectiva. • Identificar virtudes o cualidades positivas de cada uno. • Promover buenas relaciones entre el alumnado. 	
CONTENIDOS	
<ul style="list-style-type: none"> • Actitud positiva • Motivación • Situaciones por las que se da la emoción • Normas establecidas 	
DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES	
<p>Actividad 1: Collage</p> <p>Con revistas y periódicos, realizan un collage en una cartulina del color de la emoción, con recortes de imágenes, palabras o frases que tengan que ver con la alegría.</p> <p>Actividad 2: Listado</p> <p>En un folio, sin poner el nombre, cada uno debe anotar una cosa que le hagan felices, un objeto, un momento, un lugar... Después, pasarán el folio al miembro de su derecha y volverán a escribir otra cosa distinta. Seguirán así hasta tener de nuevo el folio que ellos habían escrito la primera vez. Podrán observar las cosas que hacen felices a sus compañeros/as y tenerlas en cuenta.</p> <p>Actividad 3: Cuento</p> <p>Entre todos los componentes del grupo, se escribirá un cuento o una historia alegre. De uno en uno irán escribiéndola en un folio, añadiendo lo que crean conveniente y necesario a la historia. Su extensión será de una cara. Cuando hayan acabado se leerá en voz alta para que todos escuchen el resultado final.</p> <p>Actividad 4: Virtud</p> <p>Cada uno deberá escribir en una hoja en horizontal su nombre en mayúsculas. En cada una de las letras de sus nombres, tendrán que escoger una virtud o una cualidad positiva que tengan y que empiecen por esa letra. Cuando lo acaben lo enseñarán al resto de sus compañeros/as.</p>	
RECURSOS	
Revistas y periódicos Tijeras Pegamento Cartulinas amarillas Folios Lápices	

SESIÓN 3	LA TRISTEZA
OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> • Participar de manera activa • Reflexionar sobre el concepto de tristeza • Identificar situaciones que produzcan tristeza • Ser empáticos 	
CONTENIDOS	
<ul style="list-style-type: none"> • Capacidad de hacer sentir mejor a las personas que están triste. • Habilidades sobre las competencias emocionales. • Importancia de la comunicación. • Búsqueda de alternativas para gestionar la tristeza. 	
DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES	
<p>Actividad 1: ¿Triste?</p> <p>Se le mostrará al alumnado una imagen de una persona triste, a partir de ella realizarán una lluvia de ideas de las posibles causas por las que pueda estar triste. Estas causas serán escritas en una hoja. Se utilizará la misma hoja para cada grupo para observar si han coincidido en alguna causa con el resto de los compañeros.</p> <p>Actividad 2: el consuelo</p> <p>Se les cuenta una historia sobre una niña que no sabe leer y sus compañeros de clase se ríen de ella. La encontráis llorando porque es la única que no sabe leer y le da vergüenza. Les planteamos las preguntas de: ¿Cómo debe sentirse la niña? ¿Qué harían cada uno de ellos para hacerle sentir mejor? Las respuestas se escriben en una hoja y se guardan en una caja. Se sacarán un par de ellas para leerlas en voz alta y comentarlas entre todos.</p> <p>Actividad 3: ¿Qué harías?</p> <p>Se les proporcionará una lista con situaciones y varias acciones, tanto correctas como incorrectas. Entre todos deberán escoger que acción realizarían ellos ante la situación propuesta y ponerla en común.</p> <p>Actividad 4: A color</p> <p>Cada tendrá un trozo de cartulina blanca, la cual pintarán con colores variados. Cuando esté todo pintado, encima volverán a pintarlo de negro sin que queden huecos. Luego, pensarán una situación o sentimiento que les inquiete. Con ayuda del palillo, dibujarán o escribirán una situación o sentimiento, dejando que se exprese en la cartulina.</p>	
RECURSOS	
Imagen persona triste	Palillos
Folios	Cartulinas
Colores de cera	Lápices
Lista de situaciones ficticias	

SESIÓN 4	LA RABIA
OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> • Aprender a gestionar una situación que provoque rabia. • Comprender la emoción que están sintiendo. • Diferenciar situaciones negativas y positivas ante un conflicto. 	
CONTENIDOS	
<ul style="list-style-type: none"> • Libertad de expresión • Control de la emoción • Buena predisposición • Reflexión sobre el estado 	
DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES	
<p>Actividad 1: ¿Qué quieres tú?</p> <p>Realizarán una lista de manera individual sobre lo que pueden hacer cuando se enfadan en vez de herir a alguien o a sí mismos (llorar, pedir un abrazo, escuchar música...). Cuando la hayan acabado, la pondrán en común con el resto, pudiendo anotar otras opciones que hayan comentado. Pintarán y adornarán esa lista. Podrán acudir a ella cuando se sientan mal para que escojan de qué manera quieren gestionar la emoción.</p> <p>Actividad 2: Expresión</p> <p>El alumnado tendrá acceso a colores y papeles en blanco, deberán garabatear sobre el folio, con total libertad, descargando su emoción. Al acabar, podrán romperlos, rasgarlos o arrugarlos. Podrán realizarlo tantas veces les sean necesarias.</p> <p>Actividad 3: Termómetro de las emociones</p> <p>Deben relacionar cada imagen de la emoción con su la frase que lo representa. Después, cada uno escogerá el nivel de enfado que experimentan. Tendrán que reflexionar sobre dicho estado, si es el correcto o lo pueden mejorar.</p> <p>Actividad 4: Técnica de la tortuga</p> <p>Les contaremos la historia de la tortuga y les proporcionaremos las herramientas necesarias para que puedan gestionar la emoción y relajarse paso a paso.</p>	
RECURSOS	
<p>Folios</p> <p>Lápices</p> <p>Colores de madera</p> <p>Imágenes de los emoticonos</p> <p>Frases identificatorias de la emoción</p>	

SESIÓN 5	EL MIEDO
OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> • Aprender a combatir el miedo • Reconocer la emoción • Conseguir una autonomía • Poder expresar la emoción 	
CONTENDIOS	
<ul style="list-style-type: none"> • Motricidad fina • Autonomía personal • Estrategias para gestionarlo 	
DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES	
<p>Actividad 1: Atrapasueños</p> <p>Cada uno escogerá una pulsera de plástico, cogerán hilo de lana de un color y harán un nudo en la pulsera para que no se les vaya. Después, enrollarán de punta a punta de la pulsera la lana, dándole vueltas hasta casi rellenar el círculo. Volverán a hacer un nudo para atar el hilo. Cogerán las plumas ya pintadas en una clase de plástica, y las pegarán con celo a un trozo de hilo, el cual se atará a la pulsera de plástico para colgarlos.</p> <p>Actividad 2: Monstruo</p> <p>Sólo se tiene miedo a lo desconocido, por eso cada alumno dibujará y pintará en un folio su propio monstruo.</p> <p>Actividad 3: El muñequito</p> <p>Tendrán un folio con una silueta humana dibujada, cada uno tendrá que señalar dónde localiza el miedo en su cuerpo (en la cabeza, el corazón, las manos...). Cuando lo tengan localizado se les pedirá que comenten qué sienten en esa parte del cuerpo cuando tienen miedo (dolor, temblor, náuseas, insomnio...).</p> <p>Actividad 4: Situaciones</p> <p>Se reparte a cada uno una situación que causa miedo en los niños y niñas, deberán decir por turnos en voz alta una solución para combatir estos miedos, sus compañeros podrán compartir otras soluciones. Después, añadirán otras cosas que les causen miedo (una película, un animal, una persona...).</p>	
RECURSOS	
Pulseras de plástico de colores Ovillos de lana de colores Dibujos de plumas ya pintados Folios en blanco Hojas con silueta humana	Lápices Celo Colores Tijeras

SESIÓN 6	EL AMOR
OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> • Comprender el amor hacia uno mismo y hacia los demás • Diferenciar los tipos de amor • Mostrar afecto y respeto 	
CONTENIDOS	
<ul style="list-style-type: none"> • Amor de calidad • Sentimientos de afecto • Cooperación • Formas de expresión 	
DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES	
<p>Actividad 1: Emparejamiento Distribuido por la mesa habrá palabras y definiciones. El alumnado deberá relacionar cada concepto con la definición correspondiente.</p> <p>Actividad 2: Come cocos Cada uno realizará un comecocos en un folio siguiendo los pasos necesarios. Cuando ya lo tengan hecho, deberán escribir mensajes bonitos y de amor escondidos en él (un abrazo, un beso, una caricia, etc.).</p> <p>Actividad 3: Mural En un mural en blanco, cada uno deberá anotar en un color qué o quién les hace felices. Podrán adornar el mural con dibujos. Lo irán rellenando cada grupo hasta que ya no falte ninguno, cuando esté acabado se colgará en clase.</p> <p>Actividad 4: Cooperar Se les explica que el amor no solo se representa dando besos, abrazos y diciendo cosas bonitas, si no también ayudando a los demás. Comentarán por turnos situaciones cotidianas que han vivido o han visto en los que ha hecho falta la ayuda a otra persona.</p>	
RECURSOS	
Conceptos y sus definiciones Folios en blanco Lápices Colores Mural en blanco	

Los recursos complementarios de algunas actividades, se encuentra en el Anexo 2.

ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

En la curso el cual se realiza el proyecto, se encuentra un caso de un alumno diagnosticado con trastorno del desarrollo intelectual. Se trata de un alumno que presenta un retraso mental leve de un año en comparación con el resto de sus compañeros y compañeras de clase. Se le fue diagnosticado en la etapa de educación infantil. Tiene limitaciones en su capacidad intelectual y tiene dificultades para seguir el currículum ordinario, pero es capaz de leer, escribir, razonar...

Se esfuerza muchísimo a la hora de realizar las actividades en el aula y sigue bastante bien las clases solo. Recibe refuerzo dentro del aula, cuenta con el ambiente y las herramientas necesarias para llevar a cabo las tareas del día a día como el resto del alumnado. Se le proporciona adaptaciones como darle más tiempo para la realización de las actividades, una explicación más clara y sencilla, ayuda y apoyo de sus compañeros, actividades fragmentadas y más dinámicas...

Este alumno puede seguir la realización de las actividades de las sesiones del proyecto de manera adecuada, ya que sabe leer y escribir en condiciones, aunque en ocasiones puede estar más desmotivado. Para esto, cuenta con el apoyo de los voluntarios y de sus compañeros de grupo para que pueda seguir las actividades en su tiempo establecido.

TEMPORALIZACIÓN

La primera reunión informativa se realizará en el mes de octubre, con la asistencia del profesorado encargado, las familias voluntarias, el alumnado de 6º de educación primaria voluntarios y el propio alumnado. Dicha reunión se elaborará en la hora de tutoría de 13:00 horas a 14:00 horas el viernes 14 de octubre.

Las reuniones de coordinación se realizarán los martes de 10:30 horas hasta las 11:30 horas, aprovechando la clase de música en la cual no estará el alumnado en el aula. Estas reuniones se elaborarán dos veces al mes como mínimo, antes para preparar el material necesario y después para reflexionar sobre la sesión y proponer mejoras para la siguiente. Los participantes de estas reuniones serán las familias voluntarias, el alumnado de 6º voluntario, la tutora y los coordinadores de la comunidad educativa.

La visualización de los cortometrajes previos a las sesiones se realizará una semana antes a cada una. Esa actividad tendrá una duración de 40 min dividida en 5 min para la visualización del corto y 30 min para la realización de las actividades.

Las emociones se trabajarán una en cada sesión, es decir, un total de seis sesiones con sus actividades previstas. Es necesario que las actividades propuestas de cada emoción se

realicen el mismo día, ya que tienen relación entre ellas. Las sesiones se realizarán todos los viernes con un período de 3 o 4 semanas de diferencia, desde las 12:30 horas hasta las 14:00 horas, utilizando 30 min del horario de plástica y la hora de la de tutoría. La primera sesión será la de la calma, la segunda sesión la de la alegría, la tercera sesión la de la tristeza, la cuarto sesión la de la rabia, la quinta sesión la del miedo y la última sesión la del amor.

Tanto el horario como la candelarización se pueden encontrar en el Anexo 4.

EVALUACIÓN

La evaluación se estructura en 3 ocasiones, la evaluación inicial a través de las actividades realizadas con relación a los cortometrajes visualizados anteriormente para conocer sus conocimientos previos sobre la emoción que se trabajará; la evaluación formativa, donde el voluntariado observará al alumnado durante la realización de las actividades de las sesiones; y por último, la evaluación final, donde se realizarán dos evaluaciones, la que realizará el docente pudiendo establecer el grado de desarrollo de las competencias claves y la autoevaluación del alumnado.

La evaluación realizada por el voluntariado se rellenará en cada sesión y tendrá una cada voluntario participante. Esta evaluación se realizará teniendo en cuenta cada grupo y sus miembros, respondiendo con un Sí o un No a las preguntas de manera individualizada. Las cuestiones tienen relación con los objetivos establecidos que se pretenden que logren en cada una de las sesiones y sus actividades correspondientes. También cuenta con una casilla de observaciones en la que podrán anotar lo que les haya parecido importante para tener en cuenta la evaluación, y un apartado para responder a una pregunta relacionada con la metodología de las sesiones.

La evaluación del docente se realizará de manera individual, una para cada alumnado participante. Esta evaluación está basada en las competencias clave según las recomendaciones de la Unión Europea, RECOMENDACIÓN DEL CONSEJO de 22 de mayo de 2018 relativa a las competencias clave para el aprendizaje permanente, esenciales para lograr que los ciudadanos puedan desarrollarse tanto personal como social y profesionalmente, adaptándose a una sociedad y un mundo globalizado, siempre cambiante. Estas competencias claves son: comunicación lingüística, sociales y cívicas, digitales, aprender a aprender, consciencia y expresiones culturales, matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología, y sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.

La autoevaluación que se les proporcionará al alumnado consta de cuatro preguntas y su objetivo es saber el grado de satisfacción tras haber realizado las sesiones.

Las rúbricas y cuestionarios de las evaluaciones y autoevaluación se pueden encontrar en el Anexo 5.

CONCLUSIONES

Las personas no eligen lo que sienten, las emociones y los sentimientos están para sentirlos y expresarlos, y no reprimirlos, ignorarlos o negarlos, son la manera de comunicar lo que nos está pasando y así poder resolverlo. Por ello, es importante poder manifestar lo que se siente y que el resto sepa lo que nos está pasando, pudiendo tener apoyo y puntos de vista distintos, pero también conseguir aliviarnos.

Me he dado cuenta del papel fundamental que tienen los docentes, ya que somos modelos a seguir, importantes para el desarrollo de nuestro alumnado. Debemos dominar nuestra gestión emocional para transmitir a nuestro alumnado este conocimiento, pudiendo reconocer la emoción y la situación en la que se está desarrollando, en el caso de ser negativa, proporcionar unas herramientas para que se pueda solucionar y evitar que se vuelva a producir en un futuro.

El proyecto POTS no ha contado con la participación de las familias. Esta participación es fundamental, como bien he podido observar en las sesiones de matemáticas de grupos interactivos donde las familias si participaron directamente. La presencia de los padres durante las actividades propiciaba un estado del alumnado mucho más relajado, un mejor comportamiento y una mayor predisposición. Esto ha respaldado la idea que tenía a la hora de planificar mi proyecto siguiendo las pautas que daban otros autores como RamirezLucas, A., Ferrando M y Sáinz A., (2015) que decían que la familia, como primer agente de socialización, debe ser consciente de la importancia de educar en materia de inteligencia emocional, dándole la importancia que merece. Un estilo educativo democrático favorece el desarrollo de la comunicación, el manejo del estrés, mejora su capacidad de regular sus emociones y su desarrollo intrapersonal.

Respecto al trabajo dentro del aula, existe una gran variedad de recursos que pueden ser útiles para trabajar las emociones, pero los docentes no son conscientes de las muchas herramientas que tienen a su alcance para acercar a los más pequeños al mundo emocional. Como bien se ha podido observar en este Trabajo Fin de Grado, los cortometrajes son uno de los muchos recursos que se pueden utilizar, otros pueden ser libros, juegos, música, películas, obras teatrales, etc. Además, a partir de ellos se pueden plantear y llevar a cabo actividades relacionadas con la inteligencia emocional y la expresión de las emociones. Cabe destacar que, junto a estos recursos mencionados anteriormente, se debe potenciar la capacidad del alumnado para expresar sus propias emociones.

En mi período de prácticas he tenido la oportunidad de observar y participar en una de las sesiones del proyecto POTS, en este caso la emoción de la alegría. Fue una gran experiencia ya

que, tanto yo como los voluntarios del centro ocupacional, aprendimos una nueva forma de enseñar a través de una metodología más dinámica y motivadora. Por otro lado, en dicha sesión surgió un pequeño conflicto entre una voluntaria y una alumna, pero gracias a lo aprendido en las sesiones anteriores, solucionaron entre las dos el problema. Pude analizar los beneficios y las dificultades que supone trabajar la educación emocional, comprobando finalmente la importancia de dicha educación en las personas, aprendiendo a cómo deben actuar en las diferentes ocasiones que se les puede plantear en su día a día en la sociedad.

De acuerdo con Valls y Munté (2010), los grupos interactivos tienen un objetivo transformador, ya sea en el proceso de enseñanza-aprendizaje del alumnado participante como de las relaciones y los vínculos que se crean tanto entre ellos como con los voluntarios. Esto lo he podido ver mientras se ha llevado a cabo el proyecto POTS, pues he observado la creación de vínculos entre los participantes, los cuales comenzaron desde principio del curso cuando empezaron a trabajar juntos y fueron creciendo con el paso del tiempo ya que se veían todos los meses muy a menudo, propiciando la aparición de fuertes relaciones.

Es de gran importancia destacar que las emociones y su gestión deben estar y trabajarse día a día dentro de las aulas, ya que al trabajarlas crean beneficios en su desarrollo social, evitando conductas conflictivas e impulsivas. Pero no solo debe trabajarse en las aulas, si no también fuera de ellas, en el entorno social y familiar para que tengan una mayor eficacia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 30 actividades para trabajar las EMOCIONES con NIÑOS [DESCARGABLES]. (2018, 19 junio). Club Peques Lectores: cuentos y creatividad infantil. <http://www.clubpequeslectores.com/2015/06/trabajando-las-emociones-recursos-educativos.html>
- Aldamiz, M. D. M. (2000). *¿Cómo Hacerlo?: Propuestas Para Educar En Grao*. https://books.google.es/books?id=ZzLCqj7GnmsC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q=diversidad&f=false
- Asale, R. (2021). *emoción | Diccionario de la lengua española*. «Diccionario de la lengua española» - Edición del Tricentenario. <https://dle.rae.es/emoci%C3%B3n>
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI)1. *Psicothema*, 18, 13-25. Recuperado a partir de <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/8415>
- Bermejo, M.L. (2019). Eficacia de un Programa de Educación Emocional en Educación Primaria. *Revista de estudios e investigación en psicología y educación*, 1 (1), pp. 91- 99. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4943692>
- Bisquerra, R. & Pérez Escoda, N. (2007) Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, pp. 61-82. Recuperado de: <http://espacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:EducacionXXI2007numero10823/Documento.pdf>
- Bisquerra, R. (2000) *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2020). *Los objetivos de la educación emocional*. RIEEB-Red Internacional de Educación Emocional y Bienestar. Recuperado de: <https://www.rafaelbisquerra.com/educacion-emocional/los-objetivos-de-la-educacion-emocional/>
- Boundin' La Oveja Rapada (Cortometraje de Pixar)*. (2015, 26 julio). [Vídeo]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=bF4_Xm6RIQQ
- Caaveiro, A. (2020, 26 marzo). *Actividades para que los niños trabajen con sus emociones*. HOLA. <https://www.hola.com/ninos/20200326164131/actividades-trabajar-emociones-ninos/>
- Cabrera Méndez, L. (2011). *Diversidad en el aula*. *Revista Digital. Innovación y Experiencias Educativas*. Recuperado de:

https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_41/Lucia_Cabrera_1.pdf

Chóliz, M. (2005) *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. Recuperado de: <https://www.uv.es/choliz/Proceso%20emocional.pdf>

CURSO DE LA NATURALEZA | Corto animado. (2019, 19 septiembre). [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=R5ZilEpX4Hc>

Fernández-Berrocal, P. & Ruiz-Aranda, D. (2008). La inteligencia emocional en la Educación. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*. 6(15), 421-436.

Flecha García, R., & Molina Roldán, S. (2015). Actuaciones educativas de éxito como base de una política educativa basada en evidencias. *Avances En Supervisión Educativa*, (23). <https://doi.org/10.23824/ase.v0i23.23>

Fredrickson, B.L & Levenson, R.W. (1998) Positive emotions speed recovery from the cardiovascular sequelae of negative emotions. *Cognition and emotion*, 12, pp. 191-220. Recuperado de: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3156608/>

Fredrickson, B.L (2001) The role of positive emotions in positive psychology: The broaden and build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56, pp. 218-226. Recuperado de: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3122271/>

Halloween (Banda Sonora). (2010, 21 agosto). [Vídeo]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=SLu_C9SHMFw&t=61s

HISTORIA DE UN SR. INDIFERENTE - INTELIGENCIA EMOCIONAL Corto animado. (2018, 23 noviembre). [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=bqobahFw9VM>

International Montessori Institute. (2021, 20 octubre). *Beneficios de la Inteligencia Emocional en niños*. IMI. <https://montessorispace.com/blog/beneficios-de-la-inteligencia-emocional-en-ninos/>

La vida es bella, Banda sonora. (2010, 8 septiembre). [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=x5M0cLa6Ros>

Larivée, S. (2010). Las inteligencias múltiples de Gardner, ¿Descubrimiento del siglo o simple rectitud política? *Revista mexicana de investigación en psicología*, pp.115-126.

Ley Orgánica 3/2020 de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006 de 3 de mayo de Educación. «BOE» núm. 340, de 30 de diciembre de 2020, páginas 122868 a

122953 (86 págs.) Recuperado de: <https://www.boe.es/boe/dias/2020/12/30/pdfs/BOE-A-2020-17264.pdf>

Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa. «BOE» núm. 295, de 10 de diciembre de 2013.

Lo imposible - (The Impossible) - Banda sonora original. (2012, 11 octubre). [Vídeo]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=pftt4_p-mv8

López Melero, M. (2012). La escuela inclusiva: una oportunidad para humanizarnos. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado. Universidad de Zaragoza*, 26 (2), 131–160.

Medina-Cáceres, G. E. (2020). Los Grupos Interactivos, una estrategia para aprender más y convivir mejor. *Oralidad-Es*, 3(6), 18-27. <https://doi.org/10.53534/oralidad-es.v3a2> (Original work published 19 de diciembre de 2019)

Ministerio de Educación y Formación Profesional. (2018). *Competencias clave*. Educagob. Portal del Sistema Educativo Español. <https://educagob.educacionyfp.gob.es/curriculo/curriculo-actual/competencias-clave.html>

Monzón González, J. (2010). *Asesoramiento hacia la escuela inclusiva y formación en centros*.

Oktapodi (2007) - Oscar 2009 Animated Short Film. (2009, 24 febrero). [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=badHUNI2HXU>

Pena Garrido, M., Repetto Talavera, E. (2008). Estado de la investigación en España sobre Inteligencia emocional en el ámbito educativo. *Revista electrónica de Investigación Psicoevolutiva*, nº 6 (2), pp. 400-420. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/2931/293121924008.pdf>

Piper HD. (2016, 27 noviembre). [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=e7v2zDZBf6g>

Posibilidades de intervención en alumnos con retraso mental leve. (2015). VIU. Universidad Internacional de Valencia. <https://www.universidadviu.com/es/actualidad/nuestros-expertos/posibilidades-de-intervencion-en-alumnos-con-retraso-mental-leve>

POTS. Projecte Grups Interactius Intercentres. (2015). Blogger. <https://potscv.blogspot.com/p/pots.html>

- Valls, Rosa, & Munté, Ariadna (2010). Las claves del aprendizaje dialógico en las Comunidades de Aprendizaje. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 24(1),11-15.[fecha de Consulta 30 de Mayo de 2022]. ISSN: 0213-8646. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27419180001>
- Vasco, G. J. E.-. (2021). *Educación inclusiva y respuesta a la diversidad - Educación inclusiva y atención a la diversidad - Euskadi.eus*. Basque Administration Web Portal. <https://www.euskadi.eus/educacion-inclusiva-atencion-diversidad/web01-a3hinklu/es/>
- Virtual, M. (2020). *Actuaciones Educativas de Éxito*. Comunidade de Aprendizage. <https://www.comunidaddeaprendizaje.com.es/actuaciones-educativas-de-exito>
- Vivas, M. (2003). La educación emocional: conceptos fundamentales. *Sapiens Revista Universitaria de Investigación*, vol. 4 núm. 2. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/410/41040202.pdf>

ANEXOS

ANEXO 1. FICHAS CORTOMETRAJES

CORTOMETRAJE CALMA	SOLO RESPIRA
<p>OBJETIVOS:</p> <ul style="list-style-type: none">- Aprender las distintas técnicas para relajarse- Descubrir cómo controlar las actitudes negativas- Respirar para conseguir calmarse	
<p>ACTIVIDAD 1</p> <p>El alumnado contestará a las siguientes preguntas sobre el corto:</p> <ul style="list-style-type: none">- Cuando estáis enfadados o tristes, ¿Cómo lo expresáis? ¿Qué hacéis?- ¿Cómo controláis vuestro estado emocional? ¿Qué estrategias utilizáis?- ¿Habéis aprendido una nueva forma de calmarse después de ver el corto?	
<p>ACTIVIDAD 2</p> <p>Para aprender y poner en práctica la respiración profunda, utilizarán la técnica del globo. Les explicaremos lo que deberán hacer y mientras ellos lo realizarán. Cogerán todo el aire que puedan, colocando una mano en la barriga para que sientan como se hinchan como un globo. Aguantarán tres segundos y luego exhalarán, soltando todo el aire, sintiendo como se deshinchán. Lo repetirán 3 veces en total.</p>	
<p>ACTIVIDAD 3</p> <p>Para aprender y poner en práctica la respiración lenta, en un folio en blanco dibujarán un 8 ocupando toda la hoja. El alumnado deberá recorrer con el dedo el 8, al mismo tiempo inhalará en una parte del ocho y exhalará en la segunda parte. No tienen que ir deprisa, si no realizarlo de manera lenta.</p>	

CORTOMETRAJE ALEGRÍA

EL SEÑOR INDIFERENTE

OBJETIVOS:

- Diferenciar las distintas actitudes del personaje.
- Reflexionar sobre la importancia de ayudar a los demás.
- Comprender que ayudar hace felices a los demás y a nosotros mismos.
- Ver la importancia de la empatía y la solidaridad.

ACTIVIDAD 1

En esta actividad tendrán que responder a las siguientes preguntas sobre la indiferencia:

- ¿Qué significa ser indiferente según habéis podido observar en el corte?
- ¿En qué situaciones podemos mostrar indiferencia?
- ¿Por qué actuamos de esta manera?

ACTIVIDAD 2

En esta actividad observarán las siguientes imágenes del personaje, describirán su postura y su carácter, reflexionando sobre la diferencia que hay entre él en el principio y el final del corto.



ACTIVIDAD 3

En esta actividad reflexionarán sobre la importancia de ayudar contestando a las siguientes preguntas:

- ¿Alguna vez te has sentido satisfecho y feliz por haber ayudado a alguien?
- ¿Por qué ayudar a los demás nos hace sentir así?
- En tu día a día, ¿Qué comportamientos cambiarías a mejor?

Después, realizarán una pequeña lista de regalos inmateriales que pueden hacer para las personas que les rodean.

CORTOMETRAJE TRISTEZA

LA OVEJA RAPADA

OBJETIVOS:

- Trabajar la autoestima
- Remarcar la importancia de la belleza interior
- Elegir la actitud que vamos a tener frente a distintas situaciones



ACTIVIDAD 1

El alumnado deberá responder a las siguientes preguntas sobre el cortometraje:

- ¿Por qué la oveja está triste?
- ¿Cuál es el objetivo del conejilope?
- ¿Cuál es el consejo que transmite el conejilope?
- Observando el papel del conejilope, ¿Con quién lo identificarías en vuestra vida cotidiana? ¿Por qué?

ACTIVIDAD 2

Como bien dice el conejilope “la mente nos miente”. A veces los límites nos los ponemos nosotros mismos con pensamientos negativos. Deben escribir una cosa de las que no se creían capaces y una fortaleza que tengan, algo de lo que se sientan orgullosos, y ponerlas en común con el resto de la clase.

ACTIVIDAD 3

Cuando esquilan al cordero y los demás se ríen de él, se siente triste y se esconde. ¿Os ha pasado algo parecido? ¿Cómo os sentisteis?

Me sentí avergonzado / avergonzada cuando _____

No me gustó que me dijeran que _____

Lo que más triste me puso fue _____

Me hubiera gustado que _____

Tenía miedo de _____

Sentí rabia cuando _____

Si me volviera a pasar yo les diría que _____

OBJETIVOS:

- Aprender que actuar de una manera puede causar consecuencias
- Ser capaces de frenar nuestros impulsos
- Reflexionar sobre el autocontrol
- Ver cómo reaccionan a situaciones de rabia.

**ACTIVIDAD 1**

El alumnado deberá responder a las siguientes preguntas relacionadas con el cortometraje:

- ¿Por qué la niña no quiere enjaular a las nubes?
- ¿Cuál es el objetivo que tienen las nubes?
- ¿Por qué la madre se enfada con la niña?
- ¿Por qué la niña se pone a llorar?

ACTIVIDAD 2

Por grupos, tendrán a su disposición, en medio de la mesa, un semáforo sin colores. De color naranja escribirán dentro del semáforo de uno en uno situaciones que les hacen enfadar, en rojo las reacciones negativas que tienen esas situaciones y en verde las soluciones que proponen para resolver dichas situaciones.

ACTIVIDAD 3

Las planteamos las siguientes preguntas que deberán responder de manera individual y luego hacer una puesta en común con el resto de la clase.

- ¿Por qué es necesario controlar la ira?
- ¿Qué pensáis cuando veis a alguien muy enfadado?
- ¿Decís cosas que no sentís de verdad cuando sentís mucha ira?

CORTOMETRAJE MIEDO	PIPER
<p>OBJETIVOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Enfrentar los miedos y así superar las dificultades. - Abandonar la zona de confort. - Reflexionar sobre la valentía. 	
<p>ACTIVIDAD 1</p> <p>El alumnado tendrá que responder a las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cómo pierde Piper el miedo al agua? - ¿Cómo se llama el otro animal que aparece en el corto? - ¿Por qué no le ayuda su madre a conseguir comida? - ¿Superas tus miedos enfrentándote a ellos como Piper? 	
<p>ACTIVIDAD 2</p> <p>Por grupos, el alumnado debe realizar una lista de 5 frases o mensajes que dirían para crear seguridad en sí mismos o en otras personas. Por ejemplo: tú puedes, lo puedo conseguir, etc.</p>	
<p>ACTIVIDAD 3</p> <p>Se les plantea las siguientes preguntas: ¿Recordáis la última vez que queríais hacer algo, pero no la hicisteis por miedo? ¿Qué fue? ¿Pedisteis ayuda? Deberán responder de manera individual y luego ponerlas en común con el resto de los compañeros.</p>	

CORTOMETRAJE AMOR**OKTAPODI****OBJETIVOS:**

- Trabajar el valor del amor.
- Enseñar que el amor aporta muchas cosas buenas.
- Ser capaces de hacer cualquier cosa por otra persona.

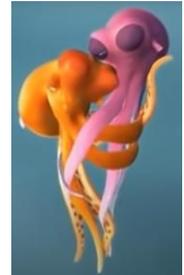
ACTIVIDAD 1

El alumnado contestará a las siguientes cuestiones sobre el cortometraje visualizado:

- ¿Qué hace el pulpo naranja cuando se llevan al pulpo rosa?
- ¿Por qué lo hace?
- ¿Fue fácil para los pulpos?, ¿qué los hacía seguir luchando?
- ¿Qué hubiera pasado si el pulpo naranja no hubiera ido tras el pulpo rosa?
- ¿Qué pasa al final?

ACTIVIDAD 2

El alumnado, de manera colectiva, debe responder qué emoción están expresando los personajes en las siguientes imágenes y qué estaba pasando que provoque esa emoción.

**ACTIVIDAD 3**

Responde de manera individual las siguientes preguntas:

- ¿Quiénes son las personas más importantes de tu vida?
- ¿Qué harías si una de estas personas estuviese en peligro?

ANEXO 2. COMPLEMENTOS DE LAS ACTIVIDADES

ACTIVIDAD 1. SESIÓN TRISTEZA



ACTIVIDAD 3. SESIÓN TRISTEZA

- Clara estaba haciendo un dibujo cuando un compañero de clase se lo coge y se lo rompe. ¿Cómo se siente Clara? ¿Triste o enfadada? Debería:
 - a) No hacer nada
 - b) Ir a pegarle al compañero por lo que ha hecho
 - c) Contarle al docente lo ocurrido
 - d) Intentar solucionarlo entre ellos sin ayuda externa

- Víctor quiere jugar a fútbol con sus amigos a la hora del patio, pero ellos no quieren jugar con él. ¿Cómo se sentirá Víctor? Debería:
 - a) Hablar con sus compañeros e intentar solucionar el conflicto
 - b) No hacer nada
 - c) Pedirle ayuda al docente
 - d) Enfadarse e interrumpir el juego sin que nadie pueda jugar

- Marcos se entera de que a Alba le están haciendo bullying en clase y nadie quiere estar con ella. ¿Cómo se siente Alba? Debería:
 - a) Reírme de ella
 - b) Hacerme su amigo
 - c) No hacer nada
 - d) Preguntar por qué le hacen bullying

ACTIVIDAD 3. SESIÓN RABIA

ESTOY MUY ENFADADO. CHILLO, ME HAGO DAÑO, PEGO, ESCUPO Y TIRO COSAS.

ESTOY ENFADADO. GRITO Y DIGO COSAS NO AGRADABLES.



ALGO ME MOLESTA. FRUNZO EL CEÑO. NO ME APETECE SONREIR.



ME SIENTO BIEN. NO HAY PROBLEMAS.



ME SIENTO GENIAL. ME RÍO, SONRÍO Y ESTOY RELAJADO.

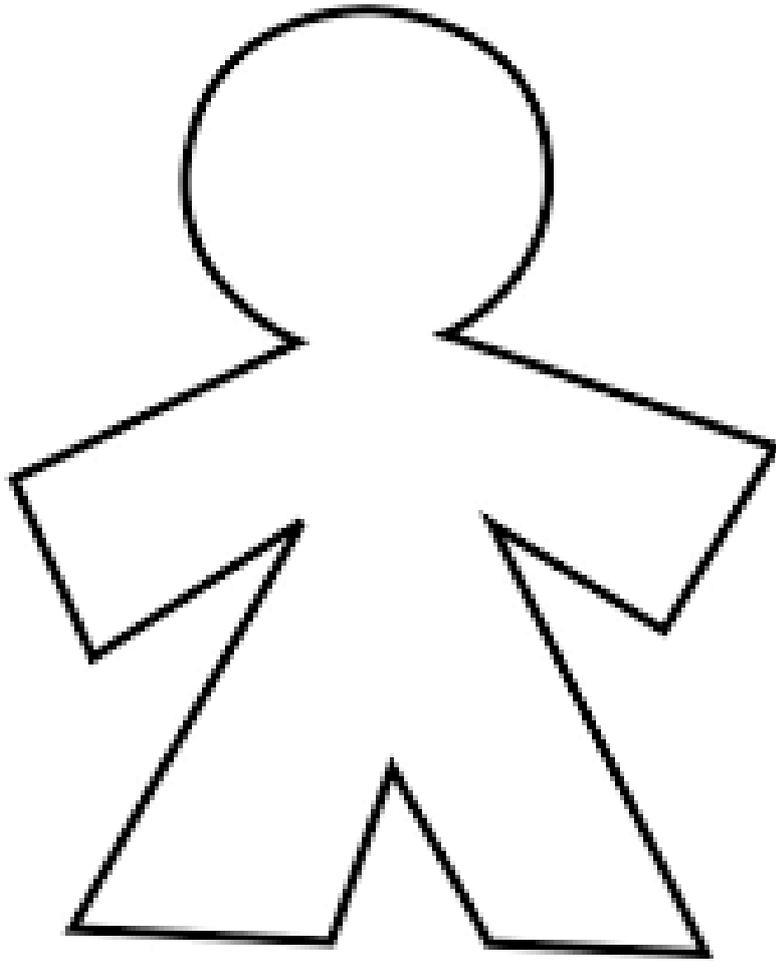
ACTIVIDAD 4. SESIÓN RABIA

El cuento de la tortuga: *esta es la historia de una tortuga a la que le gustaba jugar, pero no parecía pasárselo bien en el colegio. Cuando sus compañeros y compañeras de clase le quitaban sus cosas o le empujaban sin querer, la tortuga se enfadaba tanto que siempre se peleaba o insultaba. La tortuga no sabía cómo solucionarlo y se acordó de lo que le dijeron sus padres que debía hacer. Primero esconderse dentro del caparazón y parar, después respirar tranquilamente y contar hasta 10, y por último pensar en el problema y buscar una solución. Utilizó muchas veces esta técnica en el cole, y de esta manera, pudo jugar y estar con sus compañeros y compañeras.*

Repasar la técnica tantas veces haga falta siguiendo los pasos:

1. Parar
2. Respirar y contar
3. Pensar y solucionar

ACTIVIDAD 3. SESIÓN MIEDO



ACTIVIDAD 4. SESIÓN MIEDO

SITUACIONES

- Miedo de la oscuridad
- Sueños aterradores o pesadillas
- Ruidos fuertes
- Lo que pueda haber debajo de la cama o dentro del armario
- La soledad, que lo dejen solo

ACTIVIDAD 1. SESIÓN AMOR

Sentimiento supremo que una persona puede experimentar hacia alguien.

AFECTO

CARIÑO

Estado emocional que se caracteriza por la alegría y la atracción de una persona hacia otra.

Inclinación hacia alguien o algo.

CONSIDERACIÓN

Provecho, utilidad o valor que en sí tiene una persona o cosa.

Sentimiento moderado hacia una persona o un animal, por el cual se espera su bien y generalmente se desea su compañía.

ENAMORAMIENTO

Fuerte inclinación de la voluntad hacia el conocimiento, consecución y disfrute de algo.

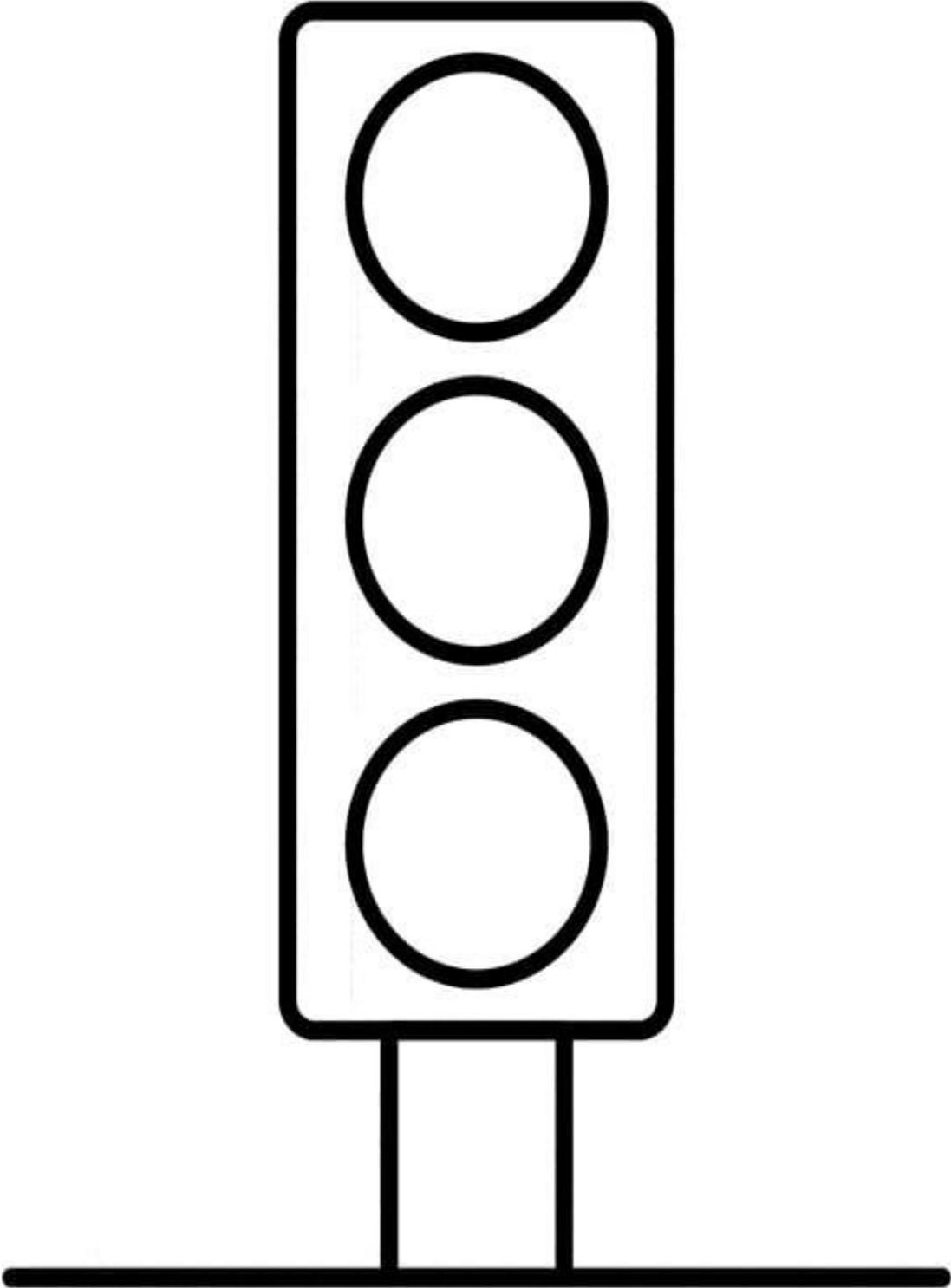
DESEO

INTERÉS

AMOR

Manifestación de respeto y cortesía.

ACTIVIDAD 1. CORTOMETRAJE CURSO DE LA NATURALEZA



ANEXO 3. CANCIONES SESIONES

SESIÓN CALMA

Banda sonora de la película Gladiator - Now we are free

SESIÓN ALEGRÍA

Hospital Sant Joan de Déu y Macaco - Seguiremos

SESIÓN TRISTEZA

Banda sonora de la película Lo imposible – The impossible

SESIÓN RABIA

Pablo López – Tu enemigo

SESIÓN MIEDO

Banda sonora película de Halloween – Halloween

SESIÓN AMOR

Pablo Alborán – Solamente tú

*Los links de las canciones y bandas sonoras se pueden encontrar en la bibliografía.

ANEXO 4. HORARIO DEL AULA Y CALENDARIO ESCOLAR 2022-2023

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:00 – 9:45	INFORMÁTICA	VALENCIANO	LENGUA	VALENCIANO	MATEMÁTICAS
9:45 – 10:30	LENGUA	PLÁSTICA	CTO. DEL MEDIO	MATEMÁTICAS	INGLÉS
10:30–11:30	MATEMÁTICAS	MÚSICA	E.F	CTO. DEL MEDIO	E.F
11:30–12:00	P	A	T	I	O
12:00–13:00	E.F	CTO. DEL MEDIO	MATEMÁTICAS	INGLÉS	PLÁSTICA
13:00–14:00	INGLÉS	RELIGIÓN/ VALORES	INGLÉS	RELIGIÓN/ VALORES	TUTORÍA

SEPTIEMBRE				
L	M	X	J	V
			1	2
5	6	7	8	9
12	13	14	15	16
19	20	21	22	23
26	27	28	29	30

OCTUBRE				
L	M	X	J	V
3	4	5	6	7
10	11	12	13	14
17	18	19	20	21
24	25	26	27	28
31				

NOVIEMBRE				
L	M	X	J	V
	1	2	3	4
7	8	9	10	11
14	15	16	17	18
21	22	23	24	25
28	29	30		

DICIEMBRE				
L	M	X	J	V
			1	2
5	6	7	8	9
12	13	14	15	16
19	20	21	22	23
26	27	28	29	30

ENERO				
L	M	X	J	V
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
16	17	18	19	20
23	24	25	26	27
30	31			

FEBRERO				
L	M	X	J	V
		1	2	3
6	7	8	9	10
13	14	15	16	17
20	21	22	23	24
27	28			

MARZO				
L	M	X	J	V
		1	2	3
6	7	8	9	10
13	14	15	16	17
20	21	22	23	24
27	28	29	30	31

ABRIL				
L	M	X	J	V
3	4	5	6	7
10	11	12	13	14
17	18	19	20	21
24	25	26	27	28

MAYO				
L	M	X	J	V
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
15	16	17	18	19
22	23	24	25	26
29	30	31		

JUNIO				
L	M	X	J	V
			1	2
5	6	7	8	9
12	13	14	15	16
19	20	21	22	23
26	27	28	29	30

- Vacaciones y festivos
- Reunión informativa y de coordinación
- Sesiones emociones
- Elaboración mural de las emociones
- Actividades cortometraje previo a la sesión
- Evaluación
- Comienzo y final de curso
- Formación previa

ANEXO 5. RÚBRICAS DE EVALUACIÓN

EVALUACIÓN VOLUNTARIADO

Nombre del voluntario o voluntaria:

Emoción trabajada:

Fecha:

Lugar:

	¿Conoce la emoción trabajada?	¿Respeto los compañeros, empatiza y ayuda?	¿Reconoce la importancia de cada miembro del grupo?	Observaciones: comportamiento, dificultades...
Nombre del alumno/a:				
Nombre del alumno/a:				
Nombre del alumno/a:				
Nombre del alumno/a:				
Nombre del alumno/a:				

VALORACIÓN DE LA ACTIVIDAD

¿Cambiaríais alguna cosa para mejorar la actividad?

EVALUACIÓN DOCENTE

Nombre del alumno/alumna: _____

NIVELES	DESARROLLO				OBSERVACIONES
INDICADORES DE LOGRO	Inicial	En proceso	Adecuado	Óptimo	
<i>(CL) Expresa emociones y sentimientos de forma adecuada</i>					
<i>(CM) Acepta su propio cuerpo y el de los demás con sus limitaciones y posibilidades</i>					
<i>(CD) Utiliza la cámara digital o el teléfono móvil para hacer fotos</i>					
<i>(AA) Interactúa positivamente con los compañeros/as y/o adultos</i>					
<i>(CS) Desarrolla valores y actitudes de solidaridad y cooperación</i>					
<i>(IE) Escucha las opiniones de los demás y aporta sus propuestas al grupo</i>					
<i>(EC) Desarrolla producciones artísticas con intención expresiva y/o comunicativa</i>					

Otras consideraciones:

AUTOEVALUCIÓN ALUMNADO

Nombre del alumno/alumna: _____

1. ¿Qué es lo que has aprendido en las sesiones?

2. ¿Qué es lo que más te ha gustado? ¿Hay algo que no te haya gustado? ¿Cambiarías algo?

3. ¿Pondrías en práctica lo aprendido en las sesiones en tu día a día?

4. ¿Qué nota del 1 al 10 le pondrías a este proyecto? ¿Te gustaría volverlo a realizar? ¿Por qué?
