



**COMILLAS**  
UNIVERSIDAD PONTIFICIA

ICAI

ICADE

CIHS

# **TRABAJO DE FIN DE GRADO**

## **PROYECTO DE INNOVACIÓN EDUCATIVA**

### **UNIVERSIDAD PONTIFICIA COMILLAS**

**Grado en Educación Infantil**

2020-2021

30 de abril de 2021

**Clara Bagüés Gálvez**

Directora: Paloma Jover Gómez-Ferrer

---

# MARTÍN EL PUERCOESPÍN

Desarrollo emocional a través de cuentos  
de redacción propia en la etapa de  
Educación Infantil 5 años

---



Proyecto de innovación educativa

**Alumna:** Clara Bagüés Gálvez

**Directora:** Paloma Jover Gómez-Ferrer

30 de abril de 2021

“El mejor medio para hacer buenos a los niños, es hacerlos felices”

Oscar Wilde (1854-1900)

# ÍNDICE DE CONTENIDO

<b>1. RESUMEN/ABSTRACT Y PALABRA CLAVE/KEY WORDS .....</b>	<b>6</b>
RESUMEN .....	6
PALABRAS CLAVE .....	6
ABSTRACT .....	7
KEY WORDS .....	7
<b>2. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO .....</b>	<b>8</b>
<b>3. OBJETIVOS .....</b>	<b>11</b>
<b>4. MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>12</b>
EMOCIONES.....	12
a) Las emociones y su distinción .....	12
b) Función de las emociones .....	14
c) Alfabetización emocional. autoconciencia y regulación emocional.....	16
d) Inteligencia emocional en la educación. Beneficios en el aprendizaje.....	20
e) Habilidades emocionales.....	21
LECTURA .....	25
a) Importancia y beneficios de la lectura en 5 años.....	25
b) Enfoque de la lectura .....	27
c) Plan lector.....	28
LITERATURA COMO HERRAMIENTA DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL .....	32
<b>5. PROPUESTA DE INNOVACIÓN .....</b>	<b>35</b>
PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA.....	35
OBJETIVOS CONCRETOS QUE PERSIGUE LA PROPUESTA .....	36
CONTEXTO EN EL QUE SE APLICA O PODRÍA APLICARSE LA PROPUESTA.....	36
METODOLOGÍA, RECURSOS Y ACTIVIDADES .....	37
a) Metodología.....	37
b) Recursos y actividades .....	38
5.1 La ira .....	39
5.2 El miedo .....	44
5.3 La alegría .....	49
5.4 La tristeza .....	52
5.5 La sorpresa .....	57
5.6 El asco.....	61

CRONOGRAMA DE APLICACIÓN .....	66
EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA .....	67
a) Evaluación a los alumnos .....	67
b) Evaluación de la propuesta .....	68
<b>CONCLUSIÓN PERSONAL DEL TRABAJO .....</b>	<b>69</b>
CONSECUCIÓN DE LOS OBJETIVOS PLANTEADOS EN ESTE TRABAJO DE FIN DE GRADO .....	69
CONSECUCIÓN DE LOS OBJETIVOS CONCRETOS PLANTEADOS EN LA PROPUESTA DE INNOVACIÓN .....	71
FORTALEZAS Y DEBILIDADES DE LA PROPUESTA .....	72
UTILIDAD EN EL ÁMBITO EDUCATIVO .....	73
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>74</b>
<b>REFERENCIAS LIBROS PROPUESTOS .....</b>	<b>77</b>
<b>REFERENCIAS DE IMÁGENES .....</b>	<b>77</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>78</b>
ANEXO 1: .....	78
ANEXO 2: .....	79
ANEXO 3: .....	79
ANEXO 4: .....	80
ANEXO 5: .....	80
ANEXO 6: .....	81
ANEXO 7: .....	81
ANEXO 8: .....	82
ANEXO 9: .....	82
ANEXO 10: .....	83

## ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1: FUNCIONES QUE CUMPLEN LAS EMOCIONES SEGÚN REEVE (1994) .....	14
TABLA 2: FUNCIONES DE LAS EMOCIONES (TOMADO DE PLUTCHIK, 1980) .....	15

## 1. RESUMEN/ABSTRACT Y PALABRA CLAVE/KEY WORDS

### RESUMEN

Este Trabajo de Fin de Grado recoge una **propuesta de innovación educativa** fundamentada en la **educación emocional** a través de la **literatura infantil**.

El objetivo primordial de este documento es ofrecer a los alumnos, mediante la lectura comentada de una serie de cuentos, algunas herramientas para la **identificación y gestión de las emociones**, como componentes para su **desarrollo educativo integral**.

Estos cuentos, de redacción propia, están especialmente pensados, elaborados y orientados para el trabajo de las seis emociones básicas (ira, miedo, alegría, tristeza, sorpresa y asco). Asimismo, constituyen la base un **plan lector** configurado alrededor de un hilo conductor apoyado por un personaje principal (Martín el puercoespín) que acompaña a los más pequeños, desde cada relato, durante todo su proceso personal de desarrollo emocional. De igual modo, se ha elaborado una propuesta didáctica que consiste en la realización de actividades posteriores y complementarias a la lectura que, de manera muy vinculada a los cuentos, contribuyen al reconocimiento y manejo de las emociones.

Lo recogido está planificado para ser implementado a lo largo de todo el curso académico y está dirigido a 3º de Educación Infantil. Es aplicable en cualquier centro interesado en llevar a cabo un proceso de enseñanza-aprendizaje que promueva el desarrollo emocional a través de la literatura infantil.

### PALABRAS CLAVE

Educación emocional, literatura infantil, plan lector, desarrollo integral.

## ABSTRACT

This Final Degree Project gathers up an **educative innovation design** substantiated on **emotional education** through **children's literature**.

The fundamental aim of this document is to provide the students, by the discussions created by the reading of a series of stories, some tools for the **identification and management of the emotions**, as components for their **educative comprehensive development**.

These stories, written by myself, are specially thought, made and orientated towards the work of the six basic emotions (anger, fear, joy, sadness, surprise and disgust). Moreover, they constitute the basis of a **reading plan** shaped around a unifying thread supported by a main character (Martín the porcupine) who accompanies the younger students, in each story, during the whole personal process of emotional development. In the same sense, a didactic design has been crafted that consists of the fulfilment of posterior and complementary reading activities that, in a very connected way to the stories, contribute to the acknowledgement and handling of the emotions.

What is collected is planned to be implemented throughout the academic year and it is directed towards the 3<sup>rd</sup> year of Infant Education. It is applicable to any school that is interested in performing a teaching-learning process that promotes the emotional development through children's literature.

## KEY WORDS

Emotional education, children's literature, reading plan, comprehensive development.

## 2. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO

Hoy en día todo lo relacionado con las emociones está muy presente en nuestras vidas. Este es uno de los motivos por los que el enfoque de este Trabajo de Fin de Grado está dirigido a dicho campo, así como las observaciones que recogidas a lo largo de la experiencia de prácticas durante los últimos cuatro años.

Gracias a lo vivido en las aulas y a raíz de las situaciones que he ido viendo me fue surgiendo el interés y las ganas de indagar. He visto niños llorar desconsoladamente por angustia o agobio, “ataques de ira”... Este trabajo es el resultado de un proyecto personal movido por las ganas de conocer y saber trabajar las emociones con mis futuros alumnos.

Mi propósito es centrarme en tratar de ayudar a los niños de Educación Infantil, más concretamente 5 años, a construir poco a poco y a través de los cuentos una competencia emocional en la que apoyar su desarrollo.

El **aspecto emocional en la vida de los más pequeños** desempeña un papel fundamental. Se trata de una necesidad que es imprescindible cubrir para ser felices. “Las personas felices no son las más inteligentes” como afirma Fernández Berrocal, P. (2002). Con la inteligencia académica no es suficiente para lograr el éxito, ni profesional ni en la vida; se requiere ser emocionalmente inteligentes. Una de las consecuencias directas de esto es la obligación de que la educación emocional forme parte del proceso educativo.

“La **Educación Emocional** 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”; como afirman Bisquerra y Pérez (2012). Es importante destacar su valor y magnitud; su impacto.

Es crucial que dicha educación esté incluida en los planes de aula, de manera que las competencias emocionales tengan su lugar y sean potenciadas y tenidas muy en cuenta. Es parte indispensable del desarrollo integral del individuo.

Del mismo modo, es necesario comprender que “llevar a la práctica la Educación Emocional no es cuestión de desarrollar actividades, sino de desarrollar actitudes y formas de expresión que el profesorado tenga en cuenta en el día a día en el aula de Educación Infantil”, como comparte López (2005). Por este motivo es esencial que la formación del docente incluya competencias emocionales para facilitar el desarrollo de su alumnado.

Todo esto ha cobrado mucha fuerza y se ha convertido en objeto de estudio desde hace no tanto tiempo. Tras muchas investigaciones apareció el término, ahora tan conocido, de inteligencia emocional. Dicho término fue popularizado por Daniel Goleman en su libro *“Inteligencia emocional: por qué es más importante que el cociente intelectual”* (Goleman, 1995).

Sin embargo, podemos situar su origen unos cuantos años atrás. El concepto original es que **la inteligencia emocional** consiste en “la habilidad para manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones”, según Mayer y Salovey (1990).

Mayer y Salovey publicaron numerosos artículos definiendo y explicando la inteligencia emocional y el concepto ha sido reformulado. Ha llegado a definirse como “la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual” (Mayer & Salovey, 1997).

Este proyecto de innovación educativa se centra en la identificación y gestión de las emociones para el desarrollo de la inteligencia emocional de los más pequeños. La manera de llevarlo a cabo, como docentes, ha de ser educando a nuestros alumnos en inteligencia emocional desde la inteligencia emocional; educar desde el ejemplo. Todo esto derivará en un buen manejo de lo que Elsa Punset (2018) denomina como un “lenguaje básico y universal que compartimos todos”; las emociones.

He decidido **hacerlo a través de cuentos** porque considero que son una buena herramienta didáctica para este fin. Gracias ellos los niños pueden comprender las emociones de una manera más sencilla y atractiva, empatizando también con el protagonista.

Los cuentos les ayudan a relacionar lo narrado con lo vivido. Consolidan una manera de acercar realidades de la vida cotidiana traduciéndolas y plasmándolas a modo de narración ficticia, por lo que, ¿qué mejor que crear la nuestra propia?

Este proyecto presenta un nuevo recurso didáctico y recoge cinco **cuentos de redacción propia que consolidan un recorrido por diferentes emociones**: alegría, tristeza, miedo, ira y envidia.

Para la creación de estos cuentos he utilizado al protagonista Martín el puercoespín, como hilo conductor entre ellos de manera que puedan familiarizarse con él. Es una figura de acompañamiento para los niños en el proceso de descubrimiento e identificación de las emociones.

Aporto también un análisis pedagógico de la intención emocional de cada cuento, tratando de que no resulte excesivamente obvia para los niños para evitar otorgar un valor excesivamente utilitarista a la literatura. Asimismo, en esta propuesta didáctica presento actividades para llevar a cabo en el aula y trabajar también en el ámbito emocional. Dichas actividades están muy relacionadas con la gestión de las emociones, cosa que a estas edades no es sencillo debido a la intensidad con la que viven las cosas. De este modo trabajaremos con ellos estrategias que les ayudarán a gestionar emociones y las reacciones que estas provocan.

### 3. OBJETIVOS

#### Generales

Como objetivos generales personales dentro de este Trabajo de Fin de Grado me gustaría señalar:

- Diseñar una propuesta para el desarrollo de la inteligencia emocional a través de los cuentos como recurso para abordar las emociones en el tercer curso de Educación Infantil.
- Plantear un trabajo de investigación extenso que incluya la redacción de cuentos propios enfocados específicamente a ser una figura de acompañamiento durante el proceso de educación emocional.

#### Específicos

Como objetivos específicos personales a la hora de llevar a cabo esta propuesta de innovación educativa destaco los siguientes:

- Elaborar un plan lector para el aula conectando la literatura con mundo emocional a través de un aprendizaje vivencial.
- Favorecer el hábito lector de los alumnos, suscitando interés y gusto por la lectura.
- Desarrollar el mundo emocional de los alumnos.
- Profundizar como investigadora y autora de cuentos infantiles inventando y redactando seis cuentos enfocados a las seis emociones básicas.

## 4. MARCO TEÓRICO

### EMOCIONES

#### A) LAS EMOCIONES Y SU DISTINCIÓN

La raíz etimológica de la palabra **emoción** proviene del verbo latino *movere* (“moverse”) más el prefijo “e” (movimiento hasta). Todo esto sugiere que, de manera implícita, una emoción conlleva un instinto de acción. Las emociones son estados afectivos que experimentamos; impulsos o reacciones que nos llevan a actuar.

Se trata de respuestas a situaciones; configuran un conjunto de cambios. Estos cambios pueden ser fisiológicos (*me altero, se me ponen los pelos de punta*) cognitivos (*lo que pienso*), subjetivos (*psicológicos*), o motores (*salgo corriendo*). Dichos cambios derivan de la valoración consciente o inconsciente de una situación o estímulo que se pone en relación con los objetivos que uno tiene y con el momento de su vida, por ejemplo, alguien a quién de pequeño le daban miedo los relámpagos y temblaba, y ahora no.

Podríamos definir las emociones como “reacciones complejas y estructuradas, de carácter rápido, difícil de controlar, con un fuerte contenido subjetivo y fisiológico, que alteran el comportamiento que se está realizando en ese momento y que preparan para la acción” (Martínez-Selva, 1995).

Todas las emociones son o positivas o negativas o variables. Otro enfoque es el grado en el que se dan; mucho o poco. Un ejemplo de esto es cómo una persona puede estar molesta, enfadada o en cólera.

Hay diversos **tipos de emociones**:

- Emociones primarias o universales. Son reacciones rápidas, automáticas y comunes a todos los seres humanos que aparecen de manera innatas. Hay un cierto consenso de que son seis aunque algunos dicen ocho: alegría, tristeza, sorpresa, ira, miedo y asco (confianza y anticipación). Todas ellas amplían nuestra inteligencia puesto que nos proporcionan información relacionada con nuestro bienestar y satisfacción de necesidades.

IRA	Arrebato, rabia, furia, irritación o enfado por algo indeseado.
	Provoca o incita a la destrucción.

MIEDO	Alerta general ante un peligro o amenaza que provoca ansiedad o inquietud.
	Conduce a la protección para evitar y escapar de situaciones peligrosas o permitiendo la predisposición para la acción; huida o afrontamiento.

ALEGRÍA	Risa, diversión, satisfacción o disfrute.
	Promueve la repetición de aquella acción positiva y aumenta la creatividad.

TRISTEZA	Nostalgia, disgusto, pena, llanto, desconsolación por algo que produce dolor.
	Baja la actividad para evitar esfuerzos que resultan innecesarios.

SORPRESA	Sobresalto, fascinación, susto o desconcierto ante algo inesperado o extraño.
	Ayuda a la orientación frente al cambio, elaborando planes de acción adecuados.

ASCO	Repulsión, disgusto o desprecio hacia algo que resulta desagradable.
	Rechaza algo que nos puede llegar a resultar perjudicial.

- Emociones secundarias o sociales. También son automáticas, pero con un mayor carácter social ya que no son innatas, sino que son construidas psicológicamente por la persona. No son universales y dependen de las personas y las culturas. Algunos ejemplos de ellas son la vergüenza, la esperanza, los celos, la resignación...

Las **emociones y los sentimientos** son cosas distintas. Las emociones se caracterizan por tener una naturaleza reactiva y transitoria, es decir, que son más rápidas. En cuanto a los sentimientos, hablamos de una elaboración mental a raíz de lo que nos pasa; más duraderos que permanecen en nosotros debido a que requieren un pensamiento sobre las emociones.

Por ejemplo, cuando perdemos a un ser querido aparece la emoción de la tristeza; la cognición de la pérdida, cuya conducta es llorar. Se trata de algo reactivo a un hecho que ha pasado. El sentimiento es el procesamiento que tú haces de la muerte de tu padre, lo decaída que estás, una especie de reflexión sobre la tristeza.

## B) FUNCIÓN DE LAS EMOCIONES

Las emociones tienen una función que las hace importantes y necesarias. Todas ellas son útiles y permiten llevar a cabo una reacción conductual adecuada. Reeve (1994) nos ayuda a detectar las **tres funciones principales que componen las emociones**: Funciones adaptativas, sociales y motivacionales.

FUNCIONES	EFECTOS
Adaptativa	Preparan al organismo para la acción
Social	Comunican nuestro estado emocional
Motivacional	Mueven la acción

**Tabla 1: Funciones que cumplen las emociones según Reeve (1994)**

Las funciones adaptativas se encargan de preparar el organismo para ser capaz de responder adecuadamente ante las exigencias ambientales dirigiendo la conducta. Darwin, C. (1972) argumenta que la emoción facilita la conducta y es precisamente por esta la misión facilitadora que las emociones tienen un papel tan notable para la adaptación. Plutchik (1980) identifica las reacciones de las ocho emociones básicas y expone la función de cada una de ellas. De este modo, permite visualizar la correspondencia entre emoción y función adaptativa.

LENGUAJE SUBJETIVO	LENGUAJE FUNCIONAL
Miedo	Protección
Ira	Destrucción
Alegría	Reproducción
Tristeza	Reintegración
Confianza	Afiliación
Asco	Rechazo
Anticipación	Exploración
Sorpresa	Exploración

**Tabla 2: Funciones de las emociones (tomado de Plutchik, 1980)**

Las funciones sociales se encargan de la expresión de las emociones mediante conductas apropiadas. Expresar las emociones y comunicar nuestro estado de ánimo permite facilitar las relaciones interpersonales. Izard (1989) destaca varias subfunciones sociales: “facilitar la interacción social, controlar la conducta de los demás, permitir la comunicación de los estados afectivos y promover la conducta prosocial”. La expresión emocional puede considerarse como una serie de estímulos discriminativos que facilitan la realización de conductas sociales (Fernández Abascal, 2003).

Por último, las funciones motivacionales se encargan de que, a través de la emoción, se dé la aparición de una conducta motivada, siendo dirigida a una meta y con la intensidad determinada. Se trata de la energización la conducta, tanto de reacciones inmediatas como proyecciones a largo plazo, afectando a la percepción, el razonamiento y la acción motivadora.

Además de estas tres funciones mencionadas, podemos identificar **otras cuatro funciones adicionales según Bisquerra (2015)**. La función de información para comunicar nuestro estado emocional, la función en la toma de decisiones a la hora de decantarnos por algo, la función de bienestar refiriéndose propiamente a las emociones positivas y la función personal puesto que las emociones forman parte de nosotros consolidándonos como individuos.

## C) ALFABETIZACIÓN EMOCIONAL. AUTOCONCIENCIA Y REGULACIÓN EMOCIONAL

Algunos estudios muestran que las emociones influyen en el nuestro razonamiento y toma de decisiones. Por este motivo las seis emociones primarias mencionadas anteriormente pueden ayudar a nuestra supervivencia, aunque se trata de un arma de doble filo. Debido a su intensidad, puede existir el riesgo de que dominen nuestra conducta.

Cuando hablamos de alfabetización nos referimos generalmente a la acción de enseñar a leer y a escribir. No obstante, la inquietud por incorporar el mundo de las emociones y recoger la gestión de aspectos emotivos dentro de los procesos de aprendizaje nos lleva a la necesidad de una alfabetización emocional; educar en emociones.

El término de **alfabetización emocional** fue acuñado por el psicólogo estadounidense Claude Steiner para referirse al proceso de reconocimiento de las emociones y el motivo de las mismas. Los niños deben aprender a identificar, comprender y regular las propias emociones y las de los demás. Se trata de enseñar qué son, para qué sirven las emociones y, cómo se gestionan y expresan.

Para esta alfabetización emocional Steiner (1997) aconseja los siguientes pasos:

-  Ejercitar la expresión emocional.
-  Expresarse en función de la propia personalidad.
-  Pedir permiso, preparando al interlocutor: ¿Podemos hablar ahora?
-  Reciprocidad durante la comunicación; tacto.
-  Confrontación en 3 fases: descripción objetiva del comportamiento ajeno (te ríes), descripción del proceso interno (siento que no te importa) y descripción del proceso externo (me enfada).

El concepto de **educación emocional**, quizá más conocido actualmente, se refiere a lo mismo. “La educación emocional es el 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” (Bisquerra, 2000).

El ámbito emocional ha ido cobrando el protagonismo y logrando que la educación dé un paso hacia adelante. Existe un gran interés por el desarrollo del mundo de las emociones. Cada vez crece más la inquietud por el desarrollo de competencias emocionales; de un buen manejo de las emociones, una buena capacidad de controlar los estados emotivos.

Salovey y Mayer (1990) definen 5 **competencias emocionales básicas**:

- Conocimiento de las propias emociones: reconocer una emoción en el momento en el que aparece: atender nuestras emociones existiendo una conciencia.
- Capacidad de controlar las propias emociones adecuándolas a la situación o momento.
- Capacidad de motivarse uno mismo: controlar nuestras emociones de manera que podemos potenciar de manera autónoma la atención y creatividad.
- Capacidad de reconocer las emociones ajenas: autoconciencia de las emociones de los demás, trabajando la empatía.
- Capacidad de saberse relacionar con las demás personas: habilidades sociales de relacionarnos con los demás en base a las emociones y competencias.

El primer paso para ello es la identificación de la emoción y la determinación de si es positiva o negativa. “El conocimiento de uno mismo, es decir, la capacidad de reconocer un sentimiento en el mismo momento en el que aparece constituye la piedra angular de la inteligencia emocional” (Goleman, 1995).

Asimismo, en una línea muy semejante a lo anterior, Goleman (1995), defendido también por Trujillo y Rivas (2005), plantea cinco aspectos como **componentes de la inteligencia emocional** que es fundamental dominar:



Conocimiento de uno mismo: conciencia de uno mismo, siendo capaz de reconocer y entender las destrezas y debilidades propias, así como tener claras las prioridades.

Autocontrol: gestión de la emoción. Autorregulación y control de impulsos pensando antes de actuar, logrando alcanzar una posición flexible ante los cambios.

Motivación: mantenerse motivado y comprometido orientados al triunfo, afrontando las situaciones con eficacia. El mejor motor es una fuente de motivación intrínseca.

Empatía: reconocer y considerar las emociones de los demás. Ponerse en el lugar del otro para entender sus posibles sentimientos, necesidades y problemas; creación de vínculo.

Habilidad social: establecer relaciones con lo que nos rodea. Conectar con otros.

Estos aspectos no constituyen áreas diferenciadas puesto que son todos integrantes por partes iguales de la inteligencia emocional. “La inteligencia emocional representa el 80% de éxito en la vida” (Goleman, 1995).

Es por todo esto que es necesario trabajar con los niños la autoconciencia emocional. La **autoconciencia emocional** implica ser consciente de las propias emociones; darse cuenta de lo que me está pasando, y no solo a mí, sino también a los demás. Identificarlas correctamente y ponerlas nombres: saber de dónde surgen y qué provocan, además de comunicarlas de forma verbal y no verbal.

Una vez son identificadas y entendidas, hay que gestionarlas, que implica poder actuar sobre ellas cuando se percata que están apareciendo.

Para ello debemos trabajar el control o la **regulación emocional**. Esto recoge diferentes ámbitos en los que sería conveniente centrarnos y trabajar con los más pequeños:

- Estrategias de autocontrol: conocerse y recurrir a ciertas tácticas de manera autónoma para regularse. Por ejemplo, una persona que es impulsiva en vez de actuar irreflexivamente cuenta hasta diez y piensa antes de hacer las cosas. Respirar hondo o alejarse de algo que nos molesta pueden ser ejemplos de un buen manejo de la emoción de la ira.
- Expresión adecuada de las emociones: expresar las emociones de manera apropiada acorde a la situación y sin dañar a los demás.
- Tolerancia a la frustración: aceptar y comprender que no siempre se pueden satisfacer todas mis necesidades ni cumplir todos mis deseos. No todo se puede tener en todo momento y tenemos que sobrevivir a las emociones de frustración.

Asimismo, debemos tener en cuenta que el sujeto sea capaz de escuchar y comprender lo que siente la otra persona, empatizando con ella, para el manejo de las emociones y la evitación de conflictos. Comprender a los demás a nivel emocional.

Reconocer los propios sentimientos y los de los demás, expresarlos y dirigirlos consiguiendo manejarlos, permitirá el conocimiento de sí mismo, la mejora de las relaciones con el otro y lograr construir una competencia/inteligencia emocional.

## D) INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA EDUCACIÓN. BENEFICIOS EN EL APRENDIZAJE

Como hemos comentado anteriormente cada vez hay más interés por integrar el mundo emocional, consolidando la alfabetización o educación emocional como un reto educativo.

Ser **inteligentes emocionalmente** quiere decir que dotamos de las herramientas y habilidades necesarias para resolver de la mejor manera posible las diferentes situaciones a las que nos enfrentamos en los distintos contextos sociales. Las personas que dotan de esta inteligencia son capaces de:

- Identificar sus propias emociones.
- Manejar o gestionar sus reacciones emocionales/impulsos expresándolos de manera adecuada.
- Aceptarse a una mismo y a los que les rodean.
- Desarrollar el autocontrol y la empatía.
- Resolver problemas con idoneidad.

El concepto de inteligencia emocional está relacionado con la capacidad para elegir las mejores alternativas en el proceso de búsqueda de una solución. No es innata, sino que se adquiere, de manera diferente, por cada individuo. Se trata por tanto de “la capacidad del individuo para identificar su propio estado emocional y gestionarlo de forma adecuada” (Goleman, 1995).

La inteligencia emocional constata por tanto una habilidad práctica y abarca tanto la inteligencia personal como la interpersonal. Es el resultado de potenciar y desarrollar el lado no racional del cerebro.

Para llevarlo al aula se requiere de conocimiento y actitud proactiva, siendo empáticos, creativos y hábiles emocionalmente, y los beneficios en el aprendizaje son significativos.

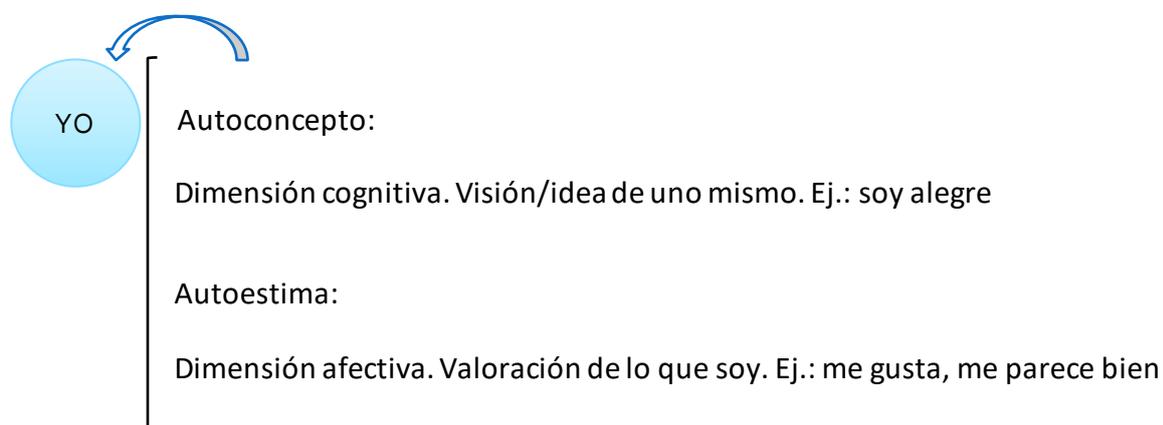
El impacto que tienen las emociones en el aprendizaje es directo. El conjunto de emociones de los niños conforma el clima emocional de la clase. La emoción de la clase condiciona el aprendizaje, si están a gusto aprenden mejor.

## E) HABILIDADES EMOCIONALES

Es importante dedicar tiempo para conectar con nosotros mismos, conocernos y sentirnos bien y seguros de quienes somos.

Debemos por lo tanto centrarnos en **el autoconcepto y la autoestima**. Es necesario señalar que hay gente que hace una distinción entre ambas y gente que no apoya esta separación y lo engloba en uno.

Los que distinguen estas concepciones definen el autoconcepto como una descripción de mis características (carácter descriptivo) y la autoestima como la valoración que el sujeto hace de aquello ve de sí (carácter evaluativo).



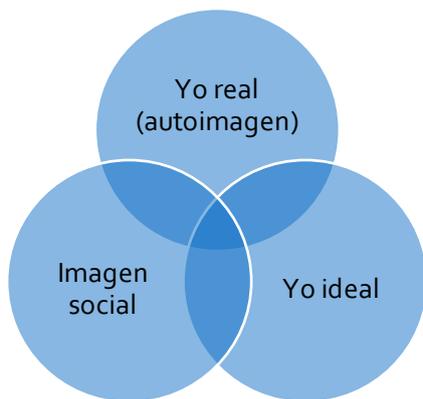
Quienes piensan que no hay separación y que se produce a la vez, afirman que cuando digo una cosa de mí ya lo estoy valorando.

A pesar de todo esto, y de igual manera, tanto la imagen de sí como la valoración que cada uno hace de dicha imagen es:

- Un concepto aprendido: No nacemos con la imagen que actualmente tenemos de nosotros mismos; vamos aprendiendo cosas. No se trata de un concepto genético, puede cambiar, y lo mismo se aprende que desaprende.
- Dinámica: Nuestras ideas son cambiantes, ya sea a mejor o a peor, cambian. Una persona con la autoestima muy alta puede cambiar (aunque es poco probable), pero lo más importante, es que la autoestima puede cambiar a mejor. Aquellas personas que se valoran poco y no creen en sí mismas pueden cambiar.

- Organizada: Cuando nos miramos a nosotros mismos, tenemos un autoconcepto general, que lo engloba todo, y un autoconcepto específico. Podemos tener una imagen general positiva, es decir, con un balance positivo, aunque haya aspectos que no nos gusten demasiado.

Los **componentes de ambos conceptos** son:



Yo real (autoimagen): La percepción que tengo de lo que yo pienso, siento y hago, en definitiva, de lo que soy.

Imagen social: Forma parte de mi yo, lo que yo creo que piensan los demás de mí. Cuanto más dependemos de la imagen social más insatisfechos estamos con nosotros mismos.

Yo ideal: Lo que yo quiero ser, el futuro, las expectativas. Pero está también la consciencia; el súper-yo (moralidad o norma que creemos que tenemos que cumplir).

Podemos observar estos componentes en todos los niveles; conductual, emocional, cognitivo y ontológico. Lo engloba todo, mi esencia como persona.

Según García y Musitu (2001) hay 5 **ámbitos del autoconcepto** distintos:

- Académico/laboral: percepción de la calidad de la realización del trabajo.
- Social: percepción del desempeño en las relaciones sociales.
- Emocional: percepción del estado emocional y de las respuestas dadas ante diferentes situaciones.
- Familiar: percepción de la integración e implicación en la familia.
- Físico: percepción del aspecto y el físico.

La autoestima, por su parte, regula la conducta a través de una autoevaluación realizada en base a creencias de autoeficacia.

La **autoeficacia** es la creencia personal de sentirse capaz de hacer algo. Es la acción la que determina si eres o no eres capaz y si siempre te retraes de hacer cosas porque no te sientes capaz te desarrollas de otra manera. “Los juicios de cada individuo sobre sus capacidades, en base a los cuales organizará y ejecutará sus actos de modo que le permitan alcanzar el rendimiento deseado” (Bandura, 1987). Es un psicólogo canadiense que empezó trabajando con el entrenamiento de las fobias y se dio cuenta que los pacientes que se sentían capaces de curarse se curaban antes.

La opinión/creencia/ juicio del sujeto sobre la capacidad de sí mismo; si se siente capaz de hacerlo bien. “A estos el éxito les alimenta, pueden porque les parece que pueden” (Bandura, 1987).

“En muchas ocasiones, que lo podemos hacer importa mucho menos que lo que creemos que podemos hacer” (Pajares, 2003). No significa que nos tengamos que engañar, sino que tenemos que percibirnos capaces.

Uno de los objetivos que sería conveniente que fuera fijado con respecto a los docentes, es pretender que los alumnos a lo largo de su vida consigan autorregularse. La **autorregulación** es el mecanismo psicológico que nos permite conseguir aquello que queremos y realizar lo que deseamos. Tiene que ver con la capacidad que tenemos los seres humanos para ponernos objetivo y poder cumplirlos utilizando estrategias diferentes.

La autorregulación es progresiva. El objetivo es la mejora de la autorregulación a medida que se va creciendo.

Tener dominio de sí, disponer de autonomía personal, ser capaz de dirigir los pasos hacia la consecución de lo que uno desea en la vida... es un objetivo esencial de la educación.

Para regularse se necesita de libertad, de poder optar, de posibilidades. Donde hay una persona hay una posibilidad de autorregulación. No hay una situación o circunstancia idéntica, y el ser autorregulado tiene que responder a cada una de la manera más acertada.

Una persona autorregulada conoce y controla lo contextual, lo conductual, lo cognitivo y lo emocional. Los **mecanismos de regulación** son:

Autoobservación	Autoevaluación	Autorrefuerzo
<ul style="list-style-type: none"><li>• Introspección, de manera minuciosa. No basta con una intuición.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Qué me parece lo que hago, valoraciones buenas o malas.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Si nos acercamos al objetivo que nos hemos propuesto debemos premiarnos de forma coherente y correcta con el nivel.</li></ul>

Una vez expuestas las habilidades emocionales que componen la inteligencia emocional podemos lograr una visión más completa y profunda de las competencias emocionales que se han de desarrollar. “Educar la mente sin educar el corazón no es educar en absoluto” (Aristóteles). El autoconcepto y la autoestima, la eficacia y la autorregulación son aptitudes afectivas que conviene trabajar con los más pequeños para ayudarles a ir aprendiendo sobre ellos mismo, descubrirse y entenderse y poco a poco vayan constatando su identidad y aprendiendo a gestionar sus propias emociones.

Las habilidades emocionales lograrán darnos cada vez mayor **madurez emocional**. No nacemos con una madurez emocional, sino que la vamos formando y ampliando de manera progresiva. El desarrollo de este conocimiento nos permitirá ser inteligentes desde una perspectiva integral; no únicamente cognitiva, contribuyendo a tejer nuestra propia felicidad.

Abarcando de manera conjunta la dimensión emocional, posibilitará lograremos que sean inteligentes y felices puesto que las emociones influyen en nuestro bienestar psicológico.

La **felicidad** no es sinónimo de alegría permanente y no implica ausencia de sufrimiento; se trata de la capacidad de afrontar lo bueno y lo malo que nos pase. Es un estado de conciencia sobre uno mismo; eres consciente de que te sientes bien. Para nosotros es semiconsciente porque de algún modo es algo implícito. Es algo que no estamos pensando todo el rato, sino que de vez en cuando tenemos momentos de balance.

Ser feliz implica tener la satisfacción vital suficiente y que exista una cierta sensación de vitalidad propia. Esto se lleva a cabo a medida que establecemos vínculos, con la gente que me importa y con la gente de dónde vengo.

Emociones como la felicidad favorecen los vínculos sociales y relaciones interpersonales, mientras que la ira puede generar repuestas de evitación o de confrontación.

La felicidad del individuo está vinculada a sus competencias emocionales. Esta relación muestra de manera relevante la significación del trabajo de la inteligencia emocional con los niños desde el colegio.

## LECTURA

### A) IMPORTANCIA Y BENEFICIOS DE LA LECTURA EN 5 AÑOS.

“Pueden hacernos muchos regalos a lo largo de nuestra vida, pero si alguien nos ayuda a descubrir el placer de la lectura... ¡Eso sí que es un verdadero regalo que nos acompañará siempre”! (Domínguez, 2008).

La lectura consolida una buena estrategia para abordar a educación emocional de los niños. “El cuento es una experiencia emocional, aporta elementos de educación poderosos” (Ibarrola, 2017).

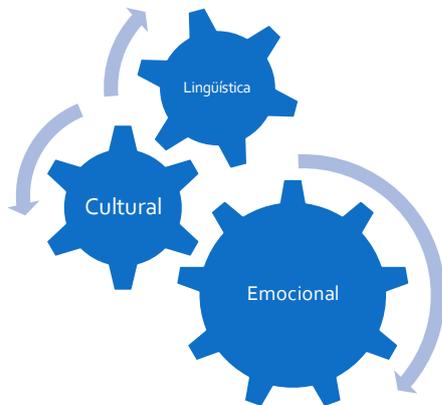
Cada niño tiene su propio ritmo como lector autónomo, pero independientemente de esto, es bueno ponerles en contacto con la lectura desde los primeros momentos de la infancia. Incluso cuando aún no saben leer, acercarles la lectura presentándola desde cuentos con dibujos e ilustraciones resulta fructífero para ellos.

La lectura consolida un pilar fundamental para el desarrollo de los más pequeños a nivel tanto cognitivo como social y emocional.

Se entiende por **literatura infantil** aquella creación artística que, a través de la palabra, está dirigida a los niños; “la obra estética destinada a un público infantil” (Bortolussi, 1985). Destaca por su toque artístico o creativo. En esta línea se desarrollan también las ideas de Juan Cervera quién define en 1991 la literatura infantil como la “producción que tiene como vehículo la palabra con un toque artístico o creativo y como destinatario al niño”.

La literatura infantil tiene un papel destacado en el desarrollo y reconocimiento emocional de los más pequeños. Gracias a las experiencias con la lectura podrán ir incrementando su conciencia emocional creciendo en las diferentes dimensiones del ser humano.

Las **diferentes dimensiones que permiten educar de manera integral e integradora** son:



Dimensión lingüística: habilidades de comunicación escrita: leer y escribir.

Dimensión cultural: datos relevantes acerca de otras culturas, otros tiempos...

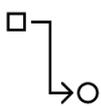
Dimensión emocional: conecta con realidades cercanas al lector o acerca nuevas experiencias que captan su atención y les evocan diferentes ideas o emociones.

A raíz de dichas dimensiones, podemos observar **diferentes beneficios**.

Su adquisición a edades tempranas trae consigo los siguientes beneficios cognitivos:



Podemos destacar en primer lugar la aproximación al lenguaje mediante su desarrollo logrando familiarizarse con nuevo vocabulario, mejorando la comprensión y expresión.



En segundo lugar, los libros ayudan a los niños a pensar en orden asociando causa y efecto estableciendo relaciones de significado.



Por último, refuerza los niveles de atención, concentración y memoria derivando en una mejor y más eficaz capacidad de escucha y razonamiento y entendimiento.

Todos estos beneficios derivan en una mejor predisposición para comprender y aprender.

Los beneficios culturales que podemos destacar son claros ya que se trata de una herramienta con una gran aportación cultural, científica y literaria. Es presentada a través del

entretenimiento y la diversión y, de este modo, hará posible que los niños logren un mayor conocimiento del mundo que les rodea.

Con respecto a los beneficios emocionales vemos como a través de la lectura los más pequeños se ponen en el lugar de los personajes y son capaces de ver y reflexionar sobre otros puntos de vista; trabajando al mismo tiempo una mayor flexibilidad. La literatura además de ser disfrute y placer, permite reír, llorar... experimentar y sentir diferentes emociones, así como la mejora de la empatía.

Los beneficios de la lectura son muy amplios. A nivel nacional tenemos en Plan Fomento de la Lectura (2017-2020) que afirma que “la lectura es para la mente lo que el ejercicio para el cuerpo”. Influye en multitud de aspectos y por todo lo mencionado anteriormente es conveniente que le dediquemos dentro del aula el espacio que merece, reconociendo su importancia y transmitiendo nuestro propio gozo y entusiasmo por la lectura.

## B) ENFOQUE DE LA LECTURA

Es significativo que el fomento de la lectura comience desde etapas tempranas, manteniendo un **enfoque activo y afectivo**. Para ello lo idóneo es orientar la lectura desde una postura de disfrute; lúdica y entretenida.

El objetivo de los docentes es conseguir que la lectura sea considerada por los niños como una **actividad placentera y de entretenimiento**, muy alejada de ser vista como una obligación.

Para fomentar la lectura en la etapa infantil es vital tener siempre presente que el **acercamiento se debe hacer de la manera más natural posible**, para que dicho contacto no sea percibido como una imposición:

- Los niños aprenden por imitación por lo que tener una referencia adulta que predique con el ejemplo y que establezca un tiempo determinado para compartir la lectura aumentará su motivación y predisposición creando hábitos.

- La lectura debe ser incorporada de manera habitual y transversal. Hacer un uso cotidiano de ella, dándole su tiempo, espacio e importancia. La creación de un ambiente propicio; un rincón lector destinado a dicho propósito es muy beneficioso.
- Prevalece el disfrute y el entretenimiento. Releer, escuchar y comentar dando opinión acerca de la lectura los anima, haciéndoles formar parte de ella. Llevar a cabo actividades lúdicas que involucren o relacionadas con la lectura son herramientas muy beneficiosas.

Darle importancia a la lectura deriva frecuentemente en la **consolidación de un hábito lector**. La lectura se convierte de esta manera en una compañera de vida. Además de educación literaria, una responsabilidad que los docentes debemos tener presente es la creación de un hábito lector. No debemos perder de vista que se trata de un “hábito que propicia el desarrollo de nuestra capacidad intelectual y espiritual en general, ya que cuando las personas leen adquieren conocimientos, dando como resultado una cultura más amplia que llega a ser para el individuo una satisfacción personal” (Vega Barrera, 2000).

## C) PLAN LECTOR

La importancia y el impacto de la lectura en la adquisición de las competencias básicas es irrefutable; “la lectura constituye un factor fundamental para el desarrollo de las competencias básicas” (RDL 1513/2006, de 7 de diciembre). Asimismo, es en 5 años cuando la lectoescritura adquiere un mayor peso; este aspecto tiene mayor importancia y valor. Por ese motivo un mayor protagonismo de la lectura y una programación de la misma son fundamentales.

Por todo lo expuesto, es necesario ordenar y estructurar la lectura; elaborar un plan lector.

Un **plan lector** es un instrumento o estrategia integral que permite favorecer, a través de una temporalización, la competencia lectora de los alumnos y su gusto por la lectura. Cruz Gimeno (2014) lo define como el “conjunto de estrategias de las que el profesorado se sirve para que el alumnado sea un lector competente, comprenda los conocimientos, investigue sobre ellos

y le proporcione, como resultado, la capacidad de transmitir y comunicar lo que ha aprendido”.

Por todo esto y “al ser la lectura una ventana abierta al mundo se hace necesario organizar los tiempos, las actividades y las lecturas a través de un Plan Lector” (Cobarro, 2018).

Para poder construir un buen plan lector es esencial llevar a cabo un previo trabajo de análisis de manera cuidadosa y exhaustiva, un **proceso de la selección de la lectura** para escoger buenos libros basándonos en ciertos criterios.

Colomer, T., Manresa, M., Ramada, L., & Reyes (2018) señalan los siguientes:

- Adecuación a la edad: los cuentos deben adecuarse a la edad y al nivel de desarrollo cognitivo y lingüístico de los alumnos.
- Calidad literaria: Deben tener ilustraciones de calidad y la redacción del texto ha de ser adecuada; un vocabulario que los alumnos puedan entender y permita al mismo tiempo ampliar su léxico y su desarrollo lingüístico.
- Atractivo para el lector: El tema de la lectura debe ir acorde a sus gustos e intereses y estar adecuado al contexto en el que se encuentran (necesidades de los niños, aprendizaje, vivencias, ambiente en el que se desenvuelven...).
- Variedad en temática, obras y destinatarios: Para que la lectura no se perciba como algo monótono y no se pierda el factor motivacional los libros propuestos es necesario heterogeneidad en las elecciones.
- Incorporación a la tradición y clásicos de la literatura infantil: Cuentos de diferentes estilos o géneros literarios, de diferente nivel en cuanto a legado cultural y reconocimiento de los autores.

Además, es importante que los libros tengan un valor formativo o transformador. Es imprescindible valorar el criterio de oportunidad que posibilita tratar temas interesantes en el aula de manera cotidiana. Los libros que escojamos deben provocar sensaciones y tener incidencia en la trayectoria vital de los alumnos, planteándoles diversas situaciones y haciéndoles reflexionar al respecto.

Gracias al plan lector es posible organizar la lectura con el objetivo de formar **lectores que cumplan las siguientes características:**



Competente: no solo saber leer, sino entender la lectura. Además de leer deben comprender e interpretar.

Consciente: tomar consciencia del mundo en base a la lectura.

Crítico: no creer todo lo que lee. Desarrollar un pensamiento crítico al respecto.

Creativo: aplicar cosas aprendidas en la lectura en la vida.

Cuidadoso: aprender a cuidar de uno mismo, del prójimo y del mundo. Desde los propios cuentos hasta el cuidado del planeta.

“En los sueños comienzan las responsabilidades” (Yeats W. B., 2009) y es necesario que **como docentes se adopten compromisos individuales**. El plan lector parte de la ilusión de los docentes; debe existir entusiasmo por nuestra parte para ser capaz de transmitirlo a nuestros alumnos y motivarles.

Es importante fomentar el hábito lector a través de un clima lector en el aula y lograr que nuestros alumnos poco a poco se vayan convirtiendo en lectores más conscientes y críticos. Lo ideal es incitar a la investigación y a la creatividad, favoreciendo siempre la comunicación y sobre todo hacerlo desde la propia pasión por la lectura y como docentes lectores.

Del mismo modo, también es crucial la motivación lectora; saber despertar esta motivación en los alumnos parte del cometido docente y constituye un factor determinante para el éxito. La motivación lectora debería estar siempre presente en nuestro plan lector.

Debe existir una postura que incite a la **animación a la lectura** por parte del docente. Entendemos por animación a la lectura “cualquier acción dirigida a crear un vínculo entre un material de lectura y un individuo/grupo” (Yepes Osorio, 2001).

Esto debe ocurrir a lo largo de las diferentes **fases de la lectura** (tanto la propia lectura como las dinámicas anteriores y posteriores):

- La manera de presentar dicha elección a los alumnos demanda un trabajo de preparación y motivación de la clase anterior al cuento. Este trabajo deriva de la planificación que el docente ha realizado previamente. “Antes de enseñar a leer propiamente, hay que enseñar a motivarse por leer. La técnica sigue la vocación” (Vela Quico G. 2008).
- Durante la implantación de la lectura el rol de los docentes para los niños será meramente de acompañamiento. El docente facilita el entendimiento y constata una figura de apoyo para los alumnos.
- Al final la lectura el docente evalúa puesto que puede comprobar la comprensión adquirida de diferentes formas. Se puede trabajar lo tratado para asentar y reforzar los conceptos, así como profundizar e indagar un poco más a través de una amplia variedad de actividades de diálogo y reflexión posteriores la lectura. De la misma manera, podemos utilizar y desarrollar otros recursos en el aula como son los talleres de creación, representaciones teatrales o dramatizaciones etc. orientándolos y relacionándolos con lo expuesto en la lectura.

Todo lo mencionado anteriormente determina el éxito del proceso lento y progresivo que es la creación del hábito lector.

Una última referencia a un elemento clave para el desarrollo de un plan lector: la importancia de una **biblioteca de aula** atractiva y accesible. Morote (2002) comenta su importancia puesto que conforma un recurso básico para el fomento de la lectura. Se trata de un “espacio educativo y dinámico que se encuentra dentro de la clase” (Selfa, Frago & Berengué, 2014) y que está adaptado a las características de los alumnos; atendiendo así a sus intereses y necesidades.

Puede convertirse en una figura de apoyo muy importante para el plan lector y ayudarnos a “hacer de la lectura una práctica feliz, trascendente y deseable” (Mata, 2008). La implementación de esta biblioteca nos permite darle a la literatura, de manera muy visual y vivencial, el espacio e importancia que tiene y merece, acercándosela a los niños de manera atractiva. Se trata de un espacio de disfrute, dinámico, llamativo y abierto a la imaginación.

“La labor que realiza resulta vital para la difusión de la cultura del libro” (Domech, Martín & Delgado, 1994). La creación de este espacio va a facilitar a todos los niños los recursos, llamando su atención e incitando al descubrimiento. Se trata de un elemento de equidad que va a influir mucho en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

## LITERATURA COMO HERRAMIENTA DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

La conexión entre la literatura y las emociones es muy notoria. La literatura hace posible el trabajo de las emociones a través de la trama narrativa logrando la **conciencia emocional**.

Gracias a la literatura podemos hablar de infinidad de temas que, dejando hablar al propio cuento y a través de la ficción y los diferentes personajes, permiten el contagio de la emoción.

**A través de la lectura** los niños:

- Disfrutarán y el papel del docente será de acompañamiento y modelo de lectura que motiva a los alumnos. El hecho de que los más pequeños se sientan identificados con los personajes o se sientan cercanos a ellos es un gran paso para su desarrollo emocional. La identificación con los personajes por parte de los niños ayudará a generar patrones de resolución de conflictos relacionados a las inseguridades y a los miedos.
- Conectarán con la historia y establecerán relaciones significativas. Esto es muy enriquecedor y ofrece información sobre el propio estado emocional. La lectura es considerada un gran recurso para el aprendizaje y uno de los grandes requisitos para que esto sea así es que exista un vínculo emocional positivo entre el cuento y el lector.

Los cuentos ayudan a identificar las emociones puesto que nos permiten encontrarlas reflejadas en los personajes las nuestras propias. Al mismo tiempo, ayudan en su gestión ya que los personajes nos ofrecen modelos de comportamiento que, como lectores, podemos analizar, considerar y decidir si nos resultan o no replicables.

**La empatía, la curiosidad y la creatividad** emanan de la lectura de los cuentos y están ligadas a su vez al mundo emocional.

Esta identificación lleva consigo el desarrollo de la empatía. Los más pequeños se ponen en el lugar del protagonista, comprenden cómo vive las diferentes situaciones y su reacción ante ellas...

Como docentes, nuestro papel tras la lectura revoca en un cierre consolidado por una reflexión, un diálogo o una creación. El uso de la literatura en el aula nos permite derivar en reflexiones a través de los textos de manera que podremos trabajar el reconocimiento, la expresión, el entendimiento y el control de las emociones de manera natural y participativa.

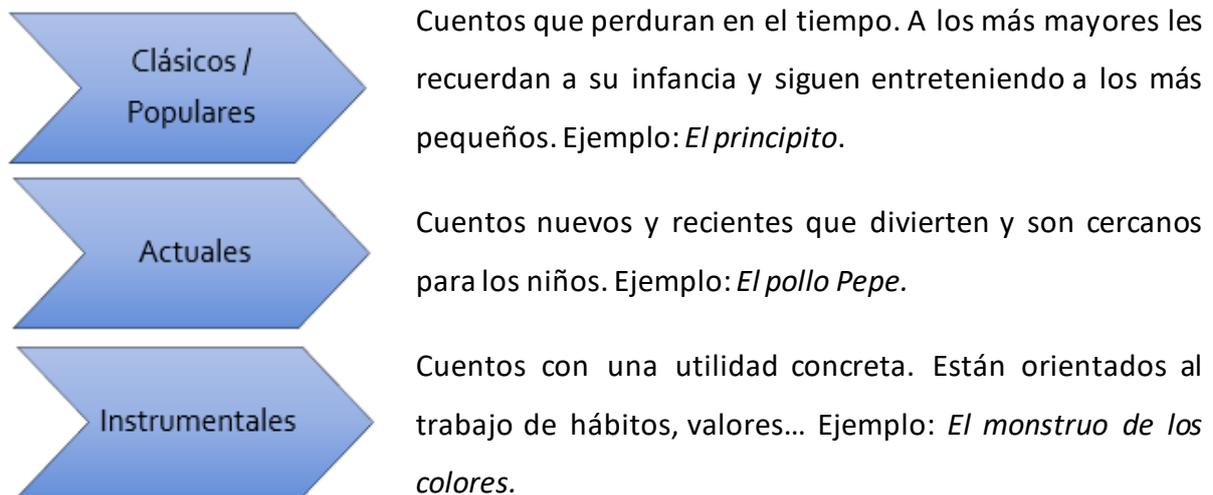
Leer cuentos genera interés y despierta la curiosidad. Hace que surjan inquietudes, nuevas preguntas y ganas de indagar y buscar información. Estas cualidades suponen un gran motor para aprender acerca de diferentes campos y ayudan incitando a la participación promoviendo una implicación en el proceso de éste. Podemos decir que la curiosidad forma parte del motor que potencia la autonomía cognitiva y, a través de ella, es posible un aprendizaje activo. Bettelheim (1994) afirma que “para que una historia mantenga de verdad la atención del niño, ha de divertirlo y excitar su curiosidad. Pero, para enriquecer su vida ha de estimular su imaginación, ayudarlo a desarrollar su intelecto y a clarificar sus emociones; ha de estar de acuerdo con sus ansiedades y aspiraciones; hacerle reconocer plenamente sus dificultades, al mismo tiempo que le sugiere soluciones a los problemas que le inquietan.”

Los cuentos son un recurso muy emocionante que sin duda potencia la creatividad y puede ser percibido como elemento de ocio. La lectura supone dar rienda suelta a la imaginación; a raíz de esta capacidad de imaginar, aparece la creatividad. La lectura permite “viajar” a otros lugares y explorar diferentes dimensiones abiertas a la imaginación. Los diferentes personajes y entornos que presentan dan rienda suelta a la ilusión y fantasía. “La imaginación es el principio motor de toda actividad creativa y le atribuye dos funciones fundamentales: encontrar ideas y transformar lo encontrado” (Osborn, 1979).

La literatura infantil tiene un gran valor a nivel didáctico y a **nivel pedagógico**.

A través de los cuentos, como se ha mencionado con anterioridad, podremos lograr que nuestros alumnos mejoren su aprendizaje, pudiendo destacar principalmente la oportunidad del desarrollo de competencia lingüística trabajando las habilidades comunicativas. Del mismo modo, son factor de cultura y civilización. Potencian el conocimiento de diferentes culturas y tiempo y el trabajo de desarrollo de habilidades como la empatía y el conocimiento tanto del entorno que les rodea como del mundo. Es conveniente reflexionar sobre los contenidos del cuento profundizando en el contexto cultural y social que ofrece, más allá de los objetivos didácticos que persigue, ya que debemos acercar a nuestros alumnos a la narración y dejar que se impregnen de ella.

Podríamos hacer diferentes **clasificaciones de los cuentos** según diferentes criterios. Una de ellas podría ser cuentos clásicos o populares, actuales e instrumentales aunque algunas de sus características pueden presentarse combinadas en títulos concretos.



Haciendo hincapié en esta última categoría, a través de estos tipos de cuentos, podremos **profundizar en el mundo emocional** con los más pequeños desde una perspectiva literaria.

De esta manera podemos llevar el mundo emocional al aula y explorarlo con ellos mediante la literatura. Los cuentos deben tener unas características determinadas en función de su finalidad o lo que se quiera transmitir, además de una narración efectiva que capte la atención y sea de interés.

Conviene acompañar la narración con una serie de actividades; tanto anteriores como posteriores. Las actividades anteriores permitirán introducir el tema de manera motivadora involucrando a los alumnos desde el primer momento y las posteriores ayudarán a la identificación y gestión emocional y al desarrollo del pensamiento crítico permitiendo reflexionar sobre los diversos temas. Consta un proceso personal que cada alumno hará consigo mismo, de entendimiento de las emociones y pautas para gestionar las mismas.

## 5. PROPUESTA DE INNOVACIÓN

### PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA

Esta propuesta utiliza los cuentos como una herramienta didáctica para el desarrollo de la inteligencia emocional desde un enfoque literario.

El propósito perseguido es configurar un **plan lector** que consolide una guía en el proceso de desarrollo emocional de los más pequeños a través del disfrute que acompaña a la literatura infantil.

Se presentan **6 cuentos de redacción propia vinculados a las emociones primarias**. Cada cuento atiende a una de estas 6 emociones y están acompañados de una **propuesta de actividades complementarias**. Dentro de las actividades se pueden diferenciar de manera clara la siguiente estructura:

- Actividades de presentación. Introducción la emoción y capta su atención.
- Actividades relacionadas con la lectura del cuento. Preguntas que permiten afianzar el entendimiento y denominar la emoción.
- Actividades de identificación de la emoción.
- Actividades de gestión de la emoción.
- Actividades de cierre.

Dicha estructura es compatible con otros cuentos para trabajar estas u otras emociones secundarias.

## OBJETIVOS CONCRETOS QUE PERSIGUE LA PROPUESTA

### **General:**

Como objetivo principal en esta propuesta de innovación educativa es necesario destacar el deseo de crear un recurso didáctico basado en los cuentos para el trabajo de las emociones en las aulas de 5 años.

### **Específicos:**

Los objetivos específicos que esta propuesta trae consigo en la formación de los alumnos son los siguientes:

- Identificar y conocer las emociones propias y las de los demás, desarrollando habilidades sociales y la empatía a través de la lectura.
- Adquirir herramientas de gestión de emociones logrando la autorregulación personal a raíz de la lectura y actividades posteriores.
- Contribuir a la construcción de la identidad personal a través de la lectura y la consolidación de un hábito lector.

## CONTEXTO EN EL QUE SE APLICA O PODRÍA APLICARSE LA PROPUESTA

Esta propuesta está diseñada para alumnos de tercero de infantil; 5 años.

Es válida para cualquier centro de cualquier titularidad puesto que no tiene restricciones y está sujeta al currículo. A su vez, es aplicable a en cualquier aula de infantil donde exista interés por las emociones y la literatura.

## METODOLOGÍA, RECURSOS Y ACTIVIDADES

### A) METODOLOGÍA

El descubrimiento de las emociones se desarrolla de manera muy vivencial.

En primera instancia se parte de una situación presentada que los introduce a la emoción, así como de un cuento relacionado con dicha emoción; ambas experiencias van seguidas de momentos de **conversación** que promueven la expresión de opiniones, percepciones y conocimientos. Del mismo modo, los alumnos recogen lo vivido a lo largo del trabajo de la emoción en una conversación final que ayuda al afianzamiento de conceptos y contenidos.

Los cuentos mencionados consolidan un **hilo conductor** en el que Martín, el personaje principal, es figura de acompañamiento durante todo el proceso. Esto propicia y facilita la identificación de los alumnos con las emociones del protagonista contextualizando la propuesta en un entorno más cercano y familiar e involucrando al alumnado de una manera más personal.

Para el desarrollo de las competencias emocionales (identificación y gestión de las emociones), llevamos al aula actividades manipulativas y experienciales. Se trabaja desde el enfoque de las **metodologías activas** que hacen posible nuestro objetivo puesto que conllevan la participación e implicación del niño en su propio proceso de aprendizaje. El aprendizaje se elabora por descubrimiento y para ello los más pequeños realizarán diferentes actividades, talleres y juegos que contribuyen al desarrollo integral del niño. Se llevarán a cabo dinámicas marcadas por las **competencias STEM** que hacen referencia al aprendizaje que se basa en la experimentación como elemento fundamental del proceso.

Asimismo, estas actividades permiten que los alumnos trabajen juntos y aprendan unos de otros desde el **aprendizaje cooperativo**. Todos aportan sus ideas, pensamientos y experiencias, enriqueciendo aún más el proceso.

Todo lo mencionado con anterioridad contribuye a la construcción de un **“aprendizaje significativo”** para que los alumnos conecten las nuevas ideas con sus conocimientos previos dándoles un sentido personalizado.

Esta propuesta de innovación plantea la práctica educativa desde un planteamiento de carácter **interdisciplinar** puesto que las actividades que llevamos a cabo tienen relación con diferentes áreas de conocimiento. Trabajaremos con ellos las emociones básicas desde la **globalización del proceso enseñanza-aprendizaje**; la intervención educativa es amplia.

Todo esto se ha de llevar a cabo en un ambiente seguro; de afecto y confianza; nuestros alumnos deben sentirse cómodos y protegidos, libres para conversar y expresar sus emociones.

## B) RECURSOS Y ACTIVIDADES

La propuesta presentada recoge los **cuentos de redacción propia** orientados a las 6 emociones básicas y está acompañada de una **propuesta didáctica de actividades complementarias a la lectura**.

La propuesta principal presentada y diseñada a continuación, se puede complementar con una buena biblioteca de aula que puede incluir títulos como los siguientes:

- Ana Llenas: *El monstruo de los colores*.
- Brian Moses y Mike Gordon: *Emma Enfadosauria*.
- Jim Field: *El koala que pudo*.
- Jo Witek: *Mis pequeñas alegrías*.
- Ana Meilán y Marta Mayo: *Lágrimas bajo la cama*.
- Tracey Moroney: *Cuando estoy triste*.  
U otros de su colección: Colección Sentimientos.
- Begoña Ibarrola: *Un regalo sorprendente*.  
U otros de su colección: Colección Cuentos para sentir.
- Galeth Edwards: *¡Qué asco de sándwich!*

## 5.1 LA IRA

*La emoción no justifica la conducta – Lucas J.J. Malaisi*

### **Propósito:**

A través de este cuento trabajaremos la ira como un enfado muy intenso.

### **Intención emocional:**

El enfado es normal y válido, pero no podemos hacer daño a los demás.

### **Cuento:**

#### **Uy, ¡cómo pincha!**

Martín se está poniendo guapo.

Le han invitado a una fiesta y está muy contento.

No os imagináis las ganas que tiene de bailar y comer tarta.

Y allí está Martín, listo para el festín.

Pero.... cuando le dan su trozo de tarta, no es tan grande como él quiere.

Se enfada tanto, tanto, tanto, que lanza unas púas.

Y pinchan los globos de la fiesta.

¡Ay qué disgusto tienen todos!

Martín ahora se está vistiendo para su partido de fútbol.

Es un día muy importante porque juegan contra un equipo muy bueno.

No os imagináis las ganas que tiene de poder marcar un gol y que su equipo sea campeón.

Y... allí está él, dispuesto a ganar el primer puesto.

Pero.... el equipo es tan bueno que, aunque se esfuerzan mucho, les están metiendo muchos goles.

Se enfada tanto, tanto, tanto, que lanza unas púas.

Y pinchan el balón.

¡Ay qué disgusto tienen todos!

Aunque ha sido un día un poco raro, Martín no está nada cansado.

No os imagináis las ganas que tiene de sacar sus juguetes un ratito.

Y... allí está en su cuarto jugando con sus favoritos.

Pero... su mamá le dice que recoja y se vaya a dormir.

Se enfada tanto, tanto, tanto, que lanza unas púas.

Y rebotan en la cama.

Uy, ¡cómo pinchan!

Se ha puesto una tirita, pero aún le duele un poco.

No sabía que sus púas hiciesen tanto daño.

Martín se acaba de levantar con unas ganas tremendas de desayunar.

No os imagináis lo mucho que le apetece un vaso de leche con galletas.

Y... allí está en la cocina con un hambre que fascina.

Pero... no quedan galletas de esas que más le gustan.

Se enfada tanto, tanto, tanto, que da tres volteretas.

Sí, sí, tres volteretas.

Ha decidido que a partir de ahora cuando se enfade en vez de tirar púas, va a dar tres volteretas para no pinchar más.

¡Ay qué disgusto tiene Martín! Pero ya no hace daño a nadie con sus púas.

### **Propuesta didáctica:**

#### Sesión 1: Presentación de la emoción.

La profesora les recibe en clase, sin decir nada, con cara de enfadada. Crea mucha incertidumbre y deja que los alumnos hagan suposiciones de lo que le pasa. Pasado un tiempo la profesora puede hacer **preguntas de motivación e introducción a la emoción del enfado**. Estas preguntas permiten además conocer el punto del que parten los alumnos:

- ¿Qué creéis que me pasa?
- ¿Por qué me puedo haber enfadado?
- ¿Qué cosas hacen que os enfadéis?
- ¿Qué sentís cuando estáis enfadados?
- ¿Qué hacéis cuando estáis enfadados?

## Sesión 2: Lectura del cuento.

La profesora realiza la lectura del cuento involucrando a los más pequeños a través de **preguntas relacionadas**. Algunas preguntas que puede hacer son:

- ¿Por qué cosas se enfada Martín?
- ¿Qué hace Martín cuando se enfada?
- ¿Cómo se sienten los demás?
- ¿Siempre se le escapan las púas a Martín?
- ¿Por qué ahora Martín da volteretas?

## Sesión 3: Actividad de identificación y réplica de la expresión facial de la ira.

Puercoespines enfadados:

La profesora vuelve a leer las diferentes razones por las que Martín se enfada. Una a una, los alumnos libremente jueguen a **poner cara de enfadados** reaccionando a todas ellas.

## Sesión 4: Actividad de identificación de las causas de la ira.

¡Me enfada!:

Se inicia una conversación para, entre todos, lograr definir qué es lo que se siente por dentro cuando algo nos enfada muchísimo, como le pasa a Martín en el cuento.

A continuación, se ponen de acuerdo en elegir un objeto manipulable que todos tengan y se sientan en las mesas. Este objeto va a simbolizar la rabia que se siente cuando nos enfadamos.

La profesora guía la conversación para hablar de cosas cotidianas y cercanas a los niños que pueden (o no) producirles dicha emoción y se establece la norma de que, sin decir nada, **cuando algo les enfade tienen que poner el objeto elegido encima de la mesa.**

Esta actividad puede mantenerse a lo largo del curso de manera que cuando los alumnos empiecen a sentir la ira por alguna situación que les enfade, lo pongan encima de la mesa para identificarla (tanto ellos como los demás) y hablar de lo que les pasa en caso de que quieran hablarlo.

Sesión 5: Actividad de gestión para la vuelta a la calma tras un enfado a través de respiraciones.

Explota:

Al principio del cuento cuando Martín se enfadaba muchísimo no podía controlarlo y se le escapaban púas. La ira puede ser comparada con un globo que se hincha mucho y termina explotando y haciendo un ruido enorme.

Para que la ira no cree ningún estruendo ni haga daño a nadie es necesario saber controlarla. Está bien enfadarse con motivo, pero hay que saber parar y calmarse; que no significa que no se pueda seguir estando enfadados.

Esta actividad trabaja las **respiraciones profundas** con los alumnos. Se tumban todos en el suelo, con las manos en la tripa, e inhalan notando como la tripa se va metiendo para dentro hasta que no puedan coger más aire. Luego van soltando poco a poco notando como la tripa se vuelve a hinchar.

Destacamos el parecido a la acción de hinchar el globo, los alumnos se relajan de manera que la ira no explota.

## Sesión 6: Actividad de gestión para la vuelta a la calma tras un enfado.

Nos tranquilizamos:

Cuando Martín se enfada no sabe controlarlo y se le escapan las púas. Para dar a los alumnos herramientas para saber controlar su ira la profesora hace con sus alumnos un **bote de la calma** ([Anexo 1](#)). Para el denominado bote se necesitan los siguientes materiales:

- Bote de vidrio o botella de plástico
- Purpurina de color (mejor azul o tonos más claros)
- Pegamento brillante preferiblemente, sino transparente
- Colorante alimenticio (opcional)
- Cucharas (sopera y de postre)
- Agua templada

Hay que llenar el bote de vidrio de agua templada o caliente. Se echan dos cucharadas soperas de pegamento brillante y removemos. Después se añaden dos o tres cucharadas de postre de purpurina y se sigue removiendo. Por último, una gotita de colorante, se remueve un poco más y lo cerramos.

Este bote de la calma lo agitarán muy fuerte muy fuerte y después podrán mirarlo. Esta actividad da pie a comparar la purpurina que va de un lado a otro descontroladamente con la emoción del enfado. Pasado el tiempo **la purpurina empieza a caer lentamente y ellos, a su vez, se irán calmando igual.**

Este bote de la calma puede convertirse en un recurso al que volver para controlar sus enfados.

## Sesión 7: Cierre.

Rincón de la tranquilidad:

Cambiar de espacio es útil puesto que permite separarse de la situación y calmarse.

Tras haber trabajado diferentes actividades para la identificación y gestión de la ira se cambia de espacio al **rincón de la tranquilidad** a modo de cierre para recoger todo lo aprendido. En este rincón se habla de todo lo vivido y se recopilan los aprendizajes emocionales a través de una **conversación guiada por la profesora.**

Tener en el aula un **espacio asignado a la paz** es de gran ayuda para la gestión emocional. Este rincón se puede quedar como algo cotidiano para los momentos de conversación más privados como estos o para trabajar la calma y relajación en clase en determinadas situaciones.

## 5.2 EL MIEDO

### **Propósito:**

A través de este cuento trabajaremos el miedo como el temor a algo (en este caso la oscuridad, pero puede tratarse de algo tangible o intangible y real o imaginario).

### **Intención emocional:**

Tener miedo es común; todos tenemos miedo a algo. Lo importante es saber reconocerlo y no dejar que nos impida hacer lo que queramos. Debemos buscar herramientas que nos ayuden a superarlos.

### **Cuento:**

#### **La fiesta al final de la cueva:**

Martín y sus amigos llevan todo el día hablando de las ganas que tienen de ir de aventura.

Hay una cueva muy famosa en la zona y se dice que al final del todo, en la oscuridad y formados por las curvas de las paredes, hay unos toboganes enormes ¡Tienen muchísimas ganas de ir!

Al llegar y estar en frente de la cueva se dan cuenta de que todo es más grande de lo que imaginaban. Desde la entrada se pueden escuchar las voces de los otros animales riendo y jugando.

Sin dudarle ni un momento todos echan a correr y se adentran en la cueva. Todos... menos Martín.

La cueva está demasiado oscura y Martín se ha parado en seco. Se ha quedado paralizado y poco a poco empieza a dar pasitos para atrás. Le da muuuucho miedo la oscuridad.

Cada vez se acerca más al exterior... hasta que consigue salir. Mientras espera a sus amigos, un poco triste y solo, se pone a pensar en lo bien que se lo pasaría si pudiese llegar a los toboganes. Y... de pronto... se da cuenta de que en el borde del camino que los había llevado hasta allí hay algo en el suelo. “¿Qué será eso?”- se pregunta.

Se acerca un poco más, para verlo mejor y se da cuenta de que es una de esas linternas que los aventureros humanos que hacen rutas por el campo se colocan en la cabeza para alumbrarse.

- ¡Justo lo que necesito! ¡Ya puedo atravesar la cueva!

Contento e ilusionado, respira hondo. Se está colocado la goma de la linterna en la cabeza y... se le engancha en una roca haciéndola salir volando dentro de la cueva.

- ¡No, no, no! Esto no me puede estar pasando. ¡Necesito esa linterna!

Corre y corre rápido a cogerla, ¡no la puede perder! Por suerte, Martín consigue encontrarla y con ella en las manos, suspira aliviado y coge aire.

- ¡Problema solucionado! ¡Ya puedo cruzar la cueva o o o ooooo ssss cura ....

Ya está dentro de la cueva. Con las prisas para recuperar la linterna no se ha parado a pensar y... ¡ha entrado solo a la cueva! ¡con el miedo que le daba!

Martín salta de felicidad y ríe sin parar, ¡¡lo ha conseguido!! Entonces escucha las voces de sus amigos cada vez más fuerte: “Martín, Martín, ¡ven a los toboganes a jugar!”.

Sin pensárselo dos veces, Martín coge la linterna que ya no necesita, la deja donde estaba por si algún animal con miedo a la oscuridad la necesita y rebosando alegría echa a correr en busca de sus amigos.

### **Propuesta didáctica:**

#### Sesión 1: Presentación de la emoción.

La profesora introduce el tema del miedo diciendo que ha encontrado un pasillo secreto en el que hay un cuarto oscuro. Les cuenta que, aunque le daba un poco de miedo ha decidido entrar y estaba todo completamente negro, que no veía nada. Se crea un debate en clase en torno a quién se atrevería a entrar y quién sentiría miedo.

En función de la clase, la profesora debe valorar entonces si es adecuado proponer el siguiente reto: “¿Os atrevéis a que apaguemos la luz, cogidos de la mano quien quiera, para ver qué se siente?”. De este modo podrán hablar de la emoción basándose en una experiencia compartida: “¿Qué habéis sentido?”.

Otra posible variante, en función de cómo de preparados estén los alumnos bajo criterio de la profesora sería, sin dar ninguna explicación, apagar la luz y dejar que reaccionen libremente. Al principio causa desconcierto y deja que poco a poco se tranquilicen y logren estar calmados. Si es necesario la profesora los calma para que se sientan seguros y acompañados. Después de estar un tiempo a oscuras y sosegados, la profesora se levanta y enciende la luz.

La profesora puede hacer **preguntas de motivación e introducción a la emoción del miedo**.

Estas preguntas permiten además conocer el punto del que parten los alumnos:

- ¿Qué sentiríais estando solos en la oscuridad?
- ¿Os da miedo?
- ¿Qué sentís cuando tenéis miedo?
- ¿Qué otras cosas os dan miedo?
- ¿Qué hacéis cuando tenéis miedo?
- ¿Quién os ayuda cuando tenéis miedo?
- ¿Alguien tiene los mismos miedos que vosotros?

## Sesión 2: Lectura del cuento.

La profesora realiza la lectura del cuento involucrando a los más pequeños a través de **preguntas relacionadas** con la lectura. Las preguntas referentes que se pueden hacer son:

- ¿Por qué no entra Martín en la cueva?
- ¿Qué hace Martín cuando siente el miedo?
- ¿Por qué Martín ya no necesita la linterna?
- ¿Qué os parece lo que hace con la linterna al final?

### Sesión 3: Actividad de identificación y réplica de la expresión fácil producidas por el miedo.

¿Qué nos pasa cuando tenemos miedo?:

Es conveniente que esta actividad se lleve a cabo en el aula de psicomotricidad.

Cuando Martín siente el miedo su manera de reaccionar es salir corriendo. La profesora pregunta a los alumnos: “¿A vosotros qué os pasa cuando tenéis miedo?”. Los alumnos van respondiendo, diciendo, por ejemplo, como les sale una cara de asustados o incluso algún grito. Entonces juegan a **poner cara de asustados**.

### Sesión 4: Actividad de identificación de las causas que provocan miedo.

La cueva de nuestros miedos:

La profesora crea en el corcho una cueva (como la que tanto miedo le daba a Martín atravesar), con una tela negra como fondo y con la entrada lo suficientemente grande como para poder meter los miedos de cada uno.

Cada alumno **dibuja aquello que más miedo le produce**, cualquier cosa que le asusta.

Cuando todos hayan dibujado su miedo se meten dentro de la cueva.

### Sesión 5: Actividad de gestión mediante la búsqueda grupal de soluciones para el afrontamiento de los miedos de los alumnos.

¡Con la cueva terminada ya podemos empezar!:

Se parte de la cueva creada en el corcho replicando a la que tanto miedo le da a Martín.

La profesora empieza contando un miedo suyo, para abrir paso a la conversación libre.

Después poco a poco son los propios alumnos los que van hablando del miedo que han metido en la cueva y entre todos **buscan diferentes maneras de afrontarlo** para ayudarse unos a otros a superarlos respondiendo a la pregunta: “**¿Qué podemos hacer?**”.

Sesión 6: Actividad de gestión del miedo a la oscuridad a través de la creación de un frasco que brilla en la oscuridad y aporte tranquilidad y seguridad.

Nuestra linterna:

Martín tiene mucho miedo a la oscuridad y decide enfrentarse a él con una linterna como apoyo. Al final no la utiliza y simplemente la deja en la entrada de la cueva por si alguien más la necesita en algún momento. La profesora crea con los alumnos un **frasco que brilla en la oscuridad** ([Anexo 2](#)) que será su apoyo o ayuda frente al miedo; puede convertirse en un recurso al que volver para controlarlo.

Se convierte en una **referencia de lugar que dará tranquilidad** y les ayudará a **ubicarse espacialmente para enfrentarse al miedo a la oscuridad**; como el que tenía Martín.

Para crear este frasco se necesitan los siguientes materiales:

- Pintura fluorescente
- Pincel
- Frasco de plástico

Se pinta el frasco por dentro, dando brochazos con el pincel y haciendo puntitos con la pintura fluorescente. Cuanto más se pinte más brillará el frasco en la oscuridad por lo que es recomendable pintar cuanto más mejor.

Sesión 7: Cierre.

Lo hemos conseguido juntos:

Se suscita un momento de **conversación guiada** para hablar de lo que ha producido la emoción del miedo. La profesora crea un espacio de diálogo donde cada uno puede decir **qué miedo tenía y ya ha superado, o qué miedo tiene y está controlando, o qué le sigue dando aún mucho miedo.**

Los alumnos pueden de esta manera lograr una consciencia de los progresos realizados, identificar la emoción y cómo la han gestionado o van a gestionar.

## 5.3 LA ALEGRÍA

### **Propósito:**

A través de este cuento trabajaremos la alegría como el placer júbilo ante algo.

### **Intención emocional:**

Identificar esta reacción genuina de entusiasmo y disfrutarla, sabiendo empatizar con los demás cuando están alegres... y cuando no lo están.

### **Cuento:**

#### **Llega el invierno:**

Como cada año, ha empezado a entrar el frío.

Todos los puercoespines que conozcáis os dirán que hace demasiado frío para ellos y que les gusta buscar una cueva o árbol para formar su madriguera. Pero no es el caso de Martín, él es un puercoespín especial.

La estación favorita de Martín es el invierno por muchos motivos. Le gusta mucho ponerse guantes, gorro y bufanda, le gusta mucho ir a patinar sobre hielo y le gusta mucho tomar sopas calentitas. Pero, sobre todo, ¡¡le encanta la nieve!!

No hay cosa que le guste más que ver todo el bosque cubierto de blanco. Le encanta ver los copos caer, le encanta hacer ángeles y muñecos, le encanta tirar bolas de nieve y, sobre todo, le encanta tirarse en trineo. ¡Es lo que más le gusta en el mundo!

Este año, de momento no ha caído aún ningún copito. Todo el mundo dice que ya no nevará y que el calor se acerca. Martín no quiere hacer caso, cada día que pasa apunta en su diario que al siguiente nevará y siempre mantiene la esperanza. Cada noche, Martín se va a dormir y sueña con levantarse y verlo todo de color blanco.

Pasan los días, uno detrás de otro, pero todo sigue igual... Ni rastro de la nieve.

Una mañana, al despertar, mientras se frota los ojos y se empieza a estirar se detiene rápidamente. Empieza a olisquear y a olisquear. ¡Ya había llegado! ¡Olía a nieve!

Se puso de pie, corrió hacia la puerta y... empezó a dar saltos de alegría. Había nevado toda la noche, estaba todo recubierto de nieve. ¡Qué alegría!

Sentía como si estuviese dando brincos entre nubes de algodón, mejor dicho, de nieve.

Fue corriendo a despertar a los demás y a sacar el trineo de su armario. Se pasó el día entero tirándose por la colina una y otra vez. Llevaba esperando este momento un año entero. ¡No podía dejar de sonreír!

### **Propuesta didáctica:**

#### Sesión 1: Presentación de la emoción.

La profesora pone una canción y tanto ella como los alumnos bailan al ritmo de la música. Se deja que bailen alegremente y se rían mucho hasta que estén cansados y todos se sientan.

Después la profesora también puede hacer **preguntas de motivación e introducción a la emoción de la alegría**. Estas preguntas permiten además conocer el punto del que parten los alumnos:

- ¿Qué sentís cuando bailáis así?
- ¿Qué otras cosas hacen que os sintáis alegres?
- ¿Os gusta esa emoción?
- ¿Qué hacéis cuando estáis alegres?

#### Sesión 2: Lectura del cuento.

La profesora realiza la lectura del cuento involucrando a los más pequeños a través de **preguntas relacionadas** con la lectura. Las preguntas que se pueden hacer son:

- ¿Qué es lo que Martín está desenando que pase?
- ¿Qué hace Martín cuando se levanta y ve que ha nevado?
- ¿Por qué creéis que no puede parar de sonreír?
- ¿Cómo se siente?

### Sesión 3: Actividad de identificación de la alegría y de lo que les hace sentir.

#### Composición de la alegría:

La profesora pone la música que a los alumnos les guste. Ellos Con ella puesta les saca un **mural** muy grande y témperas de colores. Los alumnos pueden **pintar lo que sientan al escuchar la canción alegre**. Una vez esté terminado le ponen nombre dicho mural de la alegría y lo cuelgan en el corcho.

### Sesión 4: Actividad de identificación y réplica de la expresión fácil producidas por la alegría.

#### ¿Qué hace Martín cuando está alegre?:

Para esta actividad lo idóneo será ir a la sala de psicomotricidad.

Cuando Martín descubre que ha nevado no puede evitar dar saltos de alegría y le sale una sonrisa de oreja a oreja. Los alumnos **sonríen y saltan igual que Martín, ríen...** Después, se sientan todos en círculo y hablan de cómo sonrío o se ríen cuando están alegres.

### Sesión 5: Actividad de gestión de la reacción producida como respuesta a la alegría.

#### Nuestro propio diario:

Martín tiene un diario donde cada día apunta si nieva o no. En clase los alumnos tendrán el diario de la alegría. Se trata de un **diario de clase** y en él, los alumnos **podrían escribir o dibujar algo que les ha puesto alegres y qué han hecho**.

Es una herramienta que se puede quedar en el aula durante todo el tiempo de trabajo de la emoción, así como la **empatía**. Se puede trabajar con los niños cómo regular en la **expresión de la emoción cuando la persona que tenemos al lado está triste** o no tan feliz como ellos.

Sesión 6: Actividad de gestión de la emoción compartiendo cómo actúa cada uno.

Compartimos alegrías:

La profesora presenta el **sombrero de la alegría**. Este sombrero es especial y, cada persona que se lo ponga, debe decir una cosa que le haga estar alegre y qué hace cuando eso pasa.

Ya saben todos lo que le alegraba a Martín y qué hacía cuando esto pasaba. La profesora deja que **cada alumno se ponga el sombrero y no solo diga qué le hace estar alegre sino qué hace después**. De esta manera, entre todos, nombraran diferentes maneras de gestionar la alegría y en caso de que alguna de ellas no sea adecuada se debatirá en clase.

Sesión 7: Cierre.

Leemos nuestro diario:

La profesora crea un momento de **conversación** a modo de cierre para hablar de todo lo que han hecho y lo que más les ha gustado de la emoción.

Después, entre todos, **abrirán el diario de la alegría y verán todas las cosas que les han alegrado**.

## 5.4 LA TRISTEZA

### Propósito:

A través de este cuento trabajaremos la tristeza como el dolor por una pérdida. Lo es también por un fracaso o una desilusión.

### Intención emocional:

La tristeza se debe aceptar, sufrir y expresar. A cada uno le ayudan a superarlo cosas diferentes (llorar, los abrazos, un buen amigo...)

## **Cuento:**

### **Nos mudamos:**

Los padres de Martín le han dado una noticia muy importante.

No le ha hecho mucha ilusión, es más, ahora siente que tiene un nudo en la garganta.

Se van a mudar.

Martín no puede creerse que tenga que dejar su casa, sus amigos, donde se siente tan cómodo y donde es tan feliz. No tiene ganas de nada, no quiere ni hablar. No come, no habla y ni siquiera consigue dormir.

Se ha ido de paseo para estar solo. Está sentado en un rincón pensando en lo desgraciado que es. De repente oye una vocecilla que proviene de una roca.

La vocecilla le pregunta: “¿Qué te pasa?”

Martín no ve a nadie y se pone un poco nervioso. “¿Quién eres? ¿Dónde estás?”

Un caracol se asoma poco a poco tras la roca.

–Ah, eres tú –dice Martín–. Me habías asustado. Pero no me pasa nada. No quiero hablar.

El caracol Eduardo, que le conoce muy bien, sabe que eso no es verdad y se queda ahí con él, a su lado y en silencio. A Martín se le empiezan a caer unas lagrimitas y al mirar al caracol no puede evitar ponerse a llorar desconsoladamente.

Al dejar de llorar, muy sorprendido le dice a su amigo:

- La verdad que es ahora me siento mejor. ¿Te apetece jugar a la pelota?

Deciden ir a avisar a todos los demás y se pasan toda la tarde jugando al fútbol y contando chistes. Eso también le ayuda a estar un poquito mejor.

Martín aún se siente triste, pero llorar y estar con sus amigos le ha ayudado.

Se ha ido casa para la cena y a pesar de estar triste ha vuelto a tener hambre.

Sus padres están asombrados y le han dado un abrazo enorme. Martín sigue triste porque no se quiere ir y dejar su casa, pero gracias a ese abrazo, por un momento, se le ha olvidado la tristeza.

A pesar de todo ha tenido un buen día y esta noche por fin ha podido dormir del tirón.

Al levantarse la mañana siguiente se da cuenta de que el nudo de su garganta ha desaparecido. Llorar, estar con sus amigos y los abrazos de sus padres le habían ayudado. Martín piensa ahora que todo irá bien y está deseando conocer a nuevos amigos.

## Propuesta didáctica:

### Sesión 1: Presentación de la emoción.

La profesora les enseña una postal que le ha mandado una amiga suya que ahora vive lejos. Les cuenta que le echa mucho de menos y que a veces le entran ganas de llorar porque le da mucha tristeza.

Después la profesora puede hacer **preguntas de motivación e introducción a la emoción de la tristeza**. Estas preguntas permiten además conocer el punto del que parten los alumnos:

- ¿Qué sentís cuando estáis tristes?
- ¿Cuáles son las cosas que os hacen sentir así?
- ¿Qué hacéis cuando estáis tristes?
- ¿Qué os ayuda cuando estáis tristes?

### Sesión 2: Lectura del cuento.

La profesora realiza la lectura del cuento involucrando a los más pequeños a través de preguntas **relacionadas con la lectura**. Las preguntas que se pueden hacer son:

- ¿Qué siente Martín?
- ¿Por qué Martín no se quiere ir?
- ¿Cómo os sentiríais si os dicen que os mudáis?
- ¿Qué le ayuda a Martín cuando está triste?
- ¿Qué le diríais a Martín para ayudarlo?

### Sesión 3: Actividad de identificación de la causa que produce tristeza.

Nuestras lágrimas de tristeza:

Martín está triste porque se tiene que mudar. La profesora puede preguntar si alguno se ha mudado alguna vez o si conoce a alguien que lo haya hecho y cómo se siente.

Después, hablan de cosas que nos ponen tristes y la profesora deja que expresen situaciones que a ellos les provocan esta emoción. A continuación, les da a los alumnos una **lágrima de papel donde escribirán o dibujarán algo que les produzca tristeza y después la recortarán**. En el [Anexo 3](#) se podemos encontrar un fotocopiable de dichas lágrimas.

La profesora colgará en la pared o en el corcho el **“el bote de lágrimas de tristeza”** recogido en el [Anexo 4](#), y pegará dentro la gota de Martín, triste porque se tiene que mudar. Todos los alumnos pegarán su gotita dentro también.

Cuando esté lleno se puede suscitar una **conversación acerca de lo que han representado en sus gotas y reflexionar** sobre qué provoca la tristeza y que es una emoción que, como todas, no dura para siempre.

#### Sesión 4: Actividad de identificación de la emoción de la tristeza mediante un baile.

Baile de la tristeza:

Hablan de lo que sienten cuando están tristes como, por ejemplo, al igual que Martín, sienten un nudo en la garganta o les entran ganas de llorar. Para reconocer esto y que los demás lo puedan ver, todos juntos **crean un baile especial** para cuando noten que están un poco decaídos y se sientan tristes.

Todos los conocerán como el baile de la tristeza y se podrá bailar en la clase cuando se de alguna situación triste o lo podrán bailar los niños solos donde y cuando quieran.

Para este baile la profesora pone **músicas tristes de melodías menores** como pueden ser:

- Marcha fúnebre de Beethoven.
- Marcha fúnebre por una marioneta de Charles Gounod.
- Muerte de Ase de E. Grieg (poema sinfónico).
- Días tristes de Lucía Gil.
- No te vayas mamá de José María López Pascual en la serie “Marco”.

Sesión 5: Actividad de gestión de la emoción a través de diferentes actuaciones posibles.

La ruleta de opciones:

A Martín le ayuda mucho llorar, jugar con sus amigos, contar chistes y los abrazos de sus papás. A cada uno le ayudan cosas diferentes para estar un poquito menos triste o, por lo menos, para no sentirnos mejor.

La profesora pregunta a los alumnos **qué cosa les ayuda o creen que les puede ayudar cuando están tristes**. Entre todos y con ayuda de la profesora, **crean una ruleta que incluya todas las respuestas** que den, como pueden ser pedir un abrazo, hablar con sus amigos, escuchar música etc., y la cuelgan en el corcho o la plastifican y guardan para cuando sea necesaria. Podemos ver un ejemplo modelo de esta ruleta reflejado en el [Anexo 5](#).

Si un alumno está triste alguna vez, puede acudir a ella y elegir si quiere hacer una de las cosas escritas o representadas en la ruleta para sentirse mejor.

Sesión 6: Actividad de gestión de la tristeza acudiendo a un lugar reconfortante, mediante un ejercicio de respiraciones y, en caso de que quieran, dando abrazos.

La silla de las respiraciones y abrazos:

Entre todos nombran las cosas que a Martín le hacen sentir mejor y luego cada uno lo que le hace sentir mejor a ellos. La profesora dirige la conversación a como los abrazos son muy gratificantes cuando estamos tristes y entre todos decoran una silla. Esta silla recibirá el nombre de la **silla de los abrazos** y los alumnos podrán acudir a ella siempre que lo necesiten. Cuando se sientan tristes pueden ir y respirar profundamente. **Cada vez que inspiren pensarán en algo que les haga sentir mejor y cada vez que expiren lo dirán en voz alta.**

Cuando el alumno esté más tranquilo, si quiere, puede pedir un abrazo a la persona que sienta que más le puede ayudar en ese momento.

## Sesión 7: Cierre.

Sitio seguro/rincón de la calma:

En caso de haber mantenido el **rincón de la calma** construido para la emoción de la ira, se puede acudir a él para hacer esta reunión final de **conversación a modo de recopilación** de la emoción.

Si por el contrario no es así, la profesora y los alumnos pueden crear su “**rincón seguro**”.

En este rincón podrán sentirse en paz y libres para expresar todo lo que esta emoción les hace sentir y hablar de cosas que les produzcan tristeza.

## 5.5 LA SORPRESA

### Propósito:

A través de este cuento trabajaremos la sorpresa como la reacción espontánea ante un suceso inesperado que rompe nuestros esquemas.

### Intención emocional:

La sorpresa es algo imprevisto que nos llama la atención. Es neutra, lo que define si una sorpresa es buena o mala son las emociones de después.

### Cuento:

#### Demasiadas sorpresas:

Martín y sus padres han decidido ponerse a hacer galletas. Tienen un libro de recetas muy chulo que guardan en la estantería de la cocina pero que aún no han utilizado.

Martín va directo a coger el libro, aunque para su sorpresa, el libro no está.

Lo han buscado durante un tiempo, extrañados porque siempre está en el mismo sitio. Martín está un poco triste y se le ponen los ojos llorosos. Pero su mamá tiene una idea, como no lo han encontrado ¡van a hacer su propia receta!

- ¡Manos a la masa! – dice el papá de Martín muy alegre.

Las galletas han salido riquísimas y ahora tienen su propia receta familiar secreta.

Después, Martín se ha ido a por su baúl de disfraces y al final del todo ha visto su disfraz de pirata. Pensaba que lo había perdido. ¡Menuda sorpresa!

Le ha hecho tantísima ilusión que se ha puesto a dar saltos y cantar.

Se ha pasado toda la tarde jugando a ser pirata, bailarín, pintor, explorador...

Ha sido un día de sorpresas y ya está muy cansado. Pero lo que aún no sabe es que aún le espera una sorpresa más.

Cuando están cenando sus papás le dan una noticia inesperada:

- ¡Martín, vas a tener un hermanito! ¡¡Sorpresa!! – le dicen sus papás muy contentos.

Aunque después de esta sorpresa no sabe cómo se siente.

### **Propuesta didáctica:**

#### Sesión 1: Presentación de la emoción.

La profesora reúne a todos los alumnos y delante de ellos exprime un limón y lo mezcla con una cucharada de agua. Les pregunta a los alumnos qué creen que va a pasar y después de todas sus respuestas, con un pincel escribe la palabra sorpresa en un folio. Lo pone a trasluz y deja que los alumnos lo lean. Otra opción es utilizar un trozo de vela a modo de lápiz y con acuarela pintar por encima para que lo escrito sea legible. ¡Sorpresa!

Se pueden hacer **preguntas de motivación e introducción a la emoción de la sorpresa.**

Estas preguntas permiten además conocer el punto del que parten los alumnos:

- ¿Qué sentís cuando estáis sorprendidos?
- ¿Por qué os sorprenden las cosas?
- ¿Qué haces cuando estás sorprendido?
- ¿Qué cosas no os esperabais que pasasen y os han sorprendido?
- ¿Cómo os sentís después de una sorpresa?
- ¿Todas las sorpresas son buenas?

## Sesión 2: Lectura del cuento.

Se realiza la lectura del cuento involucrando a los más pequeños a través de **preguntas relacionadas** con la lectura. Las preguntas que se pueden hacer son:

- ¿Qué le pasa a Martín cuando va a buscar el libro de recetas y no está?
- ¿Y cuándo encuentra el baúl de los disfraces?
- ¿Y cuándo le dicen que va a tener un hermanito?
- ¿Por qué se sorprende cuando pasan todas estas cosas?
- ¿Cómo siente después de las sorpresas?
- ¿Las sorpresas han sido buenas o malas?

## Sesión 3: Actividad de identificación a través de un experimento que les asombra.

Con la boca abierta, ¡empezamos!:

A Martín le han sorprendido muchas cosas, ahora la profesora les trae otra que les va a sorprender a ellos con un **experimento**.

Los materiales necesarios son:

- Un cuenco con agua.
- Un vaso chiquitito
- Trozos de papel.

La profesora les enseña a los alumnos un cuenco de agua y un trozo de papel. A continuación, les pregunta: “¿Creéis que puedo conseguir meter el trozo de papel en el agua sin que se moje?”.

Los alumnos hacen sus hipótesis y la profesora mete un trozo de papel en el agua. Saca el papel del agua y está mojado.

Después, la profesora les enseña el vaso chiquito y les pregunta: “¿Creéis que si meto el papel dentro del vaso puedo conseguir que no se moje?”.

Los alumnos hacen sus hipótesis y la profesora introduce el papel hecho una bola dentro del vasito de manera que se quede bien fijado; aunque le dé la vuelta al vaso no se sale.

Les muestra a los alumnos en vaso boca abajo, lo mete en el agua y presiona durante unos segundos. Saca el vaso del agua, saca el papel de dentro y todos comprueban que está completamente seco.

“¿No os lo esperabais? ¿Qué sentís? ¿Os ha sorprendido?”.

#### Sesión 4: Actividad de identificación de aquellas causas que les provoquen la emoción.

Nuestra caja sorpresa:

A Martín le sorprende no encontrar el libro de recetas, que apareciese su disfraz de pirata, que vaya a tener un hermanito... Hay muchas cosas que le sorprenden.

La profesora les pregunta a los alumnos qué cosas les han sorprendido y ellos podrán a **dibujar aquello que les sorprende, traer el objeto que les haya sorprendido o uno que les recuerde a la sorpresa...** Lo que ellos quieran.

Después, uno a uno, irán **metiendo en la caja lo que ellos hayan decidido** que quieren meter y **contando lo que les sorprendió**.

#### Sesión 5: Actividad de gestión del disfrute de las buenas sorpresas.

Disfrazados:

La profesora trae a clase un baúl de disfraces como el de Martín. ¡Sorpresa! Cada alumno **se disfraza de lo que quiere y juegan libremente**.

Después del juego, se sientan en un círculo y tienen un **momento de conversación** acerca de lo bien que se lo han pasado y de que la sorpresa ha sido una buena sorpresa. Los alumnos han disfrutado y el profesor les pregunta sobre cómo se han sentido llegando todos a la conclusión de que **cuando reciben buenas sorpresas están alegres y disfrutan**; como han hecho con los disfraces.

## Sesión 6: Actividad de gestión de una mala sorpresa.

¿Y si es mala?:

Cuando Martín va a por el libro de recetas y no lo encuentra se lleva una mala sorpresa. Se pone muy triste y se le ponen los ojos muy llorosos.

La profesora saca la **ruleta de las opciones** que hicieron todos juntos para trabajar la tristeza y hablan de **cómo podría ayudar a Martín y a ellos mismos cuando algo les sorprenda en un mal sentido.**

## Sesión 7: Cierre.

Para alguien especial:

La profesora y los alumnos se reúnen para recopilar los aprendizajes realizados y **hablar de todo lo que han vivido.** Hablan de lo que más les ha gustado y de cómo existen sorpresas buenas y malas y la manera de gestionarlas es diferente en función de lo que hacen sentir.

Después la profesora les pide que piensen en alguien especial a quien les gustaría hacer una buena sorpresa a ver cómo reacciona. Entre todos **deciden qué sorpresa van a preparar a esas personas especiales y se ponen manos a la obra.**

## 5.6 EL ASCO

### Propósito:

A través de este cuento trabajaremos el asco como un desagrado o rechazo.

### Intención emocional:

El asco es una emoción subjetiva y no a todos nos dan asco las mismas cosas.

## **Cuento:**

### **El ramo de flores para Olivia:**

Hace un día fabuloso y Martín sale un rato por el bosque para estirar sus púas al aire. Hay muchas flores por todas partes así que decide coger un ramo para su mejor amiga Olivia la ardilla.

En su paseo se encuentra preciosa amapola

- ¡Qué bien! – exclama. ¡Ya tengo la primera flor para mi ramo!

Pero ve que dentro de la amapola hay un pequeño gusano.

- ¡Qué asco! – grita.

Sopla fuerte y el gusano sale volando.

Sigue caminando y encuentra unas preciosas margaritas amarillas que le encantan. La coge y se da cuenta de que dentro de una de ellas hay una pequeña abeja.

- ¡Qué asco! ¡Otro bicho! – refunfuña.

Sopla y la abeja sale volando.

Sigue su camino completando su ramo, hasta que queda precioso y va directo a ver a Olivia.

Cuando se lo da ella se queda maravillada con ese ramo tan bonito. Pero de repente, Martín dice:

- ¡Espera, Olivia! ¡No lo toques! ¡Tiene un bicho! ¡Qué asco!

Y sopla hasta que una pequeña mariquita sale volando.

- ¡Pero si es preciosa! ¡A mí no me da asco! – dice Olivia.

## **Propuesta didáctica:**

### **Sesión 1: Presentación de la emoción.**

La profesora les cuenta a sus alumnos lo que le ha pasado. Ella por las mañanas siempre desayuna una tostada con mantequilla y azúcar, pero hoy estaba muy distraída y en vez de azúcar se ha equivocado y le ha puesto sal. Estaba malísima, ¡qué asco!

Se pueden hacer preguntas de **motivación e introducción a la emoción del asco**. Estas preguntas permiten además conocer el punto del que parten los alumnos:

- ¿Qué cosas os dan asco?
- ¿Por qué os da asco?

- ¿Qué sentís?
- ¿Os gusta esa emoción?
- ¿Qué hacéis cuando algo os da asco?

### Sesión 2: Lectura del cuento.

Se realiza la lectura del cuento involucrando a los más pequeños a través de **preguntas relacionadas** con la lectura. Las preguntas que se pueden hacer son:

- ¿Qué hace Martín cuando ve a todos los bichos en las flores?
- ¿Por qué sopla?
- ¿Por qué a Olivia no le da asco la mariquita?
- ¿Os parece raro que a Martín y a Olivia no les den asco las mismas cosas?

### Sesión 3: Actividad de identificación de aquello que nos produce asco en base a su tacto.

Caja del tacto:

La profesora hace un agujero en uno de los laterales de una caja de cartón, pone una tela para que no se vea lo que hay dentro y la decora. Podemos encontrar un ejemplo detallado en el [Anexo 6](#).

A Martín le dan mucho asco los bichos y le dice a su amiga Olivia que no los toque. El asco y el rechazo están vinculados y funciona en ambas direcciones. Hay cosas que nos dan asco y no queremos tocar, como le pasa a Martín, y otras tras tocarlas, si el tacto resulta desagradable, nos permiten reconocer el asco provocando del mismo modo un rechazo. Hay cosas que a nosotros nos pueden dar asco por su tacto.

Dentro de la **caja misteriosa** la profesora mete **diferentes objetos** para que los niños al **meterla mano los perciban mediante el tacto**. Algunos ejemplos de lo que se puede meter en la caja son: peine, pompón, slime...) Es recomendable que tengan todo tipo de texturas.

Los alumnos **determinan si les da asco o no y pueden adivinar qué es antes de sacarlo**.

#### Sesión 4: Actividad de identificación de aquellas comidas que provocan asco.

¿Qué nos da asco?:

Martín es un puercoespín y no come lo mismo que nosotros; algunas cosas que le parezcan deliciosas a nosotros nos pueden dar asco. También nos pasa entre nosotros; aunque a alguien le parezcan deliciosas algunas comidas a otros les pueden dar asco.

Entre todos **crean un menú con cosas que les den asco**. Los alumnos pueden dibujarlas, traer recortes... y lo pegan en la “**tabla de cocina**” de clase ([Anexo 7](#)) que la profesora ha fotocopiado y tamaño A2.

Añadirán a las posibilidades del menú todas las cosas que, aunque para Martín o algún otro alumno incluso sean deliciosas, para el que lo dice puedan ser asquerosas.

#### Sesión 5: Actividad de gestión del asco ante alimentos que son buenos para nosotros.

¿Qué rescatamos?:

La profesora **parte del menú anterior** para saber **qué cosas de las que han dicho que le da asco son buenas para nosotros y qué cosas no lo son**. Algunas de las posibles respuestas que se hayan podido recoger pueden ser gusanos o verduras, por ejemplo.

Todos juntos, la profesora con los alumnos, clasifican por qué cosas merece la pena hacer un esfuerzo, aunque de primeras provoquen asco, como en algunos casos las judías verdes.

Entre todos se proponen **retos para darles una oportunidad a aquellos alimentos que nunca han probado o que de primeras no les han gustado si saben que son bueno para nosotros**.

## Sesión 6: Actividad de gestión ante cosas o conductas percibidas con asco.

¿Qué harías?:

Hay ocasiones en las que cosas nos producen rechazo y nos pueden dar asco.

La **profesora nombra cosas o conductas** que pueden provocar asco, en el caso de Martín los bichos, y algunas otras serían, por ejemplo, un mal olor, un estornudo sin cubrirse la boca... Cada uno de los **alumnos tendría dos tarjetas** asociadas a una respuesta; una roja asociada a que les asco y una verde a que no les da asco.

Cada vez que la profesora nombre algo, tienen **que levantar una de esas dos tarjetas en función a cómo les haga sentir.**

A los que hayan votado que sí que les da asco la profesora les preguntará qué harían y puede preguntarle a los demás si harían algo diferente creando mini debates al respecto.

## Sesión 7: Cierre.

¡Lo que hemos aprendido!:

La profesora dirige un **momento de conversación** acerca de la emoción del asco. Se crea un **diálogo acerca de lo produce esta emoción y cómo nos ayuda a alejarnos de cosas que nos desagradan o repugnan.** Nos sirve para protegernos y las cosas que en un primer momento nos dan asco, pero sabemos que son buenas para nosotros merecen una oportunidad.

Los alumnos toman consciencia de los progresos realizados y recopilan todo lo trabajado.

## CRONOGRAMA DE APLICACIÓN

Este cronograma es una propuesta orientativa y flexible. Cada profesora, en función de los alumnos y de su criterio o intereses predominantes, puede detenerse y dedicar más tiempo a determinadas sesiones.

PRIMER TRIMESTRE					
MES/SEMANA	EMOCIÓN	1º SEMANA	2º SEMANA	3º SEMANA	4º SEMANA
SEPTIEMBRE	Periodo de adaptación				
OCTUBRE	Ira	Sesión 1 y 2	Sesión 3	Sesión 4 y 5	Sesión 6
NOVIEMBRE	Ira/Miedo	Sesión 7	Sesión 1 y 2	Sesión 3	Sesión 4 y 5
DICIEMBRE	Miedo	Sesión 6	Sesión 7	Navidad	Navidad

SEGUNDO TRIMESTRE					
MES/SEMANA	EMOCIÓN	1º SEMANA	2º SEMANA	3º SEMANA	4º SEMANA
ENERO	Alegría	Navidad	Sesión 1 y 2	Sesión 3 y 4	Sesión 5
FEBRERO	Alegría/Tristeza	Sesión 6	Sesión 7	Sesión 1 y 2	Sesión 3
MARZO	Tristeza	Sesión 4	Sesión 5	Sesión 6	Sesión 7

TERCER TRIMESTRE					
MES/SEMANA	EMOCIÓN	1º SEMANA	2º SEMANA	3º SEMANA	4º SEMANA
ABRIL	Sorpresa	Semana Santa	Sesión 1 y 2	Sesión 3	Sesión 4
MAYO	Sorpresa/Asco	Sesión 5 y 6	Sesión 7	Sesión 1 y 2	Sesión 3
JUNIO	Asco	Sesión 4 y 5	Sesión 6	Sesión 7	Finalización del curso

## EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA

La propuesta planteada estará presente a lo largo de todo el curso escolar y su aplicación requiere de dos tipos de evaluaciones; un seguimiento tanto de los alumnos como de la propia propuesta.

### A) EVALUACIÓN A LOS ALUMNOS

Este tipo de evaluación tiene como objetivo identificar los aprendizajes realizados por los alumnos de la manera más individualizada posible.

Debe tratarse de una evaluación de carácter global, continuo y formativo. Para hacer esto posible, se tendrán en cuenta las siguientes técnicas o recursos evaluadores:

- **Observación sistemática y directa** a lo largo de todo el proceso: nos permitirá recoger gran cantidad de información acerca de la efectividad de la propuesta con respecto a la adquisición del aprendizaje y el desarrollo emocional de los alumnos.
- **Carné de emociones:** al finalizar el trabajo de cada emoción los alumnos recibirán una insignia que simbolizará el conocimiento y dominio de esta; plantilla recogida en el [Anexo 8](#). De este modo, una vez concluida la aplicación de la propuesta, los alumnos tendrán 6 insignias diferentes correspondientes a las 6 emociones básicas trabajadas.
- **Anotaciones del docente:** un cuaderno a modo de diario en el que se registrarán situaciones relevantes durante el desarrollo de las actividades o aspectos a tener en cuenta relacionados el progreso de los alumnos. Este informe permitirá un seguimiento mayor de cada alumno en cuanto a las competencias adquiridas durante el proceso de enseñanza.
- **Rúbricas:** incluirán información acerca del proceso enseñanza-aprendizaje que facilitará la evaluación permitiendo comprobar si los alumnos han conseguido alcanzar los objetivos propuestos de una manera más precisa y objetiva ([Anexo 9](#)).

## B) EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA

Esta evaluación permite valorar la práctica educativa a lo largo de la aplicación de la propuesta de innovación para mejorarla de cara a cursos posteriores.

Se pretende identificar los puntos fuertes y débiles de la propuesta para realizar las modificaciones pertinentes.

Para llevar a cabo una valoración completa es necesario establecer un proceso evaluativo en el que podemos distinguir tres tipos diferentes de evaluaciones:

- **Evaluación inicial:** se lleva a cabo al inicio del curso. En esta evaluación se toman en consideración todos los factores del aula que influyen en la aplicación de la propuesta (adaptaciones de las actividades, disponibilidad para el desempeño de la propuesta, alumnos con necesidades especiales...).
- **Evaluación continua o formativa:** de manera trimestral se valora como está yendo el proceso. Momento de valoración acerca del trabajo realizado hasta el momento para tomar conciencia de la efectividad y de las áreas de mejora. Se identifican los puntos fuertes y débiles; se potencian los primeros y se plantea la implementación de mejoras en los aspectos pertinentes para los segundos.
- **Evaluación final:** a modo de cierre y de cara a aplicaciones posteriores. Se reflexiona acerca del conjunto total de la propuesta definiendo sus beneficios e inconvenientes y teniendo en cuenta las observaciones realizadas para determinar las mejoras futuras. En el [Anexo 10](#) se presenta una rúbrica desarrollada y especificada para llevar a cabo esta evaluación.

## CONCLUSIÓN PERSONAL DE TRABAJO

La propuesta de innovación presentada trae consigo un trabajo de reflexión posterior. Para ello, se valora y analiza la propuesta teniendo en cuenta diferentes aspectos.

## CONSECUCCIÓN DE LOS OBJETIVOS PLANTEADOS EN ESTE TRABAJO DE FIN DE GRADO

Esta propuesta didáctica es el fruto de un reto personal.

Siento gran interés por el mundo emocional y considero muy necesario su trabajo en las aulas de Educación Infantil. Del mismo modo, siempre he disfrutado mucho de la lectura y desde la perspectiva de una futura maestra me gustaría poder transmitir este disfrute a mis alumnos.

Veo ambos aspectos como elementos fundamentales para el desarrollo de los más pequeños y me gustaría trabajarnos y tenerlos muy presentes en mi futura aula.

Por todo lo mencionado, con mucha ilusión, quería crear un Trabajo de Fin de Grado basándome en dos **objetivos generales** muy claros.

El primero que definí trataba de *“diseñar una propuesta para el desarrollo de la inteligencia emocional a través de los cuentos como recurso para abordar las emociones en el tercer curso de Educación Infantil”*. La inteligencia emocional ha sido foco directo de interés en este documento y los cuentos han configurado la herramienta para trabajar e indagar en el mundo emocional en el aula.

El segundo fue *“plantear un trabajo de investigación extenso que incluya la redacción de cuentos propios enfocados específicamente a ser una figura de acompañamiento durante el proceso de educación emocional.”* Pienso que lo he alcanzado puesto que he logrado presentar un cuento por cada una de las seis emociones básicas y la figura de acompañamiento mencionada queda totalmente plasmada en el personaje de Martín.

Con respecto a estos objetivos me siento segura de poder decir que los he cumplido y tenido muy en cuenta en todo momento durante la creación de esta propuesta.

Retomando los **objetivos específicos** redactados al inicio de este documento podemos observar cuatro intenciones muy concretas.

El primero objetivo específico que detallé fue *“elaborar un plan lector para el aula conectando la literatura con mundo emocional a través de un aprendizaje vivencial”*. Desde mi punto de vista, este plan lector tiene una alta vinculación con el mundo emocional debido a la clara orientación de los cuentos con respecto al trabajo de las emociones. Afirmo que el aprendizaje se ha llevado a cabo de manera vivencial por la propuesta didáctica de actividades presentada, trabajando las competencias emocionales desde una perspectiva de participación y dando prioridad a la implicación y experimentación.

El segundo que puntalicé indica el propósito de *“favorecer el hábito lector de los alumnos, suscitando interés y gusto por la lectura”*. Para mí este objetivo ha sido muy cultivado y el hábito lector ha sido trabajado desde el inicio con la presentación de cada emoción o las preguntas relacionadas tras la lectura y a lo largo de toda la propuesta. Las actividades complementarias han mantenido la motivación y se han sumado a un proceso cíclico en el que crean interés por el cuento relacionado con la emoción siguiente. Todo esto ayuda a potenciar el gusto por la lectura, la expectación hacia la misma.

En tercer lugar, expresé la importancia de *“desarrollar el mundo emocional de los alumnos”*. Esta propuesta abre las puertas del mundo emocional para los más pequeños y les proporciona diferentes maneras de acercarse a él. Los cuentos narran la emoción y la muestran ofreciendo un modelo de conducta o afrontamiento determinado. Las actividades planteadas posibilitan el trabajo de identificación de las emociones, así como de estrategias de gestión de las mismas.

Por último, con el cuarto objetivo específico destacué el propósito de *“profundizar como investigadora y autora de cuentos infantiles inventando y redactando 6 cuentos enfocados a las emociones básicas”*. Me siento orgullosa de poder decir de creo haber superado este objetivo con éxito. Como investigadora he indagado mucho y como autora he sacado adelante 6 cuentos dirigidos a aquello que quería trabajar; las emociones básicas. He desarrollado estas dos facetas personales y logrado dar forma a lo que empezó como una aspiración ambiciosa.

## CONSECUCCIÓN DE LOS OBJETIVOS CONCRETOS PLANTEADOS EN LA PROPUESTA DE INNOVACIÓN

Por todo lo mencionado, con mucha ilusión, quería crear una propuesta completa que permitiera trabajar las emociones en torno a la lectura. Esto es exactamente lo que plasmé como **objetivo general** de la propuesta; *“crear un recurso didáctico basado en los cuentos para el trabajo de las emociones en las aulas de 5 años”*.

Considero que se ha alcanzado plenamente dicho objetivo puesto que la propuesta planteada recoge el trabajo de identificación y gestión de las 6 emociones básicas tomando como punto de partida los cuentos.

Con respecto a los **objetivos específicos**, el primero que definí fue *“identificar y conocer las emociones propias y de los demás, desarrollando habilidades sociales y la empatía a través de la lectura”*. En la propuesta podemos ver como a raíz de la lectura y las actividades relacionadas propiciamos a la identificación y conocimiento de cada una de las emociones básicas. A lo largo del trabajo los alumnos trabajan juntos desarrollando sus habilidades sociales y comparten pensamientos y vivencias personales que les permiten conocerse y conocer al otro potenciando la empatía.

El segundo objetivo específico redactado habla de *“adquirir herramientas de gestión de emociones logrando la autorregulación personal a raíz de la lectura y actividades posteriores”*. Desde mi punto de vista la propuesta hace frente a este objetivo. Los cuentos exponen situaciones que nos permiten crear diálogos al respecto y dentro de la propuesta de actividades relacionadas encontramos actividades explícitas para la gestión emocional de manera más vivencial.

El tercer y último objetivo específico marcado fue el de *“contribuir a la construcción de la identidad personal a través de la lectura y la consolidación de un hábito lector”*. En mi opinión la propuesta contribuye en gran medida a la construcción de la identidad personal mediante la lectura ya que trabaja el mundo emocional desde los cuentos que nos permiten guiar y acompañar a los alumnos en el proceso de descubrimiento y conocimiento de uno mismo. Aun así, la medición de éxito de este objetivo no es tan exacta como en los anteriores puestos que depende mucho del alumnado. La consolidación de un hábito depende mucho del

entusiasmo del docente y la motivación que pueda transmitir y despertar, pero se ha tenido muy en cuenta a lo largo de la realización de la propuesta.

## FORTALEZAS Y DEBILIDADES DE LA PROPUESTA

Analizando la propuesta, desde mi percepción, puedo mencionar **tres fortalezas**.

La primera es su carácter flexible. Se trata de una propuesta aplicable en cualquier contexto educativo, que permite el trabajo de más emociones siguiendo el mismo guion presentado. Del mismo modo, cada cuento tiene asociada una propuesta didáctica conformada por multitud de actividades, ninguna de estas siendo obligatoria por lo que el docente puede aplicar su criterio personal a la hora de aplicar la propuesta a su aula.

La segunda fortaleza es su carácter motivador con respecto a la lectura. El planteamiento se lleva a cabo desde la presentación de la lectura de un modo atractivo, siendo vista como un elemento de disfrute. Los cuentos aportan a los alumnos un hilo conductor que les guía en el proceso y la lectura se convierte en parte esencial del mismo.

La tercera fortaleza de esta propuesta es que trabaja aspectos que necesitarán a lo largo de su vida. Esta propuesta permite desarrollar las habilidades emocionales de los alumnos. Las emociones son un pilar fundamental, tanto en la educación como en la vida. Desde mi punto de vista es un acierto trabajar las emociones a estas edades ya que los alumnos están empezando a moldear su personalidad e identidad personal.

**La mayor debilidad** de esta propuesta es el hecho de que no ha sido llevada a cabo en un centro educativo. Me encantaría poder llevarla a la práctica, a ser posible, en un futuro no muy lejano.

## UTILIDAD EN EL ÁMBITO EDUCATIVO

Esta propuesta de innovación didáctica está enfocada al **desarrollo de habilidades que van a estar presentes a lo largo de la vida de los alumnos**. Los alumnos experimentan experiencias emocionales constructivas que aportan a su desarrollo emocional, siendo una parte fundamental para su desarrollo integral.

Proporciona a los alumnos **Estrategias y recursos que ayuden a la identificación, gestión y desarrollo de la competencia de habilidades emocionales**. Gracias a lo planteado se cubre la necesidad de la educación emocional en el ámbito escolar; educar las emociones. Una nueva línea de trabajo que destaca el desarrollo de los aspectos emocionales de los alumnos. Estamos viviendo en un contexto social y educativo en el que la educación emocional tiene una importancia creciente y esta propuesta está muy actualizada en cuanto a las tendencias educativas actuales.

Todo este acercamiento a las emociones se trabaja como firme propósito **a través de la lectura de cuentos**, siendo ésta un canal muy valioso. La literatura en la etapa de Educación Infantil juega un papel fundamental. Esta propuesta supone una iniciación a la lectura, partiendo de un **acercamiento motivador y estimulante** y siendo un recurso educativo muy eficaz. La lectura se asocia a una actividad de disfrute.

El planteamiento presentado motiva a los alumnos, lo que favorece a su implicación y por tanto la construcción de aprendizajes auténticos y significativos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aristóteles (2014). *Política* (Trad. de Azacárate Corral, P.). Austral. (Trabajo original publicado entre 384-322 a.C)
- Bandura, A. (1987). *Pensamiento y acción. Fundamentos sociales*. Barcelona: Martínez Roca.
- Bettelheim, B., & Furió, S. (1994). *Psicoanálisis de los cuentos de hadas*. Crítica.
- Bisquerra, R., y Pérez, N. (2012). *Educación emocional: Estrategias para su puesta en práctica. Avances en supervisión educativa*. Revista de la Asociación de Inspectores de Educación de España, 16.
- Bisquerra, R. (2015). *Universo de emociones*. Valencia: PalauGea
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis
- Bortolussi, M. (1985): *Análisis teórico del cuento infantil*. Alhambra. Madrid.
- Cervera, J. (1991). *Teoría de la Literatura Infantil*. Bilbao: Mensajero.
- Cruz Gimeno, M. J. (2014). *La lectura al amparo de la LOMCE: el Plan Lector*. Fórum Aragón, núm. 12, pág. 38.
- Cobarro, S. (2018). *Proyecto lector para el aula de Primaria: Creamos y descubrimos*. Región de Murcia: Consejería de Educación, Juventud y Deportes.
- Colomer, T., Manresa, M., Ramada, L., & Reyes, L. (2018). *Narrativas literarias en educación infantil y primaria*. Madrid: Síntesis.
- Darwin, C. (1972). *The expression of emotions in man and animals*. Londres, J. Murray. (Traducción castellana: *La expresión de las emociones en los animales y en el hombre*. Madrid: Alianza, 1984).
- Domech, C., Martín, N., & Delgado, M. (1994). *Animación a la lectura ¿cuántos cuentos cuentas tú?* Madrid: Editorial Popular, S.A.
- Domínguez en Oro, B. (2008). *Guía del Plan Lector de Centro*. Madrid: SM.

- Fernández-Abascal, E.G., Sánchez, M. P. J., & Díaz, M. D. M. (2003). *Emoción y Motivación. La adaptación humana*. Madrid: Centro de Estudios Ramón Areces.
- Fernández Berrocal, P. (2002). *Corazones inteligentes*. Editorial Kairos.
- García, F., & Musitu, G. (2001). *AF5: Autoconcepto Forma 5*. Madrid: Tea.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence. Why it can matter more than IQ*. Nueva York: Bantam Books. (Traducción castellana: *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós, 1996).
- Ibarrola, B. (2017). "El cuento es una experiencia emocional, aporta elementos de educación poderosos" [In person]. Periódico 20 minutos.
- Izard, C. E. (1989). *The structure and functions of emotions: Implications for cognitions, motivation and personality*. En E. S. Cohen (Ed.), *The G. Stanley Hall lecture series* (Vol. 9). Washington, DC: American Psychological Association.
- López, E. (2005). *La educación emocional en la educación infantil*. Revista interuniversitaria de formación del profesorado, 54, 153-168.
- Martínez-Selva, J. L. (1995). *Psicofisiología*. Madrid: Síntesis.
- Mata, J. (2008). *10 ideas clave. Animación a la lectura: Hacer de la lectura una práctica feliz, trascendente y deseable*. Barcelona: Editorial GRAÓ.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1990). *Emotional intelligence. Imagination, Cognition and Personality*. 9, 185-211.
- Mayer, J. D., y Salovey, P. (1997). *What is Emotional Intelligence?* En P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications*. Nueva York: Basic Books, 3-31.
- Ministerio de Cultura y Deporte (2017-2020). *Plan de Fomento de la Lectura*. Gobierno de España.
- Morote, P. (2002). *El cuento de tradición oral y el cuento literario*. En L. J. Triguero González (Coord.) y A. M. Fillola (Ed.), *La seducción de la lectura en edades tempranas* (p. 159-197). Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Secretaría General Técnica.

- Osborn, A. F. (1979). *Applied Imagination*. Nueva York: Charles Scribner 's Sons.
- Pajares, F. (2003). *Self-efficacy belief, motivation, and achievement in writing: A review of the literature*. *Reading and Writing Quarterly*, 19, 139-158
- Plutchik, P. (1980). *Emotion: A psychoevolutionary synthesis*. New York: Harper & Row.
- Punset, E., 2018. *Tercer Simposio Internacional Cerebro y Salud: Avances en el diagnóstico, prevención y tratamiento de las enfermedades neurológicas de Vithas la Salud*. *Diario de Sevilla*.
- Real Decreto 1513/2006, de 7 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas de la Educación primaria.
- Reeve, J. (1994). *Motivación y emoción*. Madrid: Mc Graw-Hill, pp. 2-235.
- Selfa, M., Frago, F. J., & Berengué, I. (2015). *Leer sobre la muerte en la Biblioteca de Aula: una experiencia práctica de lectura en un aula de Educación Infantil*. *Investigaciones sobre lectura*, (3). 83-95.
- Steiner, C. con Perry, p. (1997) *Logrando alfabetización emocional*. Londres: Bloomsbury.
- Trujillo, F.M. y Rivas, T.L. (2005). *Orígenes, Evolución y modelos de Inteligencia Emocional*. *Innovar*, 15(25), 9-24.
- Vega Barrera, L. (2000). *Bibliotecas escolares y su función social en la promoción de la lectura*. *Biblioteca Universitaria Nueva Época* (3), Nº 1.
- Vela Quico, G. en Oro, B. (2008). *Guía del Plan Lector de Centro*. Madrid: SM.
- Yeats, W. B. (2009). *Responsibilities (Dodo Press)*. Dodo Press.
- Yepes Osorio, L. B. (2001) *La promoción de la lectura: concepto, materiales y autores*. Antioquia (Colombia), Comfenalco.

## REFERENCIAS LIBROS PROPUESTOS EN EL PLAN

Edwards, G. (2014). *¡Qué asco de sándwich!* Jaguar.

Field, J. (2017). *El koala que pudo* (Trad. E. Gallo Krahe). Zaragoza: Edelvives.

Ibarrola, B. (2010). *Un regalo sorprendente*. Ediciones SM

U otros de su colección: *Colección Cuentos para sentir*.

Llenas, A. (2012). *El monstruo de los colores*. Barcelona: Flamboyant

Meilán García, A. y Mayo Martín, M. (2017). *Lágrimas bajo la cama*. Vivelibro.

Moroney, T. (2005). *Cuando estoy triste* (Trad. T. Tellechea). Ediciones SM

U otros de su colección: *Colección Sentimientos*.

Moses, B. y Gordon, M. (2013). *Emma Enfadosauria* (Trad. Anaya Infantil y Juvenil). Anaya

Witek, J. (2016). *Mis pequeñas alegrías* (Trad. V. Tardón Sánchez). Bruño.

## REFERENCIAS DE IMÁGENES

Bote de la calma (Anexo 1):

<https://www.guiainfantil.com/articulos/ocio/manualidades/como-hacer-una-botella-de-la-calma-o-bote-magico-para-ninos/>

Frasco que brilla en la oscuridad (Anexo 2): <https://www.momdot.com/universe-jar-tutorial/>

Fotocopiable de lágrimas (Anexo 3):

<https://rincondeunamaestra.blogspot.com/search/label/Literatura%20infantil>

Ilustración puercoespín (contraportada): <https://stock.adobe.com/es/images/cute-hand-drawn-porcupine-in-black-and-white-style-cartoon-vector-illustration-in-scandinavian-style/217360963>

Insignias de las emociones (Anexo 8): <https://www.vectorstock.com/royalty-free-vector/rosette-ribbons-vector-5868596>

Plantilla de bote de lágrimas de tristeza (Anexo 4):

<https://rincondeunamaestra.blogspot.com/search/label/Literatura%20infantil>

Plantilla tabla de cocina para el menú (Anexo 7) : [https://www.freepik.com/premium-](https://www.freepik.com/premium-vector/chefs-kids-cooking-classes-template-illustration_6653736.htm?epik=dj0yJnU9bWt4d1k0ZGFaQkp6ZmwwX2xkdUdUZjRMemU5VlhtSWsmcD0wJm49UHJOQnZFRmpLR3Q1UEJMRmNGTGoyZyZ0PUFBQUFBRO)

[vector/chefs-kids-cooking-classes-template-](https://www.freepik.com/premium-vector/chefs-kids-cooking-classes-template-illustration_6653736.htm?epik=dj0yJnU9bWt4d1k0ZGFaQkp6ZmwwX2xkdUdUZjRMemU5VlhtSWsmcD0wJm49UHJOQnZFRmpLR3Q1UEJMRmNGTGoyZyZ0PUFBQUFBRO)

[illustration\\_6653736.htm?epik=dj0yJnU9bWt4d1k0ZGFaQkp6ZmwwX2xkdUdUZjRM](https://www.freepik.com/premium-vector/chefs-kids-cooking-classes-template-illustration_6653736.htm?epik=dj0yJnU9bWt4d1k0ZGFaQkp6ZmwwX2xkdUdUZjRMemU5VlhtSWsmcD0wJm49UHJOQnZFRmpLR3Q1UEJMRmNGTGoyZyZ0PUFBQUFBRO)

[emU5VlhtSWsmcD0wJm49UHJOQnZFRmpLR3Q1UEJMRmNGTGoyZyZ0PUFBQUFBRO](https://www.freepik.com/premium-vector/chefs-kids-cooking-classes-template-illustration_6653736.htm?epik=dj0yJnU9bWt4d1k0ZGFaQkp6ZmwwX2xkdUdUZjRMemU5VlhtSWsmcD0wJm49UHJOQnZFRmpLR3Q1UEJMRmNGTGoyZyZ0PUFBQUFBRO)

[NGMGtn](https://www.freepik.com/premium-vector/chefs-kids-cooking-classes-template-illustration_6653736.htm?epik=dj0yJnU9bWt4d1k0ZGFaQkp6ZmwwX2xkdUdUZjRMemU5VlhtSWsmcD0wJm49UHJOQnZFRmpLR3Q1UEJMRmNGTGoyZyZ0PUFBQUFBRO)

Ruleta de las opciones (Anexo 5): <https://cuentosparacrecer.org/blog/el-taller-de-las-emociones-a-veces-estoy-triste/>

Caja sorpresa (Anexo 6): <https://salaamarilla2009.blogspot.com/2019/08/propuestas-para-desarrollar-la-oralidad.html>

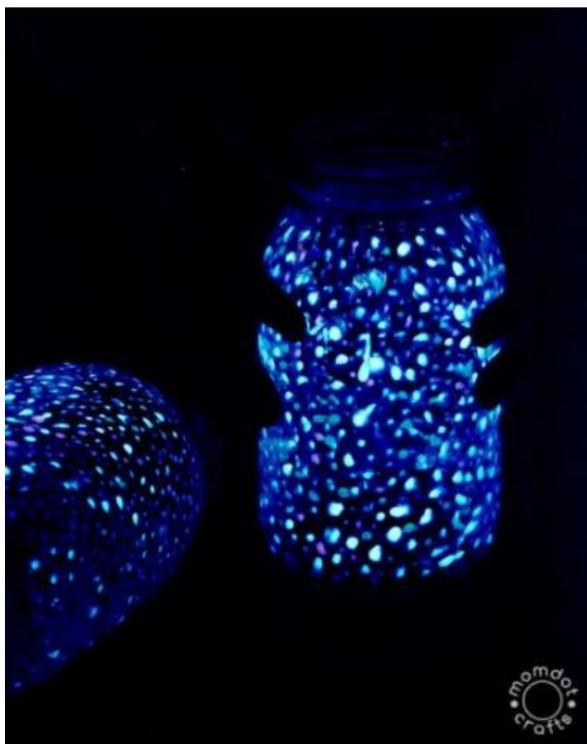
## ANEXOS

### ANEXO 1:



Fuente: Imagen recogida de la página web *Guía infantil.com* (<https://bit.ly/3xj06b3>)

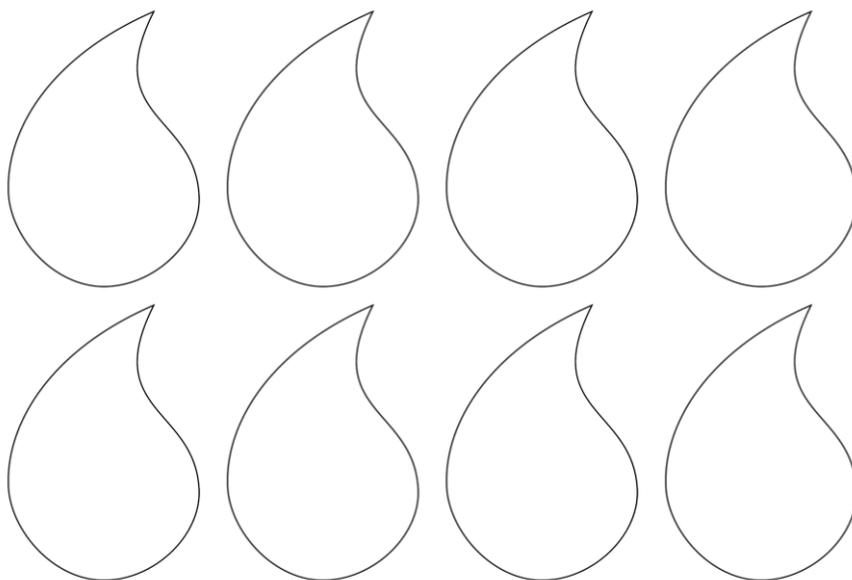
## ANEXO 2:



Fuente: Imagen recogida de la página web *MomDot* (<https://bit.ly/3xIFxKR>)

## ANEXO 3:

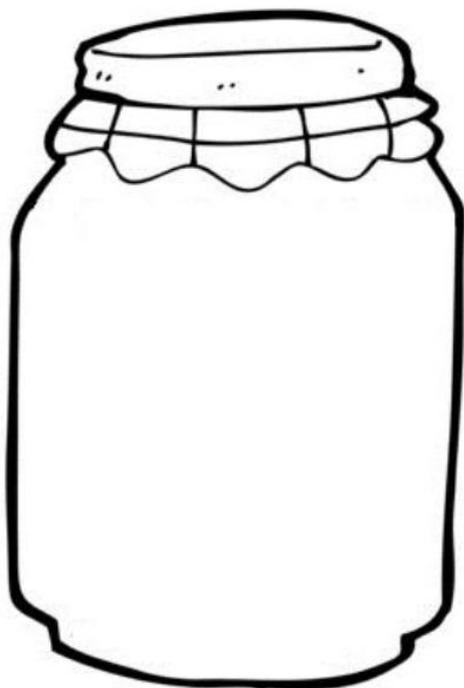
<http://rincondeunamaestra.blogspot.com.es/> Proyecto con cuento - Del libro "Lágrimas bajo la cama" de Ana Meilán



Fuente: Imagen recogida de la página web *Rincón de una maestra* (<https://bit.ly/330fIYx>)

## ANEXO 4:

<http://rincondelmaestra.blogspot.com.es/> Proyecto con cuento "Del libro 'Lágrimas bajo la cama' de Ana Melián



Fuente: Imagen recogida de la página web *Rincón de una maestra* (<https://bit.ly/330f1Yx>)

## ANEXO 5:



Fuente: Imagen recogida de *cuentosparacrecer.org* (<https://bit.ly/2Qo8fKl>)

ANEXO 6:



Fuente: Imagen recogida de *Mi sala amarilla* (<https://bit.ly/2RXYwLf>)

ANEXO 7:



Fuente: Imagen recogida de free.pik.es (<https://bit.ly/3eok1m>)

## ANEXO 8:



Fuente: Imagen recogida de la página web *VectorStock* (<https://bit.ly/32NxEjq>)

## ANEXO 9:

ÍTEMS	Identifica las emociones, reconociéndolas en sí mismo y en los demás.	Es capaz de gestionar y controlar sus emociones así como de expresarlas de manera clara.	Empatiza con sus compañeros.	Disfruta de la lectura mostrando un interés lector.	Participa de manera activa mostrando una comprensión lectora.	ANOTACIONES / OBSERVACIONES
NOMBRES	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	

Fuente: elaboración propia

## ANEXO 10:

ÍTEMS	EVALUACIÓN	ANOTACIONES / OBSERVACIONES
Cumplimiento de objetivos del plan lector.		
Actividades ajustadas al nivel y las características de los alumnos.		
Mantenimiento del interés motivación e implicación del alumnado		
Temporalización adecuada en función al ritmo de trabajo		
Espacios ajustados a las necesidades y un buen clima de aula		
Materiales suficientes y apropiados		
<b>BENEFICIOS</b>		
<b>INCONVENIENTES</b>		

Fuente: elaboración propia