

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACION



Máster de
formación del profesorado
de Educación Secundaria
en Ecuador

MAESTRIA EN EDUCACION

TITULO:

IMPLEMENTACIÓN DE UN PROGRAMA CENTRADO EN LAS COMPETENCIAS
EMOCIONALES Y COMUNICATIVAS PARA LA SOLUCIÓN DE CONFLICTOS
EN EL AULA DE CLASE

AUTORA:

MARÍA MERCEDES CAUJA CALI

C.I 1205840885

TUTORA:

ROSA MIRALLES PASCUAL PhD.
UNIVERSIDAD DE BARCELONA

MÁSTER EN EDUCACIÓN MENCIÓN EN ORIENTACIÓN EDUCATIVA

AZOGUES – ECUADOR

13 DE OCTUBRE DE 2018

RESUMEN

El presente trabajo final del Master muestra el diseño de una propuesta didáctica para promover la educación de la inteligencia emocional en los alumnos de cuarto año de educación básica. Para este diseño, se realizó una indagación sobre el concepto de inteligencia emocional; y sobre las emociones. La unidad didáctica se centra en las Emociones, es un tema de actualidad cada vez más importante en el ámbito de la educación y en nuestra sociedad.

Con esta propuesta, se pretende apoyar la importancia de la Educación Emocional desde las edades más tempranas para contribuir al desarrollo íntegro del niño.

Finalmente se propone una unidad didáctica con diferentes actividades, para promover dos componentes de la inteligencia emocional: la autoconciencia emocional y el autocontrol de las emociones.

Palabras claves: inteligencia emocional, educación emocional y emociones.

ABSTRACT

The present final work of the Master shows the design of a didactic proposal to promote the education of the emotional intelligence in the students of fourth year of basic education. For this design, an inquiry was made about the concept of emotional intelligence; and about emotions. The didactic unit focuses on Emotions, is an increasingly important topic in the field of education and in our society.

With this proposal, it is intended to support the importance of Emotional Education from the earliest ages to contribute to the full development of the child.

Finally, a didactic unit with different activities is proposed to promote two components of emotional intelligence: emotional self-awareness and self-control of emotions.

Keywords: emotional intelligence, emotional education and emotions.

INDICE

1. INTRODUCCIÓN	5
2. PRESENTACIÓN DE LA UNIDAD DIDÁCTICA IMPLEMENTADA	9
2. A. OBJETIVOS	10
OBJETIVO GENERAL.....	10
OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	10
2.B. CONTENIDOS Y CONTEXTUALIZACIÓN EN LOS CURRÍCULOS	11
COMPETENCIAS BASICAS	15
2.C. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE	16
CRONOGRAMA DE LAS ACTIVIDADES.....	17
METODOLOGIA	18
DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES	19
2. D. ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN FORMATIVA	32
3. IMPLEMENTACIÓN DE LA UNIDAD DIDÁCTICA.....	33
3. A. ADECUACIÓN DE LOS CONTENIDOS IMPLEMENTADOS A LOS PLANIFICADOS Y ADAPTACIONES REALIZADAS	33
3. B. RESULTADOS DE APRENDIZAJE DE LOS ALUMNOS	33
3. C. DESCRIPCIÓN DEL TIPO DE INTERACCIÓN.....	34
4. VALORACIÓN DE LA IMPLEMENTACIÓN Y PAUTAS DE REDISEÑO DE LA UNIDAD DIDÁCTICA	35
4. A. VALORACIÓN DE LA UNIDAD DIDÁCTICA Y PROPUESTA DE MEJORA	35
5. REFLEXIONES FINALES	36
5. A. EN RELACIÓN A LAS ASIGNATURAS TRONCALES	36
5. B. EN RELACIÓN A LAS ASIGNATURAS DE LA ESPECIALIDAD	37
5. C. EN RELACIÓN A LO APRENDIDO DURANTE EL TFM.....	40
6. CONCLUSIONES.....	40
7. BIBLIOGRAFÍA.....	42
8. AUTOEVALUACIÓN DE APRENDIZAJES ADQUIRIDOS	46
9. ANEXOS.....	49

INDICE DE FIGURAS

<i>Figura 1: Dirección de la Escuela</i>	8
<i>Figura 2: Infraestructura de la institución</i>	8
<i>Figura 3: Fases de la propuesta didáctica</i>	10
<i>Figura 4: Competencia Emocional</i>	13
<i>Figura 5: Conciencia Emocional</i>	13
<i>Figura 6: Regulación Emocional</i>	13
<i>Figura 7: Autonomía Emocional</i>	14
<i>Figura 8: Competencia Social</i>	14
<i>Figura 9: Competencias Para la Vida y El Bienestar</i>	15
<i>Figura 10: Organización temporal de la unidad didáctica</i>	16
<i>Figura 11: Percepción Emocional</i>	52

INDICE DE TABLAS

<i>Tabla 1: Competencias Básicas</i>	16
<i>Tabla 2: Cronograma de las Actividades</i>	18
<i>Tabla 3: La Caja De Las Emociones</i>	20
<i>Tabla 4: El Entierro Del “No Puedo”</i>	21
<i>Tabla 5: Sonría, Por Favor</i>	22
<i>Tabla 6: Yo Soy Único Y Especial</i>	23
<i>Tabla 7: El Semáforo de las emociones</i>	25
<i>Tabla 8: El Dado De Las Emociones</i>	26
<i>Tabla 9: Las Estatuas Emotivas</i>	26
<i>Tabla 10: El Trolebús Humano</i>	28
<i>Tabla 11: Arte-Terapia</i>	29
<i>Tabla 12: Las Canoítas</i>	29
<i>Tabla 13: Mi Querido Borrador</i>	31
<i>Tabla 14: Puente De La Verdad</i>	32
<i>Tabla 15: Clasificación de las Emociones</i>	49
<i>Tabla 16: Escala de Likert</i>	50
<i>Tabla 17: Cuestionario sobre el nivel de capacidad emocional</i>	50
<i>Tabla 18: Método de observación externa para evaluar el nivel de capacidad emocional interpersonal</i>	51
<i>Tabla 19: Percepción Emocional</i>	52
<i>Tabla 20: Asimilación Emocional</i>	53



Javier Loyola, 1 de diciembre de 2018

YO, **MARÍA MERCEDES CAUJA CALI**, autor/a del Trabajo Final de Maestría, titulado: **IMPLEMENTACIÓN DE UN PROGRAMA CENTRADO EN LAS COMPETENCIAS EMOCIONALES Y COMUNICATIVAS PARA LA SOLUCIÓN DE CONFLICTOS EN EL AULA DE CLASE**, estudiante de la Maestría en Educación, mención **ORIENTACIÓN EDUCATIVA** con número de identificación **1205840885**, mediante el presente documento dejo constancia de que la obra es de mi exclusiva autoría y producción.

1. Cedo a la Universidad Nacional de Educación, los derechos exclusivos de reproducción, comunicación pública, distribución y divulgación, pudiendo, por lo tanto, la Universidad utilizar y usar esta obra por cualquier medio conocido o por conocer, reconociendo los derechos de autor. Esta autorización incluye la reproducción total o parcial en formato virtual, electrónico, digital u óptico, como usos en red local y en internet.
2. Declaro que en caso de presentarse cualquier reclamación de parte de terceros respecto de los derechos de autor/a de la obra antes referida, yo asumiré toda responsabilidad frente a terceros y a la Universidad.
3. En esta fecha entrego a la Universidad, el ejemplar respectivo y sus anexos en formato digital o electrónico.

Nombre: María Mercedes Cauja Cali

Firma: *María Mercedes Cauja Cali*

1. INTRODUCCIÓN

1. A. INTERESES Y CONTEXTUALIZACIÓN

La importancia de esta unidad didáctica, reside en la necesidad de profundizar sobre un tema que desde nuestro punto de vista es de gran relevancia social: las competencias emocionales y los conflictos en las escuelas. Tema en cuestión, que despierta gran interés para muchos padres y profesores.

La educación emocional tiene como objetivo el desarrollo de las competencias emocionales: conciencia emocional, regulación emocional, autogestión, inteligencia interpersonal, habilidades de vida y bienestar.

La educación emocional puede favorecer un buen clima social, mejorar las relaciones interpersonales entre los miembros de un grupo, colaborar en el afianzamiento personal de un individuo, aliviar dificultades motivacionales o de rendimiento, prevenir desajustes afectivos, etc. En un centro escolar, las actividades de educación emocional tienen que estar necesariamente relacionadas con el resto de actividades que fomentan la convivencia y favorecen una maduración integral del alumnado. Es evidente que para un niño pueda llegar a ser el día de mañana un gran profesional, no basta con que tenga memorizados una serie de datos, ya que somos seres sociales a la vez que inteligentes, y por lo tanto podemos afirmar que la inteligencia emocional es un factor decisivo a la hora de formarnos académicamente.

JUSTIFICACIÓN

Considero la importancia emocional de todo ser humano es fundamental para comprender su evolución, su comportamiento ante los diferentes estímulos y situaciones a los que están expuestos. Como futura orientadora, esta dimensión es fundamental para acercarme a la vida de cada uno de los discentes que estarán bajo mi tutoría.

La sociedad cumple una función muy importante dentro del desarrollo de los niños, ya que, a partir de normas establecidas en ella, un pequeño grupo social llamado familia adquiere formas de vida que seguirán vigentes generaciones tras generación, lo que creará actitudes positivas o negativas que se verán reflejadas en el ambiente escolar del alumno.

Considero que en esta sociedad las emociones y sentimientos tienen gran presencia: emociones de alegría, tristeza, frustración, miedo, ira, etc. Por lo tanto, una de mi labor como docente será capacitar a los niños desde muy pequeños, ofrecerles una base sobre su futura maduración, para que conozcan y disciplinen todas esas emociones que establecerán su forma de vivir, su identidad, su personalidad y sus comportamientos, para que puedan integrarse en esta sociedad de una manera positiva.

Por todo esto, es un tema que permite conocer en profundidad, las emociones que pueden sentir los alumnos, los mecanismos de regulación y control, así como las mejores formas para contribuir en su desarrollo.

CONTEXTUALIZACIÓN

Epistemológicamente la pedagogía considera que algunas de las funciones de las capacidades principales del ser humano como inteligencia mental y habilidades verbales entre otras, podrían convertirse en instrumentos idóneos para entender en las sutilezas de la negociación social de diferente naturaleza, aun en la solución de los conflictos, teniendo en cuenta que el conflicto es una situación de confrontación de dos o más actores, entre los cuales existe una discrepancia motivado por una confrontación de intereses, una tensión que necesita ser canalizado, orientado, concientizado y todo depende de los procedimientos y estrategias que se emplean para salir de él.

Una de las alternativas académicas es mediante la implementación de una propuesta didáctica, que desarrolle y utilice las competencias comunicativas y emotivas como herramienta básica para el ejercicio de la ciudadanía, y que enfocada desde la coherencia pueda aportar elementos para la búsqueda de consensos en los procedimientos y en la toma de decisiones compartidas.

Aunque el fenómeno de violencia en nuestro país trae una larga historia, los índices más altos fueron registrados el año 2016, situación que se vio reflejada en la escuela; algunos consideran que los altos índices de pobreza, el pandillismo, las drogas, la violencia intrafamiliar, la discriminación y maltrato hacia los estudiantes por causa de discapacidades, raza, etnia, se produce entre pares, mediante acoso verbal y, a veces, también físico, y una larga lista de factores se suman a las causas que desencadena la violencia en el país, y simultáneamente en las aulas escolares, manifestándose de diferentes formas según sea el estrato: creación de estereotipos, la baja autoestima y la sociedad de consumo, la burla, el “bullying”.

Ecuador, es el segundo país de Latinoamérica con un mayor porcentaje de acoso escolar. La Región Amazónica es la que registra mayor incidencia de acoso escolar, con un 27%, el Litoral con el 26% y la región interandina con el 20%. En todo lo que, a la violencia escolar entre estudiantes, la indagación muestra que el 60% de discentes de entre 11 y 18 años han sido víctimas de un acto violento en la escuela.

Es decir, 3 de cada 5 alumnos. Los actos más comunes de intimidación entre estudiantes son insultos y apodos (38%), rumores o revelación de secretos (28%), sustracción de pertenencias (27%), golpes (11%) y cyber- acoso (10%).

La Escuela de Educación Básica Estenio Burgos Galarza se encuentra ubicada en la parroquia San Carlos, Cantón Quevedo de la Provincia Los Ríos, con un total de 805 estudiantes distribuidos en los siguientes niveles de: inicial, preparatoria y primaria, cuenta con dos jornadas matutina y vespertina, los estudiantes comprenden edades entre los 3 y los 15 años de edad, estos estudiantes viven en los diferentes barrios y recintos de la parroquia antes mencionada.



Figura 2: Dirección de la Escuela



Figura 1: Infraestructura de la institución

Estas conductas normalmente son producto de diferentes factores como: quebranto de la familia, falta de educación y un alto índice de desempleo; características propias que obligan a las personas de este sector a adaptarse a las condiciones del medio en que se desenvuelven, como otras tantas que existen en la parroquia San Carlos.

De esta manera el conflicto y la violencia que son característicos de la escena mundial, también están afectando nuestra sociedad de manera indirecta o directa través de los medios de comunicación, motivando a los chicos y chicas en la escuela a asumir una actitud conflictiva y agresiva. Es desde allí donde nace esta propuesta: ¿Cómo mejorar las competencias emocionales y comunicativas, para la solución pacífica de los conflictos en el aula de clase, de los estudiantes de cuarto año de básica de la Escuela “Estenio Burgos Galarza”?

La siguiente propuesta didáctica se encuentra fundamentada desde una experiencia de aula, estructurada desde el P.E.I. de la institución.

1. B. Estructura del dossier o memoria

El presente trabajo está estructurado en apartados, estableciendo en el apartado uno la introducción donde se profundiza la educación emocional la cual puede favorecer un buen clima social, mejorar las relaciones interpersonales entre los miembros de un grupo, colaborar en el afianzamiento personal.

En el apartado dos se establecen los objetivos a alcanzar en la propuesta, y el diseño de las actividades programadas para el proceso de aprendizaje considerando la respectiva evaluación.

El apartado tres presenta el detalle de la implementación de las actividades del apartado antes mencionado, considerando las adecuaciones y adaptaciones necesarias al momento de implementar las actividades.

En el apartado cuatro se explican la valoración de la implementación del programa y se consideran las propuestas de mejora sobre los puntos que han surgido de la implementación del programa.

El último apartado permite valorar de forma reflexiva el aporte de los aprendizajes alcanzados en el período de la maestría considerando las asignaturas troncales, de especialidad y durante el desarrollo del presente trabajo investigativo.

2. PRESENTACIÓN DE LA UNIDAD DIDÁCTICA IMPLEMENTADA

La presente propuesta didáctica de intervención está destinada a la Escuela de Educación Básica Estenio Burgos Galarza, siendo una herramienta muy útil para otros docentes que deseen implantarla en la etapa de educación infantil. Por ende, cualquier ámbito educativo interesado en educar la inteligencia emocional, puede adoptar esta unidad didáctica y emplearla.

Los destinatarios de esta propuesta, son alumnos y alumnas de Cuarto Año de Educación Básica de la Escuela Estenio Burgos Galarza, se ha elegido esta edad ya que tienen un mayor desarrollo madurativo emocional y cognitivo.

En este periodo se lleva a cabo un aprendizaje en creencias, normas y actitudes, muy relacionadas con el proceso de socialización. Por lo tanto, es imprescindible ser capaces de entender nuestras propias emociones, poder expresarlas y controlarlas, para poder desarrollar una personalidad sana y equilibrada.

La finalidad de la presente propuesta es la educación de las emociones, y, por ende, el desarrollo de la inteligencia emocional. Las emociones a trabajar serán: alegría, tristeza, ira, miedo. El modelo de intervención es el modelo directo- grupal. Se utilizarán a modo de fases para poder seguir coherencia la organización de la presente unidad didáctica. Dentro de cada una de las fases, se trabajarán distintos contenidos; y se realizarán actividades para potenciar las impresiones vividas. En consecuencia, se trabajará siguiendo el modelo de la Figura 3.

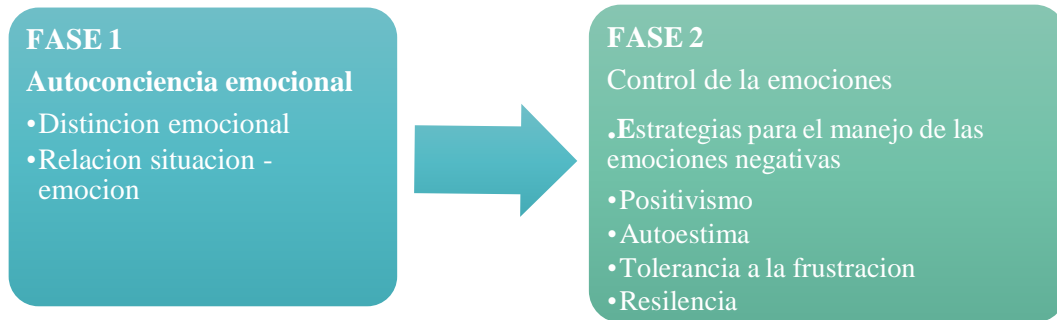


Figura 3: Fases de la propuesta didáctica

2. A. OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Implantar una propuesta didáctica que busque mejorar las competencias emocionales y comunicativas para la solución de conflictos en el aula de clase, con los estudiantes de 4to año de Educación Básica de la Escuela “Estenio Burgos Galarza” del cantón Quevedo, parroquia San Carlos, provincia Los Ríos.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Indagar y analizar el concepto de inteligencia emocional.
2. Diseñar una propuesta didáctica.
3. Aplicar una propuesta didáctica en la solución de conflictos en el aula para potencializar la competencia emocional y comunicativa con los estudiantes de 4to año de Educación Básica de la Escuela “Estenio Burgos Galarza”
4. Fomentar la relación con sus iguales participando en actividades de grupo: favoreciendo el dialogo, el trabajo en equipo y la resolución de problemas.
5. Trabajar la comunicación verbal y no verbal de experiencias, emociones y sentimientos, propios y de los demás.

2.B. CONTENIDOS Y CONTEXTUALIZACIÓN EN LOS CURRÍCULOS

¿Qué son las emociones?

Las emociones son una parte fundamental de la vida humana, pueden llegar a ser nuestra mayor fortaleza o nuestra peor debilidad. Todo depende de cómo las manejamos, con un desarrollo adecuado de las emociones podemos:

- ✓ Recuperarnos antes en el tiempo de la experimentación de emociones negativas.
- ✓ Saber mantener una actitud positiva ante la vida.
- ✓ Ser más optimistas, pero no en exceso.
- ✓ Saber expresar nuestros sentimientos.
- ✓ Tener una autoestima realista.
- ✓ Presentar capacidad de cooperación y una buena resolución de conflictos.

En definitiva, en el rendimiento escolar. Apostando por el inicio del mundo emocional, Neill (1975) decía que *“la escuela enseña a pensar, pero no enseña a sentir, y por ello necesitamos corazones, no sólo cabezas en la escuela”*.

Por esta razón, autores como Gardner, Goleman, Mayer y Salovey apuestan por esta revolución, considerando tanto inteligencia emocional como educación emocional, elementos clave del trabajo en el aula.

Emoción

En general hay bastante acuerdo en considerar que es una emoción, en concreto seleccione una definición de Bisquerra *“Una emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una exaltación o perturbación que inclina a una respuesta organizada. Las emociones se forman como respuesta a un acontecimiento externo o interno”* (Bisquerra R, 2008)

Educación Emocional

La educación emocional es un proceso educativo continuo y permanente, puesto que debe estar presente a lo largo de toda la formación académica y durante toda la vida.

Se la puede resumir en los siguientes términos: 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.

En definitiva, la educación emocional se trata de capacitar a todas las personas para que adopten comportamientos que tengan presente los principios de prevención y desarrollo humano.

Inteligencia Emocional

El término Inteligencia Emocional fue utilizado por primera vez en 1990 se la puntualiza como la que nos ayuda a controlar y regular nuestra propias emociones para resolver los problemas de manera pasiva, obteniendo una seguridad para sí mismo y para los demás.

En el modelo de estos mismos autores se consideran de vital importancia cuatro habilidades básicas (Salovey y Mayer, 1997)

- ✓ Habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud.
- ✓ Habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento.
- ✓ Automotivación.
- ✓ Ser constantes en las actividades.
- ✓ Empatía.
- ✓ Solucionar conflictos interpersonales.

La inteligencia emocional consta de tres procesos básicos que la engloban:

1. **Descubrir:** Reconocer de forma consecuente nuestras emociones e identificar qué sentimos y ser capaces de darle una etiqueta verbal.
2. **Adquirir:** Constituir lo que sentimos dentro de nuestro pensamiento y saber considerar la complejidad de los cambios emocionales.
3. **Regular:** Se encarga de dirigir y manejar las emociones tanto positivas como negativas de forma eficiente

El lema de la inteligencia emocional es que debemos pensar con el cerebro y no con el corazón, esto quiere decir cuando nos encontramos muy emocionales llegamos a tomar decisiones incorrectas, al pensar con mente fría, tenemos la capacidad de reflexionar las consecuencias de nuestros actos.

Competencia Emocional

Pérez y Bisquerra, (2007) conciben a la competencia emocional como *“la capacidad para movilizar adecuadamente un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y eficacia”*.



Figura 4: Competencia Emocional

Las competencias emocionales se desarrollan a lo largo de la vida y pueden ser mejoradas, a medida que suceden indicios positivos en la vida de las personas y les permite expresar con total libertad sus emociones, identificarlas y gestionarlas.

El modelo pentagonal de habilidades o competencias emocionales son: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social, habilidades de vida para el bienestar.

Conciencia Emocional

Nos permite tomar conciencia de nuestras propias emociones y de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado.



Figura 5: Conciencia Emocional

Regulación Emocional

Es la que nos permite tratar las emociones de forma apropiada. Presume tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento”.



Figura 6: Regulación Emocional

La regulación emocional ayuda a aceptarnos y no esconder nuestras emociones, tomando conciencia de que siempre necesitamos tiempo para calmarnos, nos ayuda a relativizar nuestra emociones dando importancia menor al que nos causa daño, para así buscar estrategias que nos vaya mejor, puede ser una distracción, expresando nuestras emociones, estrategias corporales como: la respiración y la relajación, nos ayuda a cambiar nuestra manera de pensar para así buscar una solución y reducir la violencia.

Autonomía Emocional

Según Rafael Bisquerra en su página web define a la **autonomía personal** como *“El conjunto de características y elementos relacionados con la autogestión personal, entre ellos la autoestima, actitud positiva ante la vida, responsabilidad, la capacidad para buscar ayuda y recursos, así como la autoeficacia emocional”*



Figura 7: Autonomía Emocional

Se entiende como, la capacidad que presentan las personas para controlar, afrontar y tomar, por iniciativa propia, decisiones personales acerca de cómo vivir de acuerdo con las normas y preferencias.

Competencia Social

La competencia social es la que nos permite mantener buenas relaciones con otras personas. Es decir dominar las habilidades sociales básicas, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, actitudes pro-sociales, asertividad, etc.



Figura 8: Competencia Social

Competencias para la vida y el bienestar

Las competencias para la vida y el bienestar son la capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables para afrontar satisfactoriamente los desafíos diarios de la vida, ya sean personales, profesionales, familiares, sociales, de tiempo libre, etc. Nos permiten organizar nuestra vida de forma sana y equilibrada.



Figura 9: Competencias Para la Vida y El Bienestar

COMPETENCIAS BASICAS

En la etapa de Educación Infantil se promueve el aprendizaje globalizado para un desarrollo personal y social más óptimo y significativo. De esta manera, las competencias básicas nos ayudan a que dicho desarrollo se empiece a dar en esta etapa, y dure hasta el final de la escolarización. En la presente propuesta, se engloban las ocho competencias básicas ya que pretende ser el reflejo de la educación. Para ello, dichas competencias se acoplan entre sí, e intentan contribuir en la mejora del proceso de enseñanza y aprendizaje.

En la siguiente Tabla 1 se explican aquellas que más relación tienen con el tema que se trata en la presente unidad didáctica y que, en consecuencia, se ven con más frecuencia

<p>COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA</p>	<p>Es todo lo relacionado al desarrollo del lenguaje como instrumento para la comunicación y expresión de pensamientos, emociones, vivencias etc.</p>
<p>COMPETENCIA EN EL CONOCIMIENTO Y LA INTERACCIÓN CON EL MUNDO FÍSICO</p>	<p>En todo lo que se refiere al contacto directo con su entorno más cercano.</p>
<p>COMPETENCIA PARA APRENDER A APRENDER</p>	<p>Se pretende que el alumno descubre por sí mismo la manera más óptima y personal para gestionar sus conflictos emocionales.</p>

<p>COMPETENCIA SOCIAL Y CIUDADANA</p>	<p>Se potencia las habilidades sociales, el trabajo cooperativo y la socialización. Se obtendrá en los estudiantes habilidades para la participación activa en la sociedad, así como para convivir y afrontar los conflictos.</p>
<p>COMPETENCIA CULTURAL Y ARTÍSTICA</p>	<p>Para aprender a disfrutar del arte y otras manifestaciones culturales de manera equivalente a la propia expresión de sus creaciones. Además, se potencia la creatividad, la imaginación y la fantasía.</p>
<p>COMPETENCIA AUTONOMÍA E INICIATIVA PERSONAL</p>	<p>Esta competencia al discente será capaz de imaginar, aprender, desarrollar y evaluar las acciones y proyectos teniendo confianza en sí mismo.</p>

Tabla 1: Competencias Básicas

2.C. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE

La presente unidad didáctica está prevista para que se realice en seis semanas. En la Figura 10 se puede observar la organización establecida atendiendo a distintas fases y a sus componentes.

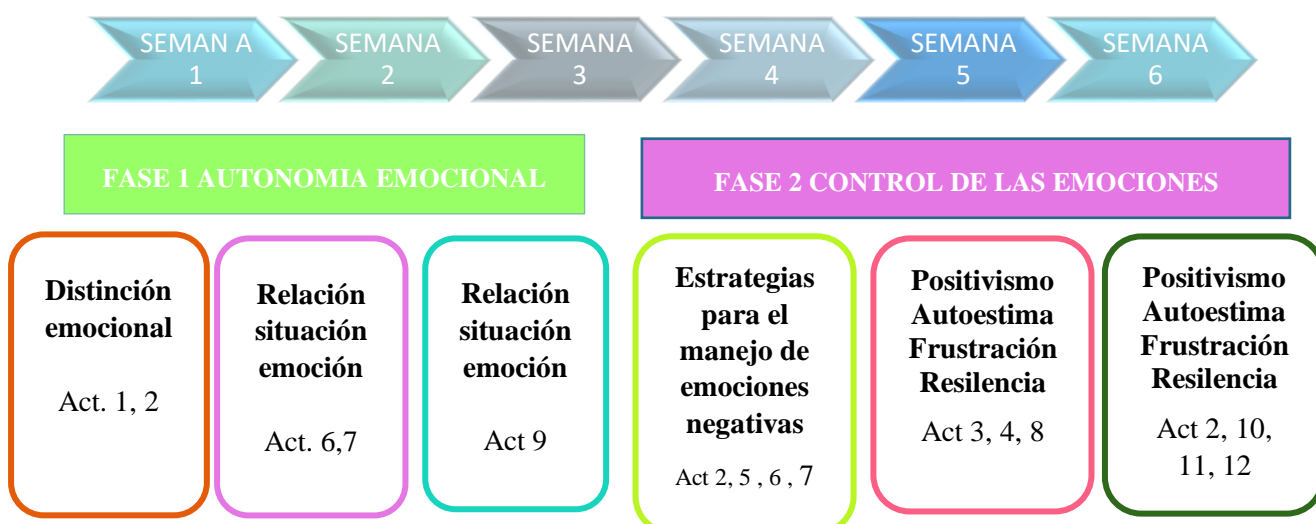


Figura 10: Organización temporal de la unidad didáctica.

CRONOGRAMA DE LAS ACTIVIDADES

ACTIVIDAD	TITULO	OBJETIVOS	CONTENIDOS
1	La Caja De Las Emociones	Conseguir una mayor Inteligencia Emocional y enseñar nuevas formas de afrontamiento de conflictos y canalización adecuada de los sentimientos que la acompañan.	a, b, c, f, g
2	El Entierro Del “No Puedo”	Tomar conciencia de los pensamientos negativos que tenemos y las frases negativas que empleamos.	a, e, f, g
3	Sonría, Por Favor	Utilizar la sonrisa como conducta verbal positiva en la interacción con los demás.	a, d, e, f, g
4	Yo Soy Único Y Especial	Descubrirse y valorarse como un ser único y diferente a los demás.	b, d, e, f, g
5	El Semáforo	Aprender a controlar los sentimientos y los enfados.	b, d, e, f, g
6	EL Dado De Las Emociones	Identificar las emociones para aprender a regularlas y aplicarlas asertivamente en convivir diario.	a, b, d, e, f, g
7	Las Estatuas Emotivas	Identificar las emociones, expresarlas y aprender a regularlas.	a, b, d, e, f, g

8	El Trolebús Humano	Promover un clima de confianza y seguridad a través de comunicación táctil e incentivar el trabajo en equipo.	d, e, f, g
9	Arte-Terapia	Aprender nuevas vías de expresar las emociones.	a, c, d, e, f, g
10	Las Canoítas	Fortalecer en los participantes el valor de la solidaridad.	d, e, f, g
11	Mi Querido Borrador	Fortalecer lazos de compañerismo mediante la comunicación asertiva y prevenir conflictos en el salón de clase.	a, b, d, e, f, g
12	El Puente De La Verdad	Crear ambiente apropiado para que los estudiantes expresen sus emociones de forma sincera.	b, c, d, e, f, g

Tabla 2: Cronograma de las Actividades

Fuente: Elaboración propia

METODOLOGIA

Muy importante al referirse sobre la metodología es su carácter interdisciplinar, porque se establece relación entre las diferentes áreas de conocimiento. La metodología a plantearse se basa en la observación y experimentación, por tanto serán la principal fuente de aprendizaje y desarrollo psico evolutivo del alumno. Se utilizará una metodología activa para que el niño sea participe en su propio proceso de aprendizaje, se pretende conseguir lo denominado “aprendizaje significativo”, siendo cercano y próximo a sus intereses.

Uno de los principales recursos para conseguir todo lo mencionado es el juego, a través del cual se favorece la imaginación y la creatividad de los discentes. El trabajo en grupos es muy importante para propiciar la interacción social.

La secuencia de actividades está organizada en función de la temporalización, también se puede observar el tipo de contenido que se va trabajar, el tiempo requerido para las actividades; los objetivos, los contenidos, recursos, análisis y reflexión.

DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES

A continuación, en las siguientes tablas se presenta la serie de actividades que se utilizarán en el diseño de la propuesta didáctica.

Actividad 1: La Caja De Las Emociones

Objetivos	Conseguir una mayor Inteligencia Emocional y enseñar nuevas formas de afrontamiento de conflictos y canalización adecuada de los sentimientos que la acompañan.
Desarrollo	<ol style="list-style-type: none"> 1. Debemos explicar a los alumnos que la caja de las emociones está para recibir nuestros mensajes. En relación a situaciones que se puedan producir en el aula. 2. Evidentemente no debemos obligar a ningún alumno a que exprese sus sentimientos, pero sí a incentivarlo a que lo haga en determinadas circunstancias y para ello lo mejor es tomar nosotros la iniciativa. 3. El alumno puede comunicar emociones negativas (miedo, tristeza, nervios, pérdida del control, etc.) o positivas (felicidad, alegría, etc.). Para ello debe coger el papel dispuesto a tal efecto y escribir de forma breve la situación concreta y el estado de ánimo que le ha provocado. Una vez escrita deberá introducirla en la caja. 4. El maestro/a debe determinar un momento concreto del día para leer las diferentes notas introducidas en la caja. Estas notas pueden ser leídas por los propios autores o, en algunos casos,

	<p>pueden leerlo el maestro y guardar el anonimato del alumno si este así lo desea.</p> <p>5. A partir de la lectura de estas notas, los maestros pueden iniciar una conversación acerca de las diferentes emociones que se han expresado y los alumnos pueden aportar sus propias vivencias en situaciones semejantes que ellos hayan vivido.</p>
Ventajas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Regularizar un espacio de comunicación emocional con nuestro grupo de alumnos. 2. Aumentar la seguridad emocional y autoestima de nuestros alumnos al sentirse escuchados y acompañados. 3. Mejorar la vinculación afectiva como grupo. Fomentar estrategias alternativas delante nuevos conflictos. 4. Conseguir reducir el riesgo de conflicto por malentendidos o falta de diálogo. 5. Facilitar un mejor ambiente emocional que puede también ayudar al maestro a estar más motivado. 6. Saber identificar las emociones y auto controlarlas.
Recursos	<p>Humanos: Docente, y participantes.</p> <p>Materiales: Caja de emociones, papel, lapicero</p>
Temporalización	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 5' minutos para explicar las indicaciones de la actividad. ✓ 25' minutos reflexión y análisis de la actividad, total aproximado 30')
Observaciones	<ul style="list-style-type: none"> ✓ La dinámica permite identificar las emociones. ✓ Aprender a expresar sus sentimientos ✓ Canalización adecuada de los sentimientos.

Tabla 3: La Caja De Las Emociones

Actividad 2: El Entierro Del “No Puedo”

Objetivo	Tomar conciencia de los pensamientos negativos que tenemos y las frases negativas que empleamos.
Desarrollo	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ubicarse en círculo, el docente explica a los niños algunas expresiones que todos decimos a veces, o pensamos, que nos hacen daño porque no nos dejan hacer cosas y además nos hacen sentir mal. 2. Cada niño explicará alguna frase que sabe decir a sí mismo o que le dicen otros. 3. El docente las irá escribiendo, si los niños no saben hacerlo, en un papel grande. 4. Luego, en un lugar del patio o en una salida al campo, se cava un hoyo y se entierra el papel con todas las frases.
Ventajas	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mejorar la forma de pensar. ✓ Concientizar en no enfrascarse en pensamientos negativos. ✓ Superar las dificultades para mejorar el bienestar
Recursos	<p>Humanos: Docente y participantes</p> <p>Materiales: Papel o cartulina, rotulador o pinturas</p>
Temporalización	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 5 minutos para explicar las indicaciones de la actividad. ✓ 30 minutos para el desarrollo del juego ✓ 10 minutos para la reflexión y análisis de la actividad, total aproximado 45 minutos)
Observaciones	Los pensamientos y deseos dirigen nuestras acciones; de acuerdo con lo que pensamos, así sentimos, decimos y hacemos. El hecho de superar las dificultades aumenta la sensación de bienestar con uno mismo.

Tabla 4: El Entierro Del “No Puedo”

Actividad 3: Sonría, Por Favor

Objetivo	Utilizar el gesto de la sonrisa para expresarse de forma positiva en la interrelación con los demás.
Desarrollo	Los niños poseerán un globo en la mano y lo inflarán, salvo uno de ellos, que será el que salga al centro. El que esté en el centro tendrá que solicitar a otro niño su globo sonriendo y no perderle de vista a los ojos. Su compañero se lo facilitará si ha cumplido dichas condiciones; si no, tendrá que ir de nuevo a solicitarlo a otro niño. El que entrega su globo deberá buscar a otro niño y pedirle el suyo. El juego concluirá cuando todos los niños se les hayan pedido su globo. La docente tendrá uno para que todos al final tengan el suyo. Se trata de hacerles entender que el acompañamiento de una sonrisa se consigue muchas veces más cosas, reír no cuesta nada y que a todos nos gusta la sonrisa de los demás.
Ventajas	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Establecer un ambiente agradable. ✓ Optimizar la interacción con los demás. ✓ Establecer una conducta verbal positiva.
Recursos	<p>Humanos: Docente, y participantes.</p> <p>Materiales: Globos</p>
Temporalización	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Para manifestar indicaciones de la actividad se utilizara 5 minutos. ✓ En 20 minutos se desarrollara el juego ✓ 5 minutos reflexión y análisis de la actividad, total aproximado 30')
Observaciones	La sonrisa, es muchas veces la mejor carta de presentación de una persona. La cara seria, la mirada huidiza y la postura no orientada hacia el otro repelen la atención de los demás. La sonrisa, en cambio, manifiesta cordialidad y deseo de acercarse al otro.

Tabla 5: Sonría, Por Favor

Actividad 4: Yo Soy Único Y Especial

Objetivo	Expresarse y valorarse como un individuo único y diferente a los demás.
Desarrollo	<p>Los discentes diseñarán un retrato de ellos dentro del marco y explicarán después cómo es cada uno y qué tiene de especial. Narrar las características físicas de cada uno: pelo, color de cara, ojos, pies, etc.</p> <p>Dialogar sobre el tema de las diferencias entre las personas, tanto en los niños como en los adultos. Cada uno es diferente, único y especial, no hay otra igual en todo el mundo.</p> <p>¿Qué pasaría si todos fuéramos iguales?</p> <p>Reflexionar sobre las personas que se ocupan de nosotros, las que nos quieren, y poner en común cómo se llaman esas personas, que también son únicas y especiales. Sería importante que cada niño expresara al que tiene a su izquierda algo que le gusta de él.</p>
Ventajas	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Recalcar la importancia de quererse tal cual como uno es. ✓ Saber apreciar las diferencias entre las personas, sea por color, raza, genero, etc.
Recursos	<p>Humanos: Docente, y participantes.</p> <p>Materiales: Fotocopia de la actividad y lápices de colores o crayón</p>
Temporalización	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 5 minutos explicar indicaciones de la actividad. ✓ 20 minutos desarrollo del juego ✓ 5 minutos reflexión y análisis de la actividad, total aproximado 30')
Observaciones	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Esta dinámica permite identificar que cada persona es un tesoro único. Al resaltar las cualidades positivas propias y de los demás, elevan la autoestima y adquieren una autovaloración positiva en cada uno de los participantes.

Tabla 6: Yo Soy Único Y Especial

Actividad 5: El Semáforo De Las Emociones

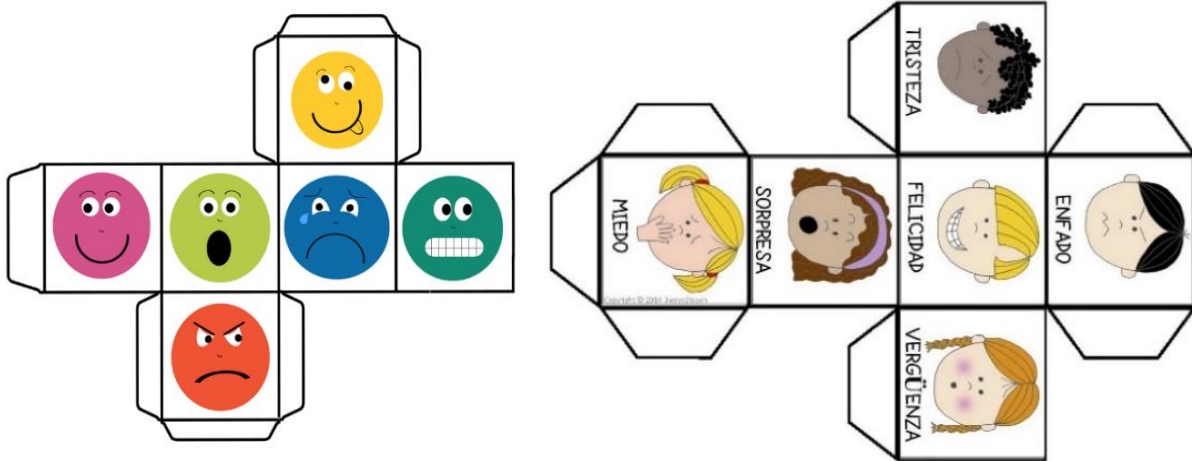
Objetivo	Aprender a controlar los sentimientos y los enfados.
Desarrollo	<ol style="list-style-type: none"> 1. Colocamos a los niños en círculo y les concedemos a cada uno un globo rojo, amarillo y verde. En otras edades se puede realizar con tarjetas de los mismos colores. 2. Comenzamos una charla con los niños sobre sus rabietas o enfados: la reacción que tienen al enfadarse y por qué, hacerles ver si llegan a conseguir algo así. 3. Vamos a colocar situaciones que puedan provocarles enfado y a preguntar cómo reaccionan ellos en esos casos. 4. Solicitamos a un niño que responda a una situación. El resto de los alumnos deberán juzgar su reacción si se ha detenido a pensar e intenta razonar (en este caso irán mostrando el globo verde, o la tarjeta), si dice algo que indique que se empieza a enfadarle, para ello debemos ir complicándole el caso para que reaccione, (entonces los alumnos deberán mostrar los globos amarillos de precaución o en caso de los más mayores la tarjeta) o si dicen que grita, patalea, llora o pierde la paciencia hasta que consigue lo que quiere (en este caso los alumnos enseñarán el globo o tarjeta roja de stop) y diremos entre todos cómo deberíamos intentar reaccionar en esos casos.
Ventajas	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Controlar los sentimientos y enfados. ✓ Regular las emociones negativas. ✓ Saber reaccionar de una manera adecuada antes los enfados.
Recursos	<p>Humanos: Docente, dinamizador, participantes.</p> <p>Materiales: Tres globos pequeños por niño: Rojo, amarillo y verde.</p>
Temporalización	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 5 minutos explicar indicaciones de la actividad. ✓ 20 minutos desarrollo del juego ✓ 5 minutos reflexión y análisis de la actividad, total aproximado 30')

Observaciones

- ✓ La dinámica permite identificar las emociones, y reaccionar de una manera positiva antes las emociones negativas.

Tabla 7: El Semáforo de las emociones

Actividad 6: El Dado De Las Emociones



Objetivo

Identificar las emociones para aprender a regularlas y aplicarlas asertivamente en convivir diario.

Desarrollo

Solicitar tres voluntarios para que participen en la Actividad.
El dinamizador explicará que cada lado del dado contiene una emoción diferente.
Cada participante lanzará por tres ocasiones el dado y recordará un momento vivido de acuerdo a las emociones que le salió al azar.
El participante, exteriorizará lo que sintió en cada una de las emociones e identificará en cuál se sintió más a gusto y justificará el porqué de ese sentimiento vivido.

Ventajas

- ✓ Identificar las emociones y auto controlarlas
- ✓ Manifestar las emociones de una manera adecuada
- ✓ Aprender a regular las emociones

Recursos

Humanos: Docente, Dinamizador, participantes.
Materiales: Dado de las emociones

Temporalización

- ✓ 5 minutos explicar indicaciones de la Actividad.
- ✓ 10 minutos desarrollo del juego

	✓ 5 minutos reflexión y análisis de la Actividad, total aproximado 30')
Observaciones	Los participantes manifiestan espontáneamente los sentimientos vividos con ésta actividades. La actividad permitirá a los participantes exteriorizar sus emociones para aprender a regularlas.

Tabla 8: El Dado De Las Emociones

Actividad 7: Las Estatuas Emotivas

Objetivo	Identificar las emociones, expresarlas y aprender a regularlas.
Desarrollo	Los participantes bailarán al ritmo de la canción que entone el tutor y cuando el mismo deje de cantar todos quedarán como estatuas, reflejando una emoción, el docente le pondrá la mano en la cabeza a unos de los participantes, que seguirá como estatua, mientras los demás adivinarán que emoción refleja y mencionarán un momento vivido referente a la emoción acertada.
Ventajas	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Identificar las emociones. ✓ Expresar sus vivencias. ✓ Fortalecer lazos de confianza y amistad.
Recursos	<p>Humanos: Docente y participantes.</p> <p>Materiales: Reproductor de Música</p>
Temporalización	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 5 minutos explicar indicaciones de la actividad. ✓ 20 minutos desarrollo del juego ✓ 10 minutos reflexión y análisis de la actividad ✓ (total aproximado 35')
Observaciones	Los participantes al recordar una vivencia sean de alegría, de tristeza, de superación, la compartirán con sus compañeros lo que permitirá fortalecer lazos de confianza y amistad. Esta actividad permitirá a los integrantes expresar sus emociones e identificar la de los demás.

Tabla 9: Las Estatuas Emotivas

Actividad 8: El Trolebús Humano

Objetivos	Promover un clima de confianza y seguridad a través de comunicación táctil. E incentivar el trabajo en equipo.
Desarrollo	<ol style="list-style-type: none"> 1. Formar pequeños grupos 2. Se los separa de acuerdo al mes de su cumpleaños. 3. Se indica que cada grupo forme una columna y que el ultimo participante será quien tenga los ojos abierto y el resto cerrados. 4. Este participante los guiara mediante el tacto de la siguiente forma: 5. Una palmada en el centro de la espalda indica que debe caminar recto. 6. Una palmada en el hombro derecho significa un giro hacia la misma dirección. 7. Una palmada en el hombro izquierdo significa un giro hacia la misma dirección 8. Una palmada en la cabeza es retroceder 9. Apretón en los hombros es detenerse, de esta manera llegara el trolebús a su destino y el que llegue primero ganara. 10. La meta estará unos 10 metros incluyendo pequeños obstáculos, la meta será una cinta plástica con valores.
Ventajas	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fomentar el trabajo en equipo. ✓ Fortalecer la confianza en sí mismo y en los demás. ✓ Conseguir una comunicación asertiva.
Recursos	<p>Humanos: Docente, dinamizador, participantes.</p> <p>Materiales: Cinta plástica, sillas, pelota, ula-ula</p>
Temporalización	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 5 minutos armados de equipos. ✓ 5 minutos explicar indicaciones de la Actividad. ✓ 10 minutos desarrollo del juego ✓ 5 minutos reflexión y análisis de la Actividad. ✓ (Total aproximado 25')

Observaciones	<p>Los ganadores expresaran las estrategias utilizadas para alcanzar el propósito, y se da la palabra a los equipos que no lograron la meta para que expresen las dificultades presentadas.</p> <p>La actividad nos permite desarrollar la confianza en primer lugar en nosotros y luego en nuestros compañeros</p>
----------------------	---

Tabla 10: El Trolebús Humano

Actividad 9: Arte-Terapia

Objetivo	Aprender nuevas vías de expresar las emociones.
Desarrollo	<p>La persona que dirige el grupo, les indicará que a través de esta actividad lo que pretende es que cada uno exprese sus emociones plasmándolas en el papel.</p> <p>El docente colocara música y cada niño, debe manifestar en el papel cómo se siente. Durante este tiempo, no pueden hablar con sus compañeros.</p> <p>En el transcurso del tiempo se pondrán distintas canciones que fomenten diferentes expresiones emocionales. Como, por ejemplo: alegría, tristeza, soledad, etc.</p> <p>Cuando el facilitador lo estime oportuno, detendrá la música y fomentará una mesa redonda en grupo para explorar las emociones a nivel individual.</p>
Ventajas	<p>Fomentar y expresar las distintas emociones.</p> <p>Implementar otras formas de expresar las emociones.</p>
Recursos	<p>Humanos: Docente y participantes.</p> <p>Materiales: Reproductor de música</p>
Temporalización	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 5 minutos para explicar indicaciones de la actividad. ✓ 25 minutos desarrollo del juego ✓ 5 minutos reflexión y análisis de la actividad. <p>(Total aproximado 35')</p>
Observación	<p>Los dibujos, o algunos de ellos, pueden pasar a formar parte de la decoración de la sala, en otra sesión o tras realizar los dibujos, se</p>

pueden proponer otras formas de expresar las emociones, por ejemplo, a través del cuerpo y de la danza.

Tabla 11: Arte-Terapia

Actividad 10: Las Canoítas

Objetivo	Fortalecer en los participantes el valor de la solidaridad
Desarrollo	<p>El docente explica las técnicas del juego en el que participaran todos los estudiantes de la clase. Se ubica un pedazo de cartón el piso los cuales representan las canoítas en el rio Chipe de San Carlos en las cuales se salvarán los participantes.</p> <p>El tutor canta “Las canoas en el rio se están naufragando poquito a poquito, el canoero dice que solo hay espacio para “2”, “n”, el orden de rescatados será distinto según la orden de canoero. Si un participante no encontró lugar en alguna canoíta ira saliendo del juego.</p>
Ventajas	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fomentar el trabajo en equipo. ✓ Promover los valores. ✓ Valorar la importancia de ser solidarios con el prójimo.
Recursos	<p>Humanos: Docente y participantes.</p> <p>Materiales: Cartón (canao)</p>
Temporalización	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 5 minutos explicar indicaciones de la actividad. ✓ 20 minutos para el proceso del juego ✓ 10 minutos recomendación y análisis de la actividad (total aproximado 35’)
Observaciones	<p>Los participantes que no se salvaron expresaran como se sintieron al no encontrar espacio en la canoa y los salvados comentaran que sintieron al ver a sus compañeros ahogándose y no poder ayudarlos.</p> <p>La actividad permitirá a los participantes valorar la importancia de ser solidarios entre compañeros.</p>

Tabla 12: Las Canoítas

Actividad 11: Mi Querido Borrador

Objetivo	Fortalecer lazos de compañerismo mediante la comunicación asertiva y prevenir conflictos en el salón de clase.
Desarrollo	<p>Se forman 3 parejas de estudiante, donde les explicaremos que van a actuar la misma escena, pero con reacciones diferentes.</p> <p>Los demás participantes deben sentarse en círculo de manera que todos se puedan ver y en la mitad dos pupitres.</p> <p>Las parejas salen del salón de clase y el dinamizador les dice que en el centro hay dos pupitres y ellos simulan hacer tareas, un estudiante se equivocará y le preguntará a su compañero</p> <p>¿Me prestas tu borrador, por favor?:</p> <p>En la primera escena: el estudiante le responde a su pareja ¡Claro, con mucho gusto! y le entrega el borrador y el otro estudiante le responde “Muchas gracias” y para finalizar le responde “De nada compañero/a”.</p> <p>En la segunda escena: el estudiante le responde a su pareja con otro tono de voz ¿Por qué no te compras uno, acaso no tienes plata, no molestes? Y el otro estudiante le responde “igual gracias”.</p> <p>En la tercera escena: el estudiante le responde a su pareja ¡Por supuesto que sí, es más si no tienes yo te regalo uno, porque tengo dos! Y el otro estudiante le responde ¡Oh muchas gracias, eres generoso!</p>
Ventajas	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fortalecer la vinculación afectiva. ✓ Mejorar la comunicación en forma asertiva. ✓ Aplicar la escucha activa. ✓ Comprender la conveniencia de pedir disculpas cuando se ha cometido un error. ✓ Prevenir problemas en el convivir diario.
Recursos	<p>Humanos: Docente, Dinamizador, participantes actores, grupo clase.</p> <p>Materiales: Hojas, Lápiz, un borrador</p>

Temporalización	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 5 minutos explicar las directrices de la actividad. ✓ 15 minutos para el progreso de las tres escenas ✓ 10 minutos recomendación y análisis de cada escena. (total aproximado 30 minutos)
Observaciones	<p>Se les pregunta a los estudiantes:</p> <p>¿Con cuál escena se quedarían ustedes?</p> <p>¿Qué diferencias notaron de las parejas?</p> <p>¿A cada escena que nombre le pondrían y por qué?</p> <p>Después el dinamizador resumirá los tipos de comunicación que existen y cual se recomienda para una convivencia feliz.</p> <p>Esta actividad permite al grupo clase valorar el tipo de comunicación asertiva, mirarse en un espejo, aceptar sus errores y tratar de actuar de mejor manera entre compañeros.</p>

Tabla 13: Mi Querido Borrador

Actividad 12: El Puente De La Verdad

Objetivo	<p>Crear el ambiente apropiado para que los estudiantes expresen sus emociones de forma sincera.</p>
Desarrollo	<p>El tutor explica a los estudiantes que él expresará afirmaciones y que ellos tendrán que decidir Si están de acuerdo o No están de acuerdo, no existirá término medio por que el puente se caería, se motivara a cruzar el puente de la verdad que lo simularan dos estudiantes.</p> <p>La actividad se desarrollará en el patio de la institución, todos los estudiantes formaran una columna, a 5 metros se ubicará el puente que lo forman dos alumnos agarrados de la mano, el estudiante del lado izquierdo representa el SI y el de lado derecho el NO.</p> <p>El dinamizador mencionara las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ ¿Siempre llegas a la escuela triste? ✓ ¿Te gusta compartir con tus compañeros? ✓ ¿Tu maestra te trata bien? ✓ ¿Pasa mucho tiempo con tu familia?

Ventajas	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fomentar el valor de la honestidad. ✓ Expresar sus emociones de forma sincera. ✓ Perder el miedo de expresar sus emociones.
Recursos	<p>Humanos: Docente, participantes.</p> <p>Materiales: Pegatinas</p>
Temporalización	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 5 minutos explicar indicaciones de la Actividad. ✓ 20 minutos desarrollo del juego ✓ 10 minutos reflexión y análisis de la Actividad ✓ (total aproximado 35')
Observaciones	<p>Los participantes expresaran como se sintieron al escuchar las palabras positivas de sus compañeros. La actividad permite identificar las fortalezas y debilidades emocionales que pueden afectar el proceso de aprendizaje.</p>

Tabla 14: Puente De La Verdad

2. D. ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN FORMATIVA

Las actividades propuestas en esta unidad didáctica tienen como finalidad aportar a docentes, estudiantes y padres de familia, las herramientas más convenientes, para que aprendan a reconocer sus emociones, darles un nombre y gestionarlas, fortaleciendo la empatía entre todos los integrantes de la comunidad educativa.

El cuestionario sobre el nivel de capacidad emocional, que se aplicó para los discentes de Cuarto Año de EGB, tiene como finalidad evaluar la capacidad emocional de cada niño. La evaluación de 360°, interpreta y evalúa el comportamiento de una persona, a través de la observación externa.

3. IMPLEMENTACIÓN DE LA UNIDAD DIDÁCTICA

3. A. ADECUACIÓN DE LOS CONTENIDOS IMPLEMENTADOS A LOS PLANIFICADOS Y ADAPTACIONES REALIZADAS

El objetivo principal de este trabajo es establecer una propuesta didáctica que busque mejorar las competencias emocionales y comunicativas para la solución de conflictos en el aula de clase. Este objetivo general, se ha cumplido con éxito ya que se ha creado una unidad didáctica mediante la cual se trabaja el modelo pentagonal de habilidades o competencias emocionales como son: Conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, habilidades sociales y para la vida.

La presente unidad didáctica se trabajará en dos fases claves en los componentes de la inteligencia emocional: la autoconciencia emocional y el autocontrol de las emociones. Se utiliza para la primera fase, diferentes actividades una de ellas es el dado de las emociones, esta actividad ayuda a identificar las emociones para aprender a regularlas y aplicarlas asertivamente en el convivir diario. En segundo lugar, se trabaja la relación situación-emoción para mejorar la identificación de las mismas. En la fase dos, se dan estrategias para el autocontrol de las emociones negativas. Para ello, se realizan diferentes actividades en las que ocurren diferentes situaciones que les provocan las distintas emociones. Además, en esta fase se trabajan aspectos primordiales para el control de las emociones en nuestra vida diaria: la autoestima, el positivismo, la tolerancia a la frustración y la resiliencia. Estos cuatro elementos se han elegido por ser colaterales en el crecimiento emocional del ser humano; ya que, si se trabajan, se aprende de una manera secundaria el control emocional. Para cada uno de ellos, se realizará una actividad distinta. Algunas primordiales es la “Cajas de las emociones”, la escenificación y práctica del control emocional, y la práctica de la identificación emocional de los alumnos.

3. B. RESULTADOS DE APRENDIZAJE DE LOS ALUMNOS

Para realizar el diseño de esta unidad didáctica se han tenido que continuar una serie de objetivos específicos que se basan en primer lugar en la indagación del concepto de inteligencia emocional. Ha sido una tarea difícil la de concretar lo que significa la inteligencia emocional, porque se trata de un constructo que se va adquiriendo a lo largo

de la vida; por lo que la literatura nos da información general del concepto, y no lo específica por etapas evolutivas.

A partir del logro del objetivo anterior, se puso en marcha lo siguiente: el diseño de la propuesta didáctica. Se revisaron los criterios de los distintos apartados que debe contener una unidad didáctica y se procedió a elaborar cada uno de ellos. En primer lugar, se definieron los objetivos y las competencias, así como los contenidos. A continuación, se diseñaron las actividades teniendo en cuenta los materiales y los recursos de los que se disponían. Se concretó la temporalización, la metodología y el sistema de evaluación. En sí, se ha conseguido diseñar una unidad didáctica completa y que cumple con los criterios que se requieren para que cualquier docente pueda aplicarla en su aula de clase.

Además, se plantearon objetivos dentro de la misma unidad didáctica. El principal era mejorar los procesos emocionales de los alumnos, así como su bienestar psicológico y social. Se considera que la ejecución del proyecto didáctico, mejorará los procesos emocionales de los alumnos, y, por ende, su bienestar personal. Esto es así ya que se trabajan dos fases claves en los componentes de la inteligencia emocional: la autoconciencia y el autocontrol emocional; ya mencionados anteriormente. Se considera que el trabajo de estos componentes mejora considerablemente la vida personal de los alumnos.

Se llevó a cabo el programa 12 actividades. Los resultados mostraron mejoras en el grupo de discentes, avances en varias de las dimensiones de las competencias emocionales de los alumnos y un aumento en su rendimiento académico.

3. C. DESCRIPCIÓN DEL TIPO DE INTERACCIÓN

Mediante la implementación del programa de intervención para la solución de conflictos en el aula de clase se mantuvieron interacciones directas con los diferentes integrantes de la comunidad educativa: docentes – estudiantes – padres de familia/representantes, para asegurar resultados efectivos que permitan mejorar la convivencia del aula, disminuyendo los conflictos de aula mediante el desarrollo de actividades que motiven al estudiante a participar y evitar conflictos.

Entre las principales interacciones que se realizaron están:

- Socializaciones
- Juegos de roles
- Entrevistas
- Diálogos
- Observación directa
- Juegos didácticos
- Participación en grupos

4. VALORACIÓN DE LA IMPLEMENTACIÓN Y PAUTAS DE REDISEÑO DE LA UNIDAD DIDÁCTICA

4. A. VALORACIÓN DE LA UNIDAD DIDÁCTICA Y PROPUESTA DE MEJORA

No obstante, para valorar la eficacia de la propuesta didáctica y la intencionalidad de desarrollo y promoción de inteligencia emocional que tiene el proyecto sería mediante el sistema de evaluación que se propone al final de la unidad.

El niño que se conoce a sí mismo tiene la capacidad de saber lo que siente y le sirve para tomar decisiones y para descubrir sus capacidades y limitaciones. Cuando los niños reconocen sus cualidades, habilidades y recursos, se sienten bien consigo mismos. De esta manera el niño que es aceptado, aprende a aceptar. El niño que se siente querido, aprende a querer. Por eso una sonrisa individualizada, una caricia, un comentario al llegar a clase, escucharlo atentamente cualquier ocasión es buena para expresar al niño que nos importa y que se le tiene en cuenta. La motivación a nuestros alumnos es muy importante, debemos de reconocer sus esfuerzos y alentarlos a persistir en su empeño, esto les ayudará a mantener una actitud positiva y a conseguir cualquier meta que se propongan.

Por ello es conveniente como maestros debemos ser conscientes de la importancia que tiene integrar la Educación Emocional a las aulas desde las edades más tempranas, eliminando el pensamiento de la escuela tradicional, centrado únicamente en el desarrollo cognitivo, puesto que, permite favorecer las relaciones interpersonales y

mejorar en el ámbito académico, social y emocional propiamente dicho de toda la comunidad educativa.

En conclusión, se han alcanzado todos los objetivos planteados para el presente trabajo y se ha logrado la creación de un instrumento didáctico relevante para el sistema educativo, ya que trabaja aspectos que curricularmente no han sido definidos ni valorados con profundidad y los cuales son imprescindibles para el buen desarrollo emocional y bienestar psicológico de las personas.

Finalmente haciendo referencia a la evaluación de todo lo planteado acudo a un resultado positivo que me ha permitido comprobar cómo los niños manifiestan de forma abierta un gozo de vivir y de aprender. Los resultados ponen de manifiesto que sería de mucha importancia desarrollar y aplicar programas de educación emocional.

5. REFLEXIONES FINALES

5. A. EN RELACIÓN A LAS ASIGNATURAS TRONCALES

En el transcurso de mis estudios he obtenido muchas competencias que me han capacitado para mi rol docente. En la asignatura de Tutoría y Orientación Educativa, me permitió conocer sobre el Marco General de la Orientación y la Tutoría, diseñar un plan de acción tutorial (PAT); tipos de comunicación que se dan en las instituciones educativas: asertiva argumental, pasiva verbal, y agresiva no verbal. Los docentes deben tener empatía con los estudiantes, y la mejor comunicación es la que se practica en un tono moderado y sociable, demostrando una excelente función tutorial lo que permitirá una convivencia exitosa entre los actores de la comunidad educativa. En conclusión, la mejor manera de comunicación es tener una conducta asertiva, debemos de mantener la inteligencia emocional. Las nuevas metodologías sobre el intercambio de roles, ayuda a cambiar la autonomía de los estudiantes potenciar el **APRENDER A APRENDER** como competencia fundamental para desenvolverse en una sociedad de grandes cambios.

En Psicología de la Educación; me pareció muy interesante el tema sobre la “Motivación Intrínseca”, sin duda alguna la motivación es considerada multidimensional porque generalmente las personas están motivadas por una combinación de diferentes factores.

Una realidad en la educación ecuatoriana, no existe una buena aplicación sobre la motivación dentro del aula, debido a esto se ha provocado la segmentación en las relaciones entre la comunidad educativa. La motivación intrínseca actúa dos factores: la competencia y la autodeterminación.

En la asignatura de Metodología de la enseñanza; he podido conocer sobre las nuevas metodologías y estrategias que son de vital importancia para el aprendizaje del estudiante, por ejemplo:

- ✓ El aula invertida (Flipped Classroom)
- ✓ Evaluar al estudiante mediante la aplicación de Kahoot, entre otras.

En lo que se refiere a la asignatura Sistema Educativo Ecuatoriano para una educación intercultural, me permitió conocer que el diseño curricular es la parte esencial del proceso enseñanza-aprendizaje, es aquí donde se originan los objetivos, así como las competencias, los contenidos, la metodología y la evaluación. Actualmente nuestro país se encuentra en un proceso de transición al método constructivista. Es muy importante la formación de los docentes, porque una buena capacitación, permite que el currículo se lleve efectivamente a las aulas, apegándose a los lineamientos marcados en el currículo.

5. B. EN RELACIÓN A LAS ASIGNATURAS DE LA ESPECIALIDAD

Además, en la asignatura de Procesos de aprendizaje y atención a la diversidad; me ha permitido diseñar: Protocolo de intervención para estudiantes con necesidades educativas especiales, ficha de tipología para detectar deficiencias, listado sobre las medidas de atención a la diversidad dentro del aula como son: tutoría entre iguales, evaluación personalizada, trabajo cooperativo, y aprendizaje significativo, etc.

En esta asignatura considero muy interesante aplicar la metodología que la Doctora Prudens Martínez Guijarro aplico durante la semana de clases presenciales; un método llamado **andamios** lo cual consistía en tres partes:

- ✓ **Andamio 1:** recopilación de los contenidos que se trataron en la clase anterior.
- ✓ **Andamio 2:** un compañero está encargado en avisar 15 minutos antes de la salida del primer receso y luego en la hora de salida.
- ✓ **Andamio 3:** síntesis de los aspectos claves explicados.

En la asignatura de acción tutorial y convivencia; conocer la estrategia de inicio de clase: *Latido conjunto* fue muy novedosa e interesante, esta estrategia permite que el alumno se

conecte previo al inicio de clases. Es muy importante como docente buscar estrategias para que él alumno se conecte dentro del salón. Dentro de la asignatura fue muy interesante tratar sobre el tema del acoso escolar, bullying, porque es la realidad que hoy viven los niños, adolescentes y jóvenes dentro de las instituciones educativas. Como docente/tutor debemos de brindar la ayuda necesaria a nuestros alumnos. Al terminar esta asignatura me ha permitido ver desde otro punto de vista la manera de cómo enfrentar un tema de acoso escolar, bullying e indisciplina con nuestros discentes, y fomentar programas de prevención y desarrollo, trabajo cooperativo mediante proyectos basado en equipo, clases dinámicas e inclusivas.

"Quien quiere hacer algo, encuentra un camino, quien no quiere hacer nada encuentra una excusa" - Proverbio árabe

En la asignatura orientación para la prevención y el desarrollo personal; como docente debemos entender que las emociones son un dispositivo indispensable para mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje, la educación emocional aporta con estrategias para desarrollar las habilidades de convivencia y bienestar, creando un equilibrio en el estado emocional de las personas. Trabajar las competencias emocionales en la educación desde el nivel elemental es básico, puesto que, permite favorecer las relaciones interpersonales y mejorar en el ámbito académico, social y emocional propiamente dicho de toda la comunidad educativa. El desarrollo de las competencias emocionales provee una mejor comunicación interpersonal, aplicación correcta de habilidad para un Buen Vivir (Sumak Kawsay).

En todas ellas, podemos fomentar el trabajo en equipo, programas de prevención y desarrollo, estrategias para desarrollar las habilidades de convivencia y bienestar, clases dinámicas e inclusivas. Además, en todo ello, he aprendido que para cada edad hay distintos aspectos a tener en cuenta, por lo que el curso de la maestría, me ha dado la perspectiva evolutiva que necesitaba a la hora de pensar qué actividades puedo desarrollar con cada grupo de alumnos.

En cuanto a la asignatura de orientación académica y profesional me ha permitido conocer sobre, los instrumentos para evaluar la madurez para la carrera, ver desde otro punto de vista los programas de intervención, y los instrumentos de evaluación, sobre todo la manera correcta de aplicar un test vocacional, para que el discente pueda escoger su carrera profesional y sobre todo ser un excelente guía en el trayecto de su vida estudiantil, brindarle toda la ayuda necesaria en las dudas que el discente tenga. Todos los conocimientos adquiridos en esta asignatura me ayudaran en dar una guía de calidad a los discentes, en lo que se refiere en la toma de decisión. Sobre todo, a corregir los instrumentos de toma de decisión en beneficio de los discentes La aplicación del programa POPA, fue muy novedoso porque la estructura de las preguntas es totalmente diferentes a las que se utilizan aquí en el Ecuador, en lo que se refiere para elegir la carrera. En el Ecuador la prueba ser bachiller es la que tienen mayor peso para que el alumno, elija su carrera sin tomar en cuenta su promedio, de los años anteriores de estudio. Sería muy interesante implementar o adaptar este tipo de programa para la aplicación del test vocacional en las diferentes Instituciones Educativas del país.

La relación entre la asignatura de Evaluación psicopedagógica y Modelos de orientación e intervención psicopedagógica e identidad del orientador es muy significativa porque en ambas me formaron sobre los Modelos de intervención: Counseling, Consulta y Programas, Fases y procesos de los modelos de intervención, Modelo de programas.

En Innovación Educativa llegué a la conclusión que en realidad las autoridades educativas les interesan más las cifras sobre la excelencia académica, a que los alumnos tengan un aprendizaje significativo. Los docentes debemos de estar preparados para el cambio, estar dispuestos a salir de nuestra zona de confort. Los perfiles docentes para hacer aula deberían tener en cuenta la siguiente característica: amable, paternalista, colaborador, satisfecho e investigador. La educación no se puede imponer, debe ser persuasible, y participativa. Debemos de enseñar para la vida, no formar personas vacías. La innovación educativa va de la mano con el sistema educativo, actuación del docente en el aula y la actuación del director/a en la institución.

También, dentro del curso, se ha fomentado al máximo el uso útil de las nuevas tecnologías y el uso pedagógico de las mismas. He establecido y diseñado actividades mediante éstas y esto me ha permitido optimizar mis competencias respecto a las TIC.

Además, he aprendido que la forma más efectiva para transmitir un aprendizaje es mediante el uso estratégico del juego. He desarrollado competencias para poder identificar posibles disfunciones y alteraciones en el desarrollo normalizado de un niño, así como a saber transmitir buenos valores y actitudes relacionados con la convivencia y la cooperación. Todas estas competencias me las ha dotado la Maestría en Orientación Educativa y han conformado mi estructura de profesional docente.

5. C. EN RELACIÓN A LO APRENDIDO DURANTE EL TFM

A continuación, quisiera enfatizar las competencias adquiridas en mi Trabajo de Fin de Master. En mi opinión, dicha unidad didáctica refleja mi lado más personal como profesional. Es decir, ha sido el proyecto que ha permitido canalizar todas mis competencias y habilidades como maestra, a la vez que refleja mi concepción sobre la educación actual. Además, me identifico plenamente con todo el contenido que vimos en la asignatura de Orientación para la prevención y el desarrollo personal. Por ello, considero que es importante educar las emociones para completar la educación de las futuras generaciones. Por tanto, el trabajo de fin de master me ha permitido desarrollar competencias de investigación y de análisis para poder confluir estos dos aspectos relevantes en mi formación como maestra.

6. CONCLUSIONES

Creo que un buen maestro debe entender, ante todo, que tiene personas delante de él/ella, y que depende de su labor, el futuro de dichas personas. Es algo más que la transmisión de conocimientos; se transmiten valores y actitudes ante la vida. Dejar huella en cada uno de tus alumnos y eso repercutirá en el futuro de cada uno de ellos. Por ello, considero fundamental la educación emocional, como he dicho anteriormente. Además, opino que nuestros alumnos tienen unas características diferentes y adquieren el aprendizaje, también de formas distintas. Creo firmemente en la teoría de las inteligencias múltiples de Howard Gardner (1983). Por ello, el docente debe transmitir los conocimientos de formas distintas para dar la posibilidad a todos los alumnos de poder adquirir dichos

conocimientos. Finalmente, explicar que mi visión sobre el proceso de aprendizaje es constructivista, es decir, considero que para que el alumno adquiera conocimiento productivo; éste debe reconstruir los conocimientos que ya tiene para introducir el nuevo. Además, esto se produce a través de la construcción propia del conocimiento. Es decir, es el alumno el que encuentra el aprendizaje.

Finalmente, dar las gracias a todos los tutores que han compartido todos sus conocimientos en el trayecto del curso del Master, de los que he aprendido numerosos aspectos que han hecho posible ser la Master en Orientación Educativa que estoy a punto de ser. A mis compañeros de aula con los que he podido compartir mi curso del Master, cada uno de ellos me ha dejado una enseñanza en mi vida personal y profesional. En especial a Diana, Fanny, Maira y Luis, quienes han sido un apoyo muy importante en el curso del Master. A mi tutora del TFM, que ha estado dispuesta en despejarme de cualquier duda, en el diseño de mi Trabajo Final Del Master, con su guía y consejo eh logrado obtener un trabajo de calidad.

Mi TFM se lo dedico en especial a mi Madre y Padre que son mis ángeles que me cuidan desde el cielo, el duro momento que pase por la pérdida de mi Madre, no fue un impedimento para continuar en mi curso de Master, este adverso momento se convirtió en mi mayor impulso para llevar a cabo este trabajo. Desde el cielo, mi madre celebrara este gran momento de mi vida, porque ella fue una parte muy importante en el inicio y final de esta gran meta.

7. BIBLIOGRAFÍA

- Arandiga, A. V. (2002). *S.I.C.L.E Siendo Inteligentes con las emociones*. Valencia: Promolibros.
- Arandiga, A. V. (2003). *Emociónate con Inteligencia*. Valencia: Promolibro.
- Atwater, W. y. (1998). *The power of 360? feedback*. Houston: Gulf Publishing Co.
- Bisquerra. (2008).
- Bisquerra R. (2009). *Psicopedagogia de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, Rafael. (2000).
- Buey, M. L. (s.f.). *Importancia De La Inteligencia*. Obtenido de Un Nuevo Reto Para La Orientacion Educativa: <http://e-spacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:EducacionXXI-2BB75B2C-720F-A542-4DCE-43297DDB55B7/Documento.pdf>
- Calvo, E. C. (26 de Enero de 2016). *El Emocionario de los cuentos*. Obtenido de <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/3630/CAPOTE%20CALVO%20%20ELENA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Carrascosa, R. C. (s.f.). *Emocionario Di Lo Que Sientes*. Obtenido de https://www.palabrasaladas.com/di_lo_que_sientes/emocionario_muestra.pdf
- Censo, I. N. (2018). *INEC*. Obtenido de <http://www.ecuadorencifras.gob.ec/comision-de-genero/>
- Comercio, E. (16 de Enero de 2018). *El Comercio*. Recuperado el 16 de Enero de 2018, de <http://www.elcomercio.com/actualidad/afectados-acosoescolar-opciones-denuncias-ecuador.html>
- Como Educar Las Emociones*. (15 de Marzo de 2018). Obtenido de <http://faros.hsjdbcn.org/adjuntos/2232.1-Faros%206%20Cast.pdf>
- CosmoPlug*. (2017). Obtenido de <http://cosmoplug.com/inteligencia-emocional-una-herramienta-necesaria-desarrollo-personal-exito-laboral/>
- Cuestionarios del GROP para la evaluacion*. (10 de julio de 2018). Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/296054996_Cuestionarios_del_GROP_para_la_evaluacion_de_la_competencia_emocional_CDE
- Educacion, M. d. (2018). *Educacion para la Democracia y el Buen Vivir*. Obtenido de <https://educacion.gob.ec/acoso-escolar/>

Ejemplos De. (2013). Obtenido de Inteligencia Emocional:
http://www.ejemplosde.com/39-psicologia/1624-ejemplo_de_inteligencia_emocional.html

El Periodico Instantaneo Del Ecuador. (10 de Noviembre de 2018). *Ecuador Inmediato*. Obtenido de
http://ecuadorinmediato.com/index.php?module=Noticias&func=news_user_view&id=202024&umt=ecuador_segundo_pais_latinoamerica_con_mayor_porcentaje_acoso_escolar

Elia. (07 de Noviembre de 2011). *Educacion Infantil*. Obtenido de <http://infantil-elia.blogspot.com/2011/11/observacion-no-sistemica-y.html>

Escoda, N. P. (08 de Julio de 2018). *Inteligencia Emocional y Bienestar II*. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/296054996_Cuestionarios_del_GROP_para_la_evaluacion_de_la_competencia_emocional_CDE

Gonzalez, R. E. (26 de Enero de 2012). *Mi Escuela Divertida*. Obtenido de <http://miescueladivertida.blogspot.com/2012/01/actividades-yo-dinamicas-para-ninos-y.html>

Huerta, A. (30 de Mayo de 2017). *Inteligencia Emocional*. Obtenido de https://www.youtube.com/watch?v=K_CzwBUxMBc

Inevery Crea. (2018). Obtenido de Juegos Para Educacion Emocional:
<https://ineverycrea.net/comunidad/ineverycrea/recurso/mas-de-75-juegos-para-educacion-emocional/96d2d8c7-02b4-4e6a-be45-618134ba27a9>

Interior, M. d. (2018). *Campaña “Ecuador Actúa Ya. Violencia de Género, ni más” sensibiliza a toda la comunidad*. Obtenido de <https://www.ministeriointerior.gob.ec/campana-ecuador-actua-ya-violencia-de-genero-ni-mas-sensibiliza-a-toda-la-comunidad/>

Lévy-Leboyer, C. (1997). *Gestión de las competencias*. Barcelona: Gestión 2000.

Lévy-Leboyer, C. (2000). *Feedback de 360°*. Barcelona: Gestión 2000 .

Llort, S. B. (2008). *Psicología Infantil y Juvenil*. Obtenido de Inteligencia Emocional Clase:
<https://www.psicodiagnosis.es/areaespecializada/tecnicasdeintervencion/trabajando-la-inteligencia-emocional-en-clase/index.php>

Lopez Cassa E (Coord). (2003). *Educacion Emocional. Programa para 3-6 años*. Barcelona: Praxis.

- Lopez, J. M. (18 de Octubre de 2011). *La Competencia Emocional*. Obtenido de Conciencia Emocional:
<http://lacompetenciaemocional.blogspot.com/2011/10/conciencia-emocional.html>
- Martínez, A. M. (15 de Abril de 2018). *Lifeder*. Obtenido de Psicología Educativa:
<https://www.lifeder.com/dinamicas-inteligencia-emocional/>
- Martinez, S. B. (2008). *La Inteligencia Emocional en Primaria y su Didactica*. Obtenido de <http://www.alhaurin.com/pdf/2012/12.pdf>
- Mayer, J. C. (1999). *Emotional intelligence meets traditional standards for anntelligence. Intelligence.*
- Mayer, J. D. (2001). *Emotional intelligence as a standard intelligence: A Reply. Emotion.*
- Mayer, Salovey. (1997).
- Morgado. (2010). *Inteligencia Emocional*. 159.
- Pacheco, N. E., & Berrocal, P. F. (10 de Julio de 2018). *La inteligencia Emocional: Metodos de Evaluacion en el aula*. Obtenido de <https://rieoei.org/deloslectores/465Extremera.pdf>
- Peña, C. (2005).
- Pérez, Bisquerra. (2007).
- Raco Infantil*. (s.f.). Obtenido de <https://www.racoinfantil.com/fichas-y-materiales/las-emociones/>
- Rafael Bisquerra*. (03 de Marzo de 2018). Obtenido de <http://www.rafaelbisquerra.com/es/competencias-emocionales-2/competencias-para-vida-bienestar.html>
- Rafael Bisquerra Alzina, Francesc Martínez Olmo , Meritxell Obiols Soler , Núria Pérez Escoda. (10 de Julio de 2018). *Evaluación de 360º: una aplicación a la educación emocional*. Obtenido de <http://www.rafaelbisquerra.com/images/pdf/evaluacion-de-360-rie.pdf>
- Renom A. (2003). *Educacion Emocional Programa para la Educacion Primaria*. Barcelona: WoltersKluwer.
- Sawaf, R. C. (1997). *La Intelgencia Emocional aplicada al liderazgo y a las organizaciones*.

- Shapiro, L. E. (1997). *La inteligencia emocional de los niños*. Bilbao: Grupo Zeta.
- Tiching. (01 de Mayo de 2018). Obtenido de <http://blog.tiching.com/18-propuestas-inteligencia-emocional/>
- Torres, S. (10 de Marzo de 2018). *Taller de Asertividad y Habilidades Sociales*. Obtenido de <https://es.slideshare.net/Santiago-nuestromundo/taller-de-asertividad-y-habilidades-sociales>
- Tueros, I. F. (15 de Noviembre de 2012). *Educacion Emocional en la Escuela*. Obtenido de <http://educacionemocional2.blogspot.com/2012/11/la-sala-de-psicomotricidad.html>
- Unicef. (12 de Noviembre de 2018). *Acoso Escolar*. Obtenido de <https://unicef.org.ec/acoso-escolar-otra-forma-violencia/>
- Universo, E. (05 de Febrero de 2018). *El Universo*. Recuperado el 15 de 01 de 2018, de <https://www.eluniverso.com/noticias/2017/05/20/nota/6190471/cada-cinco-alumnos-sufre-bullying-revela-estudio>
- Vedoque. (20 de Mayo de 2018). Obtenido de www.vedoque.com/juegos/identidad-sentimientos-diversidad.swf
- Vidal, M. (2004). *Crece y Aprende*. ICCE.

8. AUTOEVALUACIÓN DE APRENDIZAJES ADQUIRIDOS

	Apartados	Indicadores	A	B	C	D	Puntuación (0-10)
AUTOEVALUACIÓN DEL ESTUDIANTE	Actividades realizadas durante la elaboración del TFM	Tutorías presenciales	Falté a las tutorías sin justificar mi ausencia.	Falté a las tutorías presenciales y sí justifiqué mi ausencia.	Asistí a las tutorías presenciales sin prepararlas de antemano.	Asistí a las tutorías presenciales y preparé de antemano todas las dudas que tenía. Asimismo, planifiqué el trabajo que tenía realizado para contrastarlo con el tutor/a.	10
		Tutorías de seguimiento virtuales	Ni escribí ni contesté los mensajes del tutor/a.	Fui irregular a la hora de contestar algunos mensajes del tutor/a e informarle del estado de mi trabajo.	Contesté todos los mensajes virtuales del tutor/a y realicé algunas de las actividades pactadas en el calendario previsto.	Contesté todos los mensajes virtuales del tutor/a realizando las actividades pactadas dentro del calendario previsto y lo he mantenido informado del progreso de mi trabajo.	10
	Versión final del TFM	Objetivos del TFM	El trabajo final elaborado no alcanzó los objetivos propuestos o los ha logrado parcialmente.	El trabajo final elaborado alcanzó la mayoría de los objetivos propuestos.	El trabajo final elaborado alcanzó todos los objetivos propuestos.	El trabajo final elaborado alcanzó todos los objetivos propuestos y los ha enriquecido.	10
		Estructura de la unidad didáctica implementada	La unidad didáctica implementada carece de la mayoría de los elementos de la programación (objetivos, contenidos según el currículum, actividades de enseñanza y aprendizaje y actividades de evaluación).	La unidad didáctica implementada contiene casi todos los elementos de la programación (objetivos, contenidos según el currículum, actividades de enseñanza y aprendizaje y actividades de evaluación).	La unidad didáctica implementada contiene todos los elementos de la programación (objetivos, contenidos según el currículum, actividades de enseñanza y aprendizaje y actividades de evaluación).	La unidad didáctica implementada contiene todos los elementos de la programación (objetivos, contenidos según el currículum, actividades de enseñanza y aprendizaje y actividades de evaluación) y además incluye información sobre aspectos metodológicos, necesidades educativas especiales y el empleo de otros recursos.	10



		Implementación de la unidad didáctica	El apartado de implementación carece de la mayoría de los aspectos solicitados (adecuación de	El apartado de implementación contempla casi todos los aspectos solicitados (adecuación de	El apartado de implementación contempla todos los aspectos solicitados (adecuación de contenidos, dificultades de	El apartado de implementación contempla todos los aspectos solicitados (adecuación de contenidos, dificultades de	10
			contenidos, dificultades de aprendizaje advertidas, observación de la interacción sobre las dificultades halladas inherentes a la actuación como profesor).	contenidos, dificultades de aprendizaje advertidas, observación de la interacción sobre las dificultades halladas inherentes a la actuación como profesor).	aprendizaje advertidas, observación de la interacción sobre las dificultades halladas inherentes a la actuación como profesor).	aprendizaje advertidas, gestión de la interacción y de las dificultades en la actuación como profesor), además de un análisis del contexto y de las posibles causas de las dificultades.	
		Conclusiones de la reflexión sobre la implementación	Las conclusiones a las que he llegado sobre la implementación de la unidad didáctica son poco fundamentadas y excluyen la práctica reflexiva.	Las conclusiones a las que he llegado están bastante fundamentadas a partir de la práctica reflexiva, pero algunas resultan difíciles de argumentar y mantener porque son poco reales.	Las conclusiones a las que he llegado están bien fundamentadas a partir de la práctica reflexiva, y son coherentes con la secuencia y los datos obtenidos.	Las conclusiones a las que he llegado están muy bien fundamentadas a partir de la práctica reflexiva porque aportan propuestas de mejora contextualizadas a una realidad concreta y son coherentes con todo el diseño.	10
		Aspectos formales	El trabajo final elaborado carece de los requisitos formales establecidos (portada con la información correcta, índice, paginación, diferenciación de apartados, interlineado que facilite la lectura, etc.) y no facilita su lectura.	El trabajo final elaborado casi cumple los requisitos formales establecidos (portada con la información correcta, índice, paginación, diferenciación de apartados, interlineado que facilite la lectura, etc.), pero su lectura es posible.	El trabajo final elaborado cumple los requisitos formales establecidos (portada con la información correcta, índice, paginación, diferenciación de apartados, interlineado que facilite la lectura, etc.) y su lectura es posible.	El trabajo final elaborado cumple los requisitos formales establecidos (portada con la información correcta, índice, paginación, diferenciación de apartados, interlineado que facilite la lectura, etc.) y ha incorporado otras que lo hacen visualmente más agradable y facilitan la legibilidad.	10



		Redacción normativa	y	La redacción del trabajo, la distribución de los párrafos y los conectores textuales dificultan la lectura y comprensión del texto. El texto contiene faltas graves de la normativa española.	La redacción del trabajo, la distribución de los párrafos y los conectores textuales facilitan casi siempre la lectura y comprensión del texto. El texto contiene algunas carencias de la normativa española.	La redacción del trabajo, la distribución de los párrafos y los conectores textuales ayudan a la lectura y comprensión del texto. El texto cumple con los aspectos normativos de la lengua española, salvo alguna errata ocasional.	La redacción del trabajo, la distribución de los párrafos y los conectores textuales ayudan perfectamente a la lectura y comprensión del texto. El texto cumple con los aspectos normativos de la lengua española y su lectura es fácil y agradable.	10
		Bibliografía		Carece de bibliografía o la que se presenta no cumple los requisitos formales establecidos por la APA.	Se presenta una bibliografía básica que, a pesar de algunos pequeños errores, cumple los requisitos formales establecidos por la APA	Presenta una bibliografía completa y muy actualizada, que cumple los requisitos formales establecidos por la APA.	Presenta una bibliografía completa y muy actualizada, que cumple los requisitos formales establecidos por la APA de forma excelente.	10

1,5

Nota final global (sobre 1,5):

Tabla 15: Auto evaluación del Master

9. ANEXOS

ANEXO 1: Cuadro de clasificación de las emociones. (Bisquerra, Rafael, 2000) extraído del libro (Peña, 2005).

EMOCIONES NEGATIVAS	Ira	Rabia, cólera, rencor, odio, furia, indignación, resentimiento, tensión, agitación, acritud, animadversión, irritabilidad, hostilidad, violencia, enojo, celos, envidia, impotencia.
	Miedo	Temor, horror, pánico, terror, pavor, desasosiego, susto, fobia, aprensión, inquietud, incertidumbre.
	Ansiedad	Angustia, desesperación, inquietud, estrés, preocupación, anhelo, desazón, nerviosismo.
	Tristeza	Depresión, frustración, decepción, aflicción, pena, dolor, pesar, desconsuelo, pesimismo, melancolía, autocompasión, soledad, desaliento, desgana, abatimiento, disgusto.
	Vergüenza	Culpabilidad, timidez, inseguridad, vergüenza ajena, bochorno, pudor, recato, rubor, sonrojo, perplejidad, remordimiento, humillación.
EMOCIONES POSITIVAS	Antipatía	Resentimiento, rechazo, recelo, asco, repugnancia, desdén, disgusto.
	Alegría	Entusiasmo, euforia, excitación, contento, deleite, diversión, placer, gratificación, satisfacción, capricho, éxtasis, regocijo, alivio, felicidad, gozo.
	Humor	Provoca sonrisa, risa, carcajada...
	Afecto	Afecto, cariño, ternura, simpatía, empatía, aceptación, cordialidad, confianza, amabilidad, afinidad, respeto, devoción, adoración, veneración, enamoramiento, gratitud.
	Bienestar	Gozo, tranquilidad, paz interior, dicha, placidez, satisfacción, bienestar.
EMOCIONES AMBIGÜAS	Sorpresa, esperanza, compasión	
EMOCIONES ESTÉTICAS	Son las producidas por las manifestaciones artísticas (literatura, pintura, escultura, música,...). Pueden ser positivas o negativas.	

Tabla 16: Clasificación de las Emociones

ANEXO 2: Instrumentos de evaluación

Instrucciones: A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y decida la frecuencia con la que usted cree que se produce cada una de ellas marcando con una X en la casilla correspondiente.

1	2	3	4	5
NUNCA	RARAMENTE	ALGUNAS VECES	CON BASTANTE FRECUENCIA	MUY FRECUENTEMENTE

Tabla 17: Escala de Likert

Nº	INDICADOR	ESCALA				
1	Reconoce sus propios sentimientos	1	2	3	4	5
2	Reconoce los sentimientos de los demás	1	2	3	4	5
3	Conoce el vocabulario relativo a las distintas emociones básicas	1	2	3	4	5
4	Utiliza el vocabulario de las emociones en su práctica cotidiana	1	2	3	4	5
5	Asocia las emociones básicas a las situaciones concretas de la vida	1	2	3	4	5
6	Ha adquirido estrategias de manejo de la tristeza	1	2	3	4	5
7	Ha adquirido estrategias de manejo del miedo	1	2	3	4	5
8	Ha adquirido estrategias de manejo de la ira	1	2	3	4	5
9	Las relaciones sociales y sus habilidades para ellos, han mejorado	1	2	3	4	5
10	Favorece la empatía en las relaciones interpersonales del grupo, logrando un mejor clima y cohesión grupal.	1	2	3	4	5

Tabla 18: Cuestionario sobre el nivel de capacidad emocional

Como lo mencionamos anteriormente, en este método las personas se valoran a sí mismo en su capacidad percibida en distintas competencias y destrezas emocionales.

ANEXO 3: Evaluación 360

Instrucciones: Lea atentamente cada frase y valora a tu compañero..... en cada una de ellas. Indica por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas usando la siguiente escala y marcando con una X en la casilla correspondiente.

1	2	3	4	5
NADA DE ACUERDO	ALGO DE ACUERDO	BASTANTE DE ACUERDO	MUY DE ACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO

Nº	INDICADOR	ESCALA				
1	Manifiesta un conocimiento de las propias emociones	1	2	3	4	5
2	Demuestra competencia en identificar las emociones de los demás	1	2	3	4	5
3	Controla la impulsividad	1	2	3	4	5
4	Demuestra tolerancia a la frustración	1	2	3	4	5
5	Se comporta de forma apropiada en clase	1	2	3	4	5
6	Demuestra dominio en habilidades de afrontamiento	1	2	3	4	5
7	Mantiene buenas relaciones con compañeros, profesores y padres	1	2	3	4	5
8	Comprende las relaciones entre emoción, cognición y comportamiento	1	2	3	4	5
9	Manifiesta una actitud positiva.	1	2	3	4	5
10	Manifiesta un conocimiento de las propias emociones	1	2	3	4	5

Tabla 19: Método de observación externa para evaluar el nivel de capacidad emocional interpersonal.

ANEXO 4: A continuación, presentamos un ejemplo sobre la forma de evaluar la Inteligencia Emocional basándonos en medidas de habilidad:

PERCEPCIÓN EMOCIONAL

Instrucciones: A continuación, vas a ver una serie de rostros faciales. Míralos y luego indica los sentimientos expresados en esos rostros. Indica el grado en el que crees que las emociones están presentes en cada una de las caras utilizando las emociones que te presentamos a continuación:



1	2	3	4	5
NADA DE ACUERDO	ALGO DE ACUERDO	BASTANTE DE ACUERDO	MUY DE ACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO

Figura 11: Percepción Emocional

EMOCIONES	ESCALA				
Nada de Enfado	1	2	3	4	5
Enfado Extremo					
Nada de Tristeza	1	2	3	4	5
Tristeza Extrema					
Nada de Felicidad	1	2	3	4	5
Felicidad Extrema					
Nada de Miedo	1	2	3	4	5
Miedo Extremo					

Tabla 20: Percepción Emocional

ASIMILACIÓN EMOCIONAL

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de situaciones cotidianas. Por favor, selecciona una respuesta para cada ítem e indica qué emoción o emociones serían útiles para resolverlas.

1	2	3	4	5
NADA UTIL	ALGO UTIL	BASTANTE UTIL	MUY UTIL	TOTALMENTE UTIL

¿Qué estado/s de ánimo sería útil cuando intentas resolver un problema difícil como, por ejemplo, una ecuación matemática?

Emoción	ESCALA				
Tensión	1	2	3	4	5
Tristeza	1	2	3	4	5
Diversión	1	2	3	4	5

Tabla 21: Asimilación Emocional

COMPRENSIÓN EMOCIONAL

Instrucciones: A continuación aparecen una serie de situaciones sobre diferentes personas. Una vez hayas leído las situaciones, tu tarea consistirá en indicar cómo se deben sentir esas personas.

Carlos está cansado y se encuentra incluso estresado cuando piensa en todos los deberes que le quedan por hacer y los exámenes que tiene que estudiar. Cuando ese mismo día el profesor les manda otro trabajo y les dice que tienen que terminarlo esa misma semana, Alberto se sintió_____.

- a) saturado
- b) deprimido
- c) culpable
- d) frustrado
- e) nervioso

REGULACIÓN EMOCIONAL

Instrucciones: A continuación te vamos a presentar una serie de situaciones que incluyen a varias personas. Tu tarea consiste en elegir qué acciones o estrategias emocionales serían más beneficiosas para mantener el estado de ánimo de esas personas.

Luisa acaba de venir de sus vacaciones. Se siente relajada, animada y llena de energía. ¿En qué medida cada una de las siguientes acciones ayudarían a Luisa a mantener esas emociones?

Acción 1: Luisa empezó a hacer una lista de las cosas de casa que tenía que hacer.

1. Muy ineficaz 2. Algo ineficaz 3. Neutral 4. Algo eficaz 5. Muy eficaz

Acción 2: Empezó a pensar sobre dónde y cuándo serían sus próximas vacaciones.

1. Muy ineficaz 2. Algo ineficaz 3. Neutral 4. Algo eficaz 5. Muy eficaz

Acción 3: Decidió que lo mejor era ignorar esos sentimientos positivos y enfrentarse otra vez a la realidad.

1. Muy ineficaz 2. Algo ineficaz 3. Neutral 4. Algo eficaz 5. Muy eficaz

Acción 4: Llamó a una amiga para contarle sus vacaciones.

1. Muy ineficaz 2. Algo ineficaz 3. Neutral 4. Algo eficaz 5. Muy eficaz

ANEXO 5: Fotografías de las actividades realizadas para desarrollar las competencias emocionales con los niños de Cuarto EGB¹ de la Escuela de Educación Básica “Estenio Burgos Galarza”.



Figura 12: Actividad Caja De Las Emociones



Figura 13: Actividad Trole Bus Humano



Figura 14: Actividad Semáforo De Las Emociones



Figura 15: Actividad El Puente De La Verdad

¹ EGB: Educación General Básica