

FERIA NACIONAL DE EDUCACION, CIENCIAS, ARTE Y TECNOLOGIA (2021)



¿CÓMO
ME SIENTO HOY?

- JURISDICCION: Tucumán
- NIVEL PRIMARIO- PRIMER CICLO
- AREA: CIENCIAS SOCIALES
- MODALIDAD ESPECIAL
- INTEGRANTE DEL EQUIPO
 - FIGUEROA, MARIA NURIA ISABEL
 - RODRIGUEZ, VIVIANA ROSA
- ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO: ESCUELA
ESPECIAL “SAN MIGUEL ARCÁNGEL
SARMIENTO 290 – TAFI VIEJO”

ALUMNOS PARTICIPANTES

- ✓ **PRIMER CICLO “A”**
 - CUSTODIO, JUAN
AGUSTIN
(DNI 52.798.308)
 - JUAREZ, NATASHA
LUCIANA
(DNI 54.237.089)
- ✓ **PRIMER CICLO “B”**
 - CARRERA VERA,
CANDELA ANALIA
(DNI 52.079.607)
 - ROMANO, JUAN
ALEJANDRO.
(DNI 52.383.145)

FERIA NACIONAL DE EDUCACION, CIENCIAS, ARTE Y TECNOLOGIA (2021)



- 1- INDICE
- 2- RESUMEN
- 3- INTRODUCCION
- 4- PROBLEMA
- 5- HIPOTESIS
- 6- OBJETIVOS GENERALES
Y ESPECIFICOS
- 7- MARCO TEORICO
- 8- CONTENIDOS
- 9- METODOLOGIA
- 10-ACTIVIDADES
- 11- CRONOGRAMA
- 12-ENCUESTAS
- 13-ANALISIS DE DATOS
- 14-CONCLUSION
- 15-ANEXO 1
- 16-ANEXO 2
- 17-INFORME PEDAGOGICO



FERIA NACIONAL DE EDUCACION, CIENCIAS, ARTE Y TECNOLOGIA (2021)



PROYECTO: ¿CÓMO ME SIENTO HOY?

RESUMEN



Este proyecto está dirigido a fomentar, en los alumnos del primer ciclo de la Escuela Especial San Miguel Arcángel, las habilidades para gestionar las propias emociones y comprender la de los demás. Esta temática surgió de la necesidad de indagar acerca de las emociones que aparecían en los niños ante la vuelta a la presencialidad después de atravesar la cuarentena en casa; y las diversas sensaciones que se presentan al no poder abrazarnos, mantener distancia de nuestros compañeros, el tener que jugar de una forma distinta, el uso de barbijo y de nuevos protocolos para volver a la escuela. A partir de diversas actividades se trabajaron las emociones básicas de alegría, tristeza, miedo, enfado, ira y asco. Se esperó que la comprensión y gestión de las emociones repercuta directamente en las habilidades sociales consiguiendo un mejor clima en el aula y por consiguiente a lo largo de su vida.

INTRODUCCION

Cuando se habla de emoción se hace referencia a la reacción que una persona experimenta a partir de un estímulo. Las emociones son universales, y representan un complejo mundo en el que se incluyen tanto emociones positivas, como, por ejemplo, la alegría, la felicidad, el amor, o emociones negativas como la ira, el miedo, la tristeza, la ansiedad. Éstas están presentes en la vida de las personas desde que nacen y desempeñan una función relevante en la formación de la personalidad (López, 2005).

Los niños poseen multitud de sentimientos y emociones que necesitan expresar y manifestar, pero en muchas ocasiones no son

FERIA NACIONAL DE EDUCACION, CIENCIAS, ARTE Y TECNOLOGIA (2021)



capaces de comprender qué es lo que sienten, qué están sintiendo y cuál es la mejor manera de actuar. Por ello, desde la escuela debe trabajarse el correcto desarrollo de la Inteligencia Emocional (Cruz, 2014). Pues como señala Goleman (2016), la inteligencia emocional se relaciona directamente con la capacidad de identificar las emociones y las de los demás. Además, cuando una persona es consciente de sus emociones se potencia su inteligencia (Salguero, 2011).

Caruana y Tercero (2011) indican que se debe empezar a trabajar con los niños de Educación Infantil porque es cuando estos toman conciencia de sí mismos. A esta edad también el niño ya es capaz de imitar a través del juego simbólico consiguiendo ser más sociables, cada vez más autónomos y a la vez curiosos. Por tanto, es necesario que conozcan sus emociones y cuáles son las consecuencias de estas.

A partir de todo lo expuesto parece clara la importancia de trabajar las emociones en el aula, utilizando como disparadores los siguientes cuentos: ***“El monstruo de colores”***, ***“El Lobo que quería cambiar de color”*** y la película ***“Intensamente”***, cuyo objetivo es que los niños sean capaces de adquirir y gestionar las emociones y las habilidades sociales a través del juego, la dramatización y otras actividades en esta nueva realidad.

PROBLEMA

- ***Ante el regreso a la escuela en esta nueva realidad ¿Cómo gestionarán nuestros alumnos sus emociones?***

HIPÓTESIS

Los alumnos del primer ciclo de la escuela especial San Miguel Arcángel lograrán adaptarse y aprender a gestionar aquellos sentimientos

FERIA NACIONAL DE EDUCACION, CIENCIAS, ARTE Y TECNOLOGIA (2021)



que les irriten o los frustren, ante el regreso a la escuela atravesando una nueva presencialidad con protocolos y nuevas formas de convivencia.

OBJETIVO GENERAL

- Favorecer en cada niño el desarrollo de la propia identidad y de la confianza y seguridad en sus capacidades, para actuar con iniciativa y autonomía, para aprender, para defender sus derechos y para expresar pensamientos, sentimientos y emociones.
- Desarrollar competencias para la verbalización de sentimientos, necesidades, emociones, problemas y la resolución de conflictos a través del diálogo.
- Lograr adaptarse a la nueva realidad que atravesamos por la pandemia en el uso de protocolos necesarios para nuestro cuidado y convivencia.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Estimular al niño a expresarse.
- Lograr que el niño se conozca y se acepte.
- Brindar un ambiente contenedor y habilitador de emociones.
- Fomentar el uso de los nuevos protocolos.

MARCO TEÓRICO

Al igual que en otros procesos, los niños van aprendiendo a manejar sus emociones de manera paulatina y progresiva. Para ello, es importante tener en cuenta las teorías sobre la inteligencia emocional de Goleman (1995; 2016) y el

FERIA NACIONAL DE EDUCACION, CIENCIAS, ARTE Y TECNOLOGIA (2021)



modelo de Salovey y Mayer (1997) para un abordaje más adecuado de las emociones en el aula.

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

➤ La inteligencia emocional según Goleman

Para Goleman (2016), la inteligencia emocional implica una serie de habilidades que están relacionadas con las emociones, entre las que destaca el autocontrol, la empatía, la perseverancia, el entusiasmo, el motivarse a sí mismo. Aunque estas habilidades, en parte tienen su origen en la propia carga genética de cada persona, también pueden ser educadas y trabajadas a lo largo de la vida.

A nivel biológico, el **sistema límbico** además de asociarse con la memorización y el aprendizaje constituye la parte emocional del cerebro, donde se aportan una serie de respuestas emocionales que se transmiten de generación en generación (como por ejemplo el miedo, la rabia o la felicidad).

Dado que las emociones son impulsos con los que se reacciona ante un estímulo, y las respuestas ante los diferentes estímulos emocionales se van modulando a partir de las distintas experiencias que vive cada persona (Goleman, 2016) es necesario aprender a regular y controlar las emociones.

Para Goleman (2016) existen cinco aptitudes emocionales que se dividen en dos grandes grupos. **Aptitudes personales**, en las que incluye el autoconocimiento, la autorregulación y la motivación; y **aptitudes sociales**, en las que incluye la empatía y las habilidades sociales

FERIA NACIONAL DE EDUCACION, CIENCIAS, ARTE Y TECNOLOGIA (2021)



➤ El Modelo de Mayer y Salovey

Mayer y Salovey (1997) han sido unos de los autores pioneros en utilizar el término inteligencia emocional. Para Mayer y Salovey (1997) las habilidades sociales se dividen en cuatro:

- La habilidad de identificar emociones.
- La habilidad para favorecer el pensamiento utilizando los sentimientos.
- La habilidad de comprender y conocer las emociones.
- La habilidad de promover el crecimiento intelectual y emocional a través de la regulación de las emociones.

Estas habilidades se podrían dividir en dos niveles jerárquicos. El nivel más sencillo sería el que engloba las habilidades de percibir y expresar, y el nivel más complejo sería la capacidad reflexiva y consciente de la emoción (Guil, Larrán, Gil-Olarte y Serrano, 2014).

Salovey y Mayer (1997) destacan que el nivel emocional que los niños encuentran a diario en la escuela implica la necesidad de poner en marcha habilidades emocionales. Por ello, señala que los maestros también deben tener una buena inteligencia emocional, no sólo para enseñarlas, sino también para utilizarla en su día a día en el aula (Berrocal y Pacheco, 2005).

La importancia de trabajar todas estas habilidades desde el aula se justifica, ya que, esta etapa del desarrollo constituye un momento de descubrimiento, de aprendizaje de uno mismo y de los demás, en la que las habilidades sociales son muy importantes. Por tanto, trabajar las emociones desde la primera infancia repercute directamente en las habilidades sociales, y una buena inteligencia emocional hace a las personas más exitosas.

FERIA NACIONAL DE EDUCACION, CIENCIAS, ARTE Y TECNOLOGIA (2021)



METODOLOGÍA

Las emociones y los sentimientos deben tratarse en el aula con naturalidad. Para ello pensamos en crear un ambiente donde se entendiera la expresión de las emociones como algo positivo, donde los alumnos aprendieran a expresar sus sentimientos.

Hemos presentado las diferentes actividades de una forma lúdica, motivadora y estimulante al aprendizaje. Con soporte visual (imágenes del cuento, sus fotografías, los emoticones, las caritas de emociones...) y auditivo (la canción y el cuento, la música en las sesiones de relajación...) para que les llegara la información por distintos sentidos.

Se ha creado un ambiente cálido, acogedor y seguro en el que los niños se han sentido queridos y confiados para potenciar al máximo su desarrollo. Siempre teniendo en cuenta sus demandas y sus sentimientos.

Los docentes de las áreas especiales también fueron parte fundamental en el proyecto, por esto, ha sido necesaria la coordinación de un trabajo transversal, compartiendo actividades y experiencias que permitieron fortalecer el reconocimiento de las emociones y gestionarlas frente a los nuevos protocolos vividos. Además, se contó con la participación de la psicóloga generando ambientes de lectura y juegos en el grado y demás secciones para socializar el proyecto.

Se utilizó como método evaluativo constante la observación, la realización de encuestas estructuradas a padres (anexo 1) sobre las emociones para la obtención de datos.

ACTIVIDADES

El proyecto comenzó en el mes de abril y acabó en julio. Pero, se lo continúa abordando durante la fase de inicio de la clase.

FERIA NACIONAL DE EDUCACION, CIENCIAS, ARTE Y TECNOLOGIA (2021)



Las actividades se han creado para que los alumnos sean capaces de reconocer las propias emociones y las ajenas, pero también en todas las clases se les invita a reflexionar y a participar activamente en conversaciones o vivencias.

ACTIVIDADES ACTIVIDAD 1

“El rincón de las Emociones”.

Duración:-Dos semanas- de 90 minutos cada clase.

Con esta actividad se trabajan cuatro emociones: alegría, tristeza, miedo y enfado. Cada una de las emociones se trabaja en dos clases.

También se realizaron encuestas a las familias.

ACTIVIDAD 2.

Hoy ¿cómo me siento?

Duración: 30 minutos cada día en el grado.

Cada día, después de trabajar escritura de la fecha, estado del tiempo y nombre, se dará un espacio a saber cómo se sienten los alumnos a través del reconocimiento mediante emoticones y dibujos de la emoción que sienten en ese día y deberán explicar por qué se sienten así.

ACTIVIDAD 3

Cuento: ¡EL MONSTRUO DE COLORES!

Duración: 1 mes-clases de 120 minutos cada día.

En estas clases, nuestros alumnos repasaron las emociones (alegría, tristeza, calma, miedo, enojo y el amor); además, que se valoren a sí mismos con sus similitudes y sus diferencias y también a sus compañeros.

Además, se trabajaron con actividades propias del área de lengua, matemática y ciencias.

También se entregó folletos sobre la temática.

FERIA NACIONAL DE EDUCACION, CIENCIAS, ARTE Y TECNOLOGIA (2021)



ACTIVIDAD 4

CUENTO: “EL LOBO QUE QUERIA CAMBIAR DE COLOR”

Duración: 1 mes-clases de 120 minutos cada día.

En estas clases, se trabajó con la lectura del cuento “El lobo que quería cambiar de color” para reforzar días de la semana, la autoestima, y la aceptación de nuestras diferencias. Además, se trabajaron con actividades propias del área de lengua, matemática y ciencias.

ACTIVIDAD 5

PELÍCULA: “INTENSAMENTE”

Duración: dos semanas -clases de 60 minutos cada día.

En estas clases, se trabajó con la observación de la película y el reconocimiento de los personajes con las emociones que representan (alegría, tristeza, temor, enfado, desagrado).

Elección de un personaje favorito y debate sobre el mismo. Asociación de cada personaje con la emoción que representa.

Construcción del emociometro ante diferentes situaciones.

Selección de cuadros con imágenes que respondan a preguntas referidas a las emociones.

Juego de mesas con las emociones y los personajes de la película.

Además, se trabajaron con actividades propias del área de lengua, matemática y ciencias.

FERIA NACIONAL DE EDUCACION, CIENCIAS, ARTE Y TECNOLOGIA (2021)



CRONOGRAMA

Las actividades se llevarán a cabo durante los meses de abril a mediados de julio. En el siguiente cronograma se observa cómo quedan distribuidas en el tiempo (Tabla 5).

ACTIVIDADES	MES	ABRIL				MAYO				JUNIO				JULIO			
	SEMANA	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1. Creando Rincones																	
2. Hoy, ¿cómo me siento?																	
3. Monstruo de colores																	
4. El lobo que quería cambiar de color																	
5. Intensamente																	

FERIA NACIONAL DE EDUCACION, CIENCIAS, ARTE Y TECNOLOGIA (2021)



ENTREVISTAS A LOS PADRES

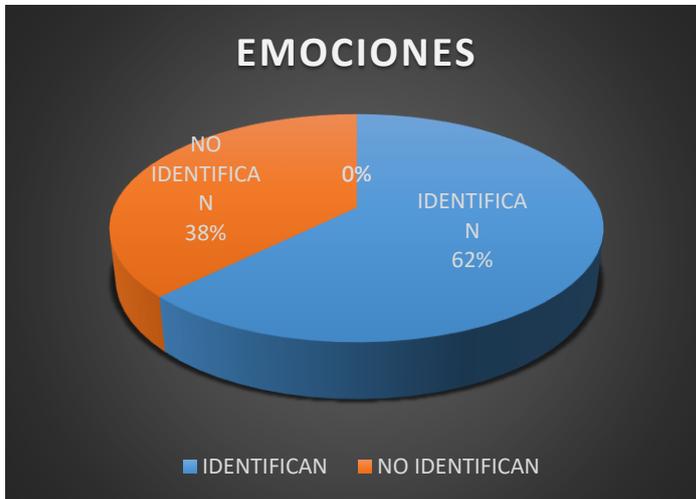
ENCUESTA DE LAS EMOCIONES PARA LA FAMILIA

☐ Responda estas preguntas sobre su hijo:

PREGUNTAS	SI	NO	ALGUNAS VECES
¿Es capaz de expresar alegría?			
¿Es capaz de reconocer la alegría en sus familiares y/o amigos?			
¿Es capaz de expresar tristeza?			
¿Es capaz de reconocer la tristeza en sus familiares y/o amigos?			
¿Es capaz de expresar miedo?			
¿Es capaz de expresar el enojo?			
¿Es celoso/a?			
¿Se enfada con facilidad?			
¿Tiene rabietas? BERRINCHES			
¿Es capaz de volver a la calma con facilidad?			
¿Participa en las tareas de la casa?			
¿Participa en las actividades lúdicas que se realizan en familia?			

ANALISIS DE DATOS

- ENCUESTAS A 10 PADRES



ANÁLISIS DE LOS DATOS

SE REALIZARON 10 ENCUESTA LOS PADRES

- consideran que la mayoría de sus niños pueden manifestar sus emociones a partir de lo abordado.

CONCLUSIÓN

Una vez concluido el proyecto ¿Como me siento hoy? para los alumnos de la escuela especial San Miguel Arcángel, se observa que los objetivos propuestos al principio de este trabajo se han cumplido. Los alumnos del grado, adquirieron contenidos que fueron trabajando a lo largo de su paso por las diversas actividades, desde un simple coloreo de imágenes, hasta la complejidad de análisis de situaciones mediante la comprensión de los diversos cuentos trabajados. Esto permitió desarrollar competencias para la verbalización de sentimientos, necesidades, emociones, problemas y resolución de conflictos a través del dialogo. Favoreciendo, además, a la adaptación a la nueva realidad que atravesamos con la pandemia en el uso de protocolos necesarios para nuestro cuidado y convivencia.

FERIA NACIONAL DE EDUCACION, CIENCIAS, ARTE Y TECNOLOGIA (2021)



Si bien, el proyecto surge para cubrir la necesidad del regreso al aula de forma presencial, vale destacar que el mismo fue de suma relevancia en el accionar cotidiano de la escuela, ya que, se utiliza de manera permanente con resultados a la vista.

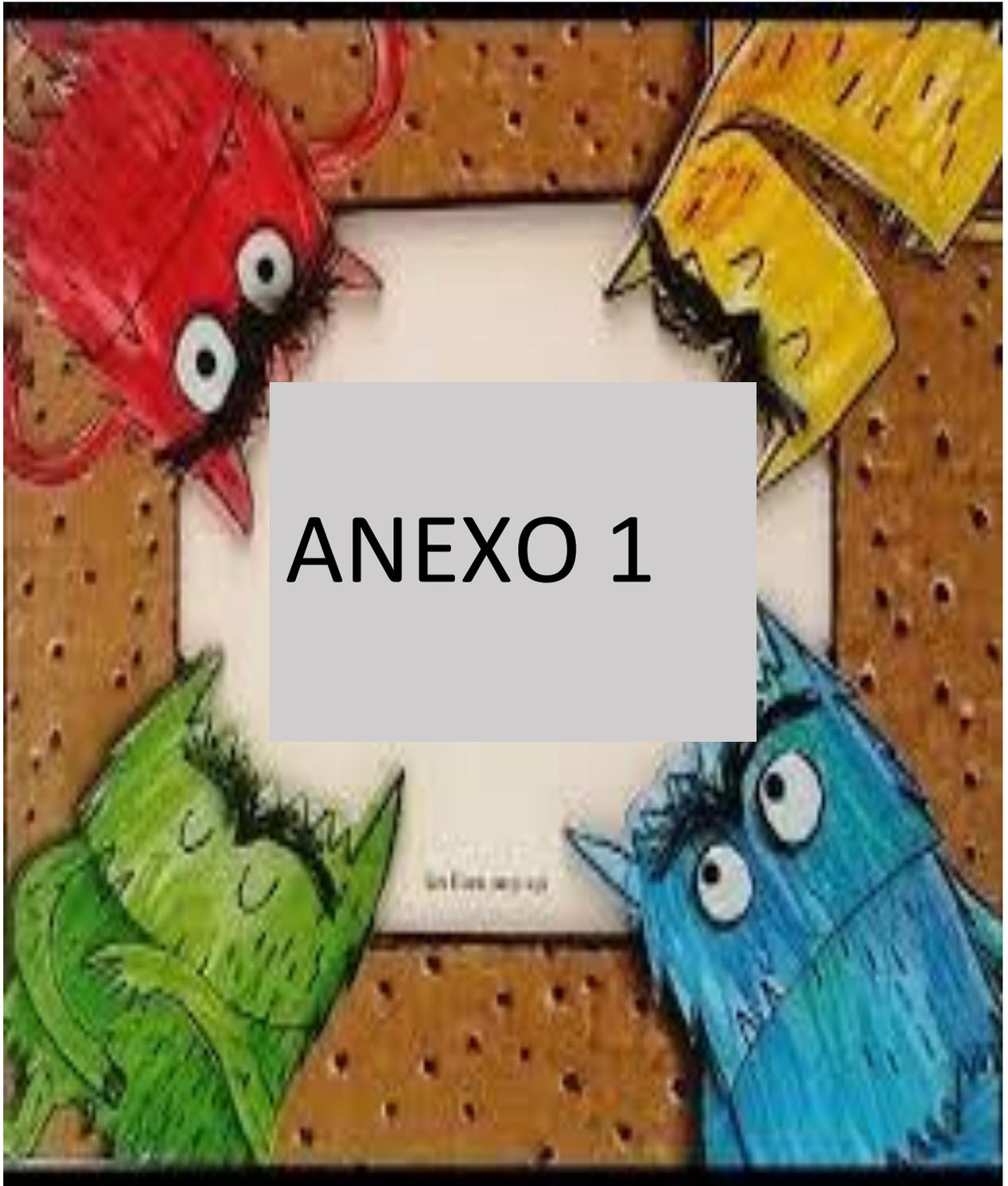
Al mismo tiempo estamos pensando en ampliar el campo de acción de este, extendiéndose posteriormente a escuelas con convenios inclusivos con la escuela especial.

BIBIOGRAFIA

- Aguadez, M.C. y Pantoja M.J.(2015). Innovar de un proyecto Educativo de Inteligencia emocional en primaria e infantil. *Tendencias pedagógicas*, 26, 69-88.
- Goleman D.(1995). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D. (2009). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Goleman D.(2016). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Salovey P y Mayer J.D.(1997). What is emotion a intelligence, *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators*. Nueva York: Basic

• ENLACE DE VIDEO PUBLICADO EN YOU TUBE

<https://youtu.be/V0De4qg4myE>



**FERIA NACIONAL DE EDUCACION, CIENCIAS, ARTE
Y TECNOLOGIA (2021)**



**ENCUESTA DE LAS EMOCIONES PARA LA
FAMILIA**

❖ Responda estas preguntas sobre su hijo:

PREGUNTAS	SI	NO	ALGUNAS VECES
¿Es capaz de expresar alegría?	X		
¿Es capaz de reconocer la alegría en sus familiares y/o amigos?	X		
¿Es capaz de expresar tristeza?	X		
¿Es capaz de reconocer la tristeza en sus familiares y/o amigos?	X		
¿Es capaz de expresar miedo?	X		
¿Es capaz de expresar el enojo?			X
¿Es celoso/a?			X
¿Se enfada con facilidad?		X	
¿Tiene rabietas? BERRINCHES	X		
¿Es capaz de volver a la calma con facilidad?	X		
¿Participa en las tareas de la casa?	X		
¿Participa en las actividades lúdicas que se realizan en familia?	X		

FERIA NACIONAL DE EDUCACION, CIENCIAS, ARTE Y TECNOLOGIA (2021)



ENCUESTA DE LAS EMOCIONES PARA LA FAMILIA

❖ Responda estas preguntas sobre su hijo:

PREGUNTAS	SI	NO	ALGUNAS VECES
¿Es capaz de expresar alegría?	X		
¿Es capaz de reconocer la alegría en sus familiares y/o amigos?	X		
¿Es capaz de expresar tristeza?	X		
¿Es capaz de reconocer la tristeza en sus familiares y/o amigos?	X		
¿Es capaz de expresar miedo?	X		
¿Es capaz de expresar el enojo?	X		
¿Es celoso/a?			X
¿Se enfada con facilidad?		X	
¿Tiene rabietas? BERRINCHES			X
¿Es capaz de volver a la calma con facilidad?	X		
¿Participa en las tareas de la casa?	X		
¿Participa en las actividades lúdicas que se realizan en familia?	X		

ANEXO 2

REGISTRO PEDAGÓGICO



“En la escuela, como en la vida, hay días nublados, en los que se tuerce el corazón a golpe de desastres, de inseguridades o de errores solemnes. Y días claritos, en los que se te espabila el alma sin poder evitarlo.” M^a Carmen Díez Navarro.

Justo esto nos pasó con el proyecto, nos llenó de motivación y de ilusión, coloreando nuestros días grises.

¿COMO ME SIENTO HOY? fue un proyecto, que se ha trabajado desde el mes abril hasta mediados de julio, pero que se continuará abordando las emociones diariamente en el aula. Ha sido un proyecto muy intenso y enriquecedor para los alumnos y para las maestras de la escuela Especial San Miguel Arcángel.

El nuevo periodo de adaptación que debimos afrontar ante la vuelta a la presencialidad en esta nueva realidad que nos dejó la pandemia, fue muy complicado para nuestros niños, en el que comenzaron a surgir muchos conflictos a nivel emocional.

Desde el primer día de clase, descubrimos la importancia de pararse a mirar cómo se sentirían día a día durante el proceso de adaptación con el uso de protocolos, barbijos y nuevas formas de convivencia en el grado y en los momentos de juego durante los recreos. Nos mostramos optimistas ante el

FERIA NACIONAL DE EDUCACION, CIENCIAS, ARTE Y TECNOLOGIA (2021)



torbellino de emociones que había en el aula por nuestro regreso...padres preocupados por la posibilidad de contagios, niños reacios al uso del barbijo, al no poder acercarse a sus compañeros y docentes.

Comenzamos a desarrollar el proyecto, trabajando las cuatro emociones: alegría, tristeza, miedo y enfado. Cada una de las emociones se desarrollaron en dos clases, durante dos semanas.

Antes de empezar la actividad se conversaba con los alumnos sobre lo que les produce **alegría**, qué es lo que les hace estar contentos. Los niños dibujaron las cosas que les hacen bien y se las colocaron en un mural. Como tarea en familia para el próximo día se les pidió que traigan de casa una imagen de algo que les producía alegría.

Al día siguiente, los niños colgaron sus dibujos en el mural de la alegría en el grado, además de las fotos de los alumnos y las imágenes que han traído de casa. Todos sentados y mirando hacia el mural que han realizado con los dibujos y fotos hablamos de los compañeros, de las semejanzas y las diferencias en las cosas que nos hacen felices a cada uno.

Siguiendo la misma metodología, se abordó la tristeza, el miedo y el enfado, en las siguientes semanas.

A partir de todo este proceso, comenzamos la iniciación de la clase, abordándolos con la pregunta ¿cómo te sentís hoy? Y ellos colocaban una carita triste, enfadada o contenta encima de su fotografía según la emoción que tenían en el momento. Además, se le preguntaba ¿Por qué estás contento/triste/enfadado? Al principio, se los orientaba para ayudarles a ponerle nombre al sentimiento elegido, pero poco a poco con el transcurrir de las clases, han sido capaces la mayoría de expresarse por sí solos.

También realizamos la lectura de cuentos sobre las emociones. Siempre teniendo en cuenta que fuera adaptado a su edad y si eran más extensos, los adaptamos para que fueran comprensibles y les motivará. Libros como: "El monstruo de colores" en versión video y en formato tamaño A4.

Durante el abordaje del cuento, nuestros alumnos repasaron las emociones (alegría, tristeza, calma, miedo, enojo y el amor).

FERIA NACIONAL DE EDUCACION, CIENCIAS, ARTE Y TECNOLOGIA (2021)



Se trabajó en la construcción de cada frasco con su monstruo correspondiente.

Además, se realizaron actividades propias del área de lengua, matemática y ciencias.

Desde el área de plástica y tecnología: se trabajó con todos los monstruos de emociones con témperas. Realización de vinchas, y los frasquitos de colores. Reconocimiento de imágenes y asociación de imágenes con su emoción.

Desde el área de música: se escuchó la canción el monstruo de los colores y se trabajó con diferentes géneros musicales con los cuales debían indicar la emoción que les provocaba.

Realización del xilófono de colores con vasos y colores de las emociones vistas.

Otro cuento trabajado fue “El lobo que quería cambiar de color”, si bien el cuento estaba destinado al reconocimiento de los días de la semana, el grupo clase lo terminó relacionando, con la falta de aceptación de su color y el estado de ánimo que presentaba cada día durante la búsqueda de una nueva imagen.

Esto ayudó a los niños a valorar la importancia de aceptarse a sí mismo y al otro con nuestras diferencias.

Utilizamos como cierre de nuestro proyecto a la película “Intensamente”, en esta oportunidad los niños lograron identificar y relacionar las emociones con el cuento “El monstruo de colores”. A partir de esto, construyeron un emociómetro, se realizó intervenciones con la psicóloga de la institución en el grado; y luego, el proyecto fue expandido al segundo ciclo en donde realizaron juegos y encuestas sobre la temática.

**Y COLORÍN, COLORADO ESTE PROYECTO HA
TERMINADO.**