



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin de Grado

Propuesta de Intervención para paliar las
consecuencias del COVID-19 en alumnos de
Educación Infantil.

Autor

Miriam Sanmartín Tamerón

Director/es

Esther Claver Turiégano

Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. Campus de Huesca.

2022

Agradecimientos

Una vez terminado el trabajo quería escribir unas cuantas palabras de agradecimiento a las personas que me han ayudado a llegar aquí.

Gracias a mi tutora Esther por tus palabras de aliento y ánimo siempre, por tu flexibilidad y paciencia a la hora de revisar y corregir el trabajo. Tú me diste esa motivación que me faltaba para llevar a cabo este trabajo. Teniendo una tutora como tú es mucho más agradable hacerlo. Gracias por ser una gran profesional, pero sobre todo una gran persona.

A mi pareja, gracias por tus palabras de apoyo y cariño siempre, cuando yo no podía más ahí estabas tú para animarme y conseguir que siguiera y pudiera con todo. El camino ha sido más bonito desde que llegaste a mi vida.

A mí misma, ha sido un largo camino con muchas sombras y luces. Al final todo el esfuerzo ha merecido la pena. Me doy las gracias por no rendirme nunca y conseguir lo que siempre quise, ser profesora.

Y, por último, y más importante a mi madre. Mamá, darte las gracias se queda corto. Eres mi fuerza y mi motivación, no me has soltado nunca de la mano y me has dado todo lo que podías y lo que no. Has creído en mí siempre por eso todos mis logros también son tuyos, es por ello que te dedico este trabajo. Espero que estés orgullosa de mi y ojalá en un futuro pueda ser, aunque sea, la mitad de buena persona y buena madre que eres tú. Te quiero.

Índice de contenidos

1.1.	Justificación del tema elegido	7
1.2.	Problema y finalidad del trabajo	8
1.3.	Objetivos del TFE	9
2.	Marco Teórico	9
3.	Contextualización.....	27
3.1.	Necesidades detectadas en el aula	27
3.2.	Características del Centro y del entorno	27
4.	Diseño de la Propuesta de Intervención	28
4.1.	Objetivos y competencias básicas.....	29
4.2.	Destinatarios	30
4.3.	Contenidos	30
4.4.	Metodología	33
4.5.	Temporalización	34
4.6.	Actividades	35
4.7.	Evaluación	44
4.8.	Medidas de atención a la diversidad	46
5.	Conclusiones	47
6.	Limitaciones y Prospectiva	48
	Referencias bibliográficas	50
	Anexo.	54

Propuesta de Intervención para paliar las consecuencias del COVID-19 en alumnos de Educación Infantil.

Intervention Proposal to alleviate the consequences of COVID-19 in Early Childhood Education students.

- Autora Miriam Sanmartín Tamerón.
- Dirigido por Esther Claver Turiégano.
- Presentado para la defensa en la convocatoria de septiembre 2022.
- Número de palabras: 11430.

Resumen

Este Trabajo Fin de Grado explica y hace una valoración del COVID-19 en las clases de Educación Infantil, explica cómo ha afectado en los colegios, a las aulas de los más pequeños.

Tanto padres como alumnos y profesores han tenido que aprender, colaborar y adaptarse al nuevo cambio y trabajar de forma conjunta para que los niños del colegio empiecen con un buen desarrollo cognitivo y emocional.

Se ha llevado a cabo una búsqueda bibliográfica con diferentes autores especializados en inteligencia emocional y educación y se han revisado revistas específicas sobre educación y salud.

Se ha realizado una Propuesta de Intervención para paliar consecuencias COVID-19 en alumnos de Educación Infantil que cuenta con unos objetivos que se pretenden cumplir mediante actividades, siendo estas adaptables a los alumnos.

En estas actividades se han incluido las emociones consideradas como algo muy importante en el desarrollo de los niños en estas edades y posteriormente como adultos siendo beneficiosas en un futuro para su vida personal y social, empezando a

Propuesta de Intervención para paliar las consecuencias del COVID-19 en alumnos de Educación Infantil.

reconocerlas y manejarlas ya que si se desarrollan en edades tempranas se previenen problemas de conducta y se favorece el desarrollo integral como individuo.

Para finalizar, con esta propuesta se intenta estar más preparados en caso de repetirse una pandemia o similar, saber cómo afrontarla y tener unas pautas a seguir en los colegios y en casa, no tener que improvisar como ocurrió en el curso 2020/2021. Gracias también a los métodos tecnológicos se está produciendo un cambio positivo a la hora de enseñar en los colegios.

Palabras clave: Inteligencia emocional, emociones, COVID-19, educación.

Abstract

This Final Degree Project explains and assesses COVID-19 in Early Childhood Education classes, explains how it has affected the classrooms of the little ones in schools.

Parents as well as students and teachers have had to learn, collaborate and adapt to the new change and work together so that the children of the school start with a good cognitive and emotional development.

A bibliographic search has been carried out with different authors specialized in emotional and education intelligence and specific journals on education and health have been reviewed.

An Intervention Proposal has been made to alleviate COVID-19 consequences in Early Childhood Education students that has objectives that are intended to be met through activities, these being adaptable to the students.

These activities have included emotions considered as something very important in the development of children at these ages and later as adults, being beneficial in the future for their personal and social life, beginning to recognize and manage them since if they develop at ages early behavior problems are prevented and integral development as an individual is favored.

Finally, with this proposal we try to be more prepared in the event of a recurrence of a pandemic or similar, to know how to deal with it and to have some guidelines to follow in schools and at home, not having to improvise as happened in the 2020/2021 academic year. Thanks also to technological methods, a positive change is taking place when it comes to teaching in schools.

Keywords: Emotional intelligence, emotions, COVID-19, education.

INTRODUCCIÓN

1.1. Justificación del tema elegido

El motivo principal que me ha llevado a realizar este trabajo ha sido el gran impacto que ha tenido la pandemia del COVID-19 a modo general en la sociedad y en particular en las aulas de Educación Infantil. Es una pandemia mundial que está por estudiar e investigar en todos los ámbitos que existen, pero la escuela y educación es la gran olvidada. Es por ello que suscita interés la investigación de la nueva realidad o nuevos cambios que ha tenido y va a tener la educación en las escuelas.

El sistema educativo se ha visto muy afectadas por el COVID-19 en distintos ámbitos como pueden ser sociales, afectivos, emocionales y económicos. Sobre este último ámbito se han visto afectadas muchas familias viéndose excluidas, algunas de ellas sobre todo las clases sociales más bajas porque no tienen recursos en sus casas, es decir, no tienen las mismas oportunidades que las demás. En concreto, las aulas de Educación Infantil han sido gravemente afectadas ya que es una etapa donde los niños necesitan contacto físico porque están empezando un aprendizaje y necesitan forjarse una serie de valores como de autonomía personal, tolerancia, generosidad, seguridad y relaciones afectivas.

Debido a la pandemia todos estos ámbitos y en general el sistema educativo se han visto perjudicados, es por ello que los maestros y profesores se han visto obligados a crear nuevos métodos y buscar nuevas alternativas de enseñanza. Tanto los profesores como los padres de los alumnos se han tenido que adaptar a una nueva situación debido a que estos niños en una edad de crecimiento tan temprana se han visto afectados de manera directa emocional y afectivamente.

Con este trabajo que se va a realizar veremos los cambios que se han producido post-COVID-19 y qué dichos cambios se quedarán definitivamente en las aulas, a su vez veremos aquello en lo que la educación ha fallado y se puede mejorar tanto en pandemia como después de ella.

1.2. Problema y finalidad del trabajo

En este trabajo final se va a hablar y tratar las consecuencias emocionales que han tenido los niños (la frustración, malos comportamientos, ira, tristeza, etc.) por el Covid-19 y durante la cuarentena, mediante toda la teoría y explicaciones que damos quedan claras las consecuencias que este virus ha dejado en los niños no sólo en su día a día sino también en la escuela.

Estos comportamientos pueden ser ira, enfado, hiperactividad, poca sociabilidad, tristeza... Estas situaciones y actitudes tienen que ser detectadas por la profesora y trabajadas para una buena gestión de las emociones. El contexto en el que se trabaja es un colegio público en un barrio rural con niños de 4 años durante el mes de septiembre y principios de octubre post-pandemia.

La finalidad es hacer una propuesta de investigación que cuenta con actividades en el aula para intentar resolver o paliar estos problemas que los niños han tenido por la pandemia. Para ello intentaremos trabajar las emociones y el desarrollo de su inteligencia emocional de manera que sepan expresar y reconocer cómo se sienten y a su vez respetar y conocer los sentimientos y emociones de los demás.

1.3. Objetivos del TFG

Objetivo general: Saber las consecuencias que nos ha traído el COVID-19 en las aulas de Educación Infantil y crear una propuesta para paliarlas.

Objetivos específicos:

- a) Cómo ha impactado el COVID-19 en las relaciones sociales y afectivas entre los alumnos, familias y profesores.
- b) Cómo ha afectado el COVID-19 en salud y economía entre los alumnos, familias y profesores.
- c) Diseñar una propuesta de intervención para paliar los efectos detectados durante la pandemia.

2. MARCO TEÓRICO

Desde diciembre de 2019 se supo de esta enfermedad, la Comisión Municipal de Salud de Sanidad de Wuhan en China da la alarma. En un mercado de marisco hubo 27 casos, neumonías desconocidas y alguna de ellas graves.

La OMS recoge informes del Coronavirus de Wuhan, así llamado. Es un virus nuevo de la familia Coronavirus con nombre SARS-COV-2. Se le denominó COVID-19. Con 59 millones de casos en el mundo y 1.400.000 muertos estas cifras van cambiando hasta la fecha de hoy.

Era un virus desconocido como ya se ha dicho y lo científicos tenían muy pocos datos para tomar medidas claras de cara a la repercusión que tendría en la humanidad.

En un principio el Covid-19 es una enfermedad de origen animal, se cree que el contagio es de un murciélago por contacto estrecho con un humano. Según los científicos existen dos formas de transmisión, animal-humano y humano-humano. La primera opción es una transmisión desconocida, se piensa que es por contacto estrecho con un animal infectado por sus secreciones o bien por vías respiratorias. De la segunda opción, transmisión humano-humano, es muy parecida la transmisión con otros coronavirus a través de secreciones de personas infectadas y contactos directos por el sistema respiratorio.

Su periodo de incubación suele ser de 5 días, pero puede variar hasta 14. Sus síntomas son: fiebre, tos, dolores musculares y secreciones nasales. En los casos más graves existirá una dificultad para respirar y esto puede llevar a una neumonía con su correspondiente ingreso en la UCI, siendo el peor escenario la muerte. Giménez y Piera (2020) afirman que “en el 80% de los casos, la infección por este nuevo coronavirus, denominado oficialmente SARS-Cov-2, produce síntomas respiratorios de carácter leve” (p. 1).

Estos mismos autores, Giménez y Piera (2020) aseguran que “El COVID-19 se manifiesta como una infección respiratoria aguda, aunque se conocen casos asintomáticos o con pocos síntomas. Los síntomas más comunes al inicio de la enfermedad son: Fiebre, cansancio, malestar general, tos seca y sensación de falta de aire.” (p. 1). Estos síntomas serán paliados con antitérmicos y analgésicos si hay fiebre y dolor siempre bajo la supervisión de un médico.

En los casos más graves el paciente será ingresado en la UCI de un hospital ya que se pueden llevar a cabo unos cuidados y tratamientos en el que sea necesario un soporte respiratorio y administración de fármacos.

Existen medidas de precaución para no contagiarse como lavado de manos continuo, distancia social, utilización de mascarillas y por último cuando una persona sospecha que pueda estar infectada se tiene que aislar y tener un seguimiento médico. Las personas mayores de 65 años tienen más riesgo porque pueden tener complicaciones graves.

También cabe destacar que este virus ha ido cambiando y mutando en el tiempo en nuevas y diferentes cepas o variantes, las que destacan Delta y Ómicron.

La variante Delta ha sido la primera cepa en causar una enfermedad más grave, sobre todo para las personas que no estaban vacunadas, a su vez esta variante era dos veces más contagiosa que las anteriores.

Según Dr. Natalí Leiva Reyes (2021), los síntomas de la variante Delta se pueden relacionar o confundir con un resfriado común. Aunque hay pequeñas diferencias como son la gran cantidad de mocos, menos tos y más dolor de garganta.

La variante Ómicron surgió después de la Delta, esta cepa tiene una gran capacidad de transmisión es por ello que ha afectado a más niños que las anteriores, cabe destacar que sus síntomas suelen ser más leves.

Según Dr. Roger Antonio Hernández Díaz (2022) síntomas que diferencian esta variante con las demás son tos, dolor de garganta, congestión, fiebre y sudoración.

Muchos niños y adolescentes en todo el mundo dieron positivo en Covid-19 aunque ellos tuvieron síntomas mucho más leves en comparación con los adultos, aun así, hubo niños que después de pasar el Covid-19 desarrollaron otro tipo de enfermedades, dejando secuelas y necesitando tratamientos.

Según FAROS Sant Joan de Déu (2021) los niños y adolescentes deben de llevar un seguimiento con su pediatra para ver cómo transcurren los síntomas de la enfermedad, percibir y tratar los problemas de salud mental, documentar el desarrollo en todos los ámbitos de la persona, combinar la atención con especialistas si fuera necesario y llevar a cabo una prevención para controlar a estos pacientes, que tengan una buena salud y recibir la vacuna. Es importante descartar estas posibles complicaciones a medio y largo plazo.

Según American Academy of Pediatrics (2022) estos son los síntomas o afecciones que pueden sufrir los niños después del Covid-19:

- Problemas respiratorios: Esta enfermedad concierne a los pulmones mayoritariamente así que es común que los síntomas sean duraderos, estos son dolor en el pecho, tos y dificultad cuando se hace ejercicio para respirar. Pueden durar estos síntomas de 3 meses en adelante y existe la posibilidad que niños de 6 años o más con esta sintomatología tengan que hacerse pruebas pulmonares y otros niños tengan que hacerse pruebas cardíacas para saber si tienen algún tipo de complicación como en los coágulos sanguíneos.

- Problemas cardíacos: La miocarditis es la inflamación del músculo cardíaco que puede desarrollarse después de la COVID-19. Los síntomas pueden ser dolor de pecho, latidos no regulares, fatiga, falta de aliento. Algunos niños con sintomatología media o grave tienen que examinarse haciendo pruebas cardíacas antes de su vuelta al colegio.

- Olfato y gusto: El 25% de los niños y adolescentes contagiados sufrieron algún cambio en el olfato y el gusto lo cual puede haber un cambio en su alimentación y en su estado anímico a su vez puede impedirle oler olores peligrosos cuya sintomatología normalmente desaparece en pocas semanas si esto no sucede el médico del niño les dará unas recomendaciones y examina la situación.

- Problemas de desarrollo: El sistema nervioso se ha visto perjudicado por el Covid-19 y raramente existen accidentes cerebrovasculares o encefalitis. Algunos niños pudieron ver algún cambio en la atención, el habla, el movimiento... Su pediatra puede hacer un seguimiento con un especialista en neurodesarrollo, terapeutas físicos y patólogos.

- Fatiga mental: Los niños al igual que los adultos han podido tener una disfunción cognitiva como falta de concentración, dificultad para memorizar y para prestar atención. Si algún niño ha padecido algunos de estos síntomas puede estar olvidadizo o lento. Hay que ayudarlo en los descansos y a gestionar

el estrés, sino los síntomas pueden agravarse. Si el niño no avanza puede tener un tratamiento o un plan de recuperación en equipo.

- **Fatiga física:** Los niños y adolescentes pueden fatigarse y cansarse al hacer ejercicio físico, aunque estos no tuvieran otros síntomas o secuelas. Normalmente el tiempo hace la mejoría y el pediatra recomendará ejercicio físico de menos a más. Si no se mejora hay que ir a un especialista o fisioterapeuta.

- **Dolor de cabeza:** Es la sintomatología más común. Hay que beber bastante agua, dormir las horas necesarias, comer regularmente y gestionar el estrés, si estos dolores se agravan o son duraderos en el tiempo el médico le aconsejará algún medicamento.

- **Salud mental y conductual:** La salud mental de los niños se puede ver afectada por el Covid-19 debido al aislamiento, cambios de rutinas, confinamientos, también pueden empeorar los síntomas. El pediatra verá al niño para asegurarse de si tiene depresión o ansiedad y darle apoyo.

- **Síntomas de diabetes:** Se han comunicado síntomas de diabetes en niños que habían pasado el Covid-19, la sintomatología es mucha sed, mucha hambre, cansancio, dolor en el estómago, náuseas, fatiga, vómitos y orinar frecuentemente.

- Síndrome Post-Covid, Covid-19 prolongado o de larga duración:

Como su palabra indica, los pacientes tienen Covid-19 un mes o más y les puede afectar en la salud física o mental. No hay distinción entre el síndrome post Covid-19 de otras enfermedades haciendo una analítica específica. Desde la cuarta a la doceava semana de pasar el Covid-19 hay que llevar una vida sana para que nuestros síntomas mejoren. Si los síntomas tienen una duración mayor a tres meses el médico le aconsejará hacerse unas pruebas en una clínica especializada.

- Síndrome inflamatorio multisistémico entre niños (MIS-C): Es un

síndrome casi inexistente y se produce entre dos y seis semanas después de infectarse de Covid-19. La vacuna Pfizer-BioNTECH es preventiva con este síndrome para niños de 12 a 18 años y aquellos no vacunados que tuvieron este síndrome tuvieron que acudir a la Unidad de Cuidados Intensivos. Si el niño presenta fiebre después de tener el virus tiene que ir a su pediatra para una exploración porque en caso de tener este síndrome los síntomas se agravaran y necesitará de unos cuidados intensivos.

Según el Comité Asesor de Vacunas de la AEP (2021) estos dos últimos síntomas vinculados a la infección por SARS-CoV-2, el síndrome inflamatorio multisistémico pediátrico (SIMP) a corto plazo y los síntomas persistentes son los más preocupantes ya que causan una peor calidad de vida a medio y largo plazo, aunque es menos común en edad adulta.

Este virus fue reconocido como pandemia en enero de 2020 y se declaró una emergencia sanitaria internacional. En España se declaró un estado de alarma en marzo del mismo año.

Los gobiernos cerraron colegios y universidades en muchos países del mundo, este cierre afectó a 2.200 millones de estudiantes, confinaron a una tercera parte de la población mundial y hubo restricción muy duras y fuertes.

Durante el cierre de las escuelas se produjo un gran cambio a nivel educativo tanto para profesores como alumnos y padres. La relación entre ellos se ha visto muy afectada de manera personal e interactiva con alumnos. Algunas familias se han visto gravemente afectadas por no tener recursos suficientes como internet y ordenadores principalmente, las nuevas tecnologías han tenido una gran relevancia y esto ha producido que la enseñanza sea diferente para todos, junto con el tele-trabajo. Muchas familias se han visto excluidas por su nivel cultural, educativo, varios integrantes en la familia, por los ingresos percibidos, es decir, se han visto afectadas por su nivel socioeconómico.

Dependiendo del nivel socioeconómico de cada estudiante influye en su rendimiento escolar.

Según Máxima Uriarte (2019), se llama clases sociales a los distintos peldaños en que se puede estratificar la sociedad, atendiendo a diferentes diversos principios de clasificación, como pueden ser el poder adquisitivo o económico, la posición dentro de una burocracia o institución, o la función productiva en el marco de la sociedad.

Actualmente existes tres tipos de clases sociales:

- Clase alta: Sus individuos cuentan con alto nivel adquisitivo y generalmente mayor nivel formativo y educacional. Ocupan puestos de responsabilidad en la burocracia y cuentan con propiedad de medios de producción, por lo que pueden emplear a otros individuos.
- Clase baja: Se caracteriza por individuos con escasas posibilidades de contar con vivienda en propiedad o medios de producción. Además, su nivel de renta es bajo, por lo que su poder adquisitivo no les facilita su entrada en la burocracia del país ni a una formación educacional y profesional de alto nivel.
- Clase media: Es el estrato más amplio en las sociedades. Sus integrantes a menudo cuentan con niveles promedio en cuanto al aspecto educativo y tienen una capacidad económica intermedia, que les permite la subsistencia y la propiedad en muchos casos de vivienda y un nivel de vida basado en el bienestar. (Sánchez Galán, 2019)

Básicamente circunscritos a tipología de hogares y recursos que unos y otros estudiantes disponen para aceptar y seguir una enseñanza virtual a distancia, cuando el profesorado tiene también disponibilidad de hacerla efectiva. Partimos de que la composición familiar, los niveles educativos de sus padres (o madre, o padre), sus rentas, el número de hijos en el hogar, la propia tipología de las familias, etc., afectarán negativamente a todo el alumnado, más aún al grupo de alumnos de hogares desfavorecidos y al escolarizado en centros públicos. La casuística es tal que no es sencillo determinar cómo, dónde y a quién afecta más este cierre escolar y este cambio de enseñanza presencial a enseñanza virtual. Sin embargo, creemos poder mostrar que si bien todo el

alumnado, y sus familias, está afectado negativamente por el cierre de los centros educativos, casi un millón o más (depende de la fuente) lo está aún más por sus condiciones personales y familiares (Cabrera, 2020, p.116).

Según los datos proporcionados por INE (2020, ECH) el 95,3% de la población española tiene conexión a internet en sus hogares, ya sea mediante banda ancha fija y/o móvil.

A pesar de esto muchas familias no tenían ordenador en su casa debido a su baja renta, padres y madres con un nivel educativo bajo que pudieran ayudar a sus hijos a realizar las tareas, las familias monoparentales tuvieron menos posibilidades y aquellas que no cuentan con una vivienda en condiciones ni con recursos económicos aceptables fueron afectadas negativamente en las clases online.

Sin embargo, hubo colegios que ayudaron a sus alumnos proporcionándoles Tablet para poder llevar a casa, aun con todo, en muchos casos no resultaba útil debido a que las familias no ayudaban a sus hijos por nivel cultural, falta de tiempo debido al teletrabajo, falta de internet, etc.

Dependiendo del tipo de colegio (público, concertado o privado) hicieron frente de distinta manera a la pandemia.

Los colegios públicos son aquellos que están financiados por el estado, están hechos para que todo el mundo pueda acceder a una educación y es gratuito.

Para solicitar plaza en uno de estos centros es necesario cumplir los criterios establecidos por la Administración (cercanía al domicilio o lugar de trabajo de alguno de los padres, nivel de renta, otros hermanos matriculados en

el centro, situación de familia numerosa o minusvalía de padres o hermanos), para sumar puntos. La escuela pública es laica, por lo que los padres pueden decidir si quieren que sus hijos tengan la asignatura de religión u otra alternativa. Son gestionados por el Ministerio de Educación y Cultura, ayuntamientos, diputaciones, comunidades autónomas... (Salabert, 2010, p.1)

Los colegios concertados son aquellos centros que reciben una parte de subvención del estado y otra parte de las cuotas de las propias familias del alumnado.

Estos centros son privados, pero tienen una serie de acuerdos con la Administración en virtud de los cuales gran parte de sus costes están subvencionados con dinero público. Normalmente el acuerdo afecta a la mayoría de las aulas del centro, y deben respetar ciertas normas establecidas por el Ministerio de Educación y cultura, como los criterios de admisión de los alumnos, un número máximo de estudiantes en cada aula, trámites de matriculación...) (Salabert, 2010, p.1).

Los colegios privados son aquellos que se sustentan exclusivamente por las cuotas de las familias del alumnado y ponen sus propios requisitos, aunque deben cumplir la ley educativa actual.

Los gastos están totalmente financiados por los padres de los alumnos, y tienen distintas tarifas, tanto para la matrícula y las cuotas mensuales, como para el comedor y las diversas actividades optativas, pero su precio puede multiplicar por 10 el de un centro concertado, y por 25 el de un centro público. Como su nombre indica, su gestión es privada (por persona física o jurídica) (Salabert, 2010, p.1).

Los estudiantes más desfavorecidos económicamente sufren mucho más las consecuencias de la llamada “brecha educativa”. La brecha educativa es la diferencia que existe entre la educación que reciben aquellos jóvenes con menos recursos y con situaciones familiares complicadas, y aquellos que provienen de entornos más estables y más adinerados (Vives, 2020).

En un artículo reciente sobre el impacto emocional de la pandemia en docentes y alumnado García Arias (2021) comentó que; los docentes sufrieron mucho a nivel emocional y laboral durante el confinamiento. La mayoría de docentes tuvieron problemas porque los centros cerraron rápidamente sin previo aviso, por ello la falta de organización y la falta de recursos afectaron las clases online, muchos docentes no estaban capacitados para las nuevas tecnologías y programas nuevos, por ellos estaban en continua formación apresurada de cursos online donde les enseñaban a usar estas tecnologías. Los docentes tuvieron que adaptarse a muchas familias que no podían conectarse a la hora acordada por lo que tenían que ajustar horarios con estas. Otros, en cambio, no tenían material ni recursos suficientes en su familia como por ejemplo tener que compartir un ordenador para varios miembros de la familia, por todo esto los profesores hacían su labor continuamente con escasos descansos. Para los docentes que formaban parte de los equipos directivos y de la dirección del centro escolar la burocracia aumentó por parte de las administraciones públicas que hacía el proceso más lento todavía. Todo esto supuso una carga emocional no sólo para los alumnos sino también para los docentes.

Con la pandemia se han visto afectados docentes y alumnos a nivel psicológico y físico, esto ha llevado a realizar muchos estudios a diferentes personas en todo el mundo.

En un estudio publicado en la Revista *ACADEMO* (Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades, 2021) durante la pandemia a docentes de diferentes edades, la incertidumbre es lo que más predomina, la frustración también aumentó y por tanto la preocupación. Emocionalmente predominó la tristeza, el miedo y la desilusión. El 50% de los docentes presentaban síntomas depresivos y de ansiedad, la mayoría de estos tenían problemas para dormir.

Respecto a los dolores físicos de los docentes prevalecieron el dolor de cabeza y el dolor del tronco superior. Todo esto llevó a una situación de estrés y ansiedad que hoy en día perduran en el tiempo.

En el mismo estudio realizado en España a 400 docentes se comprobó que más de la mitad tenían problemas de ansiedad, la mayoría presentaban cuadros de nerviosismo y tensión.

La salud mental y física se han visto alteradas también en los niños y alumnos. Durante la pandemia no hubo el ejercicio físico que se realizaba en los colegios, las dietas eran menos equilibradas y al no ir al colegio día a día los alumnos perdieron hábitos y rutinas. Por todo esto ha llevado a problemas psicológicos de ansiedad, estrés, obesidad, irritabilidad y nerviosismo en el alumnado (García Arias, 2021).

Debido a este confinamiento los niños no han podido socializarse con sus iguales ni hacer ningún tipo de actividad que hacían antes cuando estaban en el colegio como correr, jugar, saltar, pasear al aire libre, hablar, etc. Esto han podido traer consecuencias emocionales graves en los niños.

El hecho de no entender muy bien que está pasando, como no ir al colegio, no estar con sus amigos y profesores, sin salir de casa y además en algunos casos ver como padres y abuelos enferman o no van a trabajar, todo ello les produce ansiedad y estrés y no pueden identificar y gestionar las emociones (Díaz, L. 2020).

También se ven muy afectados los alumnos con necesidades educativas especiales con el confinamiento y la pandemia ya que no pueden llevar a cabo sus rutinas diarias. Son personas muy dependientes de su familia y algunas de ellas preferirían que estuviesen en la escuela con otros niños porque se estimularían más. Los niños con parálisis cerebral se encuentran más nerviosos e intranquilos y sus familias quieren que los profesionales dediquen tiempo a sus hijos con esta discapacidad (Rodríguez del Rincón, 2020).

La vuelta de la pandemia en septiembre 2020 no fue fácil para nadie, en los colegios tuvieron que tomar medidas para evitar el máximo riesgo de contagio por COVID. Es por ello que cada colegio tomó medidas globales, adaptándolas según las instalaciones, las aulas, los niños por clase, las entradas y salidas del colegio, etc.

Como medidas globales que todos los colegios tomaron, los niños de E. Infantil tenían su propia entrada, cada clase se ponían en su fila y el horario de entrada y salida era escalonado. Nada más entrar se lavaban las manos, almorzaban en clase y en la hora del recreo cada clase tenía su “parcela” de recreo marcada para que los niños no salieran

ni socializaran con los de otras clases para no contagiarse ni propagarlo, cada clase tenía su zona. Estaban en continuo lavado de manos cada hora, así como desinfección de zapatos al entrar y salir. En el caso de los alumnos de Educación Infantil las mascarillas no eran obligatorias.

En Educación Primaria ocurría parecido, entraban por distintas zonas del colegio, escalonado en horario y se lavaban las manos cada 50 minutos, almorzaban en clase, había separación de mesas y en el recreo cada clase tenía su zona. Las mesas y sillas de cada clase se desinfectaban cuando salían al recreo, también ocurría esto en los baños. Cada niño traía su material, no se podía compartir, lo mismo pasaba en las celebraciones, no se podía compartir comida. Los niños de Educación Primaria sí que tenían obligación de llevar mascarilla.

Para hacer frente a esta pandemia, rápidamente los científicos, virólogos, médicos especializados se pusieron a investigar sobre este virus para tener una vacuna lo más rápidamente posible y poder administrarla a la población para que los efectos y consecuencias de este virus fuera mínimas ya que al no saber nada de él las personas se estaban muriendo. Las vacunas empezaron a administrarse a principios del año 2021 a mayores y personas de riesgo, sanitarios y personas de residencias, después gradualmente al resto de la población excepto los niños de 0 a 12 años que comenzaron a vacunarlos a finales del 2021. Los niños de 0 a 5 años la mayoría siguen sin estar vacunados.

Según la Asociación Española de Pediatría (2022), la vacuna en niños de 5 a 11 años empezó a mediados de diciembre del 2021, 10 semanas después el 57,1% de los 3,25 millones de niños de este grupo les han administrado la primera dosis.

En definitiva, ha habido cambios en los hogares debido a la situación de pandemia que se ha dado inesperadamente y sin estar preparados tanto física como, sobre todo, mentalmente por eso se han dado una serie de consecuencias o cambios en las familias, por ejemplo sin la rutina de todos los días, pérdidas de trabajo, pérdidas familiares o de seres queridos (normalmente ya es una situación dura, con el confinamiento mucho peor porque las familias no han podido despedirse ni ver por última vez a esas personas fallecidas, no darle el último adiós y pasar el duelo confinados en casa). Esto ha provocado una inseguridad en las personas creándole estrés, ansiedad que no pudieron ser tratados por médicos debido a que los centros de salud y hospitales estaban colapsados por Covid-19 y al no poder ir a consultas presenciales, esto ha desencadenado consecuencias graves para la salud mental que si no son tratadas pueden perdurar en el tiempo.

Debido a todos estos acontecimientos pasados destaco la importancia de la inteligencia emocional, centrándome en la gestión de las emociones en alumnos de Educación Infantil.

La inteligencia y la educación emocional son términos muy amplios, por ello vamos a ver sus definiciones bajo la perspectiva de distintos autores especialistas en psicología, emociones, neuropsicología, doctores, etc.

La inteligencia emocional según Salovey y Mayer (1997) es:

La capacidad para razonar sobre las emociones y hacer uso de ellas para mejorar el pensamiento. Esto incluye las habilidades para percibir emociones con precisión, para acceder y generar emociones como ayuda al pensamiento, para

comprender las emociones y el conocimiento emocional, y para regular reflexivamente las emociones de modo que promuevan un desarrollo emocional e intelectual. (p. 36)

Para Domínguez (2004), Goleman, autor de diferentes libros sobre inteligencia emocional, habla en ellos sobre distintas habilidades (tener conciencia de sí mismo, de las propias emociones y su expresión, autorregulación, control de impulsos y ansiedad, diferenciación de las gratificaciones, regulación de los propios estados de ánimo, motivación y perseverancia a pesar de las frustraciones, empatía y confianza en los demás y las habilidades sociales. Además, distingue entre habilidades fuertes y débiles, las fuertes referidas a capacidades analíticas y formación técnica y débiles referidas a las habilidades emocionales y sociales. (p.50)

Las emociones tienen tanto poder que hay que saber dominarlas sobre todo aquellas que nos puedan llegar a perturbar. Estas emociones hay que asimilarlas y a su vez saber gestionar aquellas que sean negativas y nos puedan llevar al fracaso.

Cuanto más nos conozcamos a nosotros mismos y más controlemos nuestras emociones podremos llevar una vida buena y teniendo una salud favorable para nuestra vida personal y social.

Cuando hablamos de inteligencia emocional nos referimos a lo que sentimos y a lo que hacemos; lo que sentimos en nosotros mismos es la autoconciencia y lo que sentimos en los demás es la empatía. Lo que hacemos con nosotros mismos es autocontrol y lo que hacemos en los demás es tener habilidades sociales.

Según el autor Rafael Bisquerra, la educación emocional reacciona a una serie de necesidades sociales como puede ser la ansiedad, violencia, depresión, comportamientos graves. Con la gestión de emociones y su regulación a través de una formación estas necesidades sociales se verían mermadas. Tenemos que darnos cuenta de lo importante y efectiva que es una educación emocional, entre el profesorado y la familia este desarrollo emocional, una mejora de este y de la autoestima, siendo realistas y sobre todo teniendo una actitud positiva siempre.

De acuerdo con López (2005) el psicólogo estadounidense Howard Gardner destaca por su teoría de las inteligencias múltiples, entre las que acentúan la inteligencia intrapersonal e interpersonal. La primera habla sobre el conocimiento que se tiene de uno mismo, identificar los sentimientos junto con las emociones y poder llegar a expresarlas gestionándolas y asumiendo cuales son nuestros límites. La segunda, la interpersonal, se forma para poder relacionarte con los demás de una manera sana teniendo empatía y diferenciar entre personas. (p.156)

Para Gómez (2017) hay que educar íntegramente a los individuos empando por sus primeros años de vida (infancia) y hacer especial hincapié en la educación emocional, ya que esta educación les prepara para que se sepan guiar con lo bueno y lo malo y que puedan llegar a resolverlo. Todo este aprendizaje se lleva a cabo por la familia, colegio, profesores y todos aquellos que interactúen y estén presentes en el desarrollo del niño/a. (p.183)

3. CONTEXTUALIZACIÓN

3.1. Necesidades detectadas en el aula

Esta propuesta está dirigida hacia los alumnos que tengan necesidades emocionales, comportamientos poco usuales debido a la pandemia, estos alumnos están en un proceso de aprendizaje de las emociones. En el aula nos podemos encontrar con situaciones difíciles y complejas debido a que estos alumnos no saben gestionar y/o afrontar estas emociones, es por ello que las necesidades emocionales que más nos podemos encontrar en el aula son rabietas, tristeza, enfado, ira, discusiones entre compañeros, comportamientos egoístas y comportamientos poco usuales como el miedo.

3.2. Características del Centro y del entorno

El centro escolar se encuentra en un barrio rural cerca de Zaragoza. Es un colegio público y pequeño de Educación Infantil y Educación Primaria que cuentan con unos 200 alumnos, es un colegio familiar y humilde, donde profesorado y padres de los alumnos se conocen entre ellos. En Educación Infantil hay un total de 4 aulas, una de ellas incluye a los niños de 2 años. El colegio cuenta con las aulas de Educación Primaria, dos recreos, un aula de música, una sala de psicomotricidad, una biblioteca, sala de ordenadores, cocina y comedor y este centro cuenta con ascensor.

El horario lectivo del centro en la etapa infantil y primaria es de jornada continua de 9:00h a 14:00h. La etapa de educación infantil cuenta con dos recreos entre las 11:00h hasta las 11:30h, y de 13:00h a 13:15h. El centro también cuenta con servicios de acogida temprana para la etapa de infantil y primaria desde las 7:00h, servicio de comedor a las 14:00h y actividades extraescolares.

En relación con el nivel económico de las familias son de un nivel medio, son familias humildes y trabajadoras en las que la mayoría trabajan los dos padres y tienen uno o dos hijos. También hay alguna familia monoparental, padres divorciados y familias del mismo sexo.

En este colegio se cubren las necesidades de los alumnos ACNEES y ANCES e intentan favorecer todas sus capacidades.

El lugar donde se puede hacer esta propuesta de intervención es el aula que corresponde a los alumnos de 2º de Educación Infantil (4 años). Esta clase se dividirá en diferentes rincones que tratarán de temas como biblioteca, juegos como cocinitas, puzles, construcción, muñecos, etc. Rincón de la calma que cuenta con un tipi con libros y cojines, rincón de disfraces o juego de rol que cuenta con un espejo.

También un rincón de asamblea donde todas las mañanas acudirán y utilizarán este rincón para hacer algunas actividades.

4. DISEÑO DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Esta Propuesta de Intervención está pensada para paliar las secuelas emocionales del Covid-19 en alumnos de Educación Infantil de 4 años. Después de pasar la pandemia a muchos niños les ha afectado emocionalmente y se ha visto reflejado durante su aprendizaje durante las clases, es por ello el diseño de esta propuesta para una buena adaptación del alumnado desde el comienzo del curso.

Debido al confinamiento que han vivido es importante el periodo de adaptación en la escuela para una iniciación buena, que vayan preparándose emocionalmente y aceptando el colegio. Después de esta crisis sanitario y social los niños la han pasado

con su familia (con sus padres en su casa) y esto conlleva un cambio que pueden sentirse inseguros y desprotegidos, por eso la entrada paulatina y moderada les ayudará en este proceso nuevo. Desde el inicio del curso se realizarán actividades para que se sientan más seguros y autónomos y con especial hincapié trabajando las emociones.

También atenderemos a los niños más sensibles o que hayan vivido situaciones más complicadas en la pandemia.

4.1. Objetivos y competencias básicas

Objetivos generales:

- a) Desarrollar sus capacidades emocionales y afectivas.

Objetivos específicos:

- a. Identificar las emociones y sentimientos propios y ajenos (la alegría/felicidad, tristeza, enfado/ira, sorpresa, miedo...).
- b. Inculcar la importancia de la empatía.
- c. Controlar dichas emociones o sentimientos que puedan dañar a las otras personas y así mismo.
- d. Saber explicar las emociones y aumentar su autoestima para contar lo vivido.
- e. Conocer y respetar a los compañeros con los que conviven y juegan.
- f. Crear vínculos afectivos con los compañeros y el docente.

Competencias básicas:

- Competencia lingüística: el empleo del lenguaje para la comunicación oral y escrita, lograr conocer las emociones propias, así como las de los demás y expresarlas para interactuar en los diferentes ámbitos.
- Competencia social y ciudadana: referido al conocimiento de emociones para preparar a los alumnos a una convivencia social y respetuosa.
- Competencia aprender a aprender: tener una serie de destrezas para que ellos mismos se organicen y creen su propio aprendizaje en todos los ámbitos, pero sobre todo en el de las emociones.
- Competencia autonomía e iniciativa personal: desarrollo de la autoestima y la capacidad de gestión de las emociones y autocontrol.

4.2. Destinatarios

Esta propuesta va dirigida a toda la clase del segundo curso de Educación Infantil. Aula de 17 niños de 4 años. Especialmente a aquellos que han tenido más problemas durante la pandemia como aquellos que no han tenido suficiente atención por parte de los padres a causa del trabajo, aquellos niños que no han podido salir por vivir en un piso sin jardín o terraza, aquellos que no hayan tenido ningún recurso en su casa, etc. Aún con todo creo que esta propuesta va a ser de gran ayuda a todos los alumnos ya que las emociones son importantes y las vamos a tener presentes siempre, aunque se les prestará más atención a aquellos que emocionalmente hayan tenido más dificultades.

4.3. Contenidos

Conocimiento de sí mismo y autonomía personal.

- Utilización de los sentidos: sensaciones y percepciones.

- Identificación y expresión de sentimientos, emociones, vivencias, preferencias e intereses propios y de los demás. Control progresivo de los propios sentimientos y emociones.
- Aceptación y valoración ajustada y positiva de sí mismo, de las posibilidades y limitaciones propias.
- Valoración positiva y respeto por las diferencias, aceptación de la identidad y características de los demás, evitando actitudes discriminatorias.
- Control postural: el cuerpo y el movimiento. Progresivo control del tono, equilibrio y respiración. Satisfacción por el creciente dominio corporal.
- Comprensión y aceptación de reglas para jugar, participación en su regulación y valoración de su necesidad y del papel del juego como medio de disfrute y de relación con los demás.
- Habilidades para la interacción y colaboración y actitud positiva para establecer relaciones de afecto con las personas adultas y con los iguales.
- Acciones y situación que favorecer la salud y generan bienestar propio y de los demás.

Conocimiento del entorno.

- Los objetos y materias presentes en el medio, sus funciones y usos cotidianos. Interés por su exploración y actitud de respeto y cuidado hacia objetos propios y ajenos.
- La familia y la escuela como primeros grupos sociales de pertenencia. Toma de conciencia de la necesidad de su existencia y

funcionamiento mediante ejemplos del papel que desempeñan en su vida cotidiana. Valoración de las relaciones afectivas que en ellos se establecen.

Lenguajes: comunicación y representación.

- Utilización y valoración progresiva de la lengua oral para evocar y relatar hechos, para explorar conocimientos, para expresar y comunicar ideas y sentimientos y como ayuda para regular la propia conducta y la de los demás.
- Utilización adecuada de las normas que rigen el intercambio lingüístico respetando el turno de palabra, escuchando con atención y respeto.
- Acercamiento a la lengua escrita como medio de comunicación, información y disfrute. Interés por explorar algunos de sus elementos.
- Interés y atención en la escucha de narraciones, explicaciones, instrucciones o descripciones, leídas por otras personas.
- Interés por compartir interpretaciones, sensaciones y emociones provocadas por las producciones literarias.
- Expresión y comunicación de hechos, sentimientos y emociones, vivencias o fantasías a través del dibujo y de producciones plásticas realizadas con distintos materiales y técnicas.
- Audición atenta de obras musicales presentes en el entorno.
Participación activa y disfrute en la interpretación de canciones, juegos musicales y danzas.
- Descubrimiento y experimentación de gestos y movimientos como recursos corporales para la expresión y la comunicación.

- Participación en actividades de dramatización, danzas, juegos simbólicos y otros juegos de expresión corporal.

4.4. Metodología

En este caso, la propuesta de intervención se va a dividir en cuatro bloques de actividades. La primera sección es conocer las emociones que la componen de 3 actividades, la segunda sección es expresar mejor las emociones, también la componen 3 actividades. La tercera es mejorar la sociabilidad y reconocer las emociones de los demás y se compone de 2 actividades y por último la cuarta sección que tiene 2 actividades.

La duración de las actividades es de 20 a 40 minutos de media, pero siempre se pueden adaptar según convenga y según imprevistos del momento. Estas actividades se realizarán en septiembre y octubre.

Hay rincones en clase donde pueden trabajar y hacer actividades y juegos variados adquiriendo buen desarrollo emocional y habilidades tanto de manera individual como grupalmente. Hay rincones de biblioteca, construcción, muñecos, cocinitas, de calma y de asamblea.

Es una metodología participativa, los niños crean sus propias experiencias y vivencias, es de carácter globalizador (Decroly). Siempre para los niños y por los niños, con libertad de expresión, autonomía propia y sobretodo que se sientan libres emocionalmente puesto que las emociones hay que trabajarlas a lo largo de la vida, siendo fundamentales para las personas y muy importantes en el ámbito afectivo-emocional siempre.

Se utilizarán estas estrategias metodológicas:

Debates para que los alumnos se expresen como ellos quieran, preguntas para saber su conocimiento previo, utilización de diferentes recursos y materiales, práctica de juegos lúdicos, repaso y refuerzo del contenido, experimentar, probar y sentir los distintos materiales y recursos del aula, trabajo cooperativo, promover la lecto-escritura y motivar a los alumnos para ser los propios protagonistas de su aprendizaje.

4.5. Temporalización

Esta propuesta se llevará a cabo en el primer trimestre. Al ser actividades para paliar las consecuencias emocionales del COVID, se prevé que los alumnos muestren estas consecuencias al inicio del curso escolar es por ello que se realizaran en el mes de septiembre y principios de octubre, en total serán 4 semanas. Esto nos permitirá ver los avances y mejoras de los alumnos. También se trabajarán a principio de curso para que desarrollen su inteligencia emocional y que durante el resto del curso los alumnos sepan expresarse y reconocer sus emociones más fácilmente. Estas actividades son adaptables para cualquier momento que se necesite.

Las actividades que se van a realizar están divididas en 4 bloques. La primera semana de septiembre se trabajará el primer bloque con 3 actividades para conocer las emociones:

- Lunes: Reconocemos las emociones.
- Miércoles: Bailamos y dibujamos las emociones.
- Viernes: Dibujamos nuestras vivencias.

En la segunda semana se realizarán el segundo bloque de actividades para expresar mejor las emociones, que también cuenta con 3 actividades:

- Lunes: Aprendemos a gestionar emociones negativas en el rincón de la calma.
- Miércoles: Controlamos nuestras emociones con la respiración.
- Viernes: El semáforo de las emociones.

La tercera semana se trabajarán las 2 actividades del tercer bloque de actividades para mejorar la sociabilidad y reconocer las emociones de los demás.

- Martes: Halagamos a los demás.
- Jueves: Ayudando a mis compañeros me siento mejor.

Y, por último, en la cuarta semana se harán las 2 últimas actividades dinámicas de consolidación del último bloque.

- Martes: Mural de fotomatón.
- Jueves: Hacemos nuestro propio juego de mesa.

La temporalización de las actividades se puede ver más clara en el Anexo 1.

4.6. Actividades

Actividades para conocer las emociones.

Actividad 1: Reconocemos las emociones.

Objetivo: Familiarizar a los alumnos con las emociones.

Temporalización: 30 minutos

Material: Cuento “*El monstruo de colores*”.

Desarrollo: Esta actividad se realizará nada más llegar a clase por la mañana, se reunirá todo el grupo con la profesora en asamblea. La profesora preguntará a los niños sobre las emociones: ¿Conocéis las emociones?, ¿Qué son las emociones?, ¿Estáis alegres o tristes?, ¿Os habéis enfadado en algún momento?, ¿Cómo habéis estado en casa?, ¿Os habéis enfadado?, etc. Seguidamente la profesora leerá el cuento “*El monstruo de colores*”, después de su lectura los alumnos tendrán que identificar el estado de ánimo en el que se encuentran con unas láminas con las caras del monstruo expresando diferentes emociones (alegría, tristeza, enfado/rabia, sorpresa, miedo, calma). Uno a uno saldrán a realizar la actividad y contarnos como se sienten.

Actividad 2: Bailamos y dibujamos las emociones.

Objetivos:

- Descubrir las emociones mediante la música.
- Expresar y dramatizar las diferentes emociones.

Temporalización: 30 minutos.

Material: Diferentes canciones a elegir por la profesora, papel y pinturas.

Desarrollo: La música y las emociones van muy ligadas, es por ello que en esta actividad se trabajaran bailando las emociones. La profesora retirará las mesas para que los alumnos tengan espacio en clase para moverse. La docente dirá una emoción y todos los niños deberán expresar esa emoción al ritmo de la música. Se pondrán diferentes canciones para que se trabajen todas las emociones. Después los alumnos se sentarán y

harán lo mismo, pero pintando con pinturas en un folio en blanco, dependiendo de la música alegre, triste, calmada, etc. pintarán con unos colores u otros y de unas formas u otras.

Actividad 3: Dibujamos nuestras vivencias.

Objetivos:

- Reconocer situaciones que produzcan una emoción en la vida cotidiana.
- Desarrollo de la lectoescritura.

Temporalización: 40 minutos.

Material: Ficha, lápices de colores, lápiz, pizarra y tizas.

Desarrollo: En esta actividad la profesora repartirá una ficha a todos los alumnos, en ella los alumnos tendrán que pintar todas las caras y rodear con la que se sienta identificado, seguidamente por detrás tendrán que dibujar y pintar una situación de su vida cotidiana que les produzca esa emoción y escribir la palabra de dicha emoción, si fuera necesario con la ayuda de la profesora. Aunque previamente habrá escrito en la pizarra todas las emociones para que los alumnos puedan fijarse e intentar escribirlas solos. Cuando terminen podrán enseñarla y contar las emociones que han dibujado y porque se sienten así en esa situación.

Por ejemplo: Sí a un niño le produce miedo una serpiente, tendrá que dibujarla y colorearla.

Actividades para expresar mejor las emociones.

Actividad 4: Controlamos emociones negativas con el rincón de la calma.

Objetivos:

- Favorecer la expresión de los sentimientos y emociones
- Saber gestionar las emociones negativas.

Temporalización: 40 minutos.

Material: Globos de colores y harina.

Desarrollo: Esta sesión favorecerá la gestión de las emociones negativas e intentando ponerles solución.

La profesora reunirá a los alumnos en la asamblea y les contará esta historia. La historia trata de un niño o niña que siempre quitaba el balón a sus compañeros cuando estaban jugando. Hasta que un día los compañeros no le dieron el balón y se quedó sólo sin jugar. Entonces el niño se puso triste y avergonzado y sus compañeros se enfadaron.

Una vez explicada la historia la profesora propone una serie de preguntas a los alumnos que responderán.

- ¿Qué ocurre con el niño?
- ¿Por qué ocurre esto? ¿El niño cumple las normas y respeta a sus compañeros?
- ¿Por qué lo hace?
- ¿Cómo se siente ese niño?
- ¿Cómo se sienten los demás compañeros?
- ¿Qué tiene que hacer el niño para volver a jugar?

- ¿Qué haríais vosotros?

En esta actividad nos centramos en las emociones negativas es por ello que después de estas preguntas vamos a tratar de centrarnos en las emociones de enfado o rabia. La profesora pedirá a los alumnos que cuenten alguna situación que les haya producido enfado y que han hecho cuando se han enfadado. Los alumnos contarán sus experiencias y seguidamente la profesora les indicará las pautas a seguir cada vez que alguien se enfade o discuta con algún compañero. La profesora sacará una bola de harina como modelo y dejará que los alumnos la toquen, a continuación, los alumnos irán a sus mesas y por grupos la profesora les ayudará a hacer una bola por grupo. Para ello los alumnos elegirán dos globos por grupo y la profesora les ayudará a meter la harina y cerrar los globos, finalmente las bolas las dejarán en el tipi. La profesora explicará que cuando un niño se enfade no tiene que gritar, ni faltar al respeto, ni pegar a sus compañeros, tendrá que acudir, si quiere, al Rincón del tipi de clase y calmarse utilizando las bolas de harina hechas previamente en clase para que una vez este calmo pueda resolver el problema tranquilamente.

Actividad 5: Controlamos nuestras emociones con la respiración.

Objetivos:

- Saber relajarse en una situación complicada.
- Controlar la respiración para controlar la emoción.

Temporalización: 25 minutos.

Material: Música, ordenador y globos.

Desarrollo:

En esta sesión la profesora explicará la importancia de relajarnos en situaciones difíciles o complicadas como puede ser un enfado, una discusión con un compañero, algo que les haya sentado mal. Para ello la profesora explicará como inhalar y exhalar el aire para relajarnos y hará una demostración con un globo, hinchándolo y desinflándolo. Así es como tienen que hacer los alumnos para relajarse en una situación que no les guste. Esto hará que reconozcan sus emociones y sepan controlarlas. La música relajante es opcional.

Actividad 6: El semáforo de las emociones.

Objetivos:

- Demostrar control de sus emociones a través de juegos.
- Jugar con los compañeros mostrando respeto.

Temporalización: 30 minutos.

Material: Pañuelo, ordenador portátil, altavoz, sillas, panel del semáforo de emociones.

Desarrollo: Esta actividad consiste en jugar a 3 juegos diferentes; el juego del pañuelo, el juego de las sillas y el pilla-pilla. Primero, la profesora explicará a los alumnos las normas del juego y habrá un elemento extra, un semáforo de emociones que estará para valorar sus emociones. Ella explicará los tres colores del semáforo, el rojo significa que no controla las emociones, el amarillo significa que avisa al alumno para

que busque una solución y el verde simboliza que controla bien sus emociones y respeta las normas y los compañeros.

Con estos juegos los niños jugarán abiertamente y la profesora les estará observando para poder utilizar el semáforo de las emociones con cada uno de ellos y saber si controlan sus emociones o no.

Finalmente, al acabar los juegos los alumnos acudirán al color del semáforo que creen que se corresponde con su control de las emociones.

Actividades para mejorar la sociabilidad y reconocer las emociones de los demás.

Actividad 7: Halagamos a los demás.

Objetivos:

- Saber decir cumplidos a los demás.
- Reconocer las cosas buenas de los compañeros.

Temporalización: 25 minutos.

Material: No es necesario ningún recurso material.

Desarrollo: Los alumnos y la profesora sentados en asamblea tendrán que decir adjetivos buenos y positivos sobre la persona de su izquierda, de este modo todos los alumnos recibirán cumplidos positivos de sus compañeros y a su vez aprenderán a decir las cosas buenas de los demás viendo las consecuencias que esto conlleva. La profesora explicará que es muy importante decir las cosas positivas de los demás porque hacen sentir bien a la otra persona.

Actividad 8: Ayudando a mis compañeros me siento mejor.

Objetivos:

- Ayudar a los compañeros en el juego.
- Demostrar compañerismo.

Temporalización: 25 minutos.

Material: Sacos o bolsas de arena o arroz, ordenador y altavoz.

Desarrollo: Los alumnos y la profesora se trasladarán a la sala de psicomotricidad o recreo. En esta actividad los alumnos tendrán que ponerse un saco pequeño de arroz o arena en la cabeza y mantenerlo sin tocarlo con las manos, cuando la profesora ponga la música tendrán que andar cada vez más rápido. Si se cae un saco de un alumno el compañero que tenga más cerca deberá ponérselo en la cabeza para que pueda seguir jugando. Con esta actividad fomentaremos el compañerismo y la importancia de ayudar a los demás para que puedan, en este caso, jugar y estar contentos y divirtiéndose. Después de estar un rato jugando la profesora hará preguntas: “¿Por qué ayudabais a vuestros compañeros?”, “¿Qué pasaría si no les hubierais ayudado?”, “¿Alguien no ha sentido apoyo de sus compañeros?”. Entre todos comentaran como ha resultado el juego y la profesora explicara la importancia de ayudar.

Actividades dinámicas de consolidación.

Actividad 9: Mural del fotomatón.

Objetivos:

- Saber expresar las emociones con la cara y el cuerpo.
- Saber trabajar en grupo.

Temporalización: 30 minutos.

Material: Panel de mural, fotos, folios, pinturas, pegamento.

Desarrollo: En asamblea, los alumnos tendrán que expresar con la cara y el cuerpo las emociones que la profesora diga, si ella dice tristeza, los alumnos tienen que poner cara triste, así sucesivamente. Después la profesora hará grupos de 3 alumnos, haciendo de esta manera 6 grupos. Cada grupo tendrá que poner cara de una emoción diferente (alegría/felicidad, tristeza, enfado/rabia, sorpresa, miedo y calma), la tutora le hará fotos a cada niño expresando con la cara la emoción que le haya tocado e imprimirá una foto de cada alumno.

Mientras la profesora imprime las fotos, cada grupo tendrá que pintar una ficha de la emoción que les ha tocado. Finalmente, las fotos de los alumnos se pegarán debajo de la ficha de cada emoción que han hecho los grupos. Se pondrá en común el mural y se comentará en clase.

Actividad 10: Hacemos nuestro propio juego de mesa.

Objetivos:

- Fomentar el compañerismo de clase.
- Trabajar las emociones en grupo.

Temporalización: 30 minutos.

Material: Cámara de fotos, impresora, cartulinas, máquina de plastificar.

Desarrollo: Con las fotos realizadas en la actividad anterior, la profesora imprimirá dos fotos repetidas de cada niño para hacer parejas de emociones. También las plastificará. De esta manera nos quedaran 36 cartas de las 6 emociones trabajadas.

La profesora propondrá un juego y explicará las normas del mismo; las piezas estarán boca abajo y mezcladas, cada niño levantará dos cartas, si son iguales (coincide persona y emoción) se las quedará y sino tiene que volver a darle la vuelta para el siguiente niño pueda seguir jugando. Finalmente ganará quien más parejas tenga.

4.7. Evaluación

La evaluación nos proporciona una serie de información muy importante dentro del proceso del aprendizaje de los alumnos puesto que podemos ver cuándo y cómo se han alcanzado los objetivos y a su vez las dificultades que ha habido durante ese enseñanza-aprendizaje y poder solucionarlo.

Para hacer una evaluación en Educación Infantil el proceso de enseñanza-aprendizaje será importante y nos fijaremos no sólo en el resultado sino también en el proceso llevado a cabo.

Para empezar a evaluar veremos cómo actúan y se comportan los niños en clase, cómo se manejan en grupo y a nivel individual para que nos sirva a nosotros de guía. Para ello utilizaremos la observación directa, como ayuda lo mejor sería utilizar el registro anecdótico. En este registro se anotará todo aquello que nos parezca importante de todos los alumnos, como dificultades que pueda tener, bloqueos, problemas en

ciertas emociones, actitudes que no sean muy propias, comportamientos con otros compañeros, también las mejoras y la evolución a mejor, etc. Para que finalmente podamos estudiar todas las dificultades y comportamientos del alumnado para sacar nuestras propias conclusiones y poder llevar a cabo una propuesta para solucionarlo. Además, este registro también nos ayuda a anotar y guardar detalles que podríamos olvidarnos o pasar por alto.

También utilizaremos una tabla de evaluación (ver en el Anexo 2), se usará para evaluar los objetivos propuestos de esta intervención a través de los ítems. En esta tabla se valorará y evaluará criterios como, por ejemplo: si participa activamente en las actividades de clase, respeta a los compañeros, si expresa y reconoce lo que siente, etc.

Se evaluará de manera continua, teniendo tres evaluaciones la inicial, la formativa y la final. En la evaluación inicial trataremos de ver cuáles son los conocimientos y comportamientos que tiene el niño, como dice la propia palabra, al inicio de la propuesta. Una vez que tengamos esos conocimientos organizaremos nuestro trabajo. En la evaluación formativa en esta parte veremos diariamente el trabajo que realiza el niño y le haremos un seguimiento, en este caso con el registro anecdótico. Por último, en la evaluación final veremos si se han cumplido los objetivos propuesto con la tabla que he nombrado antes.

En caso de que los objetivos no se cumplan, tendremos que hacer cambios en nuestra propuesta, es por ello que también es muy importante evaluar nuestra propuesta de intervención al finalizar las actividades con criterios o preguntas como estas: “¿Las actividades son adecuadas para el momento evolutivo en el que se encuentran los alumnos?”, “¿Las actividades son dinámicas y motivadoras?”, “¿Los materiales y

recursos didácticos que utilizamos son adecuados?”, “¿Las actividades permiten al alumno mostrar sus emociones según sus vivencias?”, “¿Estas actividades han conseguido paliar dificultades emocionales encontradas en los niños?” “¿Permiten el desarrollo de la inteligencia emocional?”. En este caso podemos usar una tabla de escala del 1 al 5 siendo el 1, poco y el 5, mucho, a su vez tendremos una casilla al lado para anotar observaciones (ver tabla en el anexo 3).

4.8. Medidas de atención a la diversidad

Hay que tener en cuenta al alumnado con dificultades o trastornos, es por ello que hay que tomar una serie de medidas de atención a la diversidad. Dentro del aula no se hará ninguna diferencia por problemas físicos, psíquicos o sensoriales para una mayor integración.

Es importante detectar cuanto antes las necesidades educativas de los niños. Existen necesidades comunes, individuales e individuales especiales. Todo esto se tendrá en cuenta para hacer una escuela y en concreto un aula inclusiva para dar una atención al alumnado ya que todas estas necesidades no impiden para que tengan una educación con calidad.

En este caso, trabajando con niños de 4 años aplicaremos una metodología activa donde el niño es el protagonista del aprendizaje, se trabajará en equipo con un aprendizaje cooperativo, en el cual se realiza un trabajo a través del juego. El juego en este caso es el aprendizaje y se busca una motivación para el alumno, todo esto se realiza en un ambiente afectuoso y sensitivo. A su vez, también hay que dedicar una atención individualizada si así lo requiere.

El profesorado tiene que tener una formación psicopedagógica para así poder dar una mejor enseñanza con estos alumnos de necesidades especiales. Este profesorado tiene que trabajar de una forma coordinada con las familias de estos niños y con los profesionales.

Los maestros tienen que tener una formación y un aprendizaje constante ya que para ellos no resulta fácil trabajar con estos grupos cooperativos, pero se sabe que trabajando de esta manera los resultados son buenos.

De esta manera, fomentamos la inclusión en el aula y hacemos que todos los niños sean y se sientan iguales.

5. CONCLUSIONES

Con este trabajo se pretende trabajar las emociones para adquirir conocimientos que valgan para paliar las consecuencias del COVID-19 en niños de segundo ciclo de Educación Infantil.

La elección de esta propuesta es interesante puesto que es novedosa porque se hace post pandemia y nunca había pasado una situación parecida desde hace mucho tiempo por lo que pilló a todo el mundo por sorpresa sin saber muy bien qué hacer ni cómo reaccionar. También ha habido nuevos comportamientos en niños debido al confinamiento y encierro en casa durante dos meses, sin poder salir y luego retomar otra vez las clases, pero con una serie de nuevas medidas en la que todos hemos tenido que adaptarnos.

Todo esto contribuye a que los niños tengan una buena gestión de las emociones, puedan expresarse y reconocerlas con más fácilmente con la ayuda de un

adulto, puedan afrontar las dificultades, tener más seguridad en sí mismos y aceptarse tal y como son.

Es un tema que tiene gran importancia para todo el mundo, pero en particular para niños porque trabajando estos temas en edad temprana es mucho mejor para tener un desarrollo y una inteligencia emocional sana y buena.

Aunque esta propuesta no se ha llevado a cabo en el aula pienso que los objetivos sí que se pueden lograr, no obstante, toda la propuesta esta diseñada para ayudar a que los niños consigan un buen aprendizaje.

6. LIMITACIONES Y PROSPECTIVA

Una de las limitaciones que nos podemos encontrar en esta propuesta es la importancia de las emociones para cualquier tipo de persona y de cualquier edad, pero sobretodo con niños de 4 años ya que su inteligencia emocional está desarrollándose y aunque se trata cada vez un poco más, creo que no se le da la importancia que tiene. Debería darse una asignatura sobre las emociones y la gestión de las mismas para que las personas pudieran tener un futuro mejor psicológicamente ya que esto influye en todo.

Otra dificultad que nos podemos encontrar a la hora de llevar a cabo esta propuesta es que no se pudo realizar en el aula debido a la situación del COVID-19 ya que los niños tuvieron que quedarse en casa y en su regreso los alumnos no podían juntarse en el aula para que no tuvieran contacto entre ellos.

Propuesta de Intervención para paliar las consecuencias del COVID-19 en alumnos de Educación Infantil.

Por todo esto, estas actividades no se han podido realizar en una clase de manera real por ello esta propuesta es una guía o idea para que la puedan llevar a cabo en un futuro próximo si hubiera otro virus como el COVID-19.

Referencias bibliográficas

- American Academy Pediatrics. (21 de enero de 2022). Afecciones posteriores al Covid-19 en niños y adolescentes. *Healthy Children*. Recuperado de <https://www.healthychildren.org/spanish/health-issues/conditions/covid-19/paginas/post-covid-conditions-in-children-and-teens.aspx>
- Asociación Española de pediatría. (28 de febrero de 2022). *Evolución de la vacunación frente a la Covid de niños y adolescentes en España*. Asociación Española de pediatría. Recuperado de <https://vacunasaep.org/profesionales/noticias/evolucion-de-la-vacunacion-frente-la-covid-de-ninos-y-adolescentes-en-espana-45#:~:text=La%20vacunaci%C3%B3n%20de%20los%20ni%C3%B1os%20de%205%2D11%20a%C3%B1os%20comenz%C3%B3,ni%C3%B1os%20de%20este%20grupo%20etareo.>
- Bisquerra Alzina, R. (2012). Educación emocional. *Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers*, (337), 5-8. Recuperado de <https://revistas.comillas.edu/index.php/padresymaestros/article/view/272>
- Cabrera, L. (2020). Efectos del coronavirus en el sistema de enseñanza: aumenta la desigualdad de oportunidades educativas en España. *Revista de Sociología de la Educación-RASE*, 13(2), Especial COVID-19, 114-139. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.7203/RASE.13.2.17125>
- Díaz, L. (24 de abril de 2020). El confinamiento afecta a la salud mental de los niños. *La vanguardia*. Recuperado de <https://www.lavanguardia.com/ciencia/20200418/48571125827/confinamiento-afecta-salud-mental-ninos.html>

Domínguez, P. (2004). Inteligencia educativa para el desarrollo de la inteligencia emocional. *Faísca*, (11), 49-50. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2476406>

FAROS Sant Joan de Déu. (02 de diciembre de 2022). *Efectos del post-covid en niños y adolescentes*. Sant Joan de Déu. Recuperado de <https://faros.hsjdbcn.org/es/articulo/efectos-post-covid-ninos-adolescentes>

Fuentes Gómez, R. A., y Zúniga Valle, C. M. (2021). Impacto psicológico en los docentes de educación primaria a causa de la covid-19. *ACADEMO Revista De Investigación En Ciencias Sociales Y Humanidades*, 8(2), 129-139. Recuperado de <https://doi.org/10.30545/academo.2021.jul-dic>

García Arias, T. (2021). El impacto emocional de la pandemia en docentes y alumnado. *Revista del consejo escolar del estado*, 8(11), 91-102. Recuperado de <https://sede.educacion.gob.es/publiventa/el-impacto-emocional-de-la-pandemia-en-docentes-y-alumnado/ensenanza-politica-educativa/25182>

Giménez S., y Piera M. (2020). *Enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19)*. Fistera. Recuperado de <https://www.fistera.com/ayuda-en-consulta/informacion-para-pacientes/enfermedad-por-coronavirus-2019-covid-19/>

Gómez Cardona, L. (2017). Primera infancia y educación emocional. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 52, 174-184. Recuperado de <http://revistavirtual.ucn.edu.co/index.php/RevistaUCN/article/view/950/1397>

Hernández, R. (20 de enero de 2022). *Covid-19: la variante Ómicron y los niños*. Clínica San Felipe. Recuperado de <https://www.clinicasanfelipe.com/articulos/covid-19-la-variante-omicron-y-los-ninos>

- Instituto Nacional de Estadística, (2020). *Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares*. Recuperado de https://www.ine.es/prensa/tich_2020.pdf
- Leiva Reyes, Natalí. (2021). *¿Cuáles son los síntomas de la variante delta?* Clínica San Felipe. Recuperado de <https://www.clinicasanfelipe.com/articulos/cuales-son-los-sintomas-variante-delta>
- López Cassà, Èlia. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista interuniversitaria de Formación de Profesorado*, 19(3), 153-167. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2126770>
- Máxima Uriarte, J. (24 de diciembre de 2019). *Clases sociales*. Características. Recuperado de <https://www.caracteristicas.co/clases-sociales/>
- Mayer, John D. (2005). La inteligencia emocional. Una breve sinopsis. *Revista de Psicología y Educación*, 19(1), 35-46. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3021284>
- Navarro Gómez, M. Rodrigo Gonzalo de Liria, C. Ruiz Contreras, J. Tagarro Garcia, A. Soriano Arandes, A. Hernández Merino, Á. (2021). *Vacunación pediátrica frente a la COVID-19 en España*. Asociación Española de Pediatría. Recuperado de https://www.aeped.es/sites/default/files/cav-seip-aep_vacunacion-pediatrica-frente-a-covid-19-en-espana_2021-12-09_v.1.pdf
- Rodríguez del Rincón, P. (2020). Alumnos de Necesidades Educativas Especiales, en Casa por el Covid-19. Experiencias que nos Descubren Vidas. *Revista*

Propuesta de Intervención para paliar las consecuencias del COVID-19 en alumnos de Educación Infantil.

Internacional de Educación para la Justicia Social, 9(3e). 1-13. Recuperado de

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7396237>

Salabert, E. (2010). *Cómo elegir una buena escuela*. Webconsultas. Recuperado de

<https://www.webconsultas.com/bebes-y-ninos/educacion-infantil/como-elegir-una-buena-escuela/tipos-de-colegios-1996>

Sánchez Galán, J. (01 de julio de 2019). *Clase Social*. Economipedia. Recuperado de

<https://economipedia.com/definiciones/clase-social.html>

Vives, J. (21 de mayo de 2020). Las consecuencias del coronavirus en la educación. *La*

vanguardia. Recuperado de <https://www.lavanguardia.com/vida/junior-report/20200521/481301440952/consecuencias-educacion-coronavirus.html>

ANEXO.

ANEXO 1: Temporalización de las actividades.

	<i>SEPTIEMBRE</i>	<i>SEPTIEMBRE</i>	<i>SEPTIEMBRE</i>	<i>OCTUBRE</i>
	<i>SEMANA 1</i>	<i>SEMANA 2</i>	<i>SEMANA 3</i>	<i>SEMANA 4</i>
LUNES				
MIÉRCOLES				
VIERNES				
LUNES				
MIÉRCOLES				
VIERNES				
MARTES				
JUEVES				
MARTES				
JUEVES				

ANEXO 2: Tabla de evaluación final.

Criterios de evaluación	SÍ	A VECES	NO
Reconoce las emociones básicas			
Controla sus emociones			
Sabe expresar sus emociones			
Reconoce las emociones de los compañeros			
Ha mejorado su inteligencia emocional			
Participa en clase activamente			
Realiza y se relaja con los ejercicios de respiración			
Respeto a sus compañeros y profesora			

Anexo 3: Tabla de evaluación final a la propuesta de intervención.

<i>Criterios de evaluación a la propuesta docente.</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>OBSERVACIONES</i>
Las actividades eran adecuadas para la etapa y las características de los alumnos.						
La propuesta y por lo tanto, las actividades, han conseguido paliar dificultades emocionales encontradas en los niños.						
Las actividades han sido motivadoras y originales.						

Las actividades permiten al alumno mostrar sus emociones según sus vivencias.						
Las actividades permiten el desarrollo de la inteligencia emocional del alumnado.						
Ha mejorado el ambiente y las relaciones en clase.						