

**MÁSTER UNIVERSITARIO EN EDUCACIÓN ESPECIAL  
CURSO 2022/2023**

**TRABAJO FIN DE MÁSTER**

**PROPUESTA DE INTERVENCIÓN DE LA SALUD  
MENTAL Y EMOCIONAL EN LA ETAPA DE EDUCACIÓN  
INFANTIL**

ALUMNA: JUDITH GUTIÉRREZ HERNÁNDEZ

TUTORA: LAURA CALATAYUD REQUENA

## ÍNDICE

<b>1. Introducción, justificación y objetivos.....</b>	<b>4</b>
<b>1.1. Introducción y justificación .....</b>	<b>4</b>
<b>1.2. Objetivos generales y específicos.....</b>	<b>7</b>
<b>2. Marco teórico .....</b>	<b>8</b>
<b>2.1. Educación Infantil y las Necesidades Educativas Especiales .....</b>	<b>8</b>
2.1.1. Concepto de salud .....	9
a. Salud mental .....	9
b. Salud emocional.....	10
<b>2.2 Salud mental en la infancia.....</b>	<b>13</b>
<b>2.3 Educación para la salud en la escuela.....</b>	<b>16</b>
2.3.1 Educación para la Salud en la escuela a nivel europeo .....	17
2.3.2 Educación para la Salud en la escuela a nivel nacional.....	18
a. Currículum de Educación Infantil, la salud mental y el alumnado con NEE.....	22
<b>3. Metodología .....</b>	<b>24</b>
<b>4. Propuesta educativa de intervención .....</b>	<b>27</b>
<b>4.1. Contextualización y usuarios.....</b>	<b>27</b>
<b>4.2. Objetivos de la propuesta .....</b>	<b>29</b>
4.2.1. Objetivo General .....	29
4.2.2. Objetivos específicos .....	29
<b>4.3. Temporalización .....</b>	<b>29</b>
<b>4.4. Actividades .....</b>	<b>30</b>
<b>4.5. Evaluación .....</b>	<b>51</b>
<b>5. Conclusiones .....</b>	<b>51</b>
<b>6. Referencias bibliográficas .....</b>	<b>54</b>
<b>7. Anexos .....</b>	<b>57</b>

## **Resumen**

Este trabajo de fin de máster presenta una propuesta de intervención basada en la importancia y mejora de la salud mental y emocional en la etapa de Educación Infantil, en un grupo mixto, con alumnado con NEE (Necesidades Educativas Especiales).

Mediante la elaboración de una Unidad Didáctica, con el principal objetivo de lograr una buena salud mental y emocional, ya que son aspectos imprescindibles para el desarrollo integral del alumnado. Para ello se lleva a cabo una fundamentación teórica sobre la salud mental y emocional en la etapa de Educación Infantil con alumnado con Necesidades Educativas Especiales. Teniendo especial interés en la implicación escolar que ejerce el centro y el profesorado en ambos aspectos a trabajar. Por lo que es importante tener en cuenta la normativa educativa que regula la diversidad y la salud en el aula de alumnado con NEE. Contando siempre con apoyo y orientación educativa necesaria, para el alumnado y sus familiares. Profundizando así de forma correcta en metodologías docentes para la educación en la salud mental y emocional en esta etapa.

**Palabras Clave:** Salud mental, salud emocional, autoestima, inteligencia emocional y resolución de conflictos.

# 1. Introducción, justificación y objetivos

## 1.1. Introducción y justificación

La etapa de Educación Infantil es una de las más importantes de la vida, ya que en ella se construyen los cimientos de la personalidad, de las emociones, entre otras. Es la etapa más vulnerable e influyente de todas, dónde el profesorado juega el papel más importante, ya que está en sus manos marcar el principio del camino hacia la vida de esos/as niños/as (Decreto 196/2022, de 13 de octubre, por el que se establece el currículum del segundo Ciclo de la Educación Infantil de la Comunidad Autónoma de Canarias).

Según autores como Bustos y Russo (2018), la idea de que la Educación Infantil es una etapa importante reside en que, si ésta es adecuada favorece el desarrollo social y emocional, siendo la salud mental un aspecto importantísimo que no se debe pasar por alto en la educación escolar.

Por otro lado, la salud mental es cuando apreciamos, procesamos y asumimos la información sobre nosotros mismos y nuestro entorno, en un determinado momento, mientras que la salud emocional tiene que ver con los sentimientos que aflojan en esos momentos y procesos de cambio (Gardner, 2001).

Emoción significa mover hacia (en latín, movere). Existen multitud de definiciones aportadas por diversos autores. Hemos recogido aquella que consideramos más completa.

*“Un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan habitualmente como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (Bisquerra, 2000:61).*

En cuanto a la escuela, profundizaremos en su estado de gran relevancia, donde el docente y la escuela tienen un papel importante para proporcionar las herramientas necesarias para sentar una buena base en la construcción de la identidad y la personalidad del niño, logrando así que el desarrollo del niño sea el mejor posible. La escuela es uno de los espacios donde se desarrolla una parte significativa de la vida, infancia y, por lo tanto, es un lugar donde se manifiestan muchos de sus malestares,

Amorós (2021). Por lo que la escuela debe ser siempre un lugar de refugio, donde los niños y niñas se sientan seguros, acompañados y refugiados.

Por ello, es imprescindible una buena formación de los profesionales para mejorar la problemática de la salud mental y el trabajo con el alumnado con algún trastorno o dificultad mental. Siendo dicha formación la vía que les puede ayudar a comprender mejor lo que les pasa, como se pueden sentir y sus necesidades. Consecuentemente, la respuesta educativa y de atención será más adecuada a sus características personales.

De acuerdo con Gavidia y Rodes (1998) la educación para la salud ya no trata únicamente de ofrecer información, sino que ahora trata de capacitar a las personas para elegir, de forma libre, las pautas de conducta que más le convienen de acuerdo con su calidad y estilo de vida. Esta nueva perspectiva se basa en el desarrollo de actitudes positivas hacia la salud.

*“La salud mental es un elemento esencial en la salud del individuo, relacionándose íntimamente con el bienestar personal, familiar y de la comunidad, aunque en muchas ocasiones se le resta importancia frente a la salud física”* (Pupo et al., 2018)

Cuando hablamos de niños/as y en concreto con Necesidades Educativas Especiales, debemos tener en cuenta autores como Del barco (2009), el cual señala que hay estudios que demuestran que existe una relación significativa y a su vez positiva entre inteligencia emocional y salud mental. Los resultados de estos estudios indican que con mayor inteligencia emocional (bienestar emocional) se tiene una mayor salud mental.

En líneas generales, tal y como afirma Mendoza (2014), la salud mental es de vital importancia en todas y cada una de las distintas etapas de la vida. Por ende, si se presentan carencias en la salud mental en alguna etapa, como es la infancia, podrían desarrollarse “enfermedades somáticas y afectivas tales como la depresión y la ansiedad.”

*Así mismo, “ayudar a los niños a fortalecer su salud mental no sólo se traduce en una mayor probabilidad para el éxito académico, sino también una mayor probabilidad para aprender a aplicar las habilidades de afrontamiento”.* Vergara (2021)

El presente trabajo pretende poner en valor la importancia de la salud mental y emocional en la etapa de Educación Infantil con NEE, en la que los docentes y la escuela juegan un papel importante, proporcionando herramientas necesarias para la creación de una buena base en la construcción de la identidad de cada niño/a, de su personalidad, de

su autoestima, logrando así que el desarrollo del niño/a sea el mejor posible y su integración social también lo sea.

Después de tener todo esto en cuenta, queremos destacar la estructura que se lleva a cabo en esta propuesta, donde en primer lugar se encuentra el marco teórico, que se ha dividido en distintos apartados, los cuales corresponden a los diferentes temas mencionados en el trabajo. El primer apartado se refiere al concepto de salud mental y salud emocional, mencionando los determinantes de ambos y la influencia social que conllevan. Luego se hablará de la promoción y educación en salud mental y emocional. A continuación, nos centraremos en la salud mental y emocional en la infancia, centrándonos en las características del alumnado con NEE, propias de la etapa. Luego se concretará la importancia que tiene la salud tanto mental como emocional en la escuela y el papel del maestro/a. A continuación, se realizará un análisis del currículum de Educación Infantil con NEE, para localizar los elementos fundamentales de la educación para la salud mental y emocional. Para finalizar con el marco teórico se profundiza en las metodologías apropiadas y seleccionadas para llevar a cabo la propuesta de intervención educativa en el aula.

A continuación, se trabaja dicha propuesta, que consiste en un programa anual para la prevención en salud mental y emocional con niños/as con NEE, en la etapa de Educación Infantil. Se han planteado diferentes actividades teniendo en cuenta los factores que influyen en una buena salud mental y emocional, potenciando la autoestima, mejorando la inteligencia emocional, las habilidades sociales y ayudando en la resolución de conflictos.

Finalmente se presenta las conclusiones recabadas, la bibliografía consultada y los anexos de las actividades.

## 1.2. Objetivos generales y específicos

El objetivo general de este trabajo es realizar una propuesta de intervención centrada en mejorar la salud mental y emocional en la etapa educativa de Educación Infantil de niños/as con NEE.

Con el fin de conseguir el objetivo general se exponen a continuación los objetivos específicos en los que nos hemos basado:

- Establecer un marco teórico que recoja información sobre salud mental y emocional en la primera infancia.
- Investigar estudios anteriores que recojan información de valor para el estudio.
- Indagar sobre el papel de la escuela y de los maestros y maestras en la educación en la salud mental del alumnado de infantil.
- Analizar el currículum de Educación Infantil en relación a la salud mental y emocional.
- Profundizar en metodologías docentes adecuadas para educar en salud mental y emocional en la etapa de infantil

## 2. Marco teórico

### 2.1. Educación Infantil y las Necesidades Educativas Especiales

Según la UNIR (2020), la Universidad en Internet, las necesidades educativas en este periodo giran en torno a los objetivos del propio currículo de Infantil: el desarrollo de la identidad y la autonomía del niño, así como de sus competencias lingüísticas, sociales y psicomotrices. Y siempre bajo el precepto de impulsar las destrezas y potenciales del alumno, en lugar de centrarse en las dificultades de aprendizaje que pueda manifestar.

Los primeros años de escolarización son fundamentales para potenciar el desarrollo integral del niño y su adaptación a la vida en el centro. La Educación Infantil (0-6 años) se convierte, así, en un periodo clave para la detección de las Necesidades Educativas Especiales del alumnado y poder ofrecer una respuesta educativa compensatoria. En UNIR abordan cuáles son las principales necesidades educativas especiales en Educación Infantil y la importancia de una intervención temprana.

Algunas de estas NEE pueden ser transitorias, como es el caso de los niños con un ritmo de maduración y aprendizaje más lento o que proceden de un entorno familiar poco estimulante. En otras ocasiones, el alumnado requerirá apoyos específicos por parte de la escuela.

Como bien destaca la revista de la UNIR, Los alumnos que requieren apoyo educativo son aquellos que padecen algún tipo de discapacidad (auditiva, visual, motora o intelectual), tienen problemas del neurodesarrollo, de conducta o altas capacidades. Estos alumnos presentan necesidades educativas especiales y medidas específicas de refuerzo para poder acceder al currículo correspondiente al ciclo de Infantil.

Estos apoyos educativos son los educadores con formación en Necesidades Educativas Especiales y profesionales especializados, que atienden e intervienen en el desarrollo y aprendizaje del niño, o bien como refuerzo dentro del aula ordinaria o en aulas especiales del centro.

En definitiva, desde la revista UNIR, confirman que la Educación Infantil asienta las bases para la inclusión de todo tipo de alumnado a la vida en el centro y tiene una función preventiva, que es: detectar y atender tempranamente a los niños con NEE.

Un profesorado cualificado en Educación Especial garantiza a los centros escolares la



posibilidad de compensar las desigualdades y ofrecer las mismas oportunidades de aprendizaje a todo el alumnado.

### 2.1.1. Concepto de salud

La salud es un término muy amplio, no tiene un significado concreto, para definirlo es importante tener en cuenta diferentes aspectos. Según la definición de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022): *“La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”*.

De La Guardia y Ruvalcaba (2020) establecen que la Salud abarca aspectos subjetivos como puede ser el bienestar físico, mental y social y aspectos objetivos como la capacidad de funcionamiento y datos verificables y, por último, aspectos sociales, es decir, la adaptación y trabajo socialmente productivo. Por consiguiente, se puede decir que la salud un recurso para la vida diaria, no el objetivo de la vida misma. De acuerdo con estos, los conocimientos van cambiando conforme la sociedad evoluciona de forma que la salud y la enfermedad siempre han ido de la mano, existiendo un binomio salud-enfermedad que se mantiene y va experimentando cambios con el tiempo. Hasta la actualidad, se ha ido construyendo el concepto de salud, en función de los distintos contextos sociales y evolutivos.

A pesar que la definición de la OMS (2022) es la más completa, existen diversos autores que opinan que en esas definiciones se descuidan aspectos de salud importantes. De acuerdo con Bermejo (2009), el concepto de salud integral y holístico debe considerar a las personas en todas sus dimensiones: la física, la intelectual, la emocional, la social y la espiritual y religiosa. Consideramos que una persona esta sana cuando se encuentra en armonía y es capaz de poseer el control de su vida y de sus limitaciones en cada etapa. Dentro de la salud se pueden diferenciar dos áreas: la salud mental y la salud emocional. A continuación, se detalla cada concepto de manera más exhaustiva.

#### a. Salud mental

La salud mental es una parte fundamental para el bienestar de las personas y esencial para el desarrollo personal, comunitario y socioeconómico. Permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, poder así desarrollar las habilidades y capacidades, y aprender y trabajar adecuadamente. (OMS, 2013).

Siguiendo a Guirao (2013) Desde una perspectiva conceptual, actualmente la salud se concibe mejor como un complejo constructo multidimensional que subyace a una amplia gama de fenómenos observables, de modo que podemos contemplar la espiritualidad como un aspecto que ha caracterizado la reconceptualización del concepto de salud.

La sociedad actual presenta graves problemas de salud, debido al incremento de las enfermedades mentales en la población infanto-juvenil, así como la detección, cada vez en edades más tempranas, de estas enfermedades. “La salud mental es un elemento esencial en la salud del individuo, relacionándose íntimamente con el bienestar personal, familiar y de la comunidad, aunque en muchas ocasiones se le resta importancia frente a la salud física”. (Pupo et al.,2018).

Tanto la salud mental, como la física y el bienestar social y emocional son elementos valiosos e inseparables. Por lo que es necesario e importante que las intervenciones tempranas de prevención se realicen a lo largo de la infancia, principalmente. Ya que es la base del desarrollo de los niños y niñas. Permitiendo así, la implementación de intervenciones preventivas y de promoción de la salud en la comunidad educativa (Del Barco, 2009).

Según indica la Confederación de Salud Mental de España (2020), una de cada cuatro personas en el mundo puede tener un problema de salud mental en alguna etapa de su vida, por lo que se presupone que los trastornos mentales van a ser la primera causa de discapacidad a nivel mundial en el año 2030, debido a la falta de recursos e intervenciones que se realizan para su prevención. UNICEF, comparte este pensamiento tras pasar la pandemia sufrida, considerando “la necesidad de aumentar urgentemente la inversión en servicios de salud mental, si el mundo no se quiere arriesgar a que se produzca un aumento drástico de los trastornos psíquicos” (2021).

#### b. Salud emocional

Por lo que respecta a la salud emocional, nos centraremos en un primer momento a la aproximación que la OMS hace del concepto. Según la OMS, el bienestar emocional “*es un estado de ánimo en el cual la persona se da cuenta de sus propias aptitudes, puede afrontar las presiones normales de la vida, trabajar productivamente y contribuir a la comunidad*”.

Desde el campo de la Psicología Evolutiva ha sido frecuente interpretar el desarrollo emocional como una parte integrante del desarrollo cognitivo.

Así mismo desde la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner (1995), las competencias cognitivas se definen como un conjunto de habilidades. En ellas se distinguen inteligencias múltiples (Gardner, 2001) entre las que destacan la inteligencia interpersonal y la inteligencia intrapersonal.

Por otro lado, Zabaleta et al., (2021), señalan en su artículo que la salud mental es un área desatendida respecto a otros temas de salud y por ello no existe el mismo grado de conocimiento acerca de la salud mental. Es importante conocer que las emociones anatómicamente tienen lugar en el cerebro, principalmente en el sistema límbico, el cual está conformado por varias estructuras encargadas de dar respuestas frente a determinados estímulos (Salguero y Panduro, año). Según indica Gallardo (2007), las emociones se producen por medio de informaciones sensoriales que llegan a algunas áreas específicas del cerebro, donde se producen respuestas inmediatas e inconscientes, hormonales y del sistema nervioso autónomo.

Por lo que es necesario mencionar además que las emociones juegan un papel fundamental en la educación y vida del ser humano, pues cada una de ellas tienen funciones y utilidades específicas que permiten a la persona reaccionar conductualmente de manera adecuada, independientemente de la cualidad generada se hace importante en la adaptación social y el ajuste personal.

Como según dice Chóliz, (2015, p.4) quien citó a Reeve, (1994). La emoción tiene tres funciones principales:

- Funciones adaptativas.
- Funciones sociales.
- Funciones motivacionales.

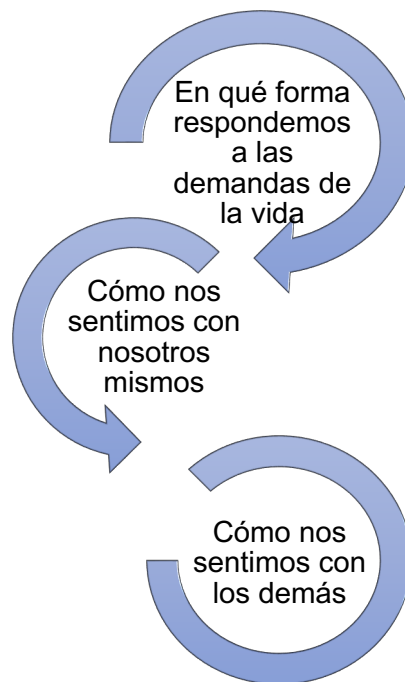
Visto esto, el bienestar emocional y la salud mental, aunque compongan dos categorías de análisis diferentes, se pueden considerar entrelazadas la una con la otra pues lo que ocurre en una de ellas, modifica y define de manera recíproca y determinante el estado de la otra (Del barco, 2009). En la salud mental y emocional de las personas, influyen muchas variables personales, como bien destaca del Barco, hay estudios que demuestran que existe una relación significativa y positiva entre inteligencia emocional y salud mental, y es que los resultados indican que con mayor inteligencia emocional

(bienestar emocional) se tiene una mayor salud mental. Del mismo modo, los mismos resultados revelan la existencia de correlación entre los bajos niveles de inteligencia emocional con un aumento de la ansiedad, depresión, estrés, problemas de personalidad y tendencia a las conductas adictivas.

Respecto a la salud mental, Del barco, (2009), habla de la existencia de estudios que relacionan la salud mental con la autoestima, siendo la existencia de esta un indicador positivo para la salud mental, argumentando así, que la autoestima es un conjunto de sentimientos y valoraciones referentes a uno mismo, por lo que a mayor autoestima (amor propio), mayor salud mental, mayor salud física. Esta correlación se puede entender como un indicador positivo que podría ser utilizado en aras de desarrollar y favorecer las habilidades sociales.

Gráfico 1

*Aspectos relacionados con la salud mental según la Federación Mundial de la Salud:*



Nota: Pacheco, 2003, en su artículo "Aspectos que configuran la salud mental", propone unas características de las personas mentalmente sanas.

## 2.2 Salud mental en la infancia

La salud mental en la infancia es un problema de interés mundial, debido al notable incremento de trastornos mentales. Según nos indica Bustos y Russo (2018): *“la infancia es una etapa crítica del desarrollo humano, en la cual se siembran las semillas de la salud mental y el bienestar del futuro”*. Asimismo, las autoras señalan que el desarrollo infantil representa el principio de todas las condiciones posibles desde las raíces de las emociones, los afectos, funciones mentales, etc. Durante la infancia, lo primordial es el desarrollo humano.

De acuerdo con la Mayo Clínic, (2022) “Los trastornos de salud mental en los niños se definen generalmente como retrasos o interrupciones en el desarrollo del pensamiento, en las conductas, en las habilidades sociales o en la regulación de las emociones adecuados para la edad” (p.1). Estos retrasos o interrupciones en el desarrollo de los niños acaban causando problemas y alterando su capacidad de desenvolverse bien en la escuela, en el hogar o en determinadas situaciones sociales.

Pulpo- González et al; (2018) señala que la infancia es una etapa de vital importancia en el desarrollo del ser humano en el cual se asientan las bases de la salud mental del individuo. Los trastornos mentales, se inician durante esta misma etapa, que posteriormente en el futuro siguen como consecuencias hasta la edad adulta, no sólo en el aspecto sanitario, sino que también repercutirá en aspectos sociales y económicos.

Son varios los autores, como Pulpo- González et al (2018), Mayo Clínic (2022), que coinciden y señalan que existen muchos factores propios del ambiente familiar que pueden aumentar el riesgo de que los niños y niñas tengan en el futuro problemas conductuales o emocionales. Los aspectos que intervienen en el ambiente familiar, independientemente de su naturaleza, lo hacen de igual forma en las prácticas de crianza de los niños y niñas y, por lo tanto, de su desarrollo. Según De la Barra et al. (2002), la influencia más importante en el desarrollo de los y las infantes lo ejerce la familia; el colegio cobra importancia cuando empiezan la etapa de infantil. A su vez, ambos ambientes son influidos por la comunidad y la cultura en la que se encuentran inmersos.

Pulpo- González et al; (2018), expone que el 90% del cerebro humano se desarrolla durante los primeros cinco años de vida. Por lo que, las experiencias que viven desde el nacimiento, van a afectar al desarrollo y formación de la persona. Por lo que *“toda acción encaminada a sentar las bases para construir una salud mental sólida en los niños y*

*niñas, o para identificar posibles problemas e intervenirlos de manera temprana” (p.2), deberá ser prioritario.*

Según indican, autores como Dababnah, y Cooper (2006) en Pulpo- González et al (2018) indicaron:

*La ausencia de un tratamiento precoz de los problemas de salud mental de los niños y adolescentes condiciona seriamente su futuro, reduciendo así el número de sus oportunidades educativas, vocacionales y profesionales, y ocasiona un costo muy alto para las familias y una carga para la sociedad. Gran cantidad de niños y jóvenes que sufren trastornos mentales y no son diagnosticados tempranamente terminan en Centros de Menores y en el mundo de las adicciones, la delincuencia y la prostitución (p.2).*

Según Kieling. et al. (2011, en Pulpo- González et al, 2018), señalan que hay una evidente continuidad entre los trastornos mentales infantiles y los de la vida adulta. Del mismo modo, existe una notable repercusión en el desarrollo emocional e intelectual, el aprendizaje, la adaptación social y las relaciones interpersonales.

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2022), propone una serie de pautas para promover la salud mental y emocional de los más pequeños y pequeñas y poder de esta forma, asentar unas bases, ajustándolas a las necesidades y capacidades de la etapa.

Por un lado, hasta los dos años aproximadamente, los bebés presentan unas emociones y necesidades básicas, sin ninguna capacidad de autorregulación. Por lo que resulta fundamental desarrollar el apego seguro. Por ello se recomienda esta serie de pautas:

- Cuidar de su bienestar físico atendiendo sus necesidades, y también de su bienestar emocional, mediante el cariño, las caricias, el contacto ocular, las canciones, juegos, etc.
- Fomentar un entorno seguro y estimulante cuando comience a gatear o a caminar el niño o la niña.

- Proponer juegos que inciten a la curiosidad del pequeño o pequeña.

Por otro lado, los niños y niñas de 3 a 5 años presentan una mayor independencia y una mayor autonomía. En estas edades, los niños y niñas dan los primeros pasos en sus relaciones sociales. A esta edad muchos viven la etapa de la autoafirmación, el “no” y las rabietas. Por lo que se propone llevar estas pautas:

- Facilitar el contacto social con otros niños y niñas de su edad: en el parque, con los familiares, con compañeros del colegio, etc.
- Empezar a establecer límites, siendo coherente y constante con tus mensajes y posturas.
- En las rabietas del niño o la niña, procurar no prestarle atención (siempre que no implique un riesgo físico), y explicarle después las razones, ayudándole a entender en sus propios términos lo que está sintiendo.
- Darle siempre alternativas, salidas, en estos u otros casos.
- Ayudarle a que tome decisiones y se responsabilice de ellas.
- Tener presente que eres un modelo a seguir por el niño o la niña y que debes "dar ejemplo", por lo que debes ser coherente con lo que dices, haces, pides.

Mansilla (2020) expone: *“La niñez propiamente tal es uno de los períodos de desarrollo humano mejor estudiado”* (p.108) por tanto, se puede decir que existe ya un consenso en que el diferente ritmo de crecimiento acorde a la etapa en la que se encuentre la persona requiere a su vez, diferentes satisfactores

Desde la infancia, hasta la adolescencia aparecen cambios amplios, consistentes y predecibles en el modo en el cual los niños y niñas piensan. Piaget plantea estados en la comprensión del mundo, en el desarrollo de los procesos de pensamiento.

El niño y la niña en la construcción del mundo usa esquemas, Piaget (2014). Nos referimos a esquema a el concepto o marco de referencia que existe en la mente del niño o niña para organizar e interpretar la información.

Piaget (2014), propone la teoría constructivista del aprendizaje, en la cual hace notar que la capacidad cognitiva y la inteligencia se encuentran estrechamente ligadas al medio social y físico.

### 2.3 Educación para la salud en la escuela

UNICEF (2021) indica que el ámbito educativo tiene un importante papel respecto a la salud mental, siendo una tarea complementaria al trabajo que desempeñan otras instituciones y agentes. El bienestar mental es un derecho el cual se debe proteger y promover desde todos los ámbitos, incluido el educativo. La OMS por su parte define la Educación para la salud como:

*“Cualquier combinación de actividades de información y educación que lleve una situación en la que la gente desee estar sana, sepa como alcanzar la salud, haga lo que pueda individual y colectivamente para mantener la salud y busque ayuda cuando lo necesite”*

De acuerdo con Gavidia y Rodes (1998), la educación para la salud ya no se trata únicamente de ofrecer información, sino que se trata de capacitar a las personas para elegir, de forma libre, las pautas de conducta que más le benefician de acuerdo con su calidad y estilo de vida. Por ello, el centro educativo tiene un gran papel en este ámbito pues, como señala Valdivia (2022), en relación a los problemas de salud mental, tienen la labor de realizar un trabajo de prevención, debido a que son espacios de aprendizaje, pero también del desarrollo. Partiendo de la anterior afirmación, se hace necesario que desde el ámbito educativo (más concretamente desde la escuela) se promuevan acciones que supongan un factor de protección de la salud mental de los estudiantes. Para ello es imprescindible la formación inicial del profesorado y la formación continua en base a conocimientos que les permita a los profesionales adquirir conocimientos sobre los diferentes problemas de salud mental y emocional que existen. De este modo, los agentes educativos familia y escuela ejercerán un papel favorable en cuanto a la salud mental y su prevención, creando una coordinación e interacción intensa entre familia, escuela y la comunidad.

Para conocer las diferentes actuaciones establecidas por los Departamentos de Orientación en los centros educativos respecto al trabajo de intervención que se realiza en



el tema de problemáticas de salud mental, es necesario realizar una contextualización normativa sobre las políticas educativas a nivel europeo y nacional.

### 2.3.1 Educación para la Salud en la escuela a nivel europeo

El informe emitido por el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2022) señala que el 16,3% de los niños, niñas y adolescentes europeos, que rondan los 10-19 años de edad tienen un problema de salud mental. Y debido al impacto que ha tenido la pandemia, el confinamiento, las restricciones; las, cifras fueron en aumento.

La Red de Escuelas de salud para la ciudadanía, (Red de Escuelas, 2022) nace como una propuesta del Ministerio de Sanidad con la finalidad de aportar a los pacientes, personas que los cuidan y familiares de los pacientes una fuente de información y herramientas de formación, a partir del compromiso de poner a su disposición las mejores evidencias disponibles.

Ese compromiso es el producto de una acción colaborativa en la que participan las distintas opciones disponibles en el Sistema Nacional de Salud de España.

Ha sido una acción de integración sin prejuzgar las distintas metodologías que las distintas ofertas preconizan desde una perspectiva de promover las sinergias y efecto sumatorio al servicio de los pacientes, familiares y cuidadores.

En definitiva, lo que buscan desde la plataforma es ofrecer una información contrastada, relevante, actualizada y veraz, pero sobre todo que sea entendible para los ciudadanos a quienes está dirigida.

Su compromiso se dirige a promover “El que tú decidas” con conocimiento, con elementos de soporte, con herramientas de ayuda, con la mejor información y todo ello desde la realidad personal y a partir de tus propios valores y creencias.

Pretenden promover el empoderamiento de los pacientes, y piensan que esta herramienta debe ser un instrumento útil, para que los pacientes, sus familiares y sus cuidadores, dispongan de información tanto desde el ámbito de la clínica, como de los servicios de apoyo y soporte, que le permitan gestionar de la manera más adecuada según sus preferencias y su realidad.

Esa realidad se sustenta en las aportaciones que realizan las Escuelas y Programas de salud de las comunidades autónomas desde el Comité Técnico de la Red.

En definitiva, Escuelas para la Salud en Europa tiene como objetivo apoyar a organizaciones y profesionales en campo del desarrollo y mantenimiento de la promoción de la salud en la escuela, proporcionando una plataforma europea cuyo principal objetivo es apoyar a organizaciones y a profesionales en el desarrollo y mantenimiento de la promoción de la salud en la escuela en todos los países. La red de Escuelas para la Salud en Europa se centra en hacer de las escuelas promotoras de salud y de la salud escolar una parte más integrada en las políticas que se desarrollan entre los sectores educativo y sanitario en Europa.

La Redes autonómicas de Escuelas Promotoras de Salud: La participación de las diferentes Comunidades Autónomas en redes promotoras de salud se desarrolla de dos modos diferentes. Por un lado, hay Comunidades que han creado sus propias redes de escuelas promotoras de salud, como ocurre en Aragón, Canarias, Cantabria y Extremadura. Otras comunidades, en cambio, se integran en la Red Europea de Escuelas Promotoras de Salud, mediante diferentes convocatorias, como los casos de Asturias, Valencia y Navarra.

### 2.3.2 Educación para la Salud en la escuela a nivel nacional

El informe emitido por el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2022) señala que, en España, el porcentaje es aún mayor que el porcentaje europeo (un 20,8%). Tras el impacto que ha tenido la pandemia, el confinamiento, las restricciones; las cifras fueron en aumento.

Hemos de recordar que la salud mental es una importante dimensión del estado de salud, tanto porque las enfermedades mentales son uno de los mayores componentes de la carga global de enfermedad como por su carácter determinante del bienestar. En España, el 12,74 % de la población de 15 y más años presenta sintomatología depresiva de distinta gravedad: el 8,46 % presenta sintomatología leve, el 2,51 % moderada, el 1,19 % moderadamente grave y el 0,58 % grave.

A nivel nacional, por parte del Ministerio de Sanidad del Gobierno de España (2022), se ha realizado una estrategia de Salud Mental del Sistema Nacional de Salud a través del Plan de Acción de Salud Mental 2011-2024, donde se establece el desarrollo de

acciones de formación a los profesionales de los centros educativos, junto con el seguimiento de los problemas de salud mental por parte de los Equipos de Orientación Educativa, en colaboración con los servicios de salud mental.

El Programa de Bienestar Emocional en el ámbito educativo se diseña en sintonía con las líneas de la Estrategia Nacional de Salud Mental, con el objeto de ayudar a cubrir las necesidades de atención que el alumnado pueda mostrar en los campos del bienestar emocional y salud mental desde la perspectiva de la intervención educativa.

Los objetivos del Programa son:

- Potenciar entre el profesorado, equipos directivos, equipos de orientación e inspección educativa la formación específica en alfabetización e indicadores en bienestar emocional y en salud mental que contribuya a la detección temprana de casos y a crear un ambiente escolar positivo y seguro.
- Impulsar la formación que contribuya a una intervención basada en el buen trato en la infancia y la adolescencia, y el respeto de los derechos fundamentales de niñas, niños y adolescentes.
- Facilitar el conocimiento del profesorado, equipos directivos, equipos de orientación e inspección educativa de los protocolos activos de derivación del alumnado en situación de riesgo a los servicios de atención primaria de salud mental.
- Promover la divulgación de buenas prácticas que sirvan para promocionar el bienestar emocional del alumnado y para realizar el seguimiento de casos de salud mental en el ámbito educativo, para paliar los posibles efectos provocados en el desarrollo académico, personal y social del alumno y para combatir el estigma.
- Difundir actuaciones para sensibilizar y prevenir sobre el abuso de las TIC en la infancia y adolescencia y las conductas adictivas con y sin sustancias.
- Favorecer la intervención comunitaria en el campo de la salud mental y desarrollo del bienestar emocional, proporcionando las conexiones entre los profesionales de

los centros escolares, los centros sanitarios y los colectivos locales que apoyen a la infancia y juventud.

- Elaborar y difundir materiales e instrumentos que contribuyan a la formación e información de la comunidad educativa sobre bienestar emocional y salud mental.
- Aumentar los recursos humanos en las secciones y departamentos de apoyo y orientación escolar, teniendo en cuenta las particularidades y diferencias propias en las estructuras de cada administración educativa autonómica, orientadas a la intervención en el campo de la promoción del bienestar emocional y de la salud mental del alumnado.

Para llevar a cabo la implementación de la inversión destinada para el programa, se establece la cooperación territorial con las administraciones educativas de las comunidades autónomas, en el marco de la Conferencia Sectorial de Educación que, previa autorización del Consejo de ministros, aprueban los requisitos, criterios de distribución territorial de la financiación y seguimiento de la ejecución. Todo ello establecido en la Resolución de 14 de diciembre de 2022, de la secretaria de Estado de Educación, por lo que se publica el Acuerdo de la Conferencia Sectorial de Educación de 2 de noviembre de 2022.

En la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, se establece que la finalidad de esta Ley no es otra que establecer un renovado ordenamiento legal que aumente las oportunidades educativas y formativas de toda la población, que contribuya a la mejora de los resultados educativos del alumnado, y satisfaga la demanda generalizada en la sociedad española de una educación de calidad para todos. Esos y no otros son sus objetivos centrales. Además, esta Ley pretende dar cumplimiento a las propuestas del ámbito educativo incluidas en el Informe de la Subcomisión del Congreso para un Pacto de Estado en materia de violencia de género aprobado el 28 de septiembre de 2017.

En cuanto a los alumnos con NEE, hablamos de educación inclusiva. La educación inclusiva, como bien indica el la Subdirección General de Cooperación Territorial e innovación Educativa, el principio fundamental, parte de la convicción de que el fin de la educación es atender a la diversidad de las necesidades de todo el alumnado.

Se hace necesario impulsar procesos transformadores para mejorar la calidad de la educación con equidad y asegurar el derecho a la educación del alumnado en toda su diversidad.

Así, la finalidad de este Programa de Cooperación Territorial de Educación Inclusiva es incrementar la provisión y optimizar la organización de recursos especializados que atiendan a la diversidad del alumnado, impulsar la detección e intervención precoces y potenciar el papel central de las familias en las etapas iniciales del proceso educativo.

El programa se concreta en los siguientes objetivos:

- Actualizar y ajustar las medidas de atención a la diversidad (organizativas y de recursos) que garanticen la educación inclusiva en las primeras etapas educativas.
- Impulsar acciones dirigidas a fomentar y facilitar la colaboración de las familias en la vida del centro y desarrollar sentimiento de pertenencia.
- Establecer procedimientos que garanticen la detección precoz e intervención temprana.
- Asegurar atención especializada para el alumnado con necesidad específica de apoyo educativo.

Para llevar a cabo la implementación de la inversión destinada para el programa, se establece la cooperación territorial con las Administraciones educativas de las comunidades autónomas, en el marco de la Conferencia Sectorial de Educación que, previa autorización del Consejo de ministros, aprueban los requisitos, criterios de distribución territorial de la financiación y seguimiento de la ejecución. Todo ello establecido en una resolución publicada en el Boe (22 de diciembre de 2022).

a. Currículum de Educación Infantil, la salud mental y el alumnado con NEE

En esta etapa educativa es donde se encuentran las bases del desarrollo personal. El concepto de salud mental no aparece en el currículum de infantil como un contenido concreto, sin embargo, el Real Decreto 95/2022, de 1 de febrero, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Infantil, hace referencia a garantizar la formación integral, contribuyendo al pleno desarrollo de su personalidad. Del mismo modo establece que durante esta etapa habrá que prepararlos para el ejercicio pleno de los derechos humanos, haciéndolos partícipes de una ciudadanía activa y democrática en la sociedad actual. En el centro que se lleva a cabo la propuesta, se trabajará con dicho decreto, incluyendo las adaptaciones curriculares necesarias para la etapa de infantil en alumnado con NEE. Se llevará a cabo el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA), un modelo teórico – práctico, para una educación inclusiva de calidad.

Como bien se indica, es un modelo que, fundamentado en los resultados de la práctica y la investigación educativa, las teorías del aprendizaje, las tecnologías y los avances en neurociencia, combina una mirada y un enfoque inclusivo de la enseñanza con propuestas para su aplicación en la práctica.

Partiendo del concepto de diseño universal, se organiza en torno a tres grupos de redes neuronales: afectivas, de reconocimiento y estratégicas; y propone tres principios vinculados a ellas: proporcionar múltiples formas de implicación, múltiples formas de representación de la información y múltiples formas de acción y expresión del aprendizaje.

El DUA parte de la diversidad desde el comienzo de la planificación didáctica y trata de lograr que todo el alumnado tenga oportunidades para aprender. Facilita a los docentes un marco para enriquecer y flexibilizar el diseño del currículum, reducir las posibles barreras y proporcionar oportunidades de aprendizaje a todos los estudiantes. Por todo ello se reconoce el potencial de este modelo teórico-práctico para contribuir a lograr el Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS4) de la Agenda 2030: *“Garantizar una educación inclusiva y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje para todos”*.

La Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOMLOE) es la actual ley educativa, aprobada a final de 2020. En dicha normativa contamos con un Artículo único. Modificación de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. Dentro de este artículo, el apartado

Cuarenta y nueve. Se centra en la modificación de los apartados 1 y 2 del artículo 71 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE) quedando la redacción en los siguientes términos:

*..., por presentar necesidades educativas especiales, por retraso madurativo, por trastornos del desarrollo del lenguaje y la comunicación, por trastornos de atención o de aprendizaje, por desconocimiento grave de la lengua de aprendizaje, por encontrarse en situación de vulnerabilidad socioeducativa, por sus altas capacidades intelectuales, por haberse incorporado tarde al sistema educativo o por condiciones personales o de historia escolar, puedan alcanzar el máximo desarrollo posible de sus capacidades personales y, en todo caso, los Objetivos establecidos con carácter general para todo el alumnado.*

Por lo que se puede comprobar, que lo que determina la LOMLOE es volver a la nomenclatura con la que ya contaba la LOE.

En referencia al alumnado con NEE, terminología que se mantiene a lo largo de las tres normativas, la LOMLOE los considera del siguiente modo, realizando una modificación del artículo 73 de la LOE. 49. Se modifica el artículo 73, quedando la redacción en los siguientes términos:

*Se entiende por alumnado que presenta necesidades educativas especiales, aquel que afronta barreras que limitan su acceso, presencia, participación o aprendizaje, derivadas de discapacidad o de trastornos graves de conducta, de la comunicación y del lenguaje, por un periodo de su escolarización o a lo largo de toda ella, y que requiere determinados apoyos y atenciones educativas específicas para la consecución de los objetivos de aprendizaje adecuados a su desarrollo.*

Cabe puntualizar, las correcciones curriculares, que dan respuesta a las diferentes necesidades educativas que presenta la diversidad de los alumnos y alumnas, con Necesidades Educativas Especiales, escolarizados en las aulas en clave y en los centros de educación especial. Presentan un carácter flexible y orientativo, que servirán de guía y apoyo a los profesionales y a las profesionales que intervienen con este alumnado. El

profesorado deberá realizar las adaptaciones necesarias para adecuar lo establecido en estas concreciones curriculares a las características y necesidades de su alumnado. Aplicando de igual forma el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) en la educación, mencionado anteriormente.

### 3. Metodología

Este trabajo es una investigación de carácter cualitativa, ya que hace referencia a fenómenos educativos y sociales en contextos socioeducativos (Sandín, 2003). En cuanto a la metodología empleada se ha optado por escoger una metodología descriptiva e interpretativa pues, se basa en la búsqueda de información a través de una revisión sistemática de la literatura (Martínez, 2018) con el fin de seleccionar datos y aspectos relevantes sobre el objeto de estudio con el fin de elaborar una propuesta de intervención. Por tanto, las características de la información proporcionada siguiendo el método descriptivo ha de ser sistemática, verídica y precisa (Guevara et al., 2020).

En cuanto a las fuentes documentales utilizadas se han seleccionado tanto fuentes primarias (boletines oficiales sobre la legislación educativa en España y páginas web de organismos internacionales) como secundarias (artículos científicos indexados en bases de datos como Web Of Science, Scopus y Google Scholar). Ha sido necesaria la selección de fuentes bibliográficas, hemerográficas, digitales para indagar, recopilar, consultar, seleccionar, agrupar y organizar la información que se utilizará como base para, posteriormente, enmarcar la propuesta de intervención que se encuentra en este trabajo.

La selección de la información se ha realizado de manera automática, a través de las bases de datos anteriormente citadas a nivel nacional. En cuanto a estrategia de búsqueda se utilizaron descriptores tanto de manera individual como combinada. Para ello se utilizaron los operadores booleanos “AND” y “OR” siendo las estrategias de búsqueda la siguiente: Educación para la salud “AND” NEE “OR” escuelas. En particular se realizaron las siguientes búsquedas:



<b><u>Ecuaciones de búsqueda en bases de datos</u></b>	
<b>Ecuación de búsqueda con operadores booleanos</b>	<b>Base de datos</b>
“Salud mental” AND “Infantil”	Web of Science
“Educación” AND “Salud emocional”	Scopus
“Educación” AND “Salud mental”	Google Scholar
“Infantil” AND “Educación”	
“Infancia” AND “Salud” OR “Educación”	

En cuanto a los criterios de inclusión y exclusión que se seleccionaron fueron (pones aquí lo que has cogido y lo que no, por ejemplo:

- Criterios de inclusión: artículos de salud mental en la etapa de Educación Infantil hasta peculiaridades en alumnos con NEAE, lo más actuales posibles. Y artículos con aportaciones hacia una mejor promoción de la educación para la salud en las escuelas.
- Criterios de exclusión: Artículos que no mencionaban lo anterior y que no tenían datos relevantes para recabar la suficiente información. También fueron excluidos artículos ingleses y artículos o archivos muy antiguos.

La recopilación de información, implica conocer y comprender la realidad de la situación desde una perspectiva objetiva y subjetiva. Para el desarrollo del contenido de forma correcta se ha realizado un análisis sobre la salud mental y emocional. Luego se profundizó en el ámbito educativo y su aportación e implicación en cuanto de la salud mental y sus diferentes métodos de abordaje para detecciones y prevenciones. También se consideró adecuado tratar el tema de la promoción de la salud y su necesaria

formación, tanto dentro como fuera del aula, para las familias y los docentes, promocionando así una mejor integración e inclusión educativa, y una mejora de la salud mental y emocional en la etapa de Educación Infantil. Sin olvidar analizar diferentes aspectos del currículum Infantil.

Es importante destacar que para la búsqueda de información se ha dado relevancia al año de publicación, intentando no ser este anterior a 2020, aunque en muchos casos no ha sido posible, ya que la información de gran importancia que hemos encontrado ha sido posterior.

En este apartado, se van a explicar las diferentes fases que se han llevado a cabo para la realización de esta intervención. Antes de empezar, cabe destacar que la elección de este tema ha sido por un interés personal enfocado en la salud mental y emocional en el ser humano, y en la etapa de educación infantil, de forma más específica.

A continuación, se fijaron unos objetivos, tanto generales como específicos y se desarrolló un índice dentro del marco teórico, para así proceder a la búsqueda de información necesaria.

Para dicha búsqueda documental se utilizaron bases de datos, como Google, Dialnet, ISBN España, Web Of Science, Scopus y Google Scholar, como se mencionó anteriormente. Para la búsqueda se utilizaron palabras clave como: salud, salud mental, emociones, infantil, educación, entre otras. De igual forma se ha consultado el temario de los diferentes módulos que componen este Máster Universitario de Educación Especial. En todo momento se aseguró la fiabilidad de las fuentes consultadas.

Como se ha comentado, en la metodología se ha utilizado información que se ha ido recabando mediante diferentes búsquedas, revisión bibliográfica, análisis y valoraciones de documentación.

Por otro lado, cabe destacar que para poder conocer un poco más la situación de la salud mental y emocional que se vive en los centros escolares, y poder así, observar la realidad que existe de cómo se trabaja este tema en los centros educativos, recomendamos realizar un formulario como recurso (Anexo 1 y 2) dirigido a familiares, docentes y alumnos y alumnas, para valorar y analizar el desarrollo de los alumnos y sus emociones. Se pueden modificar algunas preguntas, para recabar la opinión que tienen acerca de las intervenciones que se realizan en los centros educativos, más enfocados en conocer la labor del Departamento de Orientación. Al ser un análisis realizado en la etapa

de Educación Infantil, para poder realizar dichos cuestionarios al alumnado, se deben adaptar, para poder extraer la información necesaria de ellos también. De esa manera también se podrá profundizar un poco más en las necesidades familiares con respecto a la salud mental y emocional de sus hijos e hijas. Los datos extraídos de los cuestionarios junto con la información recogida a través de la revisión bibliográfica servirían como datos a tener en cuenta para la propuesta de intervención llevada a cabo.

## 4. Propuesta educativa de intervención

### 4.1. Contextualización y usuarios

Esta programación se llevará a cabo en un aula del segundo ciclo de Educación Infantil, concretamente con alumnos y alumnas de 5 años, en un Centro de Educación Especial (CEE). Por lo que la situación de los alumnos es variada, existiendo diferentes casos de NEE en el aula.

El enfoque que se quiere ofrecer va más allá de tratar el concepto de salud mental, y se enfoca desde una perspectiva más amplia que se basa en las variables propuestas por del Barco (2009), que influyen en la salud mental de las personas. Estas son: las habilidades sociales, la inteligencia emocional y la autoestima. Asimismo, una parte del programa de actividades van a estar enfocadas la resolución de conflictos ya que acuerdo con Mendoza (2014), la salud mental implica unos aspectos esenciales, entre los cuales se encuentran: desarrollar conocimientos, habilidades y relaciones afectivas estables tendientes a la satisfacción personal y con los demás y establecer una buena relación familiar, escolar con sus iguales. Trabajando estos contenidos los niños y niñas pueden desarrollarse de una forma más completa, trabajando desde ámbitos que quizá no se les da mucha importancia en el día a día.

Los elementos que se presentan a continuación para la elaboración de la propuesta educativa se han extraído del Decreto 196/2022, de 13 de octubre, por el que se establece el currículum del segundo Ciclo de la Educación Infantil de la Comunidad Autónoma de Canarias, concretamente los elementos que se han escogido pertenecen al área de Crecimiento en armonía. Cabe destacar que los criterios de evaluación y los objetivos se han escogido de esta área, ya que es la que hace más referencia al tema propuesto, pero al ser educación infantil el aprendizaje es globalizado, por lo tanto,

también se trabajarán las otras áreas de manera transversal. Lo mismo ocurre con los contenidos escogidos en los bloques.

Criterios de evaluación	Objetivos	Contenidos
<p>Progresar en la interacción sensorial del mundo a través de la aplicación de distintas estrategias que le permitan reconocer los sentidos y sus funciones, manifestando sentimientos de seguridad personal y confiando en sus propias posibilidades, con la finalidad de actuar de una manera cada vez más autónoma en su entorno social.</p> <p>Identificar y expresar sus necesidades, sentimientos, vivencias, preferencias e intereses, en distintos momentos, tanto de juego como en las rutinas y las tareas compartidas, para avanzar en el control progresivo de sus emociones.</p> <p>Participar en el desarrollo de actividades físicas estructuradas, con diferentes grados de intensidad, en todos los espacios disponibles del centro y, de manera específica, en espacios abiertos escolares y extraescolares, a partir de propuestas que impliquen movimiento, con el fin de disfrutar de los beneficios que implica para la salud y bienestar personal.</p>	<p>Conocer su propio cuerpo y el de los otros, así como sus posibilidades de acción y aprender a respetar las diferencias.</p> <p>Explorar y observar su entorno familiar, natural y social.</p> <p>Adquirir progresivamente autonomía en sus actividades habituales.</p> <p>Desarrollar sus capacidades emocionales y afectivas.</p> <p>Relacionarse con los demás en igualdad y adquirir progresivamente pautas elementales de convivencia y relación social, así como ejercitarse en el uso de la empatía y la resolución pacífica de conflictos, evitando cualquier tipo de violencia.</p>	<p>C1. Conocimiento, valoración y control que los niños y niñas van adquiriendo de sí mismo y del uso de los recursos de su propio cuerpo, junto a la utilización de los sentidos. Autonomía y autodeterminación.</p> <p>C2. Conocer e iniciarse en el manejo de sus emociones. Establecer relaciones armoniosas y de calidad. Aprender de los errores de forma constructiva.</p> <p>C3. Adquisición de estilos de vida saludable y sostenibles. Cuidado del cuerpo y creciente autonomía. Se promueve la actividad física como conducta saludable.</p>

## 4.2. Objetivos de la propuesta

La propuesta educativa o programación didáctica llamada “*salud mental es igual a felicidad eterna*”, tiene como objetivo principal conseguir alcanzar y mejorar la salud mental y emocional de los niños y niñas a través de las actividades propuestas y de la promoción educativa de manera positiva en las aulas de los centros escolares. Añadiendo de igual forma, la formación necesaria hacia los docentes y equipo directivo de los centros.

### 4.2.1. Objetivo General

- Mejorar la salud mental y emocional de los niños y niñas.

### 4.2.2. Objetivos específicos

- Fundamentar la salud mental y emocional en la etapa de Infantil.
- Profundizar y mejorar la autoestima, las habilidades sociales, la inteligencia emocional y la resolución de conflictos de los alumnos y alumnas.
- Trabajar en metodologías docentes adecuadas para la educación en salud mental y emocional en la etapa de Educación Infantil.
- Reconocer situaciones cotidianas que despiertan emociones positivas.
- Potenciar el aprendizaje mediante el juego.

## 4.3. Temporalización

El programa de intervención dará comienzo en enero, después de las navidades, y se desarrollará a lo largo del curso escolar, hasta septiembre. En enero se comenzará con una actividad de presentación. A continuación, en los meses de febrero y marzo se trabajará la autoestima. Los siguientes dos meses, abril y mayo, se llevará a cabo actividades relacionadas con las habilidades sociales. La siguiente etapa será en junio y se continuará al regresar del verano en septiembre, con la inteligencia emocional. Y, por último, se trabajará en los meses de octubre y noviembre la resolución de conflictos.

CURSO ESCOLAR	ACTIVIDADES	MODALIDAD
Enero	1	Presentación
Febrero y marzo	2, 3, 4, 5 y 6	Autoestima
Abril y mayo	7, 8, 9 y 10	Habilidades sociales
Junio y septiembre	11, 12, 13, 14 y 15	Inteligencia emocional
Octubre y noviembre	16, 17, 18 y 19	Resolución de conflictos

#### 4.4. Actividades

La metodología que se ha planteado para las actividades se basa en el aprendizaje activo y significativo, a través de la experiencia y el juego.

Dicho programa, que se presenta a continuación, estará conformado por un conjunto de actividades estructuradas y que seguirán un proceso de aprendizaje evolutivo de los docentes y el alumnado. Para conseguir dicho aprendizaje se seguirá un proceso de que partirá de situaciones concretas y cercanas a los intereses y capacidades de los niños y niñas, para ir introduciendo así progresivamente conceptos más complejos.

Por ello las actividades que se llevarán a cabo serán de diferente tipología:

- **Iniciales.** Para que sirvan de orientación, motivación y guía en los conocimientos previos.
- **De desarrollo.** Para hacer que evolucionen los conceptos adquiridos anteriormente y ejecutarlos.
- **Finales.** Para hacer referencia a los conocimientos iniciales, ver su evolución en el tiempo y así reflexionar de los contenidos obtenidos.

Las actividades estarán conformadas dentro de cuatro grandes bloques: temáticos: autoestima, habilidades sociales, inteligencia emocional y resolución de conflictos, todos ellos divididos en uno y dos meses.

<b>ACTIVIDADES</b>	<b>NOMBRE</b>	<b>TIEMPO</b>
Actividad 1	Soy muy feliz cuando...	45'
Actividad 2	¿Quién está en el espejo?	5'
Actividad 3	Malena la ballena	20' y 45'
Actividad 4	El jarrón mágico	5'
Actividad 5	Las gafas del amor	10'
Actividad 6	El árbol de infantil	45'
Actividad 7	3,2,1... Acción	20'
Actividad 8	Equipo medusas	25'
Actividad 9	Te quiero mucho	30'
Actividad 10	Juego del teléfono	10'
Actividad 11	Película "Inside out"	35'
Actividad 12	El laberinto del alma	40'
Actividad 13	Mural de las emociones	30'
Actividad 14	Hoy me siento...	30'
Actividad 15	La caja de los sentimientos	30'
Actividad 16	Cocodrilo	45'
Actividad 17	Rincón de la paz y armonía	40'
Actividad 18	El mediador	30'
Actividad 19	Ahora soy tú	45'

### Actividad 1.

<b>Título:</b> Soy muy feliz cuando...		
<b>Tipo de actividad:</b> Inicial	<b>Duración:</b> Enero. 45 minutos	<b>Recursos:</b> Docente, colores, papel, mural
<p><b>Desarrollo:</b> Se le repartirá a cada alumno una hoja de papel y en ella deberán dibujar con los colores cosas que a ellos les hacen felices. A continuación, harán la asamblea rutinaria y cada uno explicará lo que ha dibujado, con ayuda de la maestra si es necesario. Para finalizar entre todos realizarán un mural con todos los dibujos de la clase, poniendo debajo de ellos la inicial de sus nombres.</p> <p><b>Objetivo:</b> Reconocer situaciones o cosas cotidianas que nos aportan sentimientos positivos.</p> <p><b>Evaluación:</b> Observación directa y sistemática por parte del docente.</p>		



## Actividad 2.

<b>Título:</b> ¿Quién está en el espejo?		
<b>Tipo de actividad:</b> Inicial y rutinaria	<b>Duración:</b> Febrero y marzo.  5 minutos	<b>Recursos:</b> Docente y espejo
<p><b>Desarrollo:</b> Una vez a la semana se realizará esta actividad, estableciendo una rutina. Los niños y niñas tendrán que colocarse de pie frente al espejo de cuerpo completo que habrá en la clase, y tendrá que observarse bien y decirse a sí mismo una cualidad positiva. Luego harán un círculo sentándose en el suelo y todos irán diciendo en voz alta la cualidad que dijo el compañero o compañera de su izquierda, ampliando así su vocabulario.</p> <p>Si los niños o niñas nos saben que decir, la docente les hará algunas preguntas para ayudarlos a pensar, como, por ejemplo: ¿Conoces al niño o niña del espejo?; ¿Qué es lo más que te gusta de él o ella?; ¿Crees que ese niño o niña tiene cosas buenas?, etc.</p> <p><b>Objetivo:</b> Desarrollar el autoconcepto y la autoestima y adquirir una imagen ajustada y positiva de sí mismo.</p> <p><b>Evaluación:</b> Observación directa y sistemática por parte del docente.</p>		

### Actividad 3.

<b>Título:</b> Malena la ballena		
<b>Tipo de actividad:</b> Desarrollo	<b>Duración:</b> Febrero y marzo.  20 minutos y 45 minutos	<b>Recursos:</b> Docente, alumnos, libro “Malena Ballena” (Anexo 4).
<p><b>Desarrollo:</b> Esta actividad se dividirá en dos partes. Primero, en la asamblea se va a realizar la lectura del cuento “Malena Ballena”, y se recomendará realizar esta lectura en casa con la familia. Una vez leído el cuento la docente realizará algunas preguntas para facilitar la comprensión e introducción de nuevos conceptos y vocabulario.</p> <p>Por ejemplo: ¿Qué han hecho los amigos de malena en la piscina?; ¿Cómo se ha sentido Malena?; ¿Quién ha ayudado a Malena?; ¿Qué debemos hacer si nos dicen cosas malas?; ¿Cómo nos sentimos si nos tratan mal?; ¿nos queremos?, etc.</p> <p><b>Objetivo:</b> Explicar los sentimientos propios y de los demás y adquirir una imagen positiva de sí mismo.</p> <p><b>Evaluación:</b> Observación directa y sistemática por parte del docente.</p>		

#### Actividad 4:

<b>Título:</b> El jarrón mágico		
<b>Tipo de actividad:</b> Desarrollo	<b>Duración:</b> Febrero y marzo. 5 minutos	<b>Recursos:</b> Docente, jarrón, papelitos con frases (Anexo 5).
<p><b>Desarrollo:</b> Durante estos dos meses, se realizará la siguiente actividad de forma rutinaria, todos los días. En el aula habrá un jarrón grande lleno de papelitos de colores que en su interior contienen frases positivas. Después de realizar la asamblea, el encargado o encargada del día cogerá un papelito del jarrón, la maestra lo leerá en voz alta con ayuda del alumno o alumna y éste deberá dedicárselo a un compañero o compañera de la clase regalándole este papelito a la persona que ha elegido.</p> <p><b>Objetivo:</b> Potenciar la autoestima de los compañeros y compañeras de clase.</p> <p><b>Evaluación:</b> Observación directa y sistemática por parte del docente.</p>		

### Actividad 5:

<b>Título:</b> Las gafas del amor		
<b>Tipo de actividad:</b> Desarrollo	<b>Duración:</b> Febrero y marzo.  10 minutos	<b>Recursos:</b> Docente, gafas de colores, silla
<p><b>Desarrollo:</b> Esta actividad se realizará el día del cumpleaños de cada alumno y alumna de la clase. En la clase habrá una silla decorada con un forro brillante y de colores, en la que él o la cumpleañera se sentará, como rey o reina del día. Sus compañeros harán una fila india y a medida que se van colocando en frente del cumpleañosero o cumpleañosera, se colocarán las super gafas de colores que tendrán en el aula, las cuales llaman “Las gafas del amor” porque cuando se las ponen solo pueden decir cosas muy bonitas a los demás. Por lo que cada niño o niña, cuando se coloque las gafas del amor deberá decirle algo bonito al cumpleañosero o cumpleañosera.</p> <p><b>Objetivo:</b> Potenciar la autoestima de los compañeros y compañeras de la clase.</p> <p><b>Evaluación:</b> Observación directa y sistemática por parte del docente.</p>		

## Actividad 6.

<b>Título:</b> El árbol de infantil		
<b>Tipo de actividad:</b> Final	<b>Duración:</b> Febrero y marzo. 45 minutos	<b>Recursos:</b> Docente, Hoja del árbol (Anexo 6), hojas (Anexo 7), tijeras, colores, pegamento
<p><b>Desarrollo:</b> Esta actividad se dividirá en dos partes. Por un lado, la maestra colocará una hoja grande con un árbol sin hojas en la pared. Para empezar, los alumnos y alumnas deberán colorear el árbol como más les guste, entre todos. Luego la profesora sacará una caja pequeña llena de hojas de árboles con frases bonitas y positivas. Los niños y niñas deberán, uno por uno, levantarse a coger una hoja con la que se sientan identificados, para recortarla, colorearla y pegarla en el árbol. Formando así un gran mural hecho en equipo.</p> <p><b>Objetivo:</b> Adquirir una imagen ajustada y positiva de sí mismo.</p> <p><b>Evaluación:</b> Observación directa y sistemática por parte del docente.</p>		

## Actividad 7.

<b>Título:</b> 3,2,1... Acción		
<b>Tipo de actividad:</b> Inicial, desarrollo y final	<b>Duración:</b> Abril y mayo. 20 minutos	<b>Recursos:</b> Docente, pizarra digital (TIC), caras (Anexo 8).
<p><b>Desarrollo:</b> Esta actividad se dividirá en tres partes, y se realizará de forma rutinaria en los meses de abril y mayo, un día a la semana. Ese día se verá un corto, diferente cada día de la semana, y la maestra realizará algunas preguntas para analizar el corto y ver que lo han entendido y que sean capaces así, de reconocer los sentimientos y emociones de los personajes. Trabajando de esta forma la empatía.</p> <p>Algunos de los cortos:</p> <p>The Birds: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=BLxx59JLCCY">https://www.youtube.com/watch?v=BLxx59JLCCY</a></p> <p>Empathy: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=iEagmMcsi_c">https://www.youtube.com/watch?v=iEagmMcsi_c</a></p> <p>Cuerdas: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=4INwx_tmTKw">https://www.youtube.com/watch?v=4INwx_tmTKw</a></p> <p>El erizo: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=wU2PXit6ixQ">https://www.youtube.com/watch?v=wU2PXit6ixQ</a></p> <p>La caja: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=nWh5MHf7wxQ">https://www.youtube.com/watch?v=nWh5MHf7wxQ</a></p> <p>Después de ver el corto del día, harán una pequeña asamblea dónde dialogarán y debatirán sobre lo que han visto, qué piensan ellos o ellas, cómo creen que se sentían los protagonistas, que harían ellos o ellas para ayudarles, etc.</p> <p><b>Objetivo:</b> Ponerse en el lugar del otro u otra y ver cómo se siente.</p> <p><b>Evaluación:</b> Observación directa y sistemática por parte del docente.</p>		

### Actividad 8.

<b>Título:</b> Equipo medusas		
<b>Tipo de actividad:</b> Desarrollo	<b>Duración:</b> Abril y mayo. 25 minutos	<b>Recursos:</b> Alumnos, papel de periódico, obstáculos del aula: colchonetas, muebles, etc.
<p><b>Desarrollo:</b> Esta actividad consiste en trabajar en grupo, todos juntos, ayudándose. La pirata barba roja, les ha robado el tesoro y se ha ido, pasando por un lago peligroso lleno de cocodrilos furiosos y hambrientos. El equipo medusas, formado por los alumnos y alumnas del aula deberán cruzar el lago con mucho cuidado, y para ello van a utilizar el papel de periódico. Tendrán que ayudarse colocando el papel y pisando muy despacio, ayudándose unos a otros para no caer. Una vez hayan cruzado el lago, podrán recurrar su tesoro, que es un cofre lleno de monedas de chocolate, para repartir y disfrutar en la clase. Al finalizar la maestra les hará algunas preguntas para evaluar los conocimientos adquiridos y que los alumnos y alumnas los interioricen.</p> <p>Por ejemplo: ¿Creen que podrían haberlo logrado sin sus compañeros y compañeras?, ¿Ha sido fácil?, ¿Cómo se han sentido?</p> <p><b>Objetivo:</b> Trabajar en equipo para conseguir el objetivo propuesto.</p> <p><b>Evaluación:</b> Observación directa y sistemática por parte del docente.</p>		

## Actividad 9.

<b>Título:</b> Te quiero mucho		
<b>Tipo de actividad:</b> Inicial, desarrollo y final	<b>Duración:</b> Abril y mayo. 30 minutos	<b>Recursos:</b> Docente, folios, colores, lápiz, goma.
<p><b>Desarrollo:</b> En esta actividad se divide en 2 días.</p> <p>El primer día, se juega al “¿me quieres?” para conseguir una silla y trabajar la empatía. Todos se encuentran sentados en sillas formando un círculo, y una niña está de pie y va a un compañero y le pregunta “¿me quieres?” a lo que el niño deberá responder que sí, y cederle su silla a la compañera. Así, hasta que todos hayan conseguido sentarse.</p> <p>Luego en la asamblea la maestra hablará sobre el afecto de querer a alguien, preguntará a qué personas quiere cada uno y porque, y cómo se lo demuestran.</p> <p>El segundo día, la maestra colocará en un saco los nombres de los alumnos en tiras plastificadas. Cada niño deberá a lo largo del día haber cogido un nombre e ir hacia esa persona y darle una muestra de afecto cariñoso, ya sea un abrazo, un beso, una caricia, etc. Para finalizar esta actividad cada niño y niña deberá dibujarse en un folio junto a las personas que más quiere en el mundo y este dibujo podrán llevárselo a casa.</p> <p><b>Objetivo:</b> Favorecer los vínculos afectivos con las personas de nuestro entorno.</p> <p><b>Evaluación:</b> Observación directa y sistemática por parte del docente.</p>		



### Actividad 10.

<b>Título:</b> Juego del teléfono		
<b>Tipo de actividad:</b> Desarrollo	<b>Duración:</b> Abril y mayo. 10 minutos	<b>Recursos:</b> Docente y alumnos
<p><b>Desarrollo:</b> Para empezar, dividirán la clase debe de ponerse en círculo, sentados en el suelo. La maestra le dice a uno de los integrantes del grupo un mensaje corto en el oído. Éste deberá transmitir el mismo mensaje a su compañero o compañera de la izquierda y así sucesivamente hasta llegar al último que lo dirá en voz alta. Mientras el mensaje se va pasando de unos a otros, los demás deberán ir haciendo ruidos, sonidos, para que no se escuche bien y que puedan llegar a crear confusiones en los compañeros que están prestando atención a lo que les dicen en el oído.</p> <p><b>Objetivo:</b> Mejorar la comunicación y escucha.</p> <p><b>Evaluación:</b> Observación directa y sistemática por parte del docente.</p>		

### Actividad 11.

<b>Título:</b> Película "Inside out"		
<b>Tipo de actividad:</b> Introducción	<b>Duración:</b> Junio y septiembre.  35 minutos.	<b>Recursos:</b> Docente, pizarra digital y película.
<p><b>Desarrollo:</b> En esta actividad verán en clase la película "Inside out". Al ser tan larga, la película se verá por tramos durante una semana. Y cada día cuando terminen de ver el trozo, lo analizarán entre todos y dirán qué les está pareciendo. Para que finalmente el último día cuando acaben la película, puedan hablar de los sentimientos que han podido identificar, cómo se han sentido, etc.</p> <p><b>Objetivo:</b> Identificar los sentimientos y emociones propias y de los otros.</p> <p><b>Evaluación:</b> Observación directa y sistemática por parte del docente.</p>		

## Actividad 12.

<b>Título:</b> El laberinto del alma		
<b>Tipo de actividad:</b> Inicial	<b>Duración:</b> Junio y septiembre.  40 minutos	<b>Recursos:</b> Docente, el libro "laberinto del alma" (Anexo 9).
<p><b>Desarrollo:</b> En esta actividad comenzará la maestra leyendo el cuento "Laberinto del alma", y se recomendará realizar la lectura en casa con la familia. Cuando acaben el cuento, se realizará una pequeña asamblea y se llevará a cabo un debate sobre lo leído.</p> <p><b>Objetivo:</b> Reconocer sentimientos y emociones propias y de los otros.</p> <p><b>Evaluación:</b> Observación directa y sistemática por parte del docente.</p>		

### Actividad 13.

<b>Título:</b> Mural de las emociones		
<b>Tipo de actividad:</b> Desarrollo	<b>Duración:</b> Junio y septiembre.  30 minutos	<b>Recursos:</b> Docente, papel marrón, pintura de manos, colores.
<p><b>Desarrollo:</b> La maestra colocará el papel marrón en el suelo a lo largo de la clase. Cada niño o niña se pondrá delante de un trozo de papel y cogerá el material que prefiera (pintura de manos, rotuladores, ceras, etc). La maestra pondrá cinco canciones, cada una trata de un sentimiento diferente (alegría, tristeza, enfado, miedo, asco). Mientras suena la música los alumnos y alumnas deberán dejar salir su imaginación y pintar lo que les apetezca en su trozo de mural. Para finalizar, la maestra colocara el mural de las emociones en la pared, para que todos y todas lo puedan ver.</p> <p><b>Objetivo:</b> Expresar los sentimientos y emociones propias y de los otros</p> <p><b>Evaluación:</b> Observación directa y sistemática por parte del docente.</p>		

#### Actividad 14.

<b>Título:</b> Hoy me siento...		
<b>Tipo de actividad:</b> Desarrollo	<b>Duración:</b> Junio y septiembre.  30 minutos	<b>Recursos:</b> Docente, cartulinas, fotos de los alumnos
<p><b>Desarrollo:</b> En esta actividad se contará con cuatro cartulinas de diferente color cada una de ellas, simulando una emoción. La amarilla será la alegría, la roja será el enfado, la azul será la tristeza y la morada será el miedo. También habrá dos cartulinas, una negra y otra blanca, donde habrá fotos plastificadas de los alumnos, pegadas con velcro a la cartulina. Al comienzo y el final del día los niños y niñas deberán colocar su foto en la cartulina que les represente.</p> <p><b>Objetivo:</b> Identificar los sentimientos y emociones propias.</p> <p><b>Evaluación:</b> Observación directa y sistemática por parte del docente.</p>		

### Actividad 15.

<b>Título:</b> La caja de los sentimientos		
<b>Tipo de actividad:</b> Final	<b>Duración:</b> Junio y septiembre. 30 minutos	<b>Recursos:</b> Docente, dibujo de los cofres (Anexo 10), colores, goma, etc.
<p><b>Desarrollo:</b> Esta actividad se realizará todos los días, trabajando una emoción o sentimiento distinto cada día de la semana. Primero harán una asamblea y se hablará de la emoción elegida para ese día. A continuación, la maestra repartirá las fichas de los cofres, de forma individual, y cada uno deberá expresar mediante el dibujo, que cosas o momentos le hacen sentir esa emoción o sentimiento. Cuando la sienten, y por qué.</p> <p><b>Objetivo:</b> Identificar y expresar los sentimientos y emociones propias.</p> <p><b>Evaluación:</b> Observación directa y sistemática por parte del docente.</p>		

## Actividad 16.

<b>Título:</b> Cocodrilo		
<b>Tipo de actividad:</b> Inicial	<b>Duración:</b> Octubre y noviembre.  45 minutos	<b>Recursos:</b> Docente, cocodrilo papel continuo, papel de seda, cuento.
<p><b>Desarrollo:</b> Para empezar la actividad la maestra se inventará el cuento del cocodrilo. A continuación, la maestra realizará algunas preguntas relacionadas con el cuento, para que sean capaces de identificar el conflicto y las soluciones. Y por último cada niño colocará trocitos de papel de seda y coloreará el cocodrilo, realizando así, entre todos, un gran cocodrilo que colocarán en la clase.</p> <p><b>Objetivo:</b> Reconocer las situaciones en las que hay un conflicto y como se debería de solucionar.</p> <p><b>Evaluación:</b> Observación directa y sistemática por parte del docente.</p>		

### Actividad 17.

<b>Título:</b> Rincón de la paz y armonía		
<b>Tipo de actividad:</b> Desarrollo	<b>Duración:</b> Octubre y noviembre.  40 minutos	<b>Recursos:</b> Docente, material necesario
<p><b>Desarrollo:</b> En el aula habrá un pequeño rincón dedicado a la paz y tranquilidad, un rincón especial con mucho silencio. El rincón será preparado y decorado por la maestra y los alumnos, generando un espacio amplio, tranquilo, de armonía y amor. Donde los niños y niñas podrán ir siempre que lo necesiten.</p> <p><b>Objetivo:</b> Autorregularse emocionalmente después de un conflicto.</p> <p><b>Evaluación:</b> Observación directa y sistemática por parte del docente.</p>		



### Actividad 18.

<b>Título:</b> El mediador		
<b>Tipo de actividad:</b> Desarrollo	<b>Duración:</b> Octubre y noviembre.  30 minutos	<b>Recursos:</b> Docente, alumnos y medalla para el mediador
<p><b>Desarrollo:</b> Esta actividad se llevará a cabo después de realizar la asamblea rutinaria. Se realizarán dos grupos, cada uno de ellos tendrá un conflicto que lo planteará la maestra, y en cada grupo habrá un mediador o mediadora, que será el encargado o encargada de resolver dicho conflicto de manera eficaz y calmada, utilizando el diálogo, comprensión y cariño. El mediador o mediadora que mejor lo haga se llevará la medalla del día. Esta actividad se irá haciendo un día a la semana e irán turnándose los mediadores, para que todos y todas puedan pasar por ese lugar.</p> <p><b>Objetivo:</b> Reconocer las situaciones en las que hay un conflicto y saber intervenir de forma positiva en la resolución del mismo.</p> <p><b>Evaluación:</b> Observación directa y sistemática por parte del docente.</p>		

### Actividad 19.

<b>Título:</b> Ahora soy tú		
<b>Tipo de actividad:</b> Final	<b>Duración:</b> Octubre y noviembre. 45 minutos	<b>Recursos:</b> Docente, hojas, lápices y colores
<p><b>Desarrollo:</b> Realizarán una asamblea y comunicarán y opinarán, junto con la maestra, de diferentes conflictos que hayan podido haber a lo largo de la semana y lo que les ha causado a cada uno. Luego en una hoja deberán dibujar ese conflicto y la resolución del mismo que ellos consideren manera ellos creen que pueden resolver ese conflicto. Para finalizar se expondrán y compartirán con los demás.</p> <p><b>Objetivo:</b> Reconocer las situaciones en las que hay un conflicto e intervenir en la resolución del mismo.</p> <p><b>Evaluación:</b> Observación directa y sistemática por parte del docente.</p>		

#### 4.5. Evaluación

En cuanto a la evaluación de la propuesta didáctica, cabe destacar que se llevará a cabo una evaluación con carácter global, formativo y continuo, a partir de una observación directa y sistemática por parte del docente. Es importante resaltar que la evaluación será de carácter cualitativo, no cuantitativo.

Al ser una propuesta didáctica, el docente utilizará una escala de estimación (Anexo 3), para recoger datos evaluativos del programa, ya que lo más importante será la actitud y participación de los alumnos y alumnas. Este instrumento de evaluación permite recoger información de comportamientos y actitudes observables en el aula. Siendo éste un método fácil y rápido de utilizar.

### 5. Conclusiones

Como conclusiones de la propuesta de intervención, se ha podido comprobar que trabajar y entender la salud mental y emocional, son aspectos muy importantes, no solo para la vida educativa, sino para la vida en general de todas las personas. Es muy importante sobre todo en la etapa de Educación Infantil, donde se reafirman y asientan unas bases del desarrollo personal del niño o la niña. Los niños y niñas en la etapa infantil, son personas muy vulnerables, por eso es importante favorecer una buena salud mental, motivándolos y ayudándolos en lo necesario. Trabajar su autoestima, su confianza, su resolución de conflictos, sus habilidades sociales e inteligencia emocional, son principios básicos para un futuro sano y feliz.

En cuanto a las características de los participantes en las actividades, se coincide con los diferentes autores en que los alumnos se encuentran en un periodo de transición y de aprendizaje en el que ya no se les considera bebés, pero tampoco niños grandes. Es por ello que estos alumnos y alumnas necesitan un trato individualizado y especial, pues cada uno de ellos se desarrolla a un ritmo distinto y con personalidades y necesidades distintas.

Por ello, para la realización de la programación se tuvo en cuenta el conocimiento de las características de la etapa, para así ajustarla a la realidad y sus necesidades.

La escuela también es un espacio de gran importancia en la vida del niño y la niña, ya que es donde desarrolla una gran parte de su vida, y es por lo tanto un lugar donde se manifiestan muchos de sus malestares (Amorós, 2021). La escuela, como destaca dicho autor, debe ser también un lugar seguro, donde los niños y niñas se sientan como en casa, acogidos, integrados y acompañados en todos los aspectos posibles. También resalta la importancia del papel de los docentes en la escuela, ya que lo considera fundamental. Por ello, es imprescindible una buena formación sobre la salud mental y emocional. Para que de esta forma la respuesta educativa y la atención puedan ser las más adecuadas para los alumnos y alumnas. *“Los determinantes de la salud y los trastornos mentales incluyen variables individuales, pero también incluyen factores sociales, culturales, económicos y ambientales.”*

Por ello, se ha confirmado que la escuela es el lugar idóneo para la educación correcta en salud y bienestar emocional, ya que es allí donde pasan la mayor parte del tiempo. Dentro de la escuela el papel más importante lo juega el maestro o maestra que acompaña durante todos los días a los alumnos y alumnas, siendo éste una figura ejemplar para ellos.

Para enseñar los contenidos de forma correcta y adecuada a la etapa se han escogido unas metodologías concretas ya que son participativas y suponen un aprendizaje vivencial y motivador para el alumnado de infantil. Pues, muchas de ellas se relacionan con su vida diaria.

Por último, se ha elaborado una propuesta para la mejora de la salud mental de los niños y niñas de infantil, aplicando todo aquello que se ha considerado relevante entre lo hallado y búsqueda documental.

Consideramos que sería necesario destacar la importancia y a su vez la necesidad de que todos los docentes se formen en este aspecto tan importante, siendo así más conscientes y mostrando así un mayor interés en la prevención y promoción de la salud en la infancia. Pues cada vez hay más niños y niñas con depresión y ansiedad, principalmente, sobre todo después de la situación sociosanitaria que se ha vivido en los últimos años.

Cabe destacar, que a la hora de buscar información ha sido complicado encontrar autores actuales que hablen sobre el tema, resultando más fácil recabar informaciones sobre autores más antiguos en algunos aspectos de la propuesta.

En un futuro, después de llevar a cabo dicha propuesta y obteniendo los resultados necesarios de la misma, se podría evaluar y mejorar la forma de trabajar para conseguir y ampliar la obtención de unos mejores objetivos y, por ende, mejores resultados. Consiguiendo así una óptima educación sobre la salud. Ya que el tema de la salud mental y emocional se va actualizando y se va avanzando con el paso del tiempo. Por lo que en las escuelas se debe estar a la altura de la situación y las necesidades que tengan los alumnos y alumnas.

## 6. Referencias bibliográficas

- Amorós, J. (2021). *Escuela y salud mental. Revista Perspectiva 416: Salud Mental*  
<https://www.rosasensat.org/revista/perspectiva-416-salut-mental/escola-i-salut-mental/>
- Bienestar emocional en el ámbito educativo. Ministerio de Sanidad del Gobierno de España <https://www.educacionyfp.gob.es/mc/sgctie/cooperacion-territorial/programas-cooperacion/bienestar-emocional.html>
- BISQUERRA, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Choliz, M. (2005). *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. Universidad de Valencia. Recuperado de <https://www.uv.es/choliz/Proceso%20emocional.pdf>
- Concreciones curriculares. DUA  
[https://www.gobiernodecanarias.org/educacion/web/servicios/necesidades\\_apoyo\\_educativo/concreciones-curriculares/index.html](https://www.gobiernodecanarias.org/educacion/web/servicios/necesidades_apoyo_educativo/concreciones-curriculares/index.html)
- Decreto 196/2022, de 13 de octubre, por el que se establece el currículum del segundo Ciclo de la Educación Infantil de la Comunidad Autónoma de Canarias*  
<https://www.gobiernodecanarias.org/educacion/web/infantil/informacion/contenidos/>
- Del Barco, B. L. (2009). Salud mental en las aulas. *Revista de Estudios de Juventud*, 66-84 <http://www.injuve.es/sites/default/files/RJ84-06.pdf>
- De La Guardia, M. A. y Ruvalcaba, J. C. (2020). La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria. *Journal of Negative and No Positive Results*, 81-90 <https://scielo.isciii.es/pdf/jonnpr/v5n1/2529-850X-jonnpr-5-01-81.pdf>
- DUA <https://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:c8e7d35c-c3aa-483d-ba2e-68c22fad7e42/pe-n9-art04-carmen-alba.pdf>
- García, M. D. F (2008). La asamblea en educación infantil. *Revista Digital Innovación y experiencias educativas*, 13, 1-8.
- Gavidia, V. y Talavera, M. (2012). La construcción del concepto de salud. *Didáctica de las Ciencias Experimentales y Sociales*, 161-175 <https://doi.org/10.7203/dces.26.1935>
- Gobierno de Canarias (s.f.). Programa Escuela y Salud.  
[https://www.gobiernodecanarias.org/educacion/web/programas-redes-educativas/programas-educativos/escuela\\_salud/](https://www.gobiernodecanarias.org/educacion/web/programas-redes-educativas/programas-educativos/escuela_salud/)

Guirao, J. (2013). La espiritualidad como dimensión de la concepción holística de la salud. *ENE: Revista de Enfermería*, 6 <http://ene-enfermeria.org/ojs/index.php/ENE/article/view/252/206>

*Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación:* <https://www.boe.es/eli/es/lo/2020/12/29/3/dof/spa/pdf>

Eugenia Mansilla (2020). *Etapa del desarrollo humano*. <https://www.studocu.com/es-mx/document/universidad-la-concordia-mexico/desarrollo-humano/etapa-del-desarrollo-humano-por-ma-eugenia-mansilla/18138876>

Martin, M. J. (2017). Epidemiología de los trastornos mentales en la infancia y en la adolescencia. *Acta sanitaria* [https://www.actasanitaria.com/opinion/punto-de-vista/epidemiologia-de-los-trastornos-mentales-en-la-infancia-y-en-la-adolescencia\\_1320635\\_102.html](https://www.actasanitaria.com/opinion/punto-de-vista/epidemiologia-de-los-trastornos-mentales-en-la-infancia-y-en-la-adolescencia_1320635_102.html)

Mayo clínic (2022). *Enfermedad mental en los niños: infórmate sobre los signos* <https://www.mayoclinic.org/es/healthy-lifestyle/childrens-health/in-depth/mental-illness-in-children/art-20046577>

Ministerio de Sanidad, (2022). *Plan de Acción en Salud Mental 2022-2024. Estrategia Salud Mental del SNS*. Gobierno de España.

Modificaciones en la LOMLOE. <https://www.afoe.org/alumnado-neae-lomloe/>

Módulo 1. *Investigación en Educación Especial del Máster en Educación Especial*. Universidad Europea. <https://campus.europaeducationgroup.es/courses/38537/modules>

Módulo 2. *Evaluación en Educación Especial del Máster en Educación Especial*. Universidad Europea. <https://campus.europaeducationgroup.es/courses/38539/modules>

Organización de Consumidores y Usuarios (2021). *Cómo prevenir para evitar problemas* <https://www.ocu.org/salud/bienestar-prevencion/consejos/salud-mental-infancia>

OMS (2022). Constitución. <https://www.who.int/es/about/governance/constitution>

Plan de Acción de Salud Mental 2022-2024 / Dirección General de Salud Pública [https://www.sanidad.gob.es/organizacion/sns/planCalidadSNS/docs/saludmental/P\\_LAN\\_ACCION\\_SALUD\\_MENTAL\\_2022-2024.pdf](https://www.sanidad.gob.es/organizacion/sns/planCalidadSNS/docs/saludmental/P_LAN_ACCION_SALUD_MENTAL_2022-2024.pdf)

- Piaget, J. (2014). Etapas del desarrollo cognitivo de Piaget.  
[https://www.researchgate.net/profile/Armando-Valdes-Velazquez/publication/327219515\\_Etapas\\_del\\_desarrollo\\_cognitivo\\_de\\_Piaget/links/5b80af4c4585151fd1307d84/Etapas-del-desarrollo-cognitivo-de-Piaget.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Armando-Valdes-Velazquez/publication/327219515_Etapas_del_desarrollo_cognitivo_de_Piaget/links/5b80af4c4585151fd1307d84/Etapas-del-desarrollo-cognitivo-de-Piaget.pdf)
- Piñones, C. y Mansilla. M. (2017). El imaginario de la horizontalidad como instrumento de subordinación: la Política de Salud pueblos indígenas en el multiculturalismo neoliberal chileno. *Revista Saude e Sociedade*  
[https://www.researchgate.net/figure/Figura-1-Determinantes-sociales-de-la-salud-segun-la-comision-de-determinantes-sociales\\_fig1\\_320552470](https://www.researchgate.net/figure/Figura-1-Determinantes-sociales-de-la-salud-segun-la-comision-de-determinantes-sociales_fig1_320552470)
- Pupo, L., Nogueras, Y., De Prada, M., y Labrada, D. (2018). Salud mental infanto juvenil, características de una problemática actual. *Revista Electrónica Dr. Zoilo E. Marinello Vidaurreta*, 43  
<https://revzoilomarinaldo.sld.cu/index.php/zmv/article/view/1687>
- Real Decreto 95/2022, de 1 de febrero, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Infantil  
<https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2022-1654>
- Red de escuelas de Salud <https://www.redescuelassalud.es>
- Red de Escuelas Promotoras de Salud. <https://www.educacionyfp.gob.es/mc/sgctie/salud-escolar/redescuelassaludables.html>
- UNICEF (2021). *Estado Mundial de la Infancia 2021. En mi mente. Promover, proteger y cuidar la salud mental de la infancia*  
<https://www.unicef.org/media/114641/file/SOWC%202021%20Full%20Report%20Spanish.pdf>
- UNIR, Universidad en Internet. Revista: *Las Necesidades Educativas Especiales en Educación Infantil*. (2020) <https://www.unir.net/educacion/revista/necesidades-educativas-especiales-educacion-infantil/>
- Vergara, C. (2021). Lo que las escuelas realmente necesitan enseñar: salud mental. *Actualidad en Psicología* <https://www.actualidadenpsicologia.com/lo-que-las-escuelas-realmente-necesitan-enseñar-salud-mental/>



## 7. Anexos

### Anexo 1.

**Tabla I.** Evaluación del desarrollo por parte de los padres (PEDS). Traducción realizada por Rubén Pardo (Junta de Andalucía)

1. Por favor, indique si le preocupa algo de la manera en que su hijo/a está aprendiendo, se desarrolla o comporta:  
\_\_\_\_\_
2. ¿Le preocupa cómo su hijo/a habla y forma los sonidos? Marque una respuesta:  
 Sí                       No                       Un poco  
Comentarios: \_\_\_\_\_
3. ¿Le preocupa cómo su hijo/a entiende lo que le dicen? Marque una respuesta:  
 Sí                       No                       Un poco  
Comentarios: \_\_\_\_\_
4. ¿Le preocupa cómo su hijo/a usa las manos y dedos para hacer las cosas? Marque una respuesta:  
 Sí                       No                       Un poco  
Comentarios: \_\_\_\_\_
5. ¿Le preocupa cómo su hijo/a usa las piernas y los brazos para hacer las cosas? Marque una respuesta:  
 Sí                       No                       Un poco  
Comentarios: \_\_\_\_\_
6. ¿Le preocupa cómo su hijo/a se comporta? Marque una respuesta:  
 Sí                       No                       Un poco  
Comentarios: \_\_\_\_\_
7. ¿Le preocupa cómo su hijo se relaciona con otras personas? Marque una respuesta:  
 Sí                       No                       Un poco  
Comentarios: \_\_\_\_\_
8. ¿Le preocupa cómo su hijo está aprendiendo a hacer cosas por sí mismo? Marque una respuesta:  
 Sí                       No                       Un poco  
Comentarios: \_\_\_\_\_
9. Para niños mayores de 3 años: ¿le preocupa cómo su hijo está desarrollando las habilidades prescolares o escolares? Marque una respuesta:  
 Sí                       No                       Un poco  
Comentarios: \_\_\_\_\_
10. ¿Le preocupa algo más acerca de su hijo/a?  
\_\_\_\_\_

## Anexo 2.

### Anexo: CUESTIONARIO INFANTIL de EMOCIONES POSITIVAS

Por favor responde las frases que aparecen más abajo haciendo una cruz (x) en la casilla que corresponda: *Si, Más o menos, o No.*

No hay respuestas correctas o incorrectas, sólo es importante que seas honesto. Muchas Gracias.

	Si	Más o menos	No
1. Soy una persona alegre			
2. Estoy agradecido con varias personas, por lo que hacen por mí			
3. La mayor parte de los días me siento en paz			
4. Valoro cuando los demás me ayudan			
5. Soy bastante tranquilo			
6. Me pongo muy mal si veo que alguien se lastima			
7. Si veo llorar a un/a nene/a me dan ganas de llorar a mí también			
8. Me quiero mucho a mí mismo			
9. Soluciono mis problemas con mucha tranquilidad			
10. Me gusta devolver favores			
11. Cuando alguien está solo y aburrido me dan ganas de acercarme y jugar con él			
12. Me divierto mucho con las cosas que hago			
13. Soy muy feliz			
14. Casi siempre estoy relajado			
15. Siempre que puedo, devuelvo los favores que recibo			
16. Siento que soy muy valioso			
17. Aunque tenga problemas, igual mantengo la calma			
18. Casi siempre la paso bien			
19. Me quedo tranquilo aunque no pueda hacer lo que me gusta			
20. Siento que soy importante			
21. Si alguien está llorando me dan ganas de abrazarlo o consolarlo			
22. Me gusta agradecerle a la gente			
23. Casi siempre estoy contento/a			

Anexo 3.

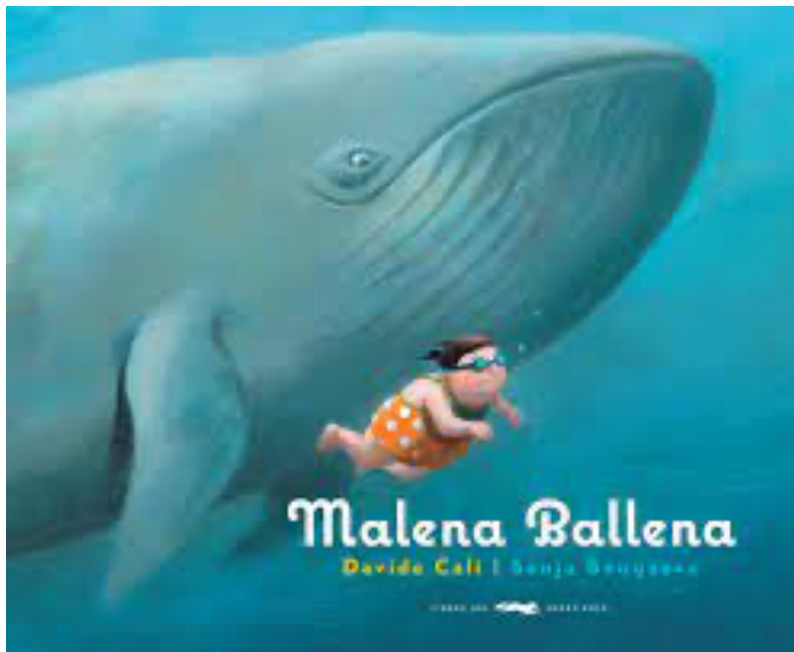
ESCALA DE ESTIMACIÓN					
Nombre y apellidos:					
	SIEMPRE	A MENUDO	DE VEZ EN CUANDO	POCAS VECES	NUNCA
Escucha activa					
Buen comportamiento					
Participación activa					
Actitud positiva					
Respetar al otro					
Respetar el turno de palabra					

Trabajo en equipo					
-------------------	--	--	--	--	--

Anexo 4.

Link audio libro: <https://www.youtube.com/watch?v=sYE5ME6MXLc>

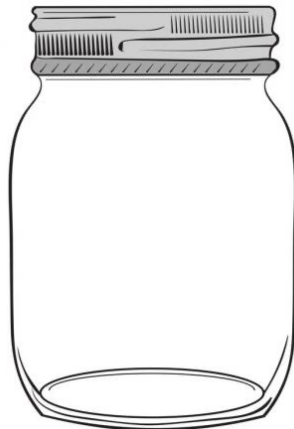
Link PDF: [https://generoymetodologias.org/media/publicaciones/archivos/Malena-Ballena\\_1.pdf](https://generoymetodologias.org/media/publicaciones/archivos/Malena-Ballena_1.pdf)



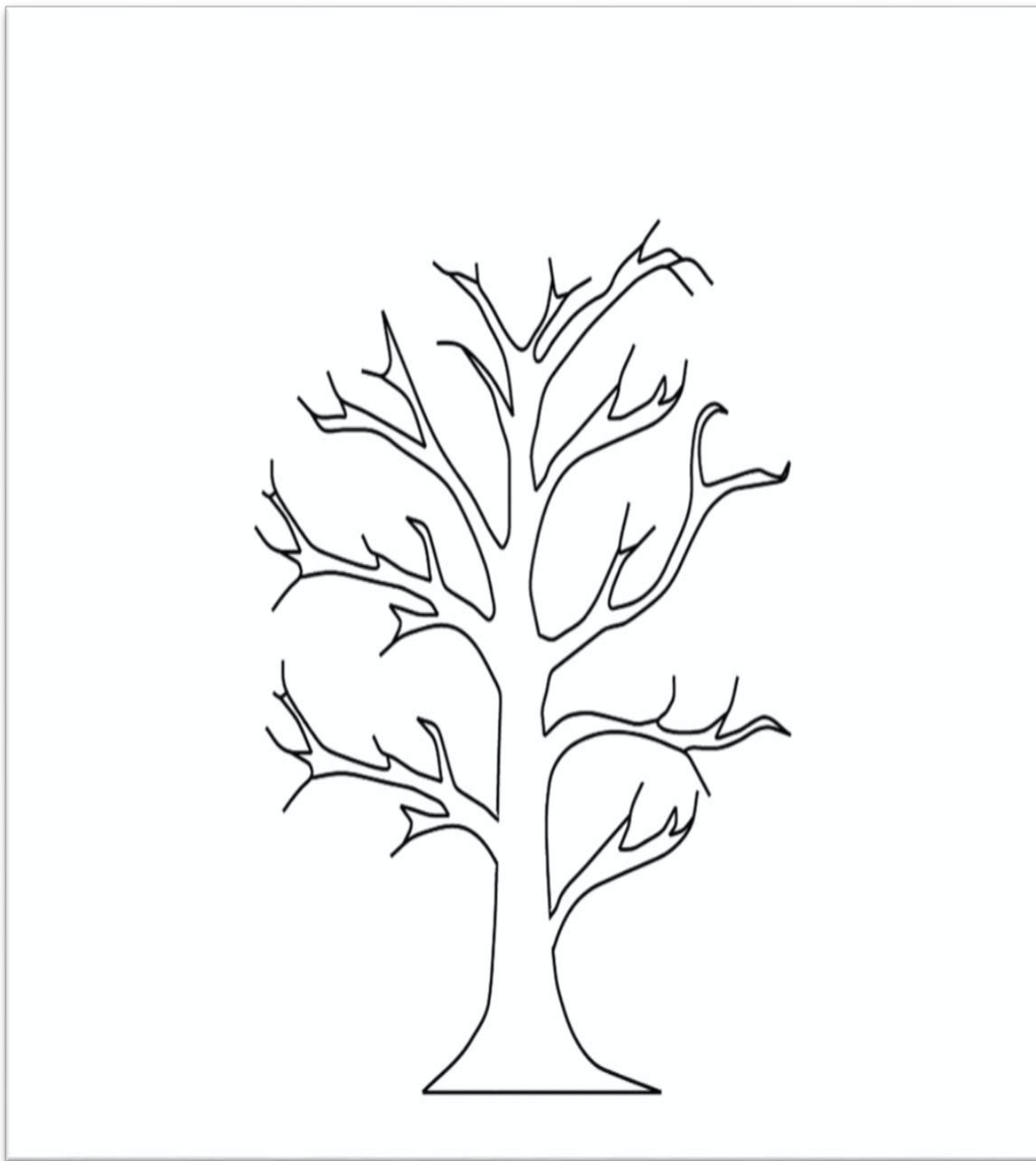
## Anexo 5.

Frases para potenciar la autoestima:

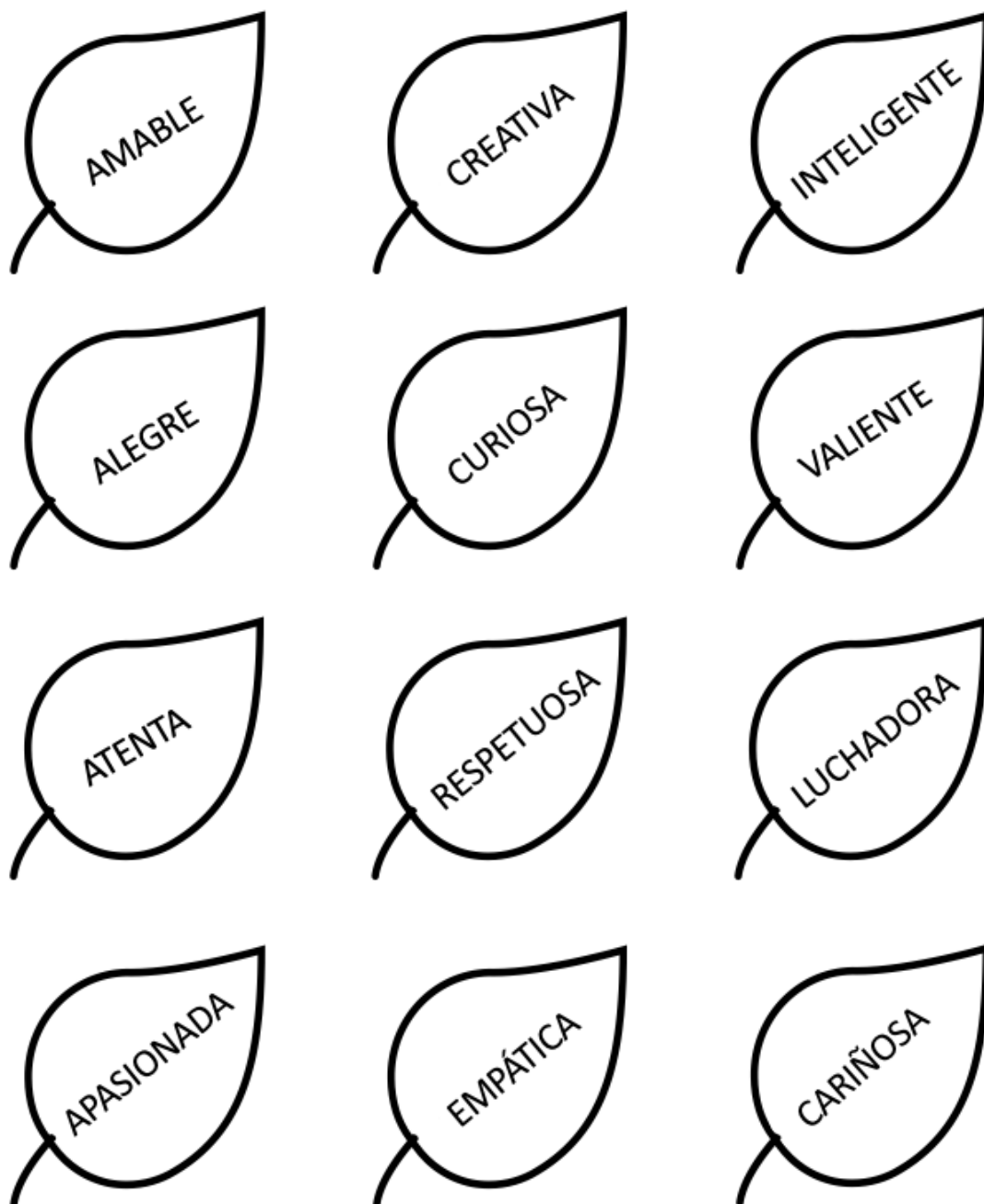
1. Te quiero mucho
2. Me alegra que seas mi amigo
3. Eres muy importante para mi
4. Eres muy especial
5. Quiero jugar contigo
6. Me lo paso muy bien cuando estoy contigo
7. Siempre te voy a ayudar
8. Me gusta jugar contigo
9. Haces que me sienta contento
10. Eres muy valiente
11. Se que puedes hacerlo
12. Lo haces genial
13. Te mereces lo mejor
14. Eres único
15. Tú vales mucho
16. Eres muy listo
17. Eres muy guapo/a
18. Dar un abrazo
19. Dar un beso
20. Eres genial



Anexo 6.



Anexo 7.



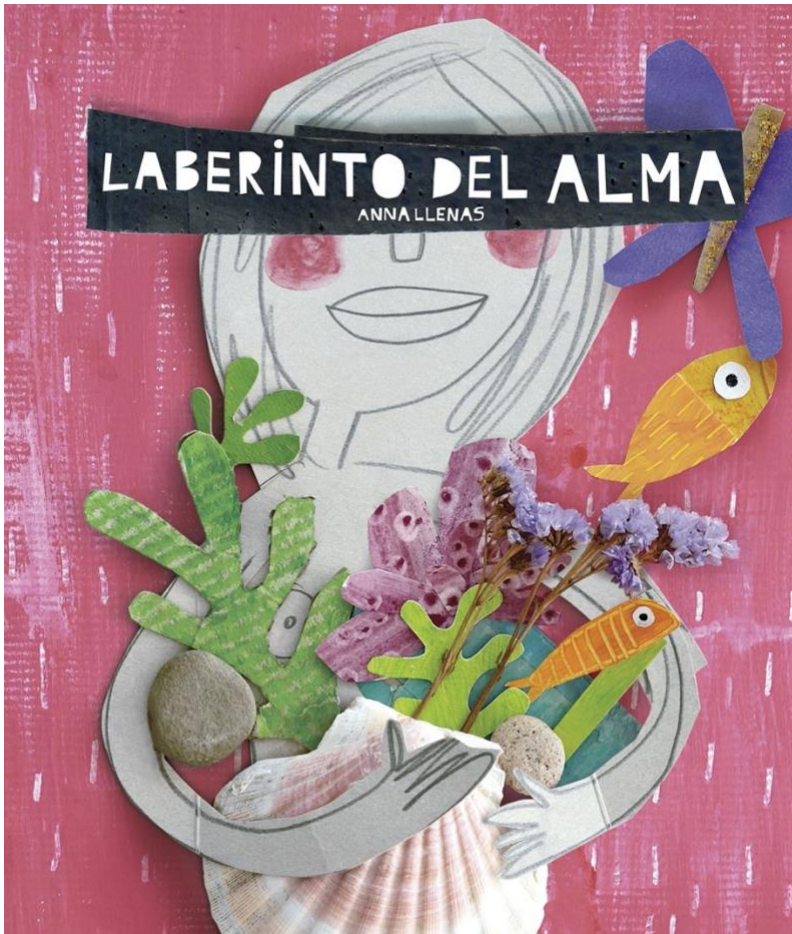


Anexo 8.



## Anexo 9.

Un recorrido por nuestras emociones a través de las originales. Tu alma tiene tantos rostros, pensamientos y sentimientos como estados en que te puedas encontrar. Algunos de ellos son vivos y luminosos, y otros bien oscuros. Hay algunos que te aportan ánimo y energía; y hay otros que, no sabes cómo, te lo restan. Este libro te invita a que te identifiques con todos estos estados en un viaje hacia ti mismo, a través de tus emociones, pensamientos y sentimientos, siguiendo el camino del laberinto. Un camino tan complejo como apasionante. Difícil de prever, pero donde la aventura, emoción e imaginación están totalmente aseguradas.



Anexo 10.

