



UNIVERSIDAD ALZATE DE OZUMBA
INCORPORADA A LA UNAM CLAVE 8898-25

LA APRECIACIÓN ARTÍSTICA Y LA GIMNASIA CEREBRAL
COMO ALTERNATIVA PARA LA EDUCACIÓN
DE LAS EMOCIONES EN NIÑOS DE 6-8 AÑOS.

TESINA

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

PRESENTA

SELENE IVANKA VILLANUEVA GUERRA

ASESORA DE TESIS:

LIC. EN PSICOLOGÍA LIZBETH CASTRO AMARO

OZUMBA, MEX.

FEBRERO, 2014

DEDICATORIAS.

“LA PIEDRA”.

El distraído tropezó con ella.

El violento la utilizó como proyectil.

El emprendedor, construyo con ella.

El campesino cansado la utilizó como asiento.

Para los niños fue un juguete.

Drummond la poetizó.

David mató a Goliat con ella.

Y Miguel Ángel le sacó la más bella escultura.

¡En todos los casos, la diferencia no estuvo en la piedra,

Sino en el hombre!

No existe “piedra” en tu camino que no puedas

Aprovechar para tu propio crecimiento.

Anónimo.

MUCHAS GRACIAS, SIEMPRE LES DESEARÉ; FORTALEZA, FELICIDAD, VALENTÍA,
CONOCIMIENTO Y SALUD:

A mi mamá, María Isabel, le agradezco los buenos valores y principios que me inculco, además de su apoyo incondicional, y el que me haya dado la vida.

A mi hermana, Ana Isabel, que siempre me escucho y apoyo cuando más lo necesitaba, sus consejos y su conexión conmigo, siempre me ayudaron a salir adelante.

A mi pareja, Santiago, que me apoyo con el cuidado de mis bebés, fue solidario y me aportó información y opiniones cuando las necesitaba.

A mis hijos, Gabriel Anahuatzin Quetzalcóatl e Ian Iztacoatzin Ehecatl, porque por ellos me mantuve perseverante, fuerte, alegre, responsable, y con ánimos de seguir adelante ante cualquier obstáculo.

A mis amigos, que siempre me dieron ánimos para continuar y mantenerme en la meta.

A mis profesores de la Licenciatura, Héctor y Lizbeth, quienes me asesoraron y apoyaron para la realización de este trabajo y a su ayuda incondicional.

Y a mi tía, Virginia, quien me escuchaba, aconsejaba y fue tolerante siempre.

ÍNDICE GENERAL

Resumen.....	6
Introducción.....	7
Justificación.....	8
CAPITULO I: METODOLOGÍA.....	11
1.1 Tema.....	11
1.2 Planteamiento del problema:.....	11
1.3 Objetivos.....	11
1.4 Hipótesis.....	11
1.5 Variables.....	11
CAPITULO II: LAS EMOCIONES Y LA INTELIGENCIA.....	14
2.1 Concepto de emoción.....	15
2.2 Concepto de inteligencia.....	16
2.3 Inteligencia emocional.....	17
2.4 La inteligencia emocional desde la voluntad.....	19
2.4.1 Educación de la voluntad.....	19
CAPITULO III: EL ARTE Y LA GIMNASIA CEREBRAL.....	22
3.1 Concepto de Arte.....	23
3.1.1 Arte y educación.....	23
3.1.2 Áreas de interés artístico.....	23
3.2 Reacciones físico emocionales.....	26
3.3 Gimnasia Cerebral.....	26
3.3.1 Ejercicios de gimnasia cerebral.....	27
CAPÍTULO IV: ACTIVIDADES ARTÍSTICO-CULTURALES PARA LA EDUCACIÓN EMOCIONAL	28
4.1 Danza prehispánica azteca.....	29
4.1.1 Estructura, funciones y movimientos corporales.....	30
4.2 Actividades musicales.....	31

4.2.1 Efecto Mozart.....	33
4.3 Literatura.....	34
4.3.1 Desarrollo del lenguaje.....	35
4.3.2 Desarrollo cognoscitivo.....	36
4.3.3 Múltiples formas para experimentar la literatura.....	36
4.4 Cuento y poesía.....	37
4.4.1 Alternativas de cuento para niños de 6-8 años.....	38
CAPÍTULO V: PLANEACIÓN DIDÁCTICA DEL PROGRAMA COMO ALTERNATIVA AL CURRÍCULO.....	40
5.1 Cuestionario diagnóstico sobre las emociones en el aula.....	40
5.2 Tabla de evaluaciones.....	41
5.3 Planificación didáctica.....	42
5.3.1 Planificación de las actividades de apreciación artística para el currículo.....	48
CAPÍTULO VI: CONCLUSIONES.....	56
Anexos.....	58
Bibliografía.....	70

RESÚMEN

El presente programa de intervención contiene la propuesta de implementar gimnasia cerebral y actividades de apreciación artística; como el cuento, danza prehispánica, poesía o literatura y musicoterapia para nivel primaria en edades de 6 a 8 años de edad, para posteriormente aplicarlas en los niveles educativos secundaria, preparatoria y universidad, una vez visualizada su comprobación efectiva al aplicarlas en una muestra.

Las dinámicas que se realizaran en forma de introducción a las actividades de apreciación artística inmersas al currículo, son: Collage del arte, en donde los alumnos realizarán un esquema sobre cartulinas de color rosa, azul, verde, amarilla y lila, revistas o periódicos, marcadores, pegamento y tijeras, con respecto a la comprensión sobre lo que significa arte para ellos, en relación con las emociones en el salón de clases y se les realizarán una preguntas. La siguiente es Cuando digo... quiero decir..., los alumnos trataran de identificar las 6 emociones principales de todo ser humano.

La técnica de sensibilización es ¡Sentimos y vivimos! y la técnica para regular las emociones se llama “plasmando emociones”. Como cierre se aplicará la técnica “Artes mágicas”, para recabar la información que resulte efectiva sobre la comprensión y reflexión que hayan obtenido los alumnos, de las técnicas anteriores.

Una vez aplicadas estás técnicas pretendo abordar las actividades de apreciación artística como “Armonía musical”, “Títeres” e “Imaginar y Adivinar”, como parte del cuento; “Relajando el cuerpo con música”, para la danza prehispánica; “Activación mental” en cuanto a gimnasia cerebral y “Creaciones sensibles” para la poesía.

Con esta propuesta de intervención pretendo mejorar la educación, al alumno y al final a la sociedad, porque por medio de las artes se puede lograr una sensibilización, reflexión y control emocional.

INTRODUCCIÓN

En el presente trabajo abordare el tema de la apreciación artística como indicio a una mejora y control de las emociones desde la práctica de la danza prehispánica; poesía, cuento; gimnasia cerebral, literatura y musicoterapia inmersas en el currículo, para niños de 6 a 8 años.

La gimnasia cerebral es la coordinación entre mente y cuerpo, lo que hace presente las emociones y el intelecto; el realizar un ejercicio por lo menos a duración de 25 min., hace posible que el ser humano libere estrés, mantenga una mejor disponibilidad del foco de atención, expresa emociones liberando impulsos, genera una mejor circulación sanguínea, activación del sistema nervioso, entre otros grandes beneficios para el espíritu y el intelecto.

La gimnasia cerebral se relaciona con la danza prehispánica y el fomento de la creatividad y movimiento en cualquier dinámica que uno realice. La danza prehispánica azteca, es la ejecución de movimientos rítmicos que parten de variados instrumentos prehispánicos como el huehuetl y el teponaztli; la danza ayuda a mantener en equilibrio los impulsos y la coordinación; desarrolla los músculos, la atención, la voluntad, el control emocional, etc.

La musicoterapia, se utiliza para la consecución de objetivos terapéuticos, así como el mantenimiento, mejoramiento y restauración del funcionamiento físico, cognitivo, emocional y social de las personas. La música tiene la capacidad de mover al ser humano tanto en el ámbito físico como en psíquico; por lo tanto, también se relaciona lo objetivo y lo subjetivo, es decir, es un arte de englobar las actividades que relacionan la mente con el cuerpo, y por ende con el intelecto. La música genera variados cambios psíquicos y de comportamiento en las personas, por su combinación de tonos, volumen, ritmo y frecuencia.

En contraparte con el movimiento; la poesía, el cuento, la literatura manejan más el acto de la creatividad, la expresión emocional, el desarrollo del vocabulario, el fomento de la lectura y de una mejor expresión escrita y verbal. El cuento conlleva

actividades de movimiento cuando se decide actuar o llevar a la parte teatral; otro momento que ocupa la palabra arte.

El arte, es la vía para pensar, expresarse y descubrirse; es la representación simbólica y la inserción del lenguaje sobre la cultura, es la intuición y el intelecto ligados indisolublemente (Arnheim, 1993); y va muy ligado a las emociones; ya que el expresarse es descubrir la capacidad de tener en contacto la inteligencia con nuestras emociones, que son un proceso complejo de desadaptación y readaptación, que viene acompañada de cambios orgánicos (fisiológicos y endocrinos) y psicológicos de origen innato, influidos por la experiencia.

Por esta motivo, intelecto, cuerpo, movimiento, emoción, expresión y arte; son conceptos que van ligados, y que deberían ser retomados para ser impartidos en el aula escolar, ya que al ser humanos, tenemos esta gama de acciones que nos llevan a mejorar nuestro estado de adquisición de aprendizaje, motivación y control emocional, cuando se educan.

JUSTIFICACIÓN

El ser humano u hombre es un ser racional-intuitivo porque tiene impulsos y tiene cerebro donde se generan impulsos nerviosos y por lo tanto sinapsis, que es la conexión neuronal que provoca el pasaje de la información para transformarla en aprendizaje cuando pasa por un gran proceso cerebral y gracias a la plasticidad cerebral. Las intuiciones se generan por la habilidad de nuestros antepasados prehistóricos de la supervivencia y del “actuar sin pensar”, por medio de simples impulsos; por lo que el individuo tiene emociones y raciocinio, pero ante esto, las emociones no pueden separarse de la razón, como los separó Descartes (como se citó en Guevara, 2001), por ende las emociones y la inteligencia se complementan entre sí (Goleman, 1995), por la sencilla razón de que somos seres sexuados, pensantes, emocionales, soñadores, lógicos; en una palabra “complicados”.

Las emociones pueden determinar la conducta o manera de actuar de una persona, pueden afectar el estado de ánimo de todo individuo e incluso pueden modificar nuestra toma de decisiones cuando estamos muy inmersos en ellas y las tomamos como un símbolo de intuición o guía de nuestros pensamientos ¿Cómo llegar a controlarlo? Las actividades artísticas y culturales, o aquellas que implican la expresión emocional como la danza, la música de piano, la literatura, gimnasia cerebral, poesía, etc.; son creaciones que conllevan la unión del pensamiento abstracto, la intuición y la disciplina; lo que hace posible que el alumno (hombre) logre un control de emociones o una educación de las emociones a voluntad, pero ¿Qué es la voluntad? Es aquella que involucra el sentimiento y regula la reflexión, es decir, disciplina el pensamiento, por lo que es importante mencionarla, ya que a partir de ella es posible educar nuestras emociones para focalizarlas en una de las 7 inteligencias: 1. Lingüística, 2. Lógicomatemática, 3. Musical, 4. Espacial, 5. Cinestéticocorporal, 6. Intrapersonal, 7. Interpersonal como mencionaba Gardner, 1994, p. 57.

Por lo tanto, la educación de las emociones es un elemento importante para poder disminuir el fracaso escolar, violencia escolar o bullying, la deserción escolar,

y por ende mejorar a futuro la toma de decisiones que pueden tener innumerables alternativas, las cuales tenemos que hacer positivas.

CAPÍTULO I

METODOLOGÍA

1.1-Tema: La apreciación artística y la gimnasia cerebral como alternativa para la educación de las emociones en niños de 6-8 años.

1.2-Planteamiento del problema: ¿Para disminuir el fracaso escolar, la deserción y el bullying en niños de 6-8 años, es necesario educar las emociones desde actividades de apreciación artística y ejercicios de gimnasia cerebral, inmersas en el currículo?

1.3-Objetivos:

General: Proponer actividades de apreciación artística y gimnasia cerebral inmersas al currículo, para educar las emociones y disminuir los factores de riesgo en niños de 6-8 años.

Específico: Educar las emociones en niños de 6-8 años, por medio de actividades de apreciación artística y la gimnasia cerebral, para disminuir la deserción escolar, el fracaso y el bullying.

1.4-Hipótesis: Al proponer actividades de apreciación artística y gimnasia cerebral inmersas al currículo, entonces se logrará una educación de las emociones en niños de 6-8 años, disminuyendo así futuros factores de riesgo como el bullying.

1.5 Variables

INDEPENDIENTES

Actividades de apreciación artística.

Definición Conceptual: La apreciación artística es una mezcla de lenguajes que involucran la imagen visual, la literatura, el verbo, la música, el sonido, el ritmo, el

movimiento físico y el movimiento rítmico; las cuales son formas de expresión de sensaciones, emociones, ideas y diferentes modos de pensamiento (Pérez, 2001).

Ejercicios de Gimnasia Cerebral.

Definición conceptual: También denominada gimnasia cerebral, permite un aprendizaje integral, usando todo el cerebro en conjunción con el cuerpo y descartando la antigua idea de que aquel sólo se realiza en la cabeza, ya que las sensaciones, los movimientos, las emociones y las funciones primordiales del cerebro están fundadas en el cuerpo y por ende en la expresión (Ibarra, 1997, p.11).

DEPENDIENTES.

Educación emocional

Definición conceptual: La educación emocional es la incapacidad o analfabetismo emocional que tienen los niños en el colegio o ámbito escolar, por dejar a un lado las dimensiones de la personalidad y las emociones como realidad cotidiana (Guevara, 2001).

Currículo:

Definición conceptual: Conjunto de objetivos, contenidos, criterios metodológicos y técnicas de evaluación que orientan la enseñanza y aprendizaje (Peñaloza, 2003). Se hizo con la finalidad de llevar a cabo los propósitos de la educación declarados oficialmente para manejarlos dentro de las aulas educativas, por una estructura de contenidos creados por el estado (Guevara, 2002).

Factores de riesgo:

Bullying.

Definición conceptual: Ortega (1998), define al bullying como un comportamiento prolongado de insultos, de rechazo social, intimidación y/o agresividad física de unos alumnos contra otros, que se convierten en víctimas de sus compañeros.

Fracaso escolar.

Definición conceptual: En el fracaso escolar se proyecta y adquiere visibilidad todo el entramado de relaciones que en cada contexto social, institucional y personal tejen los vínculos siempre complejos entre la sociedad, los sujetos, la cultura y los saberes y la escuela como institución. El fracaso escolar es como un paraguas que acoge múltiples realidades fácticas, cotidianas o personales y también estructurales y sistémicas, difíciles de aprehender, relacionar y combatir, cuando el alumno no alcanza el nivel requerido de acuerdo a su edad (Escudero, 2005).

Deserción escolar.

Definición conceptual: El hecho de abandonar los estudios iniciados antes de ser concluidos (Osorio, 1982).

CAPÍTULO II

LAS EMOCIONES Y LA INTELIGENCIA

Desde tiempos remotos, cuando el hombre comenzaba a cuestionarse sobre la existencia del ser, los filósofos griegos empezaban a dividir el racionalismo de la intuición, dos aspectos que involucran a los términos objetivo-subjetivo y por lo tanto, inteligencia y emociones. Platón (1965), dividió la mente o alma en dominios cognitivo (alma-razón), apetitivo (apetito) y afectivo (espíritu). En la actualidad se denominan cognición, motivación y emoción. A partir de Platón, la teoría racionalista acepta los aspectos irracionales, y para Aristóteles (1964) las dos dimensiones del alma racional e irracional que forman una unidad.

Aunque Descartes (como se citó en Guevara, 2001) en el renacimiento separó las emociones de la razón, Goleman en 1995, en su obra "la inteligencia emocional" menciona que las emociones y la inteligencia se complementan entre sí, por ende las neurociencias encontraron con el autor Joseph Ledoux (como se citó en Guevara, 2001), como influencia más reciente, a partir de su libro "El cerebro emocional", el cual menciona a los circuitos neuronales del cerebro y afirma que la emoción precede al pensamiento, también explica por qué los procesos de raciocinio tienen lugar en el neocórtex, en donde esta estructura cerebral permite un aumento de la sutileza y la complejidad de la vida emocional (aunque no gobierna la totalidad de la vida emocional porque esa función la lleva a cabo el sistema límbico). Esto es, lo que confiere a los centros de la emoción un poder extraordinario para influir en el funcionamiento global del cerebro, incluyendo a los centros del pensamiento, ya que pueden controlarse, expresarse y manejarse.

Por lo tanto, el cuerpo como el pensamiento y la emoción están íntimamente ligados entre sí a través de redes neuronales que funcionan en conjunto.

2.1 Concepto de Emoción

La emoción es un proceso complejo de desadaptación y readaptación, que viene acompañada de cambios orgánicos (fisiológicos y endocrinos) y psicológicos de origen innato, influidos por la experiencia. Para el ser humano la experiencia de las emociones generalmente involucra cogniciones, actitudes y creencias, en cuanto a cómo percibimos el mundo y nuestras acciones en él. La emoción se desarrolla en dos fases: Emoción-choque, que se debe a una perturbación física o fisiológica, y la emoción-sentimiento, caracterizado por un estado afectivo en los individuos. Para Williams James (como se citó en Quillet, 1976), la percepción de un estímulo, genera cambios corporales, y la percepción de éstos, genera la experiencia emocional.

Las reacciones se dividen en expresiones faciales, que son internacionales y variadas de acuerdo a la cultura, la interacción social, las bases hereditarias y de genética; los componentes fisiológicos e involuntarios, como temblor, sonrojarse, sudoración, dilatación pupilar, y aumento del ritmo cardíaco; y acciones conductuales, que son particulares de cada persona y de la situación como expresiones faciales, distanciarse de las personas, comunicación no verbal y acciones o gestos. Ejemplo se llora de alegría o pena, se tiembla a causa de cólera y también de miedo, y en todos los casos pueden observarse, cambios respiratorios y circulatorios.

Cada emoción tiene cuatro síntomas que se clasifican en dos categorías, la primera constituye a la mímica o cuando el rostro se pone pálido o se rubicunda, así como reacciones de fuga o lucha; y la segunda engloba a los fenómenos viscerales, en donde hay cambios respiratorios, digestivos, circulatorios, etc., de acuerdo a la emoción que se presenta en el sujeto.

De acuerdo con Goleman (1995) existen 6 emociones básicas: Miedo, la cual al ser una emoción de adaptación, se presenta cuando existe una amenaza o peligro, lo que produce una tendencia de protegerse ante aquello que nos provoca ansiedad, inseguridad o incertidumbre; Sorpresa, la cual ayuda a orientarnos frente

a las situaciones nuevas, por lo que hay sobresalto, asombro o desconcierto; Aversión, nos produce rechazo ante aquello que nos provoca asco, disgusto, por lo que nos alejamos del objeto o persona; Ira, nos induce hacia la destrucción, por lo que se presenta enojo, rabia, furia, irritabilidad, o una palabra cólera; Alegría, que conduce a la reproducción o llevarnos a realizar una acción que nos hace sentir bien, provoca en nosotros las reacciones conductuales de euforia, diversión, gratificación, y nos da la sensación de bienestar y seguridad, y por último la Tristeza, que es provocada cuando nuestro ser está experimentando una reintegración personal, o un suceso de desesperación, ocasiona, pena, soledad y pesimismo.

2.2 Concepto de Inteligencia

El término inteligencia hace hincapié en los aspectos cognitivos, tales como la memoria y la capacidad de resolver problemas; pero ¿Qué es la inteligencia?, la primera respuesta, concibe a la inteligencia como la cualidad general de ser medida con instrumentos estándares como Coeficiente Intelectual (CI), la cual engloba a los procesos mentales de memoria, percepción, atención, asociación y aprendizaje; y la segunda respuesta concibe a la inteligencia como un atributo que tiene múltiples expresiones de contenido mental, como el lenguaje, música o cálculo matemático; en donde Howard Gardner (1995), en su Teoría de las inteligencias múltiples introdujo la idea de incluir tanto la inteligencia interpersonal (la capacidad para comprender las intenciones, motivaciones y deseos de otras personas) y la inteligencia intrapersonal (la capacidad para comprenderse uno mismo, apreciar los sentimientos, temores y motivaciones propios).

Para Gardner (1995), los indicadores de inteligencia, como el CI, no explican plenamente la capacidad cognitiva, por lo que en su obra estructuras de la mente, sostiene que existen por lo menos, 7 inteligencias: 1. Lingüística, 2. Lógicomatemática, 3. Musical, 4. Espacial, 5. Cinestético corporal, 6. La que se dirige hacia los demás (intrapersonal) y 7. La que se dirige hacia uno mismo (interpersonal). Por lo tanto, la inteligencia siempre se presenta asociada a un contexto de tareas, disciplinas, y de ámbitos específicos.

Para, Hernández (como se citó en Dueñas, 2003) la inteligencia, es “la capacidad de adaptar el pensamiento a las necesidades del momento presente” junto con la memoria, el aprendizaje, la vigilancia y las habilidades (Fabelo, González, Dueñas y Rivero, 2003), forma parte de la esfera cognoscitiva y por consiguiente uno de los componentes esenciales sobre los cuales se estructura la personalidad humana (Lersch, como se citó en Dueñas, 2003). La inteligencia no es más que la capacidad global que posee la persona, para conocer, comprender y aprovechar los sentimientos desde el uso de los sentidos y hasta los procesos psicológicos superiores.

2.3 Inteligencia emocional

Llamada también como coeficiente emocional, tiene una relación estrecha con la mente humana y los procesos psicológicos superiores. La educación emocional es la incapacidad o analfabetismo emocional que tienen los niños en el colegio o ámbito escolar, cuando se supone que la escuela, por ser el medio socializador de la excelencia, debería tomar en cuenta las emociones como una realidad cotidiana, pero deja a un lado las dimensiones de la personalidad (Guevara, 2001).

El término “inteligencia emocional” (IE) apareció por primera vez con el autor Leuner en 1966, en textos, tiempo después, Wayne Payne en 1985 (citado en Mestre, 1997), utiliza el concepto en su tesis doctoral “Un estudio de las emociones: El desarrollo de la inteligencia emocional”, Greenspan en 1989 (citado en , también presentó un modelo de inteligencia emocional, seguido por Salovey y Mayer en 1990 con las características básicas y propias de la persona emocionalmente inteligente y Goleman (1995) con el término “coeficiente emocional” (como se citaron en Mestre, 1997).

Salovey y Mayer (como se citó en Guevara, 2001), reúnen una serie de capacidades que se agrupan en estas esferas: conocimiento de las emociones, automotivación, empatía o reconocimiento de las emociones de los demás y manejo de las relaciones, y son:

- Tener suficiente grado de autoestima.
- Ser personas positivas.
- Saber dar y recibir.
- Tener empatía.
- Reconocer los propios sentimientos (conciencia emocional).
- Ser capaz de expresar los sentimientos positivos y negativos.
- Tener motivación, ilusión e interés y saber controlar estos sentimientos.
- Tener valores alternativos.
- Superar las dificultades y frustraciones.
- Encontrar el equilibrio ante la exigencia y la tolerancia.

De acuerdo con lo anterior, Goleman, (1995) divide en 5 dimensiones las esferas emocionales: Autoconciencia o conciencia emocional, donde las personas tienen que ser capaces de reconocer sus emociones y la de los demás; Autorregulación, es la capacidad de tener perseverancia ante conflictos estresantes; Motivación, energía positiva para hacer las cosas y Habilidades sociales, en palabras del autor:

La inteligencia emocional nos permite tomar conciencia de nuestras emociones, comprender los sentimientos de los demás, tolerar las presiones y frustraciones que soportamos en el trabajo y acentuar nuestra capacidad para trabajar en equipo y adoptar una actitud solidaria, que nos brindará más posibilidades de desarrollo personal y espiritual (p. 185).

En tanto, de forma conceptual en el libro de “Inteligencia emocional”, Goleman explica que el coeficiente emocional es la habilidad para manejar nuestras emociones, la automotivación para alcanzar una meta, la empatía que somos capaces de tener con los demás y la manera en la que manejamos los conflictos y las relaciones interpersonales.

En reflexión, la IE trata de conectar nuestras emociones con uno mismo, es decir el sujeto debe darse cuenta de qué sentimiento y emoción está sintiendo en un momento determinado o situación, así como de los que le rodean, es la capacidad de ver las acciones de forma positiva al interactuar con el mundo, por lo tanto,

incluye un buen manejo de los sentimientos, motivación, perseverancia, empatía y agilidad mental para adaptarnos globalmente de manera biopsicosocial.

2.4 La inteligencia emocional desde la voluntad

Al fortificar la voluntad es posible perfeccionar el propio espíritu, lo que actualmente es la emoción, también es posible ejercitar la memoria, la observación, el juicio y la imaginación, ya que son procesos que trabajan en conjunto con las emociones. Si la inteligencia emocional es el buen manejo de nuestros sentimientos y expresiones subjetivas, al tratar de hablar de voluntad, nos adentramos al acto reflexivo e intencional de ejecutar actitudes o conductas. El acto voluntario es la decisión que se toma de llevar a cabo tendencias de satisfacción y/o hechos que involucren aspectos intelectuales y emocionales de manera pertinente, sin dejar en mayor relevancia el placer (Quillet, 1976).

2.4.1 Educación de la voluntad

Así como nuestra constitución orgánica se rige en gran parte por la ley de la herencia, las condiciones espirituales, tendencias, sentimientos, facultades intelectivas tienen también mucho de innato, es decir de voluntad, la cual es el principio director de toda actividad; la mueve el sentimiento y la regula la reflexión. Coloca las acciones que sugieren deseo, bajo control y disciplina del pensamiento.

Cuando un individuo pretende hacer algo por medio de la motivación o ánimo, se combinan los sentimientos, la inteligencia y la voluntad, ejemplo; el deseo de superación personal y académica, motiva a leer un libro o más. En las facultades intelectuales esta la estimulación de la lectura, el valor emprendedor, nuestra voluntad decide que lectura y nos ayuda a darle seguimiento a dicha actividad de superación; entonces, el deseo, la reflexión y la decisión estuvieron presentes de manera instantánea y simultánea; pero en cuanto al término “educación de la voluntad”, es necesario perfeccionar mentalmente es equilibrio entre estos procesos, por medio de la voluntad, ya que, a ella incumbe la armonía interna, la coordinación de nuestras distintas facultades mentales o procesos psicológicos

superiores y el control de todas las potencias del cuerpo y el alma, en tanto, la voluntad nos fija el destino de acción, deseo y reflexión.

Algunas consideraciones para cultivar la voluntad se presentan a continuación (Quillet, 1976):

- Tener consciencia de las emociones y deseos.
- Cultivar la fortaleza del espíritu desde la búsqueda de los manantiales (actividades) más ricas, en las cuales se pueden expresar las emociones en forma disciplinaria.
- Concentrar el espíritu en un objeto y concentrarse en él, desde leer diariamente un libro, o por lo menos un artículo para reflexionar.
- observar sin juzgar a las demás personas para poder recordar las actitudes más significativas y positivas.
- Procurar unos ratos de aislamiento, para tener un descanso mental, de preferencia a lugares naturales, por lo menos 30 min.
- Practicar la autosugestión, para evitar influencias externas.
- Autodominación.
- Dueños de nuestro cuerpo, es decir, tener equilibrio fisiológico con una alimentación sana, oxigenación abundante, normal circulación de la sangre y horas de reposo y de sueño reparadoras; para evitar trastornos, abatimientos y pesimismo.
- Guardar una higiene alimenticia, evitar el exceso de régimen. “Todo incluido”.
- Practicar movimientos respiratorios.
- Ayudar a la circulación de la sangre, con duchas de agua fría en la mañana, o con una esponja, también está el ejercicio; el ir a correr y realizar algunas actividades ejercitantes.
- Descansar el cuerpo en una superficie plana, que nos mantenga inmóviles, de preferencia del lado derecho o de espalda, ya que de esta manera los músculos no se tensionan, y no hay estrés.
- Actividades de sensibilización.

- Permanecer tranquilos ante toda situación, para esto es necesario realizar ejercicios de respiración abdominal, que evita la angustia, los estados deprimentes, y controlan el plexo solar consecutivo a toda emoción.
- Moderemos los movimientos de impulsos y violencia, desde la práctica de actividades de relajación o deportivas.
- Eduquemos el tono de la voz, con movimientos de modulación del timbre, articulación de las consonantes y sílabas, leer en voz alta, cantar.
- Observar frente a un espejo nuestros caracteres, expresiones, emociones, prejuicios; para aprender a gobernarlos.
- Disciplinar la imaginación y la memoria, por medio, de escritos, dibujos, pinturas, actividades de construcción.
- Enlistar los prejuicios que se tienen sobre otros para trabajar el proceso de juicio de sí mismo.

CAPÍTULO III

EL ARTE Y LA GIMNASIA CEREBRAL.

Las emociones son energías en movimiento que pueden controlarse, manejarse y expresarse, según Schiller (1983), el hombre no es sólo homo sapiens, sino también homo ludens, es decir que está hecho para jugar o aprender estando en movimiento, de esta forma imagina, experimenta cosas nuevas, ejercita el pensamiento y el desarrollo emocional; ya que expresa lo que siente y piensa, y al sentir y pensar se utiliza el cerebro y el cuerpo.

Gelernter dice textualmente:

“Las emociones no se pueden separar del pensamiento, y éstas están atadas a los estados del cuerpo. No piensas sólo con el cerebro; piensas con tu cerebro y con tu cuerpo, con ambos” (como se citó en Ibarra, 1997, p. 46).

Las investigaciones de los neurocientíficos dicen que el desarrollo emocional es esencial para entender nuestros pensamientos, relaciones, imaginación, creatividad e incluso la salud de nuestro cuerpo.

Por lo tanto, el desarrollo emocional, al ser energía en movimiento, es esencial para la adquisición del aprendizaje, para desarrollar la atención, equilibrar sensaciones, armonizar los músculos, competir sanamente y disfrutar de lo que nos rodea.

En cuanto al arte, Tolstoi (como se citó en Bretón, 1991) observó que las artes son un medio que transmite sentimientos y emociones, que experimentados por uno o varios emisores, unifican la humanidad.

En contraste en palabras de André Breton:

“Creo que sólo puede haber belleza al precio de la afirmación de la relación recíproca que liga el objeto considerado en su movimiento y su reposo” (como se citó en Pérez, 2001, p.27)

Es decir, el movimiento es la percepción del propio cuerpo y el arte es la vía para pensar, expresarse y descubrir la belleza de todo aquello que nos rodea, de entender a la humanidad.

3.1 Concepto de arte

Gardner (1987), cataloga al arte como una producción gráfica que divide en “arte infantil” y “arte consumado”, sin embargo para explicar esto, tomo de Goodman (como se citó en Pérez, 2001), el criterio de que a la expresión gráfica se le puede calificar de símbolo estético cuando cumple con los requisitos de 1) explotar las propiedades expresivas plenas del medio gráfico y 2) transmitir estados de ánimo, expresiones o emociones específicas.

Ante esto es importante destacar que todas las artes ostentan y necesitan de los significados y de los intérpretes, por ejemplo, el intérprete en la pintura, danza, música, gimnasia, literatura, poesía; el significado es lo que se pretende expresar, pero todo se relaciona con las emociones y pensamientos que el sujeto quiere dar a conocer. Para desarrollar esos significados o creatividad artística es necesario considerar 3 aspectos principales: 1.- El talento natural, 2.- El medio ambiente y 3.- La personalidad; ya que engloban al intelecto, la intuición y los factores que permiten la espontaneidad y el simbolismo.

Por lo tanto, el arte es la vía para pensar, expresarse y descubrirse; es la representación simbólica y la inserción del lenguaje sobre la cultura, es la intuición y el intelecto ligados indisolublemente (Arnheim, 1993); en cambio para Read (1986), el arte es:

“Proceso real de percepción, pensamiento y acción corporal, es un mecanismo regulador que sólo podemos desconocer a costa nuestra” (p. 38).

3.1.1 Arte y educación.

“La expresión artística, el bloque de juegos y sensibilización, permiten que el niño pueda crear, elaborar ideas y volcar sus impulsos en el uso y transformación

creativa de los materiales y técnicas que pertenecen a los distintos campos del arte”. (Programa de Educación Preescolar, como se citó en Pérez, 2001).

Ante esto el Programa de Desarrollo Educativo (como se citó en Pérez, 2001), dice que el arte o la expresión de sensibilidad artística debe ser la parte esencial de la educación integral, ya que fomenta en el niño un desarrollo de habilidades intelectuales, una comprensión de los fenómenos naturales o la naturaleza, al tener contacto directa con ella y los sonidos, imágenes o sensaciones que percibimos; se fomenta una inteligencia o regulación emocional, imaginación, mayor sensibilidad y apreciación de las actividades que realizan otros, paciencia y humanidad, en pocas palabras es un proceso formativo positivo de las acciones del alumno con su medio.

Para comprender la educación por el arte, Mantovani dice:

“Educar para la libertad, conforme a una teoría democrática de la educación, significa el desenvolvimiento de los impulsos creadores, no como una finalidad deseable en sí misma sino como una necesidad vital de nuestra cultura” (Como se citó en Pérez, 2001, p.45).

Por lo tanto, expresarse es humanizarse (Freire, 1971), y en el campo educativo, el expresarse debería ser considerado como la representación de la realidad o de sí mismo impreso no sólo en una hoja de papel sino en una actividad que involucre el sentimiento, la percepción, la sensación, la comunicación, el color, la palabra, el sonido, el cuerpo, al ser mismo y al pensamiento.

La educación para Read (1986) es el cultivo de los modos de expresión, consiste en enseñar a los niños y adultos el hacer imágenes, sonidos, movimientos, utensilios y herramientas, para ello la necesidad vital de expresarse es no vivir en una cárcel, como menciona Guerra (1980) en una reflexión. Así mismo Neill (1978), nos dice que la escuela es como “la cárcel de los sentimientos”, ya que no toma en cuenta las emociones del niño, sólo el intelecto.

Por lo tanto, el arte en la educación favorece en el niño la autonomía, seguridad, comunicación y expresión de emociones lo que permite una mejor toma de

decisiones, una sensibilización respecto a la humanidad y aquello que lo rodea (naturaleza y los elementos inmersos en ella), una reflexión de toda información que recibe del exterior, mayor desarrollo de sus capacidades intelectuales y motrices, una regulación emocional, autoconcepto y mejores relaciones interpersonales, ya que el arte entra desde los sentidos hasta el cerebro, lo que permite una internalización simbólica de la realidad y cambia nuestra forma de percibir la vida (Ibarra,1997).

3.1.2 Áreas de interés artístico

El área de educación artística se dirige prioritariamente a fomentar la apreciación y expresión del pensar, sentir, percibir e intuir, es el adiestrar a los niños en el uso mecánico de la libertad tomando en cuenta a la reflexión (Read, 1986).

La educación artística en la educación primaria se piensa centrar en la música, la danza, la literatura, y la poesía, utilizando las formas básicas de esas manifestaciones de expresión, afición y apreciación, por lo que las áreas de interés vinculadas al desarrollo de la creatividad del educando según la PACAEP (Plan de Actividades Culturales de Apoyo a la Educación Primaria, como se citó en Pérez, 2001) son:

- Desarrollar la sensibilización, intuición y sentido crítico.
- Desarrollar e incrementar las capacidades de expresión y creación.
- Incrementar el interés y gusto por diversas actividades de apreciación artística.
- Exploración de movimientos faciales y corporales, para tener conciencia de las emociones.
- Estimular la sensibilidad y percepción del niño, mediante actividades en las que descubra, explore y experimente las posibilidades expresivas de los materiales, sonidos y movimientos.

La educación primaria, es el nivel educativo, en el que se promueve el arte-educación, ya que existe una difusión de actividades deportivas, artísticas y

culturales; así como para desarrollar plenamente ambos hemisferios del cerebro, por medio de ejercicios musicales y rítmicos, exploración de movimientos, materiales artísticos y otras actividades relacionadas con el hemisferio derecho, así como las pertinentes del hemisferio izquierdo, que es leer, contar, hablar; ya que entre los 6-8 años de edad, la relación de los hemisferios no está desarrollada al cien y por lo tanto no existe mucha intercomunicación HD-HI (Smart, como se citó en Hildebrand, 1993), por lo que es la edad pertinente para enseñarle al niño una educación desde el arte y la sensibilización, para un mejor control emocional, toma de decisiones y adquisición del aprendizaje.

3.2 Reacciones físico-emocionales

Las emociones son de origen orgánico, espiritual o intuitivo y cognitivo, ya que involucran al pensamiento, las reacciones fisiológicas y el placer o satisfacción de logro; considerando “lo que gusta a los sentidos es la sensación en las artes” (Kant,1961), entonces al escuchar una melodía de Chopin puede generar una sensación de tristeza o felicidad; la literatura puede determinar un valor emocional y el movimiento puede generar una respuesta emotiva, por ende los efectos del arte de manera físico-emocional, entrar directamente a la psique profunda (inconsciente) produciendo en el individuo estados receptivos que alteran su conducta, reaccionamos así obedeciendo a ciertas propiedades físicas como la iluminación, y a su vez de manera psicológica y emocional; ya que experimentamos una conexión entre sentidos, cerebro, sistema límbico, medio físico y expresión (Palazón, 1991).

3.3 Gimnasia cerebral

La gimnasia cerebral (GC) permite un aprendizaje integral, usando todo el cerebro en conjunción con el cuerpo y descartando la antigua idea de que aquel sólo se realiza en la cabeza, ya que las sensaciones, los movimientos, las emociones y las funciones primordiales del cerebro están fundadas en el cuerpo y por ende en la expresión (Ibarra, 1997, p.11).

Nos expresamos a través de nuestro cuerpo, los músculos se mueven cuando hablamos, cuando ejecutamos algún instrumento musical, cuando cantamos o bailamos, cuando escribimos o simplemente caminamos, el movimiento genera la activación de redes neuronales, produciendo una conexión entre mente y cuerpo, consecuentemente un mejor aprendizaje, nos ayuda a multiplicar las alternativas pertinentes para responder a la vida; ayuda a equilibrar las emociones con los impulsos; a tener disciplina; a memorizar e incrementar la creatividad; disminuir el estrés; contribuye a mejorar la salud; enlace con el medio ambiente-cognición; y a tener una integración mente-cuerpo.

En conclusión, la GC es el conjunto de ejercicios coordinados y combinados que propician y aceleran el aprendizaje, a través de los diversos movimientos donde experimentamos nuestro gran potencial para pensar, crear y aprender, y por ende equilibrar nuestro cuerpo-mente, nuestro pensamiento-emoción, y principalmente aprendemos a educarnos emocionalmente.

3.3.1 Ejercicios de gimnasia cerebral.

Los ejercicios de GC mantienen en forma los huesos, músculos, corazón, pulmones, fortalece el ganglio basal, el cerebelo y el cuerpo caloso del cerebro, provoca un incremento de conexiones neuronales; se generan desde la programación neurolingüística y por lo tanto, se genera un mayor aprendizaje y sensibilidad, así como desde las actividades de apreciación artística (Ibarra, 1997).

Los ejercicios suelen ser sencillos y en realidad, hasta cotidianos, el secreto está en la combinación de movimientos, el agrado por cada ejercicio y la concentración ejercida sobre ello. Algunos ejercicios reciben el nombre de animales, porque hacen analogía sobre su actuación y se pueden realizar una vez a la semana o 3 veces a la semana para ejercer un mayor efecto cognitivo-emocional-corporal.

CAPÍTULO IV

ACTIVIDADES ARTÍSTICO-CULTURALES PARA LA EDUCACIÓN EMOCIONAL.

La apreciación artística es una mezcla de lenguajes que involucran la imagen visual, la literatura, el verbo, la música, el sonido, el ritmo, el movimiento físico y el movimiento rítmico; las cuales son formas de expresión de sensaciones, emociones, ideas y diferentes modos de pensamiento (Pérez, 2001).

Read (1986) afirma que el arte es el hallazgo de nuevos símbolos significantes para nuevas áreas de la sensibilidad; ante esto Arnheim (1993), dice que desde los sentidos se desarrollan los procesos cognoscitivos y que las actividades de apreciación artística son modos de investigar y conocer la realidad, y por lo tanto de conocerse a sí mismo.

Por ende, la obra emociona, tiene resonancias íntimas, porque es una estructura que parte de los sentimientos que tienen que ver con la creatividad del artista, el arte es arte, pero el artista la conforma y la determina, el sujeto se proyecta en su obra, en sus movimientos, se extiende y se identifica con lo creado; en tanto la creación o invención en el lenguaje, supone dar forma a algo inexistente a partir de la intuición, percepción e intelecto (Read, 1986).

Para esto, Mahler, Pine y Bergman (como se citó en Pérez, 2001) mencionan que existen 3 etapas a considerar para que se lleve a cabo el proceso creativo:

1. Preparación: Período en el cual se observa e interioriza la información del mundo real.
2. Incubación: Cuando inconscientemente estamos interiorizando formas, acciones, palabras del mundo real, y comienza la estructura de un lenguaje.
3. Inspiración: Donde surge la obra, el movimiento, la creación; donde se goza del arte al interactuar con él de forma directa e indirecta, ya que se puede crear e incluso sólo interactuar con él, para posteriormente inventar algo único y propio en cada movimiento, escrito y melodía.

Por lo tanto, la expresión artística proviene de la interacción directa con actividades que involucran el arte y la cultura, para posteriormente generar en el niño la intención de expresarse por sí mismo, de sensibilizarse, ser espontáneo, de tener una regulación de impulsos y por consiguiente de controlar sus emociones.

4.1 Danza prehispánica azteca

En el pasado, la música y la danza formaban parte de las actividades cotidianas de los antiguos mexicanos: la técnica para seguir el ritmo y el movimiento, y el sentimiento. Para lograr la armonía y la unión de los corazones al estar danzando, para conseguir un solo ritmo, la unidad del espíritu (lo afectivo o emocional).

El ritmo es la expresión de la vida, la danza es la sensibilidad creativa y el predominio de la música, es lo instintivo, conductor entre un estado y otro (de lo intuitivo a lo racional y viceversa), es lo que oscila hacia diferentes posibilidades emotivas. Se vuelve el motor principal para manifestar el espíritu artístico y cultural de los sujetos.

La danza prehispánica es la estructura de sonidos naturales, que otorga belleza y respeto a la vida, genera un control de impulsos y consciencia de las emociones, permite la libre expresión de estas y sensibiliza al hombre en cuanto a todo aquello que le rodea (Yolteotl, 2003).

En las culturas prehispánicas la danza se utilizaba como una forma de rendir homenaje a las fuerzas generadoras de la vida (dioses o la naturaleza), a la vida misma y a toda la gama de pasajes y encuentros memorables, como la energía del sol, a la madre tierra, al cielo, la esperanza e incluso al inframundo (Florescano, 1999).

Sin embargo, la danza en la actualidad se realiza con el mismo fin, pero cuando los niños se interrelacionan con ella, se forja de una disciplina, expresión de las emociones, control de impulsos, sensibilidad, respeto a la naturaleza, coordinación de movimientos, fortaleza, etc.; y como se consideraba en las culturas

mesoamericanas, formaba parte de un significado y un simbolismo, de una manifestación artística.

4.1.1 Estructura, funciones y movimientos corporales

El tambor (huehuetl) representa la emoción del hombre y como puede contagiarla a los demás, por su secuencia de ritmos, despliega un abanico de cargas emotivas, despierta la consciencia, construye en sí mismo toda una gama de expresiones, puede elevar el espíritu, honrar a la vida y hasta la muerte (dioses) y proporciona el sentir el origen de los latidos del corazón (Estrada, 1984).

Los caracoles, las flautas talladas en madera, las rocas, las voces, los movimientos, el tambor y el medio ambiente son elementos que manifiestan la necesidad expresiva del hombre. Las manos, los pies, la cabeza; los elementos que estructuran la historia cultural; la arquitectura, las artes, los códices, los murales; hicieron de la danza prehispánica azteca, un origen.

El movimiento corporal dentro de la danza azteca, rescata pasos llamados “flores”, porque son movimientos que contienen estética, expresión artística, filosofía, historia, concepto y ritualidad, así como la conexión con el cosmos, la idea de sanación, crear salud, abundancia, armonía y bienestar.

En el libro Tlilamatl o libro de los dioses (Morales, 1944) se hace mención de que la ejecución de los movimientos se divide en dos fases, desde la perspectiva Ometéolt (dualidad): La velación, que representa la energía de la noche, el principio femenino, es la función de la purificación espiritual; y la danza, representante del día y el principio masculino, inicia con la formación de un círculo, el saludo a los cuatro vientos y por ende al ritmo de la vida del planeta y el ser humano, ya que los cuatro vientos constituyen a la inteligencia (Quetzalcóatl o tezcátlipoca blanco), la voluntad (Tezcátlipoca azul o Huitzilopochtli); la renovación (Xipe totec o tezca rojo) y la memoria (tezca negro o simplemente Tezcátlipoca).

Posteriormente en el centro se coloca un sahumador, el cual purifica y aleja malas vibras; un huehuetl y un teponaztli, que tienen la propiedad de generar

acciones internas y externas en el hombre, es decir, aumenta los latidos del corazón, equilibra la presión sanguínea, genera movimientos de control de impulsos, etc., de acuerdo a lo que se mencionó anteriormente en los instrumentos musicales.

En conclusión, los movimientos de los niños son rítmicos por naturaleza. El mecerse, saltar, oscilar, girar, golpear y correr, son movimientos naturales de expresión de los niños; el papel del maestro es permitir que los niños expresen esos sentimientos con libertad, por eso, la danza prehispánica azteca es un arte, que se debe de implementar en el currículo, para mejorar la relación docente-alumno, así como el control emocional de estos mismos.

4.2 Actividades musicales

La música es el arte de combinar sonidos y tiene la capacidad de mover al ser humano tanto en el ámbito físico como en psíquico. Como arte, tiene que ver con la subjetividad, la individualidad, la creatividad y la belleza. Como un proceso interpersonal, tiene que ver con la empatía, intimidad, comunicación, influencia recíproca y relaciones de roles. (Brusca, 1998).

Su aplicación se deriva en procesos de expresión emocional, espiritual, intelectual; en la escucha selectiva, improvisación, actuación, composición, movimiento, arte, etc. En este sentido, la esencia de los sentimientos humanos puede reflejarse en toda la escala musical y de hecho, mientras el bemol es el signo musical más expresivo del dolor, el sostenido presenta la frecuencia más clara de la alegría, los ritmos lentos inducen a la paz y los rápidos ayudan al movimiento y a exteriorizar los sentimientos.

Como ejemplo de esto, según los musicólogos (Ibarra, 1997) encontraron que la marcha fúnebre de Beethoven disminuye un octavo las pulsaciones del corazón, y los clásicos más curativos son Mozart, Bach, Vivaldi, los clásicos de la India, y la música Taoísta.

Sin embargo, según Brusca (1998) clasifica las notas musicales, de acuerdo a los diferentes efectos que generan en el ser humano:

1. Las notas agudas a bajo volumen: Son agradables de escuchar, nos invitan a despertarnos con relax, nos predisponen al trabajo y nos dan alegría, son antidepresivas y nos proporcionan felicidad. Ejemplos: el canto de los pájaros, de los grillos y los juegos de un niño pequeño, el violín, el clarinete, la mitad derecha del piano, el arpa y la guitarra clásica.
2. Notas agudas a alto volumen: Constituyen una llamada de alerta, una nota de atención vigorosa, nos despierta del sueño con rapidez. Como factor negativo pueden irritar seriamente el sistema nervioso auditivo, obligándolo a realizar acciones que no haríamos en un estado de tranquilidad. Ejemplos: trompetas en los ejércitos, sirenas de alarma, el grito de un niño pidiendo socorro que nos mueve a la acción, el chirriar de un coche frenando nos produce pánico; la guitarra eléctrica, los platillos de la batería, la caída de un rayo y el soplar del viento huracanado.
3. Notas agudas a alto volumen y muy rápidas: Son la forma auditiva que más rápidamente influye en las personas y que más cambios corporales genera. Nos invitan al movimiento corporal, nos predisponen a mezclarnos con grupos de gente y casi nos obligan a seguir una dirección determinada. Emocionalmente mejora la apatía, la debilidad de carácter y los complejos. Tiene un efecto muy perjudicial en el oído, son irritantes del sistema nervioso hasta el punto de descontrolarnos, aumentan la agresividad y perjudican las relaciones sociales íntimas y personalizadas. Ejemplos: la batería, la guitarra eléctrica y los solistas de música metal, un enjambre de abejas y el ska.
4. Notas graves a bajo volumen: Son las notas más sedantes, las que nos motivan a movernos con lentitud, con paciencia, y las que invitan a la reflexión. Pueden calmar rápidamente a grupos de personas discrepantes, provocar el sueño de un niño inquieto y producir una relajación muscular y nerviosa rápida y eficaz. Ejemplos: el silencio de la noche, el movimiento de las olas, el vibrar del campo;

la respiración durante un sueño profundo y un pequeño ventilador, el contrabajo, el oboe y el violonchelo.

5. Notas graves a fuerte volumen: Son notas intimidatorias, que obligan a detenerse ante la presunción del peligro. Nos producen miedo, o al menos prudencia, y nos invitan a movernos con extrema lentitud. Se emplea generalmente para infundir pánico y para obligar a la reflexión inmediata a personas muy agresivas. Ejemplos: los timbales (muy utilizados en el ejército), el saxo y el trombón. En la naturaleza encontramos las avalanchas de tierra y nieve, los movimientos sísmicos, el trueno, el rugir de un animal salvaje o en el estallido de un volcán en erupción, una explosión, un tornado o un maremoto.

A través de las actividades musicales se trabajan en las habilidades motrices; la coordinación, el equilibrio, la movilidad, la amplitud del movimiento, el tono muscular y la respiración. En las habilidades cognitivas; la música es un elemento motivador que estimula la atención, la memoria, el nivel de alerta, la orientación, el reconocimiento, el aprendizaje y la imaginación. Y en las habilidades socio-emocionales; las técnicas musicales receptivas y activas facilitan la expresión, el compartir emociones y sentimientos, a la vez que promueven la interacción, el autoconocimiento, el aumento de autoestima y la reducción de los sentimientos de ansiedad, estrés y depresión.

Por lo tanto, la finalidad de la música es enriquecer la vida de los niños, ya que a través de ella pueden expresar emociones y pensamientos, además de disfrutarla; las actividades musicales estimulan la creatividad, la memoria, en niños aumenta su vocabulario, y propicia todas las demás acciones ya mencionadas de acuerdo al género musical, nota, frecuencia, tono o ritmo (Hildebrand, 1993).

4.2.1 Efecto Mozart

Al ser todavía un feto, lo primero que desarrollamos es el oído, a las doce semanas escuchamos los latidos del corazón de nuestra mamá, su respiración y las voces del exterior, al séptimo mes el feto efectúa movimientos rápidos de ojos y el feto se mueve como si bailara (Ibarra, 1997).

Cuando nace, los primeros movimientos que realiza son rítmicos y experimenta diferentes tonos que lo hacen llorar, bailar o reír (Hildebrand, 1993).

Cuando somos niños, la música influye en nuestro estado de ánimo; un sonido demasiado estruendoso como un cohete, puede hacer llorar al niño, que se estremezca y tenga dificultades para dormir; sin embargo, cuando está expuesto a melodías de música clásica o suave, el niño es capaz de tranquilizarse y dormir mejor e incluso actuar con más pasividad e inteligencia (Ornelas, 2011).

Pero ¿Qué es el efecto Mozart?, el escuchar música de Mozart desde el quinto mes de gestación hasta los 14 años de edad de un individuo, desarrolla habilidades como (Guevara, 2002):

- Potenciación de la memoria.
- Incremento de la habilidad matemática.
- Enriquecimiento de las emociones.
- Optimización del proceso de aprendizaje de idiomas.
- Desarrollo de las habilidades del pensamiento.
- Aumenta la capacidad de lectura.
- Desarrollo del potencial auditivo, rítmico y musical.

Pero además del efecto Mozart, existen otras melodías que de igual forma ayudan en la adquisición del aprendizaje, según Ostrander (1983): Música Barroca para superaprendizaje; la de Vivaldi, Telemann, Bach, Corelli, Albinoni, Caudioso y Pachelbel. Música para aprendizaje activo; Mozart, Beethoven, Brahms, Tchaikovski, Chopin y Haydn. Y música para revitalizar el cerebro; Mozart, música prehispánica y sonidos provenientes de la naturaleza.

4.3 Literatura

La literatura es la acción de proyectar emociones, ideas; relacionar lo viejo con lo nuevo, humanizar o antropomorfizar, no olvida los mitos y la magia; el artista revive esa proyección y provoca una reacción emocional en el receptor. En tanto, la literatura siempre ha sido un medio adecuado para explicar la filosofía, la cual

enseña a reflexionar, la lógica, a tener un pensamiento dialógico, las raíces culturales, es parte del desarrollo integral del ser humano; por lo valores, la toma de decisiones, el fomentar un pensamiento crítico y creativo, así como las habilidades de investigación, razonamiento y organización espacial.

Lipman (como se citó en Guevara, 2002) sugiere que el buen uso de la literatura se empieza con lecturas como: “El mundo de Sofía”, “Elfie”, “Kio y Gus”, “Pixie, solo por mencionar algunos, las cuales contribuyen al desarrollo del lenguaje, la creación de la poesía, interés por leer; el amor a la sabiduría; la exploración de la naturaleza y generar empatía, mejoran la expresión escrita, oral y emocional, y mantiene un contacto genuino con el pensamiento y origen de las ideas.

4.3.1 Desarrollo del lenguaje en relación al desarrollo emocional

El lenguaje nos hace humanos y diferentes a los demás organismos vivientes. Los años que median entre el nacimiento y los seis años son trascendentales para el desarrollo del lenguaje. El escuchar palabras se llama lenguaje aural y el hablarlo se llama lenguaje oral, es decir uno y otro proceden a escribir y leer (Hildebrand, 1993).

El desarrollo del lenguaje inicia con la producción de sonidos verbales; después el hablar por sílabas y articular con claridad; el formular nuevas palabras, combinaciones y afirmar preguntas; aprendizaje del vocabulario; uso de reglas gramaticales; desarrollo de la voz clara, timbre, tono e intensidad adecuados culturalmente y por último el desarrollo de la fluidez del habla:

Esto se relaciona con cada una de las demás áreas del desarrollo. En correlación con el desarrollo emocional, el niño puede expresar verbalmente los buenos y malos sentimientos. Todo el medio emocional afectará en el ambiente de progreso del habla del niño, ya que si es un niño tímido o inseguro tendrá menos capacidad para expresarse libremente; al ser un niño aparentemente feliz, logrará una mejor adquisición del habla y la expresión emocional; pero por eso la literatura, la poesía y los cuentos, son una propuesta para el currículo, para generar un mayor

desarrollo de lenguaje y una libre expresión emocional; con la finalidad de generar un control de impulsos y una mayor adquisición de la realidad y de la creatividad.

4.3.2 Desarrollo cognoscitivo

En tanto al área cognoscitiva, la gente opera con la dominancia de un hemisferio de diferente manera, se utilizan los dos, pero siempre uno sobresaldrá; por lo que Banville menciona:

Las funciones que entran en el reconocimiento de colores y la forma de las letras y las palabras pertenecen al hemisferio derecho; la asociación de la palabra hablada con las formas y los colores es un proceso del hemisferio izquierdo (o sea, ocurre en las áreas del lenguaje del hemisferio izquierdo (como se citó en Hildebrand, 1979, p.309).

Por lo tanto, un niño puede aprender mejor por un sistema que por el otro, es decir, si los estímulos percibidos por el hemisferio derecho son el reconocimiento del significado y los del hemisferio izquierdo es el lenguaje como tal, el enseñarle al niño diferentes formas de adquirir la literatura contribuye de una manera a desarrollar equilibradamente los dos hemisferios o sobreponerle mayor labor a uno.

4.3.3 Múltiples formas para experimentar la literatura

El simple hecho de manejar libros, voltear las páginas, analizar los dibujos, leer en que alguien los lea en voz alta, comentar un libro con los amigos, compañeros o maestros; contribuirá a la disponibilidad y voluntad para leer un libro, un texto, un folleto o una revista.

La noción de que los símbolos que hay en las páginas representan gente, lugares, cosas y acciones que llevan a diario los niños, les producirá mayor interés para agarrar un libro y leerlo. Pero ¿cómo empiezan a leer?, por medio de la observación, el niño se da cuenta de que el leer se inicia de izquierda a derecha, le atraen las imágenes, los temas de misticismo y magia y por lo tanto el imaginar para después crear e imitar.

4.4 Cuento y poesía

Los cuentos y las poesías deben mantener la atención de los niños y generarles imaginación. Esta última al ponerla en acción se activan patrones sensomotores en relación con la emoción y la memoria. Las imágenes internas que se generan en el cerebro se conectan con la emoción y poco a poco se adquiere la comprensión del cuento. El leer una y otra vez el cuento propicia el aprendizaje y la conexión de redes neuronales que asimilan y asocian la información ya adquirida con la historia que cuentan los niños a su manera; la incorporan a su cuerpo, a sus movimientos y a su creatividad.

Al imitar la historia del cuento con el juego, el niño desarrolla más su creatividad, su aprendizaje de la vida real (aunque lo haga de manera inconsciente), expresa emociones, interactúa socialmente y se interesa más por la lectura.

Para la elección pertinente a la edad de 6-8 años de un cuento, es necesario tener en cuenta los siguientes lineamientos (Hildebrand, 1993):

- Deben tratar sobre niños y gente, animales y actividades conocidas.
- Contener una frase por página de reflexión.
- Tener un vocabulario que el niño pueda entender y aprender.
- Estar ilustrados con imágenes que describan lo que sucede.
- Que sean divertidos, interesantes y que contengan fábulas y metáforas de aprendizaje emocional.
- Las fantasías no deben dañar a los niños.
- Adecuados a la información del mundo real.

En cambio, la poesía, suele ofrecer a los niños toda una variedad de sentimientos, expresión y aprendizaje. La poesía es artística, creativa, cortés, afable, triste, bella e ingeniosa. Es la pieza artística de manifestación verbal creativa.

Eco afirma que la poesía:

“Es el programa operativo que una y otra vez se propone el artista, el proyecto de obra a hacer, tal como el artista explícita e implícitamente lo entiende” (Como se citó en Bretón, 1991, p.16).

En cuanto, a ¿qué propicia la lectura de la poesía?, desarrolla en el niño una forma de mirar al mundo, la sensibilidad, la imaginación, los hace crecer espiritualmente, los convierte en seres humanos más completos y sensibles (Pérez, 2004).

Los requisitos para leer poesía, son: Recitar con una entonación adecuada y atractiva, presentarle la poesía como algo lúdico (representar o actuar el poema) y placentero, que de paso a los vínculos de la imaginación y la expresión emocional. Los mejores autores de la poesía infantil pueden ser: Rafael Alberti, Federico García Lorca, Juan Ramón Jiménez o Antonio Rubio Machado, ya que su contenido es para hacer volar la imaginación, hacer reír, contiene adivinanzas, juegos, imágenes, etc.

Por lo tanto, el cuento y la poesía son un entretenimiento de apreciación artística que suavizan la escucha activa, la atención, la expresión creativa del lenguaje, fomenta el aprendizaje de nuevos conceptos y aumentar el vocabulario; facilitan la lectura, mejoran la memoria, el humor, son una guía de lo que significa la realidad y se pueden crear juegos con el contenido; por ejemplo, juego con títeres, películas, recortes de revista, canciones, drama (teatro).

4.4.1 Alternativas de cuento para niños de 6-8 años

La narración de los cuentos es una experiencia vibrante, interesante y única para los niños, para el niño no será algo rutinario cuando se sabe cómo narrarlo y fomentar el interés por la lectura.

Las técnicas para las alternativas de mejora de la narración de un cuento son:

1. Leer directamente el libro: Parafrasear el contenido del libro, de tal forma que el niño se emocione, imagine e interactúe con el material que presenta el libro, como ilustraciones, el personaje principal o las acciones que llevan el progreso de la historia.
2. La narración: Escuchar un cuento sin ayuda de ilustraciones exige mayor atención del niño, por lo que el narrador debe actuar el contenido del libro, lo debe llevar a la práctica, para generar en el niño motivación y mayor imaginación.
3. La narración con títeres: Además de que genera mayor interés y motivación; se desarrolla la creatividad, se forja aún más la imaginación, las emociones, el reír libera hormonas de la felicidad, y por ende de mayor tranquilidad y control de impulsos.
4. Cuento con recortes de revista y películas.
5. Cuentos en grupos con música de fondo.

Cada actividad de apreciación artística, motiva al alumno para crear, imaginar, sensibilizarse, controlarse emocionalmente, provoca cambios de conducta y de pensamiento; libera estrés, forja expectativas de logro personal, mejora la memoria, la atención, los movimientos coordinados; disminuye la ansiedad, provoca asimilación y acomodación de ideas, así como la analogía d lo escrito con la realidad, etc. En finalidad, tiene muchos beneficios, y la propuesta de adecuarlas al currículo, propiciaría cambios positivos tanto en el contexto educativo, como el social y el personal.

CAPÍTULO V

PLANEACIÓN DIDÁCTICA DEL PROGRAMA COMO ALTERNATIVA AL CURRÍCULO.

Como Herbert Read manifiesta en 1986 en el libro “Educación por el arte”:

El arte es el camino hacia el equilibrio físico, hacia la integración social; que hacer del arte la base de la educación, sirve para preparar en los niños el sendero por donde avanzará la razón y que sin acostumbrarse a las leyes de la belleza, el hombre no será capaz de distinguir lo bello y lo cierto (como se citó en Guevara, 2002, p. 35).

La creación del currículo oficial se hizo con la finalidad de llevar a cabo los propósitos de la educación declarados oficialmente para manejarlos dentro de las aulas educativas, por una estructura de contenidos creados desde raíces externas ajenas al contexto escolar y la diaria interacción en él. El currículo oculto, a diferencia se utiliza para fomentar en el alumno el aprendizaje moral, la forma tácita de la vida escolar.

Por lo tanto, el currículo debería tomar en cuenta los valores para la convivencia, la justicia, la libertad, el respeto, la igualdad, la responsabilidad, el amor, la verdad, la honestidad; debería abarcar los métodos para mejorar la empatía, el control emocional, la reflexión, la iniciativa, la expresión libre y serena, la sensibilidad; y no sólo el aumento de intelecto y las normas que propone la ley o el estado (Guevara, 2002).

5.1 Cuestionario diagnóstico

En la evaluación inicial realizaré un cuestionario con 16 reactivos, que proporcionarán información sobre las emociones que los alumnos experimentan en el aula y con distintas materias; además de medir la enseñanza de los contenidos curriculares, ya que el agrado o desagrado sobre el contenido puede generar en los

alumnos; motivación, expresión de emociones, aprendizaje y creatividad, o todo lo contrario.

Con estos datos, se preparará el programa de intervención, es decir, las actividades que involucran el cambio y mejora de la necesidad que presentan los alumnos.

5.2 Tabla de evaluaciones

Evaluaciones:	Evaluación diagnóstica	Evaluación formativa	Evaluación sumativa
Estrategias o instrumentos a utilizar:	Presentación *“Collage del arte”. Cuestionario diagnóstico contenido curricular y emociones.	Conocimiento de las emociones: *“Cuando digo...Quiero decir...” Sensibilización *“¡Sentimos y vivimos!”. Regulación emocional: *“Plasmando emociones”. Proponer Actividades de apreciación artística inmersas al currículo:	Conocimiento de las emociones: *Ficha de preguntas Sensibilización *Ficha de preguntas. Regulación emocional: *“Actuando con asertividad”. Proponer Actividades de apreciación artística inmersas al currículo: Lista de cotejo

		<p>Música *“Armonía musical”.</p> <p>Cuento *“Títeres”. *“Imaginar y Adivinar”.</p> <p>Danza prehispanica. *“Relajando el cuerpo con música”.</p> <p>Gimnasia cerebral: *“Activación mental”.</p> <p>Poesía *“Creaciones sensibles”.</p>	<p>Cierre “Artes mágicas”.</p>
Número de sesiones totales:			10 sesiones
Bibliografía:	<p>*Rénom, A. (2008) <i>Educación emocional programa para la educación primaria 6-12 años</i>. España: Wolters Kluwer.</p> <p>*Hildebrand, V. (1993). <i>Educación infantil jardín de niños y preprimaria</i>. México: Limusa.</p> <p>* Ibarra, L.M. (1997). <i>Aprende mejor con gimnasia cerebral</i>. México: Ediciones Granik.</p> <p>*López, B. S. y Kleen, E. M. (2001). <i>Evaluación del aprendizaje alternativas y nuevos desarrollos</i>. México: Trillas.</p>		

5.3 Planificación didáctica

ACTIVIDAD:	Presentación Diagnóstica	
TÍTULO:	*“Collage del arte”. *Cuestionario diagnóstico contenido curricular y emociones.	
OBJETIVO:	Identificar las emociones en el aula escolar y la interacción del alumno con los contenidos curriculares. .	
FECHA DE APLICACIÓN:		
TIEMPO DE DURACIÓN: 50 min	HR. INICIO:	HR. TERMINO:
CONTENIDOS (INDICADORES):	<ul style="list-style-type: none"> *Desenvolvimiento grupal *Conocimiento del arte. *Clima de la clase. *Características que propician o afectan el aprendizaje. *Conocimiento de las emociones en clase. *Interacción continua con las materias. 	
DESCRIPCIÓN:	<p>1.-Presentación Collage del arte: Se realizará una breve explicación de lo que las emociones engloban desde las actividades de apreciación artística; para posteriormente entregarles a 5 equipos cartulinas de color rosa, azul, verde, amarilla y lila, revistas o periódicos, marcadores, resistol y tijeras, para que elaboren un collage, con respecto a la comprensión sobre lo que significa arte para ellos, en relación con las emociones en el salón de clases. En la parte de abajo o en la parte posterior colocarán: ¿Qué es el arte?, ¿Qué emociones relacionas con el arte?, ¿Crees que es conveniente tener clases de apreciación artística? ¿Para ti cuáles son las actividades de apreciación</p>	

	artística? 2.- Cuestionario diagnóstico: Al terminar la actividad anterior, se les repartirán unos cuestionarios con el objetivo de conocer su perspectiva de las emociones y el contenido curricular.
MATERIAL:	*Cartulinas azul, rosa, verde, amarilla y lila. * Resistol. *Revistas *Periódicos. *Resistol. *Diurex. *Marcadores. *Cuestionarios diagnósticos.
TÉCNICA DE EVALUACIÓN:	*Tabla de observación *Escala de rango
BIBLIOGRAFÍA:	López, B. S. y Kleen, E. M. (2001). <i>Evaluación del aprendizaje alternativas y nuevos desarrollos</i> . México: Trillas.

ACTIVIDAD:	Conocimiento de las emociones	
TÍTULO:	*“Cuando digo...Quiero decir...”	
OBJETIVO:	Tomar consciencia de las emociones de uno mismo y la de los demás desde la identificación misma de las 6 emociones básicas.	
FECHA DE APLICACIÓN:		
TIEMPO DE DURACIÓN: 45 min	HR. INICIO:	HR. TERMINO:

CONTENIDOS (INDICADORES):	<p>*Diferenciar las emociones: vergüenza, miedo, alegría, sorpresa, tristeza y enojo.</p> <p>*Tomar consciencia de las emociones de los demás.</p> <p>*Interacción grupal.</p> <p>*Interacción con los contenidos.</p> <p>*Toma de consciencia de las emociones de uno mismo.</p>
DESCRIPCIÓN:	<p>1.- Cuando digo... quiero decir...: Se dividirán en tres grupos, y en cartulinas estarán los tópicos; ¿Cómo te sientes al llegar al colegio?, ¿Cómo te sientes cuando vas al patio a la hora del receso?, ¿Cómo te sientes durante una pelea?, ¿Cómo te sientes al salir de clases?, ¿Cómo crees que se sienten tus amigos cuando juegan futbol? ¿Qué crees que siente el maestro cuando le respondes en clase?, ¿Qué crees que tus compañeros de clase sienten cuando les pones apodosos?; en las cuales tendrán que colocar un rostro que tiene una de las 6 emociones mencionadas anteriormente. Posteriormente expondrán el porqué de esa emoción.</p>
MATERIAL:	<p>*Marcadores.</p> <p>*Cartulina.</p> <p>*Pegatinas de rostros con expresiones emocionales.</p> <p>*Diurex.</p>
TÉCNICA DE EVALUACIÓN:	<p>* Tabla de observación</p> <p>*Lista de comprobación</p>
BIBLIOGRAFÍA:	<p>Rénom, A. (2008) <i>Educación emocional programa para la educación primaria 6-12 años</i>. España: Wolters Kluwer.</p> <p>López, B. S. y Kleen, E. M. (2001). <i>Evaluación del aprendizaje alternativas y nuevos desarrollos</i>. México: Trillas.</p>

ACTIVIDAD:	Sensibilización	
TÍTULO:	*“¡Sentimos y vivimos!”.	
OBJETIVO:	Fomentar la sensibilización y conocimiento de las propias emociones, así como la relación de nuestras emociones en la vida diaria y el salón de clases.	
FECHA DE APLICACIÓN:		
TIEMPO DE DURACIÓN: 40 min.	HR. INICIO:	HR. TERMINO:
CONTENIDOS (INDICADORES):	*Descubrir emociones frente a determinadas circunstancias. *Asociar emociones a sucesos de la vida diaria. *Asociar emociones a sucesos escolares. *Conocimiento de las emociones de otros.	
DESCRIPCIÓN:	1.- “¡Sentimos y vivimos!”: Se entregará a cada alumno 6 papelitos de color Rosa-Amor, Gris-Tristeza, Negro-enojo, Amarillo-Alegría, Azul-Miedo y Rojo-Vergüenza; y una ficha que contiene situaciones de la vida diaria y escolares, las cuales tendrán que llenar de acuerdo a la emoción que se presenta en el momento de cada situación.	
MATERIAL:	*Hojas de color *Marcadores. *Ficha de situaciones.	
TÉCNICA DE EVALUACIÓN:	*Guía de observación.	
BIBLIOGRAFÍA:	Rénom, A. (2008) <i>Educación emocional programa para la educación primaria 6-12 años</i> . España: Wolters Kluwer.	

ACTIVIDAD:	Regulación emocional	
TÍTULO:	“Plasmando emociones”.	
OBJETIVO:	Identificar las emociones desde actividades que involucran subjetividad e intelecto.	
FECHA DE APLICACIÓN:		
TIEMPO DE DURACIÓN: 55 min	HR. INICIO:	HR. TERMINO:
CONTENIDOS (INDICADORES):	<ul style="list-style-type: none"> *Representar emociones *Diferenciar emociones de intelecto. *Comparar diferentes expresiones. *Identificar las actividades que involucran emoción e intelecto. 	
DESCRIPCIÓN:	<p>1.-“Plasmando emociones”: En un molde habrá papelitos con diferentes momentos. Se dividirá al grupo en 6 equipos; seleccionarán a un líder para elegir un papelito, la leyenda que contenga el papel, lo tendrán que llevar a cabo; el que termine primero, explicará ¿Cómo llevó a cabo la acción?, ¿Se les hizo interesante o no?</p>	
MATERIAL:	<ul style="list-style-type: none"> *Cartulinas *Revistas *Periódicos *Resistol *Marcadores *Lapicero *Hojas de color *Colores *Tijeras *Recortes de expresiones faciales 	

TÉCNICA DE EVALUACIÓN:	*"Actuando con asertividad".
BIBLIOGRAFÍA:	Rénom, A. (2008) <i>Educación emocional programa para la educación primaria 6-12 años</i> . España: Wolters Kluwer.

5.3.1 Actividades de apreciación artística inmersas al currículo.

ACTIVIDAD:	1. Música	
TÍTULO:	"Armonía musical".	
OBJETIVO:	Sensibilizar, disminuir estrés, regular emociones por medio de música prehispánica o de piano.	
FECHA DE APLICACIÓN:		
TIEMPO DE DURACIÓN: 60 min	HR. INICIO:	HR. TERMINO:
CONTENIDOS (INDICADORES):	<p>*Experimentar la relajación.</p> <p>*Valorar la relajación como un estado que nos permite regular emociones.</p> <p>Practicar la relajación.</p> <p>*Por medio de la música generar un sentido de aprendizaje, tranquilidad, equilibrio y canalización emocional.</p> <p>*Seguridad</p> <p>*Generar la asertividad, al generar una ausencia de tensión</p>	
DESCRIPCIÓN:	<p>1.- "Armonía musical": Se realizará un círculo y tanto docentes como alumnos se recostarán en el piso encima de unas mantas, en caso de que el círculo no sea cómodo se realizarán dos filas. Se les pedirá que cierren los ojos y permanezcan boca arriba con todo el</p>	

	<p>cuerpo estirado y brazos a los costados. Primero se colocará música instrumental, de piano o latinoamericana de fondo y se les pedirá que traten de escuchar el silencio, todas las sensaciones que puedan estar a su alrededor y puedan percibir, “levanten las manos hacia arriba y realicen círculos con las muñecas por 5 segundos, bajen los brazos” y se realizaran sucesivamente variados ejercicios de gimnasia cerebral; está actividad durará 15 min. Se cambiará la música a sonidos prehispánicos de naturaleza, en el que se pedirá que traten de sentir cada uno de los sonidos, que escuchen los latidos de su corazón, las pulsaciones, y se les dirá lo siguiente “Piensa que has ido a una excursión y has hecho muchas cosas en compañía de tus amigos y maestro; te la has pasado muy bien, pero ahora estás cansado (a) y necesitas estirarte en el suelo. Notas como todo tú cuerpo empieza a descansar, tú rostro está cansado, deja que se relaje, respira lenta y profundamente y trata de sentir cada sonido, imagina que estás en un río, bajo la lluvia, en una montaña rapeando, en donde tú sientas que está presente ese sonido que escuchas en lo más profundo de tu cuerpo y cabeza, relaja tus hombros, tus pies, tus manos, tus ojos”. Después de dejarlos soñar con estos sonidos por 15 min. Se les pedirá que lentamente abran los ojos y que se estiren, se les preguntara lo ¿qué sintieron?, ¿qué imaginaron?, si les agrado o no, ¿qué percibieron?, ¿qué pueden aportar y reflexionar con esta dinámica?; ¿Estás mejor ahora que antes de practicar la relajación?, ¿Has experimentado alguna emoción?</p>
MATERIAL:	<p>*Grabadora o computadora. *Música prehispánica y de piano. *Colchonetas, o una basé acolchonada para recostarse.</p>
TÉCNICA DE EVALUACIÓN:	Sinceridad expresiva

BIBLIOGRAFÍA:	Rénom, A. (2008) <i>Educación emocional programa para la educación primaria 6-12 años</i> . España: Wolters Kluwer.

ACTIVIDAD:	2. Cuento	
TÍTULO:	*“Títeres”. *“Imaginar y Adivinar”.	
OBJETIVO:	Fomentar en el estudiante el gusto por la lectura, la creatividad y la relación emociones con intelecto.	
FECHA DE APLICACIÓN:		
TIEMPO DE DURACIÓN:	HR. INICIO:	HR. TERMINO:
1.- 30 min 2.- 45 min		
CONTENIDOS (INDICADORES):	<ul style="list-style-type: none"> *Estimular el desarrollo de las habilidades socio-emocionales. *Expresar una breve historia. *Fomento de la expresión verbal y emocional. *Analizar el grado de satisfacción del trabajo realizado. *Creatividad 	
DESCRIPCIÓN:	<p>1.- “Títeres”: Cada 2 semanas se le otorgará a los alumnos el que inventen una historia, la cual tendrán que dar a conocer con títeres como calcetines, muñecos o muñecos con cuerda (de acuerdo a la creatividad del alumno); para esto, se dividirá al grupo en 4 equipos, los cuales presentarán su obra frente al salón de clases; y la que sea elegida por los mismos compañeros, se le otorgará un reconocimiento y se le dará la libertad de impartir más escenas en otros salones de clase.</p> <p>2.- Imaginar y adivinar: Se dividirá al grupo en 3</p>	

	<p>equipos, se les otorgará una ficha con el nombre de un cuento a representar teatralmente. Las vestimentas y materiales los encontrarán en un baúl, que estará a un costado de la puesta en escena. Al terminar se les realizarán las siguientes preguntas colocadas en un papel bon por equipo; ¿Qué emociones han experimentado?, Recordando el cuento nombra las situaciones en las que según tú opinión cada personaje representado allá sentido una de las 6 emociones, ¿Cuándo recuerdas haber sentido alegría?, ¿Son sus emociones parecidas a la de los demás ante una misma situación?</p>
<p>MATERIAL:</p>	<p>*Lo que los alumnos decidan, esto depende de su creatividad, en caso de que necesiten algún material que se encuentre fuera de su alcance, se les cederá para continuar con su obra.</p> <p>*Papel bond (3).</p> <p>*Marcadores.</p> <p>*Diurex.</p> <p>*Vestimentas.</p>
<p>TÉCNICA DE EVALUACIÓN:</p>	<p>*Lista de cotejo.</p> <p>*Portafolio</p>
<p>BIBLIOGRAFÍA:</p>	<p>*Rénom, A. (2008) <i>Educación emocional programa para la educación primaria 6-12 años</i>. España: Wolters Kluwer.</p> <p>*Hildebrand, V. (1993). <i>Educación infantil jardín de niños y preprimaria</i>. México: Limusa.</p> <p>* López, B. S. y Kleen, E. M. (2001). <i>Evaluación del aprendizaje alternativas y nuevos desarrollos</i>. México: Trillas.</p>

ACTIVIDAD:	3. Danza prehispánica.	
TÍTULO:	“Relajando el cuerpo con música”.	
OBJETIVO:	Fomentar una regulación emocional desde la expresión libre de emociones desde movimientos rítmicos desde la danza prehispánica.	
FECHA DE APLICACIÓN:		
TIEMPO DE DURACIÓN: 45 min	HR. INICIO:	HR. TERMINO:
CONTENIDOS (INDICADORES):	<ul style="list-style-type: none"> *Regulación emocional *Expresión de emociones e impulsos *Coordinación y desarrollo muscular *Desarrollo de la voluntad *Desarrollo de control de emociones *Fomentar el valor por la cultura *Fomentar el valor por la música *Liberar estrés 	
DESCRIPCIÓN:	<p>1.-“Relajando el cuerpo con música”: Cada tercer día se practicará danza prehispánica con sonidos provenientes de un huehuetl, teponaztli, ayoyotes. Se iniciará primero con un disco de música prehispánica para preparar a los niños, pero después se conseguirá a un maestro que desea ceder el conocimiento de la danza prehispánica. Nota: los niños podrán aprender a tocar los instrumentos, para tener mayor contacto con los materiales naturales que engloba la danza.</p>	
MATERIAL:	<ul style="list-style-type: none"> *Grabadora *Disco de música prehispánica *Huehuetl *Teponaztli *Ayoyotes 	

TÉCNICA DE EVALUACIÓN:	*Lista de cotejo
BIBLIOGRAFÍA:	López, B. S. y Kleen, E. M. (2001). <i>Evaluación del aprendizaje alternativas y nuevos desarrollos</i> . México: Trillas.

ACTIVIDAD:	4. Gimnasia cerebral.	
TÍTULO:	*“Activación mental”.	
OBJETIVO:	Balancear mente, cuerpo del niño para regular emociones y fomentar una adquisición de aprendizaje mejor.	
FECHA DE APLICACIÓN:		
TIEMPO DE DURACIÓN: Varía de acuerdo al ejercicio, la mayoría dura 20 min.	HR. INICIO:	HR. TERMINO:
CONTENIDOS (INDICADORES):	<ul style="list-style-type: none"> *Balance en la actividad nerviosa *Manejo del estrés *Relajar el cuerpo *Activar varios hemisferios *Lograr mayor concentración *Conecta la emociones en el sistema límbico *Integrar el aprendizaje con las emociones *Producir endorfinas *Fluir de emociones atoradas 	
DESCRIPCIÓN:	1.-“Activación mental”: Se realizarán los ejercicios de “nudos”, “la tarántula”, “el grito energético”, “Gato cruzado”, “El espantado” y “tensar y distensar”, etc. De acuerdo a cada actividad cambian los beneficios pero	

	todos estos movimientos liberan estrés, un manejo de emociones y relación entre mente y cuerpo. Se aplicarán en distintos días y se propone que sean actividades para antes de iniciar la clase (como introducción de las Clases más pesadas), ya que esto permitiría mantener un equilibrio en el aula.
MATERIAL:	*Libre espacio (áreas verdes o un aula adecuada para realizar movimientos).
TÉCNICA DE EVALUACIÓN:	*Lista de cotejo
BIBLIOGRAFÍA:	Ibarra, L.M. (1997). <i>Aprende mejor con gimnasia cerebral</i> . México: Ediciones Granik. López, B. S. y Kleen, E. M. (2001). <i>Evaluación del aprendizaje alternativas y nuevos desarrollos</i> . México: Trillas.

NOTA: En cada actividad donde se presenta movimientos (dinámicas), se realiza una gimnasia cerebral.

ACTIVIDAD:	5. Poesía	
TÍTULO:	"Creaciones sensibles".	
OBJETIVO:	Fomentar la creatividad, la expresión de emociones y la expansión del vocabulario, para generar un agrado sobre las artes así como un desarrollo de control emocional.	
FECHA DE APLICACIÓN:		
TIEMPO DE DURACIÓN: 40 min	HR. INICIO:	HR. TERMINO:
CONTENIDOS (INDICADORES):	*Creatividad *Expresión de emociones *Expansión del vocabulario	

	<ul style="list-style-type: none"> *Rima *Atención *Relajación *Liberar estrés
DESCRIPCIÓN:	<p>1.-“Creaciones sensibles”: En un contenedor, habrá objetos abstraídos de la naturaleza: una rama, un pétalo de flor, una pluma de ave, una piedra, una fruta; todas las cosas que puedan ser naturales. El niño tomará al azar del contenedor un objeto, y de él realizará un poema, verso o texto en rima. Mientras lo elabora, de fondo se colocará música armónica para evitar el estrés. Después los niños leerán sus creaciones y las guardarán en un portafolio.</p> <p>Las creaciones también pueden llevar imágenes, o lo que el niño guste colocarles.</p>
MATERIAL:	<ul style="list-style-type: none"> *Bolígrafo *Hojas blancas *Hojas de color *Revistas o periódicos *Tijeras *Resistol *Caja de zapatos *Grabadora *Contenedor con objetos de naturaleza *Música armónica
TÉCNICA DE EVALUACIÓN:	<ul style="list-style-type: none"> *Lista de cotejo *Portafolio
BIBLIOGRAFÍA:	<p>Hildebrand, V. (1993). <i>Educación infantil jardín de niños y preprimaria</i>. México: Limusa.</p> <p>López, B. S. y Kleen, E. M. (2001). <i>Evaluación del aprendizaje alternativas y nuevos desarrollos</i>. México: Trillas.</p>

CAPÍTULO VI:

CONCLUSIONES

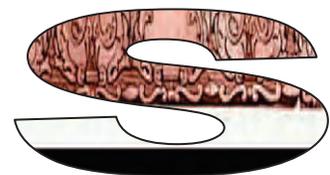
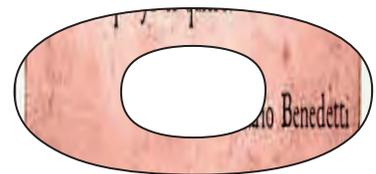
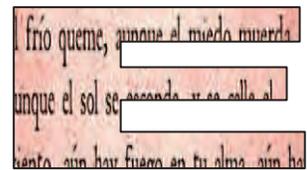
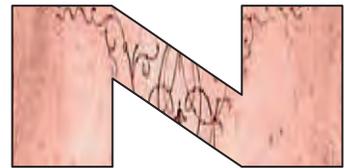
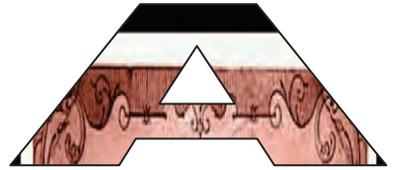
Las emociones son un modo de expresión que se generan por la experiencia y por un origen orgánico, se relacionan con la mente y el intelecto porque, se encuentran en el sistema límbico y la neocórtex, lugar en el cerebro que permite relacionar al pensamiento con la complejidad de la vida emocional, ya que pueden controlarse, expresarse y manejarse.

La mente se relaciona con el cuerpo, ya que es el que lleva a cabo toda acción que el ser humano evoque en el pensamiento; y por lo tanto se acciona un movimiento; el cual es una energía que despierta estados de expresión, que se acciona cuando queremos realizar algo; es decir, los movimientos nos permiten alcanzar objetos, mejorar nuestro flujo sanguíneo, expresar emociones o liberar impulsos; por medio del arte se convierte en la expresión de pensar, expresarse y descubrirse; es la acción corporal que actúa como estado regulador.

Por lo tanto, las actividades de apreciación artística como son, la literatura, la poesía, el cuento, la danza prehispánica, la música de piano y la gimnasia cerebral; son acciones que permiten que el ser humano tenga variados beneficios personales, intelectuales, emocionales y hasta de desarrollo físico, social y psíquico; si se englobarán en el currículo en edades iniciales de 6 a 8 años de edad; y se demostrara una mejoría en la manifestación de conducta de los alumnos; sería una adecuada mejoría al sector educativo y por lo tanto al país. Se fomentaría el valor por el arte y la cultura, se seguirían lineamientos de disciplina y existiría un mayor desarrollo de la humanidad; por el acto seguido de la sensibilidad, empatía, lectura, reflexión, comunicación y el amor a la sabiduría se fortalecería.

Dentro de mis conclusiones, retomo algunas recomendaciones, para tomar en cuenta al momento de querer aplicar cada una de las actividades artísticas culturales para la educación de las emociones en el aula escolar:

- ❖ Tener en cuenta el ciclo de vida o desarrollo de vida de los alumnos, para conocer sus necesidades, cambios físicos, psíquicos y comportamiento.
- ❖ Buscar adecuada lectura de cuentos, poesía y literatura de acuerdo a la edad de los alumnos y su ciclo de vida.
- ❖ Colocar música de fondo barroca, prehispánica o de piano en cada actividad grupal o de reflexión, para disminuir el estrés, mejorar la atención y la adquisición del aprendizaje.
- ❖ Realizar actividades de relajación con música, una salida al medio ambiente o donde haya naturaleza para evitar el estrés y la falta de motivación.
- ❖ Colocar las actividades de apreciación artística al currículo, para tener un efecto positivo y real en la manifestación total del alumno y el docente.
- ❖ Dejar expresar a los niños con libertad por medio de la escritura de una poesía, un cuento, un dibujo, el baile, o alguna actividad artística, para evitar conductas disruptivas.
- ❖ No cuestionar al niño sobre problemas que van más allá de los límites del docente.
- ❖ Comunicarse libremente y con reflexión.



7. ¿Sabes que son las actividades de apreciación artística?

Si _____ - NO _____

8. ¿Te gusta la música? ¿Qué tipo de música escuchas?

9. ¿Te gusta leer? ¿Qué tipo de lecturas lees?

A) SI B) NO

¿Por qué?

Lecturas que lees:

10. ¿En el salón de clases?

SI

NO

Leen cuentos:

Los analizan:

Platican sobre lo que comprendieron:

¿Qué tipo de cuentos leen?:

¿Qué les gustaría leer?

10. ¿Cómo les gustaría llevar a cabo las actividades de lectura?

A) –Con títeres

B) Actuadas como en el cine/teatro

C) Ustedes participarían como los actores principales

D) Otros_____

11. ¿Sabes qué es la poesía?

A) SI

B) NO

12. ¿Sabes qué es la danza prehispánica?

A) SI

B) NO

13. ¿Te gustaría que en tu escuela impartieran clases de danza prehispánica?

14. Si pudieras cambiar el contenido de algunas materias:

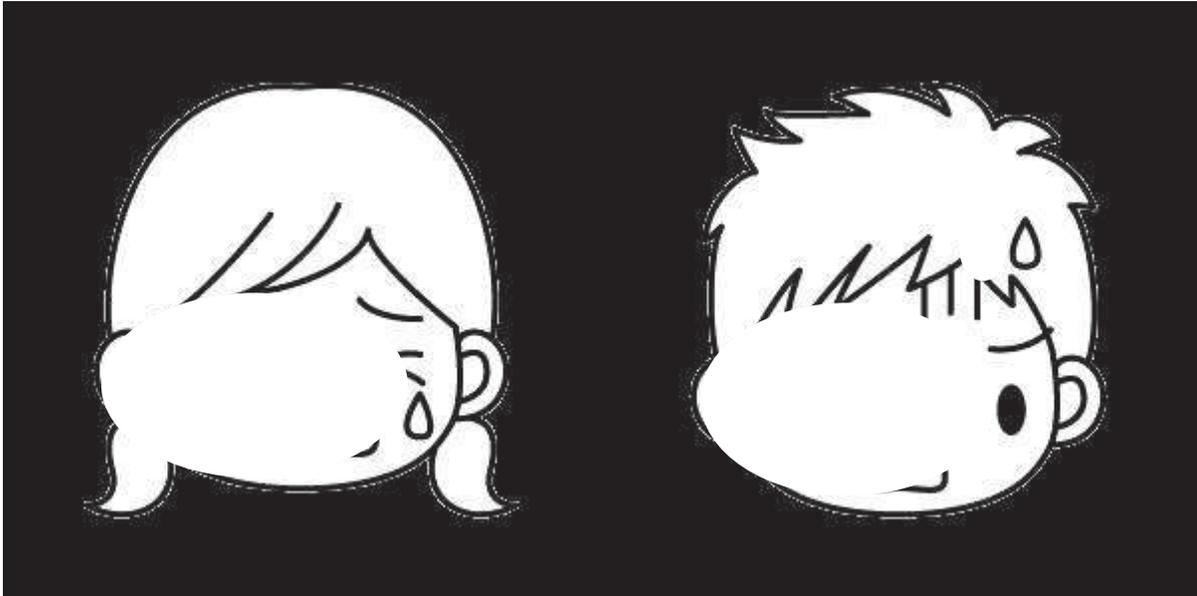
¿Qué te gustaría cambiar?

¿Por qué?

¿Qué le mejorarías?

Dibuja la emoción más sobresaliente que has experimentado en más ocasiones durante tus clases de acuerdo a si eres niña o niño:

NOTA: Si han sido variadas y diferentes en cada clase colócalas en la parte de abajo junto con la materia en la que sientes dicha emoción.



INSTRUMENTOS DE INTERVENCIÓN

1. Presentación: Escala de Rango.

CARTULINAS DE COLORES PARA EL COLLAGE:
¿Qué es el arte?
¿Qué emociones relacionas con el arte?
¿Crees que es conveniente tener clases de apreciación artística?
¿ ¿Para ti cuáles son las clases de apreciación artística?

2. Cuestionario: Guía de observación.

TABLA DE ESPECÍFICACIONES OBSERVACIÓN DIAGNÓSTICA	
Grado:	Grupo:
Total de alumnos de la muestra:	
Prof. Titular de Grado:	
Prof. Titular de la Materia:	
Hora:	Fecha:
1.- Características generales del grupo:	
2.- Nivel de atención del grupo:	
3.- Clima de clase:	
4.- Expectativas de los alumnos sobre sus áreas de estudio:	
6.- Actitudes de los alumnos:	

7.- Emociones de los alumnos:

3. Cuando digo...quiero decir...: Guía de observación.

¿Cómo te sientes cuando vas al patio a la hora del receso?

¿Cómo te sientes cuando presencias una pelea?

¿Cómo te sientes al salir de clases?

¿Cómo crees que se sienten tus amigos cuando juegan futbol?

¿Qué crees que siente el maestro cuando le respondes en clase?

¿ ¿Qué crees que tus compañeros de clase sienten cuando les pones apodos?

Anotaciones: _____

Las emociones: ¿Por qué esa emoción?



*Lista de cotejo

4. ¡Sentimos y Vivimos!: Guía de evaluación.

Hoja de situaciones:

- 1.- Vas en bicicleta y te caes.
- 2.- Tu mejor amigo te deja de hablar por una discusión que tuvieron.
- 3.- Estás en clase y tienes sueño.
- 4.- Tu mejor amigo te da una patada.
- 5.- No haces bien un ejercicio en clase y se burlan de ti.
- 6.- Tu abuelo te viene a buscar al colegio.
- 7.- Un compañero te regala un caramelo.
- 8.- El profesor te felicita por tu buena participación.
- 9.- Vienes al colegio sin desayunar.
- 10.- Tu novia (o) te esperan en el receso.
11. Tus papás se pelean.
- 12.- Te premian un trabajo.

Ficha de los colores (Para recoger información):

Situaciones	Rosa Amor	Gris Tristeza	Amarillo Alegría	Azul Marino Miedo	Negro Ira	Rojo Vergüenza
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						

5. Plasmando emociones.

Buscar en las revistas fotografías de caras que representen IRA
Escribir una breve historia que provoque MIEDO
Dibujar caras que representen ALEGRÍA
Dibujar un animal que represente SORPRESA
Buscar en recortes de revista situaciones que provoquen TRISTEZA
Realizar un collage que represente VERGÜENZA

Reflexión: ¿Cómo llevó a cabo la acción?, ¿Se les hizo interesante o no?

*Actuando con asertividad

Alumno	Actitud asertiva	Actitud no asertiva	¿Qué actitud adversa refleja?						Emociones posibles del alumno								
			Agresiva	Evasiva	Irónica	Indiferente	Deshonesta	Incoherente	Tristeza	Alegría	Enfado	Vergüenza	Miedo	Asombro			
No.1																	
No.2																	
No.3																	
No.4																	
No.5																	
No.6																	
No.7																	
No.8																	
No.9																	

6. Armonía musical

¿Estás mejor ahora que antes de practicar la relajación?, ¿Has experimentado alguna emoción?

***Sinceridad expresiva:** En un rostro dibujarán la emoción que experimentaron durante el progreso de la actividad y en el costado colocarán con palabras dicha emoción. Después en la parte de abajo responderán unas preguntas, que evaluarán la actividad y la participación del alumno.

¿Qué emoción experimentaste durante el progreso de la actividad?



Emoción

1.- ¿Qué te pareció la actividad? Agradable Desagradable Aburrida Interesante
 1 2 3 4

2.-Te sentiste: Relajado Estresado Cansado Motivado
 1 2 3 4

3.- ¿Le cambiarías algo? Sí No ¿Qué? ¿Por qué?

4.- ¿Crees que la relajación (Música) genera cambios de conducta durante el horario de clases? Sí No ¿Qué? ¿Por qué?

5.- ¿Qué fue lo que imaginaste con cada uno de los sonidos de las melodías presentadas?

6.- ¿Qué sentiste con los sonidos?

7.- ¿Qué sonidos externos e internos percibiste?

7. Cuento: imaginar y adivinar, Títeres.

***Ficha de cuentos a representar:**

1.- Caperucita roja y el lobo

2.- Empatados

3.- El lobo ha vuelto

***Papel bond:**

¿Qué emociones han experimentado?
Recordando el cuento nombra las situaciones en las que según tú opinión cada personaje representa una de las seis emociones, ¿Puedes nombrarlas por favor?
¿Cuándo recuerdas haber sentido alegría, durante la exposición teatral?
¿Son sus emociones parecidas a la de los demás ante una misma situación?

***Portafolio:** Para guardar de manera escrita las obras que realizan teatralmente.

***Tabla de observación:**

***Lista de cotejo:**

7. Danza prehispánica: Lista de cotejo.

8. Gimnasia cerebral: Lista de cotejo.

9. Poesía: Lista de Cotejo y Portafolio

CIERRE: “Artes mágicas”.

Tendré en una canasta papelitos de color con una palabra clave. Los niños elegirán la cinta de la canasta que se pasará por su lugar. Las cintas contienen las palabras: Cantar, bailar, invitar, deporte, cuento, actuar, dibujar y expresión. Realizaré dos equipos con el mismo número de integrantes, o al menos lo más equilibrado posible.

Al sacar la cinta de papel, posteriormente buscarán en el salón la tira que se relaciona con la palabra que está contiene, es decir, su pareja; la pista para hallar la pareja es que esta se encuentra del mismo color del papel seleccionado. La segunda tira dice la actividad que tendrán que llevar a cabo:

Primera cinta	Pareja
CANTAR	Una canción.
BAILAR	Tú baile favorito.
DEPORTE	Actuar el deporte favorito.
CUENTO	Inventa un cuento con recortes.
ACTUAR	Su personaje favorito de T.V.
DIBUJAR	Bosque con animales favoritos, con colores.
EXPRESIÓN	Con gestos de las diferentes emociones.

Felicitaré y entregaré a cada integrante una pulsera de hilo o unas pelotas y una bolsita de

BIBLIOGRAFÍA

- Aristóteles. (1964). *Poética en obras*. Trad. Francisco de P. Samaranch. Madrid: Aguilar
- Arnheim, R. (1993). *Consideraciones sobre la educación artística*. España: Paidós.
- Buhigas, F.M. (2000). ¿Tienes sentido del humor? *Como potenciar tú autoestima*, 2000 (2), 32-35.
- Breton, A. (1991). *Reflexiones sobre estética a partir de André Breton*. México: UNAM.
- Breton, A. (1978). *El amor loco*. México: Serie del volador.
- Brusca, K. (1998). *Definiendo Musicoterapia*. Barcelona: Publisher.
- Chóliz, M. M. (2005). *Psicología de la emoción*. España: El proceso emocional. Recuperado de: <http://www.uv.es/=cholz>
- Don, C. (1998). *El efecto Mozart*. Barcelona: Ediciones Urano.
- Dueñas, B. (2003). Inteligencia, inteligencia emocional y espiritualidad, una reflexión desde la psicología humanista. *Revista cubana de psicología*, 20 (1), Recuperado de: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0257-43222003000400006&script=sci_arttext
- Escudero, M. J. M. (2005). *Fracaso escolar, exclusión educativa: ¿De qué se excluye y cómo?*, 1 (1), Revista electrónica del currículum y formación de profesorado, Universidad de Murcia, Recuperado de: <http://www.ugr.es/~recfpro/rev91ART1.pdf>
- Estrada, J. (1984). *La música en México*. México: UNAM.
- Florescano, E. (1999). *Memoria indígena*. México: Santillana.

- Freire, P. (1971). *La educación como práctica de la humanidad*. Buenos Aires: Siglo Veintiuno.
- Gardner, H. (1987). *Arte, mente y cerebro una aproximación cognitiva a la creatividad*. Argentina: Paidós.
- Gardner, H. (1995). *Estructuras de la mente la teoría de las inteligencias múltiples*. México: Fondo de cultura económica.
- Goleman, D. (1995). *La inteligencia emocional*. Barcelona: Kairos.
- Goleman, D. (1997). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: Kairos.
- Gombrich, E. (1997). *Historia del arte*. Madrid: Debate.
- González, V. (2010). *Emociones desde una perspectiva psicobiológica*. Manuscrito no publicado, Universidad Autónoma de Yucatán, Mérida, México.
- Guevara, G. (2002). *Lecturas para maestros*. México: Aguilar, León y Cal editores.
- Hildebrand, V. (1993). *Educación infantil, jardín de niños y preprimaria*. México: Limusa.
- Ibarra, L.M. (1997). *Aprende mejor con gimnasia cerebral*. México: Ediciones Granik.
- Kant, I. (1961). *Crítica del juicio, trad. José Rovira Armengol*. Buenos Aires: Losada.
- Laban, R. (1989). *Danza educativa moderna*. México: Paidós.
- León, P. (1984). *De Teotihuacán a los aztecas, antología de fuentes e interpretaciones históricas*. México: UNAM.
- Leuner, B. (1966). Emotional Intelligence and Emancipation. *Praxis der kinderpsychologie und kinderpsychiatrie*, 15 (6), pp. 196-203.

- López, B. S. y Kleen, E. M. (2001). *Evaluación del aprendizaje alternativas y nuevos desarrollos*. México: Trillas.
- Morales, A. (1944). *El tlilamatl o libro de los dioses*. México: Intercontinental.
- Mestre, N. J., et. alt. (1997). *Cuando los constructos psicológicos escapan del método científico: el caso de la inteligencia emocional y sus implicaciones en la validación y evaluación*. Revista electrónica de motivación y emoción. 3 (4) Recuperado de: <http://reme.uji.es/articulos/amestj1961605100/texto.html>
- Neill, A. (1978). *Corazones, no sólo cabezas en la escuela*. México: Editores Mexicanos Unidos.
- Ornelas, C. (2011). Música y desarrollo del niño. *Diario con tú bebé*, 2011 (9), 43-46.
- Oñederra, J. A. (2008). *XXVII Cursos de Verano EHU-UPV*. San Sebastián: Donosia. Recuperado de: <http://www.sc.ehu.es/ptwgalam/meriales%20docentes%20curso%20verano%202008/1.%20Bullying%20aproximacion%20al%20fenomeno%20Oñederra.pdf>
- Ostrander, S., Schroeder, L. y Ostrander, N. (1983). *Superaprendizaje*. México: Grijalbo.
- Osorio J. (1982). *Factores que inciden en la deserción escolar a nivel superior* (reporte de investigación 68). Universidad autónoma Metropolitana, Azcapotzalco, México: División de ciencias Básicas e Ingeniería.
- Palazón, M.R. (1991) *Reflexiones sobre estética a partir de André Bretón*. México: UNAM.
- Pérez, R.L. (2001). *El cuerpo, movimiento y el arte en la educación preescolar y primaria*. México: Universidad Pedagógica Nacional.

- Pérez, S. (2004). Poesía sí, por favor. *Padres e hijos*, XXV (9), 86-87,90.
- Peñaloza R. W. (2003). *Los propósitos de la educación*. Lima: Fondo Editorial del Pedagógico San Marcos.
- Platón. (1965). *Diálogos, introducción Juan García bacca*. México: UNAM.
- Quillet, A. (1976). *Enciclopedia Autodidáctica*. México: Cumbre.
- Santos Guerra, M. A. (1980). La cárcel de los sentimientos. *Revista Española de Pedagogía*. 148 (9). 46-47.
- Schiller, F. (1983). *Cartas sobre la educación estética del hombre*. Barcelona: Laia.
- Read, H. (1986). *Educación por el arte*. España: Paidós.
- Reeve, J. (1994). *Motivación y emoción*. Madrid: Mc Graw hill. Recuperado de: <http://www.psicoactiva.com/emocion.htm>
- Rénom, A. (2008). *Educación emocional programa para la educación primaria 6-12 años*. España: Wolters Kluwer.
- Vila, J. y Fernández, M. (1990). *Activación y conducta*. Madrid: Alfombra. Recuperado de: <http://www.psicoactiva.com/emocion.htm>
- Yolteotl, G. A. (2003). Amoxohtoka. *Grupo de música Anahuaka*. México: Blog. Recuperado de: <http://www.myspace.com/tezkayolteotl>