



# UNIVERSIDAD DE BURGOS

Máster en Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato,  
Formación Profesional y Enseñanza de Idiomas

TRABAJO FIN DE MÁSTER

## **TIC Y EDUCACIÓN EMOCIONAL. PROPUESTA DE APLICACIÓN ONLINE EN EL AULA DE BACHILLERATO**

CURSO 2019-2020

ALONSO ARRIBAS, ÁLVARO

ESPECIALIDAD DE TECNOLOGÍA  
DIRECTORA: MARÍA LUISA PÉREZ CONDE

Copyright © 2020 por Álvaro Alonso



*“Si conoces a los demás y te conoces a ti mismo, ni en cien batallas correrás peligro; si no conoces a los demás, pero te conoces a ti mismo, perderás una y ganarás otra; si no conoces a los demás ni te conoces a ti mismo, correrás peligro en cada batalla”*

**Sun Tzu, estratega militar y filósofo de la Antigua China S V a.c.**

## **AGRADECIMIENTOS**

*A mi pareja por su apoyo y paciencia,*

*A la RIEEB por su tiempo y colaboración,*

*A Cristina Gutiérrez, educadora emocional y directora de La Granja, por su tiempo y sabiduría a lo largo de todo el desarrollo del TFM,*

*Y a mi tutora, María Luisa Pérez Conde, por sus consejos, su disponibilidad absoluta, su trabajo incansable, su coherencia y sus ánimos, sin ella esto no hubiera sido posible.*

*Para finalizar, agradecimiento a todas aquellas personas que durante el confinamiento han puesto su salud al servicio de la ciudadanía, dígase médicos/as, enfermeros/as, auxiliares técnicos de enfermería, celadores, auxiliar de ambulancia, cuerpos de seguridad del estado, militares, bomberos, personal de limpieza, transportistas, personal de supermercado y tiendas de barrio, farmacéuticos/as, auxiliares de farmacia, personal de funerarias y cementerios ... y muchos más, para que los demás estuviéramos tranquilos en nuestra casa. Mi gratitud para todos ellos.*

## RESUMEN

La elaboración de este trabajo surge del interés personal por desarrollar un programa de educación emocional dentro del currículo de la educación reglada en España.

La Educación al igual que la mayoría de los sectores de la sociedad, se ha visto envuelta en una situación inesperada y jamás imaginada debido a la crisis del coronavirus. Además de afectar al desarrollo propio de las clases, existe la posibilidad de que también esté afectando emocionalmente a los alumnos.

Las enormes deficiencias que tenemos en España en cuanto a la implantación de programas de educación emocional se han visto incrementadas debido a la gestión online que se debe hacer de estos por la suspensión de las clases presenciales.

El confinamiento se toma como desencadenante inicial del estudio, teniendo la finalidad de acompañar a los adolescentes en la gestión de sus emociones.

Con el diseño de una encuesta, realizada a adolescentes de 17 a 19 años, sitúo el estado emocional inicial de estos debido a la situación de confinamiento. A partir de esto, se diseñan y elaboran dinámicas de educación emocional dentro de una asignatura relacionada con mi especialidad (tecnología), la cual además está muy presente en la adolescencia.

Finalmente, se deja la puerta abierta para seguir con programas post-confinamiento cuando los alumnos vuelvan a las aulas.

**PALABRAS CLAVE:** Competencias emocionales, formación del profesorado, educación emocional, inteligencia emocional, covid19, confinamiento, adolescencia, tecnología, internet, dinámicas educación emocional

# ÍNDICE DE CONTENIDOS

1	INTRODUCCIÓN.....	1
1.1	Justificación del estudio.....	4
1.2	Planteamiento del problema.....	8
1.3	Objetivos.....	9
1.3.1	Objetivos generales.....	9
1.3.2	Objetivos específicos.....	9
1.4	Estado de la cuestión. Revisión bibliográfica.....	10
1.5	Etapas del estudio.....	13
1.6	Atención a la diversidad.....	13
2	DESARROLLO DE LA PROPUESTA.....	14
2.1	Metodología del estudio.....	14
2.2	Datos de partida. Encuesta.....	15
2.3	Elección de las dinámicas.....	18
2.4	Elaboración de las dinámicas.....	22
2.5	Competencias clave.....	31
2.6	Cronograma.....	32
2.7	Evaluación.....	32
3	MEDIDAS POST-CONFINAMIENTO.....	33
4	CONCLUSIONES.....	35
5	IMPLICACIONES PERSONALES.....	36
6	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS. BIBLIOGRAFÍA.....	37
	ANEXOS.....	42
	Anexo I. Cuerpo de la encuesta	
	Anexo II. Resultados de la encuesta	
	Anexo III. Tabla contenidos bloque 2 y 3	
	Anexo IV. Cronograma	
	Anexo V. Criterios de evaluación	

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1.</b> Competencias emocionales a desarrollar .....	4
<b>Figura 2.</b> Emociones que sienten los adolescentes en una semana .....	5
<b>Figura 3.</b> Razones de los adolescentes para consumir drogas.....	6
<b>Figura 4.</b> Conocimiento del uso de las TIC por parte del profesorado.....	7
<b>Figura 5.</b> Investigación e innovación educativa en el estudio .....	15
<b>Figura 6.</b> Zona del miedo debido al confinamiento .....	19
<b>Figura 7.</b> Zona de aprendizaje. Regulación emocional .....	20
<b>Figura 8.</b> Zona de crecimiento. Autonomía emocional .....	21
<b>Figura 9.</b> Grandes epidemias de la historia .....	26
<b>Figura 10.</b> Superhéroes.....	27
<b>Figura 11.</b> Ejemplo de blog a crear.....	29
<b>Figura 12.</b> App “Semáforo de las Emociones” .....	34

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Programas de educación emocional durante la adolescencia.....	4
<b>Tabla 2.</b> Objetivos específicos a adquirir.....	9
<b>Tabla 3.</b> Evaluación del programa.....	33

# 1 INTRODUCCIÓN

En el trabajo fin de máster que a continuación desarrollo se va a abordar la relevancia de 3 conceptos dentro de la escuela: educación emocional, adolescencia y tecnología, teniendo como nexo entre ellos el confinamiento por el Covid19. En el sistema educativo, de los tres el más ignorado es la educación emocional, la cual podemos definirla como una nueva innovación educativa que se centra sobre todo en las competencias sociales y emocionales.

La educación emocional se suele implantar mediante el desarrollo de programas, los cuales se pueden determinar como: “un conjunto de actividades planificadas, intencionales y sistemáticas, con unos tiempos y espacios asignados, y con una realización de calidad” (Álvarez González y Bisquerra, 2012, p. 274).

La aplicación de estos programas aportará una serie de beneficios (Brackett et al., 2010) siendo los más destacados los siguientes:

- ✓ Mejora de las relaciones interpersonales.
- ✓ Disminución de problemas de conducta.
- ✓ Mejora de la empatía.
- ✓ Mejor adaptación escolar, social y familiar.
- ✓ Disminución en el índice de violencia y agresiones.
- ✓ Mejora del rendimiento académico.
- ✓ Disminución de problemas de atención.
- ✓ Clima más positivo.
- ✓ Disminución en la iniciación al consumo de drogas (alcohol, tabaco, drogas ilegales).
- ✓ Más conexión, implicación, satisfacción y bienestar en la escuela.
- ✓ Disminución de la ansiedad y el estrés.

En España todavía no está muy extendido el empleo de esos programas de manera oficial dentro del sistema educativo, aunque si es verdad que ya hay comunidades autónomas que lo están incluyendo dentro de asignaturas del currículo.

Por otro lado, algunos profesores están ya trabajando individualmente la incorporación de competencias emocionales en sus clases de forma personal. Es difícil que los docentes puedan fomentar el desarrollo emocional del alumnado si previamente ellos no lo han trabajado.

Para la puesta en marcha de un programa de educación emocional de forma efectiva hay que cumplir una serie de requisitos:



- Contar con agentes implicados (profesorado, familias, otros agentes posibles).
- Seleccionar unas estrategias de intervención (implicación del profesorado, prácticas integradas en el currículum, perspectiva interdisciplinar).
- Coordinar a todos los agentes implicados.
- Realizar el ajuste constante entre la intervención diseñada y la que se está realizando.
- Concebir el programa de educación emocional, por parte del profesorado, como un aspecto importante del currículum educativo.
- Formar a los agentes del programa.

No resulta fácil ni para el profesorado ni para los expertos en educación emocional incorporar o integrar, en cada caso, los contenidos propios de este programa en las materias y en el horario escolar. Esta integración dentro del currículum oficial de cada Comunidad Autónoma constará de dos fases muy diferenciadas:

1ª Fase-Diseño de programas en un ámbito teórico planificando que emociones queremos fortalecer o trabajar.

2ª Fase-Aplicación de esos programas de forma práctica, llevados a cabo por profesores formados, apoyado por materiales curriculares y elementos de recogida de datos para su evaluación.

En función del centro educativo, de la formación del profesorado, del entorno social, de la edad del alumnado... el proceso anterior se deberá empezar de forma gradual hasta el objetivo final que sería la implantación de un programa de educación emocional dentro del currículum oficial.

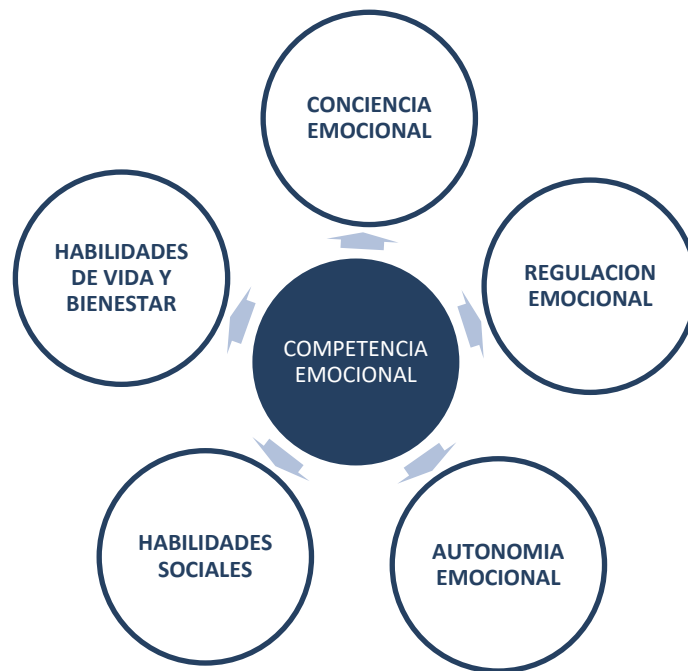
Se podría empezar por una orientación ocasional, programas en paralelo (horario extraescolar y voluntario), asignaturas optativas, acción tutorial, para finalizar con la integración curricular de la educación emocional.

En la siguiente tabla se pueden ver varios ejemplos de programas de educación emocional elaborados para adolescentes en España. Existen muchos más, surgiendo nuevos programas cada año.

**Tabla 1.** Programas de educación emocional durante la adolescencia (Elaboración propia)  
 Garaijordobil Landazabal, M. (2018). *La evaluación emocional en la infancia y en la adolescencia*.  
 Revista del consejo escolar del estado, 8, 107-127.  
<https://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:d1462b78-5e3f-444f-a223-d6d8796fb20c/pe-n8-participacion-educativa-2018.pdf>.

Denominación del Programa	Objetivos y Descripción del programa
El programa para el Desarrollo y Mejora de la Inteligencia Emocional (Espejo, García-Salmones, y Vicente, 2000)	El programa dirigido a adolescentes tiene tres objetivos: (1) adquirir las habilidades sociales que permitan relacionarse de manera asertiva; (2) adquirir las habilidades emocionales para reconocer los sentimientos y emociones propios y controlarlos; y (3) adquirir las habilidades emocionales para reconocer sentimientos y emociones en los demás. El programa se configura con tres tipos de contenidos: (1) Habilidades emocionales (identificar y expresar los sentimientos propios y de otros, controlarlos, reducir el estrés, fomentar la automotivación); (2) Habilidades cognitivas (comprender el punto de vista de los demás, ser capaz de reconocer los pensamientos negativos, tener conciencia de uno mismo conociéndose, adaptándose y proponiéndose metas ajustadas a las propias capacidades, mantener una actitud positiva ante las adversidades, desarrollar un locus de control interno); y (3) Habilidades conductuales (verbales -enviar mensajes claros, escuchar a los demás...- y no verbales -contacto visual...-).
Programa de Competencia social «Ser persona y relacionarse: habilidades cognitivas y sociales y crecimiento moral» (Segura, 2002)	Programa dirigido al desarrollo de la competencia social de los adolescentes. La propuesta tiene por objetivo mejorar las relaciones interpersonales y, en consecuencia, prevenir y servir de terapia para los problemas sociales, interpersonales. Incluye actividades para fomentar el entrenamiento cognitivo, el desarrollo moral y la educación emocional. Este programa se configura con tres partes: (1) Habilidades cognitivas (reglas-normas, lo que queremos, prioridades...); (2) Crecimiento moral (enfoques en la formación de valores, estadios del desarrollo moral, discusión de dilemas morales, razonamiento moral y valores...); y (3) Habilidades sociales (por ejemplo, asertividad, saber escuchar, hacer un elogio, pedir un favor, ponerse de acuerdo...), y control emocional (ira, resentimiento, odio, tristeza, depresión...).
PECEMO. Programa Educativo de Crecimiento Emocional y Moral (Alonso e Iriarte 2005)	El programa para adolescentes trabaja la conciencia emocional como una de las posibles vías que favorecen el conocimiento de uno mismo, la comprensión de la relación que existe entre emoción, pensamiento y acción, la responsabilidad que tenemos en lo que sentimos, pensamos y hacemos, y la fortaleza para cambiar.... Tiene 4 objetivos: (1) Mejorar la autoconciencia, la autoestima y la confianza en sí mismo; (2) Mejorar la toma de decisiones y ser consciente de la responsabilidad personal; (3) Aumentar la empatía; y (4) Mejorar las relaciones interpersonales. Las actividades del programa giran en torno a los siguientes contenidos: Autoconciencia emocional, autoestima y confianza, fortaleza personal, capacidad de disfrute, toma de decisiones, responsabilidad personal, fuerza de voluntad, integridad personal, empatía y mejora de relaciones, capacidad de compromiso, valor para esforzarse y control emocional.

La ejecución de un programa de educación emocional llevará a los participantes a adquirir las 5 principales competencias emocionales, que son las que se pueden ver en la figura.



**Figura 1.** Competencias emocionales a desarrollar  
(Elaboración propia)

## 1.1 Justificación del estudio

El confinamiento que se está dando en España debido al COVID19 está afectando emocionalmente tanto a adultos como a adolescentes y niños. Los profesores tienen una labor primordial en este momento, y es la de gestionar emocionalmente a un grupo muy diverso de jóvenes. Iniciar o seguir con los programas de educación emocional es esencial para controlar esa afección, en este caso en una edad tan difícil como es la adolescencia.

Además del aprendizaje y los aspectos de la docencia, es imprescindible también atender con prioridad la educación integral, la salud física y mental de los alumnos.

La educación emocional constituye una vacuna básica para afrontar los retos a los que se someten los adolescentes sobre todo en esta situación tan desconocida. La gestión de las emociones pasa a ser de vital importancia en la educación, siendo fundamental que pueda quedar integrada dentro de los contenidos del currículo oficial de cada asignatura.

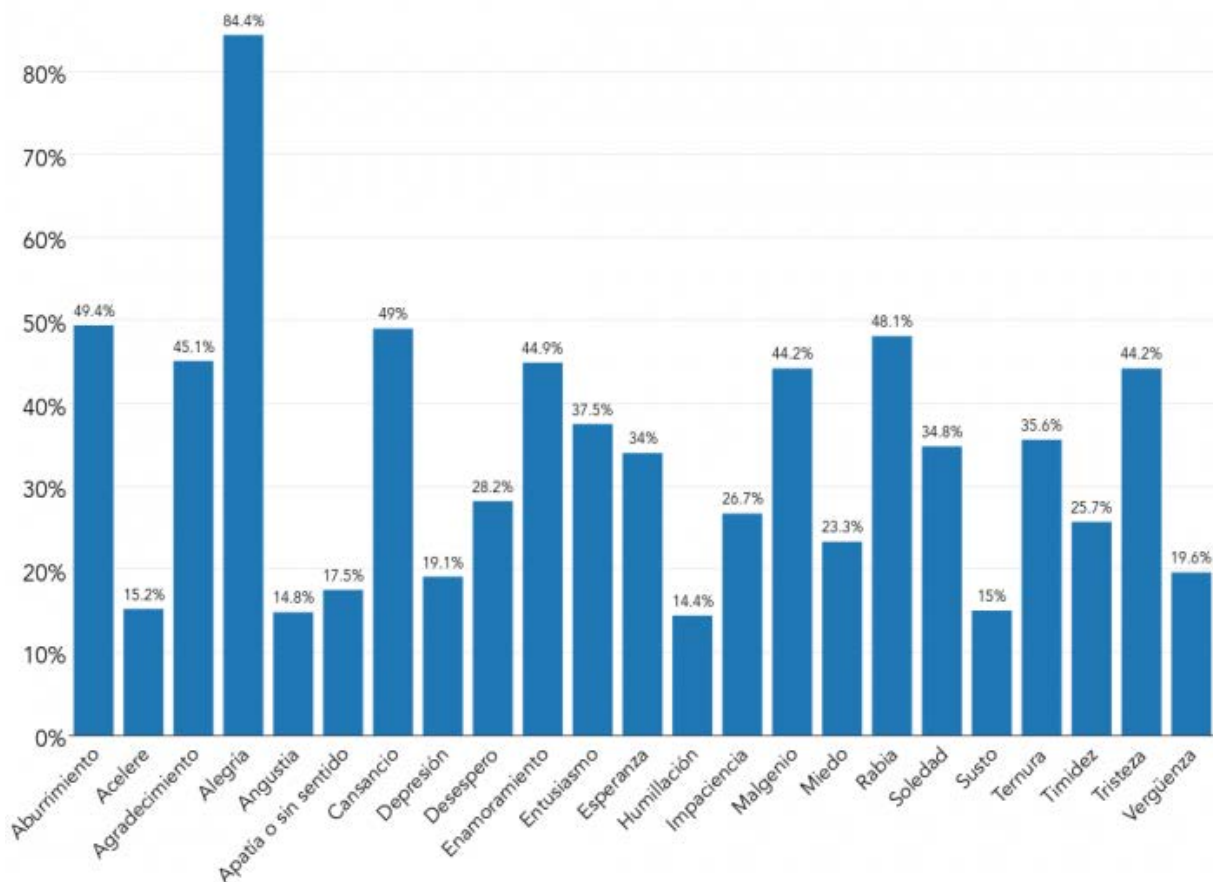
La planificación en la instauración de un programa de educación emocional se puede ver alterada en su totalidad debido a factores de fuerza mayor. En este caso, la suspensión de las

clases presenciales provoca que la implantación presencial de estos programas se vea paralizados.

En este trabajo se proponen los materiales curriculares con los que el profesor pueda incorporar, en esta situación de confinamiento, la educación emocional al currículo, salvaguardando tanto el desarrollo académico como la gestión de las emociones y el crecimiento personal de los alumnos. Para conseguir todo esto vamos a diseñar una propuesta de dinámicas correspondientes a la fase de diseño de programas (1ª fase).

Se decide realizar una encuesta inicial para situar los datos de partida y poder enfocar las posibles acciones. Con ella se podrá detectar el estado emocional de los adolescentes derivado del confinamiento y de la pandemia. El arco de edad buscado es de 17 a 19 años, dado que el curso de 2º de bachiller es el elegido para el estudio.

Igualmente, se tendrá en cuenta de que en la pubertad disminuye el grado de autoestima, factor que influirá en el estado emocional del adolescente. Como se puede ver el gráfico, la variabilidad de estados emocionales en una misma semana es muy amplio y desconcertante.



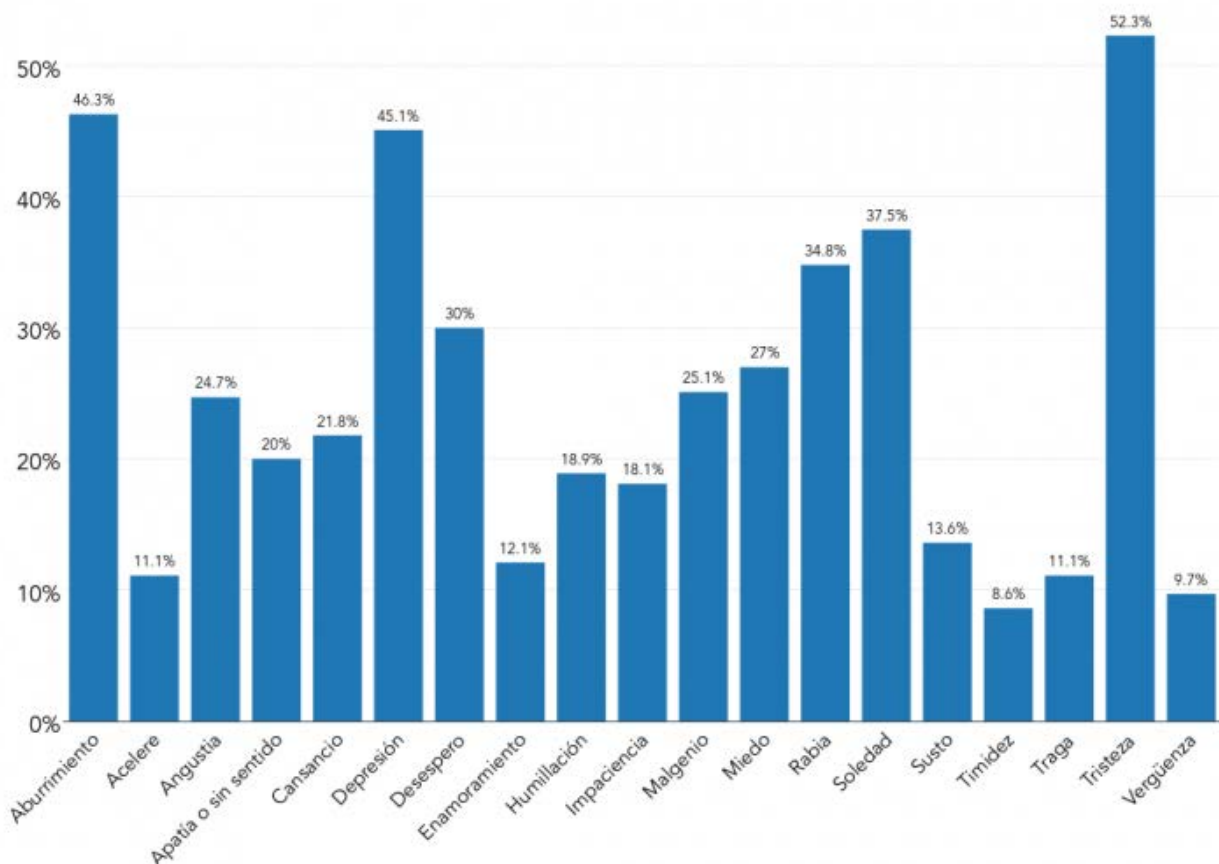
**Figura 2.** Emociones que sienten los adolescentes en una semana Casa de las Estrategias (2016). *Porcentajes de frecuencia de emociones que sienten los adolescentes de Medellín en una misma semana [Gráfico].*

<https://casadelasestrategias.com/adolescentesyvulnerabilidades/>

Además, la adolescencia es una etapa en la cual se produce el inicio del consumo de drogas y alcohol, muchas veces en cantidades desorbitadas. En un estudio del Instituto de Neurociencias de Guayaquil (Sagñay, 2012) se establecen las posibles causas que empujan a los jóvenes para el consumo de drogas, siendo estas las siguientes:

- Alivio de la sensación de ansiedad.
- Disminución de las inhibiciones.
- Sensación de bienestar.
- Relajación y embotamiento de la conciencia.
- Sensación de alivio de la fatiga.
- Producción de estados eufóricos.

La siguiente figura representa la relación entre el consumo de droga y las emociones en una ciudad deprimida de Colombia. Posiblemente no diferirá mucho con lo que se puede dar en ciudades españolas.



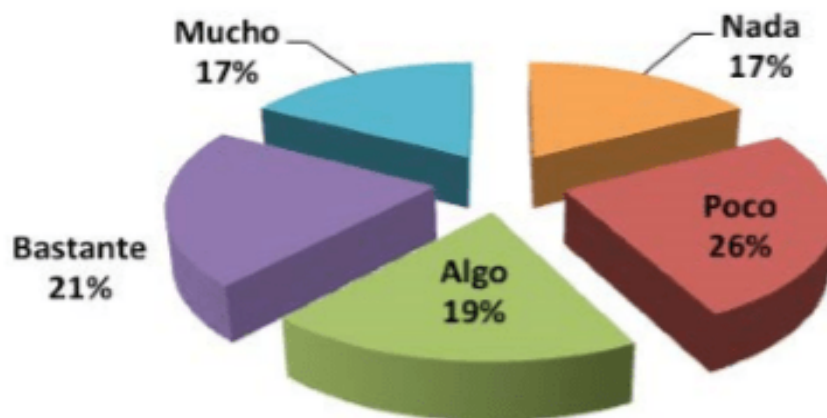
**Figura 3.** Razones de los adolescentes para consumir drogas Casa de las Estrategias (2016). *Porcentajes de frecuencia de razones emocionales de los adolescentes para consumir drogas en Medellín [Gráfico].*

<https://casadelasestrategias.com/adolescentesyvulnerabilidades/>

Se establece una posible relación indirecta entre el estado emocional y el consumo de drogas en la adolescencia. La educación emocional podría ser una herramienta que tuviera la sociedad para amortiguar esa lacra. Esto nos llevaría al desarrollo de un programa mucho más amplio y de más duración, por lo que este estudio se centrará únicamente en los factores iniciales de confinamiento.

Siendo el detonante la suspensión de las clases presenciales en colegios e institutos, se aprovechará a iniciar o seguir con los programas de educación emocional mediante dinámicas o herramientas *online*.

La relación profesor-alumno se cimentará mediante el uso de diferentes plataformas dentro de la red de Internet. A veces el conocimiento de las TIC por parte del profesorado es bastante limitado, como se puede apreciar en el gráfico de una entidad educativa:



**Figura 4.** Conocimiento del uso de las TIC por parte del profesorado  
Cabrera Jurado, R. (2016). *Conozco las funciones que puedo realizar con la plataforma virtual de mi colegio* [Gráfico].

[https://redined.mecd.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/120761/EYFD\\_125.pdf?sequence=2](https://redined.mecd.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/120761/EYFD_125.pdf?sequence=2)

A causa de esta falta de conocimiento del TIC por parte del profesorado, se decide la adquisición de las competencias emocionales, principalmente la conciencia, regulación y autonomía emocional, dentro del currículo de la asignatura de Tecnologías de la información y de la comunicación de 2º curso de bachillerato de un instituto de Castilla y León.

El reto del trabajo es conseguir implementar la educación emocional desde el propio currículo de esta asignatura y señalar así el camino para poder ser transversal a todas las asignaturas del currículo de este curso.

## 1.2 Planteamiento del problema

¿De qué herramientas dispone el profesorado para integrar la educación emocional en las aulas? Esas herramientas, ¿se podrían integrar dentro del currículo de una asignatura? ¿Está preparado el sistema educativo para integrar esos programas de educación emocional de forma online si se necesitara?...

Este estudio va a intentar responder a todas estas preguntas, centrado además en una edad tan crítica como la adolescencia en la que la gestión de las emociones es tan difícil e importante a la vez.

En marzo 2020 se decide paralizar la actividad docente presencial en los colegios e institutos de toda España, siendo una incógnita cuando se va a retomar esta actividad de nuevo en las aulas. Esta situación no se había dado en los últimos 80 años, por lo cual no se dispone de la experiencia necesaria para tomar decisiones de forma rápida. Los profesores tienen que reconducir las asignaturas para dar todos los contenidos de una forma online mediante clases virtuales (zoom, Microsoft Teams, Skype...).

Debido al confinamiento obligado, el problema que surge es como puede afectar emocionalmente a los alumnos estos sucesos, acrecentado además por el riesgo sanitario de la pandemia provocada por el covid19. Esto unido a la propia gestión de las emociones de los adolescentes en una situación normal de la vida, que de por sí ya es complicado.

El distanciamiento que provoca el confinamiento hace todavía más difícil el control del profesor sobre la gestión de sus emociones por parte del alumno. Todos vamos a sufrir emociones confrontadas, el conflicto surge cuando los adolescentes no saben entender sus emociones y debido a eso no pueden sobrepasar la **zona del miedo** (página 19).

Al ser una pandemia global, este problema se está dando en países de todo el mundo, afectando de igual manera a países desarrollados y subdesarrollados. La diferencia abismal que existe entre los países es la posibilidad de utilización de recursos online, casi nula en países pobres y muy asequible en países desarrollados.

Apoyándose en los resultados de la encuesta realizada, el trabajo va a ir encaminado al diseño de dinámicas o herramientas **online** con las cuáles el profesor pueda guiar a que los alumnos conozcan y gestionen sus emociones y adquieran diversas competencias emocionales. Todas estas dinámicas o herramientas online servirán también para desarrollar los contenidos de la asignatura, como ha quedado indicado en el apartado anterior.

Además, ante posibles nuevos escenarios de confinamiento en el futuro, se dispondría de un punto de partida sobre el que los profesores podrían empezar a trabajar la gestión de las emociones de sus alumnos.

Es una muy buena oportunidad de abordar este problema que en España está afectando a más de 10 millones de estudiantes y a cientos de millones en todo el mundo.

## 1.3 Objetivos

### 1.3.1 Objetivos generales

El **objetivo general** es integrar la educación emocional dentro del currículo de la asignatura de Tecnologías de la información y de la comunicación de 2º curso de bachiller en esta situación tan especial de confinamiento por el COVID19.

### 1.3.2 Objetivos específicos

Diseño de una propuesta didáctica para desarrollar las competencias emocionales que a continuación se muestran en la siguiente tabla.

**Tabla 2.** Objetivos específicos a adquirir  
(Elaboración propia)

COMPETENCIA	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
CONCIENCIA EMOCIONAL	Reconocer nuestras emociones
	Identificar las emociones de los demás
	Ser conscientes de los juicios/informaciones que hacemos/trasmitimos
REGULACIÓN EMOCIONAL	Desarrollar la capacidad para gestionar las emociones de manera apropiada
	Adquirir recursos para afrontar situaciones de conflictos
AUTONOMÍA EMOCIONAL	Fomentar el optimismo y el pensamiento positivo



## 1.4 Estado de la cuestión. Revisión bibliográfica

La educación emocional es un concepto relativamente nuevo. A inicios del siglo XX, se empezó a utilizar el término de inteligencia social para describir la habilidad de comprender y motivar a otras personas (Thorndike y Stine, 1937). Más adelante, en los años 60 la inteligencia emocional aparece ya en varios textos (Beldoch, 1964 y Leuner, 1966). Aunque a principios de los noventa se da un salto con los primeros modelos de inteligencia emocional (Salovey y Mayer, 1990), es David Goleman (1996) con su libro *Inteligencia Emocional* quién da una dimensión más cercana de este término a la sociedad en general, considerando la inteligencia emocional como: “la capacidad de sentir, entender, controlar y modificar estados emocionales en uno mismo y en los demás”.

Partiendo de esto, la educación emocional sería la propuesta pedagógica cuyo fin es desarrollar y entrenar las capacidades que engloba la inteligencia emocional.

Rafael Bisquerra, uno de los padres de la educación emocional en España, lo califica como:

El proceso educativo continuo y permanente que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, con objeto de capacitarle para la vida. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social” (2005, p. 96).

Actualmente existe una Red Internacional de Educación Emocional y Bienestar (RIEEB) presidida por Rafael Bisquerra, la cual propone establecer contactos internacionales con profesionales y personas interesadas para potenciar una educación emocional basada en las investigaciones científicas. Su principal objetivo es facilitar formas de colaboración internacional para una formación y mejora permanente de la educación emocional en todo el mundo, acabando así con el analfabetismo emocional. Esta red se está empezando a extender por España y América Latina.

La importancia de integrar la educación emocional en la escuela se detecta en el informe a la UNESCO de la Comisión internacional sobre la educación para el siglo XXI (Delors, 1996), en el cual se establecen las directrices de la educación para este nuevo siglo: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a ser y aprender a convivir. La educación emocional abarcará estos dos últimos.

Respecto a esto, existen Comunidades Autónomas que ya están incluyendo la educación emocional dentro de la escuela. En Andalucía ya en el curso 2015/2016 hubo una línea de

intervención Socioemocional incluyendo a la escuela como uno de los contextos naturales para que exista un aprendizaje y entreno de las competencias socioemocionales (Consejería de Educación, 2015).

Así mismo, la Diputación Foral de Guipúzcoa se ha comprometido por el desarrollo de la educación emocional en diferentes ámbitos: escolar, familiar, empresarial y socio-comunitario (Aizpuru, et al., 2008). Con esto, se está promoviendo la formación de equipos directivos y profesorado, acciones de sensibilización, acciones piloto en los centros, y aplicando el proyecto “Plan de Centro” por el que se integra la educación en el aula.

La Comunidad Autónoma de Castilla-La Mancha incorpora la educación emocional como “novena competencia básica” (Ley 7/2010, de 20 de julio). La apuesta por una educación emocional integrada en el currículo queda limitada por la distribución por disciplinas y la dominancia, dentro de ellas, de los contenidos específicos.

Una decena de centros educativos de Castilla y León han fomentado la formación en inteligencia emocional, social y creativa de mano del programa Educación Responsable de la Fundación Botín, que con esta iniciativa buscaba “contribuir al crecimiento saludable” de niños y jóvenes (La inteligencia emocional y social se cuele en el currículum escolar, 2015)

Las primeras evaluaciones del programa, pionero en Cantabria, mostraron que los alumnos mejoraron en aspectos como la asertividad, la identificación de las emociones, la capacidad de control o la aparición de la ansiedad.

En este momento de confinamiento y pandemia global, UNICEF hace hincapié en desarrollar contenidos específicos de educación para la salud: prevención del contagio, **gestión emocional**, hábitos saludables y **uso adecuado de las TIC** (Unicef España propone 18 medidas al Gobierno para salvar la educación ante la crisis del coronavirus, 2020)

La preocupación por el efecto del confinamiento en la sociedad se detecta por la existencia de varias encuestas nacionales publicadas en los primeros días de confinamiento (Torre Juana, 2020).

Según el estudio de la revista británica The Lancet, el temor por nuestro estado de salud o el miedo a infectar a otros, la pérdida de rutina y de contacto con los demás, el aburrimiento, la frustración, el estrés o las pérdidas económicas son algunos de los efectos psicológicos que puede producir la cuarentena. Los posibles efectos que ya se han visto en las personas que llevan más tiempo viviendo esta situación serían los siguientes: irritabilidad, bajo estado de ánimo, insomnio, ira y agotamiento emocional (Brooks, et al., 2020).

En la misma Universidad de Burgos, dos investigadores Juan Pablo Pizarro Ruiz, del área de Psicología Social de la facultad de Ciencias de la Educación; y Nuria Ordóñez Cambor del área de Personalidad, Evaluación y Tratamiento de la Facultad de Ciencias de la Salud; están desarrollado un estudio sobre cómo el confinamiento en el hogar puede estar afectando al estado físico y emocional de los menores. Esta investigación estudia la posible afección al bienestar emocional de los más jóvenes en una etapa tan decisiva del desarrollo de su personalidad, evaluando los niveles de depresión, ansiedad, autoestima, conducta desafiante y regulación emocional.

A pesar de la preocupación por el daño emocional que el confinamiento está provocando tanto en niños como en adolescentes, no existen antecedentes de una aplicación práctica de los programas de educación emocional de forma online.

Si es verdad que existen en Internet varias aplicaciones que pueden ayudar al alumno a trabajar autónomamente las emociones, pero no hay que olvidar que el profesor tiene un papel esencial y debe guiarlos siempre en su proceso de aprendizaje. Además, están indicadas para un rango de edad de 3 a 12 años. Un ejemplo de estas Apps sería:

¿Qué tal estás?, Termotic, Emocionatest, Gomins y Superemociones.

Se decide participar en varios webinar que durante el mes de marzo y abril han realizado expertos sobre educación emocional como Rafael Bisquerra (Cofundador de la RIEEB), Cristina Gutiérrez (fundadora y directora de la Granja) o Sonia Martínez (fundadora y directora de los centros Crece de Madrid). Estos expertos, además de determinar que emociones son las más susceptibles de surgir en estos momentos de confinamiento, dan pinceladas de cómo afrontar y gestionar las emociones de los niños o adolescentes durante el periodo que dure esta situación. Todos los videos de las webinar anteriormente citadas están disponibles en bibliografía como enlace a YouTube.

En particular, se ha mantenido un contacto muy estrecho con Cristina Gutiérrez quién considera que es tan importante la aplicación de la educación emocional actualmente como cuando los adolescentes vuelvan de nuevo a las aulas, teniéndose que realizar programas de post-confinamiento para fomentar una limpieza emocional.

La información expuesta por los profesionales en estas webinar es la base para el inicio del estudio, el cual vendrá determinado por varias etapas que se desarrollan en el siguiente apartado.

## 1.5 Etapas del estudio

El trabajo constará de 3 etapas diferenciadas siendo cada una de ellas igual de importante, y estará incluido dentro de la 1ª Fase de un programa de educación emocional, como anteriormente ya se había indicado.

Esas 3 etapas serán las siguientes:

- **1ª etapa. Recogida de datos.** Se procederá a elaborar una encuesta, la cual se distribuirá de forma online a adolescentes de 17 a 19 años. Se realiza con formularios de Google y consta de 6 bloques diferenciados. Tanto el cuerpo de la encuesta como los resultados se dispondrán en el Anexo correspondiente.
- **2º etapa. Elección de las dinámicas.** Tras la recogida de datos de la encuesta, se decide sobre que emociones vamos a trabajar. En este caso el miedo, la tristeza, la ansiedad son las emociones más evidentes debido al confinamiento y a la pandemia global provocada por el coronavirus. La base de la educación emocional es incorporar las competencias emocionales a nuestras vidas en un orden específico. La elección de las dinámicas vendrá determinada por ese orden establecido y constará de 3 fases. En cada una de ellas se adquiere una de las competencias emocionales y tras la adquisición de esta, se avanza hacia la siguiente fase.

Las 3 fases serían las siguientes:

- ✓ **1ª Fase.** Dinámica enfocada a la adquisición de **Conciencia Emocional.**
- ✓ **2ª Fase.** Dinámica enfocada a la adquisición de **Regulación Emocional.**
- ✓ **3ª Fase.** Dinámica enfocada a la adquisición de **Autonomía Emocional.**
- **3º etapa. Elaboración de las dinámicas.** Con lo anteriormente visto en la 2º etapa, lo fundamental es integrar las dinámicas dentro del currículo oficial de la asignatura. Para ello se elegirán que contenidos vamos a trabajar y a partir de eso se elaboran materialmente las dinámicas.

## 1.6 Atención a la diversidad

Entendemos como atención a la diversidad las acciones dentro del sistema educativo que intentan prevenir y satisfacer las necesidades, temporales o permanentes, de todos los alumnos del centro y, entre ellos, a los que requieren una actuación específica derivada de factores personales o sociales (Acuerdo 29/2017, de 15 de junio).

Debido a las circunstancias que se están dando (clases online y confinamiento), para que se cumpla este II plan de atención a la diversidad todos los alumnos deberían disponer de Red Internet y ordenador personal en sus domicilios para poder seguir con el ritmo de las clases.

Si esta situación no se diera, es la Consejería de Educación quién sería la responsable de suministrar tarjetas SIM de datos a los alumnos. Concretamente, la Administración Regional ha repartido miles de tarjetas SIM de datos entre alumnos de Castilla y León con falta de conectividad a Internet (La Junta repartirá 4.300 tarjetas SIM de datos entre alumnos con falta de conectividad a Internet, 2020). Con esto, el sistema educativo cumple con los principios generales de la Atención a la Diversidad, sobre todo los principios de Equidad, de Normalización, de Proximidad y de Accesibilidad Universal y Diseño para todos.

La encuesta inicial nos aporta que más del 99% de los adolescentes entre 17 y 19 años que han contestado a dicha encuesta disponen de conexión a internet en sus domicilios y más de un 80% un ordenador o Tablet para ellos solos, teniendo el 20% restante uno compartido con sus familiares.

## **2 DESARROLLO DE LA PROPUESTA**

Este estudio se realiza entre los meses de marzo y mayo de 2020, momentos en los que se produce la suspensión presencial de las clases y el confinamiento obligado debido a la afección del Covid19. Constará de 3 etapas basadas en el estudio de la situación, la elección del tipo de materiales didácticos y para finalizar, la elaboración de esos materiales.

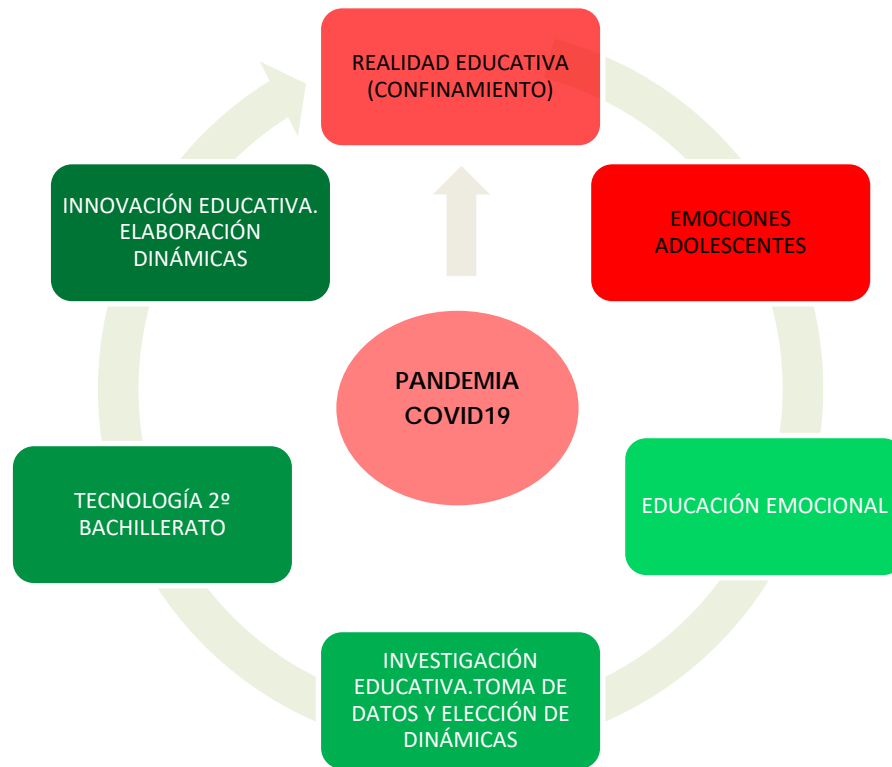
### **2.1 Metodología del estudio**

Para que se cumplan los objetivos (específicos y general) es primordial saber que metodología es la que se va a emplear en este estudio.

Se ha utilizado una metodología mixta (tanto investigación como innovación educativa). Se tendrá una parte evidente de investigación cuantitativa (1ª etapa), otra de investigación cualitativa (2ª etapa), para finalizar con una innovación educativa (3ª etapa) conglomerando en esta etapa lo visto en las dos etapas anteriores.

Aunque las metodologías se han acotado en etapas, en verdad están unidas y todas son igual de necesarias para la realización del estudio.

Tanto la investigación como la innovación educativa buscan mejorar y renovar la educación en alguno de sus ámbitos. Mientras la investigación educativa utiliza el método científico para obtener información relevante sobre el fenómeno, la innovación busca implementar nuevas formas de hacer, de prever, de actuar, de convivir, de organizar, de gestionar y aquello que les rodea.



**Figura 5.** Investigación e innovación educativa en el estudio  
(Elaboración propia)

## 2.2 Datos de partida. Encuesta

La 1ª etapa de este estudio es totalmente necesaria para determinar las necesidades emocionales de los adolescentes en esta situación tan desconocida. Se propone una toma de datos mediante la realización de un formulario de Google, siendo en si una investigación cuantitativa. Este formulario se distribuye por redes sociales del 13 de abril al 28 de abril, participando 137 adolescentes de 17 a 19 años. El cuerpo de la encuesta se encuentra en el Anexo I.

Se divide en 6 bloques con una obligatoriedad de responder a todas las preguntas. La totalidad de los datos de la encuesta se encuentran disponibles en el Anexo II. En este apartado se hace un resumen de las respuestas obtenidas:

### **I. Bloque 1. Datos personales.**

Inicialmente, se necesita saber qué características tiene el adolescente que ha rellenado la encuesta. El 66% de las participantes han sido chicas, posiblemente sean algo más abiertas para hablar de sus emociones que los chicos. El 27% tienen 19 años, con lo que estaríamos hablando de adolescentes que han perdido un curso por lo menos. Mayoritariamente, un 57%, tienen 1 hermano, teniendo el mismo porcentaje los que no tienen hermanos y los que tienen dos (19%), siguiendo la media de 1,3 hijos por familia que existe en España. Casi el 74% dispone de una casa de más de 70m<sup>2</sup>, dato importante en esta situación de confinamiento.

### **II. Bloque 2. Preocupaciones.**

Se ha dispuesto como primer bloque directo para conocer qué impacto tiene el confinamiento en la vida de los adolescentes. Son mayoría los adolescentes que no les preocupa la pérdida de poder adquisitivo en sus familias, pero de manera contrapuesta si les preocupa un poco o bastante la falta de comida en los supermercados (casi un 50%). En esta edad se da más importancia a satisfacer las necesidades primarias que las secundarias. A el 52% no les preocupa nada o casi nada que la gente se vuelva violenta en el confinamiento, habiendo un 9% que les preocupa mucho pudiendo tener problemas de violencia instaurada en sus domicilios. Existe una preocupación media-alta por la pérdida del trabajo en el entorno familiar y una muy alta por enfermar o morir un familiar por culpa del coronavirus. Les preocupa también de forma considerable la soledad de sus abuelos o personas mayores en esta situación. Para finalizar este bloque, les preocupa algo más el no ver a los amigos en un tiempo que el no volver a la escuela, dato normal ya que en la adolescencia los vínculos de amistad son muy fuertes.

### **III. Bloque 3. Disponibilidad.**

En el siglo XXI, la tecnología ha llegado a la mayoría de los hogares. A pesar de lo cual no está de más que se certifique también dentro de esta encuesta. Una gran mayoría (78%) dispone de un ordenador o Tablet para él solo, teniendo el 22% restante uno compartido con las demás integrantes de la familia. Más del 99% dispone de conexión a internet, siendo este uno de los datos más relevantes sobre todo de cara a la atención a la diversidad. También, una gran mayoría dispone de mesa propia y un porcentaje algo más bajo (65%) de impresora. Estas condiciones serán bastante óptimas para integrar el programa de educación emocional de forma online.

#### **IV. Bloque IV. Tiempo.**

Es importante saber en que gastan su tiempo los adolescentes, para poder incluir las dinámicas dentro de esos hábitos. En algunas preguntas hay una disparidad de respuestas, debido probablemente a los diferentes hábitos que tienen chicos y chicas. Respecto a los juegos de ordenador existe casi un empate técnico entre los que juegan mucho o nada. Una mayoría hace bastante deporte o practica algún hobby, casi no leen libros como entretenimiento y hacen mucha o bastante tarea de las asignaturas de clase. Ganan mínimamente los que ayudan algo o bastante en las labores de casa a los que no ayudan nada o casi nada. Utilizan mucho el móvil para hablar con la gente que no está con ellos y más del 50% no han salido nunca o muy poco a la ventana a aplaudir.

#### **V. Bloque V. Como te sientes.**

Junto con el II, son los bloques con los que directamente se intenta llegar al estado emocional de los adolescentes. Mayoritariamente se sienten bien con ellos/ellas mismos, con su vida en general y sobre todo con la casa en que viven. Pero si es verdad que hay entre un 15-18% de adolescentes que no están bien emocionalmente. Esos adolescentes son los que más preocupan en esta situación, aunque no se bajará la guardia respecto a los demás, ya que como hemos visto en la introducción, es un periodo de emociones cambiantes.

#### **VI. Bloque VI. Emociones básicas.**

En este apartado, a diferencia de los demás, las respuestas son abiertas. Al ser el último apartado se deja que los adolescentes se explayen en las respuestas y así poder ver el verdadero estado emocional de todos ellos. Muchas de las respuestas coinciden o son similares. Se ha preguntado sobre 3 de las 6 emociones básicas (tristeza, miedo y alegría), catalogadas así por el psicólogo americano Paul Ekman (1972) pionero en el estudio de las emociones y su expresión facial. Para finalizar se pregunta por los sueños, lo cual también nos va a dar pautas de actuación con los adolescentes.

**Tristeza:** Las respuestas más numerosas sobre qué les hace sentir tristeza son:

Las muertes que se están produciendo, el no poder salir, la pérdida de puestos de trabajo, no poder ver a familia o amigos, la soledad, las mentiras sobre las noticias, los planes rotos y no saber el futuro de sus estudios.

**Miedo:** A la muerte y a la enfermedad, a la crisis económica que se avecina, a la soledad, a que esta situación pueda provocar peores notas y suspensos y a la falta de



responsabilidad de pocos que pueden influir a muchos. Se ve que los factores que producen tristeza son a los que se tiene miedo en primera persona.

**Alegría:** El contacto social con familia o amigos mediante videollamadas o juegos en línea, la gente positiva, los trabajadores que están al pie del cañón y la energía de la familia.

**Sueños:** El sueño más repetido es que acabe con todo esto y se vuelva a como se estaba antes, con igual contacto social. También al ser un curso puente hacia estudios superiores, el sueño de muchos es aprobar el curso y la EBAU a pesar de la situación. Los sueños más lejanos se ven eclipsados por esta situación y se dejan para más adelante.

### **2.3 Elección de las dinámicas**

Analizando los datos obtenidos en el apartado anterior, se decide que tipos de dinámicas se van a emplear para alcanzar esas competencias emocionales. De partida se quiere dar cabida a los diferentes retos de la escuela actual que para este estudio son los siguientes:

- Uso de herramientas de forma interactiva. En este caso, uso de herramientas online.
- Interactuación en grupos heterogéneos. Debido a las condiciones de confinamiento, las clases online serán la excusa para que interactúen entre todos los alumnos. Además, en la elección de grupos para los trabajos, se tendrá en cuenta esa heterogeneidad.
- Actuación de forma autónoma. Se dispondrán dinámicas de resolución individual, fomentándose también la creatividad como punto de mejora emocional.

La elección de las dinámicas va a venir determinado también por los diferentes objetivos específicos a cumplir durante el estudio. Es importante seguir el orden de adquisición de las competencias emocionales, visto ya anteriormente. Para ello, se establecen **3 fases**:

#### ✓ **1ª Fase**

Esta fase tendrá como fin la adquisición de **Conciencia Emocional** de lo que sentimos y de cómo nos está afectando emocionalmente esta situación.

Debido a la suspensión de clases presenciales y el confinamiento obligado en los domicilios todas las estudiantes (y sociedad en general) entran en la **zona del miedo**. Es una situación

desconocida, no se puede asimilar a nada que se haya vivido y surgen emociones de las que se debe ser conscientes.



**Figura 6.** Zona del miedo debido al confinamiento  
(Elaboración propia)

Las emociones más representativas en esta zona del miedo serían las siguientes:

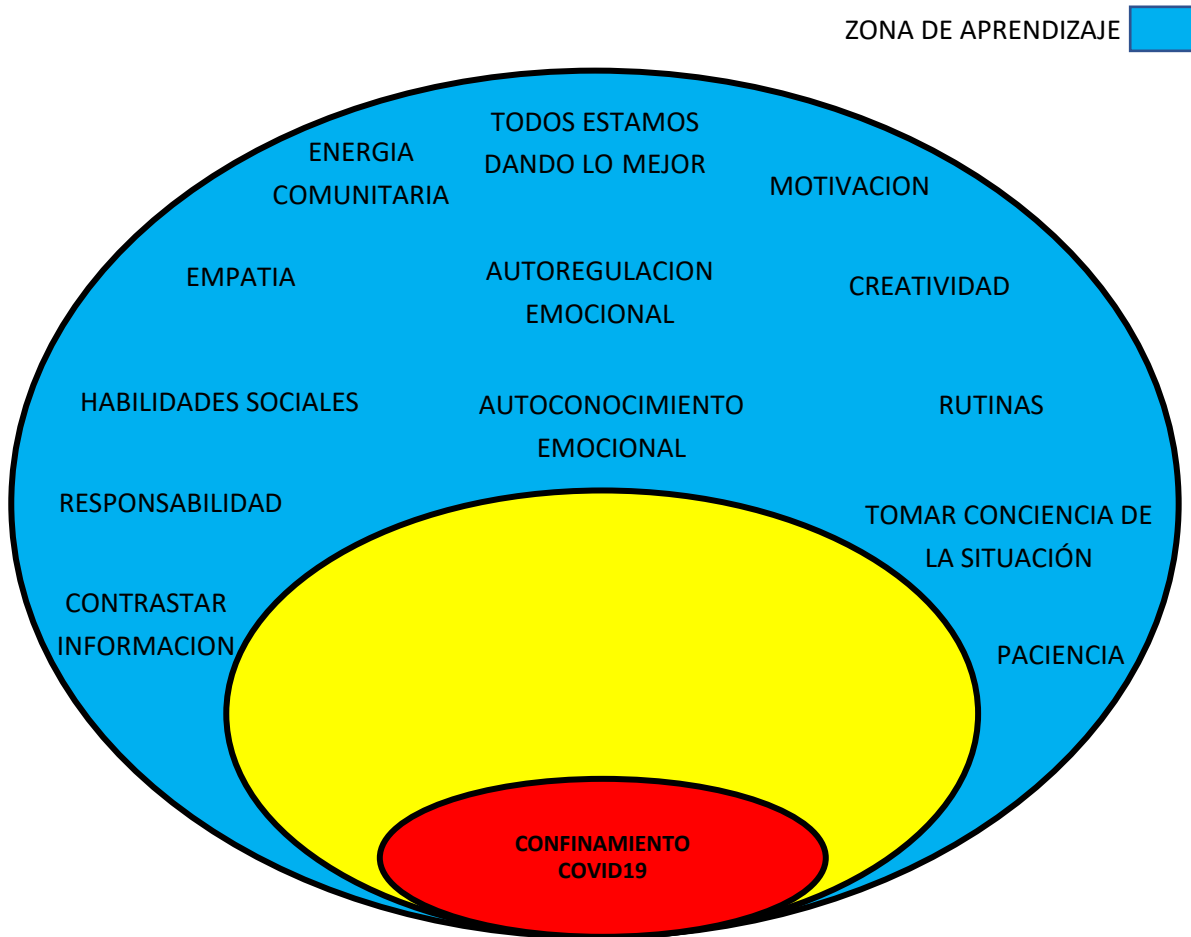
1. Ansiedad e incertidumbre. La situación es tan repentina y desconocida que es normal que nos lo produzca. Se conocerá más de la situación para rebajar esa ansiedad.
2. Frustración e irritación. No se tiene posibilidad de ayudar y eso frustra. Se encontrarán formas de ayudar, aunque sea indirectamente.
3. Inseguridad. Posible fin de las clases, pérdida de puestos de trabajo, enfermar... Se aportarán noticias positivas tanto a nivel laboral como personal.
4. Miedo e ira. El miedo es normal inicialmente. Se trabajará para que eso no provoque ira y no derive ni violencia verbal ni personal.

Como punto de partida y esencial en esta primera fase, se incide en el exceso de información que se consume y en el poco cuidado que se tiene a la hora de verificar las noticias que se comparten.

Se parte inicialmente desde el profesor hacia todos los alumnos, el profesor debe ser primeramente consciente de estas emociones si no, no se conseguirá que el alumno lo sea. Una vez concluida esta primera fase se podrá pasar a la **zona de aprendizaje**.

✓ **2ª Fase**

En esta fase se va a trabajar la **Regulación Emocional** del alumno en esa zona de aprendizaje.



**Figura 7.** Zona de aprendizaje. Regulación emocional  
(Elaboración propia)

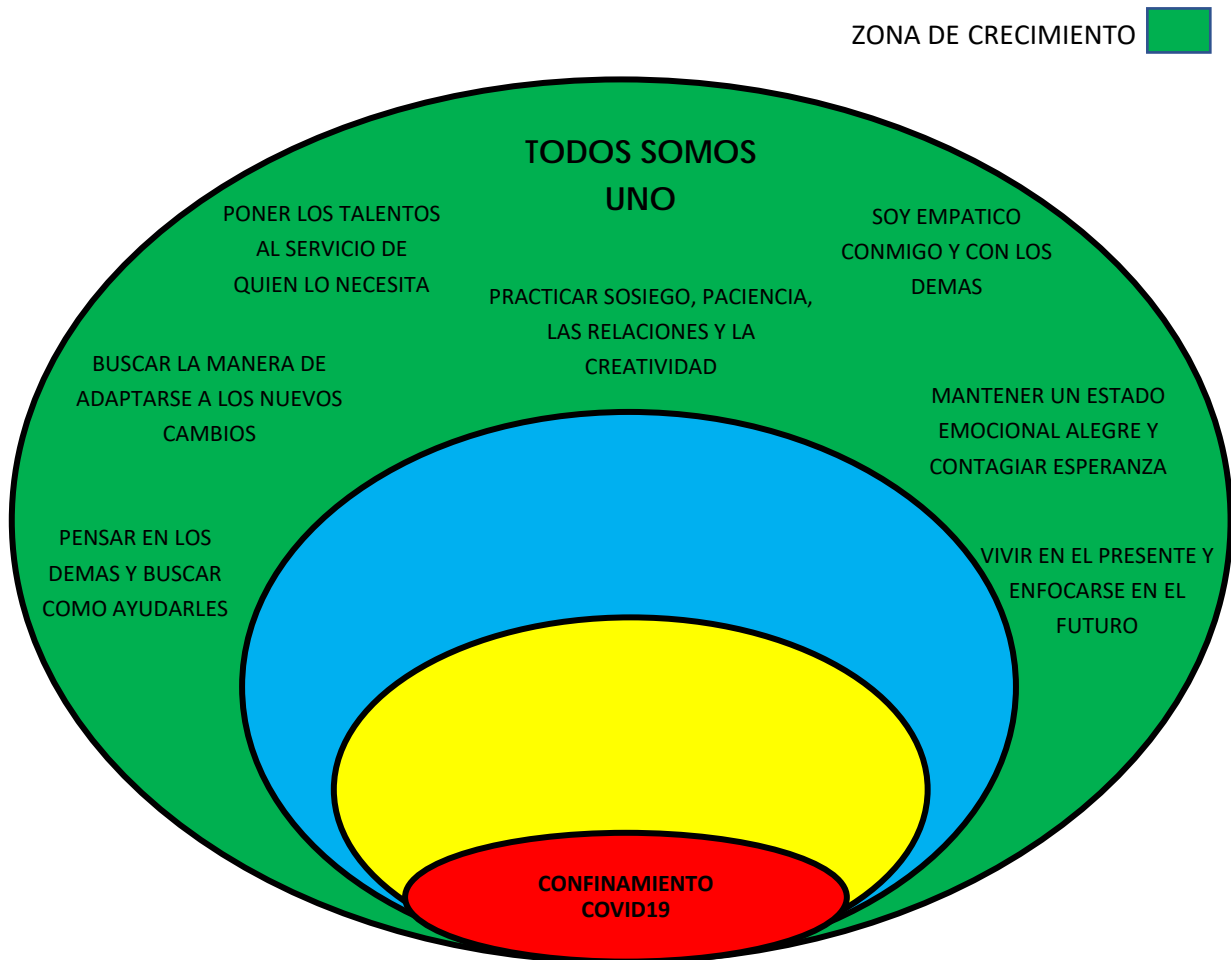
Se parte del autoconocimiento emocional, que se ha conseguido en la anterior fase, para aprender ciertos hábitos emocionales. Se trabajan capacidades como la empatía, la resiliencia, la creatividad, la motivación, las cuales hacen mejorar nuestras emociones y la de nuestros compañeros, amigos, familia, vecinos... Todo ello se debería realizar dentro de un entorno grupal de rutinas flexibles.

Es importante que el alumno tome conciencia de la situación, contraste la información que le llega, no se quede con lo que no pueda controlar y sea responsable en su día a día.

En el momento que los adolescentes tengan en mente el que todos estamos dando lo mejor y se hayan entrenado todas las capacidades anteriormente vistas, se avanzará hacia la última zona, **la zona de crecimiento**.

✓ **3ª fase**

Es la última fase del estudio y tiene como objeto que el alumno alcance una **Autonomía Emocional** dentro de esa zona ya de crecimiento.



**Figura 8.** Zona de crecimiento. Autonomía emocional  
(Elaboración propia)

Después de las 2 fases anteriores, en esta se trabajará la actitud positiva, el análisis crítico y la empatía con los demás y consigo mismo. Los alumnos estarán preparados para adaptarse a nuevos tiempos, enfocándose en el futuro, pero a la vez disfrutando del presente.

La finalidad de esta fase es que todos los alumnos sientan el **TODOS SOMOS UNO**. Se habrá conseguido un grupo cohesionado, empático, autónomo, solidario y responsable y todo

ello dentro del currículo de la asignatura de Tecnologías de la información y de la comunicación de 2º curso de bachiller.

Será el último objetivo específico y con el que se habrá obtenido un cumplimiento óptimo del objetivo general.

Las diferentes metodologías empleadas en el diseño de las dinámicas que cumplan con lo anteriormente expuesto, y que además potencien el desarrollo del principio de atención a la diversidad, serían las siguientes:

- ❖ Metodología favorecedora de la interacción
- ❖ Metodología favorecedora de la creación
- ❖ Metodología favorecedora de la metacognición
- ❖ Metodologías favorecedoras del compromiso

En el siguiente apartado ya se especifica que metodología se empleará para cada dinámica en concreto.

## **2.4 Elaboración de las dinámicas**

La elaboración de las dinámicas es la 3ª y última etapa del estudio. En ella se plasma y desarrolla lo detectado en las dos etapas anteriores dentro del currículo oficial de la asignatura de Tecnologías de la información y de la comunicación de 2º curso de bachiller.

Los diferentes bloques de esta asignatura se pueden ver en la orden EDU/363/2015, de 4 de mayo, por la que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo del bachillerato en la Comunidad de Castilla y León.

Los contenidos a trabajar implícitamente en las dinámicas online pertenecen al bloque 2 (publicación y difusión de contenidos) y al bloque 3 (Seguridad). En el Anexo III se ha confeccionado una tabla con los contenidos de estos bloques, sus criterios de evaluación y sus estándares de aprendizaje, resaltando en negrita los directamente aplicados en estas dinámicas.

Como se ha visto anteriormente, no existe mucha documentación de la aplicación de programas de educación emocional vía online, y mucho menos aplicados al currículo oficial de una asignatura, por lo cuál ha sido muy laboriosa la ejecución de esta 3ª etapa.

De partida en la formación online existen dos clases de enseñanzas, la sincrónica y la asincrónica, teniendo cada una de ellas factores a favor y en contra.

- **Sincrónica:** las/los docentes y los/las estudiantes se reúnen al mismo tiempo e interactúan en “tiempo real” o muy cercano a una interacción de este tipo entre docentes y estudiantes.
- **Asincrónico:** las/los docentes preparan los materiales del curso para los/las estudiantes con antelación. Los/las estudiantes pueden acceder a los materiales del curso en el momento que ellos decidan e interactuar con cada material por un periodo más largo de tiempo.

Aunque las dinámicas irán encaminadas a una enseñanza sincrónica, siempre se dará la opción a los alumnos de revisar la documentación de las dinámicas que estará disponible en la plataforma educativa del centro, por lo que se participará de los dos tipos de enseñanza online.

Es importante crear dinámicas de interacción activa para mantener a los estudiantes conectados y motivados. La enseñanza en tiempos de confinamiento requiere por parte del profesor cierta creatividad y flexibilidad para apoyar a los/las estudiantes a alcanzar los estándares de aprendizaje mínimos del curso en un ambiente virtual u online.

Lo deseado es que exista un involucramiento personal inmediato entre los/las estudiantes y el docente, que puede crear mayor sensación de comunidad y menor sentimiento de aislamiento.

Las dinámicas diseñadas en este estudio para la asignatura de TIC de 2º de bachillerato y a realizar durante el confinamiento van a ser las siguientes:

### **DINÁMICA 1: PRIMERA CLASE ONLINE (Inicio conciencia emocional)**

La primera clase online va a ir encaminada a la amortiguación de la incertidumbre y ansiedad inicial. Es una situación desconocida así que lo importante es tranquilizar y motivar positivamente a todos los alumnos. Como tal no va a existir carga lectiva, pero es el inicio necesario para integrar todas las demás dinámicas.

Se remite una carta escrita por el profesor por correo electrónico a todos los alumnos. Esta carta desea transmitir tranquilidad, apoyo grupal y confianza, factores que se consideran muy idóneos para iniciar estas clases online. El texto íntegro de la carta podría ser el siguiente:

*«Querido alumno adolescente:*

*Como sabrás el confinamiento parece que va para largo, y no hay más remedio que sufrirlo. Para nadie es fácil y sé que para ti mucho menos. Cuando se tienen tantas ganas de volar,*

*cuando soñabas con ese viaje al infinito, cuando se disfruta de la libertad cada día, cuando tu corazón palpita en tus labios y cuando se desean vivir experiencias cada noche, estar encerrado en casa no es nada fácil. Solo te puedo decir que lo estás haciendo muy bien. Realmente bien.*

*Cuando cada día te oiga en la pantalla del ordenador, cuando reciba tus quejas sobre la libertad perdida, cuando el problema de un compañero sea el problema de todo el grupo y si, también cuando entregues todo lo que te proponga, solo podré sentir orgullo. Sí, no sé si alguien te lo ha dicho antes, si te sirve te lo digo yo: lo estás haciendo muy bien. Estoy orgulloso de ti.*

*El curso terminará pronto, las horas de instituto se están acabando, y a pesar de que el futuro es incierto, tu entendiste que no estas de vacaciones y que las clases continúan con normalidad, es verdad, pero que no te engañen, esto no es normal. Las clases no continúan con normalidad, no es lo mismo desde el aula que desde casa, algunos profesores te mandarán una lista interminable de tareas (puede ser que te resulte agobiante), pero esto no quiere decir que te estemos enseñando, y mucho menos significa que te estemos educando. Sé que las circunstancias de cada uno de vosotros son muy diferentes, vuestro acceso a la tecnología, vuestras situaciones familiares, vuestros hogares... no te agobies, por lo que a mí respecta, esta lista de tareas no es ahora lo más importante ni para ti ni para mí. Aceptad cada uno vuestra situación y sacad lo mejor de vosotros mismos como en tantas ocasiones os he visto hacer. Aprenderás qué te hace más fuerte y desestimarás lo que te haga más débil.*

*Es un tiempo privilegiado para aprender, y no precisamente matemáticas, física o literatura, sino grandes lecciones de vida. Tal vez, pasan desapercibidas en las clases presenciales, pero en este momento te concienciarás que son vitales para tu educación, si esa misma, la educación emocional. Es un tiempo privilegiado para educar la paciencia, sé que te cuesta mucho; admirar la solidaridad del ser humano, todo el mundo está sacando lo mejor de sí mismo y esta me parece la mejor experiencia que puedes recibir; entender la verdadera libertad; vivir con menos cosas; darse cuenta de la importancia de los amigos, entender y valorar la utilidad de las redes sociales como herramienta de relación y aprendizaje, no olvides que somos relación... y te apoyarás en ésta para seguir creciendo.*

*Los balcones se han convertido en escenarios improvisados para el mundo donde se aplaude, se canta, se recita, se interpreta música, se homenaja, se vibra...y ahí también estás tú. Las calles se llenan de aplausos y ruido de sirenas que emocionan. El ordenador será tu*

*balcón donde te asomes a reivindicar lo bueno sobre lo malo, lo emocional sobre lo material, lo grupal sobre lo individual, la compañía frente a la soledad...*

*Al final ha tenido que ser un virus quien nos remueva la conciencia y nos enseñe qué es la vida, su significado más profundo y su verdadera esencia. Cuando salgamos de nuestras casas, que hoy más que nunca son nuestras fortalezas, será otro el mundo que nos encontremos, más verdadero, más humano y real. Seamos partícipes de la creación de ese nuevo mundo y defensores de su mantenimiento a lo largo del tiempo.*

*De esta saldremos más conscientes de lo que sentimos y preparados para regular nuestro destino, apoyando al compañero y, está claro, también a nosotros mismos.*

*Un fuerte abrazo. Llegará la primavera y no os preocupéis, también el verano.»*

El primer día lectivo después de la remisión de la carta, la clase versará de cómo se encuentran los alumnos, de cómo se sienten, de cómo están sus familias...existiendo un diálogo abierto entre alumnos y profesor. Esta es la semilla que queremos que brote en las posteriores dinámicas que se han preparado.

## **DINÁMICA 2: PANDEMIAS MUNDIALES ANTERIORES** **(Conciencia Emocional 1er nivel)**

Se propone un tema de investigación relacionado con el confinamiento y la pandemia del COVID19. Se va a indagar e **investigar** sobre las pandemias que han asolado al mundo en los siglos anteriores.

**El aprendizaje basado en investigación (ABI)** se puede definir como una metodología en la que los estudiantes indagan inicialmente por sí solos sobre los temas planteados, de manera que sean protagonistas de su propio aprendizaje. Todo ello se plasma en conocimientos, habilidades y actitudes. Es necesario el contraste de lo investigado con el resto de los compañeros del grupo para discernir sobre la veracidad o no de las conclusiones de la investigación (metodología favorecedora de la interacción). Los proyectos de investigación están incluidos en los de comprensión inteligente, con ellos se desarrollan las distintas inteligencias múltiples en el aula. (metodología favorecedora de la creación).

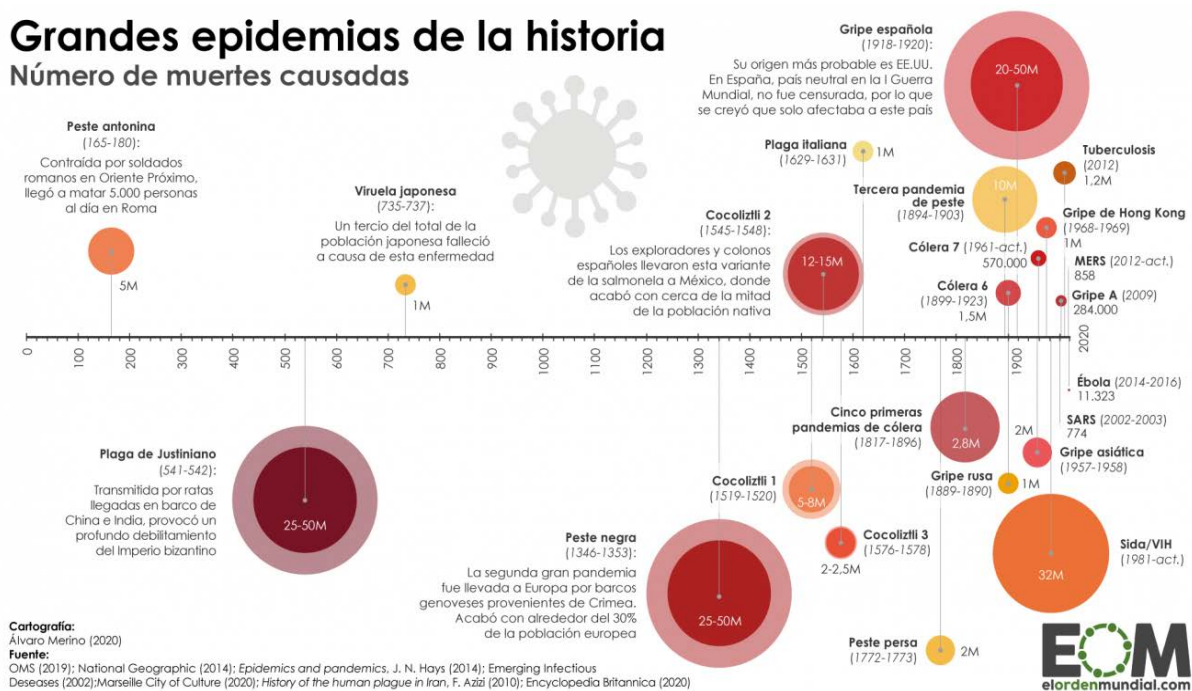
Se parte de la siguiente figura que es un cronograma de las grandes pandemias a lo largo de la historia. Se quiere hacer ver que las pandemias han existido siempre, por lo que el ser humano ya ha pasado por esto y ha salido mucho más reforzado. Se formarán grupos de entre



3 o 4 alumnos, lo más heterogéneo posible, los cuales elegirán una pandemia y buscarán información veraz de cuando ocurrió, que lo provocó, porqué se acabó... etc.

## Grandes epidemias de la historia

### Número de muertes causadas



**Figura 9.** Grandes epidemias de la historia

Merino, A. (2020). *Grandes epidemias de la historia* [Cartografía].

<https://ladiaria.com.uy/articulo/2020/3/las-grandes-epidemias-de-la-historia/>

El miedo a esta pandemia se va a atajar de forma grupal, sin que ninguno de forma individual pueda caer en la histeria o en el desánimo. El apoyo grupal es vital y necesario, incluyendo al profesor como guía de esta lucha.

El fin de la dinámica es que se entienda que es el miedo, como es el proceso del miedo, que tengan conciencia de lo que sienten y además que ni les afecte ni lo trasmitan a su entorno cercano. También empezarán a ser conscientes de las emociones de los compañeros. Para ello, durante la exposición del proyecto a los demás compañeros el profesor formulará preguntas relacionadas con esos miedos y facilitará el entendimiento de cómo gestionar esos miedos. Uno de los posibles efectos de ese miedo en los alumnos será la ira, con lo que el profesor deberá gestionar bien este apartado para que no derive en ira. Sería el primer nivel de la conciencia emocional.

El trabajo grupal se reflejará en una presentación o mapa mental, pudiéndose utilizar para esa presentación diversos programas (Genially, PowerPoint, Prezi...). Para la ejecución de esta

dinámica los alumnos tendrán 2 semanas y se evaluará la presentación, la exposición, así como el trabajo grupal. La entrega se hará en la nube utilizada en cada instituto.

Los contenidos a trabajar en esta dinámica serán los siguientes:

- ✓ Tendencias de la Web.
- ✓ Herramientas de creación, publicación y difusión.
- ✓ Herramientas de trabajo colaborativo en la nube.
- ✓ Almacenamiento en la nube.

### **DINÁMICA 3: CAZADORAS/ES DE FAKE NEWS**

**(Conciencia Emocional 2º nivel-Regulación emocional 1er nivel)**

El uso de Internet ha aumentado mucho en esta situación de confinamiento y se detecta una sobredemanda de información en la red. El problema añadido es que existe mucha información falsa, la cual se reenvía sin constatar su veracidad o sus fuentes.

Cada alumno creará un superhéroe o utilizará ya uno famoso, que va a ser su marca identificativa dentro de esta dinámica y de una posterior que se va a programar ya en la 3º fase de regulación emocional.



**Figura 10.** Superhéroes

Wittlieb, E. (2016). Superhéroes: increíble Hulk, Superman y Spiderman [Fotografía].

<https://pixabay.com/es/photos/superh%C3%A9roes-incre%C3%ADble-hulk-superman-1560256/>

En esta dinámica se quiere fortalecer el pensamiento crítico y la honestidad a través de la búsqueda de fake news. Los alumnos tomarán conciencia de sus emociones al ver esas noticias, aprendiendo a gestionar la irritación, frustración, ira...etc, en resumen, empezar a regular sus emociones.

Este superhéroe será el encargado de encontrar fake news por internet y hacérselo llegar a todos los compañeros de clase, familias, amigos... transformando esa irritación e ira en responsabilidad y paciencia, lo cual les hace entrar ya en la fase de regulación emocional.

Con todo esto, el alumno aprende que se debe comprobar toda la información que se reenvía por internet para no transmitir bulos, fomentando la autenticidad para no afectar directa o indirectamente en las emociones de los que lean posteriormente esa información.

Se fomenta la creatividad dentro de un entorno de seguridad (superhéroes), adquiriendo cada alumno la importante misión de luchar contra las falsas noticias que provocan incertidumbre a la sociedad. Se incentivará el desarrollo emocional y el aprendizaje de servicio (metodología favorecedora del compromiso).

En este caso será un trabajo individual. La elección de superhéroe y la búsqueda inicial de fake news copiarán 2 semanas. Su evaluación va a ir conjunta con la dinámica de la 3ª fase.

Los contenidos a trabajar en esta dinámica serán los siguientes:

- ✓ Tendencias de la Web.
- ✓ Herramientas de creación.
- ✓ Objetivos de la seguridad informática: integridad, disponibilidad, confidencialidad y autenticidad.

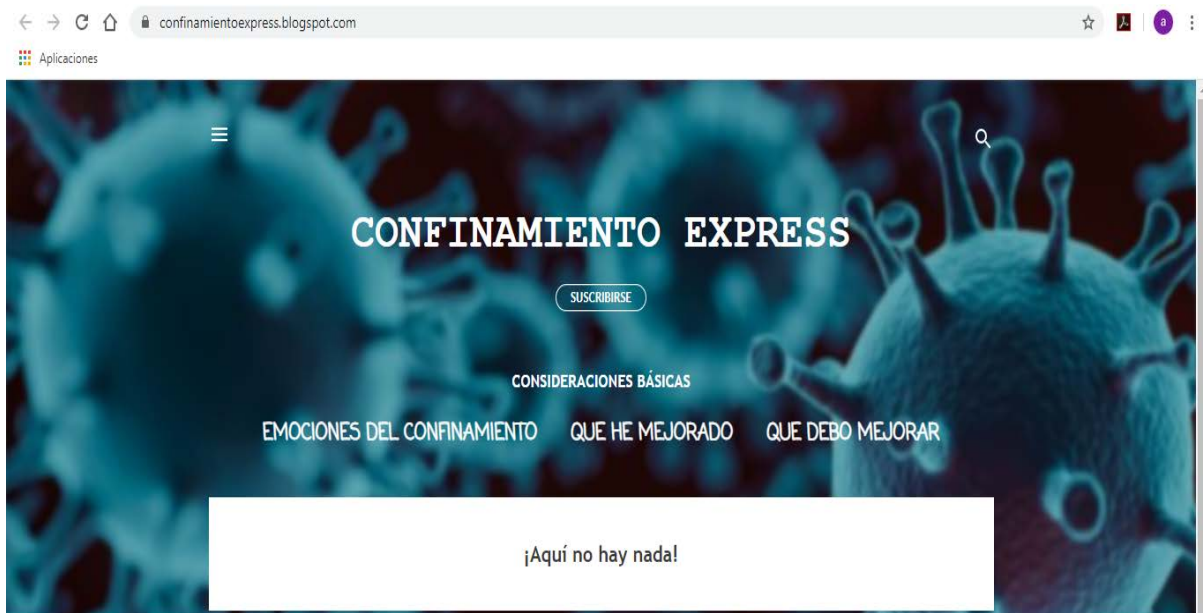
#### **DINÁMICA 4:      CREACIÓN DE UN BLOG** **(Regulación emocional 2º nivel)**

Una vez que los alumnos han adquirido conciencia de las emociones, tanto las suyas como de los demás, y además comienzan a regularlos, es vital poder cerrar esta segunda etapa fortaleciendo la empatía, las habilidades sociales y la creatividad.

Esta dinámica como la anterior, va a estar enlazada con la de la 3ª fase y aun siendo de carácter individual, va a tener su factor más determinante en la energía comunitaria y en la motivación transmitida de compañero a compañero.

Cada uno de los alumnos deberá crear un blog con cualquiera de los programas libres que se disponen en internet (WordPress, Blogger, Overblog...). Como la parte teórica ya se había dado en clase, el profesor va a ser un simple observador. Dentro de la clase va a haber alumnos más aventajados a nivel del uso de este tipo de recursos, así que ellos van a adquirir este rol de profesor con los demás compañeros. En esta situación, estos alumnos tendrán una relevancia que igual a nivel presencial no tenían, ayudándoles a una integración total dentro de la clase.

Se quiere conseguir un grupo cohesionado en el que cada uno aporte lo que sepa, se ayuden entre sí y se conozcan mejor a nivel personal pero también a nivel emocional, empatizando de las situaciones personales y familiares de cada uno. El blog dispondrá de varias páginas, que en cada clase van a ser diferentes (a elección del profesor), pero ya que se está trabajando la educación emocional podrían ser las siguientes:



**Figura 11.** Ejemplo de blog a crear  
(Elaboración propia)

En este ejemplo de blog, con lo que se ha trabajado en las dos primeras fases se tiene conciencia de que emociones provocó el confinamiento y que se ha mejorado personalmente a nivel de emociones, y como se dispone de regulación emocional, se conoce también qué se debe mejorar todavía.

Aunque el resultado y la evaluación va a ser individual, el profesor va a ser el artífice que todos los alumnos se sientan respaldados por el grupo y se hayan trabajado como eje

fundamental las habilidades sociales (metodología favorecedora de la interacción) y la creatividad (metodología favorecedora de la metacognición: Destrezas de Pensamiento).

Se desarrollaría la elaboración del blog durante 2-3 semanas. Como ya se comentó en la anterior dinámica su evaluación va a ir conjunta con la dinámica de la 3ª fase.

Los contenidos a trabajar en esta dinámica serán los siguientes:

- ✓ Herramientas de creación, publicación y difusión de contenidos propias de la web social.
- ✓ Foros, blogs, wikis, RSS y podcast.

### **DINÁMICA 5: UTILIZACIÓN DE RECURSOS YA CREADOS** **(Autonomía emocional)**

Será ya la última fase del estudio y llevará a la adquisición de autonomía emocional. Se va a utilizar el blog creado en la fase anterior para conseguir esta competencia emocional. Con ello, el trabajo grupal de ayudarnos los unos a los otros para la creación de ese blog ya tiene un propósito.

El cazador de fake news tendrá su espacio en cada blog, con la misión de colgar cada día una noticia falsa que se haya detectado. Además, se publicarán videos de aplausos en los hospitales, vecindarios, de cómo la policía va a felicitar a un niño, de pacientes que salen del hospital después de curarse, de cómo hacer una mascarilla o careta protectora casera, de cómo el vecindario ha ayudado a una persona mayor cuando lo necesita...etc. El objetivo principal del blog es que sea una herramienta de alegría y esperanza, en el que se enfoque la energía en los demás y en buscar cómo ayudarles.

Habrà un apartado importante de contacto con los más mayores o con las personas que estén en soledad. Se puede enfocar desde varios puntos de vista, desde un familiar (abuelo, abuela...) el cuál se encuentre lejos y sola, hasta la de un vecino/a que, aunque tengamos cerca no tengamos contacto con ella. Se puede aprovechar su cumple, su aniversario de bodas o simplemente la llegada de la primavera para grabarle un video felicitándole, dejándole una tarta con velas en el rellano...También los alumnos podrán grabar videos a eso familiares de los compañeros que están en soledad para animarlos o para felicitarles el cumple. Lo que se quiere es una implicación del grupo con la situación personal de cada uno de los alumnos, donde se trabajará la empatía hacia el compañero y también hacia su familiar o vecino.

Además, se quiere una interacción entre todos los compañeros con lo que deberán entrar en los blogs de todos y comentar lo que allí se haya subido. Esto llevaría a conseguir el **TODOS SOMOS UNO** que fue el propósito de este programa de educación emocional online.

En esta dinámica se trabajará sobre todo el desarrollo emocional y el aprendizaje de servicio (metodología favorecedora del compromiso) y se alargará entre 2-3 semanas como la dinámica anterior.

La evaluación será conjunta con las dinámicas 3 y 4, dando importancia a la interacción entre compañeros y a la creatividad.

Los contenidos a trabajar en esta dinámica serán los siguientes:

- ✓ Herramientas de creación, publicación y difusión de contenidos propias de la web social.
  - ✓ Foros, blogs, wikis, RSS y podcast.
  - ✓ Sitios web y redes sociales para difundir y compartir contenidos multimedia.
  - ✓ Los peligros del uso de Internet.
  - ✓ Uso seguro de los servicios que permiten la interacción a través de Internet.
- Legislación y protección de datos: Ley Orgánica de Protección de Datos de Carácter Personal (LOPD) y Ley de Servicios de la Sociedad de la Información y de Comercio Electrónico (LSSICE).

## 2.5 Competencias clave

Las competencias claves que se alcanzarían en este programa serían las siguientes:

**-Comunicación lingüística.** Tanto escrita (publicación en blog) como oral (explicación proyecto pandemias mundiales anteriores).

**-Competencias básicas en ciencia y tecnología** (Por los temas tratados, pandemias, confinamiento, internet...).

**-Competencia digital** (por los medios utilizados).

**-Aprender a aprender** (iniciar y desarrollar su aprendizaje en temas desconocidos, sea de forma individual o colaborativo con más compañeros)

**-Competencias sociales y cívicas** (comprender la realidad social durante la pandemia y cooperar con la sociedad)

**-Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor** (Ser creativo trasladando una idea y con capacidad de planificar y gestionar los diferentes proyectos sean de investigación como tecnológicos).

## **2.6 Cronograma**

La asignatura de Tecnologías de la Información y Comunicación II dispone de 3 horarios lectivos a lo largo de la semana según anexo II de normativa vigente en Castilla y León (Orden EDU/363/2015, de 4 de mayo).

Tomando de partida el 12 de marzo como último día de clases presenciales y el 29 de mayo como último día del curso, se ha procedido a repartir el desarrollo de las 5 dinámicas a lo largo de ese periodo. Las clases de esta asignatura se concentran en martes, miércoles y jueves. Se tiene en cuenta el periodo no lectivo de las vacaciones de Semana Santa (3-13 abril) y el 23 de abril como día de la comunidad de Castilla y León.

Teniendo en cuenta esto condicionantes, las dinámicas se desarrollarán en las siguientes fechas:

- Dinámica 1. 17 de marzo 2020
- Dinámica 2. Del 18 de marzo al 1 de abril de 2020
- Dinámica 3. Del 2 de abril al 16 de abril de 2020
- Dinámica 4. Del 16 de abril al 5 de mayo de 2020
- Dinámica 5. Del 6 de mayo al 26 de mayo de 2020

Las clases online servirán para que el profesor atestigüe los progresos individuales y colectivos, no solo a nivel currículo sino también a nivel emocional. Además, los alumnos dispondrán de tutorías para tratar las dudas que vayan surgiendo o para tratar.

En el Anexo IV de este estudio se presenta el cronograma completo de esta propuesta didáctica de programa de educación emocional durante el confinamiento en clase de tecnologías de la Información y Comunicación II de 2º de Bachillerato.

## **2.7 Evaluación**

Aunque va a ser más importante la adquisición de competencias emocionales y debido a que este programa está dentro del currículo oficial de una asignatura, será obligatorio la



evaluación de los contenidos. En el anexo V se disponen los criterios de evaluación completos, siendo esta tabla un resumen:

**Tabla 3.** Evaluación del programa  
(Elaboración propia)

GRUPO	COMPETENCIAS TRANSVERSALES				COMPETENCIAS TÉCNICAS				
%	45%				55%				
DESCRIPCION	SEGUIMIENTO PROFESOR	CO-EVA	AUTO-EVA	FORMATO DINÁMICA 2	DINÁMICA 1	DINÁMICA 2	DINÁMICA 3	DINÁMICA 4	DINÁMICA 5
%	20%	10%	5%	10%	* No es evaluable	20%	5%	20%	10%
TIPO NOTA	INDIVIDUAL	INDIVIDUAL	INDIVIDUAL	GRUPAL		GRUPAL	INDIVIDUAL	INDIVIDUAL	INDIVIDUAL
EVALUADOR	PROFESOR	ALUMNO	ALUMNO	PROFESOR		PROFESOR	PROFESOR	PROFESOR	PROFESOR

### 3 MEDIDAS POST-CONFINAMIENTO

Este estudio desarrolla exclusivamente una propuesta de herramientas de educación emocional durante el periodo que dura el confinamiento por la pandemia del Covid19. Sería necesario anticiparse a la vuelta de los alumnos a las aulas, que muy probablemente será ya en septiembre, por lo que se debería pensar en el diseño de recursos post-confinamiento.

Ya existen entidades que están elaborando recursos de toda índole para ayudar emocionalmente a los alumnos en su vuelta a las aulas. Pongo aquí 2 ejemplos, pero como se ha comentado existen muchos más y es probable que durante el mes de junio sigan surgiendo:

**-Coorienta. Programa coemocionarse (Online)**

<https://view.genial.ly/5e949c4a9aea110d8cf7d91c/horizontal-infographic-review-coemocionarse>

**-La Granja (Presencial)**

<https://barcelona.la granja.top/actividades/escuelas-e-institutos/postconfinamiento-alumnos/>

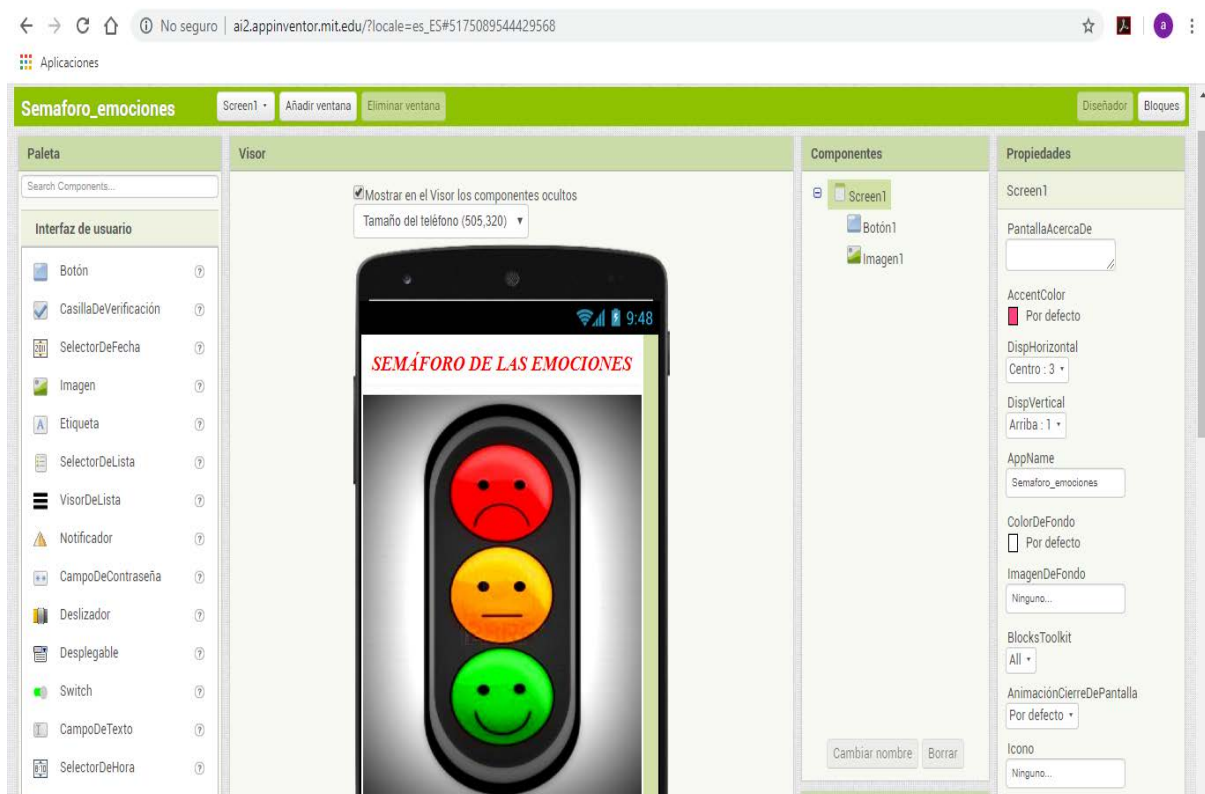
Por otra parte, en la educación emocional es fundamental el binomio entre profesor y alumno. Es importante que el alumno vaya adquiriendo competencias a nivel emocional, pero esto no se va a ser posible si el profesor no lo tiene primeramente interiorizado, como ya se había comentado al inicio del estudio.

Por eso, se dispone también de formación para preparar a los docentes para la vuelta de los alumnos tras el confinamiento. Por ejemplo, en La Granja han preparado un programa



presencial de un día ("Llenarnos de nuevo") para cuando las condiciones de reunión hayan cambiado, aunque ya en mayo estaban preparando formaciones online.

Para finalizar este apartado y pensando también en la vuelta de los alumnos a las aulas, se está diseñando una aplicación de móvil para que los profesores puedan detectar como se encuentran emocionalmente los alumnos. Sería una aplicación gratuita, en la que los colegios abrirían una "sala" para cada clase de que dispusieran, y cada alumno emitiría su estado emocional diario.



**Figura 12.** App "Semáforo de las Emociones"  
(Elaboración propia. MIT App Inventor)

Esta información quedaría almacenada en un servidor, pudiéndose hacer un seguimiento de cada alumno y poder intervenir en casos que lo precisaran. Las emociones (ira, asco, miedo, alegría, tristeza y sorpresa) sobre las que puntúan los alumnos son las que se determinaron como las 6 emociones básicas (Ekman, 1972).

Se está realizando en colaboración con varias entidades del mundo de la educación emocional, pero debido a las condiciones tan excepcionales del confinamiento y al apoyo

informático necesario de empresa especializadas, este proyecto se ha retrasado hasta el verano, esperando que para el inicio de curso esté ya operativo.

## **4 CONCLUSIONES**

En estos momentos en que la educación en España recorre el terreno desconocido de una cuarentena impuesta por la crisis del coronavirus y un confinamiento obligado fuera de las aulas, se detectó la necesidad del desarrollo de programas de educación emocional que doten a los alumnos de las capacidades emocionales básicas para hacer frente a todas las exigencias emocionales de su día a día tanto por el momento, por la edad o por la situación personal de cada uno de ellos.

Es una inmejorable oportunidad que se nos presenta para dar el empujón que la educación emocional necesita para una implantación definitiva en los colegios dentro del currículo oficial.

Este estudio ha sido un proyecto laborioso dada la inexistencia de antecedentes tanto a nivel de desarrollo de programas de educación emocional online como de la situación en sí, confinamiento, pandemia...Además, el incorporarlo dentro del currículo oficial de una asignatura implicaba el desarrollo de unos contenidos concretos y una evaluación posterior de todos ellos. Esto posiblemente ha acotado mucho las posibilidades de este programa, aunque la elección de la asignatura de Tecnologías de la Información y Comunicación no fue casual, ya que sus contenidos se adaptan convenientemente a la formación online.

La propuesta de este programa implicaba la adquisición de conciencia, regulación y autonomía emocional dentro de una asignatura en particular y en condiciones no presenciales. Soy consciente de lo ambicioso de lograr todos los objetivos propuestos, sobre todo en la situación en que se encuentran tanto los alumnos como el propio profesor y las dificultades que esto entraña. Por eso y tras la finalización de este estudio, se da prioridad a la adquisición de conciencia emocional como partida de las otras dos, siendo el profesor que desarrolle este programa dentro de la clase quién valore cuando se dará el paso a la siguiente competencia emocional.

Esto no modifica el objetivo general, ya que este programa si ha quedado integrado dentro del currículo de la asignatura, pero variaría los objetivos específicos planteados pudiéndose quedar relegados a una única adquisición de conciencia emocional y en algunos casos de regulación emocional.

Este programa sería el punto de partida hacia un programa más amplio que abarcarían todos los contenidos de una asignatura durante todo el curso lectivo y cuyo desarrollo estaría más dilatado a lo largo del tiempo.

Para finalizar, sería importante la posible ayuda de un orientador educativo u otro profesional del campo de la psicopedagogía si se detecta algún caso más sensible dentro del alumnado durante la ejecución del programa.

## **5 IMPLICACIONES PERSONALES**

A lo largo de estos últimos meses me he aventurado a descubrir más sobre los programas de educación emocional y lo que empezó como una curiosidad, se ha transformado en uno de los posibles pilares de mi futura docencia.

Durante este Máster nos han hablado de la atención a la diversidad y la educación inclusiva, pero en ningún momento se nos ha mencionado como ayudar a los alumnos a gestionar sus emociones. Está claro que para ello el profesorado tiene que estar formado.

Sin esa formación, yo me he aventurado en este TFM a aplicar con la ayuda de mi tutora lo poco que sabía de las emociones, y si es verdad que tanto el diseño como la implantación de un programa “express” de educación emocional es un proceso largo y muy laborioso.

Como primer paso debería existir una planificación clara para integrar de una forma ordenada la educación emocional dentro de las competencias del profesorado, paso que en ningún momento se aconseja obviar. Si el profesorado no es capaz de gestionar sus emociones no podrá ayudar a que los alumnos gestionen las suyas.

Como segundo y último paso, a mi parecer se necesita también una flexibilización en los contenidos de las diversas asignaturas de cada curso. Sin esa flexibilización es casi imposible desarrollar estos programas dentro del currículo de cualquier asignatura, así que no conseguiríamos el objetivo general de integración dentro del sistema educativo.

Para finalizar este TFM, como deseo personal espero en un futuro que la implantación de los programas de educación emocional dentro del sistema educativo pueda conseguir que los alumnos desarrollen una mente saludable, una mente positiva y una mente conectada.

## 6 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS. BIBLIOGRAFÍA

Acuerdo 29/2017, de 15 de junio, de la Junta de Castilla y León, por el que se aprueba el II Plan de Atención a la Diversidad en la Educación de Castilla y León 2017-2022. *Boletín Oficial de Castilla y León*, 115, de 19 de junio de 2017, 23109-23176.

<http://bocyl.jcyl.es/boletines/2017/06/19/pdf/BOCYL-D-19062017-16.pdf>

Aizpuru Oiarbide, J.M., Artola Zubillaga, F. y PeñagariKano Labaka, P.M. (2008). *Inteligencia emocional. Educación Secundaria Post-obligatoria*. Diputación Foral de Guipuzcoa. [http://www.eskolabakegune.euskadi.eus/c/document\\_library/get\\_file?uuid=3909783f-7236-4ed6-9a8c-0b4350d5b04a&groupId=2211625](http://www.eskolabakegune.euskadi.eus/c/document_library/get_file?uuid=3909783f-7236-4ed6-9a8c-0b4350d5b04a&groupId=2211625)

Álvarez González, M. y Bisquerra, R. (2012). *Orientación educativa. Modelos, áreas, estrategias y recursos*. Wolters Kluwer Educación.

Beldoch, M. (1964), Sensitivity to expression of emotional meaning in three modes of communication, en J. R. Davitz et al., *The Communication of Emotional Meaning* (pp. 31-42). McGraw-Hill.

Bisquerra, R. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 19(3), 95-114. <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927006.pdf>

Bisquerra Alzina, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de investigación educativa*, 21(1), 7-43. <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071/94661>

Bisquerra Alzina, R. (Coord.). (2011). *Educación emocional: Propuestas para educadores y familias*. Descleé de Brouwer. <https://www.edesclee.com/img/cms/pdfs/9788433025104.pdf>

Bisquerra Alzina, R. (Coord.). (2012). *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Hospital Sant Joan de Déu. [https://faros.hsjoben.org/sites/default/files/faros\\_6\\_cast.pdf](https://faros.hsjoben.org/sites/default/files/faros_6_cast.pdf)

Brackett, M. A., Palomera, R., Mojsa-Kaja, J., Reyes, M. R. y Salovey, P. (2010). Emotion-Regulation ability, burnout, and job satisfaction among British secondary-school

teachers. *Psychology in the Schools*, 47(4), 406-417.

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/pits.20478>

Brooks, S.K., Webster, R.K., Smith, L.E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., Rubin, G.J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet*, 395, 912–920.

[https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(20\)30460-8/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(20)30460-8/fulltext)

Cabrera Jurado, R. (2016). Formación y capacitación docente en medios TIC. *Educación y Futuro Digital*, 12, 71-88.

[https://redined.mecd.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/120761/EYFD\\_125.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://redined.mecd.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/120761/EYFD_125.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

Consejería de Educación (2015). *Guía didáctica Educación socio-emocional para forma Joven en el ámbito educativo*. Junta de Andalucía.

[https://www.juntadeandalucia.es/educacion/portalaverroes/documents/10306/1673096/FJ\\_Socioemocional.pdf](https://www.juntadeandalucia.es/educacion/portalaverroes/documents/10306/1673096/FJ_Socioemocional.pdf)

Delors, J. (1996). Los cuatro pilares de la educación. En la Comisión internacional sobre la educación para el siglo XXI (Ed.), *La educación encierra un tesoro* (pp. 91-103).

Santillana/UNESCO. [https://uom.uib.cat/digitalAssets/221/221918\\_9.pdf](https://uom.uib.cat/digitalAssets/221/221918_9.pdf)

Ekman, P. (1972). Diferencias universales y culturales en las expresiones faciales de la emoción. En J. Cole (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation*, 1971, 19. Universidad de Nebraska Press.

Equipo de Psicología de Área Humana (s.f.). *Afrontamiento psicológico del Coronavirus*. Área Humana. Consultado el 6 de abril de 2020. <https://www.areahumana.es/afrontamiento-psicologico-coronavirus/>

Forner Navarro, P. (s.f.). *10 pasos esenciales para desarrollar tu inteligencia emocional. Habilidad social*. Consultado el 30 de marzo de 2020. <https://habilidadsocial.com/como-desarrollar-la-inteligencia-emocional/>

Garaijordobil Landazabal, M. (2018). La evaluación emocional en la infancia y en la adolescencia. *Revista del consejo escolar del estado*, 5(8), 107-127.

<https://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:d1462b78-5e3f-444f-a223-d6d8796fb20c/pe-n8-participacion-educativa-2018.pdf>.

Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Kairos.

Juvany i Vila, j. (s.f.). *Tecnología, Internet y Educación emocional*. Centro de Comunicación y Pedagogía. Consultado el 2 de abril de 2020.

<http://www.centrocp.com/tecnologia-internet-y-educacion-emocional/>

La inteligencia emocional y social se cuele en el currículum escolar (2015, 1 de abril). *El Adelantado de Segovia*. Recuperado de <https://www.eladelantado.com/castilla-y-leon/la-inteligencia-emocional-y-social-se-cuele-en-el-curriculum-escolar/>

La Junta repartirá 4.300 tarjetas SIM de datos entre alumnos con falta de conectividad a Internet (2020, 15 de abril). *Diario de Castilla y León- El Mundo*. Recuperado de <https://diariodecastillayleon.elmundo.es/articulo/castilla-y-leon/junta-repartira-4300-tarjetas-sim-datos-alumnos-falta-conectividad-internet/20200415182819007458.html>

Leuner, B. (1966). Emotional intelligence and emancipation. *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie*, 15, 193-203

Ley 7/2010, de 20 de julio, de Educación de Castilla-La Mancha. DOCM, 144, de 28 de julio de 2010, *Boletín Oficial del Estado*, 248, de 13 de octubre de 2010, 86359-86415.

<https://www.boe.es/boe/dias/2010/10/13/pdfs/BOE-A-2010-15624.pdf>

Miller, C. (s.f.). *Coronavirus, confinamiento y adolescentes*. Child Mind Institute. Consultado el 12 de abril de 2020. <https://childmind.org/article/coronavirus-confinamiento-y-adolescentes/>

Mosquera Gende, I. (2018, 7 de noviembre). *La inteligencia emocional empieza por la de sus profesores*. UNIRrevista. <https://www.unir.net/educacion/revista/noticias/la-inteligencia-emocional-de-los-alumnos-empieza-por-la-de-sus-profesores/549203655467/>

Muñoz Martínez, A. (s.f.). *10 dinámicas de inteligencia emocional para niños y adultos*. Lifereder.com. Consultado el 28 de marzo de 2020. <https://www.lifereder.com/dinamicas-inteligencia-emocional/>

Orden EDU/363/2015, de 4 de mayo, por la que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo del bachillerato en la Comunidad de Castilla y León. *Boletín Oficial de Castilla y León*, 86, de 8 de mayo de 2015, 32481-32984.

<http://bocyl.jcyl.es/boletines/2015/05/08/pdf/BOCYL-D-08052015-5.pdf>

Padresycolegios. (2020, 7 de abril). *Webinar Educación emocional para gestionar el confinamiento* [Video]. YouTube.

<https://www.youtube.com/watch?v=WdC7fRGG56c&list=PLEzqX1k6ojJIZjQZsNNmoUK7-lvbS0S6C&index=2&t=0s>

Padresycolegios. (2020, 13 de abril). *Webinar ¿Cómo fomentar el pensamiento optimista en los niños durante el confinamiento?* [Video]. YouTube.

<https://www.youtube.com/watch?v=ntruCEimjUg&list=PLEzqX1k6ojJIZjQZsNNmoUK7-lvbS0S6C&index=3>

RIEEB Educación Emocional y Bienestar. (2020, 1 de abril). *RIEEB: ¿Cómo gestionar las emociones en tiempo de crisis?* [Video]. YouTube.

<https://www.youtube.com/watch?v=I4VTyYhnWLg&list=PLEzqX1k6ojJIZjQZsNNmoUK7-lvbS0S6C&index=2>

Sagñay, J. (2012). *Las drogas: causas más comunes del uso y cómo prevenirlo*. Instituto de Neurociencias. Junta de Beneficencia de Guayaquil. Recuperado el 20 abril 2020 de

<https://institutoneurociencias.med.ec/blog/item/15001-drogas-causas>

Salovey, P. y Mayer, JD (1990). Inteligencia emocional. *Imaginación, cognición y personalidad*, 9 (3), 185–211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>

Sánchez-Monge, M. (2020, 25 de marzo). *Ansiedad y depresión en tiempos del Coronavirus*. Cuidateplus. <https://cuidateplus.marca.com/bienestar/2020/03/25/ansiedad-depresion-tiempos-coronavirus-172516.html>

Thorndike, R. L.; Stine, S. (1937). An evaluation of the attempts to measure social intelligence. *Psychological Bulletin*, 34(5), 275-284.

Torre Juana (2020). *Segunda encuesta de Nuria Oliver y resultados de la primera*. Recuperado el 5 abril 2020 de <https://ost.torrejuana.es/segunda-encuesta-nuria-oliver-resultados/>

Unicef España propone 18 medidas al Gobierno para salvar la educación ante la crisis del coronavirus (2020, 20 de abril). *ABC*. Recuperado de [https://www.abc.es/sociedad/abc-unicef-espana-propone-18-medidas-gobierno-para-salvar-educacion-ante-tesis-coronavirus-202004210212\\_noticia.html](https://www.abc.es/sociedad/abc-unicef-espana-propone-18-medidas-gobierno-para-salvar-educacion-ante-tesis-coronavirus-202004210212_noticia.html)

126 dinámicas de educación emocional. (2020, 16 de abril). *La botica del orientador*. <http://orientafer.blogspot.com/2011/09/126-dinamicas-de-educacion-emocional.html>



# **ANEXOS**

## **Anexo I. Cuerpo de la encuesta**

# Encuesta ¿Como estas viviendo el confinamiento?(17-19 años)

¿Nos ayudas? Rellena la encuesta que hemos preparado. Solo son unos pocos minutos. ¡¡¡Muchas gracias!!!

**\*Obligatorio**

1. ¿Eres un chico o una chica? \*

*Selecciona todos los que correspondan.*

- Chico
- Chica
- Prefiero no decirlo

2. ¿Cuántos años tienes ahora? \*

*Marca solo un óvalo.*

- 19
- 18
- 17

3. ¿Cuántos hermanos/as tienes? \*

*Selecciona todos los que correspondan.*

- Ninguno
- 1
- 2
- 3 o más

4. ¿Cuántos m2 tiene tu casa? \*

*Marca solo un óvalo.*

- Menos de 50 m2
- Entre 50 y 70 m2
- Más de 70 m2

5. De estas cosas que te proponemos, ¿cuáles son las que ahora más te preocupan? \*

Marca solo un óvalo por fila.

	1.No me preocupa	2.Me preocupa un poco	3.Me preocupa algo	4.Me preocupa bastante	5.Me preocupa mucho
Que mi familia sea más pobre o tenga menos dinero cuando podamos salir y volver a relacionarnos con otras personas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Que falte comida u otras cosas necesarias en los supermercados y las tiendas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Que haya personas que se vuelvan violentas por no poder salir a la calle	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Que haya personas en mi familia que hayan perdido su trabajo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Que las personas de mi familia enfermen o mueran por culpa del Coronavirus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Que a alguien conocido o de mi familia la policia le multe o le castiguen por salir de casa sin poder hacerlo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Que mis abuelos y otras personas mayores tengan que pasar este tiempo solos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Que falte aún mucho tiempo para volver al colegio o instituto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Que no pueda tener contacto con mis amigos hasta pasado un tiempo largo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## Disponibilidad

### 6. ¿Cuáles de las siguientes cosas tienes en casa? \*

Marca solo un óvalo por fila.

	1.Si	2.No	3.No lo sé
Un ordenador o una tablet solo para mi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Un ordenador o una tablet compartida	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Conexión a internet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Una impresora	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Una mesa propia donde estudiar o escribir	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Juegos de mesa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## Tiempo

### 7. ¿Como gastas el tiempo? \*

Marca solo un óvalo por fila.

	1.Nada	2.Muy poco	3.Poco	4.Bastante	5.Mucho
Jugar con ordenador o videoconsola	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Practicar deporte o ejercicio en casa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Leer libros como entretenimiento	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hacer tareas del instituto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Practicar algún hobby (Instrumento, pintar, bailar...)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Llamar por movil a personas que no estén con nosotros	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ayudar en las tareas domésticas de casa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Salir a la ventana/terracea a aplaudir	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

¿Como te sientes?

8. Contigo mismo/a \*

*Marca solo un óvalo.*

	1	2	3	4	5	
Completamente insatisfecho/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Completamente satisfecho/a

9. Con la casa en la que vives \*

*Marca solo un óvalo.*

	1	2	3	4	5	
Completamente insatisfecho/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Completamente satisfecho/a

10. Con tu vida en general \*

*Marca solo un óvalo.*

	1	2	3	4	5	
Completamente insatisfecho/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Completamente satisfecho/a

Para finalizar, responde con tus propias palabras

11. 1.TRISTEZAS-Hay cosas que te produzcan tristeza estos días ¿cuáles son? \*

\_\_\_\_\_

12. 2.MIEDOS-¿Cuál es lo que más te preocupa? ¿Hay algo que te de miedo? \*

\_\_\_\_\_

13. 3.ALEGRÍAS-¿cuáles son las cosas que te dan más alegrías o te hacen reír? \*

---

14. 4.SUEÑOS-Si pudieras pedir un sueño o un deseo ahora mismo ¿Cuál sería? \*

---

---

Este contenido no ha sido creado ni aprobado por Google.

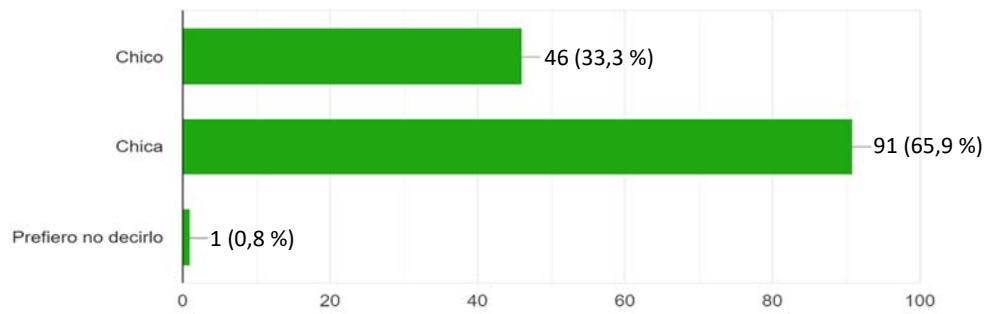
Google Formularios

## **Anexo II. Resultados de la encuesta**



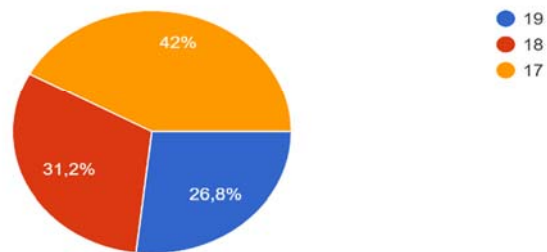
### ¿Eres un chico o una chica?

138 respuestas



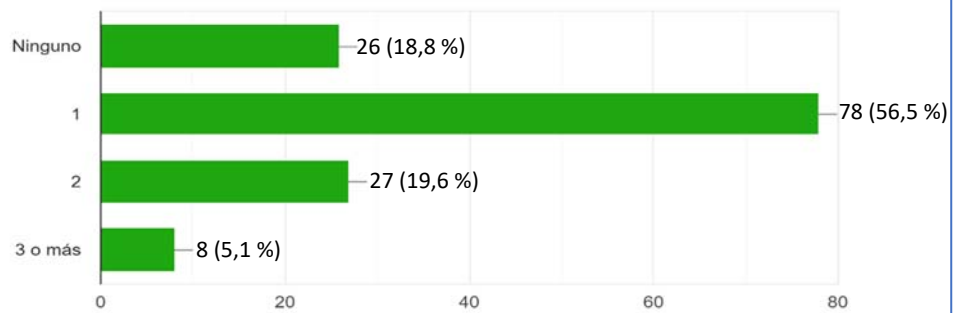
### ¿Cuántos años tienes ahora?

138 respuestas



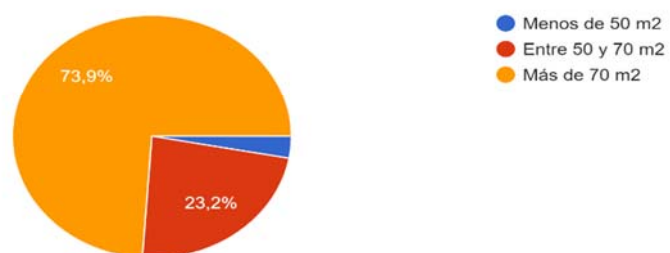
### ¿Cuántos hermanos/as tienes?

138 respuestas



### ¿Cuántos m2 tiene tu casa?

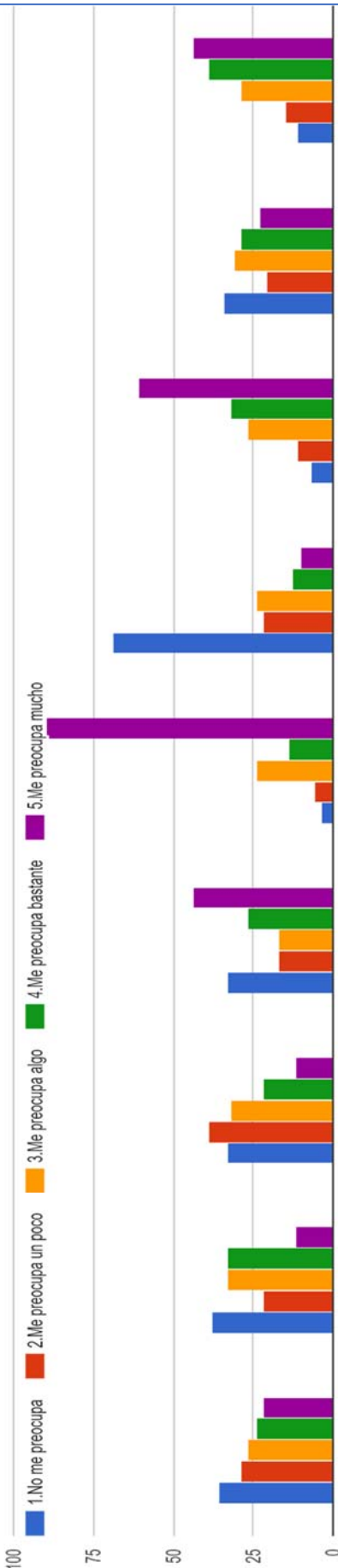
138 respuestas



De estas cosas que te proponemos, ¿cuáles son las que ahora más te preocupan?

100  
75  
50  
25  
0

1.No me preocupa  
2.Me preocupa un poco  
3.Me preocupa algo  
4.Me preocupa bastante  
5.Me preocupa mucho



Que no pueda tener contacto con mis amigos hasta pasado un tiempo

Que falte aún mucho tiempo para volver al colegio o instituto

Que mis abuelos y otras personas mayores tengan que pasar este tiempo solos

Que a alguien conocido o de mi familia la policia le multe o le castiguen por salir de casa sin poder hacerlo

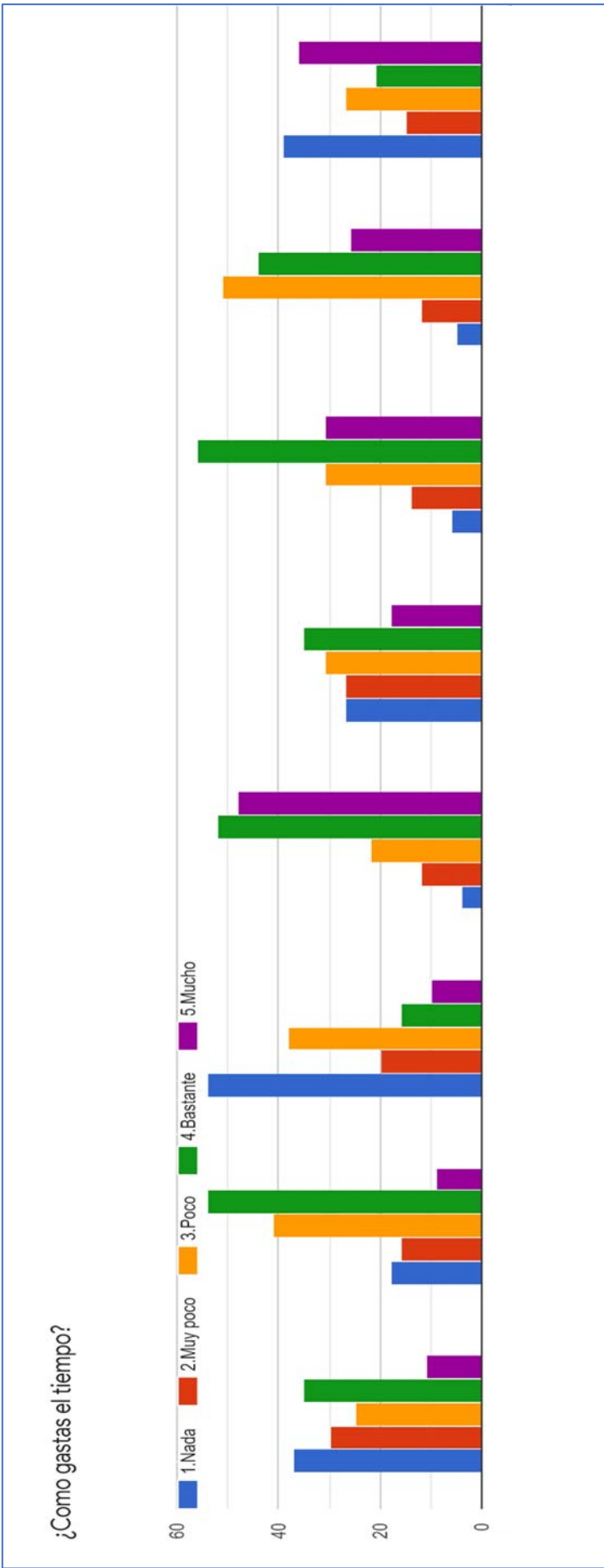
Que las personas de mi familia enfermen o mueran por culpa del Coronavirus

Que haya personas en mi familia que hayan perdido su trabajo

Que haya personas que se vuelvan violentas por no poder salir a la calle

Que falte comida u otras cosas necesarias en los supermercados y las tiendas

Que mi familia sea más pobre o tenga menos dinero cuando podamos salir y volver a relacionarnos con otras personas



Salir a la ventana/terrace a aplaudir

Ayudar en las tareas domésticas de casa

Llamar por movil a personas que no estén con nosotros

Practicar algún hobby (Instrumento, pintar, bailar...)

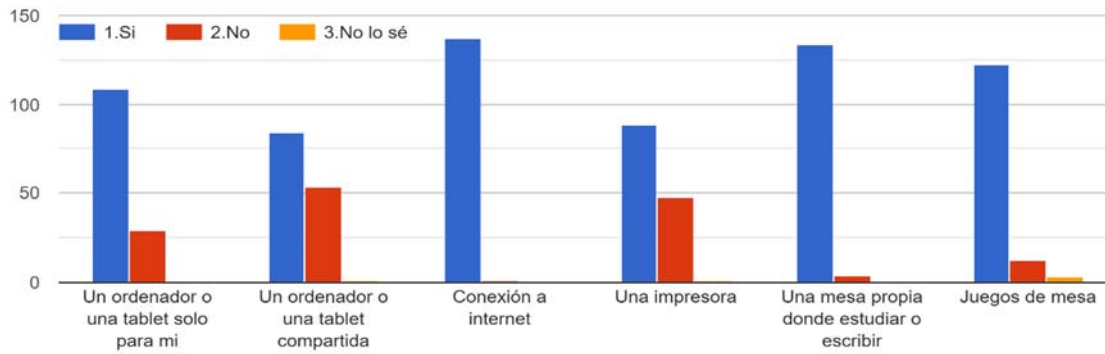
Hacer tareas del instituto

Leer libros como entretenimiento

Practicar deporte o ejercicio en casa

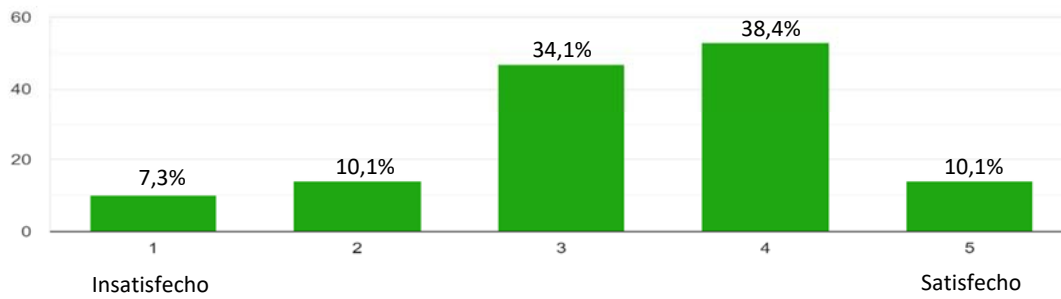
Jugar con ordenador o videoconsola

¿Cuáles de las siguientes cosas tienes en casa?



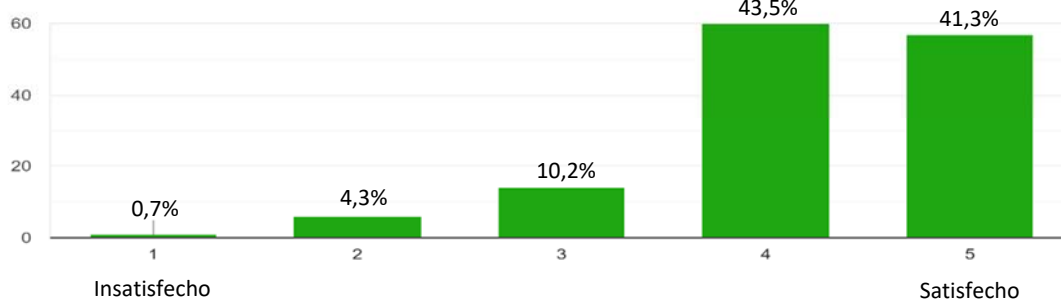
Contigo mismo/a

138 respuestas



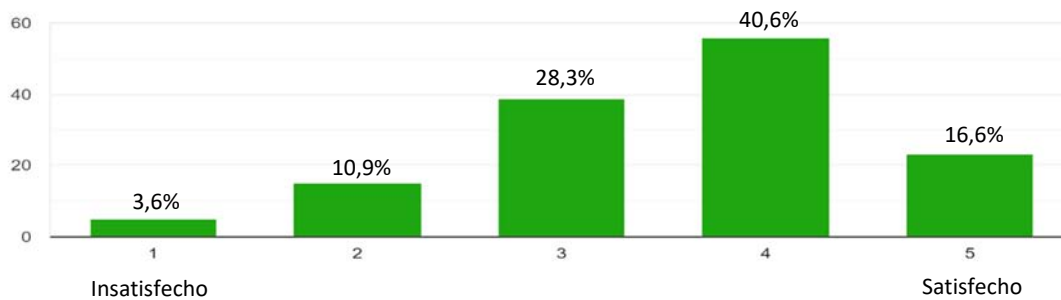
Con la casa en la que vives

138 respuestas



Con tu vida en general

138 respuestas



**1. TRISTEZAS-Hay cosas que te produzcan tristeza estos días ¿cuáles son?**

La pobreza y las muertes causadas

Que nos mienten como a perros

La muerte de personas indefensas

El no poder estar con los amigos ni mi pareja.

Que la gente fallezca

Soledad, no poder ver a mi familia ni a mi novia

No ver a mis abuelos

Los muertos y no poder relacionarme con gente

No poder ver a los que quiero. Ver lo mal que esta gobernada España

Planes rotos

No ver a mi familia, a mis amigos, y ver cómo está el país ahora mismo.

la soledad

La paranoia del confinamiento y la despersonalización de la gente

No poder ver a la gente

Ver a gente sola en sus casa, no poder ir a ver a mis perros porque estan en mi finca

Estar lejos de familiares y amigos y esperar un tiempo hasta poder volver a verlos

No poder salir a la calle

La salud

El perder el verano

Sentirme sola de vez en cuando

no poder estar/ver a ciertas personas

Toda la tarea que hay que hacer y el poco tiempo que hay

Estar lejos de mi familia

No poder salir

La gente muriendo

No salir a la calle

No poder abrazar a mis abuelas

Que haya gente sola en sus casas

Ver las noticias

No ver a mis amigos/familiares

La monotonía

no estar en persona con mi padre, mis abuelos y amigas

no estar en persona con mi padre, mis abuelos y amigas

Pasar tanto tiempo en casa y darle muchas vueltas a la cabeza

La gente fallecida
No ver a la gente que quiero ver
No poder salir a la calle
Hasta los cojones de estar en casa
Q la gente muera y q no se pueda salir a la calle
Estar confinados tanto tiempo y que al volver cambie nuestra interacción social por una restrictiva
No poder abrazar a mis seres queridos
No poder ver a la gente
Imposibilidad de salir de casa, distanciamiento con gente cercana
No poder disfrutar de todo lo que se puede hacer fuera de casa
No poder ver a mis abuelos
Inseguridades y pérdidas de relación por la distancia o el confinamiento
No poder salir.
No
No ver a mi gente
No poder ver a mi familia y amigos
Estar lejos de mis abuelos, amigos y pareja
La incapacidad del sistema educativo de gestionarse de manera virtual, excediendose en las tareas y sin adaptar la ebau a las circunstancias
No poder salir a la calle
El no poder salir a la calle y relacionarme personalmente con mis amigoxs
Pensar en todos los contagiados y muertos
las consecuencias
Echar de menos
El tiempo perdido
Perdida de tiempo
No poder estar con gente a la que quiero
Prácticamente cualquier cosa mala
No ver a la gente a la que quiero
Nostalgia, de mi vida antes del confinamiento
No estar con la gente que quiero
Soledad
El miedo a que algún familiar pueda contagiarse, el sentir la soledad que estarán viviendo mis abuelos, el que sea sabado y no poder cenar con mi amigos ....
No poder ver a mis abuelos; nos echan de menos y se me parte el corazón no estar ahí para darles un buen abrazo.
No poder ver a mis familiares

Echar de menos a mis amigos.
No poder estar con mis seres queridos
Los muertos y no poder relacionarme con gente
No saber cuándo voy a poder abrazar a mis seres queridos y no saber cuándo volver al instituto de
Las muertes injustas que está provocando el coronavirus.
No saber mi futuro en los estudios
Que se acerque el verano, el buen tiempo, y no poder salir, que mi abuela también esté triste, pensar en la gente que no tiene suficientes recursos...
No
NO PODER SALIR DE MI CASA Y NO VER A MIS BBs
Cuando salen temas de dinero en mi familia o no hablo con familiares lejanos y amigos
No poder ver a mi familia
No poder estar con mis seres queridos, la cantidad de fallecidos que ha habido y toda la gente que lo esta pasando mal
No poder ver a mis amigos y a mi abuela.
no saber cuando va a acabar el confinamiento, no saber como va a ser después nuestra vida, haber perdido todos los planes de este año
No estar con mis amigos y disfrutar de momentos con ellos
Pensar que hay y va a seguir habiendo gente enfermado y muriendo y esto no tiene cura de momento, y muchas familias se han quedado sin trabajo o sin un dinero indispensable en la marcha de su vida cotidiana.
Las cifras de fallecidos por COVID19
Aburrirme a menudo por el confinamiento
Cuando salen temas de dinero en mi familia o no hablo con familiares lejanos y amigos
Pienso más en como habria sido conocer a cualquiera de mis abuelos
No hay ninguna cosa que me produzca tristeza
No saber cuándo voy a volver a salir con mis amigos.
El no poder salir
Mis propios pensamientos
No poder salir, no poder ver a familiares y amigos, y toda la gente que se está muriendo
La gente que muere y la que no tiene casa ni familiares con los que compartir el tiempo
El estar apartada de la rutina: ver a mis amigas, salir a dar una vuelta...
No poder ver a nadie solo a mi madre
Las muerte de personas mayores
No poder estar con mis amigos y que haya gente que este perdiendo a sus familiares.
Todo lo que no vamos a poder hacer y lo que no estamos pudiendo hacer además de no poder abrazar a las personas que quiero
Que mi abuela pase esto sola
Muchas cosas

La falta de contacto con personas que no estanba mi alrededor(amigos, familia...)
No acabar bachillerato con mis amigos y desaprovechar el tiempo
La incapacidad de poder estar en libertad, poder salir a la naturaleza y sociablizar como antes.
No ver a las personas con las que me gustaría pasar el tiempo
Pensar que la cuarentena va a seguir alargandose, me da pereza
La ausencia de contacto
No poder salir por culpa de dos gilipollas los cuales no han sido elegidos por mi o mi nacion y encima me niegan MI libertad de salir o que si salgo los cantamañas insulten por la ventana si salgo justificadamente.
Mi padre a perdido el trabajo
Yo
no poder ver a mis abuelos, a mi familia o a mis amigos. no ir a clase o abrazar a la gente que quiero
Pensar que todo lo que me he esforzado durante el curso se esfume, que nada vuelva a la normalidad, la economía de la casa, chafar mis proyectos...
Nostalgia
Fallecidos por el COVID-19; Personas solas en sus casas; Estar encerrados sin poder salir.
Sentir que no puedo salir y compartir comentarios con personas que quiero
No recibir abrazos ni ver a mis amigos.
No poder estar cerca de mis abuelos, de mi padre y de mis amigas. Sobre todo de mis abuelos. Ellos son los mas vulnerables y me preocupa mucho que estén pasando esta situación solos y no poder ayudarles. Al principio de la cuarentena lo pasé muy mal y lloré mucho.
Todo
echar de menos a las personas de mi alrededor, no poder vivir muchos momentos en mi instituto ya que lo mas seguro es que sea mi ultimo año ahi
Que algunas personas mueran
Que algunas personas mueran
el no tener contacto fisico con mis amigos
Los planes de verano que se han tenido que cancelar y que se cancele mi graduación
No
Estar en casa encerrados
La situación que estamos viviendo
No poder relacionarme con normalidad y no poder realizar deporte de manera habitual.
No estar con mis abuelos y amigos
La incertidumbre de no saber que va a pasar con los estudios
No poder relacionarme con normalidad y no poder realizar deporte de manera habitual.
No poder relacionarme con normalidad y no poder realizar deporte de manera habitual.
La situación que estamos viviendo
No ver a mis amigos



La situación en general, me parece ridícula y surrealista
El no ver el fin a la situación y la gran cantidad de muertos
Ver que la gente se muere, vivir en un país sin futuro
No salir de casa ni relacionarme con gente externa, el instituto(como se va a evaluar) , y que va a durar mucho en volver a la normalida
No estar con mis novia/amigos

<b>2.MIEDOS-¿Cuál es lo que más te preocupa? ¿Hay algo que te de miedo?</b>
Mis abuelos, que alguien de mi entorno se muera y no poder estar a su lado
Estoy engordando y triste todo el día
Que el confinamiento se alargue mucho mas tiempo y perjudique sobre mi vida laboral
Que le pase algo a alguien cercano.
Que algún familiar padezca la enfermedad
Que mi padre pierda dinero
Que mis padres enfermen por salir a trabajar
Soledad
El gobierno que tenemos. Que dejen de tratar a los ancianos
La Universidad
No conseguir el nivel de concentración que conseguía en las bibliotecas y que perjudique mis notas
la muerte de seres queridos
No
Que algún ser querido se contagie o algo peor
Cuando termine el confinamiento que se contagien mis abuelos
No poder tener un buen verano libre de virus y cosas raras
Que no haya discotecas
Coger el coronavirus
El perder el verano
Mi abuelo, miedo a mi curso académico y como va a afectar a todo
como se va a desarrollar la sociedad después del estado de alarma
La EBAU
La muerte de seres queridos
Que se muera alguien de mi familia
Que pille el coronavirus gente cercana
Ninguno

No saber que va a pasar con el curso
Que se contagien mis abuelos
Que puede ocurrir por los estudios
Que no acabe esto
Que enfermen mis abuelos
que mis abuelos estén infectados
que mis abuelos estén infectados
Que le oasa algo a alguno de mis familiares, que esta situación se alargue demasiado por falta de colaboración ciudadana
Me preocupa no pasar el verano con total libertad
Que yo o la gente de mi alrededor se contagie
Que alguien de mi familia se contagie
Hacia donde esta llendo el gobierno obligando a la fuerza a la población por errores cometidos por su afán de agenda politica y su todopoderoso 8m, en vez de pensar en las personas y las muertes que se podrian haber evitado. Luego de esto echaran las culpas fuera.
La salud
Padecer el virus
Perder a mi abuela y ni poder despedirme
No ir a salou
Contagios, que va a pasar con el curso( 2°Bachillerato)
Universidad
Me preocupa no poder disfrutar del verano
Perder de cualquier forma a la gente que me importa
No.
No
Que muera algun cercano y que estoy no vuelva a la normalidad
Que mis padres se queden sin trabajo o que mis abuelos enfermen
Que mi gente enferme
Como avanza la pandemia, poder contagiarme, y el autoritarismo a nivel mundial para mantenernos seguros
No
Que mis padre spierdan el trabajo
Que alguien muy cercano muera por el virus
que mi abuela esté sola y el curso académico
Que las personas con peores condiciones económicas y los jóvenes tengan una vida más precarias cuando acabe todo esto
La crisis económica
Perdida de familiares y que esto dure mucho más tiempo

Que le pase algo a algun familiar
Que todo esto se alargue de forma exagerada
Que este gobierno siga en pie despues de esto
No llegar a todo y que todo te llegue de golpe al salir
Mi abuela
Muerte
Que mis pdres puedan llegar a perder sus empleos por una criáis económica
Que la economía del país se resienta y esto derive en una nueva crisis económica.
Estar solo
La soledad de mis abuelos, que suceda algo a alguien cercano y no pueda ir a verlo.
Q mi familia no pueda llegar a fin de mes
Soledad
Que no se acabe esto nunca
La propagación y la poca actuación por parte del gobierno.
No saber mi futuro con los estudios
Que la situación vaya a peor y se alargue por mucho mucho tiempo
Que haya una tercera guerra mundial
Que nos perdamos el verano por culpa del virus
Que no nos podamos recuperar de las perdidas que hay y de que empeore esta situacion y no vuelva a haber suministros suficientes
Que mis abuelos enfermen
Que alguien de mi familia muera, ya sea por el coronavirus o cualquier otro motivo y no poder pasar estos ultimos dias juntos, que nada vuelva a ser como antes cuando esto acabe y que vuelva a haber otro brote.
El curso escolar y que esta pandemia no pare.
que mi familia tenga que pasar por una situación muy complicada económicamente al año que viene
El miedo a no saber hasta cuando durará esto
Si el número de contagiados aumenta demasiado rápido puede que los hospitales se colapsen y no haya material suficiente, que España va a sufrir grandes pérdidas económicas y no está en las capacidades como para poder salir de este bache sin problemas. También me estresa bastante el pensar que va a pasar con el curso y las notas.
El posible contagio del virus.
Ser una victima del COVID19
Que no nos podamos recuperar de las perdidas que hay y de que empeore esta situacion y no vuelva a haber suministros suficientes
Que dadas las condiciones y el poco jornal que tienen mis padres lo pierdan por completo
No
No saber si voy a poder volver al insti para prepararme la EBAU.
La muerte de seres queridos

Que mi madre pillé el virus
La crisis que va a producir todo esto y que le pase algo a algún ser querido
La crisis posterior al confinamiento.
Que yo o alguien de mi círculo se infecte. También me preocupa el futuro, no sabemos el alcance de la crisis que sigue al coronavirus. Esto nos está marcando, el orden económico está cambiando.
La Crisis que se viene
Que un familiar se infecte y no se recupere
Que algun familiar importante para mi pueda infectarse
Me preocupa el no poder hacer todo después de el confinamiento
Me preocupa el curso
La salud de mi familia
Mi curso y lo poco preparada que me siento para presentarme a ls EBAU
La carrera que voy a hacer, quedarme sola
La inseguridad, que no sabes q va a pasar y como vamos a salir de esta.
No
Nada relacionado con la cuarentena
Enfermar
EBAU.
Que no se acabe esta pandemia
Vivir mucho
que le pase algo a mi familia
La economía de mi casa y mis proyectos
Que no vuelva a ser como antes
El no saber que pueda pasar con nosotros; Que dura la pandemia más de la cuenta; Me preocupa las consecuencias que tendrá todo esto despues
Que les agarra el virus a mis papas
Que esto se prolongue más.
No es miedo en sí, sino incertidumbre. Me inquieta que va a pasar con el final del curso, y sobre todo selectividad. Y lo que sí me da miedo, es que mis abuelitos contraigan el virus y los pierda, y encima, no poder despedirme de ellos :(
Tengo muchos miedos
perder a gente importante en mi vida o que se olviden de mi
Que alguien lo tenga
Que alguien lo tenga
el futuro
Que le pase algo a mis abuelos
Me preocupan la cifras económicas postvirus

Si
Que enferme o perder a algún familiar o amigo
Que por esta situación no llegue a obtener la nota que preciso.
El tiempo perdido con la edad que tengo
Que se enfermen mis familiares
Que por esta situación no llegue a obtener la nota que preciso.
Que por esta situación no llegue a obtener la nota que preciso.
Que enferme o perder a algún familiar o amigo
Que mis familiares cojan el virus. El virus
Me preocupa que no creo que pueda ir a estudiar lo que quiero por muchos factores
Poder infectarme yo o cualquiera de mi familia, que mis padres pierdan el trabajo
Enfermedad y muerte
No
Enfermar

<b>3.ALEGRÍAS-¿cuáles son las cosas que te dan más alegrías o te hacen reír?</b>
Mi familia y amigos
Los videos de Instagram
Estar con mi familia
Videollamadas
Jugar en familia
Mi familia de casa
Estar con mi madre mas tiempo y hablar con mis amigos
Cuando veo que hay menos enfermos, muertes e infectados
La gente positiva
La familia
los challenges de instagram, la imaginación de la gente encerrada en casa, la unión y solidaridad de todo el mundo frente a la adversidad, y ver que en mi familia algunos se curan
mis amigos y familia
Ver cómo un selecto grupo de personas ayudan y apoyan a la gente por puro altruismo.
Hacer Skype, Discord o videollamadas
Jugar a juegos de mesa con mi familia
Hablar con mis amigos y entretenerme en mi casa haciendo cosas divertidas
Estar con mis amigos y familia
Hablar con mis amigos

Risas con mis padres
Las videollamadas con amigos
hablar con amigos/familia
Jugar y hablar con mis amigos online
La gente que me rodea
Los porros
Mis amigos
Poder jugar a la play con mis amigos
Mi familia
Conversaciones con mis abuelos y amigos
Compartir tiempo con mi madre, bailar, hablar con familiares....
Películas o series
Momentos con mi familia
pensar en cómo va a ser el reencuentro con mis amigas y familiares
pensar en cómo va a ser el reencuentro con mis amigas y familiares
hablar con mis amigas, y con abuelo
Mis amigos
Amigos
Ver qué poco a poco vamos saliendo de esta pandemia
El perro y saber que no estoy en mala situación durante esta pandemia.
Hablar con amigos y familiares
Pasar tiempo con mis amigos
Pasar tiempo con mis padres y mi hermana
Amigos, familia, etc
Hacer deporte me anima, ver películas/series...
Videollamadas con amigo
Compartir contenido con mis amigos en redes sociales
Estar con gente que quiero o hacer cosas que me gustan
Ganar jugando a la play.
Mis hermanos
Ninguna
Las videollamadas con mis amigos
Hablar por teléfono con mi gente
El contacto con mis amigos y familiares
Amigos

Hacer videollama con mis amigos y pasar tiempo con la familia
Los aplausos y ver que la gente sigue alegre a pesar de la situación
hablar con mis amigas y salir al jardín
Mis aficiones y hablar con mi familia y mis amigos
Hablar
Mi familia, ver series y hablar con amigos
Mi pareja
Hablar con algunas personas de mi entorno
Mis amigos por videollamada y las partidas de juegos de mesa en casa
Hablar con familiares o amigos
Las videollamadas durante el día y hablar con mi familia en casa
Amigos
La tele
Estar con mi hermana y jugar con ella, hablar con mis amigos y jugar a alguno de mis videojuegos favoritos..
Escuchar música
Estar en un ambiente cómodo y vivir con mi novio.
Estar con mis amigos
Cuando veo que hay menos enfermos, muertes e infectados
La gente que hay cercana a mi
Hablar con mis amigos, aunque sea por videollamada.
Hablar con mis amigos
Mi familia, amigos con los que hablo todos los días...
Jugar al parchis, escuchar música
Mis amigas y las series
Cuando hago cosas con mi familia como jugar, ver películas... y cuando hablo con mi amigos y familiares por llamada
Hablar con mis abuelos o amigos y pasar tiempo con la familia
Ver el trabajo que están haciendo los médicos
Hablar con mis amigas por videollamada y las comidas en las que estamos todos juntos.
la música, tomarme las situaciones que vienen con humor
El hablar con mis amigas por teléfono y recordar momentos con ellas
Que puedo pasar más tiempo con mi familia y dedicar más tiempo a hacer lo que me gusta.
Las altas hospitalarias y las videollamadas con mi familia.
Ultimamente, asomarme a la ventana a las 8 de la tarde y aplaudir.
Cuando hago cosas con mi familia como jugar, ver películas... y cuando hablo con mi amigos y familiares por llamada

Poder estar y pasar tiempo con mis padres
Pasar el tiempo con mis padres
Comer patatas con huevo de mi madre y hacer videollamada con mis amigas.
Salir con mi amigos
Ver Jojo's
Mis amigos. Las risas en mi casa
La felicidad en mi entorno.
Mi familia y las series. Además las clases no es que me alegren, pero ayudan a mantener la rutina.
Cuando hace sol y tomo el sol y la música
Mis amigos, mi familia, la esperanza de volver a salir de casa y que todo esto se calme.
Los momentos que hablo con mis amigos
La disminución de la contaminación en el planeta, y pasar el tiempo con mi familia
Chistes, bromas...
Ahora mismo pocas cosas
Programas de la tele, o conversaciones con mi gente
Estar con mis amigos, salir de fiesta
Estar con mi familia, es un gran apoyo, y por otro lado mi capacidad de adaptarme y poder hacer las cosas que no me daban tiempo y poder hacer más cosas.
Pasar el tiempo riendo
Apenas hay cosas, ayer mi novio se sorprendió mucho porque dijo que por fin despues de un mes me había vuelto a oír reír.
Música y saber que mis allegados están bien
Los memes.
Estar con mi familia
Amigos y familia
hacer algo que me guste
Las video llamadas con la familia y amigos
Hacer deporte, cantar, ayudar a los demás
Estar con la familia; Poder dormir todo lo que quiera; Tener tiempo para poder disfrutar de tu propia compañía y conocerte a tí mismo; Hacer videollamadas con tus seres queridos y amigos
Que se pueden ir cumpliendo cosas de la casa
Hablar con mis amigos con más confianza y tener contacto físico.
En estos momentos tan difíciles lo que mas feliz me hace es el momento de las videollamadas con mis amigas, mi padre y mis abuelos. Cuando hablo con mis amigas se me olvida todo y lo unico que hago es reír. También pasar tiempo con mi madre en casa jugando, o viendo pelis y series.
Estar con mi paraja y ir al instituto para ser yo misma



videollamadas con mis amigos o con las personas que son importantes para mi, las videoconferencias de algunos profesores que gracias a ellos pasas bien la cuarentena, los momentos únicos que vivo con mi familia, tengo mas tiempo para mi familia y sobre todo para conocerme a mi misma y cuando acabe esto disfrutar el verano (si tenemos claro jeje)
Todo que tenga humor
Todo que tenga humor
el estar con mis abuelos y pasar tiempo en familia y estar tranquilo
Llamar a mis amigos
La vida en general
ibuprofeno
Parar tiempo con mi familia
Mis amigos.
Jugar con los amigos online
Mi familia
Mis amigos.
Mis amigos.
Parar tiempo con mi familia
Hablar con mis amigos por videollamda y hablar con mi familia
Estar tanto tiempo con mi familia haciendo cosas juntos
Ver la mejora de esta situación, saber que cada día es uno menos
Mi familia y hablar con mi novia
Las llamadas o la consola con amigos
Mi familia

#### **4.SUEÑOS-Si pudieras pedir un sueño o un deseo ahora mismo ¿Cuál sería?**

Que esta situación se acabe cuanto antes
Salir a la puta calle sin miedo a que me pongan una multa
Que se acabe el confinamiento ya
Estar juntos con mis amigos y pareja en el campo
No tener que preocuparme por la uni
Que acabase esto
Que encontrasen una vacuna ya
Que se acabase la cuarentena
Que se acabe todo esto
Aprobar todo

Que desapareciera el coronavirus y aprobar todo
ser feliz
Que se acabe ya joder.
Salir
Que todo el mundo se de cuenta de como esta el mundo y que el coronavirus sirva para salvar a nuestro planeta de la contaminación
Poder avanzar hasta el mes de julio con todo el curso aprobado y preparado pa un verano normal como siempre (divertido)
Ser feliz
Que saquen una vacuna y acabar con esto
Que acabará todo y llegará el verano
Que acabe ya
estar con ciertas personas confinada
Que nos aprueben a todos y no haya EBAU
Poder ver a mi familia y amigas
Que se acabe esto ya
Ser millonario
Poder jugar a la play
Pasarme todo el día leyendo sin tener que hacer nada más
Que todo volviera a ser normal y que la sanidad no estuviera colapsada y hubiera suficiente material para todos los que lo necesitan
Volver a la normalidad
Poder volver a la normalidad
Ver a mis amigas y familiares que no puedo ver
que se acabe esto ya
que se acabe esto ya
Que se termine esto de ls mejor manera posible, y que haya los menos muertos posibles
Aprobar todas
Salir
Poder salir a la calle normal
Que españa se convirtiese en un país liberal
Q se acabará todo esto
Que esto cambie pronto
Que todo esto pase lo antes posible
Que todo vuelva a la normalidad
Que no nos hicieran acudir a la EBAU sin la preparación adecuada
Que todo esto no tenga apenas repercusiones en la economía del país

Que las muertes y daños económicos sean mínimos
Estar con la gente que quiero y tener la relación que me gustaría, además de que mi familia esté sana
Ser multimillonario
Qué esto sea un sueño con final feliz para todos
Volver a la normalidad
Ir a mi pueblo para estar con mi gente
Estar con mis amigas
Que de verdad se despertase la conciencia social
Que se extinga el coronavirus
Salir a la calle a quedar con mis amigxs
Tener muchos deseos mas
que nadie vea afectada su economía tras la pandemia
Que el mundo que salga de esto sea mejor que el anterior
Tener terraza
Que acabase todo
Ver a mi pareja
Que se acabe esto ya y vuelva todo a la normalidad
Que todos los enfermos se recuperen y deje de haber fallecidos
Que todos esten bien y que pronto nos podamos ver
Que no muera más gente en todo el mundo
Ver a mis amigos
Vivir en un atlético con terraza grande mirando al sur
Que, cuando acabe la cuarentena, pudiese viajar a Japón y asistir a un concierto de mis artistas nipones favoritos.
Poder salir a la calle y relacionarme con la gente en persona
Ver a mis amigos y familiares.
Sacar notas decentes a pesar de todo esto
Que se acabase la cuarentena
Seguir estudiando lo que me gusta
Que los profesores dejarasen de pasarse 100 pueblos mandando deberes.
Que se acabara todo, llegara el verano como todos los años.
Desde luego que se ponga fin a esto, pero también me gustaría que se hiciese mucho más por personas con menos comodidades no solo en España si no en otros países subdesarrollados. No sabemos lo mal que lo estarán pasando ahí también.
Que todo vuelva a la normalidad con un gobierno mejor
Que esto no hubiera pasado
Que todos podamos salir juntos de esta situación lo mejor posible

Salir a dar un paseo con la gente a la que quiero
Que se acabe esto y que todo vuelva a ser como antes
Desearía que acabara cuanto antes la cuarentena.
volver a la normalidad ya mismo
Que esto se terminase lo antes posible
Que se encontrase cura ya y no muriese más gente
Que desapareciera el COVID19
Ir a clase y ver a mis compañeros.
Que todos podamos salir juntos de esta situación lo mejor posible
Que todo salga bien para todos y nos ayude a concienciarnos de como estamos destruyendo el mundo tanto a nivel climático como demográfico y social.
Que todo vuelva a la normalidad
Que se acabe esto ya, coño.
Poder salir ya a la calle
Ja ja no a ver nacido
Que no le pase nada a nadie y poder quedar con mis amigos pronto
Tener un futuro digno y cómodo.
Que esto nunca hubiera pasado
Que trajesen a mi novio a mi casa
Que hubiese suficiente material sanitario para todos.
Que esto se acabase y que se encontrase una cura para que esto no vuelva a pasar
Tener una casa mucho más grande con jardín, además de la inmunidad para mis familiares y amigos
Que acabe esto ya
Buena salud y bienestar para mi familia.
Que se pudiera arreglar esta situación y no perjudicara mas
Que no existiera el corona virus
Sentarme en el campo escuchando la naturaleza e irme a nadar.
Acabar el bachillerato y aprobar la ebau
Que mis padres no fuesen unos controladores obsesionados con decirme que no estudio lo suficiente
Encontrar la vacuna
No tener que la EBAU y tener la nota de corte que necesito para estudiar lo que quiero
Que mi padre volviera a tener trabajo
.
ir a casa de mi abuela y dar un abrazo a mis amigos
Que todo fuera como antes, y que todo lo planeado que tenía se cumpliera

Que se recupere un familiar del hospital
Pediría que todos nos ayudásemos entre todos para poder superar esto y que las personas se den cuenta de que esto es un grave problema y que si se puede ayudar en todos los sectores, pues que se haga.
Que todo vuelva a ser lo que era y esto sea una enseñanza
Poder salir aunque sea un rato para hablar con mis amigos.
Lo unico que deseo ahora mismo es que todo esto acabe ya por favor, que volvamos a la vida de antes, y sobre todo, que todos mis seres queridos cuando acabe esto estén sanos.
Acabar el curso
que esto acabase lo antes posible viendo que mi familia este bien y las demás personas y aprobar el bachillerato.
Que no hubiera contaminación
Que no hubiera contaminación
tengo demasiados
Que se acabara ya
Que todo volviera a ser como antes
Volver a mi vida antes del confinamiento
Que se acabara todo esto
Que todo volviera a la normalidad.
Que acabe todo esto ya
Que acabe esto ya
Que todo volviera a la normalidad.
Que todo volviera a la normalidad.
Que se acabara todo esto
Quedar con todos mis amigos en la candamia
Que encuentren rápido una cura
Que esti acabara poder salir y relacionarnos
Estudiar en una uni mejicana y jugar a futbol americano en Méjico.
No se, volver a la normalida rapido
Fin del estado de alarma

**Anexo III. Tabla contenidos bloque 2 y 3**

## Bloque 2 y 3 currículo asignatura

(Elaboración propia). Fuente: Orden EDU/363/2015

Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
<b>Bloque 2. Publicación y difusión de contenidos</b>		
<p>Internet. La World Wide Web. Evolución histórica de la web. La web social: web 2.0. Internet de las cosas. Tendencias de la web.</p> <p><b>Herramientas de creación, publicación y difusión de contenidos propias de la web social. Foros, blogs, wikis, RSS y podcast. Sitios web y redes sociales para difundir y compartir contenidos multimedia. Herramientas de trabajo colaborativo en la nube.</b></p> <p>Aplicaciones ofimáticas Escritorio compartido. <b>Almacenamiento en la nube.</b> Colaboración asíncrona y síncrona. Estructura de una página web. Lenguajes de marcado y hojas de estilo para la elaboración de páginas web (HMTL, XML y CSS). Editores de páginas web. Integración de información multimedia Publicación de páginas web. Servidores web. Características básicas e instalación. Creación y mantenimiento de un sitio web con un gestor de contenidos (CMS).</p>	<p>1. Utilizar y describir las características de las herramientas relacionadas con la web social identificando las funciones y posibilidades que ofrecen las plataformas de trabajo colaborativo.</p> <p><b>2. Elaborar y publicar contenidos en la web integrando información textual, gráfica y multimedia teniendo en cuenta a quién va dirigido y el objetivo que se pretende conseguir.</b></p> <p><b>3. Analizar y utilizar las posibilidades que nos ofrecen las tecnologías basadas en la web 2.0 y sucesivos desarrollos aplicándolas al desarrollo de trabajos colaborativos.</b></p>	<p>1.1. Explica las características relevantes de las web 2.0 y de los principios en los que esta se basa.</p> <p><b>2.1. Diseña páginas web y blogs con herramientas específicas analizando las características fundamentales relacionadas con la accesibilidad y la usabilidad de las mismas y teniendo en cuenta la función a la que está destinada.</b></p> <p><b>3.1. Elabora trabajos utilizando las posibilidades de colaboración que permiten las tecnologías basadas en la web 2.0.</b></p>
<b>Bloque 3. Seguridad</b>		
<p><b>Objetivos de la seguridad informática: integridad, disponibilidad, confidencialidad y autenticidad.</b></p> <p>Seguridad física y lógica. Seguridad activa y pasiva. Ubicación y protección física de los equipos. Protección eléctrica: SAI. Control de acceso en el entorno físico. Seguridad lógica: Almacenamiento de los datos. Cifrado. Copias de seguridad. Seguridad activa. Ataques al sistema. Malware. Herramientas antimalware. Actualización del sistema operativo y de las aplicaciones. Control de acceso. Políticas de contraseña. Certificado digital. Firma digital. Cortafuegos y proxy. Seguridad en redes inalámbricas.</p> <p><b>Los peligros del uso de Internet. Uso seguro de los servicios que permiten la interacción a través de Internet.</b></p> <p><b>Legislación y protección de datos: Ley Orgánica de Protección de Datos de Carácter Personal (LOPD) y Ley de Servicios de la Sociedad de la Información y de Comercio Electrónico (LSSICE).</b></p>	<p><b>1. Analizar la importancia que el aseguramiento de la información posee en la sociedad del conocimiento valorando las repercusiones de tipo económico, social o personal.</b></p> <p><b>2. Adoptar las conductas de seguridad activa y pasiva que posibiliten la protección de los datos y del propio individuo en sus interacciones en internet y en la gestión de recursos y aplicaciones locales</b></p>	<p>1.1. Elabora un esquema de bloques con los elementos de protección física frente a ataques externos para una pequeña red considerando tanto los elementos hardware de protección como las herramientas software que permiten proteger la información.</p> <p><b>1.2. Clasifica el código malicioso por su capacidad de propagación y describe las características de cada uno de ellos indicando sobre qué elementos actúan.</b></p> <p><b>2.1. Selecciona elementos de protección software para internet relacionándolos con los posibles ataques.</b></p>






## **Anexo IV. Cronograma**













		TIC Y EDUCACION EMOCIONAL. PROPUESTA DE APLICACIÓN ONLINE EN EL AULA DE BACHILLERATO																																			
DINÁMICA	INICIO	FINAL	12/03/2020	17/03/2020	17/03/2020	18/03/2020	19/03/2020	24/03/2020	25/03/2020	26/03/2020	31/03/2020	01/04/2020	02/04/2020	07/04/2020	08/04/2020	09/04/2020	14/04/2020	15/04/2020	16/04/2020	21/04/2020	22/04/2020	23/04/2020	28/04/2020	29/04/2020	30/04/2020	05/05/2020	06/05/2020	07/05/2020	12/05/2020	13/05/2020	14/05/2020	19/05/2020	20/05/2020	21/05/2020	26/05/2020	27/05/2020	28/05/2020
1	17/03/2020	17/03/2020	P R I M E R A C L A S E																																		
2	18/03/2020	01/04/2020	S E M A N A																																		
3	02/04/2020	16/04/2020	D I A S																																		
4	16/04/2020	05/05/2020	C A L S E T I N A																																		
5	06/05/2020	26/05/2020	E V A L U A C I O N																																		
			F I N C U R S O																																		

- DINÁMICA 1: PRIMERA CLASE ONLINE
- DINÁMICA 2: PANDEMIAS MUNDIALES ANTERIORES
- DINÁMICA 3: CAZADORAS/ES DE FAKE NEWS
- DINÁMICA 4: CREACIÓN DE UN BLOG
- DINÁMICA 5: UTILIZACIÓN DE RECURSOS YA CREADOS

## **Anexo V. Criterios de evaluación**

COMPETENCIAS TRASVERSALES						45%
						
SEGUIMIENTO PROFESOR						20%
<b>IMPLICACION</b>	Siempre participa activamente y con entusiasmo (6%)	En la mayoría de las ocasiones participa activamente y con ilusión (4%)	Normalmente participa activamente y de manera irregular muestra ilusión (2%)	Rara vez participa activamente y rara vez muestra ilusión (1%)	No participa activamente y no muestra ilusión	0-6%
<b>TRABAJO EN EQUIPO</b>	Siempre colabora con los compañeros y cumple las tareas encomendadas (8%)	En la mayoría de las ocasiones colabora con los compañeros y cumple las tareas encomendadas (6%)	Habitualmente colabora con los compañeros y cumple las tareas encomendadas (3%)	Pocas veces colabora con los compañeros y cumple las tareas encomendadas (1%)	Casi nunca o nunca colabora con los compañeros y cumple las tareas encomendadas	0-8%
<b>APORTACIÓN Y RESPETO</b>	Siempre aporta ideas y/o llega a acuerdos y/o respeta las opiniones del resto de los miembros del equipo (6%)	En la mayoría de las ocasiones aporta ideas y/o llega a acuerdos y/o respeta las opiniones del resto de los miembros del equipo (4%)	Habitualmente aporta ideas y/o llega a acuerdos y/o respeta las opiniones del resto de los miembros del equipo (2%)	Pocas veces aporta ideas y/o llega a acuerdos y/o respeta las opiniones del resto de los miembros del equipo (1%)	Casi nunca aporta ideas, no llega a acuerdos, ni respeta las opiniones del resto de los miembros del equipo.	0-6%
COEVALUACION						10%
LOS ALUMNOS SOBRE EL TRABAJO Y DISPOSICIÓN DE SUS COMPAÑEROS						0-10%
AUTOEVALUACIÓN						10%
LOS ALUMNOS SOBRE EL TRABAJO DE ELLOS MISMOS (Se fomenta que sean críticos, para poder mejorar)						0-5%
FORMATO DINÁMICA 2						5%
PORTADA E INDICE						0-1 %
NUMERACION PAG Y MARGENES						0-1 %
INTERLINEADO Y TITULOS						0-1 %
BIBLIOGRAFÍA						0-1 %
PRESENTACIÓN EN GENERAL						0-1 %
COMPETENCIAS TRASVERSALES						45%

COMPETENCIAS TÉCNICAS						55%
						
<b>DINÁMICA 1</b>						
<b>NO ES EVALUABLE</b>						
<b>DINÁMICA 2</b>						<b>20%</b>
<b>CONOCIMIENTO Y PREPARACION</b>	Sobresaliente conocimiento y preparación (4%)	Notable conocimiento y preparación (3%)	Suficiente conocimiento y preparación (2%)	Flojo conocimiento y preparación (1%)	Muy flojo conocimiento y preparación	0-4%
<b>EXPOSICION TRABAJO</b> Fluidez Tono Ritmo No uso muletillas	Presenta cumpliendo todos los aspectos (4%)	Presenta cumpliendo 3 de los aspectos (3%)	Presenta cumpliendo 2 de los aspectos (2%)	Presenta cumpliendo 1 de los aspectos (1%)	Presenta incumpliendo todos los aspectos	0-4%
<b>ESTRUCTURA</b> Organizada tiempo	Estructura muy bien organizada con tiempo adecuado (4%)	Estructura bastante bien organizada con tiempo adecuado (3%)	Estructura organizada con tiempo corto (2%)	Estructura poco organizada con tiempo justo (1%)	Estructura desorganizada con tiempo corto	0-4%
<b>PRESENTACIÓN</b> Poco texto Fotos Orden Coherente Diseño	Contiene todos los aspectos bien trabajados en el archivo (4%)	Contiene 4 aspectos bien trabajados en el archivo (3%)	Contiene 3 aspectos bien trabajados en el archivo (2%)	Contiene 2 aspectos bien trabajados en el archivo (1%)	Contiene algún aspecto bien trabajado en el archivo	0-4%
<b>TRABAJO EN GENERAL</b>	Excelente casi inmejorable (4%)	Muy bueno, con pocos aspectos a mejorar (3%)	Bueno, con algunos aspectos a mejorar (2%)	Flojo con bastantes aspectos a mejorar (1%)	Muy flojo muy mejorable.	0-4%
<b>DINÁMICA 3</b>						<b>5%</b>
<b>SUPERHEROEO</b> Creatividad Simbolismo Imagen libre Ocupe pocos Mb	Contiene todos los aspectos bien trabajados en el superhéroe (4%)	Contiene 3 aspectos bien trabajados en el superhéroe (3%)	Contiene 2 aspectos bien trabajados en el superhéroe (2%)	Contiene 1 aspecto bien trabajados en el superhéroe (1%)	No contiene ningún aspecto en el superhéroe	0-4%
<b>FAKE NEWS</b>	Presenta 4 Fake News (1%)	Presenta 3 Fake News (0,8%)	Presenta 2 Fake News (0,5%)	Presenta 1 Fake News (0,2%)	No presenta ninguna Fake News	0-1%

						
<b>DINÁMICA 4</b>						<b>20%</b>
<b>NOMBRE Y FONDO DEL BLOG</b>	Incluye nombre y fondo muy creativo (2%)	Incluye nombre y fondo medianamente creativo (1,5%)	Incluye nombre y fondo creativo (1%)	Incluye nombre y fondo poco creativo (0,5%)	No Incluye nombre o fondo	0-2%
<b>ENTRADA INICIAL REFERENTE AL OBJETIVO DEL BLOG</b>	Tiene entrada inicial. Su objetivo es el idóneo (2%)	X	Tiene entrada inicial. Su objetivo no es el idóneo (1%)	X	No tiene entrada inicial	0-2%
<b>NUMERO DE PAGINAS</b>	Dispone de 5 páginas (4%)	Dispone de 3 páginas (3%)	Dispone de 2 páginas (2%)	Dispone de 1 página (1%)	No hay páginas	0-4%
<b>PERFIL</b>	Incluye perfil muy detallado con foto (2%)	Incluye perfil detallado con foto (1,5%)	Incluye perfil con foto (1%)	Incluye perfil sin foto (0,5%)	No incluye perfil	0-2%
<b>LICENCIA CREATIVE COMMONS</b>	Contiene licencia. Coincide con la pedida en clase(2%)	X	Contiene licencia. No coincide con la pedida en clase (1%)	X	No contiene licencia	0-2%
<b>BLOG EN GENERAL</b>	Excelente casi inmejorable (8%)	Muy buena, con pocos aspectos a mejorar (6%)	Buena, con algunos aspectos a mejorar (4%)	Floja con bastantes aspectos a mejorar (2%)	Muy floja muy mejorable.	0-8%
<b>DINÁMICA 5</b>						<b>10%</b>
<b>PUBLICACION EN EL BLOG PERSONAL</b>	Publica Fake News o buenas noticias todos los días (5%)	Publica Fake News o buenas noticias varios días a la semana (4%)	Publica Fake News o buenas noticias un día a la semana (2,5%)	Publica Fake News o buenas noticias un día en todo la dinámica (1%)	No publica nunca	0-5%
<b>PUBLICACIÓN EN LOS BLOG DE LOS COMPAÑEROS</b>	Publica Fake News o buenas noticias todos los días (5%)	Publica Fake News o buenas noticias varios días a la semana (4%)	Publica Fake News o buenas noticias un día a la semana (2,5%)	Publica Fake News o buenas noticias un día en todo la dinámica (1%)	No publica nunca	0-5%
<b>COMPETENCIAS TECNICAS</b>						<b>55%</b>