

7. Utilización de herramientas digitales de grabación, edición de audio y edición de partituras en la audición, el conocimiento, la interpretación, la grabación, la reproducción, la improvisación y la creación de obras diversas.

8. Experimentación y exploración del cuerpo y sus posibilidades motrices, dramáticas y creativas en ejecuciones individuales y grupales vinculadas con el movimiento, la danza, la dramatización y la representación teatral como medios de expresión, diversión e interacción social. Fomento de la autoestima y la conciencia corporal positiva.

9. Aplicación de técnicas dramáticas y dancísticas, de elementos básicos de lenguajes expresivos y de nociones elementales de biomecánica. Introducción a los métodos interpretativos. Experimentación con actos performativos elementales e improvisación guiada y creativa.

10. Experimentación, exploración e interpretación de danzas tradicionales y populares de Canarias.

11. Aplicación de las posibilidades expresivas y creativas de la expresión corporal y dramática.

12. Empleo de los elementos de la representación escénica, la teatralidad y la estructura dramática básica.

13. Aproximación a los géneros escénicos. Valoración de la importancia de la interpretación dramática en el proceso artístico y del patrimonio vinculado a las artes escénicas.

## **EDUCACIÓN EMOCIONAL Y PARA LA CREATIVIDAD**

### **Introducción.**

Las emociones y la creatividad están presentes en cualquier situación de la vida. No se entiende un aprendizaje donde el alumnado no movilice sus propias emociones y desarrolle todo su potencial creativo, pues estamos formados de emociones sentidas y vinculadas. El área de Educación Emocional y para la Creatividad está planificada y diseñada con el objetivo de “ahondar en el corazón del alumnado”, otorgándoles herramientas y estrategias útiles para que sean capaces de descubrir sus potencialidades y posibilidades, mirando su interior y exterior, compartiendo y enriqueciéndose con el entorno y quienes lo componen para aprender, emocionándose. Se pretende validar el papel que desempeñan los aspectos del mundo emocional y creativo en relación con el marco curricular como proceso y parte que garantiza la educación integral de la persona. Por esta razón, dicha área tiene que ser vista, no solo como un espacio y un tiempo específico en el horario escolar para tratar estos aspectos, sino sobre todo, como una oportunidad para que las emociones y la creatividad impregnen todas y cada una del resto de áreas de la etapa.

Un currículo integrado supone una posibilidad para que las situaciones de aprendizaje se diseñen desde un punto de vista transversal, interdisciplinar, global y holístico, que desarrolle una educación inclusiva que valore y respete las diferencias (propias de la diversidad humana) y fomente la creatividad, desglosando la palabra y observándola desde el punto de vista de crea-tu-vida para ayudar a formar personas más competentes, autónomas, libres, confiadas, asertivas, originales, innovadoras, audaces, equilibradas...: en definitiva, un alumnado que aprenda a ser más resiliente y por ende, más feliz.

Desde esta área, los niños y las niñas aprenden a percibir, reconocer y comprender sus emociones, desarrollando la conciencia emocional que permita responsabilizarse, regular y compensar las mismas de forma adaptativa, generando vínculos afectivos que, desde una perspectiva empática, les permita la creación conjunta e innovadora de proyectos que favorezcan el compromiso tanto individual como social.

Los saberes propios de Canarias se han incluido en el currículo del área desde un enfoque centrado en la educación patrimonial. Este enfoque presenta un carácter globalizador y transversal, y nace con la premisa de concienciar y sensibilizar al alumnado canario de la importancia del cuidado, disfrute y transmisión del patrimonio, pone el acento en la identificación y puesta en valor del mismo como parte inseparable de la sociedad, y apuesta por la implicación de la ciudadanía para lograr su sostenibilidad y la de los valores que en él perduran.

De esta manera, a lo largo de la Educación Primaria, el alumnado se acerca de manera gradual a estos aprendizajes, propiciándose la inserción, en los currículos de las diferentes áreas de la etapa, de contextos de aprendizaje en torno al patrimonio cultural canario, que promuevan la participación de los niños y las niñas, para que lo conozcan, disfruten y valoren, contribuyendo así a su sensibilización, respeto y conservación.

### **Contribución a los objetivos de etapa.**

El área de Educación Emocional y para la Creatividad ofrece aportaciones relevantes para el desarrollo personal del alumnado, por lo que contribuirá significativamente a la consecución de los objetivos de la etapa de la Educación Primaria. El área de Educación Emocional y para la Creatividad tiene un carácter medular por lo que, a partir de ella y a través de ella, se envuelve e interconecta el resto de enseñanzas curriculares para provocar un verdadero aprendizaje significativo.

Además, fomentará la vivencia de experiencias que permitirá al alumnado reconocer las emociones, manejar adecuadamente las relaciones, saber comprender a las demás personas, descubrir y ejecutar procesos creativos, aspectos esenciales para un crecimiento personal.

A través de la conciencia emocional se favorece que el alumnado pueda desarrollar valores y normas de convivencia, aprendiendo a obrar de forma empática y respetando el pluralismo propio de una sociedad democrática.

El desarrollo del potencial creativo contribuye a la adquisición de hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio y en la creación de proyectos innovadores, así como actitudes de confianza, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y espíritu emprendedor, experimentando y vivenciando para adquirir un verdadero compromiso emocional y creativo.

El fomento del clima de convivencia positiva como fuente enriquecedora de aprendizaje y como oportunidad para crear vínculos afectivos con las demás personas, favorece en el alumnado una visión multidimensional que contempla la igualdad como un valor de primer orden y de enriquecimiento, para conocer, comprender y respetar la diversidad, viéndola como una característica intrínseca del ser humano, con la que se favorece la solidaridad y el altruismo.

A través de la adquisición de habilidades para la resolución pacífica de conflictos y la gestión adaptativa de las emociones, se facilita al alumnado que pueda desenvolverse con

autonomía y confianza, asumiendo la responsabilidad emocional con un ajuste afectivo satisfactorio, reciclando las emociones cuando sean necesarias y logrando unas relaciones interpersonales más satisfactorias.

### **Contribución a las competencias clave.**

La propuesta curricular del área tiene un marcado carácter competencial y se ha desarrollado conforme a los descriptores operativos establecidos en el Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica, concretado para la Educación Primaria, que identifica el grado de desarrollo y adquisición de las competencias clave para todo el alumnado que finaliza esta etapa.

La emoción y la creatividad son aspectos básicos de los que el ser humano ha de tener conciencia para poder ser feliz y proponerse un mundo que se lo permita. El área de Educación Emocional y para la Creatividad contribuye, pues, al desarrollo integral de la persona y a la adquisición de las competencias.

La comunicación emocional y creativa favorece la Competencia en comunicación lingüística (CCL), dado que supone una bisagra entre el mundo interno y externo del niño y de la niña. La expresión, para la comprensión de las emociones y la creatividad, conlleva movilizar, de manera consciente, el conjunto de saberes, destrezas y actitudes que permiten identificar, expresar, crear, comprender e interpretar sentimientos, hechos, opiniones, pensamientos y conceptos de forma oral y escrita en soportes visuales, sonoros y multimodales en contextos diversos y con finalidades distintas. Esto implica la habilidad de comunicarse eficazmente de manera respetuosa, ética y creativa con actitud cooperativa para intercambiar información y construir vínculos afectivos positivos, lo que requerirá del alumnado el uso de un vocabulario emocional y creativo específico, que favorezca la comunicación y la toma de conciencia de su ser interno y del mundo que lo rodea.

La contribución del área a la Competencia plurilingüe (CP) integra dimensiones orientadas a conocer, valorar y respetar la diversidad cultural de la sociedad presente en su entorno, especialmente en Canarias, reconociendo y comprendiendo su valor como factor de diálogo, con el objetivo de fomentar la convivencia democrática. Desde el área se reconoce y valora la diversidad, a través del desarrollo del pensamiento divergente, crítico y creativo.

El área proporciona claves que fortalecen los procesos cognitivos relacionados con la Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM). Planificar procesos de resolución de problemas; establecer estrategias y procedimientos, y revisarlos; adecuar el nivel de frustración ante los errores; comprobar y comunicar una posible solución; sopesar valoraciones personales y de interacción mutua..., son algunos de los modelos que se dan tanto en situaciones de conciencia, de regulación o reciclaje emocional, como de creatividad. Todo ello se relaciona con procesos matemáticos, científicos y tecnológicos, aportando soluciones diversas y abiertas. Asimismo, la obtención de información y el establecimiento de conclusiones entraña la comprensión del mundo utilizando el método científico.

Se concurre desde esta área a la Competencia digital (CD), mediante el ejercicio libre y crítico en función de las habilidades cognitivas y del nivel de desarrollo del pensamiento. Desde la práctica de un modelo creativo y de autorregulación del proceso, se propone el uso responsable, saludable, sostenible y crítico de los recursos ofrecidos por los medios digitales para el desarrollo de la inventiva, la armonización de los diversos modos de comunicación y el

sinfin de recursos expresivos y técnicos al servicio de la mejora de la calidad de vida personal y social del alumnado. La creatividad, en toda su expresión, impulsa esta competencia y fomenta su uso artístico y comunicativo, conciliando el mundo emocional y el digital.

La contribución del área a la Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA) está implícita al perseguir la conciencia de los procesos internos y externos: aprendiendo de la acción, desde el aprender haciendo, la escucha activa, el auto conocimiento de la valía personal; el saber conocer, saber hacer, el saber ser o estar y el saber convivir. El área permite la puesta en marcha de múltiples factores de desarrollo personal y de interacción entre iguales con las personas adultas y el medio: la autoestima, el pensamiento crítico, la creatividad, la motivación, la confianza, la flexibilidad, la responsabilidad y el reconocimiento mutuo colaborando con otras personas de forma constructiva, manteniendo la resiliencia y gestionando este aprendizaje a lo largo de la vida.

Desde el área se coadyuva de manera notable a la Competencia ciudadana (CC), puesto que propicia el propio reconocimiento como persona con valores y dones singulares, que le es posible descubrir y fortalecer en compañía de sus iguales y de las personas adultas en la familia, en la escuela, en el barrio y en la sociedad en general. Para ello, tendrá que forjar vínculos y determinar su nivel de compromiso con el bienestar personal y social, mediante la interpretación y la elaboración de soluciones justas, eficaces, seguras y agradables a conflictos personales y colectivos en diversos contextos y niveles sociales. La participación, el compromiso y la toma de decisiones desde la conciencia, la creatividad y la regulación emocional sentarán las bases para alcanzar la meta educativa del conocimiento de valores democráticos, solidarios, sostenibles, inclusivos e igualitarios.

Se propicia la Competencia emprendedora (CE), desde la planificación y concepción de la vida personal y social como proceso de cambio permanente, porque en el área se ayuda a detectar necesidades y oportunidades; a entrenar el pensamiento para analizar y evaluar el entorno, crear y replantear ideas utilizando la imaginación, la creatividad, el pensamiento estratégico y la reflexión ética, crítica y constructiva dentro de los procesos creativos y de innovación; y, a través de la autoconfianza, a despertar la disposición a aprender, a arriesgar, a afrontar la incertidumbre, a tomar decisiones basadas en la información y el conocimiento, y a colaborar con otras personas, comprometiéndose emocionalmente y responsabilizándose con motivación, empatía, habilidades de comunicación y de negociación, para llevar las ideas planteadas a la acción mediante la planificación y gestión de proyectos creativos Y sostenibles de valor social y cultural.

Por último, el área posee una vinculación importante con la Competencia en conciencia y expresiones culturales (CCEC), puesto que tiene que ver con el reconocimiento de los alumnos y las alumnas como personas únicas y singulares. La Educación Emocional y para la Creatividad nos permite comprender y respetar la forma en que las ideas y el significado se expresan de forma creativa y se comunican en las distintas culturas, a través de una serie de artes y otras manifestaciones culturales. Desde el área se propone invitar a la comprensión de las propias creencias y costumbres, así como a la posible reformulación de estas, valorando positivamente aquellos aspectos que comportan ideas novedosas; se invita a estimular, a acompañar y a asumir riesgos; a favorecer intercambios personales y sociales; a persistir y respetar la veracidad para aprender a gestionar las emociones y a ser, en definitiva, personas más felices y honestas.

### **Bloques competenciales.**

El bloque competencial es el eje del currículo de cada área: integra la enunciación de las competencias específicas, su vinculación con los descriptores operativos del Perfil de salida, los criterios de evaluación y la explicación del bloque competencial.

Las competencias específicas, que tienen carácter finalista, constituyen un elemento de conexión entre las competencias clave y los saberes propios del área. En cuanto a los criterios de evaluación, estos constituyen los referentes que indican el nivel de desempeño a alcanzar por el alumnado. Se establece, además, la contribución de cada criterio a los descriptores del Perfil de salida, de manera que se facilita la evaluación conjunta de los aprendizajes propios del área y del grado de desarrollo y adquisición de las competencias en el alumnado. En lo relativo a las explicaciones de los bloques competenciales, estas integran los aprendizajes recogidos en la totalidad del bloque, orientan sobre el proceso de desarrollo y adquisición tanto de las competencias específicas como de las competencias clave; y ofrecen, además, indicaciones metodológicas -siempre con una perspectiva abierta, flexible e inclusiva- para el diseño y la implementación de situaciones de aprendizaje competenciales. Es por ello que las explicaciones de los bloques competenciales se constituyen como los referentes más adecuados para la concreción curricular y la elaboración de la programación didáctica.

### **Competencias específicas y criterios de evaluación.**

En el currículo de Educación Emocional y para la Creatividad se han establecido cuatro competencias específicas que se concretan en dos criterios de evaluación para cada una de ellas, con un total de ocho criterios en primer y segundo ciclo, mientras que en tercer ciclo, se han establecido un total de siete criterios de evaluación. A todos ellos se les ha dado un carácter longitudinal de modo que aumenta de manera progresiva la complejidad de los aprendizajes contemplados en los mismos y se incorporan nuevas dimensiones de las competencias emocionales y creativas en el tercer ciclo.

La enunciación de la competencia específica se recoge en el bloque competencial correspondiente. A continuación se ofrece una explicación de cada una de ellas.

#### **Competencia específica 1 (C1).**

El desarrollo de esta competencia resulta de vital relevancia en cuanto que percibir, reconocer y comprender nuestras emociones permiten conseguir un bienestar personal. El modo en que manifestamos y procesamos nuestro ser emocional es un primer proceso que influirá en el buen desarrollo del autoconcepto, la autoestima y la autoconciencia emocional que nos permitirá vehicular nuestras manifestaciones emocionales para sentirnos mejor, ser capaces de regularlas y poder vincularnos posteriormente de manera constructiva con las demás personas y el entorno, de forma consciente, sostenible y respetuosa.

#### **Competencia específica 2 (C2).**

Con el desarrollo de esta competencia, se parte de la conciencia emocional para aprender a regular las emociones, ajustándolas, aceptándolas y responsabilizándose de ellas. La regulación emocional nos permite tomar conciencia de la relación que existe entre la emoción, las sensaciones físicas, el pensamiento y el comportamiento, haciendo frente a situaciones divergentes con eficiencia, para luego, dentro del proceso de reciclaje emocional, poder sustituirlas o transformarlas, de manera autónoma y consciente, por otras que generen un cambio emocional positivo y adaptativo.

### **Competencia específica 3 (C3).**

Con el desarrollo de esta competencia, se aborda la empatía como capacidad que cumple una función de adaptación a nivel social, permitiendo conectar con los demás y comprendiendo el mundo interno de otras personas. Al compartir y experimentar las emociones nos convertimos en personas más asertivas y comprensivas, ya que aprender a escuchar activamente es una de las tareas más importantes que pueden transformar relaciones y mejorar nuestra perspectiva. Comprender y ponerse en el lugar de las demás personas, y mantener una comunicación emocionalmente sana fomentan la creación de vínculos afectivos que nos permitan diseñar, ejecutar y evaluar proyectos comunes a favor de personas, instituciones, problemáticas sociales y del medioambiente que tengan un carácter ético y que se orienten desde valores relacionados con el bienestar personal, social y el desarrollo humano.

### **Competencia específica 4 (C4).**

Los puntos claves a tratar en la competencia específica son el fomento de la autoconfianza creativa y la promoción del compromiso social de carácter emprendedor, con la finalidad de crear sujetos críticos, activos, participativos e innovadores. La creatividad es importante para que el alumnado amplíe su conciencia y percepción del mundo que lo rodea, ayudándolo a crear ideas nuevas y útiles para desenvolverse en su día a día, y promoviendo un ambiente rico y estimulante donde se desarrolle la motivación, la capacidad crítica y la curiosidad. Además, contribuye en el desarrollo de la expresión de su creatividad a través del compromiso afectivo con las demás personas, generando comportamientos de ayuda, colaboración y altruismo.

### **Saberes básicos.**

Los saberes básicos del área aparecen integrados tanto en los criterios de evaluación como en las explicaciones de los bloques competenciales. No obstante, quedan establecidos, organizados y secuenciados, a continuación de los mismos.

Se han establecido cinco bloques de saberes básicos. Los tres primeros corresponden a las competencias específicas C1 C2 y C3 respectivamente, mientras que los bloques IV y V se relacionan directamente con la competencia específica C4. Los saberes básicos del área de Educación Emocional y para la Creatividad no constituyen bloques independientes, sino que están interrelacionados, tienen como base nuclear los recogidos en el Bloque I y, sobre estos, se construyen los demás.

La conciencia emocional conforma uno de los pilares fundamentales del área de Educación Emocional y para la creatividad. En el Bloque I, “Conciencia emocional: percepción, identificación, comprensión y aceptación responsable de las propias emociones”, se recoge el conjunto de saberes vinculados con la aplicación multimodal y el uso de estrategias inclusivas con el fin de contribuir a la integración de vocabulario emocional, identificación, categorización, percepción, reconocimiento, comprensión y expresión de las emociones; que puedan ser utilizadas en los diferentes contextos para tomar conciencia de las propias emociones y contribuir al autodescubrimiento.

En el Bloque II, “Autorregulación emocional responsable y resiliencia educativa”, se orienta a la importancia de gestionar y regular las experiencias emocionales propias de manera adecuada, utilizando mecanismos y procesos ante la aparición de una emoción desajustada tanto adaptativa como desadaptativa, responsabilizándose, así como asumiendo nuestras acciones y adquiriendo un compromiso personal para el cambio. Todo ello supone implementar estrategias emocionales, controlando las propias emociones o reciclándolas

(sustituyéndolas o transformándolas), para la resiliencia emocional y la automotivación; y cultivar la tolerancia a la frustración y la espera de las gratificaciones, el desarrollo de la autoestima, la práctica de habilidades socioemocionales y para la vida, permitiendo la adaptación a los entornos y contextos interpersonales e intrapersonales.

El Bloque III, “Empatía, comunicación e interacción socioemocional”, presta atención a la vinculación emocional para que las relaciones alcancen el impacto deseado en la propia persona y en las demás, desarrollando estrategias que nos permiten comunicarnos con las emociones de una forma adecuada. Para ello, es necesario desarrollar la escucha activa, la empatía, el diálogo reflexivo, la comunicación afectiva, con el fin de integrar y utilizar estrategias personales para crear un clima emocional apropiado que favorezca el vínculo afectivo y efectivo.

El Bloque IV, “Autoconfianza creativa: técnicas creativas aplicadas a múltiples lenguajes expresivos y estimulación multisensorial”, favorece la aplicación de técnicas para que el alumnado incremente su potencial creativo atendiendo a la dimensión holística de la persona (cognitiva, afectiva, social, motriz...). En ese sentido, es primordial trabajar la autoconfianza en las propias capacidades creativas, superando los aspectos sociales y personales que la obstaculizan.

Por último, el Bloque V, “Emprendeduría social: compromiso y vínculo con las personas como recurso de la creatividad emocional”, se orienta al desarrollo del espíritu emprendedor desde una vertiente social y de compromiso con las otras personas. Este bloque está profundamente vinculado al anterior, porque los procesos creativos comportan la capacidad de identificar los estados emocionales y gestionarlos adecuadamente para superar las dificultades implícitas en la generación de un proyecto personal, social, medioambiental..., que aporte bienestar a la comunidad. Se pretende formar personas capaces de ser agentes de cambio, que lideren soluciones a grandes desafíos, se comprometan conjuntamente y pongan la innovación al servicio del cambio social, generando proyectos creativos, sostenibles y viables en el entorno que les rodea.

### **Situaciones de aprendizaje, orientaciones metodológicas, estrategias y recursos didácticos.**

Las competencias específicas explicitan desempeños que el alumnado debe poder llevar a cabo en situaciones de aprendizaje para cuyo abordaje se requieren los saberes básicos de cada área, dentro de un marco de atención inclusiva a las diferencias individuales, y a las singularidades y necesidades de cada alumno o alumna. La implementación del currículo del área implica, por tanto, la definición, por parte del profesorado, de estas situaciones de aprendizaje contextualizadas.

El modelo pedagógico canario se nutre de una premisa crucial: la necesaria integración de la evaluación en el proceso de planificación y diseño de estas situaciones de aprendizaje, para asegurar una evaluación competencial del alumnado. Es necesario, por tanto, que el profesorado utilice variedad de instrumentos, técnicas y herramientas de evaluación, en diferentes contextos, con soportes y formatos diversos, que permitan que el alumnado pueda demostrar lo que sabe, lo que siente y piensa, lo que puede hacer..., atendándose así, de manera inclusiva, a la diversidad del alumnado, a su ritmo de aprendizaje y a su forma de aprender.

Desde el área de Educación Emocional y para la Creatividad, se realiza una propuesta curricular flexible, basada en los principios del DUA (Diseño Universal para el Aprendizaje), que se ajusta a las necesidades y diferentes ritmos de aprendizaje del alumnado. Desde este enfoque, la intervención educativa, bajo el parámetro de la inclusividad, gira en torno al centro y a la comunidad educativa con un currículo común para todo el alumnado.

En una situación de aprendizaje competencial se concretan y evalúan las experiencias de aprendizaje. Para que estas experiencias de aprendizaje sean competenciales el docente o la docente debe diseñar tareas y actividades útiles y funcionales para el alumnado, situadas o simulando contextos cercanos o familiares, significativos, que le supongan retos y desafíos, y que despierten la motivación, el deseo y la curiosidad por seguir aprendiendo. Además, estas experiencias de aprendizaje tienen que implicar el uso de diversos recursos, que potencien el desarrollo de procesos cognitivos, emocionales y psicomotrices en el alumnado; que favorezcan diferentes tipos de agrupamiento; y que proporcionen múltiples formas de implicación, de representación y de expresión, favoreciendo una inclusión educativa real, donde se atienda de manera personalizada e individualmente al discente y donde seamos capaces de prevenir las dificultades, y permitiendo que el alumnado vaya asumiendo responsabilidades personales progresivamente y actúe de forma cooperativa en la resolución creativa de los retos planteados, para generar aprendizajes más transferibles, significativos y duraderos. Así se favorecerá, la progresiva adquisición de la autonomía personal y la seguridad afectiva y emocional, contribuyendo, de esta forma, a una buena gestión del clima del aula.

Los modelos de enseñanza deberán perseguir que el alumnado sea el protagonista principal de la construcción del conocimiento en un entorno colaborativo, dinámico, flexible y seguro, dándole por tanto al profesorado un papel de guía, motivador del proceso de enseñanza-aprendizaje y facilitador de estrategias para desarrollo competencial del alumnado. Además, dichos modelos deben enfocarse en la realización de tareas con un diseño flexible, diversificando recursos que promuevan la curiosidad natural y el uso de distintos tipos de conocimientos, destrezas, actitudes y valores.

La inclusión del alumnado será un aspecto crucial a la hora de diseñar y planificar las diferentes actividades y experiencias, respetando los distintos ritmos y estilos de aprendizaje mediante prácticas de trabajo individual y cooperativo. Además, es necesario secuenciar la enseñanza de tal modo que se parta de aprendizajes más simples para avanzar gradualmente hacia otros más complejos. Para potenciar la motivación por el aprendizaje de competencias se requieren, además, metodologías activas y contextualizadas.

El área de Educación Emocional y para la Creatividad debe actuar como eje vertebrador integrando el resto de aprendizajes y favoreciendo la elaboración de situaciones de aprendizaje que supongan el desarrollo coordinado, conjunto e interdisciplinar de los saberes básicos de las diferentes áreas para dar respuesta a un reto o problema personal, del entorno físico, natural, social, cultural o tecnológico; también contribuirá al desarrollo de aspectos relacionados con el interés común, la sostenibilidad, la igualdad de oportunidades y la convivencia democrática, esenciales para que el alumnado se prepare para responder con eficacia y afectividad a los retos que se plantee en su futuro.

Este tipo de diseños fomentará la creatividad y la innovación, pero, además, la consolidación del autoconocimiento, la capacidad de “reciclaje emocional”, la adquisición de la empatía que nos ayuda a ser conscientes de la necesidad natural de asumir el sentido de compromiso hacia los intereses propios y hacia los demás, generando vínculos emocionales fácilmente exportables a su entorno más cercano.

## Primer ciclo Educación Primaria

### Bloques competenciales

| Competencia específica   | Descriptores operativos de las competencias clave. Perfil de salida |
|--|---|
| <b>1. Analizar y reconocer las emociones como propias, percibiendo las señales corporales y comprendiéndolas, en diferentes situaciones de la vida cotidiana, con la finalidad de desarrollar la conciencia emocional y el autoconocimiento personal.</b>  | CCL2, CCL5, CPSAA1, CPSAA2, CCEC3                                   |
| <b>Criterios de evaluación</b>   |   |
| 1.1. Percibir las sensaciones corporales asociadas a experiencias emocionales básicas, identificando y nombrando dichas emociones, y reconociéndose como propias, para favorecer el desarrollo paulatino de la conciencia emocional.   | CCL5, CCEC3   |
| 1.2. Comprender las emociones que experimenta, estableciendo una relación entre ellas y los sucesos que las originan y las consecuencias que provocan, para desarrollar de forma gradual el autoconocimiento emocional y favorecer la convivencia positiva a través de una comunicación adecuada.  | CCL2, CPSAA1, CPSAA2  |
| <b>Explicación del bloque competencial</b><br>Por medio de este bloque competencial, se comprobará que el alumnado puede percibir y comprender sus propias emociones, para poder ajustarlas a diferentes contextos y situaciones cotidianas. En este sentido, se constatará que el alumnado es capaz de percibir las respuestas corporales a estas emociones y de asociarlas a sus propias experiencias emocionales. Se verificará, asimismo, que es capaz de expresar sensaciones, mediante el uso de lenguajes multimodales, y de adquirir vocabulario emocional, favoreciendo una comunicación al servicio de la convivencia positiva, a través del uso eficaz y ético del lenguaje. Se verificará, además, que se inicia en la utilización de recursos para identificar los desencadenantes de determinadas emociones y anticipar las consecuencias, poniendo en práctica, como hábitos saludables para su bienestar físico y mental, la utilización de estrategias de autoconciencia emocional (respiración, relajación, conexión con el aquí y el ahora...), a través de experiencias vivenciadas en el aula, de actividades guiadas de autodescubrimiento, de la aplicación de herramientas y tecnologías asistenciales, de la práctica de juegos de movimiento y de percepción sensorial, desarrollando así sus capacidades afectivas con actitud abierta e inclusiva, como forma de alcanzar su bienestar emocional y propiciar el autoconocimiento personal. |   |

| Competencia específica<br>2. Asumir la responsabilidad de gestionar las propias experiencias emocionales, regulando y cambiando las emociones, en el caso de que sean desadaptativas, para construir una identidad afectiva satisfactoria y contribuir a la mejora de las relaciones interpersonales.   | Descriptores operativos de las competencias clave. Perfil de salida<br>CCCL5, CPSAA1, CPSAA2, CPSAA5, CCEC3 |
|---|---|
| <b>Criterios de evaluación</b><br>2.1. Actuar con responsabilidad en el contexto escolar, tomando decisiones conscientes a partir de sus emociones y asumiendo las consecuencias de sus actos, para desarrollar un ajuste afectivo satisfactorio y mejorar las relaciones interpersonales.<br>2.2. Regular las experiencias emocionales a través de la reflexividad, la tolerancia a la frustración y la superación de dificultades, para desarrollar la autorregulación de la impulsividad emocional y favorecer el establecimiento de relaciones interpersonales positivas.   | CCCL5, CPSAA1, CPSAA2, CPSAA5, CCEC3<br><br>CPSAA1, CPSAA2  |
| <b>Explicación del bloque competencial</b><br>A través de este bloque competencial, se comprobará que el alumnado es capaz de actuar con responsabilidad e iniciarse en la regulación de las propias emociones, en particular, de aquellas que se manifiesten de forma desajustada y que provoquen malestar, adecuando su intensidad y duración, a través de la puesta en práctica de diferentes recursos tales como técnicas de respiración y relajación, estrategias corporales (movimiento, biodanza...), atención plena, técnicas artístico-expresivas (dramatizaciones, expresión corporal, canto...), en contextos escolares. Además, se constatará si el alumnado actúa con responsabilidad emocional, ofreciendo disculpas y llevando a cabo rectificaciones en beneficio de las personas afectadas. Todo ello con la finalidad de crear una identidad afectiva satisfactoria y contribuir a la mejora de las relaciones interpersonales, asumiendo la responsabilidad en lo que se refiere a la gestión de las propias emociones y favoreciendo una convivencia democrática positiva con el resto de personas de su entorno próximo. |   |

| <b>Competencia específica</b>  |   |
|--|---|
| <b>3. Desarrollar la capacidad empática siendo capaces de comunicar, de manera asertiva, las experiencias emocionales propias a las demás personas, estableciendo vínculos afectivos de manera que se desarrolle una sociabilidad emocional auténtica.</b>   | <b>Descriptores operativos de las competencias clave. Perfil de salida</b><br>CCL1, CCL5, CD3, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CE3 |
| <b>Criterios de evaluación</b>   |   |
| 3.1. Comunicar, de manera sincera, las experiencias emocionales propias a las demás personas, a través del lenguaje verbal y no verbal, escuchándolas y aceptando sus sentimientos, para establecer relaciones positivas con las personas con las que interactúa.  | CCL5, CPSAA3, CC1, CC3  |
| 3.2. Reconocer las emociones en las demás personas expresando sentimientos hacia ellas, observando modelos empáticos y promoviendo la conciencia emocional, como medio para desarrollar la empatía y los vínculos emocionales.   | CCL1, CD3, CC2, CE3   |
| <b>Explicación del bloque competencial</b><br>A través de este bloque competencial, se persigue constatar que el alumnado es capaz de vincularse emocionalmente con las demás personas, expresando lo que siente de manera clara y adecuada. Se comprobará que el alumnado puede identificar y comprender las señales corporales y emocionales en las otras personas, escuchando de manera afectiva (sin interrumpir, mirando a los ojos, utilizando algunas expresiones que ayuden a seguir la conversación...), para desarrollar una relación interpersonal que favorezca el respeto a la convivencia y los comportamientos solidarios. Para ello, se valorará si el alumnado es capaz de identificar y expresar las propias emociones, necesidades y vivencias a las demás personas, tanto de forma verbal como a través de otros lenguajes expresivos (dibujos, gestos, movimientos, música...) y favoreciendo la comunicación digital. Se pretende comprobar que participa en interacciones comunicativas con actitud respetuosa, tanto para intercambiar información como para construir vínculos personales. Para ello, se propiciarán ambientes, actividades, dinámicas... que permitan que el alumnado pueda comunicarse, de manera afectiva, sobre las normas de convivencia, la resolución dialogada y justa de los conflictos...; todo ello de forma consciente, respetuosa, constructiva, dialogante e inclusiva para propiciar el vínculo emocional y el desarrollo de unas relaciones interpersonales auténticas. |   |

| Competencia específica   | Descriptores operativos de las competencias clave. Perfil de salida  |
|--|--|
| <p><b>4. Expresar el compromiso emocional con las personas y la sociedad implementando proyectos colectivos de carácter emprendedor en el ámbito escolar y social, a través del desarrollo de la creatividad y la utilización múltiples lenguajes, con la finalidad de promover la autoconfianza en las propias capacidades creativas y aportar beneficios para toda la comunidad.</b></p> <p><b>Criterios de evaluación</b></p> <p>4.1. Identificar los principios y las estrategias de pensamiento creativo, iniciándose en la utilización de múltiples lenguajes, y percibiendo e interpretando la realidad a través de la estimulación multisensorial; así como los obstáculos sociales y emocionales que bloquean el potencial creativo, con el fin de promover la expresión de la creatividad y la autoconfianza en las propias capacidades creativas.</p> <p>4.2. Favorecer el compromiso emocional con las demás personas, a través de la participación, elaboración e implementación de proyectos colectivos de carácter emprendedor, usando sus capacidades creativas y actitudes innovadoras para proporcionar beneficios a la comunidad.</p>   | <p>CCL3, STEM3, STEM5, CD1, CD2, CD3, CD5, CPSAA3, CPSAA5, CE1, CE2, CE3, CCEC3, CCEC4</p> <p>STEM3, STEM5, CD1, CD2, CD3, CD5, CPSAA3, CPSAA5</p> |
| <p><b>Explicación del bloque competencial</b></p> <p>A través de este bloque competencial, se persigue constatar que el alumnado se inicia en la apertura y sensibilidad al mundo que lo rodea, así como en el compromiso emocional con las personas y la sociedad, aceptando y asumiendo compromisos afectivos con las demás personas y con la sociedad. Para ello, se comprobará que puede identificar y experimentar, de manera guiada, proyectos emprendedores, novedosos, genuinos y éticos, en el centro educativo y en otros contextos; y si participa en iniciativas sociales, altruistas y sostenibles, o en acciones fundamentadas científicamente, que benefician a toda la comunidad o que repercutan positivamente en el bienestar personal y social desde las diferentes vertientes de la emprendeduría (profesional, científica, social, artística, emocional y vital), para preservar la salud, el medio ambiente..., aplicando sostenibilidad. Se verificará que se inicia en el conocimiento de procesos de pensamiento generadores de propuestas originales y alternativas, así como de técnicas y destrezas creativas (lluvia de ideas, analogías, idear, rutinas y destrezas de pensamientos...) y recursos de múltiples lenguajes (audio, vídeo, impresión, digital, tecnología, o herramientas asistenciales...) para trazar y llevar a término dichos proyectos e iniciativas, de manera que exprese su creatividad en todas sus dimensiones y actitudes innovadoras, iniciándose con ello en la autoconfianza en las propias capacidades creativas. Se valorará que muestran interés por las experiencias e ideas comunes y receptividad frente a lo diferente, lo nuevo o lo alternativo, para generar y comunicar historias, darle nuevo uso a objetos, realizar composiciones plásticas, danzas, proyectos innovadores u otras formas de representación y expresión... que sirvan para romper estereotipos. También se comprobará si el alumnado es capaz de colaborar en favor de otras personas para alcanzar un objetivo común; o de vincularse emocionalmente manifestando actitudes abiertas e innovadoras. Todo ello con la finalidad de promover la autoafirmación y autoconfianza creativa en las propias capacidades, comprometiéndose emocionalmente con otras personas y la sociedad a través de la puesta en marcha de proyectos emprendedores e innovadores que aporten beneficios para la comunidad.</p> |  |

## **Saberes básicos**

### **I. Conciencia emocional: percepción, identificación, comprensión y aceptación responsable de las propias emociones.**

1. Percepción de sensaciones y emociones propias, según diversas cualidades de estas (agradables o desagradables; duración mantenida...), a través de lenguajes multimodales.

2. Observación e identificación, con acompañamiento, a partir de gestos, miradas, respiración, desplazamiento..., en relación con determinadas situaciones espontáneas.

3. Identificación de sus emociones en relación con el suceso desencadenante en contextos de su vida diaria, a través de experiencias vivenciadas en el aula con diferentes juegos y lenguajes multimodales.

4. Adquisición de vocabulario relacionado con sensaciones: respiración pausada-agitada, gestos faciales tensos-relajados, manos sudorosas-secas, agitación-relajación corporal, mirada serena-inquieta..., con la finalidad de expresarnos.

5. Comunicación de las propias sensaciones, a través de la utilización de la expresión lingüística, cultural, artística creativa, corporal..., proporcionando múltiples formas de implicación, representación y expresión, con el fin de tener una mayor conciencia de nuestras sensaciones.

6. Experimentación con herramientas y estrategias de autoconocimiento emocional que faciliten habilidades que permitan al alumnado (mediante la simulación y el juego en diferentes contextos de la vida escolar), reconocer eficazmente sus emociones.

7. Vivenciar sus emociones de manera efectiva y adaptativa, a través de experiencias de juego en el ámbito escolar con la finalidad de reconocerlas y aceptarlas.

### **II. Autorregulación emocional responsable y resiliencia educativa.**

1. Actuación con responsabilidad en contextos cercanos adquiriendo compromiso personal en el trabajo grupal.

2. Representación de las emociones para acercarnos a su sensación y reconocimiento, y dar una respuesta ajustada que favorezca un desarrollo afectivo adecuado, a través de: el juego de roles simbólicos y dramáticos, las adivinanzas mímicas, la lectura de caricaturas, las imágenes en películas y el modelaje.

3. Iniciación en el desarrollo del pensamiento alternativo generando el mayor número de posibilidades, con la finalidad de establecer una relación entre las experiencias emocionales para uno mismo, los demás o el entorno.

4. Observación y reconocimiento de los elementos conformadores de una norma y una regla en situaciones de juego y en la vida escolar y social (p. ej.: reglas en el juego del parchís, normas de tráfico...), para una convivencia organizada y pacífica propiciadora de emociones agradables.

5. Entrenamiento y estrategias de regulación emocional: toma de conciencia de los movimientos respiratorios: inspiración, pausa, espiración, pausa, de manera guiada, mindfulness...

6. Introducción a la regulación de la impulsividad, la ansiedad y el estrés desde la comunicación y expresión gestual, oral y artística, y desde el silencio y la quietud.

7. Tolerancia a la frustración: iniciación al aprendizaje en la afirmación personal (planteamiento y aceptación del “sí” y del “no”) y petición de ayuda a personas adultas.

8. Introducción a la visualización de imágenes portadoras de vitalidad y dinamismo.

9. Descubrimiento de la motivación con perseverancia en los actos, utilizando el esfuerzo como un valor de superación.

10. Observación de hechos y realidades positivas que existen a nuestro alrededor para superar la negatividad, aplicando la alegría y el sentido del humor como estrategia de afrontamiento de la adversidad para adaptarse a las situaciones adversas y favorecer una actitud positiva ante la vida.

### **III. Empatía, comunicación e interacción socioemocional.**

1. Comunicación de los efectos en sus emociones a partir de su interacción e interdependencia con las demás personas, el medio y los objetos, identificando y comprendiendo las señales emociones en las otras personas para desarrollar una relación interpersonal que favorezca el respeto a la convivencia.

2. Identificación y expresión de las emociones propias y de las otras personas ante un hecho que las produce, y de sus consecuencias responsables, haciendo uso de herramientas múltiples y lenguajes diversos en el contexto escolar.

3. Exploración, de manera guiada, de diversos recursos y estrategias favorecedoras del diálogo reflexivo (mensajes-yo) y de la comunicación interpersonal sin estilos agresivos, que propicien una escucha afectiva que permita la aceptación de las emociones de la otra persona.

4. Reconocimiento en otras personas de señales corporales asociadas a experiencias emocionales.

5. Manifestación de apertura sensible hacia los sentimientos que experimentan las demás personas.

### **IV. Autoconfianza creativa: técnicas creativas aplicadas a múltiples lenguajes expresivos y estimulación multisensorial.**

1. Identificación y experimentación de diferentes técnicas con utilización de múltiples formas de expresión como herramienta de trabajo individual y grupal para generar ideas creativas.

2. Iniciación en el entrenamiento creativo a partir de la búsqueda de ideas alternativas, diferentes e inusuales y la asociación novedosa y extraña entre ideas.

3. Descubrimiento y combinación de múltiples lenguajes expresivos y representativos, utilizando diferentes soportes para comunicarse de manera creativa en diferentes contextos.

4. Autoafirmación del propio potencial creativo, a partir de la expresión oral y artística de las frustraciones, sensaciones, opiniones..., valorando positivamente las producciones originales e innovadoras propias y de otras personas.

5. Observación de sus emociones ante las creaciones y producciones propias y de las de otras personas.

6. Percepción de los obstáculos sociales que limitan la propia capacidad creativa, a partir de la vivencia corporal u otros recursos asistenciales; e identificación de los aspectos afectivos implicados: el miedo, el conformismo, la vergüenza, la obediencia...

7. Estimulación multisensorial para el desarrollo de la sensibilidad, a partir del conocimiento y uso del juego libre con objetos y la exploración a través de los sentidos.

8. Expresión multimodal (representación gráfica, artística, verbalización, tecnologías o herramientas asistenciales...) de las emociones experimentadas a través del juego y la experiencia sensorial.

9. Interés por las experiencias e ideas comunes y receptividad frente a lo diferente, lo nuevo o lo alternativo, que rompan estereotipos y fomenten la actitud crítica.

#### **V. Emprendeduría social: compromiso y vínculo con las personas como recurso de la creatividad emocional**

1. Capacidad de compromiso con un objetivo o proyecto común con las otras personas e identificación de diversas conductas prosociales.

2. Identificación de las consecuencias y los efectos de los vínculos emocionales establecidos con las demás personas, evitando la procrastinación en el cumplimiento de los compromisos adquiridos en relación con proyectos personales y colectivos.

3. Descubrimiento de las fases de creación: motivación, preparación y recogida de información, incubación, inspiración o iluminación, evaluación y elaboración.

4. Planteamiento de preguntas curiosas, alternativas y complejas en la búsqueda de temas de trabajo: fomento de la “mirada curiosa”.

5. Identificación de habilidades de trabajo cooperativo: elaboración de propuestas, aceptación de las de otras personas, logro de consensos y concreción de procesos de ejecución.

6. Fomento de la autonomía y capacidad para tomar decisiones, con la finalidad de crear proyectos sociales innovadores sencillos con objetivos compartidos.

## Segundo ciclo Educación Primaria

## Bloques competenciales

| Competencia específica  |  | Descriptores operativos de las competencias clave. Perfil de salida |
|---|--|---|
| 1. Analizar y reconocer las emociones como propias, percibiendo las señales corporales y comprendiéndolas, en diferentes situaciones de la vida cotidiana, con la finalidad de desarrollar la conciencia emocional y el autoconocimiento personal.  |  | CCL2, CCL5, CPSAA1, CPSAA2, CCEC3                                   |
| Criterios de evaluación   |  |   |
| 1.1. Identificar las experiencias emocionales percibidas mediante las sensaciones corporales, validándolas y reconociéndolas como propias, para favorecer el autodescubrimiento personal y la conciencia emocional.   |  | CCL5, CCEC3   |
| 1.2. Comprender y analizar las emociones que experimenta, reflexionando y estableciendo relaciones entre ellas y los sucesos que las originan, así como las consecuencias derivadas de las mismas, para adecuar sus reacciones y favorecer su autoconocimiento emocional.   |  | CCL2, CPSAA1, CPSAA2  |
| <b>Explicación del bloque competencial</b><br>Por medio de este bloque competencial, se comprobará que el alumnado puede identificar, comprender y analizar sus propias emociones, para poder ajustarse a diferentes contextos y situaciones cotidianas, identificando sus fortalezas y debilidades. En este sentido, se constatará que el alumnado es capaz de percibir y reconocer las respuestas corporales a estas emociones y de asociarlas a sus propias experiencias emocionales. Se verificará, asimismo, que es capaz de expresar sensaciones y emociones, mediante el uso de lenguajes multimodales, y de adquirir vocabulario emocional, utilizando fuentes diversas para ampliar su propios conocimientos sobre las emociones y favoreciendo una comunicación al servicio de la convivencia positiva, a través del uso eficaz y ético del lenguaje. Se verificará, asimismo, que experimenta con recursos para identificar los desencadenantes de determinadas emociones y anticipar las consecuencias, poniendo en práctica, como hábitos saludables para su bienestar físico y mental, la utilización de estrategias de autoconciencia emocional (respiración, relajación, conexión con el aquí y el ahora...), a través de experiencias vivenciadas en el aula, de actividades guiadas de autodescubrimiento, de la aplicación de herramientas y tecnologías asistenciales, y de la práctica de juegos de movimiento y de percepción sensorial, desarrollando así sus capacidades afectivas con actitud abierta e inclusiva, como forma de alcanzar su bienestar emocional y propiciar el autoconocimiento personal. |  |   |

| Competencia específica  | 2. Asumir la responsabilidad de gestionar las propias experiencias emocionales, regulando y cambiando las emociones, en el caso de que sean desadaptativas, para construir una identidad afectiva satisfactoria y contribuir a la mejora de las relaciones interpersonales.                     | Descriptores operativos de las competencias clave. Perfil de salida<br>CCCL5, CPSAA1, CPSAA2, CPSAA5, CCEC3 |
|---|---|---|
| Criterios de evaluación   | 2.1. Actuar en diferentes contextos, asumiendo la responsabilidad de sus propias decisiones, a partir de sus experiencias emocionales y los efectos de estas en la propia conducta, para desarrollar progresivamente un ajuste afectivo satisfactorio y mejorar las relaciones interpersonales. | CCCL5, CPSAA1, CPSAA2, CPSAA5, CCEC3  |
| 2.2. Regular las experiencias emocionales desajustadas, adecuando su intensidad, duración y vivencia desagradable, utilizando estrategias de respiración y de relajación corporal, para desarrollar, de manera paulatina, un ajuste afectivo satisfactorio.   |   | CPSAA1, CPSAA2  |
| <p><b>Explicación del bloque competencial</b></p> <p>A través de este bloque competencial, se comprobará que el alumnado es capaz de asumir la responsabilidad de aprender a regular las propias emociones, en particular aquellas que se manifiesten de forma desajustada y que provoquen malestar, adecuando su intensidad y duración, a través de la puesta en práctica de diferentes recursos tales como técnicas de respiración y relajación, estrategias corporales (movimiento, biodanza...), atención plena, técnicas artístico-expresivas (dramatizaciones, expresión corporal, canto...), en contextos tanto escolares como de la vida cotidiana, cuando se presentan situaciones de tensión o conflicto. Además, se constatará si el alumnado asume su responsabilidad emocional ante las demandas de compensación o satisfacción de perjuicios a otras personas por conductas emocionales inadecuadas, mostrando asertividad, ofreciendo disculpas y llevando a cabo rectificaciones en beneficio de las personas afectadas, y evitando la humillación, la valoración negativa y el castigo a sí mismo o a sí misma. Todo ello con la finalidad de crear una identidad afectiva satisfactoria y contribuir a la mejora de las relaciones interpersonales, asumiendo la responsabilidad en lo que se refiere a la gestión de las propias emociones y favoreciendo una convivencia democrática positiva con el resto de personas de su entorno próximo.</p> |   |   |

| Competencia específica<br>3. Desarrollar la capacidad empática siendo capaces de comunicar, de manera asertiva, las experiencias emocionales propias a las demás personas, estableciendo vínculos afectivos de manera que se desarrolle una sociabilidad emocional auténtica.  | Descriptores operativos de las competencias clave. Perfil de salida<br>CCL1, CCL5, CD3, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CE3 |
|--|--|
| <b>Criterios de evaluación</b>   |  |
| 3.1. Comunicar, de manera asertiva, las experiencias emocionales propias, utilizando un lenguaje verbal y no verbal, escuchando y comprendiendo los sentimientos de las demás personas y demostrando una actitud de respeto y de apertura hacia ellas, para establecer vínculos con sus compañeros o compañeras, y con las demás personas con las que interactúa.  | CCL5, CPSAA3, CC1, CC3   |
| 3.2. Reconocer las emociones en las demás personas, expresando sentimientos hacia ellas, experimentando con modelos empáticos y promoviendo la conciencia emocional, como medio para fomentar la empatía y la vinculación emocional.   | CCL1, CD3, CC2, CE3  |
| <b>Explicación del bloque competencial</b><br>A través de este bloque competencial, se persigue constatar que el alumnado es capaz de vincularse emocionalmente con las demás personas, expresando lo que siente de manera clara, adecuada y asertiva. Se comprobará que el alumnado puede, además de identificar, comprender, interpretar, de manera empática, las señales corporales y emocionales en las otras personas, para desarrollar una relación interpersonal que favorezca el respeto a la convivencia, escuchando de manera activa (sin interrumpir, mirando a los ojos, utilizando algunas expresiones que ayuden a seguir la conversación...) y conectando con los sentimientos de las demás personas. Del mismo modo, se busca verificar si observa y valora sus emociones y las de las otras personas, escuchándolas y conectando con sus sentimientos, con el fin de promover comportamientos solidarios y altruistas. Para ello, se valorará si el alumnado es capaz de identificar y expresar las propias emociones, necesidades y vivencias a las demás personas, tanto de forma verbal como a través de otros lenguajes expresivos (dibujos, gestos, movimientos, música...). Además, se pretende comprobar que participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa, tanto para intercambiar información como para construir vínculos personales. Asimismo, se iniciará en el desarrollo del pensamiento en perspectiva y la comprensión de las emociones que experimentan otras personas, manifestando una tendencia a apreciar y conmoverse ante dichos estados emocionales agradables y desagradables, sin que lleve consigo sufrimiento personal (estrés empático). Para ello, se propiciarán ambientes, actividades, dinámicas..., que permitan que el alumnado pueda comunicarse de manera afectiva, reflexionar sobre las normas de convivencia, la resolución dialogada y justa de los conflictos, los valores y problemas éticos de actualidad...; todo ello, de forma consciente, respetuosa, constructiva, dialogante e inclusiva para propiciar el vínculo emocional y el desarrollo de unas relaciones interpersonales auténticas. |  |

| Competencia específica   | Descriptores operativos de las competencias clave. Perfil de salida                        |
|--|--|
| <p><b>4. Expresar el compromiso emocional con las personas y la sociedad implementando proyectos colectivos de carácter emprendedor en el ámbito escolar y social, a través del desarrollo de la creatividad y la utilización múltiples lenguajes, con la finalidad de promover la autoconfianza en las propias capacidades creativas y aportar beneficios para toda la comunidad.</b></p> <p><b>Criterios de evaluación</b></p> <p>4.1. Experimentar los principios y las estrategias de pensamiento creativo, utilizando múltiples lenguajes, percibiendo e interpretando la realidad a través de la estimulación multisensorial, comprendiendo las causas que bloquean el potencial creativo, con el fin de promover la expresión de la creatividad y la autoconfianza en las propias capacidades creativas.</p> <p>4.2. Desarrollar el compromiso emocional con las demás personas, a través de la participación, elaboración e implementación de proyectos colectivos de carácter emprendedor, usando sus capacidades creativas y actitudes innovadoras para proporcionar beneficios a la comunidad.</p>  | <p>CCL3, STEM3, STEM5, CD1, CD2, CD3, CD5, CPSAA3, CPSAA5, CE1, CE2, CE3, CCEC3, CCEC4</p> |
| <p><b>Explicación del bloque competencial</b></p> <p>A través de este bloque competencial, se persigue constatar que el alumnado muestra apertura y sensibilidad al mundo que lo rodea, así como en el compromiso emocional con las personas y la sociedad, aceptando la incertidumbre y lo nuevo como una oportunidad de mejora a nivel personal y comunitario, y asumiendo compromisos afectivos con las demás personas y con la sociedad. Para ello, se comprobará que puede experimentar y desarrollar, de manera guiada, proyectos emprendedores, novedosos, genuinos y éticos, en el centro educativo y en otros contextos; y si participa en iniciativas sociales, altruistas y sostenibles, o en acciones fundamentadas científicamente, que beneficien a toda la comunidad o que repercutan positivamente en el bienestar personal y social desde las diferentes vertientes de la emprendeduría (profesional, científica, social, artística, emocional y vital), para preservar la salud, el medio ambiente, la sostenibilidad y la seguridad. Se comprobará que conoce y ejecuta procesos de pensamiento generadores de propuestas originales y alternativas, así como técnicas y destrezas creativas (lluvia de ideas, analogías, idear, rutinas y destrezas de pensamientos...) y recursos de múltiples lenguajes (audio, vídeo, impresión, digital, tecnología, o herramientas asistenciales...), para trazar y llevar a término dichos proyectos e iniciativas, de manera que exprese y desarrolle su creatividad en todas sus dimensiones y sus actitudes innovadoras, adquiriendo con ello la autoconfianza en las propias capacidades creativas. Se valorará que muestre interés por las experiencias e ideas comunes, y la receptividad frente a lo diferente, lo nuevo o lo alternativo, para generar y comunicar historias, dar un nuevo uso a los objetos, realizar composiciones plásticas, danzas, proyectos innovadores u otras formas de representación y expresión..., que rompan estereotipos y se inicien en la actitud crítica. También se comprobará si el alumnado es capaz de movilizarse en favor de otras personas para alcanzar un objetivo común, o de vincularse emocionalmente manifestando actitudes abiertas e innovadoras. Todo ello con la finalidad de promover la autoafirmación y autoconfianza creativa en las propias capacidades, comprometiéndose emocionalmente con otras personas y la sociedad, a través de la puesta en marcha de proyectos emprendedores e innovadores que aporten beneficios para la comunidad.</p> | <p>STEM3, STEM5, CD1, CD2, CD3, CD5, CPSAA3, CPSAA5</p>                                    |

## **Saberes básicos**

### **I. Conciencia emocional: percepción, identificación, comprensión y aceptación responsable de las propias emociones.**

1. Iniciación en la toma de conciencia de sus propios estados para favorecer el descubrimiento del diálogo interno.

2. Reconocimiento de sensaciones y emociones propias, según diversas cualidades de estas (agradables o desagradables; duración mantenida...), a través de lenguajes multimodales, así como de las causas y las consecuencias de las mismas e identificación de las propias virtudes, limitaciones y capacidades.

3. Observación e identificación a partir de gestos, mirada, respiración, desplazamiento..., en relación con determinadas situaciones propuestas o experimentadas.

4. Identificación y explicación de las emociones ante los hechos y las consecuencias responsables, comunicándolos a través de lenguajes multimodales.

5. Adquisición y utilización de vocabulario relacionado con sensaciones: respiración pausada-agitada, gestos faciales tensos-relajados, manos sudorosas-secas, agitación-relajación corporal, mirada serena-inquieta..., con la finalidad de expresarnos y desarrollar el autoconocimiento.

6. Comunicación de las propias sensaciones a través de la utilización de la expresión lingüística, cultural, artística creativa, corporal, proporcionando múltiples formas de implicación, representación y expresión..., con el fin de percibir las emociones adecuadas a través de lenguajes multimodales.

7. Experimentación con herramientas y estrategias de autoconocimiento emocional que faciliten habilidades que permitan al alumnado reconocer eficazmente sus emociones en los diferentes contextos de la vida escolar.

8. Vivenciar sus emociones de manera efectiva y adaptativa, a través de múltiples experiencias en el ámbito escolar, con la finalidad de reconocer y comenzar a comprenderlas.

### **II. Autorregulación emocional responsable y resiliencia educativa.**

1. Reconocimiento del sentido de responsabilidad respecto a las consecuencias de la propia conducta, en contraposición al sentimiento de culpa, dañino hacia la propia persona o hacia las demás.

2. Actuación responsable y comprometida en actividades del contexto escolar y social, valorando el cumplimiento de las normas de convivencia en distintos contextos para una convivencia organizada y pacífica, y propiciadora de emociones adaptativas.

3. Expresión y control de las propias emociones, en pro de una convivencia positiva con el resto de personas, aplicando habilidades del pensamiento y de rutinas como: “comparto, agradezco y me comprometo”, para ejercitar el sentido crítico y la autonomía e iniciativa en la toma de decisiones en el grupo de iguales y con las personas adultas.

4. Aplicación de habilidades cognitivas tales como el pensamiento causal, alternativo, consecuencial y medio-fin, como estrategia para establecer una relación entre las experiencias emocionales, las consecuencias de ellas y los efectos dañinos para la propia persona, las demás o el entorno.

5. Gestionar las propias emociones: reconocer las sensaciones que producen y proporcionar una respuesta ajustada a las mismas, que favorezca un desarrollo afectivo adecuado a través de múltiples formas de representación y expresión, aplicando diferentes estrategias para la prevención y solución pacífica de conflictos.

6. Entrenamiento en estrategias para la regulación emocional: toma de conciencia de manera autónoma de los movimientos respiratorios (inspiración, pausa, espiración, pausa) y manejo del propio cuerpo utilizando la relajación como estrategia de regulación emocional (relajación muscular progresiva, entrenamiento autógeno, técnicas de meditación, mindfulness...).

7. Regulación de la impulsividad, la ansiedad y el estrés desde la comunicación y expresión gestual, oral y artística, y desde el silencio y la quietud.

8. Tolerancia a la frustración mediante la integración de habilidades que permitan el desarrollo de la afirmación personal: planteamiento y aceptación del “sí” y del “no”. Petición de ayuda y acompañamiento a sus iguales y a personas adultas.

9. Utilización del error como recurso de aprendizaje y del perdón como recurso emocional en relación con uno mismo o una misma, y con las demás personas.

10. Reflexión sobre los cambios emocionales producidos y regulados con la visualización de imágenes generadoras de vitalidad y dinamismo para producir una mejora en el clima de convivencia en diferentes contextos.

11. Interpretación de hechos y realidades positivas que existen a nuestro alrededor para superar la negatividad, utilizando la alegría y el sentido del humor como estrategias para afrontar la adversidad, favorecer una actitud positiva ante la vida y adaptarse a las situaciones adversas.

### **III. Empatía, comunicación e interacción socioemocional.**

1. Comunicación de los efectos en sus emociones a partir de su interacción e interdependencia con las demás personas y el medio y los objetos, identificando, comprendiendo e interpretando, de manera empática, las señales emocionales en las otras personas para desarrollar una relación interpersonal que favorezca el respeto a la convivencia.

2. Observación y valoración de las emociones propias y de las otras personas ante un hecho que las produce y sus consecuencias responsables, haciendo uso de herramientas múltiples, lenguajes diversos y tecnologías asistenciales en el contexto escolar.

3. Experimentación de diversos recursos y estrategias favorecedoras del diálogo reflexivo (mensajes-yo) y de la comunicación asertiva sin estilos agresivos y pasivos, que permitan la escucha activa y el uso de un lenguaje emocional que favorezca un diálogo ágil y efectivo.

4. Iniciarse en el desarrollo de la habilidad cognitiva de perspectiva, desde el punto de vista de la otra persona, para situarse en su lugar en diversos contextos sociales.

5. Identificación en los demás e interpretación de señales corporales asociadas a experiencias emocionales.

6. Manifestación de apertura sensible hacia los sentimientos que experimentan las demás personas.

7. Descubrimiento de estrategias personales para evitar el estrés empático.

#### **IV. Autoconfianza creativa: técnicas creativas aplicadas a múltiples lenguajes expresivos y estimulación multisensorial.**

1. Experimentación de diferentes técnicas y utilización de múltiples formas de expresión como herramientas de trabajo individual y grupal para generar ideas creativas.

2. Desarrollo de técnicas aplicadas al entrenamiento creativo a partir de la búsqueda de ideas alternativas, diferentes e inusuales, y de la asociación novedosa y extraña entre ideas.

3. Experimentación y combinación de múltiples lenguajes expresivos y representativos utilizando diferentes soportes, para comunicarse de manera creativa en diferentes contextos.

4. Autoafirmación del propio potencial creativo comenzando a transmitir una actitud abierta hacia lo original y lo diferente, y valorando positivamente las producciones individuales y grupales.

5. Observación y reflexión de sus emociones ante las creaciones y producciones propias y de otras personas.

6. Descubrimiento de los obstáculos sociales que limitan la capacidad creativa, tomando conciencia de los aspectos afectivos implicados.

7. Desarrollo de la sensibilidad, la investigación y la búsqueda de formas alternativas de pensamiento, a través de la estimulación sensorial, el juego libre con objetos y el desarrollo y la investigación a través de los sentidos.

8. Expresión multimodal de las emociones experimentadas a través del juego y de la experiencia sensorial.

9. Interés por las experiencias e ideas comunes y receptividad frente a lo diferente, lo nuevo o lo alternativo, que rompan estereotipos y fomenten la actitud crítica.

#### **V. Emprendeduría social: compromiso y vínculo con las personas como recurso de la creatividad emocional.**

1. Capacidad de compromiso con un objetivo o proyecto común y desarrollo de diversas conductas prosociales (ayuda, solidaridad, altruismo...).

2. Asunción de las consecuencias y los efectos de los vínculos emocionales establecidos con las demás personas; y evitación de la procrastinación en el cumplimiento de los compromisos adquiridos en relación con proyectos personales y colectivos.

3. Experimentación con las fases de creación: motivación, preparación y recogida de información, incubación, inspiración o iluminación, evaluación y elaboración.

4. Elaboración de preguntas curiosas, alternativas y complejas en la búsqueda de temas de trabajo: fomento de la “mirada curiosa”.

5. Desarrollo de habilidades de trabajo cooperativo. Elaboración de propuestas, aceptación de las de otras personas, logro de consensos y concreción de procesos de ejecución.

6. Fomento de la autonomía e implicación en la toma de decisiones, para lograr la creación de proyectos sociales innovadores con objetivos compartidos.

## Tercer ciclo Educación Primaria

## Bloques competenciales

| Competencia específica  |  |
|---|--|
| <b>1. Analizar y reconocer las emociones como propias, percibiendo las señales corporales y comprendiéndolas, en diferentes situaciones de la vida cotidiana, con la finalidad de desarrollar la conciencia emocional y el autoconocimiento personal.</b>   |  |
| <b>Criterios de evaluación</b>  |  |
| 1.1. Analizar y asumir las propias experiencias emocionales, a partir de la percepción corporal de estas, y su reconocimiento en situaciones de su vida cotidiana, utilizando estrategias de autoconciencia, de modo que todo ello favorezca el desarrollo de la conciencia emocional y el autoconocimiento personal.   | <b>Descriptores operativos de las competencias clave. Perfil de salida</b><br>CCL1, CCL2, CCL5, STEM5, CPSAA1, CPSAA2, CCEC3 |
| <b>Explicación del bloque competencial</b><br>Por medio de este bloque competencial, se comprobará que el alumnado puede percibir, analizar y comprender sus propias emociones, para poder ajustarse a diferentes contextos y situaciones cotidianas, identificando sus fortalezas y debilidades. En este sentido, se constatará que el alumnado es capaz de percibir e identificar las respuestas corporales a estas emociones y de asociarlas a sus propias experiencias emocionales. Se verificará, asimismo, que es capaz de expresar sensaciones y emociones de forma clara y asertiva, mediante el uso de lenguajes multimodales, y de usar el vocabulario emocional, utilizando fuentes diversas para ampliar su propios conocimientos sobre las emociones, favoreciendo una comunicación al servicio de la convivencia positiva, a través del uso eficaz y ético del lenguaje. Se verificará, asimismo, que utiliza recursos para identificar los desencadenantes de determinadas emociones y anticipar las consecuencias, poniendo en práctica, como hábitos saludables para su bienestar físico y mental, la utilización de estrategias de autoconciencia emocional (respiración, relajación, conexión con el aquí y el ahora...), a través de experiencias vivenciadas en el aula, de actividades guiadas de autodescubrimiento, de la aplicación de herramientas y tecnologías asistenciales, de la práctica de juegos de movimiento y de percepción sensorial, desarrollando así sus capacidades afectivas con actitud abierta e inclusiva como forma de alcanzar su bienestar emocional y propiciar el autoconocimiento personal. |  |

| Competencia específica<br>2. Asumir la responsabilidad de gestionar las propias experiencias emocionales, regulando y cambiando las emociones, en el caso de que sean desadaptativas, para construir una identidad afectiva satisfactoria y contribuir a la mejora de las relaciones interpersonales.  | Descriptores operativos de las competencias clave. Perfil de salida<br>CCCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA2, CPSAA5, CCEC3 |
|--|---|
| Criterios de evaluación  |   |
| 2.1. Actuar en diferentes contextos, asumiendo la responsabilidad emocional y su influencia en la propia conducta, y reparando, si fuera necesario, los daños causados, para desarrollar un ajuste afectivo satisfactorio y las relaciones interpersonales.  | CCCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA2, CPSAA5, CCEC3  |
| 2.2. Cambiar, de manera consciente, las experiencias emocionales desajustadas, sustituyéndolas o compensándolas por otras emociones adaptativas, para desarrollar la capacidad de modificación afectiva.   | CCCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA2, CCEC3  |
| <p><b>Explicación del bloque competencial</b></p> <p>A través de este bloque competencial, se comprobará que el alumnado es capaz de asumir la responsabilidad de aprender a regular las propias emociones, en particular, aquellas que se manifiesten de forma desajustada y que provoquen malestar, adecuando su intensidad y duración, a través de la puesta en práctica de diferentes recursos tales como técnicas de respiración y relajación, estrategias corporales (movimiento, biodanza...), atención plena, técnicas artístico-expresivas (dramatizaciones, expresión corporal, canto...), en contextos tanto escolares como de la vida cotidiana, cuando se presentan situaciones de tensión o conflicto, para adaptarse a los cambios. Además, se constatará si el alumnado asume su responsabilidad emocional ante las demandas de compensación o satisfacción de perjuicios a otras personas por conductas emocionales inadecuadas, mostrando asertividad, ofreciendo disculpas, llevando a cabo rectificaciones en beneficio de las personas afectadas y evitando la humillación, la valoración negativa y el castigo a sí mismo o a sí misma. Se verificará, por último, que el alumnado es capaz de provocar emociones adaptativas y estados de seguridad afectiva, a través de los cuales poder desplazar o sustituir las emociones que experimenta y son desadaptativas por intensidad, durabilidad o porque la experiencia subjetiva no se corresponde con el estímulo que la provoca. Todo ello con la finalidad de crear una identidad afectiva satisfactoria y contribuir a la mejora de las relaciones interpersonales, asumiendo la responsabilidad en lo que se refiere a la gestión de las propias emociones y posibilitando una convivencia democrática positiva con el resto de personas de su entorno próximo.</p> |   |

| Competencia específica<br>3. Desarrollar la capacidad empática siendo capaces de comunicar, de manera asertiva, las experiencias emocionales propias a las demás personas, estableciendo vínculos afectivos de manera que se desarrolle una sociabilidad emocional auténtica.   | Descriptores operativos de las competencias clave. Perfil de salida<br>CCL1, CCL5, CP3, CD2, CD3, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CE3 |
|---|--|
| Criterios de evaluación   |  |
| 3.1. Comunicar, de manera asertiva, las experiencias emocionales propias a las demás personas, a través del lenguaje verbal y no verbal, abriéndose a conocerlas y a dejarse conocer, para establecer vínculos afectivos y desarrollar una sociabilidad emocional auténtica.  | CCL1, CCL5, CP3, CD2, CD3, CPSAA3, CC1, CC3  |
| 3.2. Reconocer las emociones en las demás personas y experimentar sentimientos hacia ellas, a través del desarrollo de escucha activa, aplicando modelos empáticos y promoviendo la conciencia emocional, en situaciones de relación interpersonal, de manera que se desarrolle la solidaridad y el altruismo.  | CCL1, CCL5, CP3, CD2, CD3, CC2, CC3, CE3   |
| <p><b>Explicación del bloque competencial</b></p> <p>A través de este bloque competencial, se persigue constatar que el alumnado es capaz de vincularse emocionalmente con las demás personas, expresando lo que siente de manera clara, adecuada y asertiva. Se comprobará que el alumnado puede, además de identificar, comprender, interpretar y evaluar, de manera empática, las señales emocionales en las otras personas, con el propósito de desarrollar una relación interpersonal que favorezca el respeto a la convivencia, escuchando de manera activa (sin interrumpir, mirando a los ojos, utilizando algunas expresiones que ayuden a seguir la conversación...) y conectando con los sentimientos de las demás personas. Del mismo modo, se busca verificar si desarrolla la empatía, que se manifiesta como la capacidad de escuchar y conectar con los sentimientos de las demás personas (en su doble vertiente: cognitiva, al reconocer lo que siente otra persona, y afectiva, al sentir algo por lo que la otra persona siente), con el fin de promover comportamientos solidarios y altruistas. Para ello, se valorará si el alumnado es capaz de identificar las propias emociones, necesidades y vivencias, y de expresarlas sin incomodidad a las demás personas, demostrando autenticidad y cercanía, tanto de forma verbal como a través de otros lenguajes expresivos (dibujos, gestos, movimientos, música...) y utilizando la comunicación. Se pretende comprobar que participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa, tanto para intercambiar información como para construir vínculos personales. Asimismo, se verificará que puede desarrollar el pensamiento en perspectiva y la comprensión de las emociones que experimentan otras personas, manifestando una tendencia a apreciar y conmoverse ante dichos estados emocionales, agradables y desagradables, sin que lleve consigo sufrimiento personal (estrés empático). Para ello, se propiciarán ambientes, actividades, dinámicas...que permitan que el alumnado pueda comunicarse de manera afectiva, reflexionar sobre las normas de convivencia, la resolución dialogada y justa de los conflictos, valores y problemas éticos de actualidad...todo ello de forma consciente, respetuosa, constructiva, dialogante e inclusiva para propiciar el vínculo emocional y el desarrollo de unas relaciones interpersonales auténticas.</p> |  |

| Competencia específica  |  | Descriptores operativos de las competencias clave. Perfil de salida |
|---|--|---|
| 4. Expresar el compromiso emocional con las personas y la sociedad implementando proyectos colectivos de carácter emprendedor en el ámbito escolar y social, a través del desarrollo de la creatividad y la utilización múltiples lenguajes, con la finalidad de promover la autoconfianza en las propias capacidades creativas y aportar beneficios para toda la comunidad.  |  | STEM3, STEM5, CD2, CD3, CD5, CPSAA3, CPSAA5, CE2, CE3, CCEC3, CCEC4 |
| Criterios de evaluación   |  |   |
| 4.1. Aplicar principios y estrategias de pensamiento creativo, utilizando múltiples lenguajes, experimentando de forma consciente nuevas maneras de percibir e interpretar la realidad, y superando los obstáculos sociales y emocionales que limitan su potencial creativo, con el fin de promover la expresión de la propia creatividad y la autoconfianza en las propias capacidades creativas.  |  | CPSAA5, CE2, CE3, CCEC3, CCEC4                                      |
| 4.2. Comprometerse emocionalmente con las demás personas, a través de la participación, elaboración e implementación de proyectos colectivos de carácter emprendedor, usando sus capacidades creativas y actitudes innovadoras para proporcionar beneficios a la comunidad.   |  | STEM3, STEM5, CD2, CD3, CD5, CPSAA3, CPSAA5, CE3, CCEC4             |
| <b>Explicación del bloque competencial</b><br>A través de este bloque competencial, se persigue constatar que el alumnado es capaz de demostrar apertura y sensibilidad al mundo que le rodea, así como compromiso emocional con las personas y la sociedad, afrontando la incertidumbre y lo nuevo como una oportunidad de mejora a nivel personal y comunitario, y asumiendo compromisos afectivos con las demás personas y con la sociedad. Para ello, se comprobará que puede diseñar e implementar, de manera guiada, proyectos emprendedores, novedosos, genuinos y éticos, en el centro educativo y en otros contextos; y participar en iniciativas sociales, altruistas y sostenibles, o en acciones fundamentadas científicamente, que beneficien a toda la comunidad o que repercutan positivamente en el bienestar personal y social desde las diferentes vertientes de la emprendeduría (profesional, científica, social, artística, emocional y vital), para preservar la salud, el medio ambiente..., aplicando principios de ética, sostenibilidad y seguridad. Se verificará que aplica procesos de pensamiento generadores de propuestas originales y alternativas, así como técnicas y destrezas creativas (lluvia de ideas, analogías, ideart, rutinas y destrezas de pensamientos...) y recursos de múltiples lenguajes (audio, vídeo, impresión, digital, tecnología, o herramientas asistenciales...), para trazar y llevar a término dichos proyectos e iniciativas, de manera que exprese, desarrolle y afiance su creatividad en todas sus dimensiones y sus actitudes innovadoras, consolidando con ello la autoconfianza en las propias capacidades creativas. Se valorará que muestre interés por las experiencias e ideas comunes y receptividad frente a lo diferente, lo nuevo o lo alternativo, para generar y comunicar historias, darle nuevo uso a objetos, realizar composiciones plásticas, danzas, proyectos innovadores u otras formas de representación y expresión... que rompan estereotipos y fomenten la actitud crítica. También se comprobará si el alumnado es capaz de movilizarse en favor de otras personas para alcanzar un objetivo común cuando estas necesitan ayuda y apoyo emocional o de vincularse emocionalmente, manifestando actitudes abiertas, críticas, de liderazgo e innovadoras, así como la capacidad de diálogo, de aportación constructiva de propuestas... Todo ello con la finalidad de promover la autoafirmación y autoconfianza creativa en las propias capacidades, comprometiéndose emocionalmente con otras personas y la sociedad a través de la puesta en marcha de proyectos emprendedores e innovadores que aporten beneficios para la comunidad. |  |   |

## **Saberes básicos**

### **I. Conciencia emocional: percepción, identificación, comprensión y aceptación responsable de las propias emociones.**

1. Iniciación en los elementos básicos de la comunicación asertiva para favorecer el diálogo, evitando actitudes agresivas o pasivas.
2. Aceptación de sus propios estados para favorecer el descubrimiento del diálogo interno en la toma de conciencia.
3. Comprensión de sensaciones y emociones propias, según diversas cualidades de estas (agradables o desagradables, duración mantenida...), a través de lenguajes multimodales, así como de las causas y consecuencias de las mismas, e identificación de las propias virtudes, limitaciones y capacidades.
4. Observación e identificación de respuestas emocionales a determinadas situaciones espontáneas (gestos, mirada, respiración, desplazamiento...).
5. Identificación, comprensión, razonamiento, descripción y evaluación de las emociones originadas en relación con los sucesos desencadenantes en contextos de su vida diaria, a través de experiencias vivenciadas en el aula con diferentes lenguajes multimodales.
6. Conocimiento de recursos y estrategias favorecedoras del diálogo reflexivo (su yo y el mundo y la conexión con las otras personas, escucha activa, mensajes-yo...), a través del modelaje o role play en diferentes situaciones escolares.
7. Utilización de vocabulario relacionado con sensaciones: respiración pausada-agitada, gestos faciales tensos-relajados, manos sudorosas-secas, agitación-relajación corporal, mirada serena-inquieta....
8. Comunicación de las propias sensaciones y emociones a través de la utilización de la expresión lingüística, cultural, artística creativa o corporal, proporcionando múltiples formas de implicación, representación y expresión..., con el fin de comprender las emociones adecuadas mediante el empleo de lenguajes multimodales.
9. Manejo de herramientas y estrategias de autoconocimiento emocional que faciliten la gestión eficaz de sus emociones en los diferentes contextos de la vida escolar o social.
10. Vivenciar sus emociones de manera efectiva y adaptativa, a través de múltiples experiencias en el ámbito escolar, con la finalidad de comprenderlas y comenzar a responsabilizarse de la gestión de las mismas.

### **II. Autorregulación emocional responsable y resiliencia educativa.**

1. Reconocimiento del sentido de responsabilidad respecto a las consecuencias de la propia conducta, en contraposición al sentimiento de culpa, dañino hacia la propia persona o hacia las demás personas.

2. Actuación responsable y comprometida en actividades del contexto escolar y social, valorando el cumplimiento de las normas de convivencia en distintos contextos para una convivencia organizada y pacífica, propiciadora de emociones adaptativas.

3. Expresión y control de las propias emociones, en pro de una convivencia positiva con el resto de personas, aplicando habilidades del pensamiento y de rutinas como: “comparto, agradezco y me comprometo”, para ejercitar el sentido crítico y la autonomía e iniciativa en la toma de decisiones en el grupo de iguales y con las personas adultas.

4. Aplicación de habilidades cognitivas tales como el pensamiento causal, alternativo, consecuencial y medio-fin, como estrategia para establecer una relación entre las experiencias emocionales, las consecuencias de ellas y los efectos dañinos para las propias personas, las demás o el entorno.

5. Gestionar las propias emociones: reconocer las sensaciones que producen y proporcionar una respuesta ajustada a las mismas, que favorezca un desarrollo afectivo adecuado a través de múltiples formas de representación y expresión, aplicando diferentes estrategias para la prevención y solución pacífica de conflictos.

6. Entrenamiento en estrategias para la regulación emocional: toma de conciencia de manera autónoma de los movimientos respiratorios (inspiración, pausa, espiración, pausa) y manejo del propio cuerpo utilizando la relajación como estrategia de regulación emocional (relajación muscular progresiva, entrenamiento autógeno, técnicas de meditación, mindfulness...).

7. Regulación de la impulsividad, de la ansiedad y del estrés desde la comunicación y expresión gestual, oral y artística, y desde el silencio y la quietud.

8. Tolerancia a la frustración mediante la integración de habilidades que permitan el desarrollo de la afirmación personal.

9. Utilización del error como recurso de aprendizaje y del perdón como recurso emocional en relación con uno mismo o una misma, y a las demás personas.

10. Reflexión sobre los cambios emocionales producidos y regulados con la visualización de imágenes generadoras de vitalidad y dinamismo para producir una mejora en el clima de convivencia en diferentes contextos.

11. Reconocimiento de emociones adaptativas y desadaptativas a través de la toma de conciencia, la reflexión, el uso de estrategias de regulación... Aceptación de las emociones desadaptativas y empleo de emociones transformadoras (el amor, la compasión, el perdón...) como respuesta a estas, usando estrategias de sustitución/compensación emocional (contracondicionamiento, imaginación, modificación corporal, visualización positiva o sugestión afectiva).

12. Valoración de hechos y realidades positivas que existen a nuestro alrededor para superar la negatividad, sirviéndose de la alegría y el sentido del humor como estrategias para afrontar la adversidad, favorecer una actitud positiva ante la vida y adaptarse a las situaciones adversas.

### **III. Empatía, comunicación e interacción socioemocional.**

1. Comunicación de los efectos en sus emociones a partir de su interacción e interdependencia con las demás personas, el medio y los objetos, identificando, comprendiendo, interpretando y evaluando, de manera empática, las señales emocionales en las otras personas para desarrollar una relación interpersonal que posibilite el respeto a la convivencia.

2. Incorporación y selección de diversos recursos y estrategias favorecedoras del diálogo reflexivo (mensajes-yo) y de la comunicación asertiva sin estilos agresivos y pasivos, favoreciendo la escucha activa y el uso de un lenguaje emocional que facilite un diálogo ágil y efectivo.

3. Reproducción de habilidades y estrategias que permitan el desarrollo de la comunicación afectiva: atención conjunta, comprensión de las expresiones emocionales, la escucha activa (aceptación y validación emocional) en contextos sociales, para propiciar la apertura emocional y la autenticidad.

4. Uso de la habilidad cognitiva de perspectiva, desde el punto de vista de la otra persona, para situarse en su lugar en diversos contextos sociales.

5. Detección en los demás de señales corporales asociadas a experiencias emocionales y su interpretación.

6. Manifestación de apertura sensible hacia los sentimientos que experimentan las demás personas.

7. Utilización de estrategias personales para evitar el estrés empático.

### **IV. Autoconfianza creativa: técnicas creativas aplicadas a múltiples lenguajes expresivos y estimulación multisensorial.**

1. Aplicación de las técnicas y destrezas para la producción de ideas o soluciones innovadoras y utilización de múltiples formas de expresión como herramientas de trabajo individual y grupal para generar ideas creativas.

2. Empleo de técnicas aplicadas al entrenamiento creativo, a partir de la búsqueda de ideas alternativas, diferentes e inusuales, y a la asociación novedosa y extraña entre ideas.

3. Aplicación y combinación de múltiples lenguajes expresivos y representativos, utilizando diferentes soportes para comunicarse de manera creativa en diferentes contextos.

4. Autoafirmación del propio potencial creativo, manifestando, de forma asertiva, una actitud abierta hacia lo original, lo diferente..., y valorando positivamente las producciones individuales y grupales.

5. Observación y reflexión de sus emociones ante las creaciones y producciones propias y de otras personas.

6. Análisis de los obstáculos sociales que limitan la capacidad creativa referentes a los tópicos y prejuicios vinculados a la creatividad.