



GRADO EN MAESTRO EN EDUCACIÓN INFANTIL

CURSO ACADÉMICO 2014/2015

LOS MIEDOS INFANTILES EN EL AULA. CHILDHOOD FEARS IN THE CLASSROOM

Autora: Saray Tirilonte Cao

Director: José Ángel Rodríguez Martínez

Fecha: Julio de 2015

VºBº DIRECTOR

VºBº AUTOR

ÍNDICE

	pág.
1. INTRODUCCIÓN	3
2. MARCO TEÓRICO	6
2.1. Tipos de miedos	8
2.2. Importancia de la edad	10
2.3. Pautas de intervención	15
3. PROPUESTA DIDÁCTICA	19
3.1. Objetivos por áreas	20
3.2. Contenidos por áreas	22
3.3. Principios metodológicos	25
3.4. Papel del maestro	28
3.5. La organización del aula	29
3.6. Recursos materiales y humanos	30
3.7. Organización	31
3.8. Actividades	31
3.9. Evaluación	45
3.10. Atención a la diversidad	48
4. CONCLUSIONES	51
5. BIBLIOGRAFÍA	53
6. ANEXOS	58

RESUMEN

Este Trabajo de Fin de Grado muestra la importancia que tiene tratar y trabajar los miedos infantiles en el aula. El miedo es un sentimiento presente en todos y cada uno de los niños desde que nacen y que forma parte de su vida también en etapas de su vida posteriores, porque no solo tienen miedo los niños sino también los adultos. El marco teórico expone una definición del miedo, así como tipos de miedos, la importancia de la edad en su evolución, varios factores que inciden en su aparición. En él, también aparecen una serie de pautas sobre cómo prevenir los miedos excesivos y pueden serles útiles a los docentes a la hora de saber qué hacer en el aula cuando un niño tiene miedo. Además, se expone una unidad didáctica que contiene actividades relacionadas con los miedos infantiles, en la cual se da mucha importancia a la literatura infantil.

Palabras clave: Educación, Miedos, Infancia, Pesadillas, Niños, Evolución

ABSTRACT

The Degree Thesis shows the importance of treating and working childhood fears in the classroom. Fear is a feeling present in every child from birth and is part of his life also in later stages of life, because not only are afraid the children but also adults. [The theory-based](#) approach shows a definition of fear and types of fears, the importance of age in its evolution, Several factors affect its appearance. In it, also featured a series of guidelines on how to prevent excessive fears and may be useful to teachers when it comes to knowing what to do in the classroom when a child is afraid. In addition, it offers a learning unit that contains activities about childhood fears, in which much importance is given to children's literature is exposed.

Key words: Education, Fears, Childhood, Nightmares, Children, Evolution

1. INTRODUCCIÓN

Todos los niños y niñas en alguna ocasión sienten miedo. Este sentimiento, que no deja de ser un fenómeno natural y adaptativo, nos sirve como especie para protegernos a la hora de exponernos a riesgos innecesarios y hace que nuestro comportamiento sea más cuidadoso en situaciones que pueden entrañar peligro, convirtiéndose así en un elemento fundamental para la supervivencia del individuo y de la especie.

En ocasiones el miedo también puede ayudar a mejorar otros procesos psicológicos básicos como la motivación o la resolución de problemas, incrementando el rendimiento si se da en una cantidad adecuada, sirva de ejemplo para ello como el miedo anima a correr más si es necesario o a tomar decisiones rápidas.

De igual manera la sensación de miedo también puede ser buscada de forma activa para disfrutar con la tensión y excitación que produce percibirlo y dominar el peligro, como sucede con las actividades de riesgo o las películas de terror.

Sin embargo, en algunas ocasiones el miedo no cumple esa función adaptativa, bien porque se manifiesta de una forma excesiva o irracional o porque llega a dificultar el desarrollo de las actividades habituales de la persona que lo experimenta. En estos casos estamos hablando de miedos desadaptativos que pueden llegar a influir negativamente en el desarrollo afectivo y social.

Desde el punto de vista evolutivo, podemos comprobar como algunos de los miedos infantiles, se puede decir que son prácticamente universales, instintivos e innatos porque están presentes en todo ser humano desde que nace, por ejemplo, el miedo a los ruidos fuertes o el miedo a caer. Otros miedos son muy frecuentes en nuestra cultura por lo que prácticamente todos los niños y niñas

pequeños los padecen, tales como el miedo a la oscuridad o el miedo a objetos o personas extrañas. Y por último, hay otros miedos que parecen estar culturalmente determinados, ya que suelen ser frecuentes en la edad adulta y no tanto en la infancia, por ejemplo, el miedo a determinados animales como las serpientes, cucarachas,...

Como bien apunta González (1990) ya desde el momento del nacimiento los bebés experimentan reacciones de miedo bien definidas, así ante ruidos fuertes o inesperados pueden aparecer reacciones de miedo no muy abundantes pero si muy intensas. A los seis meses comienzan a aparecer el miedo a los extraños (objetos o personas) y a la separación, respuestas que podemos considerar, como las anteriores, como innatas y filogenéticas y que ponen de manifiesto como van en aumento las capacidades del bebé. A la vez que los últimos estudios demuestran como tanto en la intensidad de la respuesta como en su aparición, intervienen variables relacionadas con las experiencias y los aprendizajes previos del niño.

A partir del primer año de vida aparecen nuevos miedos y otros se intensifican. Así mientras que en torno al año aparece el temor a las situaciones nuevas, es a los dos-tres años cuando se intensifica el miedo a la separación y empiezan a aparecer los animales como objetos de temor. Y a los cuatro o cinco años, los temores más frecuentes se refieren a personajes fantásticos e imaginarios (Bauer, 1976), a la oscuridad, pesadillas, quedarse solo, al daño físico, a las catástrofes, a la desaprobación social o a la muerte.

En general, a partir del final de la etapa de Educación Infantil es cuando la influencia de los factores ambientales (culturales y educativos) tienen un papel decisivo en la aparición y desarrollo de determinados miedos infantiles. Esto hace que a través del aprendizaje y del “contagio afectivo”, los niños y niñas vayan adoptando, en gran medida, los miedos de los adultos con los que están en contacto (Hagman, 1932).

En Educación Infantil es importante trabajar partiendo de las necesidades, experiencias y posibles dificultades de los niños y niñas porque son ellos el eje central de nuestro trabajo. Los niños tienen que ser un sujeto activo en el

proceso de enseñanza-aprendizaje por lo que hay que tomarles en consideración en cada una de las decisiones que se tomen a lo largo del proyecto.

Mediante la propuesta didáctica intento dar respuesta a las necesidades que pueden mostrar los niños ante los miedos. Dicha propuesta está dirigida a niños de 5 años de edad y se llevará a cabo durante el mes de octubre, por lo tanto se trabajarán los miedos infantiles durante un mes, sin olvidar que a lo largo del curso, pueden surgir problemas o conflictos en el aula relacionados con este tema, los cuales serán tomados en cuenta a pesar de que el proyecto haya terminado.

2. MARCO TEÓRICO

La mayor parte de los niños tienen miedo algunas veces. Este sentimiento es un fenómeno normal y adaptativo a lo largo del proceso del desarrollo humano; nos sirve como protección a la hora de exponernos a riesgos innecesarios y hace que nos comportemos de una forma cuidadosa en situaciones peligrosas. Algunos ejemplos de miedo como el miedo a cruzar la calle, a los animales o a la oscuridad lleva al niño a ser más cauteloso. El miedo es, por tanto, un elemento muy importante para la supervivencia del individuo y de la especie. La motivación y el rendimiento pueden mejorar si se da una cantidad adecuada de miedo o ansiedad, por ejemplo, correr más si es necesario, o tomar una decisión rápida. El miedo en algunas ocasiones es buscado de una forma activa para disfrutar con la tensión y excitación que produce percibirlo y dominar el peligro, como sucede con las personas a las que les gusta realizar actividades de riesgo o ver películas de terror.

Sin embargo, en algunas ocasiones el miedo no es adaptativo, ya que resulta excesivo e irracional, y/o se produce ante situaciones cotidianas que no suponen una amenaza real, por ejemplo estar con otros niños o ver un pequeño insecto. Este tipo de miedo sí puede originar problemas cuando se produce muchas veces y dura en el tiempo o cuando interfiere en las actividades sociales, escolares y familiares, e impide a la criatura estar feliz y adaptada en su ambiente. Puede tener dificultades para llevar a cabo muchas actividades diarias y tratará de evitarlas: salir a la calle, jugar, ir al colegio o a una fiesta, si siento pánico o miedo ante un objeto o situación cotidiana. De este modo, puede producirse un círculo vicioso en el que el miedo se cronifica y la vida del niño se altera cada vez más. Estos miedos, llamados denominados desadaptativos o fóbicos pueden llegar a influir negativamente en el desarrollo social y afectivo.

Para autoras como González (1990) en todas las sociedades y en todos los momentos históricos, han existido «miedos» a determinados objetos, hechos o situaciones frente a los cuales el ser humano puede llegar a sentir una amenaza individual o colectiva, afirmando en su artículo sobre “Los miedos en el niño” como *“la situación de peligro o amenaza, desencadena en el individuo una conducta de emergencia, de huida o enfrentamiento, ante la situación estimular cuya función es conservar la vida a nivel físico, cuando la amenaza proviene de un peligro físico, o a otros niveles, cuando la amenaza se dirige a la propia integridad personal o autoestima”* (González, 1990, pag.30).

Uno de los criterios que se han utilizado más a menudo para diferenciar miedo de ansiedad es la referencia al «objeto». En el miedo existe un objeto amenazador, real o imaginado, claramente identificado en cambio en la ansiedad no existe necesariamente un objeto claramente identificado que sea el desencadenante de ese estado. En este mismo artículo González recoge como Coderch (1975) plantea que *“miedo y ansiedad tienen síntomas similares, pero mientras en el miedo la causa es conocida, en la ansiedad permanece oculta”* (González, 1990, pag.30).

Pérez (2007) sin embargo define el miedo como un conjunto de sensaciones, normalmente desagradables, que se ponen en marcha ante peligros reales, o vividos como reales, y que originan respuestas de tipo defensivo o protector, llegando a desencadenar reacciones fisiológicas, motoras-comportamentales y/o cognitivo-subjetivas.

Para esta autora las reacciones que provoca el miedo están interrelacionados entre sí, de modo que pueden presentarse juntas o sucesivamente, y variarán en función de la intensidad del miedo y de la mayor o menor susceptibilidad de la persona.

Las reacciones fisiológicas provocan cambios bioquímicos en el organismo y síntomas vegetativos más o menos intensos según la dimensión del miedo o la diferente sensibilidad fisiológica de cada sujeto. Así entre los primeros podemos encontrar las descargas de adrenalina y noradrenalina, mientras que entre los segundos están los temblores, el erizamiento del pelo, las

taquicardias, la tensión muscular, la sequedad de garganta o la sensación de náusea. Síntomas que si la sensación de miedo permanece en el tiempo pueden convertirse en inquietud, fatiga, agresividad, alteraciones del sueño, alteraciones del apetito, etc.

En cambio las reacciones motoras-comportamentales pueden producir paralización y enmudecimiento o, por el contrario, una reacción de huida desesperada, gritos y agitación motriz. También puede darse un intento de desviar el ataque con conductas de sumisión ante el objeto temido, o una reacción de defensa agresiva. En niñas y niños pequeños puede manifestarse mediante llantos, rabietas, excesivo apego físico y el intento de evitar la situación o el objeto temido.

Mientras que las reacciones cognitivo-subjetivas provocan que ante las situaciones de peligro, se produzcan una serie de pensamientos y sentimientos subjetivos, variables según los sujetos y la situación: sensación de impotencia, sentimiento de indefensión, pérdida de confianza, etc.

2.1. Tipos de miedos

Por lo tanto es importante saber que existen diferentes tipos de miedos y comentaré alguno de ellos de una forma sintetizada. Dos de ellos son: las pesadillas y los terrores nocturnos.

Las pesadillas pueden definirse como un sueño desagradable –monstruos, ogros, personas que atacan...- que se recuerda de una forma detallada al despertar. Suelen aparecer en una fase avanzada del ciclo del sueño, en la segunda mitad de la noche. En esos momentos hay activación cerebral, con un sueño ni muy ligero ni muy profundo. Un 80% de las personas que son despertadas en esta fase, afirma estar soñando.

Al despertar de una pesadilla, la criatura no presenta un estado de confusión, se orienta bien, distingue perfectamente la realidad de lo soñado y puede contarla con detalle.

Los terrores nocturnos, en cambio, se caracterizan por una descarga vegetativa durante el primer tercio del período del sueño; la criatura se incorpora de forma súbita en la cama, con expresión de pánico, ojos muy abiertos, taquicardia, respiración acelerada, gritos o lloros, piel y pelo erizados. A diferencia de las pesadillas, presenta un estado de confusión y desorientación, y no hay respuesta ante los intentos de los demás por calmarle. La crisis suele durar unos 5 o 10 minutos, luego puede recordarse vagamente un estado de terror y algunas imágenes fragmentadas, pero lo más frecuente es que no se recuerde nada al despertar.

Tanto las pesadillas como los terrores tienden a desaparecer por sí solos en la infancia. Los criterios para ser considerados un problema que hay que tratar son similares a los del miedo fóbico: que duren varios meses, que sean severos y que alteren de forma recurrente el sueño (más de dos o tres veces por semana). En este caso, hay que buscar en la actividad diurna del niño la fuente de estrés, ansiedad o miedo que los origina.

Después puede darse el llamado miedo desadaptativo o fóbico, que es un miedo intenso, irracional y desproporcionado, que va más allá de lo que sería razonable ante un peligro concreto. Este tipo de miedo puede producirse ante un estímulo que no es objetivamente peligroso, una muñeca, un animal pequeño e inofensivo o una luz tenue. No puede ser explicado ni razonado ya que está fuera del control voluntario y conduce a la evitación del objeto temido.

Para los más pequeños, es difícil distinguir un peligro real de otro imaginario y pueden sentirse muy asustados por algo que realmente no es tan peligroso. Es decir, este tipo de miedo de forma ocasional tampoco resulta preocupante, pero si el miedo permanece durante varios meses de forma intensa, y sobre todo si altera seriamente la vida del niño o de la niña, interfiriendo en sus actividades cotidianas, nos encontramos con un trastorno ante el que padres y educadores tienen que actuar, consultando a un especialista si la situación les desborda.

Mi propuesta didáctica está orientada a tratar las pesadillas y no los miedos fóbicos, ya que estos últimos no son tan comunes.

2.2. Importancia de la edad

Peña del Agua (1995) en su trabajo sobre la importancia de la edad en la evolución de los miedos infantiles señala como esta resulta ser un factor determinante, para ello realizó dos estudios uno transversal (comparando grupos de distintas edades en un momento dado), y otro longitudinal (siguiendo la evolución de los niños a lo largo del tiempo) con una muestra formada por 241 niños y niñas de 2º, 5º y 8º de EGB, y partiendo de tres hipótesis:

- La primera en la que considera que los niños de menor edad tienen más miedos que los niños de mayor edad.
- Una segunda hipótesis en la que plantea como los miedos de los niños disminuirán, únicamente, con el paso del tiempo.
- Y la tercera en la que plantea como cabe esperar que se dé una estabilidad de los miedos en cada uno de los grupos.

Los resultados obtenidos por esta autora muestran como *“con la edad disminuyen los miedos de los niños; también que existe una estabilidad de los miedos en cada uno de los grupos; no sucediendo lo mismo respecto de la segunda hipótesis, ya que los datos estadísticos alcanzados reflejan que los miedos infantiles no descienden por el mero paso del tiempo”* (Peña del Agua, 1995, 365)

Una gran variedad de estímulos se han identificado como acontecimientos provocadores de miedo, incluyendo desde objetos específicos hasta estímulos abstractos e imaginarios.

Holmes (1935) realizó un estudio, a través del cual concluye que con la edad se advierte una tendencia a la disminución del miedo. Sin embargo, el descenso de los miedos puede que no siempre esté en relación lineal con la edad.

Hay que señalar que, así como la ansiedad y las fobias, en la mayor parte de los casos, deben ser motivo de terapia, debido a las importantes alteraciones que ocasionan en la conducta adaptativa del sujeto, los miedos, en cambio, en la mayor parte de los casos no deben ser motivo de alarma o preocupación ya que muchos de los miedos infantiles, quizá todos en algún momento evolutivo, deben ser considerados como normales, del mismo modo que la mayoría de ellos se van desvaneciendo en el curso del desarrollo del niño.

Algunos de los miedos infantiles, se puede decir que son prácticamente universales, instintivos e innatos porque están presentes en todo ser humano desde que nace, por ejemplo, el miedo a los ruidos fuertes, el miedo a caer, etc. Otros miedos son muy frecuentes en nuestra cultura por lo que prácticamente todos los niños pequeños los padecen, tales como el miedo a la oscuridad o el miedo a objetos o personas extrañas. Por último, hay otros miedos que parecen estar culturalmente determinados, ya que suelen ser frecuentes en la edad adulta y no lo son en la infancia, por ejemplo, el miedo a determinados animales como las serpientes, etc.

Haciendo un breve resumen de los miedos en el niño desde el punto de vista evolutivo, podemos señalar que el niño nada más de nacer ya experimenta reacciones de miedo bien definidas. Estas reacciones se dan ante estimulaciones concretas y delimitadas y aunque las situaciones no son muy abundantes, las reacciones de miedo si son muy intensas.

Como bien apunta González (1990) a los seis meses aparecen otras respuestas de miedo, conceptualizadas, al igual que las anteriores, como innatas y filogenéticas. A partir de los seis meses y hasta los doce, se desarrolla el miedo a los extraños, otra reacción considerada por muchos autores y durante mucho tiempo como universal e innata, pero que en estos momentos comienza a ser puesta en duda la universalidad de tales conductas. Hay estudios que demuestran en este sentido, que tanto en la intensidad de la respuesta como en su aparición, intervienen otras variables relacionadas con la experiencia y aprendizaje previo del niño. El niño de un año tiende a reaccionar

con temor ante cualquier situación nueva. A los dos o tres años, los animales aparecen como objetos de temor para los niños.

A los cuatro o cinco años, los temores más frecuentes se refieren a personajes fantásticos e imaginarios (Bauer, 1976), a la oscuridad, pesadillas, quedarse solo, al daño físico, a las catástrofes, a la desaprobación social y a la muerte. En general, a partir de los cuatro-cinco años en la aparición y desarrollo de los miedos infantiles, es decisiva la influencia de los factores ambientales (culturales y educativos) que actúan a través de los adultos, padres y educadores, que más directamente están en contacto con el niño. Esto hace que a través del aprendizaje (observacional, condicionamiento, etc.) y del contagio afectivo, los niños vayan adoptando, en gran medida, los miedos de los padres (Hagman, 1932).

A partir de los nueve-diez años y hasta los catorce, los temores suelen estar relacionados con el rendimiento escolar, catástrofes, incendios, contraer enfermedades, morir, etc.

Pérez (2007) afirma que los miedos infantiles varían con la edad. Aparecen, desaparecen y cambian a medida que el niño o la niña crece y madura. Algunos de los más característicos son el miedo a la separación de las figuras de apego, a los extraños y a los estímulos intensos y desconocidos. Estos miedos, presentes en todas las culturas, tienen gran valor para la supervivencia y van desapareciendo a medida que la criatura va siendo más independiente, adquiere mayor movilidad física y establece una relación más estable y segura de las figuras de apego.

El temor a los animales suele darse entre los dos y los cuatro años, y el miedo a los médicos, a las tormentas y a los seres imaginarios, entre los dos y los seis años.

El miedo a la oscuridad es muy habitual. Suele aparecer alrededor de los dos años y desaparecer en torno a los nueve. Muy a menudo está asociado con otros miedos, como seres imaginarios, monstruos, ladrones...

La mayoría de los temores disminuyen hacia los seis años; en cambio, a partir de esa edad, se hacen más frecuentes el miedo al daño físico (ataques, accidentes o enfermedades), el miedo al ridículo o la fobia escolar.

Algunos estudios encuentran que las niñas suelen ser más miedosas a partir de los once años. Según la explicación biológica, la mujer tendería a ser más temerosa por estar menos dotada físicamente para protegerse de los peligros, y tendría una necesidad adicional de protección durante el embarazo y la crianza. La explicación cultural señala las diferencias en la socialización; la tendencia a sobreproteger más a las niñas y a inducir en ellas más respuestas de miedo ante desconocidos. Cuando las niñas manifiestan temor, los adultos suelen ser más permisivos y prestar más atención; culturalmente, las respuestas de temor se consideran más propias de niñas que de niños. Según los estereotipos sociales, el hombre tiene que ser más valiente, más arriesgado y protector (no olvidemos que en muchos cuentos la princesa tiene que ser salvada y protegida por el valiente caballero). Los niños y niñas van percibiendo todo ello a lo largo de su infancia. Los educadores tienen que estar especialmente atentos para no reforzar para no reforzar estos estereotipos, ya que los mensajes se transmiten a veces de forma muy sutil.

Según Pérez (2007) hay una serie de factores que inciden en la aparición del miedo durante los primeros años.

En primer lugar, factores relacionados con los avances en la maduración y el aprendizaje ya que la frecuente aparición de miedos a lo largo del desarrollo se explica, en parte, por procesos complementarios como:

- El aumento de la capacidad receptiva, por lo que el niño cada vez distingue e identifica mejor los peligros.
- El desarrollo de la capacidad simbólica y de representación que hace que recuerde mejor el pasado y prevea mejor el futuro.
- La mayor información y experiencia sobre la realidad, por lo que se da más cuenta de las situaciones que pueden ser dañinas.

- La menor capacidad para distinguir claramente lo real de lo imaginario, pudiendo creer sin dificultad en la aparición de seres imaginarios aunque los adultos traten de razonar con ellos y nieguen reiteradamente esa posibilidad.
- La capacidad para captar muy eficazmente las señales del nerviosismo y temor de los adultos, que hace que los miedos infantiles suelen estar en gran parte relacionados con el tipo de preocupaciones y temores de los adultos.
- La presencia de estilos educativos sobreprotectores que transmiten ideas relacionadas con un mundo lleno de peligros, impidiendo a las criaturas exponerse a situaciones difíciles y temores, lo cual les dificultará desarrollar independencia y seguridad para enfrentarse con ellos.

Otro grupo de factores tienen que ver con experiencias traumáticas. Tener un accidente con heridas o muertos, sufrir un ataque violento de un animal o una persona, una separación brusca y angustia, la visión de una película terrorífica... pueden desencadenar un miedo intenso que dure varios días o semanas y/o lo que se denomina estrés postraumático: recuerdos constantes e invasivos de lo sucedido, estado de alerta y evitación de todo lo que recuerde la experiencia traumática.

Sin embargo, una única experiencia no suele ser suficiente para provocar un miedo permanente y desadaptativo que origine daños a largo plazo y se prolongue hasta la vida adulta. Para ello se requiere que la ansiedad o el estrés sean más continuados, por ejemplo, un caso de malos tratos.

En ocasiones, la permanencia de la ansiedad y el estrés se produce al tratar de evitar el objeto temido de forma constante y sistemática. Por ejemplo, cuando después de un accidente de coche la persona rechaza de forma ansiosa subirse a cualquier medio de transporte. Cuanto más lo evite, más temible le parecerá la idea de estar dentro de un coche, más ansiosa se sentirá al pensarlo y más tenderá a evitarlo, con lo que el miedo tenderá a cronificarse. Quien huye cada vez siente menos control y menos capacidad de hacer frente a la situación, lo que interferirá seriamente en su vida cotidiana. Por ello, es

estos casos hay que ayudar a la persona a enfrentarse lo antes posible con su miedo de forma suave y progresiva.

Las reacciones de las personas que rodean a la criatura cuando tiene una experiencia desagradable son fundamentales para tranquilizarla o, por el contrario, desarrollar el miedo. La actitud ansiosa y temerosa de una persona significativa para ella, transmite la impresión de que realmente la situación es muy amenazante, lo que hará más fácil que el miedo se mantenga.

Y finalmente las influencias genéticas y biológicas también son un factor que incide en la aparición del miedo. Pérez (2007) considera que el componente genético o biológico puede influir a la hora de tener una mayor sensibilidad y susceptibilidad ante los estímulos. Lo que se hereda es una mayor tendencia a sufrir taquicardia, temblor, sudoración así como una mayor lentitud para reducir dicha activación. Por otro lado, cuando un niño se siente cansado o está enfermo puede mostrarse también más vulnerable y susceptible ante los estímulos que pueden originar temor.

Generalmente, a medida que los niños van madurando y avanzando en sus aprendizajes, van adquiriendo más seguridad y autocontrol, y los miedos evolutivos van desapareciendo. Para el niño son muy importantes tanto su entorno educativo como las personas que le rodean ya que pueden facilitarle la superación de estos temores, prevenir los miedos excesivos y ayudarle a superar los miedos desadaptativos.

2.3. Pautas de intervención

Como bien afirma Pérez (2007) la forma principal para prevenir los miedos excesivos consiste en facilitar a los niños que consigan tener confianza en sí mismos, lo que les hará sentirse capacitados para superar y controlar las preocupaciones y los temores. Entre las medidas preventivas a tener en cuenta podemos destacar:

- Crear un ambiente de seguridad afectivo, con vínculos seguros de apego, en el que el niño o la niña sienta que se le apoya y valora positivamente, en el que se tengan en cuenta sus avances y esfuerzos. De esta forma, tendrá menos temor a enfrentarse con las dificultades y más oportunidades para adquirir autocontrol.
- Fomentar una independencia adecuada para cada edad, así la criatura aprenderá a valerse por sí misma. Al permitirle que realice sin ayuda todas las actividades posibles –vestirse, lavarse...- conseguirá sentirse segura de sus posibilidades para enfrentarse con lo que teme.
- Facilitar el contacto desde pequeños con personas diferentes y en distintas situaciones. Esto disminuye la dependencia excesiva en relación con los padres o adultos a los que la niña o el niño está vinculado, y le hace más flexible para enfrentarse con la incertidumbre y las situaciones novedosas.
- Tratar de mantener los propios miedos bajo control, intentando no manifestarlos delante de la criatura, mostrando tranquilidad y serenidad siempre que se pueda. Los temores que se aprenden por la observación de modelos miedosos significativos para el niño o la niña no se eliminan fácilmente.
- Evitar la utilización del miedo para disciplinar: “Si no comes, te llevaré al médico para que te ponga una inyección”. Usar el miedo para conseguir algo puede resultar muy eficaz momentáneamente, pero la criatura se volverá más miedosa.
- Seleccionar los programas de televisión, películas, historias y cuentos que ve o lee, evitando los que sean excesivamente terroríficos y violentos. La dificultad para distinguir lo real de lo imaginario llevará al niño a pensar que también puede sucederle a él.

Además, un elemento fundamental a tener en cuenta es como ante los miedos infantiles normales y ocasionales, es preferible no dar demasiada importancia ni prestar excesiva atención. Suelen ser miedos pasajeros que desaparecen por sí solos, teniendo en cuenta como si los padres o educadores se angustian

ante esos miedos o protegen el exceso a la criatura, pueden contribuir a su mantenimiento. Algunas pautas de intervención ante los miedos infantiles son:

- No se trata de ignorar la situación, sino de aceptar el miedo del niño con naturalidad, y permitirle expresar sus sentimientos de forma natural: <<¿Tienes miedo a la oscuridad? Bueno, todos tenemos miedo alguna vez, ¿quieres llevarte una linterna?>>. Por el contrario, reñirle, ridiculizarle, etc. cuando tiene miedo puede producirle sensación de desamparo y ansiedad, sentimientos de baja autoestima y pérdida de confianza en sí mismo, lo cual le dificultará superar sus miedos.
- Suele ser eficaz distraerle con actividades entretenidas y agradables cuando experimenta temor: jugar con la criatura, mostrarle objetos atractivos...de forma que no huya de la situación, sino que se quede en ella y vea que no sucede nada. Sin embargo, un exceso de atención, con demasiadas caricias, mimos o caprichos cuando tiene miedo, puede hacer que éste se refuerce y aumente, especialmente si en la vida cotidiana el niño o la niña no recibe con frecuencia estas atenciones.
- Intentar convencer a la criatura de que sus miedos son infundados o absurdos no suele dar resultado. Es más, en ocasiones, los intentos racionales por convencerle pueden tener el efecto contrario.
- Cuando el miedo es persistente, hay que dar oportunidades al niño o a la niña de enfrentarse poco a poco con la situación temida, reforzándole cada vez que se acerque con palabras de ánimo y elogio.
- Son útiles los cuentos, historias y películas en las que los personajes se enfrentan poco a poco con su miedo y consiguen superarlo.
- En relación con el miedo ante seres imaginarios (brujas, monstruos...), suele dar resultado desmitificar el objeto temido, pensando en él de forma más cercana y menos amenazante.
- Respecto a las pesadillas, hay que evitar en lo posible prestar excesiva atención a la criatura, para que el hecho de despertarse por la noche no se convierta en un hábito. Puede ser necesario ir a tranquilizarla a su cama si

está muy asustada, proporcionándole atención y afecto, pero es preferible hablar, actuar y quedarse el menos tiempo posible.

- En los terrores nocturnos, que se producen en una fase de sueño más profundo es preferible no despertar.

Cuando los miedos pasan a ser desadaptativos o fóbicos las técnicas más eficaces son las que consiguen que la criatura se enfrente con los objetos y situaciones que le causan miedo, hasta que éste desaparece. Se trata de que se habitúe a lo que teme, vea que no sucede nada dañino y se sienta con control de la situación. De esta forma dejará de evitar el objeto temido y superará el miedo.

La exposición puede ser real –enfrentarse realmente a la situación temida; por ejemplo, ir acercándose poco a poco a un perro-, o imaginada –figurarse o representar la situación temida, como si se estuviera cerca de un perro-. Las investigaciones han demostrado que la exposición es más eficaz y rápida cuando es real que cuando es imaginada. Sin embargo, esta última puede utilizarse cuando sea difícil la aplicación de la primera, por ejemplo si el niño o la niña tiene excesiva angustia o reticencia a enfrentarse con el objeto; cuando éste sea imaginario (brujas, monstruos...) o cuando la situación real sea difícil de manejar para el adulto. Las nuevas tecnologías ofrecen posibilidades de inmersión en una realidad virtual con el objeto temido y sin peligro, aunque no llega a ser tan efectiva como la exposición real.

Cuanto más se implique el niño en la situación, más eficaces serán las exposiciones. Éstas se presentan en forma de juego y adaptadas a las características de cada uno, de tal forma que el nivel de ansiedad sea mínimo cada vez que se enfrente a la situación temida. El principio hay que seguir es que se sienta cada vez más capaz y con más habilidades para tomar contacto activo con las cosas que teme. Cuando el niño o la niña consigue un avance en su enfrentamiento, hay que elogiarle o premiarle. Las técnicas que se han demostrado mas eficaces en el tratamiento de miedos y fobias están relacionadas con la exposición a imágenes o escenificaciones emotivas o la desensibilización sistemática.

3. PROPUESTA DIDÁCTICA

Como bien he apuntado con anterioridad, la propuesta didáctica está pensada para ser desarrollada en una clase de tercero de Infantil. Contamos con un aula amplio (anexo 1) donde se podrán llevar a cabo cómodamente muchas de las actividades propuestas. Las actividades que aparecen a continuación, son un claro ejemplo de cómo tratar en el aula dicho tema y puede resultar muy útiles para todos, tanto docentes como alumnos, a nivel pedagógico. Con ellas intentamos que se vean los miedos como algo natural de todo ser humano, cuyas consecuencias si se trabajan poco a poco y desde la infancia, pueden tener unas consecuencias muy positivas.

Se combinan actividades dinámicas con otras que no lo son tanto pero no por ello dejan de ser interesantes. A su vez, damos mucha importancia a la literatura infantil ofreciendo una gran bibliografía de cuentos y álbumes ilustrados porque a través de ellos, aunque a veces no se les vea sentido, transmitimos a los niños muchos sentimientos y son una gran fuente de aprendizaje.

3.1. Objetivos por áreas

AREA	OBJETIVOS GENERALES	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Conocimiento de sí mismo y autonomía personal	<ul style="list-style-type: none">- Mostrar actitudes generosas y solidarias.	<ul style="list-style-type: none">- Respetar a los iguales y a los materiales.- Participar activamente en los juegos y actividades propuestas.- Respetar de las normas por parte de los niños.- Saber que tienen que tener autocontrol tanto dentro del aula como en su vida cotidiana.
Conocimiento del entorno	<ul style="list-style-type: none">- Entender que los miedos nos pueden aportar numerosos beneficios	<ul style="list-style-type: none">- Conocer la variedad de tipos de miedos infantiles existentes.- Mostrar interés por los miedos infantiles.
Lenguaje: comunicación y representación	<ul style="list-style-type: none">- Saber trabajar con el resto de sus compañeros.- Concienciar a los niños de la importancia que tiene la participación	<ul style="list-style-type: none">- Mejorar la lecto-escritura mediante la realización de las diferentes actividades del proyecto.- Conocer las principales diferencias

	<p>de sus familias en el aula.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar las habilidades comunicativas. 	<p>entre las pesadillas y los terrores nocturnos.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar las habilidades comunicativas a través de la participación activa durante las sesiones.
--	---	---

3.2. Contenidos por áreas.

ÁREA DE CONOCIMIENTO DE SÍ MISMO Y AUTONOMÍA PERSONAL

OBJETIVOS	CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
- Respetar a los iguales y a los materiales.	- Respeto a sus iguales y materiales.	- Los niños han demostrado respeto hacia los materiales y hacia los iguales.
- Participar activamente en los juegos y actividades propuestos	- Participación activa.	- Los niños han participado con entusiasmo en todas las actividades propuestas.
- Respetar las normas por parte de los niños.	- Respeto de las normas de convivencia.	- Han respetado las normas establecidas.
- Saber que tienen que tener autocontrol tanto dentro del aula como en su vida cotidiana.	- Conocimiento de la importancia del autocontrol en todos los ámbitos.	- Han mostrado autocontrol tanto dentro del aula como fuera.

ÁREA DE CONOCIMIENTO DEL ENTORNO

OBJETIVOS	CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
- Conocer la variedad de tipos de miedos infantiles existentes.	- Tipos de miedos infantiles	- Los niños han sabido diferenciar los distintos tipos de miedos infantiles.
- Mostrar interés por los miedos infantiles.	- Interés por los miedos infantiles	- Han mostrado interés por los miedos infantiles.

ÁREA DEL LENGUAJE: COMUNICACIÓN Y REPRESENTACIÓN

OBJETIVOS	CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
- Mejorar la lecto-escritura mediante la realización de las diferentes actividades del proyecto.	- Mejora de la lecto-escritura a través de las diferentes actividades.	- Han avanzado en cuanto a la lecto-escritura.
- Conocer las principales diferencias entre las pesadillas y los terrores nocturnos.	- Conocimientos de las diferencias entre las pesadillas y los terrores nocturnos.	- Han sabido decir diferencias entre las pesadillas y los terrores nocturnos.
- Desarrollar las habilidades comunicativas a través de la participación activa durante las sesiones.	- Desarrollo de las habilidades comunicativas.	- Han mejorado en cuanto a sus habilidades comunicativas.

3.3. Principios metodológicos.

La metodología que voy a llevar a cabo en este proyecto, estará fundamentada en una serie de principios teóricos elaborados por Parra (2005). Estos principios, se pueden trabajar de manera complementaria en la elaboración de objetivos y actividades que se van a llevar a cabo en el aula.

Además, se les debe tener en cuenta tanto en la planificación del proyecto como en su evaluación, con el fin de conseguir el aprendizaje significativo del niño a través de las actividades que desarrollaremos. Estos principios son los siguientes:

3.3.1. Principio de interacción con el medio.

En este principio lo que queremos conseguir es que el niño tenga un contacto directo con la realidad que le rodea, a través de experiencias que desarrollen en el niño un interés por los miedos infantiles.

Según Piaget (1969), *“las estructuras mentales se construyen por interacción entre las actividades del sujeto y las reacciones del sujeto”*, por lo que debemos crear experiencias significativas entre el niño y los miedos en cuestión.

3.3.2. Principio de actividad.

La base esencial que queremos conseguir de este principio, es que el niño se convierta en un sujeto activo durante la realización del proyecto, el cual debe ser dinámico y estar motivado en las actividades que elaboraremos. Además, ellos mismos pueden aportar información y conocimiento sobre los miedos infantiles a través de investigaciones realizadas por ellos mismos o con ayuda de los padres.

Se realizarán actividades donde se estimulará la actividad mental y motivadora del niño, donde los niños podrán moverse libremente por el aula, manipular cuentos o elaborar trabajos manuales cooperativos, en los cuales cada uno

de ellos debe aportar y trabajar de manera equitativa y mostrando interés de lo que llevaremos a cabo en el aula

Para crear un proyecto donde los niños sean activos se seguirán las condiciones elaboradas por Parra (2005), las cuales son las siguientes:

- Elaboración de actividades que surjan en el niño un interés y una curiosidad hacia ellas.
- Fomentar la participación de aquellos alumnos que muestren dificultades y adaptarlas tanto a ellos como al resto del grupo, pero a la vez intentando causar en el niño un esfuerzo por aprender y reflexionar.
- Actividades que incluyan todas las capacidades que posee el alumno, tales como sensorio-motriz, emocional, cognitiva etc.
- Las actividades deben ser dirigidas y orientadas por el profesor, donde los niños pueden ellos mismos elaborar o crear actividades o juegos que se pueden introducir en el plan de trabajo del docente.
- Preparación de juegos o actividades que no carezcan de sentido y que sean útiles para el niño en un futuro, además de que estas sean motivadoras y atractivas en el alumno.
- Debemos descartar la realización de actividades o especialmente fichas, que sean meramente una reproducción de modelos o de memorizar información o datos concretos, ya que no se consigue en el niño una reflexión e investigación hacia ellos, sin obtener un aprendizaje significativo que le puede ayudar en el futuro.
- Desarrollar principalmente actividades de carácter procedimental, donde el niño pueda desarrollar sus capacidades de destreza e ingenio sobre las de carácter cognitivo.
- Conseguir en el niño un desarrollo de su autonomía a través de actividades que requieran en el niño crear un esfuerzo personal y cognitivo.

3.3.3. Principio de juego:

Fomentaremos la aparición de situaciones que promuevan el juego simbólico, tanto durante las actividades como durante el juego libre por rincones.

Debemos tener siempre en cuenta el gran valor didáctico del juego, que le permite los niños explorar, comunicarse y aprender de manera lúdica.

3.3.4. Principio de interés.

A través de este proyecto, busco acercar a los niños hacia el mundo de los miedos infantiles. Trato de fomentar el interés hacia ellos entre los alumnos. E incluso se podrá llegar a transmitir a sus familias para la realización de investigaciones fuera del aula.

3.3.5. Principio de globalización.

Mediante la explicación de los diferentes miedos infantiles, el niño entenderá que existe una gran diversidad y que esta, engloba un número infinito de posibilidades.

3.3.6. Principio de integración.

Basándonos en este principio, quiero que todos los alumnos estén integrados por igual, independientemente de sus capacidades o posibles diversidades funcionales. Por lo tanto, hay que entender la diversidad como algo positivo, una fuente de conocimiento y de aprender a respetar a los demás. Siempre deben valorar las aportaciones de cada niño, teniendo en cuenta su capacidad intelectual. Además no debemos olvidar mostrar interés por los niños más introvertidos/pasivos y que se muestran reacios a comunicarse.

3.4. Papel del maestro.

Por otro lado está el papel del maestro. El maestro es un modelo y un transmisor-mediador de los valores humanos por lo que no es un mero comunicador de saberes.

Como parte de la metodología señalamos un total de 4 modos de intervención didáctica, los cuales indicio y explico a continuación:

3.4.1. El silencio

Se trata de que se de en el aula un silencio activo que propicie un buen ambiente de trabajo.

3.4.2. La vigilancia

Este es uno de los medios más eficaces de que disponen los maestros para trabajar en la educación de los niños y jóvenes, que se traduce en una solicitud constante del maestro que no pierde de vista a los alumnos, a fin de preservarlos de todo peligro físico y moral, y de formarles la conciencia con el recuerdo de sus deberes.

3.4.3. Las señales

La señal se usa en lugar de la palabra, con lo cual se economiza tiempo y se reserva el uso de la palabra para los momentos claves de la función educadora: explicaciones, hacer reflexionar a los alumnos...

3.4.4. Los estímulos motivadores (recompensas, castigos, encargos)

Ciertas corrientes pedagógicas de algunas escuelas han criticado todo el sistema tradicional de emulación: premios y castigos. En algunos aspectos esta crítica es razonable, sobre todo si la práctica de la estimulación es rutinaria, caprichosa y poco asumida por los alumnos. Por otro lado, no parece educativo

arraigar en los niños el hábito de la competitividad a ultranza. Por evitar este riesgo se ha abandonado todo sistema de estimulación (o por el contrario, se ha llegado a la práctica actual de la sobresaturación de recompensas) que ha producido un tipo de alumnos desmotivados y un segundo tipo de estudiantes instalados en un cierto sentimiento de impunidad, situaciones ambas que manifiestan lo que se ha llamado el analfabetismo ético: todo es igual, todo da lo mismo: nada está ni bien ni mal.

Recompensas: Los maestros darán de vez en cuando recompensas a los alumnos que cumplan con mayor exactitud sus deberes.

En cuanto a los castigos, se insiste continuamente en que sean pocos, eficaces y que lleven unidas “la suavidad y la firmeza”.

Los encargos son una forma de estimulación positiva, a la vez que una manera de promocionar la participación de los alumnos en la vida y en el funcionamiento de la escuela.

3.5. La organización del aula.

Con respecto a la organización de la escuela, es importante tener en cuenta la atención a la diversidad. Esta deberá reinventar agrupaciones flexibles para dar respuesta a las necesidades educativas de cada alumno. La escuela de hoy tiene esta idea muy clara: entre lo individual y lo grupal está el grupo pequeño al que el maestro se puede dirigir con eficacia.

En función de la eficacia, los tiempos destinados a la realización de este proyecto estarán bien marcados desde el principio, aunque con la suficiente flexibilidad, como para adaptarse a situaciones diversas.

La ordenación de los espacios también es un aspecto muy importante que tenemos en cuenta en el presente proyecto. La escuela de hoy considera el espacio escolar como un elemento más al servicio de la eficacia de la actividad educativa. La organización o distribución de la clase (mesas o bancos) también estará en función de las tareas que se han de realizar y no por mera estética.

En todo caso, no se busca sino la funcionalidad: la luz, la ventilación, la limpieza, la amplitud de espacios, porque en cualquier humilde inmueble bien distribuido y organizado convenientemente se puede realizar la actividad educativa. Debiendo predominar siempre la higiene y limpieza, buen gusto.

3.6. Recursos materiales y humanos.

A continuación me gustaría exponer los recursos materiales con los que cuento en el aula para la realización del proyecto.

Para la selección de los materiales he tenido en cuenta que cumplan con una serie de condiciones, como por ejemplo: que se adapten a la edad de los niños del aula, que sean seguros para ellos, que sean originales y que despierten en los niños emociones, sentimientos y aprendizajes.

Más concretamente, contamos en el aula con dos tipos de materiales: fungibles y no fungibles. Los primeros, los fungibles, son aquellos materiales que con el uso se van desgastando como son: los lápices, las pinturas, los rotuladores, las tizas, las gomas, los gomets, pegamentos, cartulinas, folios etc. Estos materiales se organizarán de la siguiente forma: cada equipo tendrán un recipiente con rotuladores, otro con lápices y otro con pinturas. Por lo que respecta a otros materiales fungibles como son los gomets, pintura de dedos etc, la profesora será la encargada de cuidar de él y de guardarlo en un lugar que no esté al alcance de los niños ya que es un material que les llama mucho la atención y pueden malgastarlo. En lo que respecta al segundo bloque de materiales, los no fungibles, son aquellos que tras ser usados muchas veces no desgastan. Algunos ejemplos de estos son: bits de inteligencia, cuentos, álbumes ilustrados, etc.

Por lo que respecta a los recursos humanos me gustaría destacar que es algo que he tenido muy presente a lo largo de todo el proyecto. He decidido separar estos recursos por internos y externos.

Los recursos humanos internos son aquellos que están presentes en el colegio y son: tutor o tutora del grupo, compañero o compañera docente de la misma etapa, conserje, especialista de inglés, especialista de música, especialista de psicomotricidad y especialista de religión.

Los recursos humanos externos son los que se encuentran alrededor del entorno más cercano del niño y que tienen una alta influencia en el niño. Algunos ejemplos de estos recursos son: la ciudad o pueblo en la viven, las familias, el ayuntamiento, los comercios.

Cree que es imprescindible la participación de las familias, no sólo en este proyecto sino en todas las etapas educativas y momentos de sus hijos e hijas. He intentando integrar a las familias de la mejor forma posible en el desarrollo del proyecto.

3.7. Organización

En cuanto a la organización de este proyecto es importante apuntar como bien se puede ver en *Anexo 2*, que las actividades en principio se llevarán a cabo entre las 10:00h y las 11:25 h, todos los días de lunes a viernes.

3.8. Actividades

A continuación os presentamos una serie de actividades las cuales han sido pensadas para llevarlas a la práctica en el aula. Dichas actividades han sido divididas en cuatro grupos: de inicio, de desarrollo, de ampliación y de evaluación.

3.8.1. Actividades de inicio:

Actividad nº 1:	ASAMBLEA
<p><i>Antes de empezar a hacer las actividades en sí de este proyecto, daremos una explicación a los niños sobre la misma, resaltando los puntos más importantes. En este caso se les presentará el tema sobre el que vamos a trabajar durante el próximo mes. Asimismo, les diremos que vamos a preguntarles qué cosas saben sobre la telefonía móvil y todo lo que tiene que ver con ella. Dicho esto, la primera actividad será hacer una asamblea para saber qué saben los niños sobre este tema para así partir de sus ideas previas. Se desarrollará durante quince o veinte minutos para así dar la oportunidad de hablar a cada uno de ellos. De esta forma el aprendizaje de estos será más significativo, porque podremos partir de sus ideas previas y tratar aspectos que les gustaban y no sólo llevaremos a cabo actividades que nos resulten interesantes a nosotros sino también a ellos. Hacer esto les servirá para que se corrijan entre ellos cuando alguno/a diga algo que no sea del todo cierto. Esta actividad no se evaluará puesto el objetivo más bien es de simple observación y recogida de datos.</i></p>	

Actividad nº 2:	FICHA 1
<p><i>Mostramos lo que sabemos sobre los miedos infantiles. En esta actividad los alumnos deberán plasmar sobre una hoja todo aquello que se les ocurra sobre este tema, ya sea mediante dibujos como con palabras que sepan hacer. Se calcula que esto les llevará más o menos diez minutos.</i></p>	

Actividad nº 3:	¿A QUÉ TENEMOS MIEDO?
<p><i>Esta actividad consistiría en dar a todos los niños una hoja en la que tienen</i></p>	

que ir explicando mediante dibujos o palabras las cosas que les asustan o a las que tienen miedo. Creo que se podría hacer también en una asamblea pero se condicionarían unos a otros. Esto es una forma para conocerles mejor y de aquí irán surgiendo actividades posteriores en las que se trabajen distintos tipos de miedos. Una vez que todos los niños hayan hechos sus dibujos lo irán contando en voz alta al resto de la clase. La profesora, como una persona más dentro de la clase, también puede decir a qué tiene miedo y explicarles por qué. Esta es una actividad que se enlazará con la número 12.

Actividad nº 4:	BITS DE INTELIGENCIA
<p><i>La profesora con la ayuda de otros compañeros, fabricará varias tarjetas plastificadas (bits de inteligencia), las cuales enseñará en clase e irá preguntando uno a uno si saben lo que es (en ellas aparecerán imágenes de niños con diferentes expresiones –miedo, susto, etc.-) El niño o niña que acierte será premiado con un gomet. Será una actividad que se llevará a cabo un día en el que haya un hueco libre puesto que no se la dedicará mucho tiempo, simplemente unos diez minutos. Es importante decir que se hará cuando los niños ya hayan trabajado un poco el tema.</i></p>	

Actividad nº5:	ASOCIAMOS EL DIBUJO CON LA PALABRA
<p><i>Aprovechando la actividad anterior, les repartiremos una ficha en la que aparecerán 3 imágenes que ya han visto en los bits de inteligencia. Ellos deberán escribir lo que muestra la imagen. Está ficha está diseñada con el objetivo de que los niños desarrollen la destreza de la lecto-escritura. El objetivo es leer y escribir palabras relacionadas con la tecnología y se trabaja la competencia lingüística.</i></p>	

Actividad nº6:	NOS INVENTAMOS UN CUENTO
<p><i>Entre todos los alumnos deben crear un cuento en el que el tema principal sea algún tipo de miedo. La profesora recogerá las ideas en orden y luego, toda la clase acompañará esas ideas con dibujos. Se trata de una actividad larga, por lo que se puede tardar una hora o más en llevarla a cabo. Se harán descansos para que los niños no se aburran</i></p>	

Actividad nº7:	VEMOS UN VÍDEO
<p><i>Los niños realizarán un semicírculo frente a la pantalla del ordenador. Allí, les pondremos un vídeo infantil relacionado con los miedos. En este miedo les irán poniendo ejemplo para que se den cuenta de que todos tenemos miedo a algo, tanto las personas mayores como los niños. Después de haber visto el video, los niños podrán lanzar preguntas o dudas que tengan que ver sobre el vídeo y las cosas que se ven en él. También les explicaremos y les haremos un resumen del vídeo. La duración de esta actividad será de treinta minutos aproximadamente.</i></p>	

Actividad nº8:	EL MONSTRUO QUE SE COMIÓ LA OSCURIDAD
<p><i>Una actividad que se podría llevar a cabo en el aula sería leer a los niños el álbum ilustrado titulado: “El monstruo que se comió la oscuridad”. Con él, podrán disfrutar muchísimo viendo todas las imágenes que aparecen acompañadas del texto. Todos los niños creen que hay un monstruo bajo su cama, o en su armario, o escondido detrás de las cortinas, o quizá oculto bajo las sombras que forman los objetos cuando apagamos la luz.</i></p> <p><i>En el caso de Lorenzo (el protagonista del álbum) es verdad: hay un monstruo bajo su cama, uno pequeñito, pero hambriento, muy hambriento. Después de haber probado todo lo que el niño guarda bajo su cama, ve que nada le gusta.</i></p>	

Hasta que prueba a absorber la oscuridad del interior de una caja de cartón. Ay, amigo, ahí encuentra lo que andaba buscando, algo que por fin le va a llenar el estómago.

¿Pero qué pasa cuando la oscuridad se acaba? Sí, en ella habitan los monstruos más monstruosos (incluso los pequeñitos), pero también sirve como refugio para los zorros o para los conejos en sus madrigueras, en la oscuridad salen los buhos y los murciélagos,.. Es más, si no hubiera oscuridad, ¿cómo veríamos el brillo de la luna y las estrellas?

Este cuento, con una sencilla historia, hace que incluso la oscuridad, la inquietante y temida oscuridad, tenga su lado bueno: nos la muestra como descanso para nuestros ojos de la luz del día y como la aliada que nos «acuna» por la noche hasta que conciliamos el sueño. Este pequeño monstruo glotón sólo anhela llenar un vacío en su interior, un vacío que ni toda la oscuridad del universo puede llenar, hasta que descubre que lo único que le hace sentir mejor es saberse acompañado. Al final del cuento, Lorenzo necesita apagar la luz para dormir.

Os propongo que, esta noche, los que necesitan dormirse con la luz encendida, les propongáis hacerlo con la luz apagada.

Esta actividad es muy conveniente que se lleve a cabo cuando se sepa que un niño/a necesita dormir todos los días con la luz de su habitación encendida porque tiene miedo a la oscuridad.

Actividad nº9:	YA NO TENGO MIEDO
<i>Otra idea sería traer al aula un libro titulado: “Ya no tengo miedo”. Un libro con ventanitas para niños, en el que se habla de distintos tipos de miedos: a ir sólo a una fiesta, a dormir fuera de casa, a que nos renieguen, a las alturas, a dormir solito, ... y de lo importante que es hablar de ellos con toda naturalidad e intentar comprenderlos. Una vez leído dicho libro, puede que se sientan sorprendidos al darse cuenta de que todas las personas tenemos miedo a</i>	

algo. Con este tipo de actividad puede que los niños afirmen que sus padres no tienen miedo a nada porque son mayores y valientes, pero sería interesante hacer preguntas del tipo: ¿y no tienen miedo de que os perdáis? ¿de que os hagáis daño y os pase algo malo? Es entonces cuando admitirán casi seguro que sí que tienen miedo a algo.

3.8.2. Actividades de desarrollo:

Actividad nº10:	EL PASADIZO DEL TERROR
<p><i>Los miedos infantiles también se pueden trabajar en otras clases, en este caso es una actividad pensada para ser llevada a cabo en el aula de psicomotricidad. Cuando los niños llegan al pabellón, se encuentran con una pasadizo del terror por el que tendrán que pasar para llegar a la sala donde están todos los materiales. Allí dos profesores voluntarios les estarán esperando para disfrazarles de bruja, fantasma, etc. y para maquillarles. En dicho pasadizo casi no habrá luz por lo que puede ser un reto para más de uno, pero ahí entra en acción la figura del profesor ya que es él o ella quien debe acompañar a aquellos que les da miedo entrar y poner de referencia al resto de compañeros que son valientes y se atreven.</i></p>	

Actividad nº11:	CANCIONES
<p><i>Una actividad muy sencilla pero con bastante significado si se lleva a cabo correctamente en el aula, consiste en poner en clase dos canciones que hablan de los miedos: La bruja tonta y la brujita tapita.</i></p> <p><i>A los niños les suelen gustar mucho las canciones y tienen una gran memoria para aprendérselas, por ello, podemos hacer de esta actividad, aparentemente tan simple, una muy significativa.</i></p> <p><i>En primer lugar, les pondríamos la primera canción (la bruja tonta) varias</i></p>	

veces en distintos días para que no se aburran y cuando nos demos cuenta de que se la saben en mayor o en menor medida, entre todos tendrán que dibujar en un mural cosas que han escuchado en la canción y les han gustado. El mural se puede hacer con los materiales que el tutor o tutora considere oportunos (temperas, ceras, etc.)

Haríamos lo mismo con la otra canción. Es actividad puede desarrollarse en unas dos semanas.

Actividad nº12:	PÓCIMA MÁGICA DE LOS MIEDOS
<p><i>Aprovechando la actividad de inicio en la que los niños mostraban sus miedos, entre todos (incluso con la colaboración de las familias), haremos una “pócima mágica” con papel de periódico, cola, tempera, etc. Dicha pócima la colocaremos en el hall del colegio para todos los alumnos del colegio la puedan ver. la actividad consiste en que cada niño, de uno en uno, coja el dibujo que ha hecho el día anterior y le meta a la pócima, de modo que será un miedo superado y olvidado.</i></p>	

Actividad nº13:	COMEMIEDOS
<p><i>Comemiedos es un álbum ilustrado en el que un hermano mayor explica a su hermano pequeño que para no tener miedo por las noches él llama a Comemiedos. Es un ser invisible que es capaz de comerse todos los miedos que existen y, cuando viene, notas su presencia sintiendo un calor muy agradable que penetra en el cuerpo hasta el corazón y, es tan agradable como un abrazo de la mamá o del papá.</i></p> <p><i>Este álbum podría ser leído por la profesora y algún niño que se ofrezca voluntario para mostrar las imágenes a sus compañeros. Se me ocurre que también puede venir un familiar de algún niño a contarlo. Les puede ayudar a</i></p>	

superar miedos porque potencia mucho la imaginación de los más pequeños.

Actividad nº14:

¡FUERA DE AQUÍ, HORRIBLE MONSTRUO VERDE!

Este cuento es un clásico de la literatura contemporánea y ayuda a los más pequeños a controlar sus miedos. Al abrir este sorprendente libro lo primero que encontramos son dos grandes ojos amarillos. Al dar vuelta a la página nos damos cuenta de que son los ojos de un monstruo cuya horrible cara va apareciendo poco a poco: primero su larga nariz azul; luego sus afilados colmillos, hasta que se muestra totalmente. Pero ésta es sólo la mitad de la historia. Porque es en este momento cuando le gritamos al monstruo: ¡"No me asustas!" y le decimos ¡¡Fuera de aquí, horrible monstruo verde!! Al seguir pasando las páginas los rasgos espantosos del monstruo irán desapareciendo, y el monstruo con ellos. El final que podemos leer en el cuento es genial: "Y no vuelvas más, hasta que yo lo diga!".

Actividad nº15:

SESIÓN TERRORÍFICA

Otra actividad que se puede realizar en una hora de psicomotricidad consiste en que cada niño decida qué personaje terrorífico quiere ser y que se convierta en él. Pueden elegir ser fantasmas, brujas, arañas, monstruos,... Todos estos seres necesitan un castillo donde cobijarse y entre todos harán uno con materiales de psicomotricidad (aros, colchonetas...) para cobijarse. De repente, mientras que todos estén inmersos en su juego aparecerán un fantasma y una bruja "casi de verdad". ¡Qué revolución! Para terminar una sesión tan llena de emociones, se puede hacer un juego de relajación para tranquilizarnos.

Actividad nº16:	UN MONSTRUO MUY ESPECIAL
<p><i>El resumen de este cuento sería el siguiente: “Los hijitos del señor y la señora Monstruo han salido del cascarón. El primero es ESPANTOSO. Le sigue su hermano, HORROROSO. Pero entonces aparece el tercer monstruito...Y es tan diferente: muy suave, muy tierno y de color ROSA. ¡Menuda sorpresa! Va a ser un monstruo especial y se va a llamar SORPRESITA”.</i></p> <p><i>A partir de este cuento podemos encontrar un truco para cuando nos aparezca un monstruo que nos asuste, pensaremos en Sorpresita y el monstruo feo desaparecerá.</i></p> <p><i>A parte de contar el cuento, se fijarán en los dibujos, lo dramatizarán y pueden jugar a dar sustos al estilo de Espantoso, al de Horroroso y al de Sorpresita.</i></p>	

Actividad nº17:	¿POR QUÉ GRITA EL PROTAGONISTA DEL CUADRO?
<p><i>Aprovechando el rincón de plástica que suele haber en todas las clases, formamos 4 o 5 equipos para que reproduzcan el cuadro de un pintor famoso. Uno de los cuadros sería “El grito” de Edvard Munch.</i></p> <p><i>Aprovechamos esta obra para hacerles preguntas: ¿por qué gritaba el señor? ¿tendría miedo? ¿a qué podría tener miedo?</i></p> <p><i>De unas preguntas tan simples pueden salir grandes ideas.</i></p>	

Actividad nº18:	NOS CONVERTIMOS EN EL CUADRO “EL GRITO”
<p><i>Aprovechamos que ya hemos hablado de ese cuadro anteriormente para hacer otra actividad. Haremos una foto individual a cada niño, pero estos tienen que poner cara de susto (imitar al cuadro). Una vez hecho esto, en la sala de informática, deformarán su cara con un programa que habrá sido instalado previamente. Más tarde, la profesora pegará la foto de cada uno en</i></p>	

una cartulina y ellos tendrán que pintar su propio cuadro en el que ellos serán los protagonistas.

Actividad nº19:	¡SOMOS FANTASMAS!
<p>Como este proyecto se va a llevar a cabo en el mes de octubre, en Halloween tendrá lugar un taller de decoración en el que las familias confeccionarán unos terroríficos disfraces de fantasma. La elaboración será sencilla, se usarán bolsas de plástico y una careta hecha con cartulina blanca con forma de fantasma.</p>	

3.8.3. Actividades de ampliación:

Actividad nº20:	RINCÓN DEL MIEDO
<p>Sería muy interesante incorporar en la clase un rincón en el que puede haber cuentos que hemos leído en clase o que ellos mismos traen, dibujos, muñecos, etc. Esta actividad no tiene una duración fija puesto que se podrá incorporar cosas al rincón durante todo el tiempo que dura este proyecto. Sería un lugar en el que durante el juego libre o por rincones ellos puedan utilizar para que no sea una mera exposición.</p> <p>El título del rincón lo harían los niños con la ayuda de la profesora, recortando y decorando letras.</p>	

Actividad nº21:	NOS ESCONDEMOS
<p>Una actividad sencilla pero que seguro que les encanta, es meterse debajo de unas bolsas de plástico negras que pueden estar en una esquina de la clase, para leer cuentos a oscuras con la ayuda de una linterna.</p>	

Actividad nº22:	POESÍA “TENGO MIEDO”
<p><i>Les daremos una ficha a cada uno en la que vendrá escrita la poesía (Anexo 3) con dibujos que luego, después de aprendérsela y recitarla en voz alta varias veces, tendrán que pintar.</i></p>	

Actividad nº23:	POESÍA “LOS MONSTRUITOS”
<p>Les repartiremos un papel con la poesía impresa a cada uno para que intenten leerla ellos mismos.</p> <p>El objetivo es que se la aprendan y la reciten a otras clases.</p> <p style="text-align: center;"> <i>La bruja Pruja no tiene poder perdió sus tres escobas y no sabe qué hacer. Al pobre vampiro la caries le atacó, con tantas golosinas los colmillos perdió. Fantasmas por aquí, brujas por allá, fantasmas, brujas...JAJAJA. El pobre fantasma la sábana enganchó, cayó por la escalera y se hizo un chichón. Las momias, los zombis acaban de llegar, y piden bocadillos para merendar. Fantasmas por aquí, brujas por allá, fantasmas, brujas...JAJAJA.</i> </p>	

Actividad nº24:	CANCIÓN
<p>En Halloween también les podemos poner esta canción, titulada: los esqueletos, que aparece en Youtube y que pueden ir cantando.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=CYyRibaMQoA#t=58</p>	

Actividad nº25:	POESÍA “PARA SER UNA BRUJA TERRIBLE”
El procedimiento y el objetivo es el mismo que el de la actividad anterior. Creo que las poesías son muy beneficiosas para ser trabajadas en el aula por estar cargadas de contenido para trabajar (lecto-escritura, se trabaja la imaginación, etc.). Poesía: <i>Anexo 4</i> .	

Actividad nº26:	¡HACEMOS NUESTRAS MARIONETAS!
En Halloween, representaremos un teatro a todo el colegio. Para ello, entre todos y contando con la ayuda de las familias, elaboraremos una marionetas con fieltro de colores. Estas marionetas serán: brujas, fantasmas, monstruos, etc. Se inventarán una historia y también construirán el escenario de las marionetas, con madera y telas.	

Actividad nº27:	VIDEO “CONSEJOS PARA VENCER EL MIEDO”
El video es interesante y el objetivo de que lo vean es que superen los miedos. https://www.youtube.com/watch?t=78&v=v_In6fMGbHw	

38.4. Actividades de evaluación:

Actividad nº28:	“EL GATO QUE LE TENÍA MIEDO A LA NOCHE”.
Esta obra de teatro puede ser representada por los alumnos de quinto o sexto de primaria a los niños que hacen este proyecto, porque es algo complicada como para que la representen niño de infantil. Véase el texto completo de la obra de teatro en <i>Anexo 5</i> .	

Actividad nº29:	CUENTO: ¡FUERA PESADILLAS! (Elisenda Roca)
<p>Sería ideal leerle cuando tengamos en el aula algún niño que tenga miedo a la oscuridad porque el protagonista es un ejemplo de valentía.</p> <p>Con esta historia aprenderán a mejorar sus actitudes, a superar obstáculos y a reforzar valores de convivencia.</p>	

Actividad nº30:	VARIOS CUENTOS
<p>Leemos con nuestra familia. Algunos libros que podemos comprar para que los niños se los lleven de uno en uno cada semana para leerles en casa con sus familias , aparte de los nombrados con anterioridad en las otras actividades, recomendados para tratar los miedos infantiles son los siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Perro y Gato de Ricardo Alcántara. - El secreto de Óscar de Ricardo Alcántara. - El pequeño elefante y las noches sin luna de Carmen Blázquez Gil. - Chispina y la oscuridad de Hill Bolton. - Ramona la valiente de Beverly Cleary. - ¡Papá! de Philippe Corentin. - Chupi tiene miedo a la tormenta de Thierry Courtin. - Cuando tenía miedo a la oscuridad de Mireille D'Allancé. - Raquel tiene miedo de Agustín Fernández Paz. - Las sombras del pasillo de Agustín Fernández Paz. - La noche de Andrés Guerrero. - ¡Qué noche más ruidosa! de Diana Henry. - Los ruidos de la noche de Ángeles Jiménez Soria. 	

- ¿Quién tiene miedo a la tormenta? de Fanny Joly.
- Laura tiene miedo de Josep Lluch.
- ¡Miedo en casa! de Violeta Monreal.
- ¿Quién me asustará? de Marta Montaña.
- ¿Qué hay debajo de mi cama? de James Stevenson.
- La tormenta monstruosa de Jeanne Willis.

Actividad nº31:	¿CÓMO SE DICE?
<p>La actividad consistirá en leer un cuento (que sustituya palabras por imágenes) en inglés en el que aparezcan fotos de fantasmas, brujas, monstruos, etc. Los niños aprenderán vocabulario en otro idioma como: witch, ghost, monster, etc.</p>	

Actividad nº32:	EL ROMPECABEZAS GIGANTE
<p>Esta actividad consiste en armar varios rompecabezas de gran tamaño, en los que aparecerán imágenes de diferentes personajes que les den miedo. Previamente, las maestras deberán haber fabricado los rompecabezas, cuyas piezas serán del tamaño de una hoja de papel. La clase se dividirá por grupos y cada grupo tendrá que armar un rompecabezas. Después los grupos irán rotando para que todos hayan hecho todos los rompecabezas. El objetivo de la actividad es que los niños trabajen en grupo y desarrollen habilidades de memoria y atención. Además tendrán que moverse para colocar las piezas por su gran tamaño, lo que hará que sea también una actividad motora. La duración de la actividad puede oscilar entre veinte y treinta minutos, dependiendo del número de rompecabezas que haya.</p>	

Actividad nº33:	LIBROS Y CUENTOS
<p>A lo largo de la última semana de este proyecto, sería interesante leer a los niños una serie de cuentos y álbumes ilustrados que tratan los miedos infantiles. Algunos de ellos, los que yo destaco, son los siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El horrible monstruo al que le encantaba leer. - A mí no me comas. - Camuñas. - El pato y la muerte. - Donde viven los monstruos. - El tren de los monstruos. 	

3.9. Evaluación.

3.9.1 Evaluación del proyecto y sus fases.

La evaluación que llevaremos a cabo en el proyecto será de carácter global, refiriéndonos al conjunto de objetivos y capacidades adecuadas a nuestro proyecto de la telefonía móvil. Además, la evaluación también obtendrá un carácter continuo en todo momento, donde iremos recogiendo permanentemente datos e información durante todo el proceso de realización. Asimismo, contará con un carácter formativo, donde será capaz de aprender y reflexionar sobre nuestro proyecto a través de la información que les vamos transmitiendo.

Por otra parte, estableceremos unas fases elaboradas por Parra (2005), para todo el proceso de evaluación, donde tendremos que disponer de unas capacidades para ejecutarlas, como observación, imparcialidad, tener en cuenta el ritmo de aprendizaje cada niño etc. Estas fases son las siguientes:

1. Fase de determinación de los criterios de evaluación: En esta fase estableceremos los objetivos y criterios que queremos conseguir con este proyecto, siempre y cuando teniendo en cuenta las capacidades y ritmos de aprendizaje de los alumnos. Donde los objetivos serán tanto de carácter global como específicos por cada actividad realizada.

2. Fase de recogida de la información: Después de establecer los criterios por los que vamos a evaluar, debemos obtener información de qué conocimientos o destrezas a la hora de usar el teléfono han conseguido los niños para evaluarlos.

3. Fase de formulación de los juicios de valor y toma de decisiones: Se trata de la última fase y consiste en emitir un juicio propio sobre las mejoras y los cambios que percibes en el niño, y si ha mejorado las destrezas y habilidades a la hora de manejar el teléfono móvil y otros dispositivos digitales al final del proyecto.

Al hablar de la evaluación, inevitablemente, tenemos que hablar de los momentos que dedicaremos para realizarla. Por ejemplo, cuando los niños estén trabajando en clase, en grupos, observaremos cómo realizan la actividad, cómo utilizan el material, cómo se relacionan con sus compañeros etc. También, cuando hagamos las reuniones con los padres de los niños, nos referimos a las tutorías individualizadas, hemos de aprovechar toda la información que nos pueda aportar la familia ya que, como hemos dicho anteriormente, las familias es un pilar fundamental a la hora de rellenar la evaluación de sus hijos. Por otro lado, también haremos sesiones de evaluación donde hablaremos con el resto de docentes que imparten clase con nuestra aula. Trataremos de indagar y preguntar a los especialistas como ven a los niños en sus clases, como se comportan, como se desenvuelven etc.

3.9.2 Evaluación de los alumnos.

Lo que queremos conseguir evaluando a los alumnos en este proyecto, es recopilar información para saber si se muestra un proceso de mejora tanto de habilidades como de destreza a la hora de manejar el teléfono móvil, como de

conocimientos sobre el mismo como, por ejemplo, su evolución o las aplicaciones y usos internos.

Esta evaluación se hará de manera individualizada, mirando su mejoría desde el comienzo desde el proyecto hasta el final.

3.9.3 Evaluación de los docentes.

También llevaremos a cabo una evaluación a los docentes, ya que no sólo debemos evaluar a los alumnos y su proceso, sino también nuestra acción y nuestro compromiso con este proyecto en cuestión, a través del trabajo en equipo, de los materiales que tendremos que llevar al aula, intentar conseguir una participación de los padres dentro del proyecto, tener una buena organización tanto del tiempo del proyecto como del espacio a utilizar etc.

Una de las principales cualidades que debe tener un equipo de docentes, es que se deben repartir las responsabilidades y no solo mandárselas a una persona, sino que el proyecto es responsabilidad de todos y no echar la culpa a una sola persona si ha salido algo mal o que no estaba previsto. Debemos tener una buena organización dentro del equipo y estar siempre coordinados a la hora de elaborar actividades y juegos con los niños. Otra de la cualidades que vamos a evaluarlos, será la participación de cada uno de nosotros en el proyecto refiriéndonos con esto si nos hemos esforzado y nos hemos comprometido con él. Se debe evaluar si ha existido un ambiente positivo y calmado a la hora de elaborarle.

En cuanto a la evaluación de los docentes respecto a los padres, debemos saber si las reuniones y entrevistas realizadas con ellos han salido bien y si han resultado positivas para el buen desarrollo del proyecto, como por ejemplo a la hora de conseguir la participación de los padres dentro de él o que ellos mismos puedan ir un día durante el proyecto a explicar algo relacionado con la telefonía móvil. Todas estas cualidades de los docentes serán evaluadas a través de una autoevaluación tanto individual como en grupo al final del proyecto, teniendo en cuenta todas las características mencionadas con anterioridad.

3.10. Atención a la Diversidad.

En el proyecto que llevaremos a cabo se considerará la atención a la diversidad como la base de la educación actual. Debemos tener en cuenta que la expresión “atención a la diversidad” no se refiere únicamente a un tipo de alumnado con alguna discapacidad, sino a todos los alumnos del centro escolar.

La LOE establece (art. 19.1) que se ha de poner énfasis en la atención individualizada y se debe contemplar a cada individuo en función de sus necesidades, con el fin de prevenir las dificultades de aprendizaje. La atención a la diversidad se sustenta en una atención educativa de mayor calidad, centrada en el diálogo y la toma de decisiones conjuntas. Debe favorecer la integración escolar y la inclusión social, estar inmersa en el currículo y basada en la reflexión conjunta.

El objetivo será dar respuesta a las necesidades de todo el alumnado, así como prevenir y atender esas necesidades para poder actuar en consecuencia. Teniendo en cuenta la atención a la diversidad dentro del aula podremos poner en marcha nuestro proyecto, adaptándolo a nuestros alumnos y las necesidades que puedan presentar cada uno de ellos. Es también muy importante fomentar en los alumnos una actitud cooperativa, evitar la exclusión y las desigualdades entre los niños.

Consideramos que es necesario adaptar al mismo tiempo la práctica educativa a todos los niños y las particularidades de cada uno. Para ello, es imprescindible detectar primero esas necesidades y saber atenderlas en base a las demandas de cada alumno a nivel individual. Podremos llevar a cabo esta tarea analizando la situación de cada alumno, a través de intercambios con las familias y con otros docentes especialistas.

Podemos atender a la diversidad de diferentes maneras, reforzando determinadas áreas y aspectos que sean necesarios, adaptando el currículo, o

a través de programas destinados al desarrollo integral del alumnado. Se tratará de proporcionar a los niños un aprendizaje constructivo, partiendo de los conocimientos previos que éstos tengan, y se trabajarán metodologías en función de las características de los alumnos o del grupo.

Se partirá de las diferencias, aprovechándolas tanto para el crecimiento personal como para el colectivo. Dichas diferencias pueden ser diferentes ritmos de aprendizaje, motivaciones, necesidades, capacidades, limitaciones físicas o psíquicas, sociales o culturales, etc. Dada la variedad de nuestra sociedad actual, la diversidad debe tratarse como norma y no como una situación excepcional.

Contaremos con refuerzos educativos, los que nos permitirán prestar atención individualizada a las necesidades que tengan los alumnos a la hora de realizar las actividades propuestas, e irán destinadas a los alumnos con un ritmo más lento o dificultades de aprendizaje. También se realizarán desdobles, que nos posibilitarán el refuerzo de las actividades más complejas y nos permitirá brindarles a los niños una enseñanza más individualizada.

En el caso de que algún alumno dentro del aula presente alguna limitación, ya sea física o psíquica, contaremos con la ayuda de los docentes especialistas. Se podrían realizar adaptaciones curriculares en el caso de que fueran necesarias. Se planeará un uso adecuado de los recursos disponibles y los espacios para facilitarles a los alumnos con limitaciones la participación y evitar los posibles impedimentos que puedan tener, dándoles de este modo una respuesta educativa eficaz.

Debemos tener en cuenta que no todos los alumnos cuentan con las mismas oportunidades, en lo que al ámbito familiar se refiere, ya sea porque unos niños puedan recibir más apoyo que otros por parte de sus familias de cara a actividades propuestas para realizar en casa o porque no cuenten con los recursos necesarios. Para atenuar las diferencias que puedan surgir, los docentes trabajarán estrechamente con las familias para que todos los alumnos puedan tener las mismas oportunidades y experiencias.

En concreto, dentro de nuestro aula de cinco años, hay un niño que presenta

una alergia al huevo. En este caso, todos los docentes que imparten clase al grupo están al tanto de ello, y deben tener cuidado de no darle alimentos que contengan este ingrediente. Habitualmente, dentro del aula tenemos galletas para los niños que se les olvide llevar el almuerzo o para aquellos que las pidan después de terminar el suyo. Éstas las llevan los alumnos para tener siempre en clase al menos una caja, pero dada la alergia al huevo que presenta uno de los niños tenemos dos tipos de galletas: unas que sí tienen huevo en sus ingredientes y otras que no lo tienen.

4. CONCLUSIONES

La aparición del miedo en la infancia es un fenómeno normal y protector explicable por los avances en la maduración y el aprendizaje y por algunas características del pensamiento infantil. El miedo puede convertirse en desadaptativo o fóbico cuando el afrontamiento por parte de la criatura y los adultos que la rodean es inadecuado, y sobre todo cuando el contexto cercano al niño no es el apropiado para desarrollar sentimientos de control y de seguridad en sí mismo.

Las pautas educativas fundamentales para prevenir y disminuir los miedos infantiles son aquellas que van dirigidas a crear un clima de seguridad, tranquilidad y firmeza que permite al niño sentirse seguro y adquirir capacidad de control frente a situaciones externas difíciles. También es fundamental fomentar la independencia adecuada a cada etapa de desarrollo, facilitando que el niño o la niña se enfrente a diversas situaciones, evitando la sobreprotección. Otras medidas educativas específicas son evitar la utilización del miedo como factor disciplinar, controlar los propios miedos en presencia de la criatura y no utilizar la coacción o los castigos, ni tampoco excesiva atención o mimos en presencia del miedo.

Cuando el miedo es pasajero y ocasional, es preferible no darle demasiada importancia ni prestarle excesiva atención; pero cuando es más estable o intenso, hay que ofrecer oportunidades al niño de enfrentarse poco a poco con los objetos y situaciones temidas, reforzando y premiando los comportamientos de acercamiento.

Las técnicas psicoeducativas más utilizadas son la desensibilización sistemática, las imágenes emotivas y las escenificaciones emotivas, cuya base es ayudar al niño o a la niña a enfrentarse paso a paso con el objeto temido. Pero, en ocasiones, el miedo puede ser el síntoma de otros problemas más

graves que causan angustia y ansiedad intensas en su vida cotidiana. En esos casos, para superar el miedo de forma que no afecte a su desarrollo socioafectivo, hay que investigar y eliminar en lo posible las circunstancias que lo originan.

5. BIBLIOGRAFÍA.

- Amorós, M. O., Sánchez, J. P. E., Carrillo, F. J. M., & Fernández, J. M. G. (2008). Miedos escolares en hijos de padres divorciados y no divorciados. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 8(3), 693-703.
- Báguena, M.J. y Chisbert, M.J. (1998). El género como modulador de la evolución psicológica de los miedos. *Análisis y Modificación de Conducta*, 24, 329-451.
- Bauer, D. H.(1976) An exploratory study of developmental changes in children's fears, *Journal of child Psychology and Psychiatry*; 17, 69-74
- Berecz, J.M. (1968). Phobias of childhood: aetiology and treatment. *Psychological Bulletin*, 70, 694-720.
- Berg, I., Nichols, K. y Pritchard, C. (1969). School phobia, its classification and relationship to dependency. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 10, 123-141.
- Bernstein, G.A., Borchardt, C.M. y Perwien, A.R. (1996). Anxiety disorders in children and adolescents: A review of the past 10 years. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 35, 1110-1119.
- Blagg, N.R. y Yule, W. (1994). School refusal. En T.H. Ollendick, N.J. King y W. Yule: International handbook of phobic and anxiety disorders in children and adolescents. New York: Plenum Press (pp. 169-186).
- Bragado, C. (s/f). Fobia escolar y rechazo al colegio. Ediciones Pirámide.
- Burnham, J.J. y Gullone, E. (1997). The Fear Survey Schedule for Children-II: A psychometric investigation with American data. *Behaviour Research and Therapy*, 35, 165-173.

- Coderch, J. (1975) *Psiquiatría dinámica*. Barcelona. Herder.
- Chartrand, L. (2010). *El horrible monstruo al que le encantaba leer*. Silabario.
- Del Barrio, V. y Mestre, V. (1989). Evaluación psicológica en niños hospitalizados. *Revista de Psicología de la Salud*, 1, 83-103.
- Del Mazo, M. (2011). *A mí no me comas*. OQO Editora.
- Del Mazo, M. (2012). *Camuñas*. OQO Editora.
- Dunbar, J. (2010). *El monstruo que se comió la oscuridad*. Barbara Fiore.
- Emberly, E. (2013). *¡Fuera de aquí, horrible monstruo verde!*. Oceano.
- Erilbruch, W. (2007). *El pato y la muerte*. Barbara Fiore.
- Frohlich, W.D. (1986) *La angustia*. Madrid, Alhambra.
- González, M.T. (1990) Los miedos en el niño. Aspectos teóricos y un estudio directo. *Aula: Revista de Pedagogía de la Universidad de Salamanca*. 3, 29- 44
- Gullone, E. y King, N.J. (1993). The rears of youth in the 1990s: Contemporary normative data. *The Journal of Genetic Psychology*, 154, 137- 153.
- Hagman, R. R. (1932) A study of fears of children of pre-school age», *J. of Experimental educat.*; 1: 110-130; 1932.
- Holmees, F.B. (1935b). An experimental study of fears of young children. *Child Development*. Monographs, N. 20.
- King, N.J. y Bernstein, G.A. (2001). School refusal in children and adolescents: A review of the past 10 years. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 40, 197-205.
- King, N.J., Ollendick, T.H. y Tonge, B.J. (1995). *School refusal: Assessment and treatment*. Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Lazarus, A.A.; Abramovitz, A. (1962): The use of "emotive imagery" in the treatment of children's phobias. *Journal of Mental Science*, 108, 191-195.
- Lizasoain, O. y Polaino-Lorente, A. (1992). Efectos y manifestaciones psicopatológicas de la hospitalización infantil. *Revista Española de*

Pediatría, 48, 52-60.

MARKS, I.M. (1990): *Miedos, fobias y rituales. Clínica y tratamientos*. Barcelona. Martínez Roca.

McCathie, H. y Spence, S.H. (1991). What is the Revised Fear Survey Schedule for Children measuring? *Behaviour Research and Therapy*, 29, 495-502.

Méndez, F.X. (1986): *Escenificaciones emotivas: un tratamiento para las fobias en niños de corta edad*. II Simposio de Terapia Comportamental: Fobias. Coimbra.

Méndez, F.X. (2000): *Miedos y temores en la infancia; ayudar a los niños a superarlos*. Madrid, Pirámide.

Méndez, F.X., Inglés Saura, C.J., Hidalgo Montesinos, M.D., García-Fernández, J.M. y Quiles Sebastián, M.J. (2003). Los miedos en la infancia y la adolescencia: un estudio descriptivo. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*, 13.

Miller, L.C., Barret, C.L. y Hampe, E. (1974). Phobias og childhood in a prescientific era. En A. DAVIS (Eds.) *Child Personality and Psychopathology: Current Topics*, V. 1 (pp. 89-134). New York Willey.

Naranjo, I. L., & Castillo, A. F. (2006). Transmisión de emociones, miedo, y estrés infantil por hospitalización. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 6(3), 631-645.

Ollendick, T.H. (1983). Reliability and validity of the Revised Fear Survey Schedule for Children (FSSC-R). *Behaviour Research and Therapy*, 21, 685-692.

Ollendick, T.H., King, N.J. y Frary, R.B. (1989). Fears in children and adolescents: Reliability and generalizability across gender, age and nationality. *Behaviour Research and Therapy*, 27, 19-26.

Ollendick, T.H., Yule, W. y Ollier, K. (1991). Fears in British children and their relationship to manifest anxiety and depression. *Journal of Child*

Psychology and Psychiatry, 32, 321-331.

Ortener, G. (1995): *Cuentos que ayudan a los niños. Historia para vencer el miedo y otros problemas cotidianos*. Málaga. Sirio.

Pearce, J. (1995): *Ansiedades y miedos*. Barcelona. Paidós.

Pelechano, V. (1981). *Miedos infantiles y terapia familiar-natural*. Valencia: Alfaplus.

Pelechano, V. (1984). *Programas de intervención psicológica en la infancia*. Valencia: Alfaplús

Peña del Agua, A. (1995). La importancia de la edad en la evolución de los miedos infantiles. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 48(3), 365-375.

Pérez del Agua, A. M. (1995). La importancia de la edad en la evolución de los miedos infantiles. *Revista de psicología general y aplicada: Revista de la Federación Española de Asociaciones de Psicología*, 48(3), 365-375.

Perez, M.D. (2007) Los miedos infantiles. ¿Qué podemos hacer los educadores? En López, F. y Bernal, J. *La escuela infantil: Observatorio privilegiado de las desigualdades*. (pp. 29-48) Barcelona: Graó

Rodríguez, J. (2002). *Psicopatología infantil básica*. Madrid: Pirámide.□

Sandín, B. (1997). *Ansiedad, miedos y fobias en niños y adolescentes*. Madrid: Dykinson.

Sandín, B. (1999). *Las fobias específicas*. Madrid: Klinik.□

Sandín, B. (2003). El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 3, 141-157.

Sandín, B. y Chorot, P. (1998). Dimensiones de los miedos en niños: Estructura factorial del FSSC-R. *Psiquis*, 19, 23-32

Sendak, M (1963). *Donde viven los monstruos*. Alfaguara.□

- Serras, M. (2002). El aula hospitalaria como agente reductor de la ansiedad del niño hospitalizado. *Siglo Cero: Revista Española sobre Discapacidad Intelectual*, 33, 27-31.
- Tassies, J.A. (2001). *Comemiedos*.
- Valiente, R. M., Sandín, B., Chorot, P., & Tabar, A. (2003). Diferencias según la edad en la prevalencia e intensidad de los miedos durante la infancia y la adolescencia: datos basados en el FSSC-R. *Psicothema*, 15(3), 414-419.
- Valiente, R.M., Sandín, B. y Chorot, P. (2002). *Miedos en la infancia y la adolescencia*. Madrid: UNED
- Valios, I. (2010). *El tren de los monstruos*. Anaya.
- Vallés, A. (1991): *El niño con miedos; cómo ayudarlo*. Alcoy. Marfil.
- Wolpe, J. (1993): *Práctica de la terapia de la conducta*. México. Trillas.
- Wolpe, J. (1961): The sistematic desintetization treatment of neurosis. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 132, 189-203.

6. ANEXOS

Anexo 1. Plano del aula



Anexo 2. Tablas organización del proyecto.

Horario de la primera semana. (INICIO)

	LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES
9:00 9:10	Entrada	Entrada	Entrada	Entrada	Entrada
9:10 10:00	Asamblea sobre lo que saben de los miedos	Asamblea	Asamblea	Asamblea	Asamblea
10:00 11:25	Act. nº 2 Act. nº 3	Act. nº 4 Act. nº 5	Act. nº 6 Act. nº 7	Act. nº 8	Act. nº 9
11:25 11:55	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo
11:55 12:25	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo
12:25 13:15	Inglés	Psicom.	Religión /at. educativa	Música	Informática /biblioteca
13:15 13:45	Rincones	Rincones	Rincones	Rincones	Rincones
13:44 13:55	Despedida	Despedida	Despedida	Despedida	Despedida

Horario de la segunda semana. (DESARROLLO)

	LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES
9:00 9:10	Entrada	Entrada	Entrada	Entrada	Entrada
9:10 10:00	Asamblea	Asamblea	Asamblea	Asamblea	Asamblea
10:00 11:25	Act. nº 10 Act. nº 11	Act. nº 12 Act. nº 13	Act. nº 14 Act. nº 15	Act. nº 16 Act. nº 17	Act. nº 18 Act. nº 19
11:25 11:55	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo
11:55 12:25	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo
12:25 13:15	Inglés	Psicom.	Religión /at. educativa	Música	Informática /biblioteca
13:15 13:45	Rincones	Rincones	Rincones	Rincones	Rincones
13:44 13:55	Despedida	Despedida	Despedida	Despedida	Despedida

Horario de la tercera semana. (AMPLIACIÓN)

	LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES
9:00 9:10	Entrada	Entrada	Entrada	Entrada	Entrada
9:10 10:00	Asamblea	Asamblea	Asamblea	Asamblea	Asamblea
10:00 11:25	Act. nº 20 Act. nº 21	Act. nº 22 Act. nº 23	Act. nº 24	Act. nº 25	Act. nº 26 Act. nº 27
11:25 11:55	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo
11:55 12:25	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo
12:25 13:15	Inglés	Psicom.	Religión /at. educativa	Música	Informática /biblioteca
13:15 13:45	Rincones	Rincones	Rincones	Rincones	Rincones
13:44 13:55	Despedida	Despedida	Despedida	Despedida	Despedida

Horario de la cuarta semana. (EVALUACIÓN)

	LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES
9:00 9:10	Entrada	Entrada	Entrada	Entrada	Entrada
9:10 10:00	Asamblea	Asamblea	Asamblea	Asamblea	Asamblea
10:00 11:25	Act. nº 28	Act. nº 29	Act. nº 30	Act. nº 31	Act. nº 32
11:25 11:55	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo
11:55 12:25	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo
12:25 13:15	Inglés	Psicom.	Religión /at. educativa	Música	Informática /biblioteca
13:15 13:45	Rincones	Rincones	Rincones	Rincones	Rincones
13:44 13:55	Despedida	Despedida	Despedida	Despedida	Despedida

Anexo 3. Canción “Tengo miedo”.



Anexo 4. Para ser una bruja terrible.

*Requisito imprescindible,
ible, ible, ible, ible,
para una bruja terrible,
ible, ible, ible, ible.*

*Es ser perversa y malvada;
odiar mucho a cualquier hada
por cursi y empalagosa,
siempre vestida de rosa.*

*Y ser más fea que Picio,
pues lo precisa el oficio,
con verruga en la nariz
larga como una lombriz.*

Requisito imprescindible...

*Tener fétido el aliento,
la nariz como un pimientito,
muy negra la dentadura
y llevar túnica oscura.*

*Una sonrisa horrorosa,
la piel áspera y verdosa,
cara de astuta y bribona
y los pelos de fregona.*

Requisito imprescindible...

*No moverse nunca a pie.
Sacarse pronto el carné
y volar a todas horas
con escobas voladoras.*

*Importante el capirucho
con forma de cucurucho
y un murciélago en el ala,
porque da aspecto de mala.*

Requisito imprescindible...

*Es saber meter la pata
y dar a todos la lata,
¡pasarle estupendamente
chinchando mucho a la gente.*

Carmen Gil

Anexo 5. Obra de teatro “El gato que le tenía miedo a la noche”.

Es de noche y el jardín está iluminado por la luz de la Luna. Entra el Gato Paco y se desliza por el lugar como si buscara algo, hasta que se detiene junto a unas plantas).

GATO PACO.-

Hola.

(Gato Tato salta desde la hierbas y queda mirando a Paco, a la vez que tiembla).

GATO TATO.-

¡Me has asustado! Pensé que eras la Bruja de la Noche.

PACO.-

¿Pero qué dices, compañero?, por lo que yo sé, no existe ninguna Bruja de la Noche.

TATO.-

¿Ah, no?

(Mira al otro en silencio).

Es que no me gusta la noche y tengo miedo de que pueda pasarme algo.

PACO.-

¿Miedo a la noche?

TATO.-

¡Uhm!, sí.

PACO.-

Es curioso... Un gato que le tiene miedo a la noche.

TATO.-

No me gusta la noche y, además, no me gusta nada.

PACO.-

Vale, vale. Ven conmigo y te presentaré a unos amigos.

(Tato nada dice y tampoco se mueve).

¿No me tendrás miedo, verdad?

TATO.-

No, a ti no.

PACO.-

Ven conmigo entonces. Te aseguro que mientras estés a mi lado no te pasará nada malo.

(Tato nada dice y tampoco se mueve).

Te lo prometo.

(Tato da un primer paso y luego salen ambos sin decir nada más).

(La escena se oscurece de inmediato y a los pocos segundos surgen dos haces de luz, que recorren la escena al azar. Son las luces de dos linternas. Ahora escuchamos las risas de un niño y de una niña, que son quienes juegan a iluminar la noche.

En uno de los recorridos de los haces de luz, ambos se juntan y vemos al Gato Paco).

NIÑO Y NIÑA.-

(A los que aún no vemos).

¡Hala, si es el Gato Paco!

(La escena se ilumina ahora con la luz de la Luna, como cuando las nubes dejan de ocultarla, y vemos la escena completa: Rita y Daniel, que son los dos niños, el Gato Paco y la cabeza del Gato Tato oculto entre las hierbas).

(Rita y Daniel se acercan hasta el Gato Paco).

RITA.-

¿Quién es tu amigo?

PACO.-

Es el Gato Tato, el gato que le tiene miedo a la noche.

(Rita y Daniel se acerca a Tato, aún escondido entre las hierbas).

DANIEL.-

Hola, Gato Tato... Yo creo que la noche es muy divertida.

(Tato se yergue desde su escondrijo).

TATO.-

¿Y qué tiene de divertida?

RITA.-

Por ejemplo, que podemos jugar con nuestras linternas.

(La oscuridad regresa de nuevo, sólo rota por los haces de luces que recorren la escena. Al momento son cuatro los haces que corren, saltan, se encuentran y separan en la noche entre risas y gritos de emoción).

(Las nubes dejan de ocultar a la Luna, que generosa nos muestra el lugar con su luz).

(Los cuatro personajes están muy juntos).

DANIEL.-

¿A que ahora la noche te parece más divertida?

TATO.-

Ha sido muy divertido.

PACO.-

El problema es que mi amigo cree que la Bruja de la Noche puede hacerle algo malo.

RITA.-

¿De verdad?

TATO.-

Claro.

RITA.-

Vuelvo en un momento.

(Sale a todo correr).

TATO.-

¿A dónde ha ido?

PACO.-

A lo mejor a buscar a la Bruja de la Noche.

(De inmediato, Tato se esconde entre las hierbas).

PACO.-

¡Era broma!

(Entra Rita con un telescopio, con trípode y todo).

RITA.-

¿Y el Gato Tato?

DANIEL.-

El Gato Paco le dijo que ibas a buscar a la Bruja y se ha vuelto a esconder entre las plantas.

RITA.-

Pero si he traído un telescopio.

TATO.-

(Que asoma entre las hierbas).

¿Y qué tele es ésa?

RITA.-

Es para ver las estrellas. Ven. Verás qué emocionante.

(Tato se acerca hasta el telescopio y mira a través de él).

(Ahora la oscuridad es completa. Una estrella enorme recorre lo oscuro, luego un planeta de color rojo gira en el espacio y más tarde es un grupo de estrellas quien prueba figuras geométricas en la noche).

(Vuelve la luz y distinguimos al Gato Tato y a sus amigos alrededor del telescopio).

GATA MADRE.-

(En off).

No puede estar lejos.

GATO PADRE.-

(En off).

Miremos bien entre las plantas. Ya sabes que ahí es donde suele esconderse.

(Entran Gata Madre y Gato Padre y ven a Tato con sus amigos).

MADRE.-

¡Vaya!

PADRE.-

Lo veo y no lo creo.

(Padre y Madre se acercan al grupo).

PADRE.-

Creíamos que estarías asustado y escondido.

TATO.-

Es que gracias a mis nuevos amigos empiezo a creer que la noche puede ser divertida y emocionante.

MADRE.-

Eso está muy bien, hijo.

PADRE.-

Me he quedado como un Banco: lo oigo y no doy crédito.

MADRE.-

Podemos ir juntos a jugar al juego del queso.

TATO.-

¿Y cómo es ese juego?

MADRE.-

Es en una casa muy cerca de aquí. Los que viven en ella esconden el queso cada noche y nosotros jugamos a encontrarlo, sin hacer nada de ruido.

PACO.-

Vaya, un juego divertido y sabroso.

MADRE.-

¿Vamos?

TATO.-

¡Claro!

(A sus nuevos amigos).

¿Vamos?

RITA, DANIEL Y PACO.-

¡Vamos!

(Salen todos, menos el Gato Padre, que se ha quedado inmóvil).

PADRE.-

Y yo como el feo: lo veo y no lo creo.

MADRE.-

(En off).

¡Papá!

PADRE.-

¡Voy! Lo veo y ni una gota meo.

MADRE.-

(Off).

¡Papá no digas cochinadas! ¡Vamos!

PADRE.-

¡Voy!

(Sale).

FIN