Acreditación 2023-1-ES01-KA120-SCH-000188655.
Objetivo 1: Capacitar al profesorado en Inclusividad: “Puentes para el siglo XXI”. Herramientas y estrategias para integrar estudiantes con diversidad y equidad en las aulas modernas.
Objetivo 2: Diseñar materiales inclusivos: “Todos a bordo: Aprendizaje sin barreras” Equidad e inclusividad en el proceso educativo.

LA RULETA DE LAS EMOCIONES

ETAPA EDUCATIVA			Primaria		
ÁREA:	Valores, educación emocional, tutoría, convivencia	**NIVEL:**	2º ciclo	**DURACIÓN:**	Tres sesiones de 45 minutos

PERFIL DEL ALUMNADO: Grupo ordinario, al final se detallan adaptaciones para alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo.

OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD:
- Ayudar a los niños/as a identificar y expresar sus emociones.
- Fomentar la empatía y la comprensión de las emociones de los demás.
- Desarrollar habilidades de comunicación y reflexión emocional.
- Crear un ambiente de confianza, apertura e inclusión.
- Identificar y valorar las fortalezas individuales de cada niño.

Cofinanciado por la Unión Europea

Recurso educativo inclusivo 2026 by Josefa del Cerro Cascales is licensed under CC BY-SA 4.0

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD: (descripción breve del planteamiento, desarrollo y producto final, indicando cómo se favorece la inclusión del alumnado)

Se trabajan las tres emociones más básicas: alegría, tristeza y enfado, a través de una ruleta de las emociones.
Durante las actividades propuestas, se anima a los/as niños/as a hacer preguntas, compartir experiencias similares y ofrecer apoyo emocional intentando buscar entre todos posibles soluciones a cada situación de forma asertiva.Al poder interactuar preguntando y compartiendo experiencias se favorece la empatía, dándose cuenta de que muchos de ellos coinciden ante determinadas situaciones.
Además, la propuesta se complementa con otras actividades dinámicas y participativas, como dramatizaciones, juegos de expresión corporal, asambleas y reflexiones grupales, que permiten reforzar y ampliar el trabajo realizado con la ruleta. Estas actividades ayudan al alumnado a comprender mejor las emociones, identificarlas en diferentes contextos y asimilar de manera significativa estrategias para expresarlas y gestionarlas adecuadamente.
El producto final de esta situación de aprendizaje consistirá en la creación, por parte del alumnado, de nuevas situaciones para incorporar a la ruleta de las emociones. Los/as niños/as inventarán diferentes experiencias o conflictos cotidianos relacionados con las emociones trabajadas y, posteriormente, las representarán delante de sus compañeros mediante pequeñas dramatizaciones. Después de cada representación, el grupo comentará cómo se sentirían en esa situación, cómo actuarían y qué posibles soluciones o formas de ayuda podrían ofrecer, favoreciendo así la reflexión conjunta, la empatía y el desarrollo de habilidades sociales y emocionales.

MATERIALES NECESARIOS:

Recurso digital creado en Wordwall: https://wordwall.net/es/resource/113450936

CPR Centro de Profesores y Recursos Región de Murcia
Cofinanciado por la Unión Europea

Recurso educativo inclusivo 2026 by Josefa del Cerro Cascales is licensed under CC BY-SA 4.0

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: (descripción secuencial del desarrollo de la actividad, indicando acciones del docente y del alumnado. Se requiere un mínimo de tres sesiones lectivas para el desarrollo completo del recurso)

- **Inicio (SESIÓN 1):**

- “¿Qué sabemos” (10 min.): activamos los conocimientos previos a través de una serie de preguntas sobre las emociones:
  - ¿Qué son las emociones?
  - ¿Cómo sabemos si alguien está contento o triste?
  - ¿Todas las personas sienten igual?

- “Lo que sentimos”(10 min.): se presentan las emociones básicas: enfado, alegría, tristeza. Por turnos los niños hacen gestos para representarlas.
- “La ruleta de las emociones (25 min.): Los niños y niñas se colocan sentados en semicírculo delante de la pizarra digital.
- Se presenta la rueda de las emociones (ver material digital) y se explica su uso, asegurándose de que todos comprendan las emociones representadas.
- Los niños/as se levantan por turnos para “hacer girar la rueda”. Cuando esta se detiene, tienen que leer la situación y explicar cómo se sentirían ellos en cada una.
- La rueda contiene situaciones como “me invitan a una fiesta” o “se me rompe un juguete”. Cuando se detiene, aparte de la situación,se ofrecen dos opciones de emoción. Los alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo pueden simplemente elegir una de las dos opciones, sin tener que desarrollar, o el resto de niños/as pueden ayudarlos a explicar por qué se sentirían así.

- **Desarrollo**

- “Mi espejo” (10 min.): Los alumnos se ponen en parejas, uno de ellos gesticula una emoción y su pareja tiene que repetirla como si estuvieran frente a un espejo.
- “¿Cómo se sienten?” (15 min): se les muestra a los alumnos/as fotos de niños con diferentes emociones y ellos tienen que identificarlas.
- “Con empatía” (15 min): se proponen diversas situaciones y los alumnos/as tienen que representarlas a través de un pequeño role-play. Por ejemplo: “mi hermano viene y me rompe un juguete sin querer”. El resto de niños/as deben ir modelando cómo actuarían en esa situación.

- **Finalización (SESIÓN 3):**

Cofinanciado por la Unión Europea

Recurso educativo inclusivo 2026 by Josefa del Cerro Cascales is licensed under CC BY-SA 4.0

- “Recordamos” (10 min.): Volvemos a jugar brevemente a la ruleta, para recordar su funcionamiento.
- “Creamos nuevas situaciones para la ruleta” (15 min.): en grupos, tratan de pensar nuevas situaciones para añadir a la ruleta.
- “Así actuamos” (20 min.): Se presentan las situaciones al resto de compañeros y estos tienen que decir cómo se sentirían en cada una de ellas y cómo podrían resolver el problema, en caso de haber alguno.

- **Evaluación**

Se evalúa con observación directa y una lista de control durante las actividades: “La ruleta de las emociones”, “Con empatía” y “Así actuamos”. Ejemplo de lista de control:

Alumno/a	Participa activamente en las actividades	Identifica emociones correctamente	Expresa cómo se siente de forma oral	Escucha y respeta el turno de palabra	Muestra empatía hacia los compañeros	Propone soluciones o formas de ayuda	Utiliza vocabulario emocional adecuado	Necesita ayuda frecuente	Observaciones
	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	
	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	
	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	
	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	
	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	

INFORMACIÓN ADICIONAL:
Es fácilmente aplicable a 1er ciclo si se adaptan algunas actividades: se les ayuda a leer las situaciones, se les facilita que no tengan que escribir las situaciones durante las actividades en grupo,...

CPR Centro de Profesores y Recursos Región de Murcia
Cofinanciado por la Unión Europea

Recurso educativo inclusivo 2026 by Josefa del Cerro Cascales is licensed under CC BY-SA 4.0

ADAPTACIONES A LA DIVERSIDAD:

- Anticipar cambios y turnos dentro de las dinámicas.
- Mantener una estructura estable y predecible en las sesiones.
- Utilizar instrucciones cortas, claras y concretas.
- Permitir diferentes formas de participación: Señalar, responder con una palabra, participar acompañado de un compañero o adulto, no forzar la intervención oral delante del grupo si genera ansiedad.
- Evitar exceso de ruido o movimientos bruscos.
- Ofrecer un espacio tranquilo si necesita regularse.
- Permitir tiempos de descanso o pausa.

Cofinanciado por la Unión Europea

Recurso educativo inclusivo 2026 by Josefa del Cerro Cascales is licensed under CC BY-SA 4.0