



PROGRAMA DULCINEA DE BIENESTAR SOCIOEMOCIONAL (2025-26)

Decreto 81/2022, de 12 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo de Educación Primaria en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha.

**CEIP "EL HUMILLADERO"
LA SOLANA
(CIUDAD REAL)**



ÍNDICE

| | | Página |
|---|--|--------|
| 1 | JUSTIFICACIÓN | 3 |
| 2 | OBJETIVOS DEL PROGRAMA | 4 |
| 3 | CONTENIDOS DEL PROGRAMA | 4 |
| 4 | CRITERIOS METODOLÓGICOS Y TÉCNICAS QUE SE UTILIZAN | 5 |
| 3 | FASES DEL PROGRAMA | 6 |



1.- JUSTIFICACIÓN.

El Decreto 81/2022, de 12 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo de Educación Primaria en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha, ordena en su artículo 9.3. que la consejería competente en materia educativa promoverá la oferta de proyectos específicos propios y de otras instituciones. En el caso de que los centros educativos opten por desarrollar dichos proyectos, formarán parte del Proyecto Educativo del Centro e incluirán una programación completa de su desarrollo, con la temporalidad para la que estén diseñados.

El artículo 12.4. de dicho Decreto establece que los centros podemos utilizar una parte del horario escolar, que no superará dos sesiones semanales del mismo, en propuestas que deben servir para garantizar el desarrollo integrado de todas las competencias de la etapa. Dichas propuestas pueden tener como finalidad, entre otras, poner en marcha proyectos propios, siempre que se lleven a cabo con un enfoque competencial. Cualquier opción u opciones determinadas deberán ser incluidas en el Proyecto Educativo y desarrollados en la Programación General Anual, indicando su temporalización. Dichas propuestas serán supervisadas por la inspección de educación.

El anexo IV de dicho Decreto que establece el horario lectivo semanal de las áreas de la etapa de Educación Primaria, destina dos sesiones para cada uno de los niveles de Educación Primaria para el desarrollo de Proyecto de Centro.

Nuestro centro ha suscrito un acuerdo de colaboración con la Universidad de Castilla-La Mancha (UCLM) (2024-2028) para el desarrollo de un programa de bienestar socioemocional: Proyecto Dulcinea en el marco de la investigación e innovación educativa. Este acuerdo expresa la voluntad del centro y de su profesorado de participar en proyectos promovidos por la UCLM que resulten de interés para la mejora de la práctica docente, pudiendo estos adaptarse en función de las necesidades detectadas. El compromiso ha sido aprobado por el Claustro de Profesores y el Consejo Escolar, garantizando en todo momento la confidencialidad, la privacidad y el cumplimiento de los principios éticos vinculados a los procesos de investigación, especialmente en lo relativo a la protección del alumnado. Asimismo, el centro se compromete a incluir en el Plan de Mejora la evaluación de los proyectos desarrollados y en la Programación General Anual aquellos que tengan continuidad en cursos sucesivos, con el fin de favorecer la mejora continua de la calidad educativa.

En este caso, se destina una sesión semanal para cada uno de los niveles de Educación Primaria y de manera transversal para cada uno de los cursos del segundo ciclo de Educación Infantil al Proyecto Dulcinea de Educación Emocional.

El Programa Dulcinea de educación emocional es un proyecto que pretende promover la educación emocional en el contexto educativo a través de intervenciones educativas con el alumnado, el profesorado y las familias.

A través de la plataforma <https://dulcinea.gnomio.com/> están ubicadas las guías didácticas, la programación y los recursos para cada nivel educativo desde el segundo ciclo de infantil hasta 6º de Educación Primaria.

Dicho programa es una iniciativa del Departamento de Psicología de la Facultad de Educación de Ciudad Real (UCLM) que está coordinado por el Dr. Javier Cejudo y en nuestro centro lo



coordina el Dr. Pablo Luna con el orientador del centro.

El proyecto está incluido en el Plan Estratégico de inteligencia emocional y bienestar socioemocional de la comunidad educativa de la Dirección General de Inclusión y Programas en colaboración con el Centro Regional de Formación del Profesorado de Castilla-La Mancha.

2.- OBJETIVOS DEL PROGRAMA

1. Favorecer el desarrollo emocional del alumnado, mejorando las facetas que incluye la Inteligencia Emocional.
 - a. Conocer e identificar las características principales de las emociones.
 - b. Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones y de las de los demás.
 - c. Conocer y aplicar nuevas estrategias de regulación emocional.
 - d. Fomentar la autoestima y el autoconocimiento.
 - e. Valorar la importancia de la felicidad y del optimismo como características personales adaptativas ante el afrontamiento de las situaciones de la vida.
2. Promover la adaptación social del alumnado.
 - a. Potenciar las habilidades de relación interpersonal para mejorar sus interacciones sociales.
 - b. Facilitar estrategias de resolución de conflictos.
 - c. Estimular la comunicación asertiva y disminuir los comportamientos pasivos y agresivos, en su grupo de iguales, así como, en su familia.
 - d. Mejorar las relaciones con los miembros de su familia.
3. Mejorar la adaptación escolar del alumnado.
 - a. Mejorar las relaciones sociales en el centro escolar, especialmente en su grupo de referencia.
 - b. Disminuir los problemas de conducta en el centro educativo.
 - c. Facilitar la expresión de sentimientos de los alumnos en su grupo y el respeto a la diversidad emocional de todos ellos.
 - d. Aumentar la satisfacción general del alumnado con la institución escolar.

3.- CONTENIDOS DEL PROGRAMA

El programa está dirigido al alumnado de Educación Infantil y Educación Primaria. Incluye entre 20 a 30 sesiones donde se explicitan, tanto el título, como los objetivos de las diferentes sesiones. La propuesta ha sido planificada para que sea desarrollada por los profesores-tutores de los grupos.

Todas las actividades propuestas intentan propiciar la autorreflexión personal, el conocimiento y comprensión emocional propia y ajena, la empatía con las emociones de los otros y la regulación de las emociones, tanto en procesos intrapersonales como en las relaciones interpersonales. En su conjunto, las actividades que contiene el programa estimulan la comunicación interpersonal, la autoestima, el autoconocimiento, la confianza y la cohesión del grupo-clase.

Cada sesión incluye la ficha técnica donde se recogen los objetivos, la descripción y desarrollo de



la actividad, así como, los materiales que se requieren, el tiempo estimado de duración y la forma de distribución grupal para su implementación.

4.- CRITERIOS METODOLÓGICOS Y TÉCNICAS QUE SE UTILIZAN

Para facilitar la aplicación del programa en el contexto educativo es necesario tener en cuenta una serie de recomendaciones metodológicas y el mantenimiento de una serie de variables constantes que configuran el encuadre metodológico de la intervención (Garaigordobil, 2006. p. 95). Las variables constantes para la administración del programa son:

- Constancia interpersonal: sería conveniente llevar a cabo una sesión de intervención semanal de una hora de duración a lo largo de todo el curso escolar.
- Constancia espacio-temporal: la experiencia se debe realizar en el mismo horario semanal y en el mismo espacio físico, pudiendo ser el aula del grupo. En este caso, coincidiendo con la sesión semanal de proyectos propios del centro.
- Constancia de las figuras adultas que articulan la intervención: las sesiones son dirigidas siempre por el profesor-tutor del grupo, durante todo el curso escolar.
- Constancia de la estructura o formato de la sesión: la sesión comienza con una breve descripción de los objetivos de la sesión, posteriormente se realizan las actividades propuestas. La sesión concluye con una breve evaluación de la sesión.

En cuanto a las técnicas con las que se trabajan las diferentes sesiones son:

- Las dramatizaciones, escenificaciones o role-playing.
- Pequeños grupos de discusión.
- La utilización del cine y la música.
- La utilización de las artes en general.
- La técnica del torbellino de ideas "Brainstorming".
- La reflexión individual.
- Otras como el modelado, el entrenamiento en la solución de problemas o la reestructuración cognitiva.



5.- FASES DEL PROGRAMA

| FASES | ACTIVIDADES | RESPONSABLES |
|--|---|---|
| Sensibilización a la comunidad educativa sobre la importancia de trabajar la educación emocional en el centro. | Información en CCP y Claustro sobre la propuesta de realizar un proyecto sobre el desarrollo de la competencia emocional. Información a las familias. Convocatoria del Claustro y del Consejo Escolar del centro para la aprobación del proyecto. | Equipo directivo y claustro de profesorado. |
| Formación del profesorado | Formación a través del CRFP. | Claustro de profesores |
| Adaptación del programa | Familiarización con el programa | Tutores y orientador |
| Aplicación del proyecto cursos 2024-25, 2025-26, 2026-27, 2027-28 | Aplicación de la batería de test. Aplicación de las sesiones planificadas. | Tutores |
| Evaluación de los resultados del programa. | Análisis de resultados. | Equipo Dulcinea. |