



Proyecto de Intervención Pedagógica:

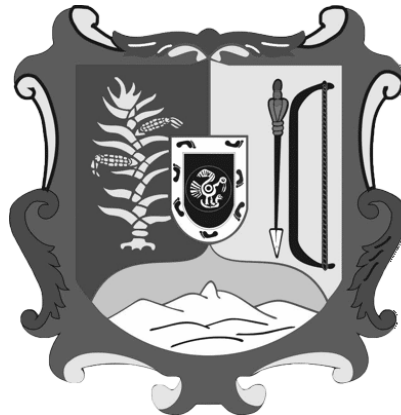
**AUTORREGULACIÓN Y AUTOCONOCIMIENTO EN UN
GRUPO DE PRIMARIA DURANTE LA EDUCACIÓN A
DISTANCIA**

Que presenta:

Cecilia Guadalupe González de la Cruz

Para obtener el título de Licenciada en Educación Primaria/94

Tepic, Nayarit; julio 2021



Proyecto de Intervención Pedagógica:

**AUTORREGULACIÓN Y AUTOCONOCIMIENTO EN UN
GRUPO DE PRIMARIA DURANTE LA EDUCACIÓN A
DISTANCIA**

Que presenta:

Cecilia Guadalupe González de la Cruz

Asesor:

Daniela Guadalupe Peña Rangel

Para obtener el título de Licenciada en Educación Primaria/94

Tepic, Nayarit; julio 2021

AGRADECIMIENTOS

Dedico con todo mi corazón mi proyecto a mis padres, por el gran esfuerzo, apoyo y atención que día con día hicieron para que pudiera seguir mis estudios, por cada consejo brindado, les agradezco plenamente por todo, porque gracias a eso pude llegar a culminar esta carrera, mis logros son los suyos.

A mi tío Federico González Ochoa, que está en el cielo a quien extraño mucho, por cada uno de los consejos que me brindó, por creer en mí, darme ánimos y apoyo para salir adelante, por todo el cariño y confianza brindada.

Agradezco a mis maestros formadores a lo largo de la carrera, quienes con su gran sabiduría aportaron grandes conocimientos hacia mí.

A mi asesora de tesis Daniela Guadalupe Peña Rangel, sin su apoyo no habría podido culminar con mi proyecto, gracias por aportarme sus grandes conocimientos.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	4
1.1 Semblanza personal y profesional	4
1.2 Antecedentes	6
1.3 Método de investigación.....	9
1.4 Diagnóstico pedagógico	9
1.4.1. Técnicas e Instrumentos para la obtención de datos diagnósticos	10
1.4.2 Contexto sociocultural	11
1.4.3 La intervención docente	14
1.4.4 Saberes y supuestos teóricos	15
1.5 Planteamiento del problema	17
1.6 Justificación	18
1.7 Delimitación	19
1.8 Elección de la alternativa	20
1.9 Propósitos	20
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO	22
2.1 Conceptualizaciones	22
2.2 Tipos y funciones de las emociones.....	28
2.2.1 Emociones básica, primaria o innatas	28
2.2.2 Emociones sociales, secundarias o aprendidas	29
2.2.3 Emociones positivas y negativas	29
2.3 Investigaciones acerca de Educación Socioemocional en Primaria.....	30
2.4 Análisis Plan y Programa de Estudio.....	32
2.4.1 Organizadores curriculares de educación socioemocional	33
2.4.2 Propósitos de la educación emocional	37
2.5 Enfoque formativo de Educación Socioemocional.....	38
2.6 Enseñanza a distancia.....	39
2.7 Estrategia pedagógica.....	40

2.8 Bases legales	41
CAPÍTULO III PROYECTO DE INTERVENCIÓN PEDAGÓGICA.....	45
3.1 Metodología	45
3.2 Fases de la elaboración del proyecto.....	46
3.3 Proyecto de Intervención Pedagógica.....	47
3.4 Cronograma	48
3.4 Plan de intervención.....	49
3.5 Acciones de intervención	51
CAPÍTULO IV EVALUACIÓN DEL PROYECTO.....	59
4.1 Antecedentes	59
4.2 Instrumentos de Evaluación.....	59
4.3 Descripción de la intervención docente.....	60
4.4 Seguimiento y Evaluación	64
CONCLUSIONES	67
BIBLIGRAFÍA	68
ANEXOS	70

INTRODUCCIÓN

El presente proyecto de intervención pedagógica se implementó para atender contenido de la asignatura de educación socioemocional y desarrollar en los estudiantes el autoconocimiento y la autorregulación, como factores primordiales para que aprendan a gestionar sus emociones. Con base en lo anterior y considerando el papel fundamental que juegan las emociones en la forma en que aprenden los seres humanos entro en vigor el Nuevo Modelo Educativo en el cual se integra la educación socioemocional en el desarrollo personal y social, como herramientas que permiten que las personas comprendan y regulen sus emociones.

La problemática identificada a partir del diagnóstico se ubica en el área de Desarrollo Personal y Social de la asignatura de Educación Socioemocional para tercer grado de primaria el cual plantea el plan de estudios 2017.

El propósito general que se planteó dentro de este proyecto es: Desarrollar la autorregulación y el autoconocimiento en los alumnos de tercer grado turno vespertino de la escuela primaria Mariano Matamoros durante la educación a distancia ocasionada por COVID-19.

Se obtuvieron excelentes resultados de las estrategias aplicadas, en donde se logró obtener un gran avance respecto al desarrollo del propósito general y se observó que los estudiantes fueron más receptivos durante el desarrollo de las primeras estrategias implementadas por que reconocieron por ellos mismos la importancia del proyecto de intervención, ya que fue durante esta etapa donde se comenzó a generar el conocimiento de las habilidades socioemocionales.

Mediante ello, se obtuvieron resultados significativos en el favorecimiento de las habilidades socioemocionales, las cuales prepararon a los estudiantes mediante el autoconocimiento y la autorregulación, se obtuvieron avances puesto que los estudiantes lograron un gran avance en conocer sus emociones y aprender a regularlas, lo cual es de suma importancia tanto en el ámbito educativo como en el ámbito social en el cual desarrollan su vida.

Dentro del desarrollo de este proyecto existieron limitaciones para su implementación como el estar trabajando mediante la modalidad a distancia que reconocemos que fue ocasionada por la pandemia del COVID-19, lo cual fue un gran impedimento para poder trabajar de forma directa con los estudiantes. Además de la falta de apoyo y el interés de los padres de familia hacia la educación de sus hijos, lo cual fue el limitante más preocupante.

El proyecto de intervención está conformado por cuatro capítulos los cuales se describirán a continuación.

Dentro del capítulo I se encuentra el planteamiento del problema del proyecto de intervención, los antecedentes relacionados a la educación socioemocional así como también el método de investigación que se utilizó dentro del proyecto, entre otros aspectos fundamentales que se desarrollaron.

En cuanto al capítulo II que respecta al marco teórico, se da a conocer la teoría del aprendizaje que se relacionaron con el propósito de este proyecto, los tipos de emociones que existen, el análisis del plan y programa de estudios y los organizadores curriculares, elementos que se consideraron ser primordiales en el desarrollo de este proyecto, así como también las bases que le dan sustento legal a la investigación.

El diseño de la propuesta de intervención pedagógica se describe dentro del capítulo III en él se aborda la metodología implementada para el desarrollo de las estrategias, el plan de intervención y la acción de intervención que es el desarrollo de las estrategias aplicadas.

Para dar cierre a cualquier proyecto de investigación es necesario evaluarlo por ello, se redactó el capítulo IV que corresponde a la evaluación del proyecto de intervención pedagógica, dentro de este capítulo se describen los instrumentos que se utilizaron para la evaluación de las estrategias implementadas, así como también las experiencias durante el desarrollo y la implementación de ellas.

La educación socioemocional se ha considerado una asignatura fundamental dentro del ámbito educativo, debido a la situación vivida durante el confinamiento

de la pandemia se decidió realizar una investigación para saber así las necesidades de los estudiantes y poder realizar una intervención pedagógica.

CAPÍTULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Semblanza personal y profesional

Mi nombre es Cecilia Guadalupe González de la Cruz, soy originaria del municipio de Huajicori, Nayarit, actualmente vivo en la ciudad de Tepic del mismo estado, donde tuve que mudarme a vivir para poder continuar con mis estudios.

Estudí la preparatoria en el CONALEP plantel 169 la carrera técnica en contabilidad, en donde además en el quinto y sexto semestre me impartían un curso propedéutico que iba relacionado con la carrera que quería estudiar, aunque aún no estaba segura de que era lo que quería, había pasado por mi mente la licenciatura en educación, porque me llamaba la atención y tengo familiares que son docentes quienes me platicaban sus experiencias al ser maestros y me gustaba escucharlos, me llamaban la atención.

En ese tiempo me decidí y me inscribí al curso de “habilidades sociales” en donde nos enseñaban temas que iban relacionados en diferentes carreras entre ellas la de educación, en ese curso me iba relacionando con algunos aspectos de la educación aunque no era un enfoque exacto a mi carrera y eran muy pocos los conocimientos que adquirí porque había alumnos de diferentes carreras y la enseñanza de los maestros era en general.

Para entonces ya estaba decidida que iba a estudiar la licenciatura en educación primaria aunque a veces pasaban por mi cabeza las inseguridades porque también me gustaba otra licenciatura, sin embargo tuve el apoyo de mis familiares que son maestros en decirme que es una carrera muy bonita y que estaban seguro de que me iba a gustar.

Egrese de CONALEP e ingrese a la Universidad Pedagógica Nacional Unidad 181 en Tepic, Nayarit, a la Licenciatura en Educación Primaria, en donde, durante el primer semestre tuve excelentes maestros y a pesar de que era el primer semestre ya nos iban adentrando en conocer temas que iban relacionados con enfoque a los niños.

También durante ese semestre nos asignaron escuelas para que fuéramos a observación, en donde me sentía muy nerviosa aunque solo era observar las clases del docente titular de grupo, pero tuve un buen apoyo de la maestra titular y tanto ella como yo, buscaba involucrarme en algunas actividades en donde podía apoyar a los alumnos, desde ahí me pude dar cuenta del gran trabajo que es ser docente, que el estar frente a más de veinticinco alumnos te hace sentir padre o madre de cada uno de ellos, de que al momento que ocurra un accidente debes estar al frente de eso.

Confieso que al principio tenía temor y seguían entrando en mi mente inseguridades de seguir estudiando esta licenciatura.

Así fueron pasando los semestres nos asignaban diferentes escuelas, obviamente era un grupo y un maestro(a) diferente, de quien sabía que iba aprender algo nuevo, aunque solo fuera a observación. En el tercer semestre nos asignaron a una escuela que se llama “Guadalupe Victoria” que está ubicada en una zona que tiene demasiadas carencias tanto económicas como sociales, me tocó estar en el grupo de segundo grado en donde fui a observar y practicar con una materia, en ese grupo y en toda la escuela existen alumnos con demasiadas problemáticas, alumnos que fueron abusados sexualmente, estudiantes de madres prostitutas, alumnos en que sufrieron abandono, de papá o mamá en prisión, muchas situaciones realmente triste.

Difícil imaginarse como un niño tan pequeño sufre tanto daño, de cada una de estas situaciones, yo como practicante y como futura maestra aprendí demasiado, sinceramente me causaban muchas emociones estar en esta escuela y deseaba que el tiempo de estar aquí terminara pronto, no toleraba escuchar cada anécdota de diferentes alumnos sobre las situaciones en las que vivían, pero sabía que de esto era parte de mi formación docente.

Durante el cuarto semestre aproximadamente la asignación de escuelas fue para practicar, para impartir una o más materias. En ese semestre me asignaron a la escuela primaria Miguel Hidalgo y me tocó estar en el grupo de segundo grado con una maestra titular muy agradable y excelente maestra, quien me mostró su

apoyo en todo momento y de quien aprendí algunas cosas, esto implicó todo un reto, no sabía si iba a poder llevar el control de las materias frente al grupo, pero logré hacerlo gracias a que la maestra me brindaba su apoyo y su confianza y me daba consejos de como impartir mejor las clases.

Así fueron pasando los semestres, y durante tres semestres seguidos decidí quedarme en la primaria Miguel Hidalgo me sentía muy cómoda en la escuela porque el director también nos daba todo su apoyo. Estuve practicando casi un ciclo escolar completo con el mismo grupo de segundo grado, al terminar el ciclo y regresar a prácticas me asignaron al grupo de primer grado, sabía que también sería un gran reto estar con los niños más pequeños de la escuela, pero ya tenía un poco de experiencia al impartir las clases y también la maestra titular me mostró todo su apoyo y confianza, llegué a obtener un buen resultado de aprendizajes con estudiantes de este grupo, pero además nació un gran cariño hacia ellos.

Trabajar con el grupo de primer grado hizo reafirmar mi pasión por ser docente, aunque sé que no todos los grupos serán iguales. Hoy puedo decir que me gusta el ser maestra.

1.2 Antecedentes

Se puede observar con facilidad la gran importancia que tienen las emociones dentro del ámbito educativo, tanto de forma positiva como negativa, durante el confinamiento de la nueva modalidad de la educación a distancia ocasionada por la pandemia del COVID-19, la educación ha sido impartida mediante aulas virtuales, aunque se sabe que ha sido difícil llevar a cabo una educación en casa, donde no se aprende de la misma manera y tampoco se tiene el apoyo suficiente de los padres de familia y en ocasiones de los mismos docentes que están frente al grupo. Para muchos alumnos resulta difícil esta forma de poder acceder a la educación, puesto que muchos de ellos no cuentan con un dispositivo electrónico en el que puedan conectarse con su maestro.

La importancia que ha tenido la educación virtual en nuestros días, y los avances que se han desarrollado en materia de telecomunicaciones, han sido los pilares por los cuales las personas tienen conocimiento, enseñanza, interacción, en tiempo real sin necesidad de desplazarse de un lugar, como puede ser su hogar.

Es importante mencionar que estar varias horas frente a una pantalla resulta ser cansado y más para los niños, además de que esto les puede ocasionar daños en la salud. Aunque es indispensable que el docente se conecte con sus alumnos para impartirles una clase, también deben disminuir el tiempo que se pasa frente a una pantalla y buscar más actividades funcionales en donde los alumnos desarrollen sus aprendizajes sin necesidad de estar cantidades de horas frente a la pantalla.

Durante este confinamiento se han visto alumnos afectados de manera emocional, algunos que han llegado a atentar con su vida ocasionado por el estrés que produce el exceso de tareas escolares. La gestión adecuada de las emociones es un buen indicio para establecer el conocimiento, el aprendizaje, la enseñanza y la comprensión de los temas que se abordan, tanto presencialmente como “en línea”, es aquí donde se cambia el paradigma del profesor.

Durante la niñez es cuando se adquieren conocimientos que le ayudarán a lo largo de la vida, el infante va descubriendo sus emociones, pero a veces no las puede controlar, sin un adecuado manejo de las mismas esto puede llevar al individuo a situaciones en las cuales no pueda resolver problemas comunes de la vida.

Se ha encontrado que las emociones ayudan a fomentar el aprendizaje, ya que pueden estimular la actividad de las redes neuronales, reforzando las conexiones sinápticas. Por lo tanto, se ha evidenciado que los aprendizajes se consolidan de mejor manera en nuestro cerebro cuando se involucran las emociones (Rojas, 2020).

Sin embargo, hay que aclarar que las emociones “positivas” como la alegría, son las que se relacionan con un aumento y mejora en la consolidación del aprendizaje. Por lo tanto, cuando el ambiente es positivo en el aula, el cerebro

emocional recibe de mejor manera los estímulos externos. En consecuencia, los conocimientos se adquieren con más facilidad y lo aprendido se mantiene en el tiempo (Rojas, 2020).

Por el contrario, cuando el aprendizaje se acompaña de emociones “negativas” como rabia o miedo, el efecto es contrario en este caso, el proceso se retrasa y se vuelve más complicado aprender teniendo el efecto contrario en los procesos educativos y siendo imprescindible evitar este tipo de emociones en el aula (Rojas, 2020).

La emoción es una esfera fundamental de los seres humanos, por lo tanto, interviene en múltiples aspectos de nuestra vida. Ciertamente, la educación no es ajena a esta influencia. La enseñanza del manejo de las emociones en el ámbito educativo se vuelve una herramienta necesaria no solo para el aprendizaje escolar, sino para enfrentar los desafíos diarios.

Las emociones responden a las necesidades sociales y emocionales en la educación de las personas. Esto ayuda en el desarrollo personal y puede prevenir trastornos como la ansiedad y la depresión. Asimismo, desarrollará estrategias para resolver conflictos personales y sociales. Por lo tanto, es de gran importancia la implementación de la importancia que tienen las emociones dentro del ámbito educativo (Rojas, 2020).

Entender cómo las emociones pueden afectar distintos procesos como la memoria y la atención, ayuda no solo a los docentes en el momento de dar clases, sino también a los alumnos para que sepan cómo pueden influir en su aprendizaje.

Finalmente, se hace imprescindible la enseñanza de regulación de emociones y de autoconocimiento para generar estrategias de confrontación frente a cualquier problema que se presente (Rojas, 2020).

Un alumno que no muestra interés positivo hacia alguna actividad, por ejemplo: que está molesto o triste, no realizará alguna acción favorable para su aprendizaje de las materias o cualquier otro contenido que se esté tratando por su maestro, sin embargo, un alumno motivado e interesado si podrá hacerlo, y favorece así su

aprendizaje, aunque es muy indispensable también que el maestro debe de buscar la forma en como despertar el interés de aquel alumno que no muestra interés por la clase.

1.3 Método de investigación

El presente documento se desarrolló a partir de un enfoque de investigación cualitativa, la cual se centra en comprender los fenómenos desde la perspectiva de los participantes en relación con su contexto. Asimismo, emplea técnicas y el uso de instrumentos que sirven para analizar y profundizar en el tema de una forma razonable y concreta (Sampieri, 2014).

Para esto se tiene un problema central de interés. Es decir, el propósito, finalidad u propósito debe colocar la atención en la idea fundamental de la investigación, el cual está centrado en estudiantes de educación primaria y el manejo de sus emociones.

Este modelo de estudio fue predominante en el tema de investigación que abordó temas sobre la asignatura de educación socioemocional, se planteó un propósito general Desarrollar la autorregulación y el autoconocimiento en los alumnos de tercer grado turno vespertino de la escuela primaria Mariano Matamoros durante la educación a distancia ocasionada por COVID-19; la manera en que influyen las emociones en los alumnos de tercer grado dentro del ámbito educativo. Además, permitió realizar observaciones de forma efectiva, clara y consiente, considerando el entorno y necesidades a estudiar.

1.4 Diagnóstico pedagógico

El diagnóstico pedagógico es un proceso con carácter instrumental, científico e integral, que permite realizar un estudio previo y sistemático, a través de la recopilación de información, del estado real y potencial del sujeto y de todos aquellos elementos que puedan influir de manera directa o indirecta en los resultados que aspiramos, teniendo una dinámica de evaluación-intervención para

poder transformar, fortalecer, formar, desarrollar y educar desde un estado inicial hacia algo potencial, atendiendo a la diversidad y apoyándose en diversos métodos y técnicas (Brínguez, 2010).

En síntesis el diagnóstico pedagógico es un proceso que se lleva a cabo, para evaluar el desempeño de un estudiante con respecto a los propósitos planificados esto es una medida útil para identificar a los estudiantes que se encuentran en desventaja, una vez que se identificó el rezago lo siguiente es encontrar la causa que impide el buen desempeño, de esta manera se puede abordar el plan para mejorar la situación y trabajar en los que los alumnos necesitan.

Para ello se llevó a cabo la realización de una encuesta como instrumento para poder obtener así un diagnóstico, el cual arrojó que los estudiantes de tercer grado de primaria no cuentan con habilidades socioemocionales como el autoconocimiento y autorregulación.

1.4.1. Técnicas e Instrumentos para la obtención de datos diagnósticos

Como ya se ha señalado anteriormente para la detección de una problemática educativa fue necesario diseñar un diagnóstico pedagógico, lo cual le daría operatividad al proceso de intervención; para que el resultado fuera confiable se aplicó una técnica de investigación a partir de procedimientos metodológicos cuyo propósito fue garantizar el proceso.

Mientras tanto, un instrumento de intervención pedagógica es un medio real y físico por el cual el profesor puede registrar y obtener la información necesaria para verificar los logros o dificultades de sus alumnos.

La aplicación de este instrumento se llevó a cabo de manera digital, se envió a los correos de los padres de familia un formato de encuesta que iba dedicado a conocer los problemas emocionales que han presentado sus hijos actualmente ocasionados por el confinamiento de la pandemia, a través de esto los padres de familia pudieron dar una respuesta rápidamente (ANEXO 1).

La encuesta aplicada arrojó datos necesarios para identificar las problemáticas que los estudiantes presentan a partir del confinamiento con respecto a sus habilidades socioemocionales, de esta manera se determinó que la problemática a tratar sería el desarrollo de habilidades socioemocionales relacionadas a el autoconocimiento y la autorregulación.

1.4.2 Contexto sociocultural

Las emociones influyen de una manera muy importante en nuestra vida diaria. Literalmente las sentimos en el cuerpo y las manifestamos en nuestras expresiones faciales. Las personas que logran una sana salud mental o lo que comúnmente denominamos inteligencia emocional, son personas conscientes de los pensamientos, los sentimientos y los comportamientos por los cuales ellos están pasando.

Lo importante es saber que son las emociones y aprender cómo manejarlas para poder superar el estrés, los problemas diarios y tomar las mejores decisiones. El aprender a manejar las emociones ayuda a que tengamos una mejor salud y que experimentemos mejores relaciones con las demás personas. Todos los días nos suceden cosas que producen que sintamos emociones, por eso es tan importante el vivir con inteligencia emocional y sobre todo poder controlar nuestras emociones.

La escuela primaria Mariano Matamoros se encuentra ubicada en Zicacalco s/n en la colonia Ojo de agua, cerca de puntos conocidos en Tepic como son: el mercado de abastos y la unidad deportiva santa teresita.

La economía de las familias es de nivel medio y medio bajo. Los padres de los alumnos se dedican en general a ser empleados de alguna empresa, o al comercio informal, venden productos en las calles. Su nivel de estudio en la mayoría de los padres de familia es de secundaria y nivel media superior.

La colonia ojo de agua, es tranquila, la primaria está cercana a varias tiendas de comercio, como de abarrotes, ropa, una fábrica de tostadas, panadería, un centro comercial pequeño, cerca de la escuela hay parques, una iglesia cerca.

Los padres de familia se muestran comprometidos a participar y apoyar a los alumnos en actividades académicas, colaboran en la organización de eventos culturales, festejos. Aunque cabe mencionar que también hay padres indiferentes a todo, sin embargo, son pocos.

Como ya se ha mencionado anteriormente, las emociones son un aspecto fundamental dentro de la educación, las emociones son un proceso educativo, continuo y permanente, que pretenden potenciar el desarrollo de las competencias emocionales, como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, y con propósito de capacitarle para afrontar mejor los retos que se le plantean en la vida cotidiana.

La escuela es la respuesta a estas nuevas demandas sociales que se están viviendo, debe asumir su parte de responsabilidad en este proceso dirigido al desarrollo integral del individuo, y sobre todo tomar en cuenta dentro de su proyecto formativo, el valor añadido de la competencia emocional de los alumnos.

Sin embargo, debemos de considerar que la familia es la primera escuela para el aprendizaje emocional del niño, por lo cual es ahí en donde comienzan a usar sus emociones y continúan en la escuela. El entorno familiar, escolar y el social, son los que le proporcionarán al niño muchos de los componentes emocionales que le servirán en un futuro y en su vida diaria.

El plan de estudios (Aprendizajes Clave 2017) nos menciona que, la visión educativa requiere un planteamiento dialógico del aprendizaje, que considere que “la educación puede ser transformadora y contribuir a un futuro sostenible para todos”. Para ello, es necesario adoptar una perspectiva integral de la educación y el aprendizaje, que incluya tanto aspectos cognitivos como emocionales y éticos. Esto implica ir más allá del aprendizaje académico convencional, con los retos que este esfuerzo presenta.

Aun cuando los maestros han trabajado y se han preocupado por las emociones de los estudiantes, tradicionalmente la escuela ha puesto más atención al desarrollo de las habilidades cognitivas y motrices que al desarrollo socioemocional, porque hasta hace poco se pensaba que esta área correspondía más al ámbito educativo familiar que al escolar, o que el carácter o la personalidad de cada individuo determinan la vivencia y la expresión emocional; no se consideraba que estas dimensiones del desarrollo pudieran ser cultivadas y fortalecidas en la escuela de manera explícita. Investigaciones recientes confirman cada vez más el papel central que desempeñan las emociones, y nuestra capacidad para gestionar las relaciones socio afectivas en el aprendizaje (SEP, 2017).

Poder dialogar acerca de los estados emocionales, identificarlos en uno mismo y en los demás, y reconocer sus causas y efectos, ayuda a los estudiantes a conducirse de manera más efectiva, esto es, autorregulada, autónoma y segura.

En la educación primaria, la Educación Socioemocional está diseñada como un proceso de aprendizaje a través del cual los niños y las niñas, desarrollan e integran en su vida los conceptos, valores, actitudes y habilidades, que les permitirán comprender y manejar las propias emociones, construir una identidad personal, mostrar atención y cuidado hacia los demás, colaborar, establecer relaciones positivas, tomar decisiones responsables y aprender a manejar situaciones retadoras, de manera constructiva y ética (SEP, 2017).

En particular se busca que los alumnos de este nivel escolar desarrollen habilidades y estrategias para la expresión e identificación consciente de las emociones, la regulación y gestión de las mismas, el reconocimiento de las causas y efectos de la expresión emocional; así como adquirir estrategias para trabajar la tolerancia a la frustración y lograr postergar las recompensas inmediatas.

Con ello se busca que los alumnos comprendan y aprendan a lidiar de forma satisfactoria con los estados emocionales impulsivos o aflictivos, y logren hacer de la vida emocional un detonante para la motivación, el aprendizaje y la construcción de relaciones sociales respetuosas y positivas a través del diálogo.

1.4.3 La intervención docente

El docente juega un papel muy importante en el ámbito formativo de los alumnos, no solo de educador sino también de guía y modelo, por eso debe de conocer al grupo y ser honesto desde el primer encuentro, su motivación hacia los alumnos es un aspecto fundamental y determinante para alimentar la autoestima de los estudiantes. Un profesor tiene la capacidad de hacer sentir capaz a un alumno a través de un bonito mensaje positivo, brindándole su apoyo y emociones positivas.

Se considera que la relación entre el alumno y el profesor, no se basa en amistades o intereses en común, sino que es una relación impuesta. El alumno debe de llegar a confiar en el docente y el docente debe de ser capaz de conocer a sus alumnos. El docente es el encargado de transmitir y brindar sus conocimientos no solo con pasión sino con responsabilidad. El profesor debe de estar abierto a un dialogo, ser receptivo a las críticas y sugerencias de sus alumnos (Chapouille, 2012).

La voz que el docente use al momento de impartir su clase es un elemento fundamental para que el proceso de comunicación pueda ser llevado a cabo. Si el docente, no varía el tono de su voz y la versatilidad de ésta estaría cayendo en una monotonía la cual produciría ruido en el mensaje a transmitir, logrando que el alumno pierda el interés y comience a dialogar con sus compañeros. Logrando así, que pierda el interés hacia la clase. Cabe mencionar también que muchas ocasiones se debe de ser cuidadoso en el uso de la voz, de usar la voz elevada solo cuando es indispensable, para que esto también no les genere miedo a los alumnos (Chapouille, 2012).

La clase debe ser dinámica y la voz debe hacer hincapié en las frases más importantes. La comunicación visual es indispensable a la hora de expresarse. La mirada por ejemplo es sinónimo de seriedad, o del control de una situación, etc. La postura y el lugar que ocupa el docente en el aula transmiten una imagen de lo que es el docente. Éste debe ser expresivo siempre y cuando logre crear un equilibrio entre los movimientos y las gesticulaciones. Emplear gestos, al igual que

el uso de las pausas, es de suma utilidad a la hora de subrayar lo más importante (Chapouille, 2012).

La importancia del rol docente como agente del desarrollo de la inteligencia emocional en sus estudiantes, no solo se considera fundamental para formar a los alumnos en los ámbitos académicos, sino también dentro del ámbito social hacer de ellos unas personas con valores. La educación emocional busca en sí que los alumnos tengan las herramientas necesarias para conocer y expresar sus emociones de manera que estas no afecten sus vidas, y que al contrario, promuevan el bienestar personal y social.

1.4.4 Saberes y supuestos teóricos

Según Mayer y Salovey (1997: 10), “la inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual”. La inteligencia emocional se refiere a un “pensador con un corazón” que percibe, comprende y maneja relaciones sociales (Bisquerra, 2000).

La inteligencia emocional es para él una forma de interactuar con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental, etc., que configuran rasgos de carácter, como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, indispensables para una buena y creativa adaptación social (Goleman, 1996).

Se sabe de las emociones que son un factor muy importante en el ser humano, por ello es necesario saber tener el control de ellas. En la vida de los niños es indispensable que ellos sepan lograr tener un control sobre sus emociones.

La asignatura de educación socioemocional es considerada dentro del ámbito educativo primordial, a la cual se le debe de dar igual importancia que al resto, así

coomo se pretende lograr que el alumnos aprenda habilidades socioemocionales indispensables para la vida, pues los estudiantes deben de identificar sus emociones, saber controlarlas cuando se les presente una de ellas, esto beneficia a un mejor desarrollo integral, cada una de las emociones tienen un proposito, aunque cabe destacar que las emociones no se manifiestan de la misma manera en todos los individuos.

El desarrollo de las emociones hace que los estudiantes logren tener una mejor autoestima, a sentirse seguros de si mismo y lograr tener la capacidad para verbalizar sus emociones. Con el paso del tiempo, las personas se van volviendo mas habiles para poder entender sus emociones, en los niños es muy favorable enseñarles estrategias para que puedan controlar lo que sienten, cuando los estudiantes logren desarrollar estas habilidades podran ser capaces de describirlas y por supuesto canalizarlas.

Ademas, el lograr conocer sus emociones ayuda al individuo a crear conciencia emocional, la cual les permite conocerse mejor y aceptarse a si mismos. Las emociones tambien son una forma de comunicación, ya que, con la expresion facial que se hace de ellas las demas personas se pueden percatar que algo le esta pasando al individuo pues se interpretan en sus gestos y tambien en las acciones.

Dentro del ambito educativo las emociones pueden intervenir desde un bajo rendimiento escolar hasta sobresalir academicamente, cuando las emociones afectan a los alumnos, por ejemplo, presentan baja autoestima, esto provoca emociones negativas que originan a su vez desinteres por la clase o distraccion. Estos factores influyen en el aprendizaje del estudiante ocasionando un bajo rendimiento escolar en el cual no se logran obtener resultados favorables de aprendizaje, las razones por las que ocurre esto pueden ser diversas, desde problemas en su familia que afectan directamente al estudiante, asi como falta de seguridad en si mismo.

Desde luego cuando un alumno se tiene confianza en su persona, muestra una buena autoestima, en su familia no existen problemas que le puedan afectar en su

escuela, tiene una convivencia sana con sus compañeros, se puede decir que este estudiante logra tener mejor desarrollo de sus emociones lo cual no le afecta en su aprendizaje.

1.5 Planteamiento del problema

Las emociones durante la infancia son de suma importancia y mucho más relacionándolas con el aprendizaje, estas le abren la puerta a aprender, facilitando así la consolidación de los recuerdos, por lo tanto, para que un recuerdo perdure en la memoria ha de ir asociado a una emoción la cual debe de ser positiva.

Durante las clases desarrolladas de forma virtual con los alumnos de tercer grado de la escuela primaria Mariano Matamoros se puede identificar con gran facilidad las consecuencias que se están originando por la nueva modalidad de la educación a distancia, las emociones que han cambiado y ocasionado en los diferentes alumnos del grupo, lo anterior ha sido posible identificarle a partir de la aplicación de la encuesta a padres de familia.

Durante el desarrollo de algunas actividades de la asignatura de educación socioemocional, se les preguntaba a los alumnos como se sentía al estar recibiendo la educación desde su casa, muchas respuestas fueron positivas, comentaban los alumnos que se sentía cómodos al estar realizando todas sus actividades desde la comodidad de su casa, y que además estaban felices porque estaban junto a su familia.

Sin embargo, también hubo respuestas negativas de alumnos que decían estar cansados, enfadados y tristes de estar diario en casa y no poder interactuar con su maestro y sus compañeros.

Al obtener estas respuestas de algunos alumnos se puede dar cuenta de la gran importancia de las emociones dentro del ámbito educativo y relacionándolas más con la modalidad de la educación a distancia.

¿Cómo desarrollar la autorregulación y el autoconocimiento en los alumnos de tercer grado turno vespertino de la escuela primaria Mariano Matamoros durante la educación a distancia ocasionada por la pandemia del COVID-19?

1.6 Justificación

El tema de las emociones ocasionadas por la educación a distancia es de interés general, puesto que se hace una comparación del estrés que viven los estudiantes universitarios, que son personas con mayores conocimientos, habilidades y actitudes, aun así, se sabe que viven un estrés por la carga de trabajos y tareas que les asignan sus maestros y que además les resulta cansado estar muchas horas frente a una pantalla.

Se hace la comparación con niños pequeños de nivel primaria, en este caso los alumnos de tercer grado que también dicen resultarles tedioso el estar trabajando desde casa. Entonces si a un alumno universitario le causa muchas emociones el estar trabajando en esta modalidad, no podemos dejar de considerar las emociones que les originan a los estudiantes del nivel primaria del grupo ya mencionado.

Basándose en el plan de estudios y el enfoque pedagógico de la materia de educación socioemocional del tercer grado, nos indica que la emoción es un componente complejo de la psicología humana. Se conforma de elementos fisiológicos que se expresan de forma instintiva y de aspectos cognitivos y socioculturales conscientes e inconscientes, lo que implica que las emociones, especialmente las secundarias (o los sentimientos), también son aprendidas y moduladas por el entorno sociocultural y guardan una relación de pertinencia con el contexto en el que se expresan.

Su función principal es causar en nuestro organismo una respuesta adaptativa, ya sea través de sensaciones de rechazo o huida, o bien de acercamiento y aceptación. Las emociones se pueden clasificar en emociones básicas de respuesta instintiva como la ira, la alegría, la tristeza, el miedo, el asco o la sorpresa, y en emociones secundarias o sentimientos que conllevan un

componente cognitivo y cultural que complejiza su expresión y entendimiento como por ejemplo la gratitud, el respeto, el perdón, la benevolencia, la contemplación estética o bien la envidia, los celos, el odio, la frustración, la venganza, entre otros.

De ahí que para algunos autores, tanto las emociones básicas como las secundarias, se clasifiquen en dos grandes categorías: las positivas o constructivas que producen estados de bienestar, o las negativas o aflitivas que producen estados de malestar.

En la educación primaria, la Educación Socioemocional está diseñada como un proceso de aprendizaje a través del cual los niños y las niñas, desarrollan e integran en su vida los conceptos, valores, actitudes y habilidades, que les permitirán comprender y manejar las propias emociones, construir una identidad personal, mostrar atención y cuidado hacia los demás, colaborar, establecer relaciones positivas, tomar decisiones responsables y aprender a manejar situaciones retadoras, de manera constructiva y ética.

En particular se busca que los alumnos de este nivel escolar desarrollen habilidades y estrategias para la expresión e identificación consciente de las emociones, la regulación y gestión de las mismas, el reconocimiento de las causas y efectos de la expresión emocional; así como adquirir estrategias para trabajar la tolerancia a la frustración y lograr postergar las recompensas inmediatas.

Con ello se busca que los alumnos comprendan y aprendan a lidiar de forma satisfactoria con los estados emocionales impulsivos o aflitivos, y logren hacer de la vida emocional un detonante para la motivación, el aprendizaje y la construcción de relaciones sociales respetuosas y positivas a través del diálogo.

1.7 Delimitación

Para realizar la investigación se realizó un proyecto de intervención pedagógica el cual conlleva estrategias didácticas sobre la educación socioemocional las cuales

se trabajan con el grupo de tercer grado atendiendo el área de desarrollo personal y social de la cual se desprende la asignatura de educación socioemocional.

Se atendió a 23 alumnos con los que se trabajó de manera virtual debido al confinamiento escolar, el periodo de la intervención pedagógica se desarrolló a partir del día 23 de agosto del año 2020 y culminó el 26 de febrero del presente año.

1.8 Elección de la alternativa

El proyecto de intervención pedagógica permitirá una titulación para la Licenciatura en Educación Primaria, este proyecto se llevó a cabo para desarrollar las estrategias didácticas con las cuales se pudo intervenir en el desarrollo de la educación socioemocional, específicamente en las categorías de autorregulación y autoconocimiento, de las cuales se obtuvieron resultados positivos de los estudiantes.

Un proyecto de intervención pedagógica es un plan que se lleva a cabo para mejorar los procesos en los cuales se hayan detectado rezago educativo, al cual se le da un seguimiento para lograr obtener una evaluación, con el fin de tener una mejora del aprendizaje en cualquier área del conocimiento.

1.9 Propósitos

Propósito General

Desarrollar la autorregulación y el autoconocimiento en los alumnos de tercer grado turno vespertino de la escuela primaria Mariano Matamoros durante la educación a distancia ocasionada por COVID-19.

Propósitos Específicos

- Investigar principios teóricos y prácticos acerca de la autorregulación y el autoconocimiento aplicables a estrategias pedagógicas con estudiantes de tercer grado de Educación Primaria.
- Diseñar estrategias pedagógicas para el desarrollo de la autorregulación y el autoconocimiento en los estudiantes del tercer grado de Educación Primaria.
- Aplicar las estrategias pedagógicas para el desarrollo de la autorregulación y el autoconocimiento en los estudiantes del tercer grado de Educación Primaria.
- Valorar el proceso y los resultados de las estrategias pedagógicas aplicadas con los estudiantes de tercer grado de Educación Primaria.

CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO

2.1 Conceptualizaciones

La gestión emocional o gestión de las emociones hace referencia a ser conscientes de las emociones que sentimos, aceptarlas y regularlas si es necesario. La correcta gestión de las emociones determina en mayor o menor medida el éxito en distintas áreas de nuestra vida, como pueden ser el de las relaciones interpersonales o el trabajo (Corbin, 2020).

Para empezar a gestionar las emociones, primeramente es necesario reconocerlas, y así mismo aceptarlas. Para poder reconocer las emociones se puede empezar por observar el cuerpo, ya que la manifestación física de cada una de las emociones tiene características que son muy particulares, lo cual ayuda a poder conocer las emociones propias.

La autorregulación es el acto y la consecuencia de autorregularse. El verbo autorregular, en tanto, alude a regularse (adecuarse, ajustarse) a uno mismo. Se entiende por autorregulación al control que una persona ejerce sobre sus emociones, sus acciones y sus pensamientos. Este proceso contribuye a que el individuo pueda cumplir con sus propósitos, puede decirse que la autorregulación implica el dominio de la conducta y de los procesos cognitivos (Porto, 2019).

En los niños la autorregulación es la capacidad de manejar sus emociones, acciones, pensamientos y comportamiento, les permite madurar y dirigir su conducta hacia un propósito.

El autoconocimiento es una de las claves del desarrollo personal y, a la vez, es uno de los principios básicos para poder regular las emociones, relacionarse con los demás y luchar por los propósitos. El autoconocimiento es clave para el bienestar psicológico de las personas, puesto que aquellas que se conocen mejor saben lo que quieren en la vida, no solo en los grandes proyectos sino en las cosas cotidianas de la vida. Y es que las personas que se conocen bien saben

gestionar mejor sus emociones incluso en los momentos de mayor dificultad, el autoconocimiento es el punto de partida para poder convertirse en una persona emocionalmente inteligente (Corbin, 2020).

El autoconocimiento es un proceso reflexivo en el cual una persona adquiere noción de su yo, de lo que lo caracteriza, de sus cualidades y defectos, de sus limitaciones, necesidades, aficiones y temores, así mismo tener paciencia y control de las debilidades.

La educación emocional es una innovación educativa que se justifica en las necesidades sociales. La finalidad es el desarrollo de competencias emocionales que contribuyan a un mejor bienestar personal y social. Se concibe la educación emocional como un “proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, con objeto de capacitarle para la vida. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social (Alzina, 2006).

La educación emocional se ha convertido en una asignatura importante dentro del ámbito educativo, puesto a que es se encarga de educar al alumno en sus emociones, cuando el alumno conoce sus emociones y tiene un control sobre ellas, sabrá enfrentar y controlar las emociones que se le presenten no solo dentro de la escuela, sino también en su vida cotidiana, en su familia, con sus amigos, en cualquier otro lugar y sobre todo, para su vida futura.

La educación emocional es un proceso educativo continuo y permanente, puesto que debe estar presente a lo largo de todo el currículum académico y en la formación permanente a lo largo de toda la vida. Es decir, la educación emocional tiene un enfoque del ciclo vital que se propone optimizar el desarrollo humano. En este sentido queda claro que la educación emocional encaja perfectamente en el marco general de la orientación psicopedagógica (Alzina, 2006).

Goleman definió la inteligencia emocional como la capacidad para reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos, de auto motivarnos, y de manejar de

manera positiva nuestras emociones, sobre todo aquellas que tienen que ver con nuestras relaciones humanas.

La inteligencia emocional es para él una forma de interactuar con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental, etc., que configuran rasgos de carácter, como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, indispensables para una buena y creativa adaptación social (Goleman, 1996).

Con el desarrollo de la inteligencia emocional, los alumnos sabrán reconocer sus sentimientos propios, cuando se les presenta alguna situación, de motivarse por sí solos y de saber cómo van a enfrentar algún conflicto que se les presente. Y así también tener una convivencia sana alrededor de su ámbito social.

Según Mayer y Salovey (1997: 10), “la inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual”. La inteligencia emocional se refiere a un “pensador con un corazón” que percibe, comprende y maneja relaciones sociales (Bisquerra, 2000).

Relacionando la percepción emocional de Salovey y Mayer con la teoría de las inteligencias múltiples de Howard Gardner, se puede percatar de la importancia de estas para el bienestar emocional del individuo.

Howard Gardner y sus colaboradores de la prestigiosa Universidad de Harvard advirtieron que la inteligencia académica (la obtención de titulaciones y méritos educativos; el expediente académico) no es un factor decisivo para conocer la inteligencia de una persona (CEOLEVEL, 2016).

Un buen ejemplo de esta idea se observa en personas que, a pesar de obtener excelentes calificaciones académicas, presentan problemas importantes para relacionarse con otras personas o para manejar otras facetas de su vida.

Estos casos excepcionales hicieron que Gardner pensase que la inteligencia no existe, sino que en realidad hay muchas inteligencias independientes.

La investigación de Howard Gardner ha logrado identificar y definir hasta ocho tipos de inteligencia distintas. Vamos a conocer de manera más detallada dos de las inteligencias propuestas por la Teoría de las Inteligencias Múltiples de Gardner que de alguna manera se relaciona con el presente proyecto de investigación.

Lo anterior juega un papel importante en la educación socioemocional, puesto que algunas de las inteligencias de Gardner se relacionan con las dimensiones que el Plan de estudios de Educación Socioemocional presenta y del cual ha surgido la inquietud de diseñar y aplicar estrategias para el desarrollo de la gestión de emociones. Las inteligencias que más se relacionan con la temática estudiada son inteligencia intrapersonal e inteligencia interpersonal.

Inteligencia intrapersonal

La definición de inteligencia intrapersonal consiste en la capacidad y grado de conocimiento propio, así como en la habilidad para percibir y formar una imagen individual verídica, lo más objetiva posible y ajustada a la realidad. Esta inteligencia implica la conciencia y conocimiento de las propias intenciones, motivaciones, deseos, estados de ánimo, emociones, capacidades, etc. En definitiva, la inteligencia intrapersonal es tener autoconocimiento acerca de cómo somos y qué queremos y ser capaces de utilizar esta información para un desempeño más adecuado en la vida, así como el desarrollo de un comportamiento consecuente (Alabau, 2019).

Esta capacidad nos permite analizar nuestros pensamientos y sentimientos, saber qué nos sucede, cómo abordar nuestras necesidades emocionales y actuar de forma que repercuta positivamente en nuestro bienestar emocional.

Las personas con esta inteligencia son capaces de describir y explicar las propias emociones y sentimientos con precisión y de manera detallada. Además son capaces de identificar las emociones propias fácilmente, ya que prestan atención a su estado físico y emocional y reflexionan acerca del mismo.

Existe una alta capacidad de introspección, por lo que se reflexiona y se auto observa a la propia persona con el propósito de conocerse más y tener una mayor conciencia de uno mismo o misma. Las personas con esta inteligencia intrapersonal dedican un tiempo y disfrutan de esta reflexión interna, es una necesidad para ellas.

También suelen analizar sus propias acciones, ya que tienden a intentar entenderlas, valorarlas y aprender de los errores para futuras ocasiones.

Las personas con inteligencia intrapersonal tienen un auto concepto ajustado a la realidad acerca de su personalidad, puntos fuertes y limitaciones. Este conocimiento favorece que sean capaces de tomar decisiones que repercutan de forma beneficiosa en la propia persona con mayor facilidad, y de alcanzar los propósitos propuestos (Alabau, 2019).

Esta inteligencia se relaciona con las dimensiones de autoconocimiento y autorregulación las cuales son las que se consideraron con anterioridad para desarrollar, y por lo cual se puede ver que existe una relación estrecha.

Autoconciencia o autoconocimiento: implica el reconocimiento propio de nuestros sentimientos, pensamientos y reacciones, cómo nos afectan, así como la causa que se encuentra en la base de estos. Comprende la conciencia emocional, la autovaloración de fortalezas y debilidades y la autoconfianza.

Autorregulación: hace referencia a la habilidad para actuar en base al conocimiento previo de nuestras emociones. También comprende la capacidad para reflexionar acerca de las emociones propias que estamos viviendo, las causas de estas y cómo actuar en base a estas. Se basa en las habilidades de autocontrol, confiabilidad, adaptabilidad e innovación.

Inteligencia interpersonal

La inteligencia interpersonal es la inteligencia que se relaciona con las interacciones que establecemos y mantenemos con otras personas. Así pues, la definición de inteligencia interpersonal es que es aquella capacidad para

descubrir, entender e interpretar los deseos e intenciones de las demás personas, lo que permite interacciones sociales eficaces (Alabau, 2019).

Esta inteligencia permite una mayor adaptación al entorno, así como el desarrollo de relaciones sociales satisfactorias, ya que favorece la comprensión de las demás personas y la comunicación con ellas, teniendo en cuenta sus emociones, estado de ánimo, motivaciones, intenciones, etc. Es decir, teniendo en cuenta sus características personales e individuales, la personalidad de la persona, para adaptar y ajustar el propio comportamiento y discurso de forma consecuente con la otra persona.

Al igual que la inteligencia intrapersonal, esta, se relaciona con las dimensiones de autoconocimiento y autorregulación.

Se muestran algunas características de la inteligencia interpersonal:

- Personas con esta inteligencia desarrollada se interesan en el entendimiento de las razones y motivaciones humanas que existen detrás de los diferentes comportamientos y reacciones. Son personas que presentan una alta capacidad de análisis y pensamiento crítico.
- Otra característica de la inteligencia interpersonal es una buena intuición en el área social. La observación y reflexión acerca de las relaciones sociales brinda a las personas una capacidad intuitiva sobre las personas.
- La comunicación está muy ligada a la inteligencia interpersonal, por lo que las personas suelen ser buenas comunicadoras, con un buen control del discurso y del lenguaje no verbal, consiguiendo influir en otra persona de forma efectiva (Alabau, 2019).

De acuerdo con Howard Gardner la inteligencia involucra la capacidad para resolver problemas y para crear productos culturales. Desde este punto de vista, la inteligencia es un concepto plenamente relacionado con la creatividad.

Al mismo tiempo, cada inteligencia representa una manera de conocer el mundo, pues cada persona cuenta con un perfil de inteligencia propio.

2.2 Tipos y funciones de las emociones

Las emociones se clasifican en tipos para saber así identificarlas con gran facilidad cuando se manifiestan en una persona, así como también estar mejor preparados para saber qué hacer para enfrentarlas.

2.2.1 Emociones básica, primaria o innatas

Son aquellas que se presentan desde el momento de nuestro nacimiento. Forman parte de nuestro proceso de adaptación y existen en todos los seres humanos, independientemente de la cultura. Se inician con rapidez y duran unos segundos.

Emoción	Descripción	Función adaptativa
Alegría	Sensación agradable de satisfacción y bienestar.	Afiliación
Asco	Intenso desagrado hacia algo repulsivo o repugnante.	Rechazo
Ira	Sentimiento de enfado, irritabilidad o indignación.	Autodefensa
Miedo	Aprehensión provocada generalmente por sensación de amenaza, peligro, o dolor.	Protección
Sorpresa	Malestar o asombro ante algo inesperado.	Exploración
Tristeza	Sensación de desdicha o infelicidad.	Reintegración

(Divulgación dinámica, 2019)

En unos estudiantes de primaria se pueden distinguir con gran facilidad estas emociones que aquí se mencionan, puesto que por lo general los niños son muy transparentes a la hora de expresar sus emociones. Ya sea que se trate de alegría, tristeza o miedo, es muy difícil que el niño pueda esconder y no expresar sus emociones. Además de que es de suma importancia que el niño se exprese a

su manera dentro de cualquier situación y que no esconda lo que siente emocionalmente, ya que así desarrolla también su autoestima personal.

2.2.2 Emociones sociales, secundarias o aprendidas

Son aquellas que se generan luego de una emoción primaria, vergüenza, culpa, orgullo, ansiedad, celos, esperanza (Divulgación dinámica, 2019).

Estas surgen a raíz de las emociones primarias, y los niños las adquieren a través del paso del tiempo y conforme van creciendo, además de la interacción con la sociedad. Estas emociones no se identifican con facilidad como las emociones primarias, además de que el desarrollo de estas depende mucho de la autoestima y de la identidad personal de cada uno. Aquí también se desarrollan y se reflejan los valores sociales que le han sido inculcados desde la escuela y la familia.

A un niño con baja autoestima y que le es difícil creer y desarrollar lo que es capaz de hacer, le es complicado expresar y saber identificar sus emociones. Por eso es de suma importancia en el ámbito educativo el trabajar las emociones y hacer que los alumnos aprendan a identificarlas y expresarlas con facilidad, pero como se ha mencionado es relativamente importante que desde su hogar se le inculque la importancia de estas.

2.2.3 Emociones positivas y negativas

Son las que afectan las conductas de las personas, por lo que algunas emociones pueden generar acciones o reacciones positivas como alegría o satisfacción, pero, hay otras emociones que provocan sentimientos perjudiciales para el individuo (Divulgación dinámica, 2019).

Las emociones positivas les aportan a los niños algún beneficio propio, esto quiere decir que los hace sentirse bien, por dentro y por fuera. Dentro del ámbito educativo una emoción positiva logra en los alumnos un mayor desarrollo en sus aprendizajes, el docente puede encargarse de esto, puesto que él puede hacer que el aprendizaje en los niños sea positivo y motivacional.

Estas emociones tienen una relación estrecha con los valores, que ayudan a sentirse bien consigo mismo, ayudar a una persona, la solidaridad, la empatía, trasmite amor y seguridad consigo mismo.

Mientras tanto, las emociones negativas, son aquellas que bloquean, que impiden aprender, conseguir propósitos y también hacen daño así mismo, si no se logra tener un control sobre estas, pueden destruir la autoestima y la confianza de los niños.

Se puede decir que las emociones tienen 3 funciones principales:

Función adaptativa: prepara al organismo para la acción siendo ésta una de las más importantes. Gracias a esta capacidad podemos actuar eficazmente.

Función social: expresan nuestro estado de ánimo y facilitan la interacción social para que se pueda predecir el comportamiento. Además de la expresión oral, cobra mucha importancia la comunicación no verbal que se refleja, en muchas ocasiones, de manera inconsciente.

Función motivacional: existe una relación entre motivación y emoción ya que ambas se retroalimentan. Cualquier conducta motivada produce una reacción emocional, a la vez que cualquier emoción impulsa la motivación hacia algo. Por ejemplo, si nos sentimos alegres cuando quedamos con otra persona, estaremos más motivados para volver a quedar con ella (Divulgación dinámica, 2019).

2.3 Investigaciones acerca de Educación Socioemocional en Primaria

El área de investigación en el que se desarrolla el presente proyecto de intervención pedagógica ha sido en los últimos años un campo de estudio al que se le ha puesto mucho énfasis en la Educación, existen diversos estudios de Licenciatura y Posgrado en que se retoman y analizan algunas propuestas para el desarrollo de habilidades socioemocionales, a continuación, se describen algunos planteamientos teóricos realizados por otros profesionales del área.

La autorregulación como estrategia en el desarrollo personal y académico: es así como desde el ámbito escolar se percibe la necesidad de fomentar en los estudiantes las modificaciones positivas en su conducta y actitudes, lo cual conlleva a la autorregulación académica, así como al aumento en su motivación intrínseca y extrínseca (Perez, 2015).

Como se afirma anteriormente, es imprescindible para el desarrollo integral de los estudiantes la autorregulación desde edades tempranas, esto podría traer resultados positivos en etapas posteriores, tanto en lo académico como en otras áreas de la vida del estudiante.

La Secretaría de Educación Pública, como parte de la Reforma Educativa iniciada en 2013, propuso el Nuevo Modelo Educativo que en el ciclo escolar 2018-2019 entró en vigor, en este nuevo modelo se integró, dentro del área de desarrollo personal y social, el área de educación socioemocional, que establece y promueve el desarrollo de habilidades socioemocionales y proyecto de vida. Esto implica que el alumno al término de la educación básica debe tener la capacidad de atención, identificar y poner en práctica fortalezas personales para autorregular sus emociones, jugar, aprender y desarrollar empatía y convivir con los demás. Así como diseñar y emprender proyectos de corto y mediano plazo (Salas, 2020).

Algunos investigadores han realizados estudios en el desarrollo de emociones en la infancia, sin embargo con el nuevo Plan de Estudios de Educación Básica se ha puesto especial atención en la Educación socioemocional de los infantes y adolescentes.

Atendiendo a esta mirada integradora en educación, las nuevas didácticas deben retroalimentar el ser, destacando las emociones como parte fundamental, esta potencia los aspectos intelectuales a los que apunta la educación tradicional y otros aspectos como el desarrollo de la personalidad, valores, motivación, dedicación, esfuerzo logrando armonizar los componentes afectivo y cognitivo en la educación. Empezar a promover estas prácticas de educación emocional a partir del autoconocimiento emocional en el ámbito escolar promoverá estudiantes felices, seguros, docentes con mínimos niveles de estrés y ante todo climas

organizacionales que contribuyen al bienestar de toda una comunidad educativa, mejorando resultados que favorecen el éxito académico y proyectos de vida cuya base son el resultado del equilibrio entre la razón y el corazón (Pineda, 2017).

Desarrollar habilidades socioemocionales en los estudiantes traerá múltiples beneficios, no solo de manera individual sino colectiva, es decir esto último abona claramente a la formación de una mejor sociedad basada en la responsabilidad social para la toma de decisiones en beneficio de toda una comunidad.

Con el desarrollo del autoconocimiento se posibilita que los estudiantes reconozcan sus emociones básicas y sentimientos que están relacionados con su vida diaria, esto les ayuda a tener actitudes adecuadas para así favorecer las relaciones en su ámbito social.

2.4 Análisis Plan y Programa de Estudio

En la educación primaria, la Educación Socioemocional está diseñada como un proceso de aprendizaje a través del cual los niños y las niñas, desarrollan e integran en su vida los conceptos, valores, actitudes y habilidades, que les permitirán comprender y manejar las propias emociones, construir una identidad personal, mostrar atención y cuidado hacia los demás, colaborar, establecer relaciones positivas, tomar decisiones responsables y aprender a manejar situaciones retadoras, de manera constructiva y ética (SEP, 2017).

En particular se busca que los alumnos de este nivel escolar desarrollen habilidades y estrategias para la expresión e identificación consciente de las emociones, la regulación y gestión de estas, el reconocimiento de las causas y efectos de la expresión emocional; así como adquirir estrategias para trabajar la tolerancia a la frustración y lograr postergar las recompensas inmediatas. Con ello se busca que los alumnos comprendan y aprendan a lidiar de forma satisfactoria con los estados emocionales impulsivos o aflictivos, y logren hacer de la vida emocional un detonante para la motivación, el aprendizaje y la construcción de relaciones sociales respetuosas y positivas a través del diálogo.

La Secretaría de Educación Pública recalca en el documento de Aprendizajes Clave los múltiples beneficios de trabajar las emociones en el aula. Concretamente afirma que “este tipo de educación provee de herramientas que previenen conductas de riesgo y, a largo plazo, está asociada con el éxito profesional, la salud y la participación social”.

La inclusión de la educación socioemocional en el Nuevo Modelo Educativo (NME) responde a problemáticas de índole social, a consideraciones de tipo filosófico y científico, a necesidades pedagógicas y a las tendencias mundiales.

En el nuevo modelo, la innovación consiste en que la educación socioemocional se llevará al salón de clase con una racionalidad pedagógica enfocada en la dosificación del desarrollo paulatino de las habilidades socioemocionales a lo largo de nueve ciclos escolares, con unas actividades especialmente diseñadas para tal efecto y con estrategias para la evaluación formativa (Dominguez, 2017).

De esta manera las escuelas reconocen hoy la importancia de contribuir a educar los factores emocionales de manera proyectada y de que los padres y maestros sean formados para enfrentar y, sobre todo, prevenir problemáticas tanto a nivel individual como social relacionadas con fenómenos que se relacionan con el desarrollo social y obstaculizan el bienestar de las personas.

2.4.1 Organizadores curriculares de educación socioemocional

El área de Educación Socioemocional propone cinco dimensiones que, en conjunto, guían tanto el enfoque pedagógico como las interacciones educativas: autoconocimiento, autorregulación, autonomía, empatía y colaboración; sin embargo el eje rector del presente proyecto de intervención pedagógica se basa en las dos primeras.

Interrelación entre los ámbitos de la Educación Socioemocional y los planos de interacción individual y social (SEP, 2017).

Estas dimensiones surgen a partir de la literatura científica que señala categorías similares para el trabajo socioemocional. Se considera que estas dimensiones

dinamizan las interacciones entre los planos individual y social-ambiental, creando y sosteniendo la posibilidad de aprender a ser, aprender a hacer, aprender a aprender y aprender a convivir.

Las dimensiones se cultivan mediante el desarrollo de las habilidades específicas que las componen, las cuales tienen diferentes indicadores de logro para cada grado escolar

Autoconocimiento

- Atención
- Conciencia de las propias emociones
- Autoestima
- Aprecio y gratitud
- Bienestar

Autorregulación

- Metacognición
- Expresión de las emociones
- Regulación de las emociones
- Autogeneración de emociones para el bienestar
- Perseverancia

Si bien las dimensiones de la Educación Socioemocional se pueden comprender y trabajar de manera independiente, es la interrelación entre ellas lo que potencia el desarrollo integral de los estudiantes. Las dimensiones se cultivan mediante las habilidades específicas que las componen, las cuales tienen diferentes indicadores de logro para cada grado escolar. Estos indicadores tienen un carácter descriptivo y no prescriptivo, es decir, señalan algunas conductas y actitudes que los niños y adolescentes pueden mostrar como resultado de haber desarrollado cada habilidad. Sin embargo, este desarrollo no se limita a la manifestación de las conductas identificadas (SEP, 2017).

Las dimensiones que a continuación se describen son las que se consideraron para trabajar dentro de las estrategias que se implementaron en el grupo para que

los alumnos logren desarrollar, los cuales se verán reflejados en el desarrollo de sus conductas y actitudes, esto como señal de que se logró desarrollar cada una de ellas.

Autoconocimiento

El autoconocimiento implica conocerse y comprenderse a sí mismo, tomar conciencia de las motivaciones, necesidades, pensamientos y emociones propias, así como su efecto en la conducta y en los vínculos que se establecen con otros y con el entorno. También implica reconocer en uno mismo fortalezas, limitaciones y potencialidades, adquirir la capacidad de apreciar y agradecer, e identificar condiciones internas y externas que promueven el propio bienestar (SEP, 2017).

Al tener conocimiento de cómo las emociones, pensamientos y deseos influyen en su manera de interpretar y actuar en una situación, el estudiante puede tomar responsabilidad sobre su mundo interno y hacer los ajustes necesarios para actuar consciente y libremente.

Al lograr una visión más tangible y objetiva de uno mismo, se alcanza un sentido de valoración, apreciación y satisfacción personal que fortalece una sana autoestima. Además, el autoconocimiento engloba la conciencia sobre cómo cambiamos, aprendemos y superamos retos, fortaleciendo nuestro sentido de autoeficacia, perseverancia y resiliencia, entendida como la capacidad de sobreponerse a las dificultades (SEP, 2017).

El autoconocimiento en los niños se refiere a la habilidad de conocerse a sí mismo, además descubrir sus puntos fuertes, sus cualidades, defectos y asimismo características propias y así poder reconocer apropiadamente a situaciones personales e interpersonales.

Conocerse a sí mismo requiere que el estudiante gradualmente adquiera habilidades que le permitan explorar conscientemente sus estados, sus procesos de pensamiento y su sentimiento, para posteriormente regular la manera de responder de una forma asertiva a diversas situaciones que se le presenten en la vida (SEP, 2017).

Autorregulación

La autorregulación es la capacidad de regular los propios pensamientos, sentimientos y conductas, para expresar emociones de manera apropiada, equilibrada y consciente, de tal suerte que se pueda comprender el impacto que las expresiones emocionales y comportamientos pueden llegar a tener en otras personas y en uno mismo. La autorregulación implica modular los impulsos, tolerar la frustración, perseverar en el logro de propósitos a pesar de las dificultades, aplazar las recompensas inmediatas, afrontar pacíficamente retos y situaciones de conflicto, manejar la intensidad y duración de los estados emocionales, y lograr experimentar de forma voluntaria emociones positivas o no aflitivas (SEP, 2017).

Cuando una persona no regula sus estados emocionales se refleja en su conducta y pensamientos, pues actúa de forma confusa, desorganizada, irracional y hasta errática. Esto disminuye su capacidad para responder y tomar decisiones de manera responsable, objetiva y reflexiva, y puede que incluso genere conflictos que involucren a otras personas, o pongan en riesgo su integridad física y ética.

Cultivar la autorregulación forma personas reflexivas, capaces de escuchar, tolerantes y respetuosas, con lo cual se favorece el aprendizaje, la prevención y manejo asertivo de conflictos. La capacidad de autorregulación se puede cultivar mediante prácticas que produzcan un cambio en los procesos perceptuales y cognitivos asociados a esta capacidad, tales como la atención y la conciencia de las propias sensaciones y pensamientos, para expresar respuestas emocionales apropiadas y evitar respuestas impulsivas (SEP, 2017).

Esta consiste en saber y aprender a regular los pensamientos, sentimientos, así como también las propias acciones para poder lograr los propósitos. En los niños significa que sean capaces de regular lo que piensan, lo que sienten, para que puedan saber manejar sus acciones y responder a cualquier situación que se les presente en la vida, de una manera positiva, productiva, de una manera que sea de beneficio para ellos mismos y a los demás.

Al inicio de un proceso de autorregulación es necesario primero aceptar que los sentimientos y las emociones deben ser regulados. En particular cuando se está en estados emocionales fuertemente asociados a respuestas impulsivas como el estrés, miedo o el enojo (SEP, 2017).

La escuela es el lugar donde los niños pasan mucho tiempo y están expuestos a experimentar diferentes emociones. Ahí les ocurren conflictos y podemos aprovechar la oportunidad para que a partir de estos conflictos que se presentan enseñarles diferentes estrategias para la autorregulación. Enseñarles qué pueden hacer en vez de pegarle a alguien si es que están enojados, qué pueden hacer en vez de quedarse callados si algo les molestó.

La escuela representa un lugar donde se manifiestan muchas posibilidades para enseñar habilidades de autoconocimiento y autorregulación a los niños.

2.4.2 Propósitos de la educación emocional

A continuación, se presentan en orden los propósitos que persigue de acuerdo al plan de estudios de la asignatura de Educación Socioemocional correspondientes a Primaria:

- Desarrollar habilidades y estrategias para la expresión, la regulación y la gestión de las emociones; el reconocimiento de las causas y efectos de la expresión emocional; la tolerancia a la frustración y la templanza para postergar las recompensas inmediatas.
- Desarrollar formas de comunicación asertiva y escucha activa.
- Reconocer y valorar la diversidad cultural y el medioambiente, y la importancia de la inclusión como mecanismo para garantizar la igualdad y la paz social.
- Reafirmar el ejercicio de la autonomía a través de la participación en acciones y proyectos colectivos que busquen el beneficio de la comunidad.
- Fortalecer la autoestima para conducirse con seguridad, respeto y sentido de agencia, que es la capacidad para llevar a cabo acciones que generen mayores oportunidades de vida para sí mismo y para los demás.

- Reconocer el poder de la empatía para establecer relaciones sinceras, respetuosas y duraderas (SEP, 2017).

Los propósitos mencionados son los correspondientes a la materia de educación socioemocional en tercer grado, y en cada uno de ellos se busca el poder enseñar y desarrollar las emociones en los alumnos.

Dichos propósitos tienen como finalidad el lograr desarrollar cada uno de ellos, para lograr hacer de los alumnos unos niños con emociones positivas y sobre todo para que se vea reflejado en su futuro y lo demuestre en el entorno que lo rodea, tanto en el ámbito escolar, como en su familia y en la sociedad.

2.5 Enfoque formativo de Educación Socioemocional

Para el diseño de una propuesta de intervención pedagógica es importante atender contenidos curriculares, pero además, revisar el enfoque formativo, el cual puede conducir o guiar la trayectoria que debe tomar cada una de las etapas desde el diseño hasta la evaluación de resultados. A continuación, se describen los principios básicos del enfoque formativo de la asignatura Educación socioemocional.

La emoción es un componente complejo de la psicología humana. Se conforma de elementos fisiológicos que se expresan de forma instintiva y de aspectos cognitivos y socioculturales conscientes e inconscientes, lo que implica que las emociones, especialmente las secundarias (o los sentimientos), también son aprendidas y moduladas por el entorno sociocultural y guardan una relación de pertinencia con el contexto en el que se expresan (SEP, 2017).

La regulación emocional es importante porque facilita la comunicación y la relación de calidad entre pares, para ello, el aula es uno de los lugares que son ideales para desarrollar las emociones positivas, así mismo, generar y promover una convivencia armónica. Es por eso que es fundamental considerar la educación socioemocional.

Su función principal es causar en nuestro organismo una respuesta adaptativa, ya sea través de sensaciones de rechazo o huida, o bien de acercamiento y aceptación. Las emociones se pueden clasificar en emociones básicas de respuesta instintiva como la ira, la alegría, la tristeza, el miedo, el asco o la sorpresa, y en emociones secundarias o sentimientos que conllevan un componente cognitivo y cultural que complejiza su expresión y entendimiento como por ejemplo la gratitud, el respeto, el perdón, la benevolencia, la contemplación estética o bien la envidia, los celos, el odio, la frustración, la venganza, entre otros (SEP, 2017).

Las emociones también tienen su propia clasificación, que son desde las más básicas que se podría decir que son las más pequeñas hasta las más grandes, las cuales cada una de ellas tienen su nombre propio y también su propia interpretación en el individuo, es necesario saber y poder tener el control sobre ellas.

De ahí que para algunos autores, tanto las emociones básicas como las secundarias, se clasifiquen en dos grandes categorías: las positivas o constructivas que producen estados de bienestar, o las negativas o aflitivas que producen estados de malestar (SEP, 2017).

De acuerdo con lo señalado en el Plan de estudio surge una iniciativa respecto a promover las emociones positivas, pero sobre todo trabajar con los estudiantes las negativas mediante la autorregulación y el autoconocimiento.

2.6 Enseñanza a distancia

La situación actual de Educación a distancia ocasionada por la pandemia de COVID-19 orientó el diagnóstico de la problemática que se ha venido tratando, hizo evidentes carencias de autorregulación y autoconocimiento en los estudiantes.

La educación a distancia es una modalidad de estudio de formación que se lleva a cabo a través de diversas fuentes de la tecnología con la finalidad de promover el

aprendizaje en los estudiantes, a pesar de que ya existía la modalidad de poder estudiar a distancia en algunas escuelas, con la aparición de la pandemia del COVID-19 este método se implementó en todos los niveles educativos, lo cual fue una necesidad u obligación para poder mantener una sana distancia y así evitar la propagación del virus.

Estudiar a través de esta modalidad parece sencillo, sin embargo existen razones las cuales hacen que esto sea complicado, como por ejemplo: tener acceso a dispositivos electrónicos, contar con acceso a internet y tener conocimiento para hacer uso de ellos, son algunas razones por las cuales para muchos estudiantes es difícil continuar con su educación si no tienen acceso a alguno de estos.

El coronavirus cambio de una forma instantánea la manera de impartir la educación, ya que, la escuela y el hogar ahora son el mismo lugar, un reto que para muchos ha sido poco favorable, pues son innumerables las personas que tienen una carencia económica y que les es difícil llevar la educación a casa.

Los expertos en educación a distancia han dejado claro que la educación que vivimos en los meses de marzo del 2020 en adelante no fue realmente “educación en línea” en toda la extensión de la palabra, sino “educación remota de emergencia”, y que a su vez esta modalidad hizo evidente la necesidad de una educación socioemocional desde edades tempranas.

2.7 Estrategia pedagógica

Las estrategias pedagógicas son todas las acciones realizadas por el docente, con el fin de facilitar la formación y el aprendizaje de los estudiantes. “Componen los escenarios curriculares de organización de las actividades formativas y de la interacción del proceso enseñanza y aprendizaje donde se logran conocimientos, valores, prácticas, procedimientos y problemas propios del campo de formación”. Las estrategias pedagógicas suministran invaluable alternativas de formación que se desperdician por desconocimiento y por la falta de planeación pedagógica, lo que genera monotonía que influye negativamente en el aprendizaje (Mora, 2013).

Las estrategias didácticas sirven para que el docente conozca de donde debe partir con sus estudiantes y así poder adaptar el conocimiento. El propósito de estas es que todos los estudiantes logren desarrollar habilidades socioemocionales como la autorregulación y el autoconocimiento, y por supuesto lograr así los propósitos que se persiguen.

Los docentes deben de tener muy en cuenta y en plena conciencia el lograr el aprendizaje efectivo en sus alumnos, pues no es suficiente con solo mencionar lo más mínimo de un tema, el propósito es buscar la alternativa adecuada para lograr una verdadera comprensión del tema. Se debe considerar lograr un aprendizaje significativo en cada uno de los alumnos es decir de forma individual y no solo de forma grupal.

Las estrategias aplicadas fueron realizadas pensando en la adaptación de la modalidad a distancia, y también poder en emplear materiales que fueran atractivos y sobre todo fáciles de conseguir para los estudiantes, adaptándose a que sean materiales con los que contaran dentro de casa y así evitar salir.

2.8 Bases legales

Atendiendo a la legalidad que rige el derecho a la Educación en nuestro país, el presente proyecto de intervención pedagógica tiene como sustento legal algunos artículos, leyes y acuerdos establecidos para organizar y garantizar que a ningún NNA se le quebrante su derecho. A continuación se explican cada uno de ellos.

El artículo 3º de la Constitución de los Estados Unidos Mexicanos señala que toda persona tiene derecho a la educación inicial, primaria y secundaria, lo cual conforma educación básica. Corresponde al Estado la rectoría de la educación, la impartida por éste, además de obligatoria, será universal, inclusiva, pública, gratuita y laica.

La educación se basará en el respeto irrestricto de la dignidad de las personas, con un enfoque de derechos humanos y de igualdad sustantiva. Tenderá a desarrollar todas las facultades del ser humano; además el Estado prioriza el

interés superior de niñas, niños, adolescentes y jóvenes en el acceso, permanencia y participación de los servicios educativos.

Atendiendo el orden legal del artículo 3º Constitucional se desprende la Ley General de Educación, la cual define elementos clave que le dan sustento al trabajo de investigación que se viene desarrollando.

Sobre el artículo 22 de la Ley General de Educación se describe que los planes y programas a los que se refiere este Capítulo favorecerán el desarrollo integral y gradual de los educandos en los niveles preescolar, primaria, secundaria, el tipo media superior y la normal, considerando la diversidad de saberes, con un carácter didáctico y curricular diferenciado, que responda a las condiciones personales, sociales, culturales, económicas de los estudiantes, docentes, planteles, comunidades y regiones del país.

En octubre de 2017 se publicó en el Diario Oficial de la Federación el Acuerdo número 12/10/17 por el que se establece el plan y los programas de estudio para la educación básica: aprendizajes clave para la educación integral mismo que establece que los contenidos programáticos están organizados en tres componentes curriculares: Campos de Formación Académica (Lenguaje y Comunicación, Pensamiento Matemático, y Exploración y Comprensión del Mundo Natural y Social); Áreas de Desarrollo Personal y Social (Artes, Educación Socioemocional y Educación Física), y Ámbitos de la Autonomía Curricular (Ampliar la formación académica, Potenciar el desarrollo personal y social, Nuevos contenidos relevantes, Conocimientos regionales y Proyectos de impacto social).

El proceso educativo que se genere a partir de la aplicación de los planes y programas de estudio se basará en la libertad, creatividad y responsabilidad que aseguren una armonía entre las relaciones de educandos y docentes; a su vez, promoverá el trabajo colaborativo para asegurar la comunicación y el diálogo entre los diversos actores de la comunidad educativa.

Sobre el Capítulo II que lleva por título De los Fines de la Educación dentro de la Ley General de Educación se enmarcan los fines fundamentales, los cuales tienen relación estrecha con la problemática que se investiga, por ejemplo menciona que el Sistema Educativo Nacional debe contribuir al desarrollo integral y permanente de los educandos, para que ejerzan de manera plena sus capacidades. Promover el respeto irrestricto de la dignidad humana, como valor fundamental e inalterable de la persona y de la sociedad, a partir de una formación humanista.

Siguiendo el orden anterior, el artículo 15 describe que se debe inculcar el enfoque de derechos humanos y de igualdad sustantiva, y promover el conocimiento, respeto, disfrute y ejercicio de todos los derechos, con el mismo trato y oportunidades para las personas; además formar a los educandos en la cultura de la paz, el respeto, la tolerancia, los valores democráticos que favorezcan el diálogo constructivo, la solidaridad y la búsqueda de acuerdos que permitan la solución no violenta de conflictos y la convivencia en un marco de respeto a las diferencias.

Por otra parte, se revisó la Ley General de los Derechos de las Niñas, Niños y Adolescentes la cual los reconoce como sujetos de derechos. Respecto al derecho a la participación (artículos 71 al 74), se reconocen los derechos de niñas, niños y adolescentes, a ser escuchados y tomados en cuenta en los asuntos de su interés, conforme a su edad, desarrollo evolutivo, cognoscitivo y madurez.

El artículo 116 señala las obligaciones que de manera concurrente tienen las autoridades federales y locales. Entre estas se encuentra el de impulsar el conocimiento, respeto, promoción y protección de los derechos de niñas, niños y adolescentes, tema que no es menor debido a la tradición cultural del país en la que un amplio sector del país sigue negando a niñas, niños y adolescentes su calidad de sujetos o titulares de derechos.

El estado tiene la obligación de implementar los mecanismos que garanticen la participación permanente y activa de niñas, niños y adolescentes en las decisiones que se toman en los ámbitos familiar, escolar, social, comunitario o cualquier otro

en el que se desarrollen; y de garantizar la consecución de una educación de calidad y la igualdad sustantiva en el acceso y permanencia en la misma.

La última Ley descrita es parte fundamental de las acciones que el Estado y toda la sociedad emprende para la protección y el desarrollo integral de los menores; es indispensable que todos actores que conforman el Sistema Educativo Nacional reconozcan y desarrollen acciones en favor de los derechos de los NNA.

CAPÍTULO III

PROYECTO DE INTERVENCIÓN PEDAGÓGICA

3.1 Metodología

Metodología de la investigación se denomina el conjunto de procedimientos y técnicas que se aplican de manera ordenada y sistemática en la realización de un estudio (Coelho, 2020). En ella se emplean conjuntos de elementos los cuales están destinados a alcanzar propósitos referentes a la investigación.

La problemática detectada a través de la aplicación de un instrumento diagnóstico el cual fue dirigido a los padres de familia con el fin de conocer y también de que ellos puedan percibir las situaciones emocionales las cuales presentan sus hijos con la modalidad de educación a distancia, que en gran medida ocasionaron problemas que afectaron las emociones de los estudiantes, relacionadas con el autoconocimiento y autorregulación, así mismo, repercutió en su desarrollo académico.

La problemática que se pretende resolver implica desarrollar en los estudiantes el autoconocimiento y autorregulación en los alumnos de tercer grado, para así, lograr y hacer de ellos unas personas seguras de sí mismas, con ello, se pretende que los estudiantes además de poder conocerse emocionalmente también logren autorregularse, destacando aquí, las emociones, es de suma importancia que un individuo logre tener y conocer el desarrollo de ello.

Se consideró estudiar esta problemática, porque es un factor que se está viviendo en la actualidad y que tiene consecuencias en una vida futura, se sabe que durante el confinamiento ocasionado por la pandemia se tomó la decisión de llevar la educación a distancia “en casa”, muchos alumnos han presentado innumerables problemas emocionales al respecto, puesto que estar estudiando desde casa sin todo el apoyo necesario de su maestro de grupo, los estudiantes de distintos niveles académicos sin dejar atrás el nivel primaria que es en donde se enfoca esta investigación, han mostrado actitudes emocionales negativas, es por ello que

se priorizó realizar la investigación para conocer qué tipo de problemática presentan y lograr influir con una solución positiva.

Las estrategias que se implementarán sobre este proyecto de intervención pedagógica están basadas en actividades relacionadas con el desarrollo del autoconocimiento y la autorregulación a partir de estrategias lúdicas, en donde los estudiantes podrán realizar las actividades con materiales que son considerados los adecuados para poder lograr el desarrollo de ellas.

El presente documento se desarrolló a partir de un enfoque de investigación cualitativa, la cual se centra en comprender los fenómenos desde la perspectiva de los participantes en relación con su contexto. Asimismo, emplea técnicas y el uso de instrumentos que sirven para analizar y profundizar en el tema de una forma razonable y concreta (Sampieri, 2014).

Para esto se tiene un problema central de interés. Es decir, el propósito, finalidad u propósito debe colocar la atención en la idea fundamental de la investigación, el cual está centrado en estudiantes de educación primaria y el manejo de sus emociones.

Este modelo de estudio fue predominante en el tema de investigación que se trata en este Proyecto de Intervención Pedagógica, de la manera en que influyen las emociones en los alumnos de tercer grado dentro del ámbito educativo. Además, permitió realizar observaciones de forma efectiva, clara y consiente, considerando el entorno y necesidades a estudiar.

3.2 Fases de la elaboración del proyecto

Se diseñó un proyecto de intervención pedagógica a partir de fases bien delimitadas para darle un proceso lógico a la investigación – acción, dentro de este documento se pueden reconocer cada una de ellas, a continuación, se describen brevemente.

Diagnóstico: es un proceso que se realizó con el fin de valorar el desempeño de los estudiantes, para conocer, si existe alguna deficiencia con respecto a los propósitos que se tienen considerados lograr.

Marco teórico: en esta fase se revisaron cuestiones teóricas y legales, las cuales permiten obtener una mayor información para desarrollar este proyecto y obtener mejores resultado, se revisaron las inteligencias múltiples de Howard Gardner, así como también la teoría de la inteligencia emocional de Salovey y Maarey; además las bases legales dentro de la Constitución Política de los Estado Unidos Mexicanos, la Ley General de Educación, algunos acuerdos y la Ley General de los Derecho de las Niñas, Niños y Adolescentes.

Metodología: dentro de esta fase se hace referencia al diseño y método que se implementará para el desarrollo del Proyecto de Intervención Pedagógica, en el cual tiene como propósito primordial desarrollar el autoconocimiento y la autorregulación.

Evaluación: Evaluar es parte fundamental dentro de un proceso, ya que se puede perfeccionar con el análisis de los resultados obtenidos, por ello en este proyecto se evaluó cada una de las estrategias aplicadas y a partir de los resultados se pudieron identificar aspectos de mejora.

3.3 Proyecto de Intervención Pedagógica

El tema de este proyecto de intervención pedagógica es Desarrollar la autorregulación y el autoconocimiento en los alumnos de tercer grado, lograr que los estudiantes aprendan a regular sus estados emocionales y también conocerse para saber interpretar sus estados emocionales.

La problemática identificada a partir del diagnóstico se ubica en el área de Desarrollo Personal y Social de la asignatura de Educación Socioemocional para tercer grado de primaria el cual plantea el plan de estudios 2017.

El presente proyecto va dirigido para los estudiantes de tercer grado de educación primaria, gracias a la detección que se pudo obtener mediante la realización de la

encuesta que fue aplicada a los padres de familia, la cual tenía como propósito conocer las situaciones emocionales que presentaban sus hijos mediante este confinamiento.

El propósito de este proyecto de intervención pedagógica es Desarrollar la autorregulación y el autoconocimiento en los alumnos de tercer grado turno vespertino de la escuela primaria Mariano Matamoros durante la educación a distancia ocasionada por la pandemia del COVID-19.

Al lograr desarrollar estas habilidades socioemocionales en los estudiantes se considera que se puede contribuir en la vida futura de cada uno ellos, para que logren manejar su vida personal y profesional y desarrollarse de una forma adecuada en cualquier contexto en el que se desarrollen.

La evaluación de este proyecto se realizará a partir de diversos instrumentos de evaluación como: rúbricas y listas de cotejo las cuales se diseñaron con base a cada una de las estrategias planteadas para lograr obtener resultados deseados.

Este proyecto está conformado por diez propuestas de intervención pedagógica que se basaron en actividades lúdicas para poder desarrollar en los alumnos el autoconocimiento y la autorregulación.

3.4 Cronograma

El proyecto de intervención se comenzó a diseñar durante el transcurso del desarrollo del servicio social el cual comenzó el día 23 de agosto del 2020 y culminó el 26 de febrero del 2021, periodo en el cual se diseñó, intervino y evaluo los resultados.

Acciones	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre a febrero
Presentación	Se hace de conocimiento al docente titular del proyecto que se piensa realizar.	Se inicia con la elaboración y la investigación del proyecto.		

Aplicación de instrumentos para el diagnóstico		Se aplica un formulario a los padres de familia con el fin de conocer las situaciones emocionales que presenta su hijo.		
Estructuración de las estrategias			Se hace la revisión y verificación de la estructura de las estrategias.	
Aplicación de las estrategias			Se hace la aplicación de la primera estrategia, la cual se trabajará durante todo el presente mes.	
Recopilación de resultados				Se lleva a cabo la recolección de los resultados y la evaluación.

3.4 Plan de intervención

Sobre este apartado se realiza de la manera más descriptiva posible cinco de las diez estrategias que después de su diseño fueron aplicadas en el grupo de tercer grado de primaria de la escuela Mariano Matamoros.

Las estrategias realizadas en este proyecto de intervención pedagógica se realizaron con el propósito de poder desarrollar el autoconocimiento y la

autorregulación, las cuales se consideran son un factor de motivación durante la educación a distancia, ante la situación en la que se está viviendo es un buen momento para que los estudiantes aprendan a tener un control de sus emociones, porque se sabe que ante esto, existen múltiples cambios emocionales día con día.

Para el desarrollo del proyecto se necesitó la intervención de los estudiantes que fue la más importante porque es con quien se llevó a cabo el desarrollo de ello, pero también se necesitó la participación de los padres de familia de quienes se obtuvo todo el apoyo necesario, puesto que fue a quienes se les asignó una encuesta en la cual se pretendía conocer las situaciones emocionales de sus hijos.

Se planteó un propósito general que guiará el curso que debe seguir la investigación, cada acción que se realice está encaminada a desarrollar la autorregulación y el autoconocimiento en los alumnos de tercer grado turno vespertino de la escuela primaria Mariano Matamoros durante la educación a distancia ocasionada por del COVID-19.

Estrategia	Indicador de logro	Recursos empleados	Tiempo
“Diccionario de mis emociones”	Identifica cómo se manifiestan diferentes emociones en el cuerpo, la voz, la capacidad de pensar con claridad y la conducta; analiza sus causas y consecuencias.	Conocimiento de las emociones y creatividad de los estudiantes para realizar el diccionario.	1 sesión de 60 minutos
“Cuento de las emociones”	Identifica cómo se manifiestan diferentes emociones en el cuerpo, la voz, la capacidad de pensar.	Cuento que capte la atención de los estudiantes.	1 sesión de 60 minutos
“Diario de mis emociones”	Identifica cómo se manifiestan diferentes emociones en el cuerpo, la voz, la capacidad de pensar.	Explicación de la estrategia y lograr el interés de los estudiantes.	1 sesiones para aplicación 3 sesiones de seguimiento
“Dibujamos emociones”	Evalúa la pertinencia de experimentar las distintas formas de expresión		1 sesión de 60 minutos

	emocional en diversos contextos		
“Música, pintura y emociones”	Evalúa la pertinencia de experimentar las distintas formas de expresión emocional en diversos contextos	Música para así motivar a los estudiantes	1 sesión de 60 minutos

3.5 Acciones de intervención

Estrategia 1: “Diccionario de las emociones”

Dimensión: Autoconocimiento

Habilidad: Conocimiento de las propias emociones

Indicador de logro: Identifica cómo se manifiestan diferentes emociones en el cuerpo, la voz, la capacidad de pensar con claridad y la conducta; analiza sus causas y consecuencias.

Recursos didácticos: Imágenes, colores, hojas blancas

Inicio: El docente comentará con los estudiantes que en esta actividad van a conocer los tipos de emociones que existen, ya que, les servirán en las actividades siguientes.

¿Qué son?

Emociones básicas (alegría, enojo, ira, miedo, asco...)

Emociones sociales (vergüenza, culpa, orgullo, ansiedad, celos, esperanza...)

Emociones positivas o negativas, son las que afectan las conductas de las personas, por lo que algunas emociones pueden generar acciones o reacciones positivas como alegría o satisfacción, sin embargo hay otras emociones que provocan sentimientos perjudiciales para el individuo.

El docente preguntara a los estudiantes: ¿por qué creen que son importantes las emociones?

-En plenaria les indicará que, con las imágenes y las hojas, las cuales se pidieron antes de la sesión, elaboraran un diccionario de las emociones.

Desarrollo:

Indicará que con las hojas blancas que se les pidió van a diseñar un cuaderno con las imágenes, las hojas serán dobladas por la mitad en forma de cuaderno.

En plenaria, el docente revisará las imágenes con las que cuentan los estudiantes, y pedirá que busquen otras imágenes donde aparezcan personas expresando una emoción con la que aún no cuente en su diccionario.

Indicará que deberán escribir debajo de cada imagen en letras grandes el nombre de cada emoción que se está interpretando.

En forma grupal realizarán una breve descripción de lo que significa cada emoción y deberán escribirla seguido del nombre.

El docente propondrá a los estudiantes que decoren su diccionario empleando su creatividad.

Cierre:

Para terminar esta actividad se realizará un sorteo con el nombre de cada uno de los alumnos, los primeros tres papeles en salir se le pide exponer su diccionario y expresar las experiencias vividas al realizar el trabajo.

Además, cada alumno debe describir algún suceso que le haya causado una de las emociones que están en el diccionario.

Dialogar de forma grupal como se sintieron realizando esta actividad.

Evaluación (ANEXO 2)

Estrategia 2: “Cuento de las emociones”

Dimensión: Autoconocimiento

Habilidad: Conocimiento de las propias emociones

Indicador de logro: Identifica cómo se manifiestan diferentes emociones en el cuerpo, la voz, la capacidad de pensar con claridad y la conducta; analiza sus causas y consecuencias.

Recursos didácticos: Equipo de cómputo.

Inicio:

El docente deberá concientizar a los estudiantes acerca del tema que se está trabajando. Preguntar ¿Recuerdan el tema anterior?, ¿han leído algún cuento que les cause una emoción?

Indagará en las respuestas positivas, y deberá generar un clima de confianza para que expresen que emoción les causó y por qué.

El docente pedirá a los estudiantes que donde esté tomando la clase virtual se pongan cómodos y concentrados, puesto que se necesitará toda su atención para escuchar el cuento que se les leerá

Desarrollo: El cuento se titula “El monstruo de las emociones”.

Al finalizar, el docente realizará las siguientes preguntas, donde las participaciones serán voluntarias.

- ¿Qué crees que siente el personaje?
- ¿Por qué crees que se siente así?
- ¿Y si estuviera contento creen que sentiría eso?
- ¿Qué harías tú en su lugar?
- ¿Cómo podría calmar su rabia o enfado?

Cierre: A manera de diálogo indagará con los alumnos de forma general si alguna vez se han sentido como el monstruo de las emociones y qué los hizo sentirse mejor.

Evaluación (ANEXO 3)

Estrategia 3: “Diario de mis emociones”

Dimensión: Autoconocimiento

Habilidad: Conciencia de las propias emociones

Indicador de logro: Identifica cómo se manifiestan diferentes emociones en el cuerpo, la voz, la capacidad de pensar con claridad y la conducta; analiza sus causas y consecuencias.

Recursos didácticos: Cuaderno, lápiz, colores.

Inicio:

El docente indicará a los estudiantes que sobre el cuaderno que se les solicitó con anterioridad van a realizar un diario, el cual llevará por nombre “Diario de mis emociones”.

En plenaria hará de conocimiento de los estudiantes el propósito de realizar este diario: El diario ayuda a aumentar el bienestar propio porque hace a las personas más conscientes de las emociones que se viven, sus causas, sus efectos, los pensamientos que provocan, cómo suelen actuar. Además, se pueden detectar patrones de conducta los cuales ayudan a cambiar conductas o pensamientos destructivos por otros más conciliadores y saludables.

Desarrollo:

Indicará a los estudiantes que usen su creatividad para decorar la portada principal de su diario, con colores, dibujos que sean de su preferencia, y escriban en letras grandes el nombre “Diario de mis emociones”.

En plenaria, cuando culminen de decorar, indicará cómo es que se va a trabajar con el diario.

Se señalará que en el diario escriban en una síntesis su día, como es que se sintieron emocionalmente durante el transcurso del día y los motivos por los que se sintieron así; alegres, emocionados, enojados, así como también, cuáles fueron los motivos que ocasionaron esas emociones.

Cierre:

Explicará que se va a realizar el escrito día con día, al finalizar la semana se elegirán cinco alumnos para que compartan su escrito ante los compañeros, se les pedirá que expresen qué les causa al plasmar emociones en el diario.

Esta actividad la realizarán el viernes de cada semana durante un mes es decir 4 sesiones al finalizar la clase de la asignatura a la que corresponde, para lograr que participen todos los estudiantes del grupo.

Evaluación (anexo 4 y 5)

Estrategia 4: “Dibujamos emociones”

Dimensión: Autorregulación

Habilidad: Conciencia de las propias emociones

Indicador de logro: Evalúa la pertinencia de experimentar las distintas formas de expresión emocional en diversos contextos.

Recursos didácticos: Espejo, cuaderno, lápiz

Inicio:

El docente deberá concientizar a los estudiantes, si les ha gustado trabajar respecto a sus emociones, como se han sentido al expresarlas en las actividades y ante sus

compañeros, así como también, si les ha gustado cada una de las actividades que se realizaron.

Explicará la siguiente actividad a realizar para seguir conociendo más sobre sus emociones.

Desarrollo:

En sesiones pasadas se solicitó al estudiante material para representar las diferentes emociones que se han visto con anterioridad, para ello será indispensable el uso de un espejo, su cuaderno y un lápiz.

Pedirá a los estudiantes colocar el espejo frente a ellos, de forma que puedan observar su rostro.

El docente indicará en voz alta una emoción y los estudiantes imitarán ésta, observándose a sí mismos en el espejo.

Posteriormente se pedirá que en su cuaderno escriban si alguna vez se han sentido con alguna emoción y describan cuál fue el motivo.

El docente continuará mencionando las emociones y en cada una hará pausa y recordará a los estudiantes escribir en su cuaderno.

Solicitará a los estudiantes que, sobre una hoja blanca dividida en cuatro partes, dibuje cada una de las expresiones que escribieron.

Cierre:

De manera voluntaria algunos estudiantes realizarán sus expresiones de cada una de las emociones que escribió, además expresará con sus compañeros el motivo por el que se ha sentido así.

Evaluación (ANEXO 5)

Estrategia 5 “Música, pintura y emociones”

Dimensión: Autorregulación

Habilidad: Atención

Indicador de logro: Evalúa la pertinencia de experimentar las distintas formas de expresión emocional en diversos contextos.

Recursos didácticos: colores, cuaderno de dibujo, música

Inicio:

El docente iniciará la clase preguntando a los estudiantes como se sienten emocionalmente, felices, tristes, enojados etc.

A partir de las respuestas se promoverá el diálogo.

El docente explicará que realizarán una actividad que seguro les causara mucha diversión y entusiasmo.

Desarrollo:

Comentará que van a escuchar diferentes piezas musicales y en cada una de ellas van a dibujar en su cuaderno la emoción que les causa al escuchar la canción.

El docente reproducirá distintos tipos de música de diferentes géneros, también pedirá a los estudiantes si alguien quiere escuchar alguna canción especial.

Explicará que debe de comentar a sus compañeros porque le gusta esa canción y qué emociones le causa.

En plenaria, el docente reproducirá una canción de relajación, pedirá a los alumnos ponerse cómodos, cerrar sus ojos e imaginarse en algún lugar al que les gustaría viajar o regresar.

Al finalizar la canción se dialogará sobre cómo se sintieron, cuál es el lugar que les gustaría conocer o el lugar que ya han visitado y qué les causa o causaría estar ahí.

Cierre:

Para finalizar, se volverán a reproducir las canciones y todos bailarán expresando la emoción que les causa la música.

Evaluación (anexo 5)

CAPÍTULO IV

EVALUACIÓN DEL PROYECTO DE INTERVENCIÓN PEDAGÓGICA

4.1 Antecedentes

En el presente proyecto de intervención pedagógica se requirió la implementación tomando en cuenta el presente propósito general a alcanzar: Desarrollar la autorregulación y el autoconocimiento en los alumnos de tercer grado turno vespertino de la escuela primaria Mariano Matamoros durante la educación a distancia ocasionada por COVID-19.

El cual se trabajo desde un proceso investigacion-acción para lograr conocer y obtener informacion que fuera de gran utilidad para la implementacion de las estrategias desarrolladas en este proyecto, hasta lograr llegar a obtener evaluacion de las mismas.

4.2 Instrumentos de Evaluación

Es de suma importancia utilizar instrumentos de evaluación dentro del proyecto, ya que, permitió dar seguimiento, control y regulación de los conocimientos, habilidades y destrezas que desarrolla cada uno de los estudiantes durante la aplicación de estrategias.

Los instrumentos de evaluacion pueden ser diversos, los que el docente decida emplear para la evaluación de sus estudiantes, dentro de este proyecto de intervención se decidio usar como intrumento para las estrategias aplicadas, listas de cotejo y rúbricas.

Lista de cotejo: es un instrumento de evaluación que sirve para la revisión de los aprendizajes, la información que se obtiene a traves de su aplicación, puede servir para intervenir mas a fondo en los aprendizajes de los estudiantes o mejorar el material educativo y su aplicación.

Se optó por usar la lista de cotejo como instrumento para evaluar dos de las estrategias aplicadas, ya que facilitó la evaluación por ser de los intrumentos más

adecuados para poder revisar si se logró obtener un desarrollo y aprendizaje favorable en los estudiantes.

Los criterios evaluados sobre los instrumentos para medir avances y resultados están relacionados en la forma en que se mostró el alumno durante la aplicación de las estrategias.

Rúbricas: es un instrumento que sirve para evaluar los aprendizajes de los estudiantes, en el cual se establecen criterios de competencia, para obtener una medida aproximada del proceso de aprendizaje.

Mediante este instrumento se llevó a cabo la evaluación de tres de las estrategias de este proyecto de intervención, dentro de ésta, se pudo verificar si se cumplió con los propósitos establecidos y comprobar que se ha producido el aprendizaje previsto.

4.3 Descripción de la intervención docente

Estrategia 1: “Diccionario de las emociones”

Indicador de logro: Identifica cómo se manifiestan diferentes emociones en el cuerpo, la voz, la capacidad de pensar con claridad y la conducta; analiza sus causas y consecuencias.

La presente estrategia fue la primera en aplicarse ante el grupo, se mostró empatía e interés de los alumnos al momento de comenzar a realizar la actividad, al inicio se les informó sobre el tipo de emociones que existen, en donde se generó una charla entre los estudiantes y el docente puesto a que decían manifestar muchas emociones pero no sabían cómo se llamaba cada una de ellas o cómo expresarse ante ello, con el desarrollo de la actividad del diccionario de las emociones, los estudiantes mostraron gran interés al momento de realizarla ya que les era divertido buscar y encontrar imágenes donde estaban interpretando las emociones, les causaba risa ver como se manifiesta cada una de ellas en las expresiones faciales.

Los resultados obtenidos fueron muy favorables puesto a que se comenzó a lograr un avance sobre lo que es el autoconocimiento y la autorregulación en los estudiantes, además de que la actividad fue muy bien aceptada por los estudiantes.

Además se pudo alcanzar el indicador de logro, los estudiantes identificaron cómo se manifiestan diferentes emociones mediante el cuerpo y la voz.

Estrategia 2: “Cuento de las emociones”

Indicador de logro: Identifica cómo se manifiestan diferentes emociones en el cuerpo, la voz, la capacidad de pensar con claridad y la conducta; analiza sus causas y consecuencias.

En esta actividad se hizo retroalimentación de la actividad anterior, se concientizo a los alumnos el seguir trabajando respecto a las emociones.

En la presente actividad se les daría a conocer a los estudiantes un cuento llamado “el monstruo de las emociones” en el cual, se les pidió que buscara ponerse muy cómodos en casa para poner mucha atención al cuento, la actividad se prestó para que los estudiantes buscaran la comodidad en casa y al mismo tiempo estudiar, el cuento, se les presentó mediante la clase virtual y el docente era el mediador de la lectura, para lograr captar mas la atención el docente elevaba la voz y hacía las pronunciaciones requeridas, en donde era necesario hacía pausas y preguntas a los estudiantes.

De igual manera desde el inicio se logró captar el interés de los estudiantes, puesto a que les gusta escuchar cuentos y este fue muy favorable para seguir trabajando el tema de las emociones, durante el desarrollo de igual manera se obtuvo el interés de los estudiantes y para el cierre se mostro que los alumnos realmente presentaron interés en la actividad debido a las preguntas que se realizaron.

De tal modo se observaron buenos resultados respecto al indicador de logro, los estudiantes identificaron cómo se manifiestan diferentes emociones en el cuerpo y la voz.

Hasta el momento en la actividad realizada se ha logrado tener el interés de los estudiantes, el cual es fundamental para poder desarrollar el indicador de logro que se pretende.

Estrategia 3: “Diario de las emociones”

Indicador de logro: Identifica cómo se manifiestan diferentes emociones en el cuerpo, la voz, la capacidad de pensar con claridad y la conducta; analiza sus causas y consecuencias.

Esta actividad fue diseñada para que los estudiantes plasmaran en su diario cada emoción por la que pasaban en su día a día, y poder ver si eran capaces de expresar sus emociones al momento de leer su escrito ante sus compañeros, a algunos estudiantes de inicio no se atrevían leer su escrito ante los demás porque se sentían incómodos por el hecho de que sus compañeros escucharan cada palabra que había escrita.

El docente exteriorizó con el grupo la importancia de escuchar a cada uno de sus compañeros y el no reírse de lo que compartían, poco a poco se fue generando un clima de la confianza en el grupo y todos los estudiantes lograron tener una participación para leer su diario ante sus compañeros, reconociendo, la importancia de poder expresar ante los demás sus emociones.

Se puede decir que se logró alcanzar el indicador esperado, puesto que se desarrolló en los estudiantes la capacidad de poder manifestar sus emociones ante sus compañeros mediante el escrito en su diario.

Estrategia 4: “Dibujamos emociones”

Indicador de logro: Evalúa la pertinencia de experimentar las distintas formas de expresión emocional en diversos contextos.

Dentro de esta actividad se pretendió que los estudiantes pudieran observarse a sí mismos a través de un espejo, cómo es que se ven las expresiones faciales cuando presentamos una emoción, la actividad fue muy divertida y aceptada por

los estudiantes, ya que el docente les decía cualquier emoción en voz fuerte y ellos debían hacer la expresión que la representara ante el espejo.

Causó muchas risas durante el desarrollo de ésta, pues los estudiantes se divertían mucho al momento de ver su cara en el espejo representando cada emoción.

De cierto modo se pudo lograr avanzar en el desarrollo del indicador que se pretendía alcanzar, ya que, al igual que en las actividades anteriores se ha alcanzado desarrollar que los estudiantes manifiesten diferentes emociones mediante el cuerpo.

Estrategia 5: “Musica, pintura y emociones”

Indicador de logro: Evalúa la pertinencia de experimentar las distintas formas de expresión emocional en diversos contextos.

Esta actividad al igual que las anteriores fue muy bien aceptada por los estudiantes, pero esta brindó resultados diferentes, ya que aquí pudieron bailar escuchando distintos tipos de música y canciones favoritas de los estudiantes.

El docente les explicó a los estudiantes que escucharían diferentes tipos de canciones en cada una de ellas dibujarían en su cuaderno la emoción que les causa escucharla, también se les dio la facilidad de que pidieran una canción que les gustara, ante ello, debían de expresar a sus compañeros que emoción les causa escuchar esa pieza musical.

En el momento que se reprodujo la canción de relajación y se les indicó cerrar sus ojos e imaginarse en algún lugar que les gustaría viajar, fue muy aceptada por los estudiantes, los llevó a tener una imaginación y sensación como si fuera real, esto fue lo que expresaron.

La actividad fue muy bien aceptada por todos los estudiantes que se conectaron a la clase virtual pues les causó mucha alegría trabajar mediante la música, al final todos bailaron escuchando algunas piezas musicales, expresando las emociones que les causaban.

Los resultados obtenidos de esta actividad que fue la ultima que se aplicó, de igual manera fueron favorables igual que las actividades anteriores y se logro alcanzar en parte el indicador esperado.

4.4 Seguimiento y Evaluación

De acuerdo con los aprendizajes clave 2017 la evaluación que se aplicó en este proyecto de intervención pedagógica fue formativa y cualitativa ya que permite atender los procesos de aprendizaje de los alumnos, apoyar y retroalimentar los conocimientos, habilidades y actitudes, reformular estrategias de enseñanza y aprendizaje, replantear o fortalecer proyectos y programas de estudio, así como explorar formas más creativas de interacción pedagógica entre profesores y alumnos.

El diseño de cada uno de los instrumentos de evaluación, se elaboró a partir de los indicadores de logro, así como también que fuera oportuna para cada una de las estrategias aplicadas.

Después de la intervención pedagógica se pudieron observar avances muy favorables en los estudiantes, pues los padres de familia comentaban que fueron mejorando su conducta, sus estados emocionales los cuales eran muy bajos durante este confinamiento por la pandemia, y también poder controlar en gran parte sus emociones y sobre todo expresarlas.

Durante el desarrollo de este proyecto de intervención pedagógica se tuvo la participación de algunos padres de familia pues no todos aceptaron tener una participación debido a que se ausentaron por la necesidad de apoyo, la cual fue muy fundamental en el desarrollo de este proyecto como mediadores para que el docente pudiera conocer las carencias emocionales por la que pasaban los estudiantes y así poder desarrollar estrategias pedagógicas que fueran adecuadas para trabajar al respecto.

La intervención en este proyecto como docente en formación y prestadora del servicio social en el grupo de tercer grado fue enriquecedor se obtuvieron grandes

avances en la formación docente, dejó grandes experiencias al trabajar de manera virtual con los estudiantes, aunque hubiese sido mejor que se desarrollara de manera presencial para así tener un mayor acercamiento a los estudiantes y poder conocerlos más a fondo, pero se sabe que por las circunstancias no se pudo hacer más, sin embargo fue muy favorable el desarrollo de cada una de las estrategias y las respuestas que se obtuvieron de los estudiantes y sobre todo el gran apoyo que brindaron algunos padres de familia, sin dejar de mencionar también el apoyo del docente titular del grupo.

Se aprendieron teorías y se adquirieron conocimientos sobre la gestión y la gran importancia que tiene el trabajar las emociones dentro del ámbito educativo, se sabe que es algo que no solo servirá para el ámbito académico, sino también dentro del ámbito social y laboral, por lo cual es indispensable tener un buen desarrollo emocional en la vida personal.

Mediante el confinamiento de la pandemia, sabemos que las clases son de manera virtual lo cual permitió hacer el uso de dispositivos electrónicos como herramientas tecnológicas para emplear las estrategias pedagógicas, lo cual fue de gran ayuda para poder realizar una intervención y obtener resultados favorables, aunque existió la deserción escolar de estudiantes los cuales no tenían acceso a internet o a un dispositivo electrónico el cual les permitiera poder conectarse a clases, aun así, con los alumnos que estuvieron presentes se logró desarrollar las actividades implementadas.

Se considera que se logró avanzar en los propósitos de desarrollar el autoconocimiento y la autorregulación en los estudiantes, sin embargo, es fundamental que se sigan atendiendo estos temas en el grupo, para así adquirir un mejor desarrollo en una vida futura.

Puesto a que si no se siguen trabajando con el grupo las habilidades socioemocionales que se lograron avanzar con la intervención puede desaparecer, porque es un proyecto que debe estar presente de manera continua desde casa, en la escuela y poder desarrollarlo en cualquier ámbito social.

Una de las dificultades que se presentaron para el desarrollo de este proyecto, fue el no estar en clases presenciales y no poder conocer e identificar a cada uno de los estudiantes, la intervención y el desarrollo de las estrategias hubiese sido mejor si se haya trabajado de manera presencial, así se podría conocer de manera personal a cada uno de ellos.

Así como también la falta de apoyo de algunos de los padres de familia, los cuales no aceptaron o hicieron caso omiso sobre la educación de sus hijos y el participar en diversas actividades que se desarrollaron.

Se considera que falta desarrollar las habilidades digitales para hacer un mejor uso de ellas mediante la educación virtual, ya que como futuros docentes se debe de tener un amplio conocimiento para manejar la innovación dentro del aula.

Conforme a la intervención docente, se puede mejorar la relación con los estudiantes y padres de familia, buscar una alternativa para que aquellos padres de familia que se ausentaron durante este periodo tengan una posibilidad de poder estar en comunicación con el docente para que su hijo no se pierda de los aprendizajes que se le facilitan.

La falta de experiencia frente al grupo, en ocasiones puede llevar a fallar en la conducción del grupo, sin embargo se observaron algunos errores mediante el desarrollo de la práctica, que se sabe que con el paso del tiempo se irán mejorando.

Así como también, saber usar adecuadamente los planes y programas de estudio, los cuales son fundamentales en la práctica docente, y que son de gran apoyo para ello.

CONCLUSIONES

En este proyecto se atendió el desarrollo de la autorregulación y el autoconocimiento en los estudiantes en el grupo de tercer grado, en el cual desde el inicio de las estrategias que se implementaron se pensó en considerar cada aspecto fundamental para que fuera de gran apoyo a los estudiantes.

Mediante la implementación se contó con el apoyo del docente titular del grupo que sin su ayuda y autorización no se haya podido realizar, así como también se tuvo el apoyo de algunos padres de familia quienes con gusto aceptaron participar para que se pudiera realizar una intervención en el ámbito académico de sus hijos.

Respecto a las actividades que se desarrollaron, se hizo uso de la creatividad de los estudiantes, de esta manera se otorgó un alto grado de transversalidad al proyecto con la asignatura de Artes, la cual también corresponde con el Área del Desarrollo Personal y Social.

La educación a distancia ha tenido grandes consecuencias en el ámbito educativo y esto se puede afirmar por lo observado y vivido durante el desarrollo del servicio, existen situaciones de alumnos que se ven afectados emocionalmente, los cuales se muestran tristes, cansados, enfadados, agotados por las cargas de tareas que les asignan su maestro, pero también situaciones de alumnos que están felices de poder estar en casa con su familia.

De esta modalidad y del proyecto pedagógico que se implementó se aprendió bastante, ya que en compañía de los estudiantes se obtuvieron grandes experiencias emocionales, por lo cual no solo aprendieron los estudiantes sino también el docente.

Es fundamental que se continúe realizando la intervención dentro de esta asignatura, para así mejorar día con día los aspectos emocionales en los estudiantes y el cual no se debe de trabajar solo en la escuela sino desde casa, los padres de familia también deben de poner atención en desarrollar aspectos emocionales en sus hijos.

BIBLIOGRAFÍA

- Alabau, I. (20 de 09 de 2019). *Psicologia -online*. Obtenido de Psicologia - online : <https://www.psicologia-online.com/>
- Alzina, R. B. (2006). orientacion psicopedagogica y emocional . *Ea011*, 9-25.
- Bisquerra, R. (2000). la inteligencia emocional segun Salovey y Mayer. *RIEB*. Obtenido de Educacion emocional .
- Brínguez, M. S. (2010). *EcuRed*. Obtenido de EcuRed: https://www.ecured.cu/Diagn%C3%B3stico_pedag%C3%B3gico
- CEOLEVEL. (08 de 20 de 2016). *La teoria de las inteligencias multiples*. Obtenido de La teoria de las inteligencias multiples: <https://www.ceolevel.com/8-inteligencias-la-teoria-de-las-inteligencias-multiples>
- Chapouille, M. (18 de 02 de 2012). *Reflexion academica*. Obtenido de Reflexion academica en diseño y comunicacion: https://fido.palermo.edu/servicios_dyc/publicacionesdc/vista/detalle_articulo.php?id_libro=379&id_articulo=8244
- Coelho, F. (26 de 10 de 2020). *significados*. Obtenido de <https://www.significados.com/>
- Corbin, J. A. (28 de 10 de 2020). Obtenido de <https://psicologiaymente.com/>
- Corbin, J. A. (19 de 11 de 2020). *Gestion emocional*. Obtenido de Gestion emocional : <https://psicologiaymente.com/>
- Divulgación dinámica*. (08 de 11 de 2019). Obtenido de tipos de emociones: <https://www.divulgaciondinamica.es/blog/tipos-de-emociones/>
- Dominguez, A. M. (29 de 09 de 2017). *La educacion emocional en el nuevo modelo educativo*. Obtenido de La educacion emocional en el nuevo modelo educativo: razones y desafios: <https://planeacionibero.wordpress.com/2017/09/29/la-educacion-socioemocional-en-el-nuevo-modelo-educativo-razones-y-desafios/>
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. kairós.
- Mora, M. C. (19 de 04 de 2013). *Academia.unad*. Obtenido de Academia.unad: <https://academia.unad.edu.co/>
- Pelaz, S. (22 de 09 de 2016). *Educar con amor* . Obtenido de Educar con amor inteligencia emocional : <https://educaconamor.com>
- Perez, R. C. (11 de 2015). *La autorregulacion como estrategia en el desarrollo personal*. Obtenido de La autorregulacion como estrategia en el desarrollo personal: <https://intellectum.unisabana.edu.co/>

- Pineda, N. (05 de 2017). *Autoconocimiento emocional*. Obtenido de <https://repository.libertadores.edu.co/>
- Porto, J. P. (2019). *Definicion.de*. Obtenido de Definicion.de: <https://definicion.de/autorregulacion/>
- publica, S. d. (2017). *Aprendizajes clave para la educacion integral*. Mexico.
- Rojas, M. P. (20 de 01 de 2020). *¿Que importancia tienen las emociones en el aprendizaje?* Obtenido de NeuroClass: <https://neuro-class.com/que-importancia-tienen-las-emociones-en-el-aprendizaje/>
- Salas, L. X. (o1 de 2020). *Aprendizaje cooperativo como estrategia de habilidades socioemocionales*. Obtenido de <https://www.uv.mx/pozarica/mga/files>
- Sampieri, R. H. (2014). *Metodologia de la investigacion*. Mexico: McGRAW-HILL.
- SEP. (2017). *Aprendizajes clave para la educacion integral*. mexico: sep.

ANEXOS

Anexo 1

Encuesta

La presente encuesta se hace con el fin de poder conocer cómo ha afectado emocionalmente la pandemia a su hijo, por favor subraye el indicador que dé respuesta a cada una de las preguntas.

1.- ¿Considera que su hijo sabe reconocer sus emociones?

- a) Siempre
- b) Casi siempre
- c) Nunca

2.- ¿Cuándo su hijo presenta una emoción negativa es fácil de controlarse?

- a) Siempre
- b) Casi siempre
- c) Nunca

3.- ¿Le enseña usted a su hijo a saber controlar sus emociones?

- a) Siempre
- b) Casi siempre
- c) Nunca

4.- ¿Durante el confinamiento de la pandemia su hijo ha presentado algún problema emocional?

- a) Si
- b) No

5.- En este transcurso del ciclo escolar, ¿Su hijo ha perdido interés por realizar sus tareas o estar en clases virtuales?

- a) Siempre
- b) Casi siempre
- c) Nunca

6. ¿Su hijo ha tenido problemas de aprendizaje durante este tiempo?

- a) Si
- b) No

7.- ¿Considera usted que el aislamiento escolar ha sido un factor que afecte la salud emocional de su hijo?

- a) Si
- b) No

8.- ¿Ha observado que su hijo se muestre estresado al momento de realizar las actividades y no tener el apoyo de su maestro?

- a) Siempre
- b) Casi siempre
- c) A veces

Anexo 2 lista de cotejo:

Estrategia 1

Criterios a evaluar	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Nunca
Se involucra activamente en las actividades realizadas en clase				
Participa respetando el orden de intervención				
Respeto y aprecia la opinión de los demás				
Expresa sus propias ideas y emociones de forma asertiva				
Respeto los tiempos indicados para cada actividad				

Anexo 3 lista de cotejo:

Estrategia 2

Criterios a evaluar	siempre	Casi siempre	Casi nunca	Nunca
Presto atención al lector cuando presento el cuento				
Logro comprender el cuento				
Participo en las preguntas que se les hizo en general				
Mostro entusiasmo e interés				

Anexo 4 rubrica:

Estrategia 3

Criterios a evaluar	Siempre	A veces	Nunca
Expresa y comunica las emociones en su entorno			
Conoce y respeta las emociones de los demás			
Reconoce las emociones de sí mismo			
Presta interés y desempeño al realizar su diario			

Anexo 5

Estrategia 3

Guía de observación

Grado y grupo: 3-A

Dimensión: autoconocimiento

Habilidad: conocimiento de las propias emociones

Indicador de logro: Identifica cómo se manifiestan diferentes emociones en el cuerpo, la voz, la capacidad de pensar con claridad y la conducta; analiza sus causas y consecuencias.

Aspectos a observar:

- Escucha con atención y de manera respetuosa la participación de sus compañeros
- Comparte con sus compañeros sus propias actividades
- Muestra interés en la realización de las actividades
- Logra realizar las actividades por si solo
- Mostro algún desinterés o problema para poder expresar sus emociones

Registro de lo observado:

Durante el transcurso del desarrollo de las actividades que se implementaron, se pudo observar en los estudiantes diferentes actitudes, las cuales se llegó a la conclusión de que eran ocasionadas debido al confinamiento que ocasiono la pandemia, además de que lo vivido afectaba en las emociones de los estudiantes, por lo cual, algunos de los estudiantes mostraban problemas para poder expresar sus emociones. Debido a la gran carencia en los estudiantes de expresión de las emociones, les afectaba mucho en el reflejo de su desempeño escolar, tanto como en el desarrollo de las actividades implementadas dentro de este proyecto, como en otras asignaturas.

En esta ocasión se observó a los estudiantes en el desarrollo de la actividad “Diario de mis emociones” en donde se pudo prestar atención en la participación de los estudiantes mediante cada situación plasmada dentro de su diario, con su redacción se puede percatar con facilidad la manera en que los alumnos tienden a expresar sus emociones, algunos con gran facilidad y otros que presentan problemas para hacerlo esto revela la falta del poder de autoconocimiento en cada uno de ellos

Anexo 6 rubrica

Estrategia 4

Indicadores de logro	Siempre	Casi siempre	Nunca
Mostro interés y empatía por la actividad			
Expreso con facilidad las emociones indicada			
Logro identificar sus emociones			
Logro describir las emociones que se le han presentado			

Anexo 7 rubrica:

Estrategia 5

Crterios a evaluar	Siempre	Casi siempre	Nunca
El alumno mostro interés al realizar las actividades			
Mostro empatía al momento de dialogar sus experiencias			
le causo motivación trabajar con música			
Realizo cada una de las actividades			