



Secretaría
de Educación
Gobierno de Puebla

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL**



UNIDAD 212 TEZIUTLÁN

El taller como Propuesta para Lograr la Expresión de Emociones

PROYECTO DE INTERVENCIÓN E INNOVACIÓN

Que para obtener el título de:

Licenciada en Pedagogía

Presenta:

Araceli Aquino Climaco

Teziutlán, Pue; junio del 2021



Secretaría
de Educación
Gobierno de Puebla

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL**



UNIDAD 212 TEZIUTLÁN

El taller como Propuesta para Lograr la Expresión de Emociones

PROYECTO DE INTERVENCIÓN E INNOVACIÓN

Que para obtener el título de:

Licenciada en Pedagogía

Presenta:

Araceli Aquino Climaco

Tutor:

José Fermín Osorio Santos

Teziutlán, Pue; junio del 2021



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DEL ESTADO DE PUEBLA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD 212 TEZIUTLÁN

DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

U-UPN-212-2021.

Teziutlán, Pue., 15 de Junio de 2021.

C.
Araceli Aquino Clímaco
Presente.

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes Profesionales y después de haber analizado el trabajo de titulación, alternativa:

Proyecto de Intervención e Innovación

Titulado:

"El taller como Propuesta para Lograr la Expresión de Emociones"

Presentado por usted, le manifiesto que reúne los requisitos a que obligan los reglamentos en vigor para ser presentado ante el H. Jurado del Examen Profesional, por lo que deberá entregar un ejemplar y cinco cd's rotulado en formato PDF como parte de su expediente al solicitar el examen.



Atentamente
"Educar para Transformar"

Mtro. Ernesto Constantino Marín Alarcón
Presidente de la Comisión
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD 212 TEZIUTLÁN

ECMA/scc*

DEDICATORIAS

Primeramente, quiero agradecer a Dios por acompañarme y cuidar de mí a lo largo de mi formación, así como darme la fuerza para seguir adelante con las metas que me he propuesto y no rendirme por todas aquellas situaciones que se me presentaron en algún momento.

También quiero agradecer a mis padres por siempre brindarme su apoyo incondicional hasta la fecha, y aunque mi madre ya no está conmigo, gracias a ella es que he logrado muchas cosas como lo es en la realización de este proyecto, por enseñarme que por muy difíciles que sean las cosas si se puede lograr cualquier meta, gracias por todas sus palabras de aliento a mis dos padres.

De la misma forma quiero agradecer a mis hermanos por siempre brindarme su amistad, su apoyo y sus palabras de aliento, ya que ellos son las personas con las que crecí y que me han acompañado a lo largo de mis estudios, apoyándome cuando no sabía cómo resolver un problema, o una situación, además de enseñarme a siempre verle el lado positivo a las cosas y a no rendirme.

Otra de las personas muy importantes en mi vida que quiero agradecer es a mi novio Jovany, por siempre brindarme el cariño que nos mantiene unidos, así como por escucharme y compartir esa felicidad que nunca olvido en ningún momento, gracias por creer en mí, por motivarme en todo momento y por demostrarme que con amor y dedicación se pueden lograr muchas cosas.

De la misma forma quiero agradecer a mis maestros de la universidad, quienes me ayudaron a formarme a lo largo de estos cuatro años, y que sin duda alguna en cada uno de ellos hay muchas cosas que seguir aprendiendo, así mismo, agradezco a mi tutor de campo, el doctor José Fermín Osorio Santos quien también me dio clase en algún momento y que gracias a él es que mi trabajo lo pude realizar, gracias por sus consejos, palabras de aliento y por todos los conocimientos que me brindo en la realización de este proyecto de intervención e innovación.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO I

LA EXPRESIÓN DE EMOCIONES

1.1 ¿Qué se ha hecho sobre la expresión de emociones?.....	11
1.2 La importancia de la expresión de emociones.....	13
1.3 Factores que inciden con la expresión de emociones	16

CAPÍTULO II

CONCEPTO DE EMOCIÓN Y SU IMPORTANCIA

2.1 ¿Que es una emoción?	21
2.2 Diferencias entre emoción y sentimiento.....	22
2.3 Competencias para expresar adecuadamente las emociones.....	23
2.4 La expresión emocional en el desarrollo del niño	24
2.5 Las emociones en el ámbito educativo.....	26
2.6 Propuesta de intervención.....	28

CAPÍTULO III

TALLER: "LA EXPRESIÓN DE EMOCIONES A TRAVES DE ACTIVIDADES LÚDICAS"

3.1 Nivel: primaria	39
3.2 Población de estudio del problema	40
3.3 Diseño de la estrategia de intervención	42
3.4 Evaluación	46
CONCLUSIONES.....	49

REFERENTES BIBLIOGRÁFICOS

ANEXOS

APÉNDICES

INTRODUCCIÓN

Dentro de la educación se encuentran diversas problemáticas, que muchas veces se vuelven limitantes en el proceso de enseñanza-aprendizaje, teniendo como consecuencia que los alumnos no puedan lograr un desarrollo íntegro, por lo que la presente investigación se centra en la expresión adecuada de emociones.

Por otra parte, se menciona que, si los alumnos no logran expresar sus emociones, se vuelve una limitante al realizar cualquier actividad, no solo dentro del aula, sino también fuera de la institución educativa, por lo que es necesario darle la importancia suficiente a la expresión de las emociones en los niños, lo cual debe ser un elemento fundamental en su formación académica, puesto que lamentablemente, en muchas ocasiones tanto en el ámbito escolar como en el social, no se trabaja y a consecuencia los alumnos no llevan a cabo este proceso tan indispensable. Sin embargo, se deben buscar diferentes actividades dentro del aula, que permitan mejorar sus expresiones.

Es por esta razón, que se da a conocer el objetivo general de este proyecto de intervención e innovación, en el cual se pretende promover actividades lúdicas en los alumnos de 8 a 9 años de edad de la escuela primaria “Manuel Pozos” a través de un taller para lograr la expresión de emociones.

Por consiguiente, se plantean los siguientes objetivos específicos dirigidos a orientar el desarrollo de las actividades propuestas en el proyecto los cuales son: lograr a través del taller de actividades lúdicas que los alumnos conozcan los beneficios de expresar sus emociones, brindar información a los alumnos a través del taller en cada una de las sesiones sobre la expresión de

emociones y por último, fomentar a través de actividades lúdicas la expresión de emociones en cada uno de los alumnos.

El presente trabajo es un proyecto de intervención e innovación, cuya finalidad consiste en proponer una alternativa de intervención, por lo que solo se basa en una propuesta bajo el campo de orientación, siendo este el más pertinente, ya que toma en cuenta diferentes aspectos emocionales del alumno.

Por otra parte, se menciona bajo qué modelo de orientación se trabajará la expresión de emociones, ya que resulta necesario seguir un modelo que permita dirigir las acciones que se deben llevar a cabo para atender las necesidades de educativas de las personas.

Cabe mencionar que la estrategia que se llevó a cabo es el taller que lleva por nombre “la expresión de emociones a través de actividades lúdicas” ya que permite en gran medida que los alumnos experimenten y logren expresar sus emociones a través de diferentes actividades lúdicas, esto a su vez permite que trabajen tanto individualmente como en equipo y así mismo todos colaboren en la realización de dichas actividades que se llevan a cabo dentro del mismo, por lo que este taller se encuentra estructurado por un total de siete sesiones en donde en cada una de ellas se pretende lograr un objetivo.

En el capítulo uno, es en donde se describen las circunstancias o situaciones que rodean al tema de la expresión de emociones desde el contexto internacional, nacional, y estatal, así mismo se mencionaron los aspectos relevantes del tema, como los factores que inciden con el tema o problema como los educativos, psicológicos, sociológicos, etc., así mismo se menciona el campo de orientación, en donde se ve enfocada esta intervención, ya que busca principalmente tomar en cuenta los aspectos emocionales del alumno. Para terminar el capítulo uno, se concluyó con la

pregunta de investigación la cual incita a la búsqueda de conceptos y teorías de información pertinente y precisa sobre la expresión de emociones.

En el segundo capítulo, que corresponde al apartado de teorías, se rescataron los conceptos importantes del tema de la expresión de emociones, los enfoques y aquellos autores que dan sustento al problema y a la intervención como son Bisquerra, quien define lo que es una emoción, el autor Lazarus, quien nos aclara en concepto de sentimiento para poder entender esa diferenciación entre emoción y sentimiento y entre otros más.

Así mismo, se plasma la teorización sobre la propuesta de intervención, el cual será un taller de tipo horizontal en donde el autor Ander Egg nos da una definición sobre este concepto, así mismo, se menciona la importancia que tiene el llevar a cabo un taller con los alumnos del grupo y que tipo de actividades se llevaran a cabo.

Todo este proceso será realizado a través de un taller, el cual se vuelve un espacio oportuno para que los alumnos conozcan cómo transmitir todo lo que sienten o piensen en cualquier momento. Lo cual es algo necesario en cada uno de ellos, puesto que cuando una persona sabe expresarse correctamente, le será más fácil dar a conocer cualquier situación de manera clara, y además le servirá para que se sienta bien consigo mismo.

En el capítulo tres de este proyecto de intervención e innovación se describe el nivel, es decir la ubicación general, por lo que la propuesta de intervención está enfocada en la escuela primaria “Manuel Pozos” de municipio de Tételes de Ávila Castillo, Puebla, específicamente hacia los alumnos de 8 a 9 años de edad, los cuales se encuentran cursando el tercer grado grupo “A”.

Para concluir el capítulo tres, se menciona el diseño metodológico de la estrategia de intervención, el cual es el taller, en donde se toman en cuenta los objetivos del taller, además, se

describe lo que se pretende lograr en cada una de las siete sesiones que se realizaron al momento de realizar dicho taller, y se definen cada una de las técnicas e instrumentos que se pueden utilizar al llevar a cabo cada una de las sesiones.

Es así que para finalizar el proyecto de intervención e innovación se da a conocer un apartado de conclusiones, de referentes bibliográficos y un apartado de anexos y apéndices, en donde se retoman los instrumentos que se pueden utilizar en la realización de la estrategia de intervención, puesto que permiten brindar información precisa para obtener mejores resultados.

CAPÍTULO

I

LA EXPRESIÓN DE EMOCIONES

Dentro del presente proyecto de intervención e innovación se encuentra la falta de expresión de emociones, ya que esta es uno de los problemas que limitan el aprendizaje de los alumnos, y por lo tanto es necesario conocer que son las emociones, ya que, a partir de estas se impulsa a actuar y llevar acciones de diferentes maneras.

1.1 ¿Qué se ha hecho sobre la expresión de emociones?

Es importante mencionar que las investigaciones que se han realizado sobre la expresión de emociones han permitido tener un conocimiento tan amplio en su naturaleza y como estas funcionan. Uno de los autores que explica a las emociones es Aristóteles, sin embargo, desde entonces se han llevado distintas teorías que intentan aclarar cómo y qué es lo que sienten los seres humanos en cada momento de su vida.

Por otra parte, desde el punto de vista neurológico el autor Bisquerra (2003), menciona que una emoción pasa por tres momentos, el primero es la información sensorial que es la que llega a los centros emocionales del cerebro, en segundo lugar, como consecuencia se produce una respuesta neurofisiológica, y por último, el neocortex, que es una parte del cerebro que interpreta la información. Por lo tanto, de acuerdo a estos tres momentos una emoción es un estado complejo del organismo, que se caracteriza por una excitación o perturbación que genera una respuesta.

Es necesario conocer qué son las emociones, qué las provoca, cómo se manifiestan y saber que aprender a expresarlas no es fácil, por lo tanto, cabe mencionar a Pérez, ya que él estudió la correlación entre las emociones y el rendimiento académico, encontrando una relación muy significativa, en donde afirma que las emociones contribuyen a predecir el rendimiento de los estudiantes.

Por otro lado, Goleman afirmó que existen habilidades que son importantes pero que la inteligencia académica no ha contemplado en la actualidad como son las habilidades sociales, sin embargo, al tener un gran bienestar laboral, personal, académico y social son determinantes. Además, la escuela debe de ir más allá de los aspectos cognitivos para poder promover el desarrollo de competencias para el manejo de la expresión de emociones como parte esencial del proceso de crecimiento personal y social.

En México, se plantea sobre lo que se debe enseñar y que es más importante acerca de la enseñanza emocional, por lo tanto, en el currículo 2016 dentro de la educación básica se consideraron tres fuentes básicas entre ellas la filosofía de la educación, el logro de las capacidades que responda al momento histórico que viven los alumnos y la incorporación de aquellos avances que se han producido en el campo del desarrollo cognitivo, la inteligencia y el aprendizaje.

De acuerdo al párrafo anterior se afirma que la escuela no le daba esa importancia a la expresión de emociones. Tradicionalmente se centraba en las cuestiones cognitivas y motrices de los alumnos, ya que, a partir de esto era como los educandos llevan a cabo un buen desempeño dentro de los diferentes contextos que existen.

Dentro del planteamiento pedagógico de la reforma educativa, se pretende llevar a la práctica a través del nuevo currículo, en la educación básica como en la educación media superior, que se tome en cuenta no solo a aquellos procesos de enseñanza aprendizaje, es decir desde un enfoque cognitivo, sino también darle esa importancia a la expresión de emociones, ya que, a partir de ahí, si estas son expresiones positivas se puede estimular y lograr un aprendizaje significativo, sin embargo si estas expresiones emocionales son negativas pueden llegar a bloquear esos aprendizajes en los alumnos.

Cabe señalar que al trabajar en el aula los aspectos relacionados con el reconocimiento y manejo de las emociones no es una tarea fácil, pues esto incluye compromiso, disposición, educación en este tema, entre otros aspectos más. Es importante mencionar que esto no es un tema nuevo, sin embargo, es un tema que no ha sido considerado o no se le ha dado la suficiente importancia.

Dentro de las investigaciones que se han realizado se afirma que las expresiones de emociones son educables, por lo tanto, se han implementado en instituciones educativas, algunos de los programas tales como el consorcio, programa de prevención, el programa de ciencia del yo, proyecto de desarrollo infantil, etc. Se señala que estos trabajos han demostrado resultados muy positivos en la educación emocional de los y las niñas generando una mayor expresión de emociones.

1.2 La importancia de la expresión de emociones

Es necesario mencionar que, dentro de la Universidad Pedagógica Nacional, Unidad 212, se encuentran diferentes campos que son considerados pertinentes y necesarios a fin de que se pueda influir en la sociedad de manera correcta, siendo uno de estos en donde se ve enfocada esta intervención, como lo es el campo de orientación, que se especializa y busca principalmente tomar en cuenta aspectos emocionales del alumno, siendo este de gran importancia para la investigación.

Cabe mencionar que “la Orientación Educativa es un campo de estudio de la educación que se refiere al acompañamiento del sujeto que le brinda la escuela”. (Flores, 2013, p. 4), de acuerdo a las palabras de la autora, en el campo de la orientación educativa, se pretende ayudar y acompañar a los alumnos durante el proceso de su educación, además la orientación educativa toma un papel muy importante dentro de la labor educadora.

Cabe señalar que muchas veces los alumnos presentan ciertas limitantes que influyen de manera negativa dentro su educación, por lo tanto, es importante tomar en cuenta distintos aspectos que pueden ser cognitivas como afectivas de las niñas y niños para afrontar los diferentes problemas que con los que se pueden encontrar en su vida diaria.

De acuerdo a lo anterior, es importante mencionar que este problema es de gran relevancia dentro de todos los ámbitos, puesto que es necesario que tanto los niños como los adultos puedan identificar sus emociones, pues contribuyen al bienestar emocional de cada uno de ellos, liberando las emociones que sienten en un determinado momento, mejora las relaciones sociales con las personas que interactúan, evita problemas con sus compañeros, maestros, amigos, familiares, etc.

Con lo anterior se puede mencionar que es necesario darle esa importancia a la expresión de emociones, ya que el hecho de que las personas se reconozcan y expresen lo que sienten con alguien o con algo, les ayuda a reducir la intensidad de esa emoción y a poder manejarla de la mejor manera posible.

Las emociones deben ser expresadas y no tratar de bloqueálas, ya que cada una de ellas tiene una función determinada, así mismo, se debe entender el origen de cada emoción, ya que a partir de esto se puede comprender la situación en la que se encuentra una persona o que situaciones la hacen sentir así. Así mismo, es necesario considerar que no en cualquier momento pueden ser expresadas, es decir, se debe buscar el tiempo correcto para poder trabajarla.

Por otra parte, cabe mencionar a los sentimientos ya que son aquellos resultados de las emociones, en donde se tiene la capacidad de pensar y reflexionar de esa emoción de manera consiente sobre lo que se siente, sin embargo, las emociones no se pueden evitar pero si se puede lograr modificar los pensamientos que surgen, por ello, es importante que se expresen

correctamente en el ser humano, ya que si esto no es así, no se podrá transmitir a los demás alguna conducta que le está afectando a algún adulto o un niño y a consecuencia se podrían dar estallidos emocionales que provoquen que se sienta mal por ciertas cosas que no tengan un verdadero significado.

Cabe señalar que la expresión de emociones es una importante fuente de información, que guía al alumno para poder darle sentido a lo que le sucede, y a que logren relacionarse con los demás, siendo esto algo que los motiva a alcanzar ciertas metas, producir cambios y evitar caer en situaciones que sean dañinas para él.

De acuerdo a lo anterior, es importante que se consideren en los alumnos estas expresiones de emociones en las instituciones educativas, ya que a partir de esto se logra escuchar sus necesidades, pero sin ser juzgadas, y así haya un interés por lo que les sucede, no solo de la escuela, sino también en la familia, y de esa forma se llegue a la reflexión sobre llevar a cabo una buena intervención para ayudar a los alumnos en la resolución de esos conflictos o brindarles las herramientas necesarias para que ellos los resuelvan y así aprendan a regular sus emociones y expresarlas de forma correcta.

Así mismo, las emociones que se expresan no deben ser de cualquier manera, ya que una persona inteligente emocionalmente sabe cómo guiarlas de forma correcta, es decir, si hay enfado en un niño debe ser expresado, pero sin insultar a los demás, por lo tanto, esto no se trata de reprimir esas emociones sino controlarlas para expresarlas de forma más correcta y en el momento correcto.

El desarrollo de las emociones se debe comenzar desde la etapa de la educación infantil, ya que es en donde los niños desarrollan sus capacidades motoras, físicas, lingüísticas, sociales y

afectivas, por lo tanto, es esta etapa es en donde se debe de trabajar con las emociones ya que es cuando los niños tienen conciencia de sus propias emociones.

Por otra parte, “el aprendizaje del niño requiere respuestas inmediatas y adecuadas a lo que está experimentando. Los niños se sienten fácilmente invadidos por sus emociones y necesitan a los adultos para que les ayuden y les enseñen a expresarlas”. (Chías y Zurita, 2009, p.35), es decir, el niño necesita conocer por qué se siente así ante cualquier circunstancia, sin embargo, requiere la ayuda de un adulto mayor o en ese caso de figuras paternas para que logren expresarlas de buena manera y sin tener miedo.

Al hablar de emociones es necesario que los niños de 8 a 9 años las expresen de forma correcta, ya que es una edad adecuada en donde deben saber en qué momento utilizarlas y a su vez que sientan empatía por sus compañeros o por otras personas si están presentando una emoción o sentimiento muy fuerte.

1.3 Factores que inciden en la expresión de emociones

Actualmente, la sociedad no le ha dado la suficiente importancia a la expresión de emociones como debería ser, sin embargo, esto no debería ser así, ya que son muy importantes en la vida diaria del ser humano puesto que reflejan los pensamientos de cada persona, en cómo viven, cómo se sienten, lo que sucede a su alrededor, permitiendo conocerse así mismos, entender sus propias conductas y a su vez satisfacer sus propias necesidades.

Es importante que se logren detectar y aceptar las emociones para poder tener una correcta expresión de esas emociones, y que no sea lo contrario, ya que muchas veces estas llegan a ser muy fuertes, por lo tanto, esto podría provocar conductas desfavorables sin pensar en las consecuencias,

como se mencionó anteriormente, se debe de elegir el momento y lugar correcto, la forma de hacerlo y con la persona correcta.

Cabe mencionar que cuando un niño se enfrenta a situaciones difíciles y no expresa lo que siente por miedo, por pena o por cualquier otra situación es cuando surgen diferentes problemas a consecuencia de esa falta de expresión, por esta razón es necesario brindar ese acompañamiento para que se le ayude a desarrollar esas habilidades como ser empáticos con los demás y así poder mejorar sus relaciones sociales con sus compañeros y demás personas.

Es necesario mencionar que, en las escuelas, entre los principales factores que se encuentran en los alumnos a falta de esa expresión de emociones es la frustración, pues muchas veces los niños que están en el proceso de aprender a leer o a escribir, les es un poco difícil y por lo tanto se enfadan o molestan, sin embargo, no solo les afecta en el aprendizaje sino también en mantener una buena relación con las demás personas.

Otro de estos factores, es la poca empatía en los niños, ya que al ser pequeños pocas veces se llega a desarrollar y no son capaces de ponerse en el lugar del otro, por lo tanto, es un concepto que debe ser trabajado desde temprana edad. La empatía, además, les permite a las personas tener la capacidad para percibir los sentimientos, pensamientos y emociones de los demás.

Por otro lado, es necesario conocer como también la cultura es un factor que influye en la expresión de emociones dado que muchas veces se muestra como las personas se adaptan consciente o inconscientemente a su contexto que les rodea, por lo que esta llega en gran medida a intervenir en los seres humanos que se encuentran en una sociedad.

De acuerdo a lo anterior, en uno de los trabajos realizados por el autor Rodríguez Salazar en el año 2008, considera dos tipos de emociones que son influidas por la cultura, las cuales son

las emociones de bienestar como la alegría o tristeza y por otro lado las emociones morales como es la culpa o vergüenza. Lo anterior permite conocer que las expresiones emociones como la alegría y la tristeza en la cultura son mayormente aceptadas, en cambio las morales las definen como aquellos comportamientos que pueden ser buenos, malos, correctos o incorrectos y, por lo tanto, permiten llevar a cabo conductas favorables para la sociedad.

La expresión de las emociones que se da a través del lenguaje, es otro factor complicado principalmente en los niños, ya que esas emociones se deben dar a través de una palabra, sin embargo, les resulta difícil expresarla, por lo tanto, Clares afirma que:

Tanto para las emociones más claras de expresar y para las menos claras, el método de expresión más fiel que tenemos es el lenguaje, bien sea oral o escrito; ya que, al pasar nuestros pensamientos a la expresión, los hacemos más comprensibles para nosotros y para los demás. (2009, p.6)

Es decir, por medio del lenguaje se logra expresar de forma más clara lo que una persona siente, por lo tanto, se puede llegar a una mejor comprensión de lo que está sintiendo. Cabe mencionar que existen otros factores que influyen en la expresión de emociones como la familia, la comunicación, las relaciones sociales, entre otros más.

Retomando la información de las diferentes investigaciones que dan sustento a la gran importancia de fomentar la falta de expresión de emociones, se puede decir que es necesario que se les enseñe a los niños a que no deben limitar lo que sienten en un determinado momento, y siempre expresarse de manera correcta hacia las demás personas.

Por lo tanto, deben saber que todo lo que expresen en ese momento influirá sobre la otra persona y eso cambiara en cierta medida su estado de ánimo. Es por esta razón que los alumnos

deben de ponerse en el lugar de los demás y hacer esa reflexión sobre si lo que dice o hace está bien o está mal.

Es importante enseñarles a los alumnos que todas las personas poseen emociones por lo que tienen que identificar que cada una de sus acciones tiene consecuencias ya sean positivas o negativas, por lo tanto, pueden repercutir sobre otra persona en gran medida ya sea alguno de sus compañeros, amigos, o incluso a algún familiar.

La expresión de emociones es de gran importancia en cada una de las personas, ya que cuando dan a conocer correctamente lo que sienten, sus pensamientos, sus ideas, entre otras cosas más, suelen ser aceptados en cualquier grupo social, sin embargo, no a todos les resulta fácil ponerla en práctica, pero es algo que se puede lograr, siempre y cuando sea trabajada de forma correcta.

La expresión de emociones juega realmente un papel muy importante desde que los alumnos se encuentran dentro de las instituciones educativas, tanto al ingresar a un preescolar hasta el momento en el que se encuentran dentro de la universidad, por esta razón es que se plantea la siguiente pregunta de investigación ¿De qué manera se puede lograr la expresión de emociones en los alumnos de 8 a 9 años de edad de la escuela primaria Manuel Pozos, ubicada en Tételes de Ávila Castillo, Puebla?

La falta de expresión de emociones es un tema necesario de atender, ya que, al estar en constante interacción, se vuelve fundamental en las personas y a consecuencia es necesario trabajar este aspecto de las emociones, siendo así este el motivo de la investigación.

CAPÍTULO
II

CONCEPTO DE EMOCIÓN Y SU IMPORTANCIA

2.1 ¿Qué es una emoción?

Es importante entender cómo la expresión de emociones afecta día a día a las personas, el papel que desempeña la expresión emocional en su vida diaria, entre otros aspectos más. En este capítulo II se comenzará por definir el concepto de emoción ya que una de las definiciones que más se acerca es “Un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan habitualmente como respuesta a un acontecimiento externo o interno”. (Bisquerra, R, 2001, p. 61), por lo que de acuerdo a las palabras de este autor una emoción es una respuesta del organismo que se puede dar de manera externa o interna ante cualquier estímulo.

El neurólogo Damasio (2006) afirma que las emociones y el funcionamiento cerebral se encuentran claramente conectados, es decir, al trabajar las emociones permite desarrollar el cerebro. Además, es importante que las personas comprendan las emociones, así como que tengan esa sensibilidad hacia diferentes aspectos, puesto que el individuo logra desarrollarse cognitivamente y a su vez, se prepara y actúa en la sociedad para tomar decisiones con el fin de resolver ciertos conflictos, siendo esto algo muy importante por lo que debe ser trabajado en el aula.

Las emociones son reacciones del cuerpo ante cualquier estímulo del entorno y del propio organismo, ya que las reacciones son muy fuertes, por lo tanto, lo mejor es definir las como experiencias o estados emocionales. Las emociones son parte fundamental del ser humano, ya que constantemente se experimentan emociones en él, sin embargo, pocas veces se lleva a cabo una

reflexión de su concepto, cómo influyen en los pensamientos, en el comportamiento, y qué diferencia hay entre las emociones y los sentimientos

2.2 Diferencias entre emoción y sentimiento

De acuerdo a lo que se mencionó en el párrafo anterior, es importante señalar esa diferenciación entre las emociones y los sentimientos, ya que es muy común que estos lleguen a confundirlos, sin embargo, existen diferencias muy claras entre cada uno de estos, por lo tanto, el sentimiento puede definirse como “el componente subjetivo o cognitivo de las emociones, es decir la experiencia subjetiva de las emociones. En otras palabras, la etiqueta que la persona pone a la emoción” (Lazarus, 1998, p. 13), lo cual, de acuerdo con autor, los sentimientos son aquellos resultados o interpretaciones de las emociones, por lo que estas son respuestas conscientes.

Cabe mencionar que un sentimiento es una experiencia mental, y esta surge a través de la interpretación de ese estado en el que se encuentra el cuerpo, por lo tanto, estas experiencias se van haciendo notar a medida que el cerebro va procesando. Los sentimientos son intencionales, es decir se pueden sentir, percibir, pues estos son aprendidos por el ser humano, por lo que tiene que aprender a conocer sus sentimientos, y a partir de esto podrá comprender sus emociones.

Una vez aclarada esta diferencia entre el sentimiento y la emoción, se menciona que “todas las emociones son, en esencia, impulsos que nos llevan a actuar, programas de reacción automática con los que nos ha dotado la evolución. Cada emoción predispone al cuerpo a un tipo diferente de respuesta”. (Daniel Goleman, 1995, p. 10), de acuerdo a las palabras de este autor, las emociones son impulsos que permiten actuar ante cualquier situación que se presente dando respuestas diferentes y, por lo tanto, es necesario conocerlas para poder responder ante esas situaciones inesperadas.

2.3 Competencias para expresar adecuadamente las emociones

En este sentido, cabe mencionar que las competencias emocionales se consideran como un conjunto de habilidades y capacidades las cuales permiten a las personas comprender, expresar y regular los fenómenos emocionales. La autora Cassá en el año 2012, sugiere cinco dimensiones o competencias que se deben desarrollar en el niño desde sus primeras etapas de formación como son la conciencia emocional, regulación y control emocional, la autonomía emocional, competencia social y competencias para la vida y el bienestar.

La primera competencia hace referencia a la conciencia emocional permite el reconocimiento de las propias emociones y de aquellos que nos rodean, es decir la capacidad que se tiene de percibir los sentimientos, las emociones de uno mismo y de los demás. Además, en la segunda competencia de regulación y el control emocional consiste en manejar correctamente las emociones con el fin de no caer en problemas de conducta, agresividad, desobediencia, etc.

Para continuar, la tercera competencia es la autonomía emocional en la cual se encuentra la autogestión personal dando lugar a la autoestima, la actitud positiva, responsabilidad, así como para buscar ayuda. La cuarta es la competencia social, siendo esta la capacidad de establecer relaciones con las personas que les rodean y por último se encuentran las competencias para la vida y el bienestar, en donde se encuentra presente un correcto comportamiento, la toma de decisiones, el bienestar emocional, etc., ya que estos permiten el control de una vida más sana.

Por otra parte, las emociones son importantes para la supervivencia y el desarrollo de las personas, puesto que se encuentran presentes desde que un bebe expresa sus emociones a través del vínculo con su madre, un adolescente que llora por una situación difícil, o el padre que siente alegría cuando esta con sus hijos, entre otros aspectos más, que hacen que las expresiones, el comportamiento, las decisiones que se tomen sean comportamientos dados por las emociones.

Cabe señalar que es importante que los seres humanos tengan la capacidad de poder controlar las emociones que se producen en un determinado momento a fin de evitar ciertos conflictos, además de lograr un conocimiento amplio sobre la habilidad emocional.

2.4 La expresión emocional en el desarrollo del niño

Es necesario señalar la importancia que tiene la expresión emocional en el desarrollo del niño, ya que en un bebé que todavía no puede hablar, las emociones tienen una gran importancia, pues estas permiten que el bebé se pueda comunicar con los demás y así pueda informar a los demás las necesidades que está presentando en ese momento.

Por otra parte, cabe mencionar que en un niño son muchas las emociones que puede presentar a lo largo del día, y por esta razón, lo primero que se debe saber es cómo son las emociones y para qué sirven, además, es de suma importancia enseñarle al niño que no debe tener miedo de poder expresarlas.

Así mismo, cabe señalar que muchas veces se le dice a un niño frases como no estés triste, no pasa nada, no te enfades, no tengas miedo, llorar no te va a servir de nada, etc. sin embargo, es una necesidad de las personas, ya que esto ayuda a liberar todas esas emociones que se presentan en un determinado momento.

Es importante que, como orientador educativo, se conozca la etapa de desarrollo en la que se encuentran los alumnos ya que los niños y niñas entre los 5 y 9 años de edad se encuentran en la etapa del ciclo vital llamada niñez intermedia, por lo tanto, es necesario destacar aquellos aspectos más importantes en cuanto al desarrollo emocional. El autor Papalia et al, mencionan:

En esta etapa el desarrollo emocional consiste en el control de las emociones negativas. Los niños descubren lo que les produce enfado, miedo, tristeza y cómo

otras personas reaccionan ante la presión de estas emociones y aprenden a modificar su comportamiento en consecuencia. Ellos asimilan entre sentir una emoción y expresarla. (2005, p. 372)

Es decir, en el desarrollo emocional es importante que los niños conozcan todo aquello que les produce emociones negativas, ya que al saber cómo se sienten podrán actuar de una mejor manera hacia los demás sin dañar los sentimientos de las personas que les rodean, por lo que expresaran aquello que están presentando en ese momento.

Algunos cambios que surgen en el desarrollo emocional del niño es que tienen una mayor capacidad de entender algunas emociones que llegan a ser complejas como pueden ser el orgullo y la vergüenza, además, mejora en dejar de suprimir u ocultar algunas emociones negativas, y como se menciona “el mundo socioemocional de la niña y el niño se amplía y adquiere una mayor complejidad” (Santrock, 2003, p. 16), es decir, dentro de esta etapa las niñas y los niños llegan a experimentar un gran desarrollo emocional.

Por otra parte, las expresiones emocionales son muy comunes en el ser humano y estas son consideradas como emociones básicas como la alegría, la tristeza, la ira, el miedo, la sorpresa, el desagrado y el interés, estas a su vez, permiten comunicar en qué estado se encuentra una persona para así adoptar por una conducta que sea propia en ese momento.

Dentro de las emociones básicas se encuentra la alegría, y esta permite alcanzar algún objetivo con mayor fuerza, por otro lado, la tristeza ayuda a que haya un mayor interés, provocando conductas de apoyo en las personas, mientras que la ira se hace presente en situaciones molestas o desfavorables.

Una persona que se encuentra emocionalmente sana, sabe conocer sus emociones, así como expresarlas y guiarlas de forma correcta, sin embargo, en los niños muchas veces es diferente

esto, ya que al ser más pequeños no siempre expresan los que sienten, es decir, sus miedos, sus frustraciones o sus sentimientos y no lo hacen con palabras sino llorando, teniendo dolor de estómago, golpeando sus juguetes o personas, pueden llegar a morder, a esconderse, y entre otras más.

Entre las ventajas que se encuentran en los niños en la expresión de emociones, es que las emociones que son negativas llegan a desaparecer con mayor rapidez que a diferencia de los adultos, aunque cabe aclarar que algunas emociones serán más profundas o fuertes que otras, como la tristeza que pueden llegar a presentar por no vivir con sus padres o alguna otra situación.

2.5 Las emociones en el ámbito educativo

A consecuencia de lo anterior, es importante que los docentes eduquen emocionalmente a los alumnos, puesto que a los estudiantes les permitirá tener un conocimiento y regulación de sus propias emociones, además, de tener conciencia de lo que están experimentando en cualquier situación para así poder expresarla y a su vez desarrollar habilidades para poder manejarlas de la mejor manera posible a fin de propiciar habilidades de interacción social, Bisquerra señala que:

Se comprende la educación emocional como un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social. (2001, p. 243).

De acuerdo a las palabras de este autor, la educación emocional va de la mano con el desarrollo cognitivo de las personas, ya que permite el desarrollo personal de cada uno de los sujetos con el fin de mejorar sus relaciones interpersonales en la sociedad.

Cabe mencionar que “Las emociones no son malas ni buenas, el problema no está en sentir las, sino en cómo las mostramos o expresamos ante los demás. No podemos evitarlas, lo único que queda es modelar las reacciones emocionales”. (Fernández, 2013, p. 27), es decir, las emociones por naturaleza se encuentran en los seres humanos, sin embargo, es importante saber expresar esas emociones en el momento o situación que se presente de forma correcta sin dañar a las demás personas. Por otra parte, se debe aclarar que todas las emociones son buenas, pero un problema que se puede dar es que se hace con ellas.

De la misma forma es importante hacer énfasis en la expresión de emociones con respecto al ámbito educativo ya que se presentan en todos los actores que se encuentran inmersos en la educación, pero especialmente en los niños, como ya se mencionó anteriormente.

A consecuencia de lo anterior se puede mencionar que cuando los alumnos llegan al salón de clases, en ocasiones se nota en sus miradas sin ánimos de aprender, que no están centrados en donde deberían de estarlo y aunque físicamente lo están, la mente del niño es como si estuviera en otro lado, y como bien señala Maurice J. Elías y otros:

Los niños pasan cada vez más horas de su vida ante un monitor, más horas de las que nunca habían pasado haciendo algo en toda la historia de la humanidad. Ya estén absorbidos por un CD-ROM educativo, lo cierto es que no están jugando con otros niños. (1999, p. 18)

Por lo tanto, se puede decir que, aunque estén frente a un aparato no se pueden lograr expresar todas esas emociones como debería ser, y muchas veces eso pasa desapercibido, hoy en

día se entretienen viendo la televisión, frente a un teléfono, tableta, o algún videojuego sin dejarles nada productivo, y a consecuencia ya no se divierten con sus compañeros de la escuela o amigos como solía serlo antes.

Por esta razón, se recae a la expresión de emociones dentro de la educación ya que a veces los profesores hacen caso omiso y continúan su clase sin detenerse para que los alumnos tengan sus propios espacios de observarse así mismos y a lo que están sintiendo en ese momento. Si no se dan esos espacios dentro de la escuela, las expresiones de esas emociones en los alumnos no se llevarán a cabo, y esto llevará a que, si un niño se encontraba triste, probablemente no quiera prestar atención a la clase o entregar sus actividades y por lo tanto su proceso de enseñanza aprendizaje se verá afectado.

Cabe resaltar que las personas que están enojadas actúan enojadas, esto lleva a tener consecuencias, principalmente negativas para el aprendizaje, es decir, si una niña se siente de mal humor y no sabe calmarse le resultara un poco difícil prestar atención a lo que está haciendo, por lo que es importante aprender a identificarlas, conceptualizarlas, y a partir de ahí expresarlas con mayor pertinencia.

2.6 Propuesta de intervención

Es necesario mencionar que en el ámbito de la educación se pueden utilizar distintas estrategias, por lo que dentro de esta propuesta de intervención será necesario llevar a cabo una estrategia, por lo tanto, se menciona que las estrategias didácticas son “un conjunto de acciones que se proyectan y se ponen en marcha de forma ordenada para alcanzar un determinado propósito.” Tobón, 2010, p. 246), por lo tanto, es necesario planear diferentes acciones con el fin de lograr el objetivo.

Por lo que dentro de la siguiente propuesta de intervención se retoma el taller como estrategia, ya que permite enriquecer sus habilidades, genera un ambiente favorable de trabajo, además, les ayuda a darse cuenta que, el hecho de estar dentro de la escuela, no significa que tiene que ser un lugar en donde las actividades que realizan les generan tensión o estrés, sino todo lo contrario, contribuir a sus habilidades con actividades que les resulten interesantes, agradables, divertidas y hacerles notar que todo lo que realizan trae un beneficio. Por lo tanto, Quezada define el taller como:

Un taller es una experiencia de trabajo activo. La participación de cada uno/a de los y las integrantes aportando sus experiencias, argumentos y compromiso es fundamental para el éxito. Las actitudes pasivas, exclusivamente receptoras de «aprendizaje silencioso», no deben fomentarse en un taller. (2010, p.15).

Es decir, dentro del taller se lleva a cabo la participación de cada uno de los integrantes de manera activa. Para llevar a cabo un taller, una de las características que es importante mencionar es que las niñas y los niños están en una etapa de descubrimiento, por lo que las actividades tienen que permitir a los alumnos que realicen las cosas por sí mismos, explorando con el diferente material que les conduzca a expresar sus emociones.

Por otra parte, la interacción y la comprensión del contenido que se tiene dentro del taller resulta mejor, debido al ambiente que se genera, dando lugar a la expresión emocional, ya que este es un lugar en donde los niños se pueden apropiar de los conocimientos y al mismo tiempo llevarlos a la práctica de forma única.

Así mismo, al trabajar el taller con los alumnos de 8 a 9 años de edad, los cuales se encuentran cursando el tercer grado de primaria, es necesario respetar sus intereses, su ritmo de aprendizaje, sus pensamientos, gustos, y entre otras cosas más, además se deben utilizar actividades

que sean adecuadas y que hagan sentirse bien consigo mismo para poder lograr un impacto positivo sobre el alumno.

Un aspecto importante del taller es que, es necesario que las niñas y los niños trabajen con materiales que sean de su agrado e interés con la intención de que no solo mejoren su expresión emocional, sino que también se vuelvan personas analíticas, participativas, productivas, y así realmente se logre un cambio significativo no solo a corto plazo, sino que sea a lo largo de su vida y realmente significativo para el alumno.

El taller se vuelve una experiencia agradable e inolvidable si se lleva a cabo de una manera correcta, ya que dentro de él se debe trabajar con los alumnos de manera dinámica. Es por esta razón que cada uno de los participantes debe interactuar con diferente material que le permita expresar sus propios pensamientos y sentimientos, con el fin de que se sienta a gusto y pueda trabajar de manera positiva. Por lo que se propone llevar a cabo un taller horizontal, ya que permite trabajar con los alumnos de la misma edad y del mismo grupo.

Por otra parte “el docente puede desarrollar actividades grupales, individuales, cooperativas o competencias. Pero se debe tener claro que el éxito del taller y el logro de los objetivos es el trabajo conjunto y cooperativo”. (Ander Egg, 1991, pag.36), por lo tanto, el taller horizontal comprende a quienes enseñan o cursan un mismo año de estudios, engloba profesores y estudiantes que se encuentran en un mismo nivel o año de estudios.

Es importante mencionar que, para realizar un taller, Quezada (2010), menciona que deben considerarse tres fases esenciales, lo cual es necesario retomar. Como primera fase se encuentra el diseño, en donde se analiza que es lo que se pretende realizar, considerando los objetivos que se pretenden llevar a cabo.

Por consiguiente, se encuentra la fase de la planificación, la cual consiste en describir los diferentes pasos que se deben seguir, con lo que se puede intervenir dentro del aula, además se consideran los tiempos, recursos, actividades, y los distintos elementos que conforman una planeación y que el taller considera fundamental.

En la última fase de la estrategia, se encuentra la elaboración de los materiales, siendo esta en donde los alumnos ponen en práctica las distintas actividades que se plasmaron en la planificación, siendo esta la fase más importante del taller.

De acuerdo a lo anterior, la definición de taller desde el punto de vista pedagógico es un concepto que sirve como un lugar donde se labora, se crea y se modifica algo para ser utilizado, aplicado a la pedagogía y a la importancia de la misma. En el taller se trata de enseñar, pero también de aprender mediante la realización de algo que se lleva a cabo en conjunto de grupos.

Por lo tanto, cabe mencionar que dentro del taller se proponen actividades lúdicas, ya que estas siempre estarán presentes en la vida del ser humano, puesto que tienen la intención de que se aprendan e interactúe con el mundo y las cosas que les rodean a las personas. Las actividades lúdicas juegan un rol muy importante si se quiere influir sobre los alumnos en este problema de intervención, ya que al ser actividades que se pueden llevar dentro y fuera del aula, se convierten en una herramienta que le permite al niño generar aprendizajes con sentido en ambientes agradables de manera atractiva y natural, creando un ambiente estimulante para que exista un verdadero progreso.

Es importante mencionar que si las actividades lúdicas son utilizadas correctamente dentro del aula se vuelven de gran utilidad, ya que se puede involucrar a los alumnos a lograr un verdadero aprendizaje, siempre y cuando se generen ambientes agradables propiciando al mismo tiempo el desarrollo de habilidades.

Cabe mencionar que al implementar actividades lúdicas dentro del aula los alumnos se muestran realmente interesados por mejorar y a consecuencia se puede fortalecer la expresión de emociones de una manera agradable para los niños, con una gran disposición dentro del taller.

Además, al llevar a cabo este tipo de actividades se está favoreciendo cada uno de esos aspectos que son fundamentales en el proceso educativo dentro del aula, debido a que es en donde se educa a los niños la mayor parte del tiempo y a consecuencia es necesario que el docente las realice frecuentemente, ya que además de que permiten expresar sus emociones, les genera un aprendizaje significativo. La actividad lúdica favorece en la infancia, la autoconfianza, la autonomía y la formación de la personalidad, por lo tanto, se convierte así en una de las actividades recreativas y educativas primordiales. Es importante saber que son las actividades lúdicas, y de acuerdo con el autor Vera:

La palabra lúdico es un derivado por etimología popular del sustantivo latino Ludus (que significa "juego" entre otras muchas acepciones). Designa todo lo relativo al juego, ocio, entretenimiento o diversión. Lúdica se formó por analogía con muchas palabras que empleaban sufijo-ico. (2018, p. 96).

Por lo tanto, al llevar a cabo actividades lúdicas con los alumnos de educación básica de la escuela primaria "Manuel Pozos" es necesario que se involucren algunos de estos aspectos que menciona el autor, los cuales son de gran utilidad para lograr un desarrollo en la expresión de las emociones.

Cabe mencionar que "La actividad lúdica es una actividad placentera en sí misma, que permite al niño(a) explorar y comprender su mundo. Especialmente, estimula el desarrollo sensoriomotriz, intelectual, social, moral, de la creatividad y de la autoconciencia del niño". (Serrada, M. 2007, p. 640), por lo que se puede observar que no solo se obtiene un beneficio al

trabajar con las actividades lúdicas como lo es la parte social, sino también estimula diferentes aspectos que son de gran importancia en cada uno de los alumnos.

Por otra parte, dentro de las actividades lúdicas, se logra que el alumno tenga diversas perspectivas del mundo y que se pueda integrar a los diferentes espacios sociales que se le presenta, por lo tanto, es importante que el docente cumpla una correcta función orientadora en cada uno de los alumnos, ya que como se sabe, el ser humano pertenece a una sociedad, por lo que el alumno deberá ser capaz de desarrollarse socialmente en su familia, escuela y comunidad.

Para continuar con la propuesta de intervención, se puede definir a la Orientación Educativa como un proceso que se desarrolla con todos los integrantes de una institución educativa, teniendo como objetivo contribuir al desarrollo humano integral a lo largo de la vida.

Por lo tanto, la persona profesional en orientación tendrá como función asesorar al personal docente en las instituciones educativas, a través de las necesidades detectadas al brindar temas y estrategias que contribuyan a su labor académica, además, deben reconocer su función formadora, no sólo en el ámbito académico e intelectual de sus estudiantes, sino también en el área personal y social.

Cabe mencionar que las funciones del orientador son diferentes y esto depende de las necesidades que tenga la institución, así como el nivel educativo en el que se desarrolle la actividad de orientación, por lo tanto, se pueden mencionar cuatro funciones básicas según Caballero (2009):

Función diagnóstica: Trata la valoración y el diagnóstico de las necesidades del sujeto para posibilitar su autoconocimiento y el desarrollo de su proyecto vital.

Función de ayuda: Esta abarca tareas como el asesoramiento y el consejo personal, la formación en la búsqueda y utilización de la información, la ayuda en el proceso de toma de decisiones y el apoyo en el desarrollo del proyecto importante.

Función de planificación, organización y coordinación de la intervención: través de esta intervención participan los programas educativos, con especial atención a los contextos donde se desarrollan los agentes educativos implicados, los recursos y las actividades consideradas.

Función de evaluación e investigación de la propia acción orientadora: Se afronta la evaluación en el nivel global y específico, se informa de las investigaciones más relevantes y se utilizan las conclusiones de éstas en la práctica orientadora. Se investiga sobre la propia intervención orientadora (p.30).

Cabe señalar que la orientación educativa debe contribuir al desarrollo integral del sujeto, considerando las funciones del orientador, y por lo tanto es necesario mencionar bajo qué modelo de orientación se trabajará la habilidad de la expresión de emociones, ya existen distintos modelos como el clínico, de programa, proyecto, consulta, entre otros más.

El modelo es el “diseño para conceptualizar la naturaleza de una actividad psicopedagógica”. (Repetto, 2002, p. 223), por lo tanto, las actividades que diseñe el orientador están siguiendo un modelo de orientación.

Por esta razón, es importante describir el modelo que se utilizara en esta propuesta de intervención, ya que son muchos los modelos que permiten llevar a cabo estrategias, sin embargo, el modelo de programa es el que se muestra el más pertinente siendo este de gran ayuda ya que como bien se menciona un programa es “un conjunto de acciones sistemáticas, cuidadosamente planificadas, orientadas a unas metas como respuesta a las necesidades educativas de los alumnos,

padres y profesores de un centro". (Rodríguez Espinar et al.,1993, p. 233), es decir, el programa son todas aquellas acciones que son planificadas con la intención de atender aquellas necesidades educativas de las personas.

Dentro de las características que presenta este tipo de programa es que al ser una intervención que se desarrolla en función de las necesidades diagnosticadas de los alumnos, centro, servicios de institución, etc. actúa por objetivos a lo largo de un lapso de tiempo, se centra en las necesidades actuando sobre el contexto, además, dirigida a todos los agentes implicados, por lo que llega a ser una intervención preventiva y de desarrollo.

De acuerdo con Montané y Martínez (1994), se pueden destacar las siguientes características de este modelo, ya que, dentro de un centro educativo, el rol del orientador en la intervención por programas surge de la integración y colaboración con la institución educativa, se parte de las necesidades y competencias de las cuales surgen las propuestas de intervención.

Dentro de la planificación, los programas persiguen la obtención de los objetivos educativos del centro o del aula, que se basan en los planteamientos de la institución y de su proyecto curricular. Los recursos en la intervención por programas son todos los del centro educativo y su entorno inmediato como pueden ser el currículo, la metodología, los equipamientos, los distintos profesionales, etc.

Respecto al docente, un programa permite y favorece la cooperación, el intercambio y el trabajo en equipo, así como la mejora del mismo, puesto que cada uno de sus integrantes conocen y saben poner en práctica los programas de orientación, así mismo la evaluación en este tipo de intervención tiene una finalidad formativa, de mejora continua de los procesos y productos educativos por lo que favorece el desarrollo. El papel de los discentes es activo, en la mayor parte

de los casos conocen las necesidades y potencialidades de los beneficios y mejoras que su desarrollo implica, por lo que son parte activa en el mismo.

El tipo de intervención que suele ser más común es sobre déficits o necesidades inmediatas, por lo que puede ser una intervención preventiva, grupal, proactiva y/o intervención orientada al desarrollo. Así mismo, la intervención por programas, a través del trabajo en equipo y la reflexión sobre la propia práctica genera procesos de cambio e innovación en la propia institución educativa.

En la realización de este proceso de la orientación, el modelo de programas sigue una serie de fases, según las aportaciones de Bisquerra et al. (2005), en la primera fase se encuentra el análisis del contexto, por lo que antes de iniciar la acción orientadora se debe realizar un análisis del contexto hacia el que va a dirigirse el programa, es decir se lleva a cabo el análisis de las características del centro o lugar donde se piensa intervenir, en este caso un centro educativo, como lo es la estructura, organización, recursos, situación del profesorado, clima, cultura y las actitudes ante la orientación por parte de los usuarios y agentes del programa como pueden ser las expectativas, nivel de participación, organización y realización de la función tutorial, etc.

Así mismo, en la segunda fase se encuentra la identificación de necesidades del contexto que originarán la intervención, como tercera fase se encuentra la formulación de objetivos, es decir, de las necesidades o de aquellas competencias que se pretenden desarrollar. La cuarta fase es la planificación del programa en donde se trata de seleccionar, organizar y secuenciar los servicios, actividades y estrategias, que permitan lograr los objetivos.

Por otra parte, en la quinta fase que es la ejecución del programa se refiere a todas las actuaciones continuadas que pretenden desarrollar el proceso de puesta en práctica del mismo. Como sexta fase la evaluación del programa, siendo en esta parte donde se trata de valorar el

proceso y la eficacia de la acción orientadora y finalmente en la séptima fase costes de programa, siendo es última donde en ocasiones es necesario reorganizar los recursos humanos, los espacios, el mobiliario y el material.

El modelo de programas entre sus ventajas principales es que a través del mismo puede atenderse a un mayor número de personas, los resultados que se obtienen sirven de fundamento teórico para otras intervenciones, además, permite integrar a todos los actores del proceso educativo y la comunidad en general en momentos específicos del programa.

Cabe mencionar que toda entrevista permite llevar a cabo una comunicación, porque se basa en una relación interpersonal, con la finalidad de facilitar el crecimiento personal de la persona entrevistada. Actúa básicamente en dos niveles: el cognitivo y el emocional, por lo tanto, cuando estos dos se han tratado se produce en el sujeto una conducta diferente. Por lo tanto, para que una entrevista se desarrolle correctamente, se debe dar lugar a la buena actitud del orientador, en donde debe mostrarse como una persona receptiva, que tiene la capacidad para escuchar, con deseos de ayudar al sujeto y de poderlo asesorar en la comprensión de sí mismo y de su vida.

CAPÍTULO
III

TALLER “LA EXPRESIÓN DE EMOCIONES A TRAVES DE ACTIVIDADES LÚDICAS”

3.1 Nivel: primaria

La expresión de emociones es un tema muy importante que hoy en día dar una educación emocional a los niños, es ayudarlo a enfrentarse de la mejor manera posible a todos aquellos obstáculos que se le lleguen a presentar en algún momento determinado, lo cual implica no solo tener ciertos beneficios desde su infancia sino también a lo largo de su vida.

La presente investigación está enfocada en la Escuela Primaria “Manuel Pozos”, con clave de trabajo 21DPR0551L, ubicada dentro del municipio de Tételes de Ávila Castillo, Puebla, con un total de 5869 habitantes aproximadamente. El municipio cuenta con tres preescolares, cuatro primarias, una secundaria, un bachiller, y con una escuela Normal Rural.

La escuela primaria “Manuel Pozos” es una escuela pública, por lo tanto, al ser una institución, se encarga de transmitir los conocimientos y valores, es decir, formar a los alumnos a fin de que asuman roles que les permitan desenvolverse dentro de una sociedad determinada.

Sin embargo, cabe señalar que la escuela no solo se encarga de enseñar los procesos de enseñanza aprendizaje, sino también da la oportunidad de que los alumnos lleven a cabo su primera interacción no familiar a través de relaciones interpersonales. Y como bien mencionan Extremera, Fernández, Berrocal:

Es importante el papel del entorno escolar, que se configura como un espacio privilegiado de socialización emocional; el rol del profesor como educador emocional, puesto que se convierte en su referente más importante en cuanto a actitudes, comportamientos, sentimientos y emociones. (2004, p. 40)

Es por esta razón que dentro de esta propuesta se eligió el tercer grado de la escuela primaria “Manuel Pozos”, ya que es en donde se pretende lograr la expresión de emociones. El salón de clases cuenta con diferente mobiliario, teniendo un total de 35 sillas y un total de 17 mesas de trabajo para que se sienten en binas todos los alumnos, además tiene un pizarrón, y un escritorio que es utilizado por la maestra, dentro del salón se encuentra también material para los alumnos como son el abecedario, las tablas de multiplicar, los valores, entre otros más.

3.2 Población de estudio del problema

La propuesta de intervención como ya se mencionó, va dirigida al tercer grado, grupo “A”, el cual se encuentra conformado por un total de 35 alumnos, los cuales se encuentran en una edad aproximada de 8 a 9 años de edad siendo estos los sujetos de estudio que se consideraron en la propuesta de intervención, ya que los niños cuando asisten a la escuela presentan una serie de cambios en su personalidad.

Esto afecta en su desarrollo emocional, además, se desarrollan capacidades y habilidades que se presentan en una persona. Así mismo permite que el niño tenga relación con otros niños de su misma edad y por lo tanto que adquiriera ciertas responsabilidades, normas y reglas que no eran tan importantes para él.

Por lo anterior, es necesario señalar como son los niños a esta edad, ya que al encontrarse en una etapa como lo es la niñez, se presentan una serie de cambios biológicos, físicos, emocionales, psicológicos y sociales que les pueden provocar ciertas emociones ya sean positivas o negativas y que por lo tanto es importante conocer cuáles son sus intereses, gustos y sentimientos.

Dentro de la niñez, para varios especialistas, es la etapa del desarrollo humano más importante, ya que esta comienza de los seis a los doce años de edad, siendo la etapa en donde se

adquieren todas aquellas habilidades que pueden ser psicosociales y emocionales pero que son fundamentales y necesarias para llevar a cabo un desarrollo saludable.

Entre las características que se destacan en la niñez son el desarrollo de habilidades cognitivas, siendo aquí donde asocian todas aquellas ideas que les surgen, el reconocimiento de los colores, las formas y las estructuras, así mismo, se desarrolla la habilidad de la lectura, escritura y el pensamiento lógico.

El proceso del desarrollo cognitivo, influye en gran medida para que un niño tenga la capacidad de resolver a través del análisis, la lógica y razonablemente aquellos problemas escolares, familiares, sociales y personales que se le presenten, por lo tanto, es de suma importancia reconocer que las emociones juegan un papel tan importante dentro del desarrollo académico los alumnos, por lo tanto, estas emociones deben ser llevadas a cabo y desarrolladas para obtener un buen desempeño académico.

Dentro de lo que es la sociedad, es un periodo de mucha interacción, en donde se empiezan a formar los primeros vínculos fuera de la familia a través de la escuela y algunas otras actividades, permitiéndoles expresar sus emociones.

De acuerdo a lo anterior, la expresión emocional resulta por lo tanto algo que se debe trabajar en los niños, ya que si las emociones no son expresadas o no salen al exterior se pueden presentar problemas físicos y psicológicos, por lo tanto, al trabajar con actividades lúdicas se obtienen beneficios que les permiten expresar correctamente sus emociones.

Además, estas actividades les permiten darse cuenta a los alumnos que el estar dentro de la escuela, no significa que tiene que ser un lugar donde las actividades que se les presenten les generen tensión o estrés, sino todo lo contrario, ya que les ayuda a contribuir a sus capacidades con

actividades que les resulten interesantes y atractivas, además de hacerles notar que todo lo que realizan trae consigo un beneficio y por lo tanto emociones positivas. Es por esta razón que los alumnos al estar en una etapa de descubrimiento, es indispensable que tanto la familia como en la escuela se lleve a cabo una buena educación emocional.

3.3 Diseño de la estrategia de intervención

El taller a través de su sistema didáctico enfoca la relación de la teoría y la práctica para llevar a cabo la solución de problemas, por lo tanto, es necesario comprender los problemas que se están analizando, estudiando y evaluando, al aplicar un taller se debe comparar si los objetivos establecidos se cumplieron por lo que es necesario aplicar una evaluación.

La estrategia de intervención está dirigida al grupo de tercer grado grupo “A”, el cual cuenta con un total de 35 alumnos en donde se pretende como objetivo general promover actividades lúdicas en los alumnos de 8 a 9 años de edad de la escuela primaria “Manuel Pozos” a través de un taller para lograr la expresión de emociones, y al mismo tiempo se dan a conocer los objetivos específicos que se pretenden lograr en cada sesión, los cuales son lograr a través del taller de actividades lúdicas que los alumnos conozcan los beneficios de expresar sus emociones, brindar información a los alumnos a través del taller en cada una de las sesiones sobre la expresión de emociones y por ultimo fomentar a través de actividades lúdicas la expresión de emociones en cada uno de los alumnos.

El nombre que se le dio al taller fue “la expresión de emociones a través de actividades lúdicas” con una duración de tres semanas, en donde se pretende que las sesiones se apliquen los días lunes, miércoles y viernes de cada semana, de 9:00 am a 11:00 am, por lo que al llevar a cabo el taller es necesario realizar una evaluación, (Ver apéndice A).

El taller se dividió en un total de siete sesiones, en cada una de ellas fue necesario seguir un proceso, por lo que se establecieron tiempos, ya que cada sesión se desarrolló en un inicio, un desarrollo y un cierre con un determinado tiempo cada una, (Ver apéndice B).

Dentro de cada una de las sesiones se considera un objetivo, así como la duración de las sesiones, fases que favorecen la expresión de emociones, diferentes actividades que se dividen en un inicio, desarrollo, y cierre, considerando una gran variedad de actividades lúdicas, duración de las sesiones, recursos y materiales didácticos como lo fueron videos, colores, tijeras, pegamento, proyector, hojas de colores, lápiz, etc. y un apartado de evaluación.

En cada una de las sesiones se obtuvieron productos como memoramos, serpientes y escaleras de emociones, pescados de emociones, gusanitos de papel, y ruletas de emociones para finalmente llevar a cabo en la última sesión una feria de emociones en donde se deben presentar cada uno de los productos que se obtuvieron dentro del taller.

Es evidente que para que una persona pueda lograr expresar sus emociones, Eduardo Bartomeu menciona (2019) que se deben seguir las siguientes cinco fases, las cuales fueron retomadas al momento de realizar la planeación:

La primera fase se llama accede a tus emociones, en donde es necesario que se presenten emociones para el correcto funcionamiento del sistema nervioso ya sea la alegría, tristeza, enojo, etcétera. Por lo tanto, en la primera sesión se da inicio al taller con una dinámica titulada “yo soy” en donde se pretende que los alumnos se presenten y se conozcan un poco más entre ellos, así mismo al momento de estar dentro del taller en la primera sesión, al realizar preguntas detonadoras, jugar con el memorama, entre otras actividades más, es en donde se comienzan a presentar ciertas emociones en los alumnos.

Posteriormente en la segunda fase permítete sentir esas emociones, es en donde se pretende sentir a las emociones, es decir aceptarlas, y por lo tanto esto le permite a una persona tener la oportunidad de obtener más información sobre aquello que le sucede, y cuestionarse sobre porque le está sucediendo. Por lo tanto, en esta segunda sesión es en donde se utiliza esta fase ya que dentro de las actividades se pretende que realicen una dinámica titulada “mímica de las emociones” y bailen una canción titulada “muévete”, esto con la intención de que cada uno de los alumnos al realizar estas dinámicas les permita sentir ciertas emociones, así mismo también observarán un video con respecto a la importancia de expresar las emociones para posteriormente realizar un emociometro que les permitirá medir sus emociones.

En la tercera sesión de la misma forma se utiliza la segunda fase, ya que además de que se pretende que los alumnos sientan sus emociones, es importante que tengan la oportunidad de obtener información sobre lo que le sucede a otra persona, por lo tanto en esta sesión se lleva a cabo un espacio en donde los alumnos se integran en equipos para poder contestar de manera general unas preguntas con respecto a las emociones que han experimentado hasta el momento durante las sesiones, así como otras actividades lúdicas que les permiten seguir expresando sus emociones.

Para continuar, en la tercera fase titulada ponle nombre a ese sentimiento, se trata de que la persona describa sus emociones con palabras, por lo tanto, es en donde se le pone nombre a esa emoción, siendo este el primer paso para gestionarla. Por esta razón es que como producto de esta cuarta sesión realicen una actividad llamada “pescando emociones” sienta en esta parte de la sesión donde los alumnos elaborarán su propio pez con ayuda de un molde para posteriormente escribir alguna situación que les haga sentir un sentimiento y el nombre del sentimiento.

Como cuarta fase evalúa tu sentimiento se pretende cuestionar los pensamientos que se tienen, es decir, si son destructivos o irracionales. Por lo tanto, en esta sesión cinco de igual manera se llevarán a cabo actividades lúdicas que les permitan expresar emociones, siendo una de las actividades en donde realizarán una dinámica titulada “bazar de las emociones”, en donde se pretende que con esta actividad evalúen los sentimientos y emociones a través de unas preguntas.

Como última fase con el nombre de identifica lo que necesitas se trata de identificar las necesidades no satisfechas, es decir, las que aún no han sido expresadas, pero que se puede hacer algo para poder lograrlas. Es por esta razón que al llevar a cabo cada una de las sesiones, es necesario considerar las cinco fases antes mencionadas, ya que estas permiten que se logren expresar las emociones de cada uno de los alumnos y que no se queden reprimidas.

Por lo tanto, durante la sesión seis los alumnos en una hoja blanca de manera individual deberán escribir una emoción que aún les resulte difícil expresar y en la otra mitad una posible solución para poder trabajar en ella. Y posteriormente en la última sesión siete es en donde se pretende que realicen una feria de emociones con los productos realizados en cada una de las sesiones, sin embargo, en esta sesión se da un espacio de reflexión por parte del orientador hacia los alumnos, padres de familia y demás, sobre la importancia de expresar las emociones.

Al realizar cada una de las planeaciones fue necesario seleccionar diferentes actividades lúdicas, las cuales ayudaran al orientador para que los alumnos fortalezcan su expresión emocional y así mismo mejorar sus relaciones interpersonales tanto en la convivencia sana como pacífica, es por eso que se decidió aplicar una estrategia de intervención como lo es el taller, como medio para poder trabajar con los alumnos tomando a estos como el centro de atención y de una manera activa y participativa, pues se aprende haciendo e interactuando con los materiales y actividades que se les presentan.

3.4 Evaluación

Por lo anterior, es necesario definir a la evaluación, ya que en el ámbito educativo se define como “el proceso que permite obtener evidencias, elaborar juicios y brindar retroalimentación sobre los logros de aprendizaje de los alumnos a lo largo de su formación; por tanto, es parte constitutiva de la enseñanza y del aprendizaje”. (SEP 2011, pág. 31), por lo tanto, la evaluación forma parte del proceso de enseñanza-aprendizaje que se utiliza para detectar el progreso del alumno, por lo que la información obtenida deberá servir al profesor y al alumno para tomar decisiones.

La evaluación debe ser considerada como una transformación de la cultura escolar, es decir, pensar en el mejoramiento académico continuo, la reflexión y la autoevaluación, además de que la evaluación sirva para una mayor productividad y la efectividad del aprendizaje.

Es necesario mencionar que la evaluación en el ámbito educativo, permite saber en qué medida se está logrando un progreso en los aprendizajes de los alumnos, y no solo eso, sino que a partir de ese conocimiento se pueden tomar las medidas necesarias para mejorar la enseñanza aprendizaje dentro del aula. Cabe aclarar que “la evaluación favorece el seguimiento al desarrollo del aprendizaje de los alumnos como resultado de la experiencia, la enseñanza o la observación” (SEP, 2012, p. 23).

Por lo tanto, la evaluación se vuelve fundamental dentro de la planeación debido a que permite al orientador evaluar el desarrollo de habilidades de los alumnos dentro del taller, es por esta razón que para lograr evaluar se utilizan diferentes instrumentos en donde se plasman diferentes indicadores que son indispensables considerar durante el taller.

Así mismo, a lo largo de cada una de las sesiones el orientador podrá evaluar el proceso sobre si logran expresar sus emociones y el desarrollo de las mismas. Uno de los instrumentos que se utiliza es el diario de clase, (Ver apéndice C), ya que este permite promover la autoevaluación de los alumnos e identificar los logros y las dificultades de todos los alumnos a lo largo de cada una de las siete sesiones del taller.

Es pertinente utilizar diferentes listas de cotejo, ya que además de evaluar, permiten identificar si se están logrando los diferentes indicadores tanto de las actividades lúdicas como de la expresión de emociones. Una de las listas de cotejo que se utiliza es sobre las actividades lúdicas, (ver apéndice D) y otra sobre la expresión de emociones, (ver apéndice E).

Por último, para evaluar el proceso de los alumnos dentro del taller es necesario utilizar la rúbrica con diferentes criterios, (ver apéndice F) puesto que permite ubicar el grado de desarrollo de las actitudes, habilidades, entre otros aspectos más en una escala determinada y verificar si los objetivos específicos se han logrado de manera favorable durante cada una de las sesiones.



CONCLUSIONES

CONCLUSIONES

En conclusión, el proyecto de intervención e innovación de esta investigación permite conocer el por qué la expresión de las emociones es un problema que debe ser atendido a temprana edad, con la intención de formar alumnos sanos y así lograr un desarrollo pleno en el mimo, influyendo sobre la forma de pensar y actuar.

La escuela es el medio en donde se puede intervenir para atender este tipo de problemas, por lo tanto, es necesario que el docente le brinde la importancia suficiente a la expresión de emociones, ya que si un alumno no expresa sus emociones puede generar problemas en su salud, por lo tanto, se vuelve muy importante elaborar estrategias didácticas atendiendo esta situación y de esta manera no repriman sus emociones.

El taller se volvió indispensable al momento de realizar la propuesta de intervención, en donde se retomaron diferentes actividades lúdicas que atienden la expresión de emociones de los alumnos. Ya que en él se encuentran actividades en donde pueden dar a conocer sus emociones, sentimientos, ideas y diferentes situaciones que les permiten expresarse en cada una de las sesiones.

El impacto que tienen las actividades lúdicas sobre la expresión de emociones y los resultados que se obtienen son muy favorables, por lo tanto, esta estrategia es de gran utilidad en la educación primaria si se quiere lograr un verdadero cambio. Además, son muy interesantes para los estudiantes y por lo tanto no solo aprenden a expresar sus emociones, sino también se muestran más interesados por aprender y por realizar las actividades de cada una de las sesiones, siendo esta la razón por la que se utilizó al momento de realizar la propuesta.

Es necesario brindarle al alumno las herramientas necesarias para que logre expresar sus emociones, para que pueda desenvolverse y se relacione con sus compañeros o personas que lo

rodean, ya que debe saber cómo enfrentar este tipo de situaciones en su vida cotidiana. Cabe mencionar que muchas veces los niños no muestran sus emociones, debido a que tenemos la capacidad de disimular lo que sentimos. Es aquí en donde las actividades lúdicas juegan un papel muy importante, ya que dan paso a que los alumnos puedan dar a conocer sus emociones e incluso que cambie su estado emocional.

La expresión de emociones es indispensable en la vida del ser humano, puesto que le permite entenderse a sí mismo, a mantener buenas relaciones sociales con los demás, motivarlo para alcanzar objetivos, evitar situaciones que sean dañinas para él, entre otras cosas más, es por esta razón que fue necesario realizar esta investigación, en donde se dan a conocer diferentes situaciones o factores que se ven involucradas para mejorar la expresión de emociones en los alumnos.

Cabe mencionar que los alumnos deben tener la capacidad de relacionarse de forma asertiva, no solo con sus compañeros, sino con la sociedad en general. Cuando un alumno se puede expresar correctamente se pueden evitar una gran cantidad de conflictos, como por ejemplo discusiones, y a consecuencia el aula y contexto social se crea un ambiente positivo.

Además, es indispensable que tanto padres de familia como docentes muestren el interés necesario para que los niños no tengan miedo a expresar lo que siente o por lo que pasan en un momento determinado e informarlos sobre los beneficios de expresarlas debido a que estas siempre estarán presentes desde el nacimiento de una persona y a lo largo de la vida de una persona.

Por último, es importante hacer énfasis en la atención que deben recibir los alumnos en lo que nos quieren dar a conocer, interpretar o expresar, debido a que muchas veces quieren ser escuchados y debemos prestarles esa atención que ellos necesitan, debido a que, de no hacerlo, lo

niños reprimen cada una de sus emociones y surgen consecuencias no solamente a corto plazo, sino también a largo plazo. Al mismo tiempo es importante identificar cuáles son las emociones que experimentan los niños, debido a que a partir de ellas se pueden identificar otras situaciones más que deben ser atendidas.

Referencias bibliográficas

- Ander-Egg, E. (1991). El taller, una alternativa para la renovación pedagógica. Argentina: Magisterio del Río de la Plata.
- Bisquerra, R. (2001). Educación Emocional y Bienestar. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 2003, Vol. 21, n. ° 1.
- Caballero. (2009). Orientación educativa: fundamentos teóricos, modelos institucionales y nuevas perspectivas. En A. P. Laguna. España: Secretaría general técnica.
- Cassá, E. L. (2012). La Educación Emocional en la Escuela. México: Alfaomega.
- Chias, M. y Zurita, J. (2009). Emocionalmente con los niños: el arte de acompañar a los niños en su emoción.
- Clares, L. (2009). Expresión y comunicación emocional. Prevención de dificultades socio educativas.
- Extremera, N., Fernández, B. (2004). La inteligencia emocional: Métodos de evaluación en el aula. *Revista Iberoamericana de Educación*.
- Fernández, B. (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado. Evidencias empíricas REDIE. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*. Universidad Autónoma de Baja California.
- Fernández, R. (2013). La inteligencia emocional. *Revista de clases historia*. Publicación digital de Historia y Ciencias Sociales.
- Flores, A. (2013). La conformación del campo de la Orientación Educativa. *Revista Mexicana de Orientación Educativa*.

Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairos.

Lazarus, R. (1999). *Estrés y Emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud*. España. Desclée de Brouwer, S.A.

Maurice J., Elías M. (1999). *Educación con inteligencia emocional. Cómo conseguir que nuestros hijos sean sociables, felices y responsables*, editorial. Nueva York, Estados Unidos: Plaza y Janés editores S.A.

Montané, J., Martínez, M. (1994). *La orientación escolar en la educación secundaria: Una nueva perspectiva desde la educación para la carrera profesional*. Barcelona: PPU.

Papalia, D., Wendkos, S. & Duskin, R. (2005). *Desarrollo Humano*. 9 ed. México: McGRAW-HIL.

Psicopedagógica. *Educación Permanente*. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia.

Quezada, L., Exposito, M., Gesa, G. y Valdez, L. (2010). *Preparación y ejecución de los talleres de capacitación. Una guía práctica*.

Repetto, T. (2002). *Orientación Educativa e Intervención*.

Rodríguez Espinar, S., Álvarez, M., Echevarría, B., y Marín, M. A. (1993). *Teoría y práctica de la orientación educativa*. Barcelona: PPU.

Rodríguez Salazar, T. (2008). *El valor de las emociones para el análisis cultural*. Papers: Revista de Sociología.

SEP. (2012). El enfoque formativo de la evaluación, serie: herramientas para la evaluación en educación básica. D. R. © Secretaría de Educación Pública, Argentina 28, Centro, 06020, Cuauhtémoc, México, D.F.

Serrada, M. (2007), Integración de actividades lúdicas en la atención educativa del niño. Redalyc, Sistema de Información Científica.

Tobón M. (2010). Formación integral y competencia, Pensamiento Complejo, diseño curricular y didáctica. ECOE. Bogotá Colombia.

Vera, E. (2018), Factores que aportan las actividades lúdicas en los contextos educativos. Revista cognosis. Revista de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación.

ANEXOS

Anexo 1

Emociones



Una emoción es un estado afectivo que experimentamos, una reacción subjetiva al ambiente que viene acompañada de cambios orgánicos (fisiológicos y endocrinos) de origen innato, influidos por la experiencia.

Todas las emociones tienen una **función adaptativa**

Emoción Normal

- Adaptativa y útil para resolver problemas vida, controlable y lógica que aunque puede ser incómoda, no implica sufrimiento grave.
- Nos mantiene alerta y permite centrarnos en el problema.



Emoción perjudicial

- Inútil, excesiva, inapropiada, no sirve para adaptarse y por el contrario, dificulta el rendimiento.
- Nos sobrepasa y dificulta la solución de problemas.

Funciones de las emociones

Es una alarma interna que se despierta cuando se interpreta que una amenaza supera los propios recursos.



Esta emoción produce una expansión en todo el organismo y reduce las preocupaciones y el malestar.



Aísla y encierra a la persona en sí misma para que pueda digerir las situaciones dolorosas que ha vivido.



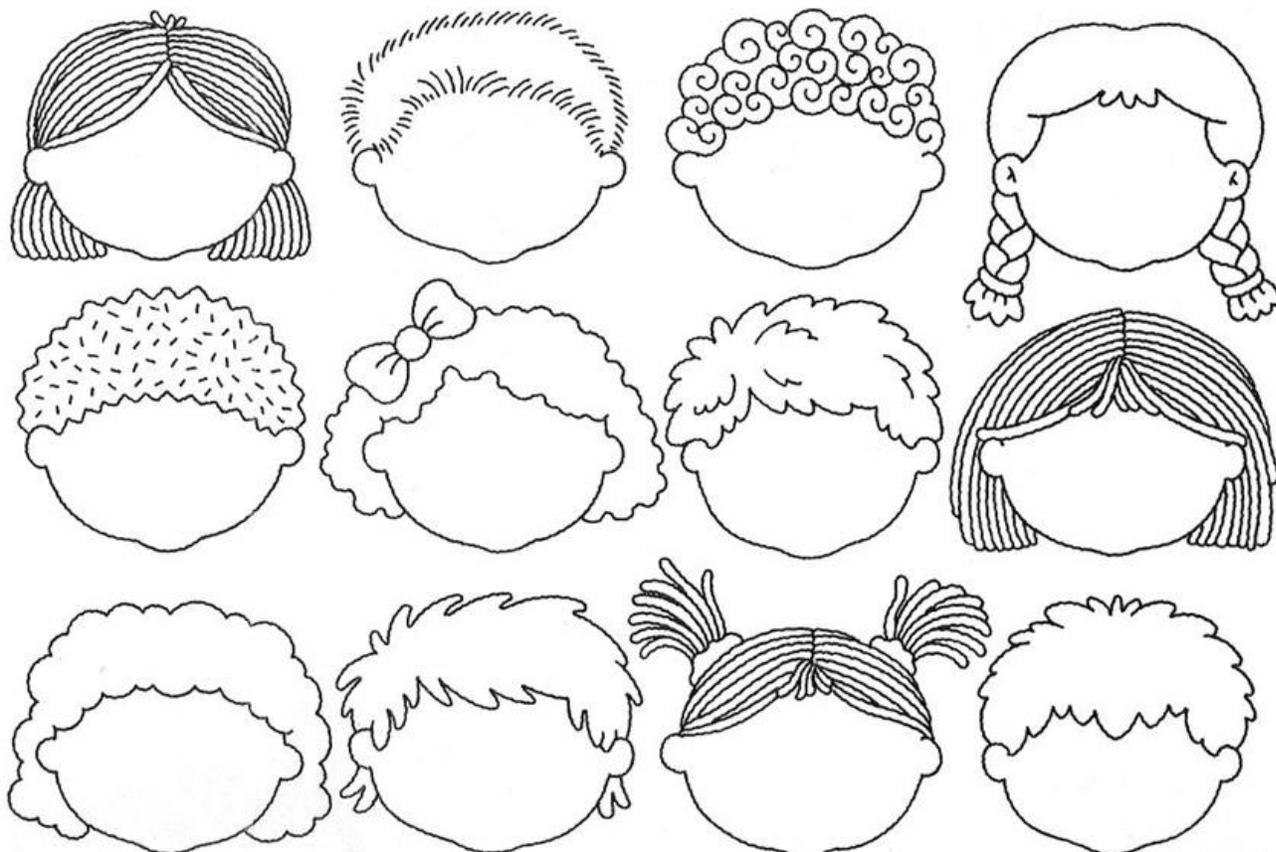
Notar o estar demasiado cerca de un objeto desagradable



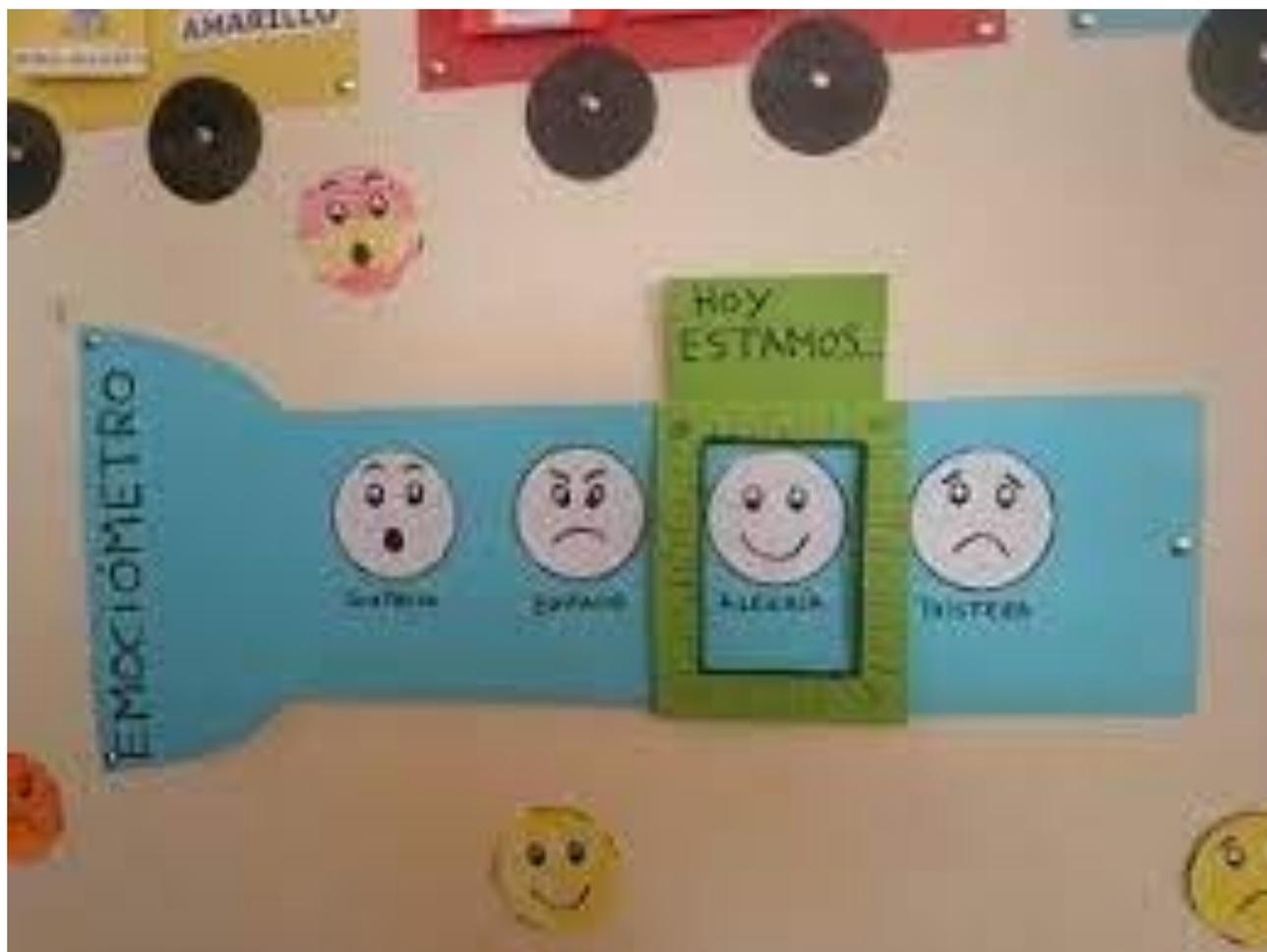
Indica que se ha producido una frustración. Cuando se expresa de manera positiva, permite autoafirmarse.



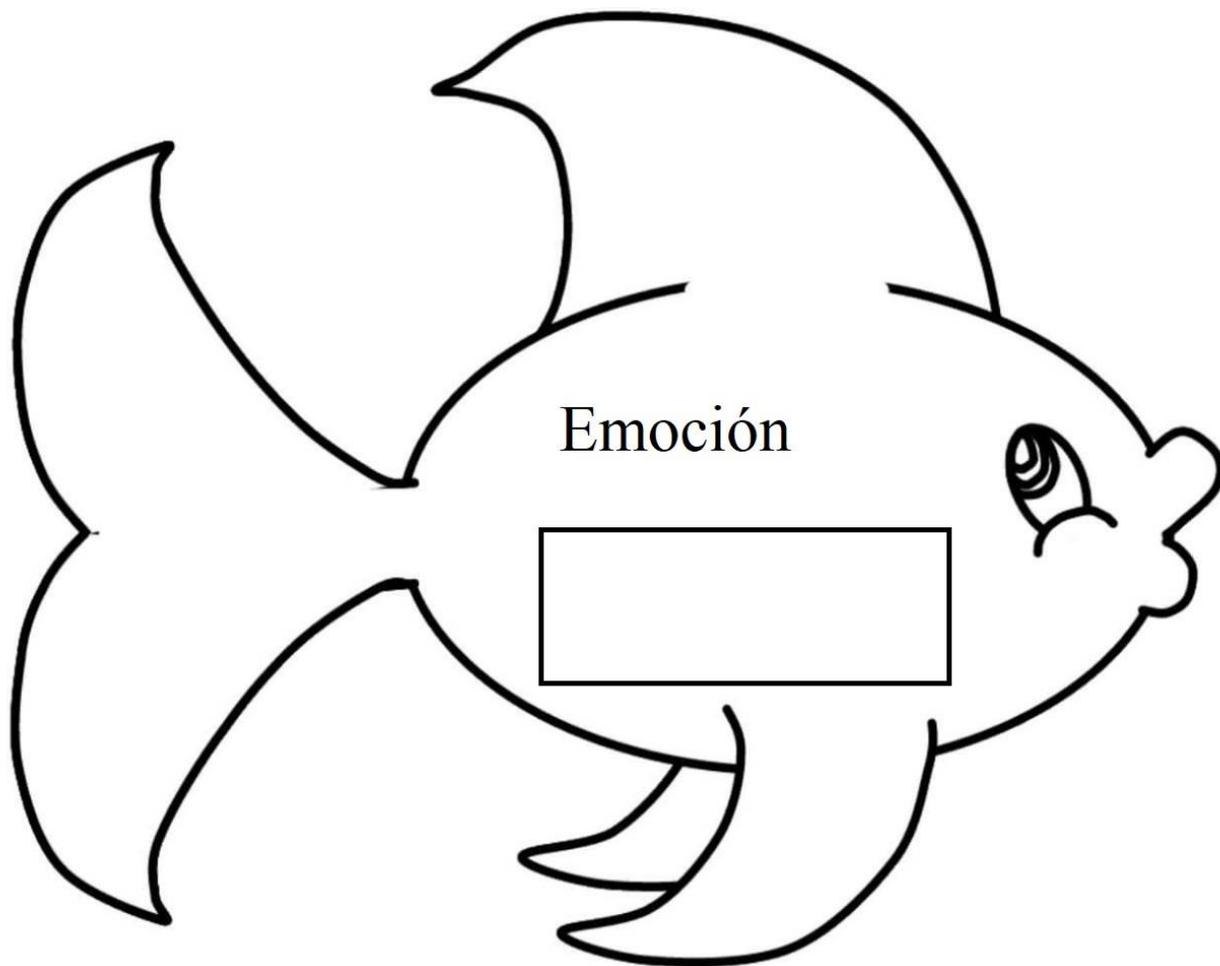
Anexo 2



Anexo 3



Anexo 5



Anexo 6

TARJETAS DE EMOCIONES

AVERGONZADO

TRISTE

ALEGRE

SORPRENDIDO

ENFADADO

ASUSTADO

Anexo 7





APÉNDICES

Apéndice A

Cronograma del taller

Fases	Sesiones	Horarios
Fase 1 Accede a tus emociones	Sesión 1	Lunes de 9:00 am a 11:00 am
Fase 2 Permítete sentir esas emociones	Sesión 2	Miércoles 9:00 am a 11:00 am
Fase 2 Permítete sentir esas emociones	Sesión 3	Viernes 9:00 am a 11:00 am
Fase 3 Ponle nombre a ese sentimiento	Sesión 4	Lunes 9:00 am a 11:00 am
Fase 4 Evalúa tu sentimiento	Sesión 5	Miércoles 9:00 am a 11:00 am
Fase 5 Identifica lo que necesitas	Sesión 6	Viernes 9:00 am a 11:00 am
Fase 5 Identifica lo que necesitas	Sesión 7	Lunes 9:00 am a 11:00 am

Apéndice B



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
ESCUELA PRIMARIA URBANA FEDERAL "MANUEL POZOS"
3ER GRADO, GRUPO: A
C. C. T: 21DPR0551L
PLANEACION



Taller:						
La expresión de emociones a través de actividades lúdicas						
Sesión 1	Objetivo de la sesión Brindar información sobre las emociones, así como identificar los conocimientos previos de las niñas y los niños sobre la expresión de emociones.				Duración: 7 sesiones	
Fase 1 Accede a tus emociones	Actividades	Duración de la sesión	Recursos y Materiales didácticos	Producto de la sesión	Evaluación	
9:00 a 9:20	<p>Inicio (40 minutos)</p> <p>Se da inicio al taller con una actividad de integración titulada "yo soy" en donde los participantes formaran un círculo y posteriormente un voluntario comience con la frase "mi nombre es y mis gustos son", para lo cual deberá decir su nombre y cuáles son sus gustos, esto con la intención de que cada uno se presente y se conozcan un poco más. Esta actividad termina cuando cada uno de los alumnos haya participado.</p>	2 horas	Pelota pequeña	Memorama	<p>Diario de clase</p> <p>Lista de cotejo</p>	
9:21 a 9:40	<p>Posteriormente se les pedirá que pasen a su lugar a sentarse, para que se puedan llevar a cabo y comentar las siguientes preguntas detonadoras a través de una dinámica titulada la papa caliente.</p> <p>¿Qué sabes de las emociones? ¿Qué son las emociones para ti? ¿Qué emociones conoces?</p> <p>¿Cuáles emociones consideras que son las más importantes?</p> <p>¿Crees que es importante expresar las emociones?</p> <p>¿Por qué crees que es importante expresarlas?</p>					



9:41 a 9:55	<p>Desarrollo (60 minutos)</p> <p>Para continuar, se les compartirá una infografía (ver anexo 1), sobre ¿qué son las emociones? y se les presentará un video titulado "las emociones para niños", una vez que hayan visto el video, se realizara una lluvia de ideas en donde los alumnos podrán comentar lo que aprendieron del video. Además de que se llevara a cabo una pequeña retroalimentación por parte del maestro sobre qué son las emociones y cuales son.</p>		<p>Infografía Proyector Computadora Bocinas https://www.youtube.com/watch?v=fYpJZpWtLXs&t=33 3</p>		
9:56 a 10:40	<p>Para continuar se les pedirá a los alumnos que formen equipos de siete integrantes. Una vez que los equipos estén conformados, se les entregarán dos planillas con caritas en blanco a cada equipo (ver anexo 2), y a continuación se les explicara que con ellas realicen un memorama, por lo que deberán dibujar pares de caritas iguales sobre emociones para posteriormente colorearlas y recortarlas.</p>		<p>Planillas de caritas Colores Tijeras Lápiz</p>		
10:41 a 10:50	<p>Cierre (20 minutos)</p> <p>Se le pedirá a cada uno de los equipos que intercambien sus memoramas, y posteriormente jueguen con él. Además, se les mencionara que con las actividades que vayan realizando se llevara a cabo una feria de las emociones, en donde se presentaran las actividades que realizaron durante el taller.</p>		<p>Memoramas</p>		



SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
ESCUELA PRIMARIA URBANA FEDERAL "MANUEL POZOS"



3ER GRADO, GRUPO: A

C. C. T: 21DPR0551L

PLANEACION

10:51 a 11:00	Para finalizar, comentaran por equipos como se sintieron al realizar la actividad, al jugar y al trabajar en equipo.				
---------------	--	--	--	--	--



Taller:
La expresión de emociones a través de actividades lúdicas

Sesión 2	Objetivo de la sesión: Que los alumnos expresen sus emociones a través de algunas actividades lúdicas.			Duración: 7 sesiones	
Fase 2 Permitete sentir esas emociones	Actividades	Duración de la sesión	Recursos y Materiales didácticos	Producto de la sesión	Evaluación
9:00 a 9:20	<p>Inicio (35 minutos)</p> <p>Se da inicio al taller con una dinámica titulada "mímica de las emociones", para esta dinámica se les pedirá a los alumnos que vayan a la cancha y formen un círculo grande. Después se le repartirá a cada uno de ellos una tarjeta en la que aparece escrita una emoción (ver apéndice G), por lo que no deberán mostrarla hacia los demás, posteriormente se dará la indicación que de manera voluntaria expresen con gestos en el rostro y movimientos del cuerpo la emoción que les toco, y los demás alumnos deberán adivinar de que emoción se trata.</p>	2 horas	Tarjetas de emociones	Emociometro	Diario de clase Lista de cotejo
9:21 a 9:25	Para continuar se pondrá la siguiente canción titulada "muévete" y los alumnos seguirán el ritmo de la canción.		Bocina Cehular https://www.youtube.com/watch?v=YzEO5rq2ZsM		
9:25 a 9:35	Después de terminar de bailar, se les proporcionaran dos hojas blancas en donde en una hoja realizaran un dibujo de como se sintieron al llevar a cabo la dinámica de "mímica de las emociones" y en la otra hoja escribirán y dibujaran las		Hojas blancas Colores Lápiz		



9:36 a 9:45	<p>emociones que se les presentaron al bailar la canción.</p> <p>Desarrollo (35 minutos)</p> <p>Para continuar se les presenta un video titulado "Importancia de Expresar las Emociones" el cual tiene una duración de dos minutos, en donde se explica de manera breve la importancia de porque deben expresar sus emociones. Una vez concluido el video, se llevará a cabo una pequeña retroalimentación.</p>		<p>https://www.youtube.com/watch?v=HfISQcmPgmY</p> <p>Bocinas Computadora Proyector</p>		
9:46 a 10:20	<p>Después se le repartirá a cada uno de los alumnos distintos materiales como hojas de colores, papel lustre, papel crepe, Resistol, etc., para que realicen un emociometro, por lo que se les darán las indicaciones de cómo realizarlo, además se les mostrara un ejemplo del mismo, (ver anexo 3). Esto es con la intención de que identifiquen sus emociones y puedan medir con que intensidad se está presentando.</p>		<p>Hojas de colores Papel lustre Papel crepe Resistol Tijeras Marcadores Colores</p>		
10:21 a 10:30	<p>Una vez que hayan concluido el emociometro, en parejas lo intercambiaran para poder observar el del otro compañero.</p>		<p>Emociometros</p>		



<p>10:31 a 10:45</p>	<p>Cierre (30 minutos)</p> <p>Después se realizará una tabla en el pizarrón que tiene algunas emociones básicas y de manera voluntaria pasarán cinco alumnos que hayan colocado en su emociometro alguna de estas, en donde escribirán por qué la consideraron en su actividad.</p>		<p>Pizarrón Marcador</p>		
<p>10:46 a 11:00</p>	<p>Para finalizar se proyectará un cuento titulado "cuento de la tortuguita" en donde los alumnos deberán prestar atención para poder responder las siguientes dos preguntas: ¿Cómo se siente la tortuguita cuando está dentro de su caparazón? ¿Qué puedes hacer cuando estés tú dentro de tu caparazón?</p>		<p>Proyector Computadora Bocinas</p>		



Taller:
La expresión de emociones a través de actividades lúdicas

Sesión 3	Objetivo de la sesión: Conocer cuales emociones son las que han experimentado con más frecuencia hasta momento los alumnos dentro del taller.			Duración: 7 sesiones	
Fase 2 Permitete sentir esas emociones	Actividades	Duración de la sesión	Recursos y Materiales didácticos	Producto de la sesión	Evaluación
9:00 a 9:30	<p>Inicio (30 minutos)</p> <p>Para dar inicio a la sesión, se les pedirá que recuerden lo que hicieron en la sesión anterior a través de una actividad en la cual deberán integrarse en equipos de siete personas. Posteriormente se le entregara a cada equipo un papel bond, en donde escribirán en la mitad del papel, las siguientes preguntas con sus respectivas respuestas.</p> <p>¿Qué he aprendido sobre las emociones? ¿Cuáles emociones he expresado hasta el momento? ¿Por qué es importante que las exprese?</p>	2 horas	Papel bond Marcadores Lápiz	Serpientes y escaleras de emociones	Diario de clase Lista de cotejo
9:31 a 9:45	<p>En la otra mitad del papel bond, realizan un dibujo sobre las emociones que han tenido durante las sesiones anteriores y hasta el momento. Después deberán colorearlo.</p>		Papel bond Lápiz Colores		



9:45 a 10:30	<p>Desarrollo (60 minutos)</p> <p>Para continuar con la sesión, se pedirá a los alumnos que pasen por equipo a explicar al grupo, la actividad que realizaron (preguntas y dibujo). Esto con la intención de conocer cómo se han sentido hasta el momento los alumnos.</p>		Papel bond		
10:31 a 10:40	<p>Después se les preguntara si conocen el juego de serpientes y escaleras, y así como están integrados por equipos realizaran uno. Para esta actividad se les proporcionara una planilla de serpientes y escaleras, y en las casillas deberán dibujar las emociones como pueden ser el miedo, enojo, alegría, etc. (ver anexo 4).</p> <p>En un papel cascaron pegaran la planilla una vez que hayan terminado de dibujar y pintar las emociones.</p>		Planilla de serpientes y escaleras Lápiz Colores Resistol		
10:40 a 11:00	<p>Cierre (30 minutos)</p> <p>Al terminar la actividad un representante de cada equipo pasara a mostrar el trabajo realizado hacia sus demás compañeros, por lo que los demás alumnos deberán formar un círculo para que lo puedan observar.</p> <p>Por último, por equipo jugaran el juego que realizaron de serpientes y escaleras.</p>		Juego de serpientes y escaleras		



Taller:
La expresión de emociones a través de actividades lúdicas

Sesión 4	Objetivo de la sesión: Que los alumnos describan el sentimiento que experimentaron al realizar una actividad lúdica.			Duración: 7 sesiones	
Fase 3 Ponle nombre a ese sentimiento	Actividades	Duración de la sesión:	Recursos y Materiales didácticos	Producto de la sesión	Evaluación
9:00 a 9:20	<p>Inicio (30 minutos) Se dará inicio a la sesión con una actividad llamada "ejercitándonos", en donde se pretende que los niños se relajen y experimenten algunas emociones. Se les preguntará si alguna vez han sentido nervios, enojo y comentaran el motivo o que los hace sentirse de esa manera.</p> <p>Se les pedirá a los niños y niñas que se pongan de pie para formar un círculo. Una vez que estén preparados se dirán las palabras "flojos" y "tiesos", con la primera palabra se van a dejar caer de la cintura para arriba como si no tuvieran huesos y que las manos toquen los pies. Cuando se diga la palabra tiesos deberán ponerse de pie tan rígidos como puedan aproximadamente durante 10 a 15 segundos. Esta actividad se repetirá tres veces.</p> <p>Después se les pedirá que inhalen aire imaginándose que ellos son un globo. Para después exhalar lentamente imaginándose que tienen que liberar el aire que habían inhalado.</p>	2 horas		Pescando emociones	Diario de clase Lista de cotejo
9:20 a 9:30	Para finalizar la actividad van a conversar sobre ¿cómo se sintieron haciendo los ejercicios?, ¿qué fue lo que más les gusto? ¿qué fue lo que menos les gusto? ¿qué emociones experimentaron?				



<p>9:31 a 10:10</p>	<p>Desarrollo (60 minutos)</p> <p>Para continuar los alumnos elaboraran la actividad llamada "Pescando emociones". Se les proporcionara un molde de manera individual para que hagan su pez en una hoja blanca y así ellos la puedan pintar y decorar a su gusto, (ver anexo 5). En el pez escribirán alguna situación que les haga sentir un sentimiento y el nombre del sentimiento.</p>		<p>Moldes de peces Colores Lápiz</p>		
<p>10:11 a 10:40</p>	<p>Después elaboraran su caña de pescar con un palito de madera, hilo y un gancho que será elaborado con cartón, posteriormente pegaran en la boquita de su pez un plástico en forma de curva para que lo puedan pescar.</p> <p>Al mismo tiempo se dividirá el grupo en subgrupos y se les explica que se realizará una pesca, el grupo que más pesque será el ganador. Cada grupo elegirá un representante que será el encargado de realizar la pesca.</p>		<p>Palos de madera Hilo Cartón Plástico Tijeras</p>		
<p>10:41 a 11:00</p>	<p>Cierre (40 minutos)</p> <p>Para finalizar, se necesitarán los peces previamente elaborados colocándolos en el suelo para comenzar a jugar, y al terminar responderán las siguientes preguntas en una hoja blanca de manera individual.</p> <p>¿Cómo te sentiste al jugar con tus compañeros? ¿Qué emociones notaste que expresaron? ¿Qué aprendiste hoy?</p>		<p>Hojas blancas Lápiz</p>		



Taller:
La expresión de emociones a través de actividades lúdicas

Sesión 5	Objetivo de la sesión: Lograr que el alumno reflexione sobre cuales son los sentimientos que ha experimentado.			Duración: 7 sesiones	
Fase 4 Evalúa tu sentimiento	Actividades	Duración de la sesión	Recursos y Materiales didácticos	Producto de la sesión	Evaluación
9:00 a 9:10	<p>Inicio (40 minutos)</p> <p>Para dar inicio a la sesión, se le repartirá a cada uno de los alumnos un dulce, posteriormente se les solicita que formen un círculo con sus sillas para llevar a cabo la siguiente actividad titulada "bazar de las emociones" en donde se pretende que los alumnos aprendan a identificar y expresar algunas de las emociones más básicas.</p>	2 horas	Dulces Sillas	Gusanito de papel	Diario de clase
9:11 a 9:40	<p>La actividad consiste en que el docente coloca en el centro del círculo en una mesa tarjetas con emociones boca abajo, (ver anexo 6). Después un alumno pasara a tomar una tarjeta y deberá decir a los demás que emoción recogió y explicar una situación que le haya ocurrido con esa emoción ya sea dentro de la escuela o fuera de ella y así sucesivamente los demás alumnos repetirán esta actividad.</p> <p>Es importante que durante la realización de esta actividad haya el silencio y respeto hacia lo que</p>		Tarjetas de emociones Música Bocina Celular		Lista de cotejo



9:41 a 9:50	<p>cuentan los compañeros. Por lo que, para crear un buen clima en el aula, se pondrá música relajante mientras transcurre la dinámica.</p> <p>Desarrollo (40 minutos)</p> <p>Después, se les proporcionará una hoja con las siguientes preguntas, (ver apéndice H):</p> <p>¿Ha sido difícil contar tu situación de la emoción elegida?</p> <p>¿Ha habido alguna emoción que se haya repetido y que se haya contado de manera positiva y negativa?</p> <p>¿Cuándo un compañero ha dicho en voz alta su emoción, te has acordado de una situación tuya o de algún familiar, amigo o conocido?</p>		Hoja con preguntas Lápiz		
9:51 a 10:20	<p>Para continuar, los alumnos realizarán un juego llamado "una carrera divertida". Para este juego los alumnos deberán realizar un gusanito de papel y con la ayuda de un popote el gusanito podrá avanzar.</p> <p>Se les repartirá hojas blancas, y posteriormente se les mostrará un ejemplo de cómo pueden realizarlo, después lo deberán pintar de acuerdo a un color que represente para ellos una emoción, por ejemplo: rosa: alegre, amarillo: emocionado, rojo: enojado, etc.</p>		Popote Hojas blancas Colores Tijeras Resistol Marcadores		



10:21 a 10:45	<p>Cierre (40 minutos)</p> <p>Una vez que lo hayan terminado saldrán al patio para dar inicio al juego, en donde por parejas deberán jugar, el gusanito debe llegar a la meta de las emociones, quien pierda explicara porque pinto de ese color su gusanito.</p>		Gusanito de papel		
10:46 a 11:00	<p>En una hoja blanca escribe lo que piensas sobre las actividades que has realizado durante este taller y al mismo tiempo en la parte de abajo realiza un dibujo sobre cómo te sientes actualmente.</p> <p>De tarea se les pedirá que realicen un cartel acompañándolo con un dibujo o recorte relacionado con las emociones, en donde se invite a la comunidad estudiantil a la feria de las emociones.</p>				



Taller:
La expresión de emociones a través de actividades lúdicas

Sesión 6	Objetivo de la sesión: Que el alumno identifique soluciones ante las emociones que aún no logra expresar.			Duración: 7 sesiones	
Fase 5 Identifica lo que necesitas	Actividades	Duración de la sesión	Recursos y Materiales didácticos	Producto de la sesión	Evaluación
9:00 a 9:15	<p>Inicio (15 minutos) Se da inicio a la sesión, con una dinámica, la cual consiste en que los alumnos saldrán a la cancha y se distribuirán por todo el espacio, mientras se pone música. Cuando la música pare, se dirá un número al azar, por lo que los alumnos deberán agruparse de acuerdo al número que se mencionó.</p> <p>En la última ronda los alumnos deberán agruparse en equipos de doce integrantes y los que falten deberán formar otro equipo.</p>	2 horas	Bocina Teléfono	Ruleta de las emociones	Diario de clase Lista de cotejo
9:16 a 10:15	<p>Desarrollo (60 minutos) Después se les pedirá que pasen al salón de clases y se queden integrados para poder realizar una ruleta de emociones.</p> <p>Se le repartirá a cada equipo una hoja con ocho caritas de emociones, para lo cual deberán de recortar y pintar. Posteriormente se le proporcionará a cada equipo papel cascarón y se les darán las indicaciones y los pasos a seguir</p>		Hoja de caritas Colores Tijeras Papel cascarón		



10:16 a 10:20	<p>para poder terminar de realizar la ruleta de las emociones.</p> <p>Se llevará a cabo una pausa activa titulada "mejora tu atención coordinación ritmo y opuestos", se proyectará un video en donde los alumnos al ritmo de la música realizaran los ejercicios que se les solicitan.</p>		<p>Computadora Bocinas Proyector https://www.youtube.com/watch?v=urFQR_8z8IE</p>		
10:21 a 10:45	<p>Cierre (40 minutos) Para finalizar, en la mitad de una hoja blanca, cada alumno de manera individual deberá escribir una emoción que aún le resulte difícil expresar y en la otra mitad una posible solución para poder trabajar en ella.</p>		<p>Hoja blanca Lápiz</p>		
10:45 a 11:00	<p>Posteriormente se dará un tiempo de quince minutos más, para que terminen de realizar cada equipo la ruleta de las emociones. En una hoja blanca individualmente responderán las siguientes preguntas:</p> <p>¿Cómo te has sentido al trabajar con tus demás compañeros? ¿Consideras que la actitud de tus compañeros es positiva? ¿Crees que la actividad de la ruleta te ha producido emociones? ¿Cómo cuáles?</p> <p>Se les dará la indicación de traer en la siguiente sesión algún adorno o material que sirva para decorar la feria de las emociones. Y posteriormente se les pedirá que peguen su cartel que se les dejó de tarea, en diferentes puntos de la escuela.</p>		<p>Hoja blanca Lápiz</p> <p>Cartel</p>		



SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
ESCUELA PRIMARIA URBANA FEDERAL "MANUEL POZOS"
3ER GRADO, GRUPO: A
C. C. T: 21DPR0551L
PLANEACION



	<p>También se invitará a los padres de familia a que asistan a la siguiente sesión.</p>				
--	---	--	--	--	--



Taller:
La expresión de emociones a través de actividades lúdicas

Sesión 7	Objetivo de la sesión: Que el alumno exprese sus emociones en "la feria de las emociones" con sus compañeros de clase, docente y padres de familia.			Duración: 7 sesiones	
Fase 5 Identifica lo que necesitas	Actividades	Duración de la sesión	Recursos y Materiales didácticos	Producto de la sesión	Evaluación
9:00 a 9:30	<p>Inicio (30 minutos) Para dar inicio, se empezará por explicar a los alumnos que dentro del salón de clases se van a crear diferentes áreas de acuerdo a las actividades que fueron realizando durante las sesiones como son: memoramas, emociometros, serpientes y escaleras, pescando emociones, los gusanitos de papel y la ruleta de las emociones, por lo que dichas actividades serán colocadas en las mesas.</p>	2 horas	<p>Mesas Memoramas Emociometros Serpientes y escaleras Pescando emociones Gusanitos de papel La ruleta de las emociones.</p>	Feria de las emociones	Diario de clase
9:31 a 10:00	<p>Desarrollo (30 minutos) Posteriormente se da paso a decorar con los adornos que se les solicitó en la sesión anterior, para la presentación de la feria de emociones.</p>		Adornos		Rubrica
10:01 a 10:15	<p>Cierre (60 minutos) Para finalizar los alumnos por equipos presentaran las actividades que realizaron durante el taller a los demás alumnos, maestros y padres de familia, explicando como fue elaborada cada una de las actividades.</p>				



10:16 a 10:30	<p>Después se llevará a cabo una pequeña reflexión por parte del docente sobre la importancia de expresar las emociones y de manera individual cada uno de los alumnos comentara como fue su experiencia y que fue lo que aprendió durante el taller.</p>				
10:31 a 11:00	<p>Los presentes en el taller podrán observar y jugar con los juegos que se les presentaron como son los memoramas, emociometros, serpientes y escaleras, pescando emociones, los gusanitos de papel y la ruleta de las emociones.</p>				
Producto final				Evaluación final	
La feria de las emociones				Rubrica	

Apéndice C



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD 212

TEZIUTLÁN, PUE.

Diario de clase

Nivel: primaria

Tercer grado grupo "A"

Fecha:	
No. De sesión	
Objetivo: promover la autoevaluación del alumno en las actividades de la sesión.	
¿Cómo me sentí durante la sesión?	¿Qué aprendí hoy?
¿Qué me gusto más y por qué?	
¿Qué dudas tengo de la sesión?	¿Qué me falta por aprender acerca del tema y cómo lo puedo hacer?
¿Qué fue lo más difícil?	

Apéndice D



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD 212

TEZIUTLÁN, PUE.

Lista de cotejo

Nivel: primaria

Tercer grado grupo "A"

Objetivo: identificar en qué medida se influye con las actividades lúdicas en los alumnos.

Crterios con base a las actividades lúdicas	Si	No
Se adaptan con facilidad al estar dentro del taller		
Participan en las preguntas detonadoras		
Participan al trabajar en equipo con cada una de las actividades		
Se muestran seguros al trabajar con sus demás compañeros		
Terminan a tiempo las actividades en equipo		
Los alumnos cambian su actitud al realizar nuevas actividades		
Sabe que las actividades realizadas durante el taller son de gran importancia		
Muestran disposición al trabajar con las actividades lúdicas		

Apéndice E



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD 212

TEZIUTLÁN, PUE.

Lista de cotejo

Nivel: primaria

Tercer grado grupo "A"

Objetivo: identificar en qué medida los alumnos expresan sus emociones durante las sesiones del taller.

Criterios con base en la expresión de emociones	Si	No
Muestran interés al realizar las actividades lúdicas		
Predominan las emociones positivas en los alumnos al trabajar con las actividades lúdicas		
Al trabajar en equipo, ayuda a sus compañeros		
Les gusta realizar actividades en donde se involucren las emociones		
Logra expresar sus emociones, sentimientos o estados de ánimo		
Identifican emociones experimentadas por otros.		
Plasman sus emociones en las actividades		
Predominan las emociones positivas en los alumnos		

Apéndice F



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD 212

TEZIUTLÁN, PUE.

Rubrica de evaluación

Tercer grado grupo “A”

Nivel: primaria

Objetivo: identificar la medida de los criterios planteados alcanzados por los alumnos durante el taller.

Criterios de evaluación con base en la expresión de emociones	Excelente	Bueno	Regular	Sugerencia para mejorar el desempeño
Realización de las actividades lúdicas	Al realizar las actividades en equipo el alumno propone ideas, participa de manera activa y respetuosa con sus demás compañeros.	Al realizar las actividades propone ideas, pero no participa de manera activa.	Copia las ideas a sus demás compañeros.	
Seguridad en el alumno	Si le viene algo a su mente y lo expresa sin temor hacia sus demás compañeros, además demuestra seguridad en todo momento.	Tiene un poco de miedo a equivocarse o en lo que dirán los demás.	Retiene sus ideas o lo que piensa en el momento.	
Interés por aprender	Tiene interés por aprender más sobre el tema de la expresión de emociones y lo demuestra durante el taller.	Tiene poco interés sobre el tema de la expresión de emociones.	Muestra actitud negativa durante la clase y total desinterés.	
Muestra sus emociones	Da a conocer sus ideas y sensaciones para relacionarse con sus compañeros, además de mostrar emociones positivas.	Le cuesta trabajo mostrar sus ideas y emociones con los demás.	No le es posible expresar sus emociones con sus compañeros.	
Trabajo en equipo	Trabaja en equipo participando activamente.	Trabaja en equipo, pero le cuesta trabajo expresarse.	Le cuesta adaptarse y expresarse durante la realización de los trabajos.	

Apéndice G

Alegria

Tristesa

Enojo

Miedo

Apéndice H

Hoja de preguntas

Nombre: _____ Fecha: _____

Instrucciones: Contesta las siguientes preguntas de acuerdo a la actividad anterior que realizaste.

¿Ha sido difícil contar tu situación de la emoción elegida?

¿Ha habido alguna emoción que se haya repetido y que se haya contado de manera positiva y negativa?

¿Cuándo un compañero ha dicho en voz alta su emoción, te has acordado de una situación tuya o de algún familiar, amigo o conocido?