

"2020. Año de Laura Méndez de Cuenca; emblema de la mujer mexicana."

JARDIN DE NIÑOS  
"RUBEN DARIO" C.C.T. 15EJN3924C  
PROYECTO ESTATAL "ACERVO DIGITAL"

**FICHERO DE LAS EMOCIONES PARA NIÑOS DEL PREESCOLAR  
RUBEN DARIO**

**ELABORO:**

ARTEAGA MARTINEZ ANA BELEM  
DOMINGUEZ ORDOÑEZ ANA LAURA  
LIMA ALVARADO JOSEFINA  
MARTINEZ RAMIREZ AYME  
MOJICA HERNANDEZ MARIA DE LOURDES  
MURILLO REYNOSO ARIADNA GABRIELA  
PALACIOS PEREZ VANESA YADIRA  
PEREZ GUTIERREZ PATRICIA  
RODRIGUEZ ANGULO NANCY  
RUFINO LOPEZ JUDITH  
VERA RUEDA NORA

**IXTAPALUCA MEXICO, 2020.**

SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN BÁSICA Y NORMAL  
DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN BÁSICA  
SUBDIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN BÁSICA NEZAHUALCÓYOTL  
JARDIN DE NIÑOS RUBEN DARIO

## ÍNDICE GENERAL

<b>INTRODUCCIÓN</b>	3
<b>ANTECEDENTES</b>	6
<b>JUSTIFICACION</b>	9
<b>AMISTAD JUSTA</b>	13
<b>DIARIO DE LAS EMOCIONES</b>	14
<b>LA CAJA DE LAS EMOCIONES</b>	15
<b>POLLITO AMARILLO</b>	16
<b>LA TORTUGA</b>	17
<b>BIBLOGRAFIA</b>	19
<b>EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS</b>	
DISEÑO Y PREPARACION	21
EJECUCION	22
RESULTADOS POR GRUPO	23
CUESTIONARIOS A PADRES DE FAMILIA	24
RESULTADO FINAL INSTITUCIONAL	25

## INTRODUCCION

La educación emocional es una innovación educativa que responde a necesidades sociales no atendidas en las materias académicas ordinarias. El objetivo de la educación emocional es el desarrollo de competencias emocionales: conciencia y regulación emocional, autogestión, inteligencia interpersonal, habilidades de vida y bienestar.

En el presente proyecto se aplican actividades que motiven a nuestros alumnos a comunicarse y manifestarse en el autocontrol de sus emociones, mediante el juego educativo; Se pretende adopten en su vida cotidiana estrategias en las que desarrollen seguridad en sí mismos, afronten situaciones amenazantes o estresantes, eviten reaccionar de manera impulsiva y de riesgo tanto físico como emocional. Es primordial para nuestra institución que los alumnos tengan la confianza y capacidad de expresar como se sienten y la causa de sus emociones para entenderlos y acompañarlos en el desarrollo de sus habilidades y aprendizajes.

Una competencia emocional: es la capacidad para movilizar adecuadamente un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y eficacia (Bisquerra y Pérez, 2007).

Este fichero este diseñado para utilizarse de acuerdo a las necesidades y características de cada alumno y alumna. Por lo tanto es fundamental la oportuna intervención docente, así como elegir la actividad correcta en la formación del niño y niña como ser humano.

El fichero de las emociones es una recopilación de estrategias, técnicas, cuentos y actividades en las cuales el alumno interactúa y juega para desarrollar habilidades de comunicación oral y corporal, técnicas de relajación, expresión de emociones, y de autocontrol para poder favorecer con ello el proceso de enseñanza- aprendizaje, y enfrentar los cambios sociales actuales que demandan visualizar el ámbito educativo desde una postura humanista propiciando que las aulas sean un espacio de convivencia y experiencias que les permitan a los niños aprender diferentes formas de relacionarse, participar y colaborar, desarrollando nociones de lo que significa ser parte de un grupo. Y se elaboró con la participación del colectivo docente de esta Institución Educativa, como una estrategia que nos permite favorecer en cada uno de los niños y niñas, la regulación y autocontrol de cada una de sus emociones permitiendo una mejor convivencia armónica con sus demás compañeros, resultado del balance realizado al inicio del ciclo escolar 2017-2018, en reuniones de Consejo Técnico Escolar, identificando cuales eran las problemáticas que aún se mostraban en nuestros alumnos en cada uno de los campos formativos y observamos que, aun había niños que presentaban problemas para interactuar con sus compañeros de manera pacífica, así como para identificar y regular cada una de sus emociones convirtiéndose en una área de oportunidad para el colectivo docente, y encontrar un forma de solucionar conflictos a través del conocimiento y manejo de las emociones.

Esta guía de orientaciones docentes para el manejo del aspecto emocional de los alumnos, está compuesta de actividades, que incluye el propósito a desarrollar en la sesión, el material y el procedimiento para ejecutar cada actividad, así como

cuentos orientados a facilitar la explicación de las emociones a los alumnos, con la finalidad de favorecer el manejo de emociones utilizando el juego como una herramienta que les permita el desarrollo de capacidades de verbalización, control, empatía, participación en grupo, cooperación y resolución de conflictos construyendo en el aula un espacio y ambiente propicio para el aprendizaje.

Al diseñar el “fichero de las emociones para niños del preescolar Rubén Darío” Se pretende que los alumnos aprendan; primeramente a identificar cada emoción, ¿que la genera? y darle opciones de cómo manejarla para evitar situaciones de conflicto. Estos avances se reflejaron en las actividades escolares y en la convivencia con actitudes positivas y buenas relaciones entre los alumnos.

## ANTECEDENTES

El fichero de emociones creado por el colectivo de la escuela “Rubén Darío” es un instrumento de apoyo para realizar actividades que guíen a los niños a saber controlar y modificar sus emociones para mejorar sus relaciones con sus compañeros y tener un ambiente de trabajo en sana convivencia. También les servirá para que aprendan a comunicarse, expresar sus emociones, identificarlas, relajarse ante ciertas situaciones, evitar conductas impulsivas, fomentar el autocontrol, identificar lo que es la amistad, lo que es la injusticia y saber actuar.

Entre el colectivo docente este fichero de emociones ayudara a la prevención de conductas disruptivas con base emocional, abriendo una puerta a la comunicación entre padres e hijos y docente- alumnos. También se pretende potenciar el pensamiento positivo y el optimismo en los alumnos de la escuela.

El estar bien emocionalmente tanto docentes como alumnos es tan importante para poder desempeñarse. En el Programa de preescolar que también se habla sobre esta trascendencia en el campo educativo que es el entendimiento del lugar de los afectos y la motivación en el aprendizaje. Es cada vez más evidente que las emociones dejan huella duradera, positiva o negativa, en los logros del aprendizaje. (Aprendizajes clave..., 2017, p. 34,35)

El motivo a lo antes mencionado nos llevó a realizar la recopilación del presente fichero con actividades con las cuales pretendemos favorecer el control de emociones de los niños y niñas de nuestro Jardín de niños dentro del aula y en el patio y esta a su vez se vea reflejando en la convivencia y en el aprendizaje de nuestros alumnos. El fichero formara parte importante de la planeación como apoyo

al control emocional de los niños en las aulas el cual se vea reflejado en el trabajo dentro de las aulas y en la convivencia a nivel escuela.

Después de hacer un análisis de evaluación diagnóstica, como colectivo docente nos percatamos que los alumnos que son de tres a cinco años de edad, durante la jornada mostraron poca empatía con los demás, poca capacidad para autorregularse, no usan el diálogo para la resolución de pequeños problemas y baja autoestima y es así como surge la necesidad de atender esta situación, de trabajar con las emociones en el aprendizaje, poniendo en práctica actividades que son de acuerdo a su etapa lúdica. Por lo que el propósito fundamental de esta guía es ayudar a nuestros alumnos a adquirir habilidades socioemocionales para la vida y mejorar su convivencia en la escuela y en cualquier contexto en el que se desenvuelvan.

El fichero de emociones creado por el colectivo de la escuela “Rubén Darío” es un instrumento de apoyo para realizar actividades que guíen a los niños a saber controlar y modificar sus emociones para mejorar sus relaciones con sus compañeros y tener un ambiente de trabajo en sana convivencia.

Entre el colectivo docente surge este fichero de emociones que ayudara a la prevención de conductas disruptivas con base emocional, abriendo una puerta a la comunicación entre padres e hijos y docente- alumnos. También se pretende potenciar el pensamiento positivo y el optimismo en los alumnos de la escuela.

Este fichero de emociones se elaboró por las situaciones valoradas en ciclos escolares anteriores y que servirá para los ciclos escolares posteriores actualizándolo periódicamente de acuerdo a los cambios drásticos de la sociedad y

se favorezcan relaciones sociales para generar un ambiente de sana convivencia que permita el desarrollo óptimo de todos los alumnos de esta institución.

## JUSTIFICACION

Nuestra comunidad escolar comprende en su mayoría un contexto de unidad habitacional donde se vive el cambio continuo de domicilio por lo que las familias tienen diversidad en sus costumbres, tradiciones, valores, etc. Estos cambios sociales en los que se encuentran los niños y niñas los llevan en ocasiones a presentar conductas agresivas o muy pasivas, ellos inician su socialización ante sus pares como saben hacerlo según su contexto familiar, es una nueva realidad dando otro significado a su entorno. Y es aquí donde la escuela utiliza el juego como una estrategia educativa.

*“Ahora que tenemos grandes retos en el mundo y en la educación en particular, los niños vulnerables que sufren estrés o violencia sin las habilidades para regular sus emociones y formar lazos con otros, agrandan la desigualdad” (Mtra. Laura Emiliana Rodríguez Morales, Educación socioemocional, 2020).*

Las **emociones** son respuestas o reacciones fisiológicas que genera nuestro cuerpo ante cambios que se producen en nuestro entorno o en nosotros mismos.

Somos inteligencia emocional, consultado el 29 de mayo de 2020.

Estas emociones son parte del día a día en la escuela y cualquier momento de convivencia, dichas emociones se ven involucradas en el proceso del aprendizaje y en los últimos casos han generado en los niños situaciones de conflicto por lo que se pretende trabajar con ellas para apoyar a los alumnos a resolver situaciones y

saber cómo mejorar sus emociones para un desarrollo óptimo en la escuela y sus relaciones sociales.

La necesidad de crear el fichero surge a través de las problemáticas que enfrentaban las docentes al interior del aula, dentro de las cuales predominaba la falta de atención, la violencia, dificultades para trabajar en equipo o en pares, entre otros que no permitían un ambiente de aprendizaje.

Durante los últimos años como maestras del Jardín de niños Rubén Darío no ha sido nada fácil el manejo de la conducta de nuestros alumnos y el poder lograr que nuestro trabajo en el aula se lleve de manera armónica y el mayor tiempo posible de nuestra jornada sea enfocada en la adquisición y desarrollo de sus competencias, por lo tanto analizamos: ¿cómo podríamos mejorar el manejo de la conducta de nuestros alumnos dentro de nuestra escuela? Concluimos que el comportamiento de nuestros pequeños se debe a diferentes factores internos y externos que no les permiten tener un adecuado control de sus emociones.

Es por ello que partir de lo emocional no solo surge como una necesidad, si no que se convierte en una prioridad y es la base de la educación en el preescolar. Emiliana Rodríguez aborda la importancia que tienen las emociones en su conferencia “Educación Socioemocional en la educación básica” en donde la educación emocional es considerada la base para educar el bienestar, por lo que es importante regular nuestro mundo emocional, construir vínculos sanos con los demás y educar basándonos en los 4 pilares de la educación, pero sobre todo en el saber “convivir” y el saber “ser” los cuales son fundamentales. (Rodríguez, 2018, julio, 2017)

Las actividades propuestas por todo el colectivo son una gran oportunidad para toda la comunidad escolar, dado que estamos convencidas de que a través del conocimiento de estas, podemos generar ambientes más cordiales que contribuyan para que todos nos sintamos seguros y fortalezcamos lazos de amistad poniendo en práctica valores que nos permitirán ser incluyentes y conscientes de las necesidades de otros. Así como lo dice Daniel Goleman en su libro de “Inteligencia Emocional”.

“Cuando la gente está a gusto es cuando mejor trabaja” (Goleman, 1995).

El ser humano es sumamente inteligente y si desde la infancia comenzamos a orientarlo sobre el conocimiento y manejo de sus emociones solo requerirá poner en práctica sus habilidades emocionales y trabajar constantemente en ellas para pulirlas y ser un agente de cambio que contribuya en la sociedad para generar proyectos en común que sean en pro de su comunidad.

Considerando lo anteriormente expuesto el presente trabajo tiene como propósito ayudar a las niñas y los niños a desarrollar nociones del autocontrol de la conducta, crear ambientes armónicos y agradables para los niños y favorecer relaciones positivas con los demás.

La educación básica desde su inicio pretende propiciar el desarrollo integral y armónico del niño a través de los campos de formación y las áreas de desarrollo personal y social, teniendo claro que desde pequeños los niños piensan y se expresan para conocer, aprender e interactuar entre pares, se debe ser consciente sobre el impacto que tiene en ellos las emociones.

La labor docente constituye hoy en día un pilar fundamental para el desarrollo integral y social de nuestros niños, por ello se requiere que los profesores den sentido a las actividades que plantean y estas se direccionen cien por ciento a la realidad cercana de los alumnos.

Una buena educación emocional incluye enseñar que no hay emociones buenas ni malas, dañinas y peligrosas, todas y cada una de ellas son necesarias, son innatas y naturales del ser humano, y las necesitamos porque todas cumplen su función, incluso las llamadas emociones negativas.

## ACTIVIDAD “AMISTAD JUSTA”

**PROPÓSITO:** Las niñas y niños interactúen fomentando la amistad en diferentes propuestas de convivencia y juego, con los mismos materiales, reflexionando sobre sus acciones.

**OBJETIVO:** Las niñas y los niños diferencien una amistad justa de una relación injusta, experimentando, a través de compartir los beneficios de una amistad justa.

**DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:** Esta actividad se divide en dos partes: la diferencia entre la amistad justa, la relación injusta y compartir alimentos o juguetes.

### Parte 1:

- Coloque las tarjetas “Amistad justa” en el pizarrón agrupando tres pares, de acuerdo al color de fondo para cada pareja, pregunte al grupo ¿Cuáles diferencias notan entre lo que hacen los personajes en la primera y segunda escena?, y espere a que las identifiquen.
- Retome el concepto de amistad justa y pregunte: en este dibujo ¿todos comparten/devuelven lo prestado/se reconocen? Y ¿todo se siente bien? ¿es una amistad justa o una relación injusta?
- Reafirme la diferenciación entre justo e injusto. Para ello invite al grupo a jugar.
- Tener en las manos las tarjetas y describir una a una. Los niños se colocarán en el centro del salón. Cuando saquen una tarjeta y la describa, si es una amistad justa, irán a la pared derecha, y cuando sea una relación injusta a la pared izquierda (señale).

### Parte 2:

- Invite al grupo a experimentar que se siente comportarse como amigos (as) juntos (as).
- Forme parejas (niño-niña, niña-niña y niño-niño), permita que compartan y consuman el alimento que llevaron para ese propósito. Solo pueden compartir hasta la mitad de su alimento, no el total.
- Cada uno de los niños llevarán un juguete, destine un tiempo determinado para jugar y observe cómo interactúan. Primero por parejas y después de manera libre.
- Al finalizar pregunte que aprendieron y cómo se sintieron en la amistad justa y felicíteslos por lo lograrlo.

### RESULTADOS OBTENIDOS:

- Al principio costó trabajo captar la atención de los niños, ya que las figuras estaban pequeñas y no fueron llamativas.
- Avance al siguiente paso platicando con ellos sobre sus amigos y experiencias al convivir, lo que les gustaba y no cuando juegan (reflexionamos sobre los conceptos de amistad, lo justo e injusto)
- Regresamos a las tarjetas e identificaron inmediatamente las acciones justas, fue interesante escuchar sus puntos de vista y la justificación que algunos daban para las imágenes injustas, por ejemplo “Se llevó su pelota para jugar a que la alcanzará” solo que no le explico cómo sería el juego. (dando la importancia que hablar y explicar sobre solucionar conflictos)

- En el juego de la pared, las emociones de los niños se reflejaron en sus facciones ya que automáticamente ponían carita triste al correr a la izquierda y corriendo felices en las acciones justas de la derecha.
- Los niños convivieron compartiendo alimentos y luego sus juguetes, hubo pequeños instantes de fricción en momentos, pero se retomó el significado de los conceptos de acuerdo a las tarjetas para reflexionar y solucionar (terminamos la actividad con felicitaciones, aplausos y porras)
- La conducta de los niños en el resto del ciclo escolar mejoró respecto a la convivencia sana y en armonía.

### SUSTENTO TEORICO:

La educación se enfrenta constantemente a diversas situaciones que implican afrontar problemáticas y aprender a ser mejores, pero como hacerlo, de qué punto debemos partir, como base de la educación, el preescolar tiene un gran desafío al fomentar en las niñas y los niños la sana convivencia, ya que es primordial en la sociedad para lograr buenas interacciones y una adecuada comunicación.

Por tal motivo, como docentes nos damos cuenta que enseñar va más allá de un acto cognitivo o adquisición de conocimientos, sino que como manifiesta Gendron (2009) también están asociadas acciones sociales y afectivas que influyen directamente en el clima laboral y del aula.

Cabe mencionar que, centrándonos en la parte social-afectiva, es que consideramos que los valores son primordiales en el desarrollo integral de nuestros alumnos, por lo cual hablar de justicia y amistad es importante.

Los niños desde pequeños tienen contacto directo con la amistad, pero somos saber si saben ser amigos.

*“El término amistad tiene diferentes sentidos: uno se define por la virtud, otro por la utilidad y el tercero, por el placer, La amistad fundada en el placer es propia de los jóvenes, porque el placer es propio de ellos; esta amistad cambia fácilmente, porque al cambiar el carácter con la edad, cambia también el placer. La amistad fundada en la utilidad se basa en el amor a los otros porque les son útiles y la amistad fundada en la virtud, es la amistad de los mejores” (Aristóteles, 2011a, p. 97).*

Ante dicho término sobre amistad mencionado por Aristóteles nos hace enfocarnos de igual manera en la justicia, en fomentar en nuestras niñas y niños dicho valor para ser justos en las relaciones afectivas de amistad con sus pares, Rawls (1971) le otorga prioridad absoluta a la justicia y la entiende como la primera virtud de las instituciones sociales, es por eso que retomando el término de amistad por virtud y de justicia nos encontramos ante un gran desafío que llevar a las aulas con los alumnos, sin embargo a través de la actividad “amistad justa” buscamos fomentar y desarrollar en las niñas y niños la amistad buscando que reconozcan y logren diferenciar lo justo de lo injusto, en acciones que llevan a cabo con sus compañeros.

Dicha actividad permite que los alumnos se pongan en el lugar del otro y reconozcan sus actitudes, además de identificar las emociones y sentimientos que generan en los demás tener una amistad justa.

**ACTIVIDAD**  
**“EL DIARIO DE LAS EMOCIONES”**

**PROPOSITO:**

Acercarnos al tratamiento y prevención de conductas disruptivas con base emocional.  
Abrir una puerta de comunicación entre padres e hijos para que los sentimientos fluyan.

**OBJETIVO:**

Lograr que el 100% de alumnos logren expresar sus emociones, logrando un desarrollo integral, desarrollando la tolerancia ante la frustración y la capacidad de relacionarse con los demás.

**DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:**

1.- Delimitar un tiempo cada día para poder estar con el niño. Un buen momento es por la noche justo antes de acostarse (siempre que el niño no este excesivamente cansado). El tiempo puede ser variable según edad y circunstancias. Normalmente con 15 o 20 minutos puede ser suficiente.

2.- El niño tendrá una libreta (diario emocional) que previamente ha escogido y sea de su gusto.

3.- Los padres conjuntamente o uno de ellos (u otro en su ausencia) pedirán al niño que haga un pequeño balance del día (empezar por las cosas positivas y dejar para el final las negativas). Ahora es el momento de sacar aquellas cosas que no han ido bien y tratarlas relajadamente, con sentido positivo y compartiendo estrategias comunes para superarlas.

Según la edad y/o capacidad verbal del niño puede que tenga cierta dificultad para expresarse o no comente aspectos relevantes. Los padres deberán tener la habilidad suficiente para irlo guiando hacia el terreno que deseamos con sutileza. No se trata de recriminar sino de hacerle ver en que puede mejorar y cómo hacerlo. También de alabar sus cosas buenas.

4.- Si el niño ya sabe escribir y según su capacidad, deberá anotar muy brevemente aquellas cosas que considere relevantes (positivas y negativas) en su diario y lo que es más importante: como se ha sentido. Por ejemplo: “Hoy el maestro me ha castigado y me he sentido triste”. Los padres deben guiarlo en la expresión verbal de lo que ha pasado, cuáles han sido las consecuencias y sus sentimientos. No se trata tanto de consolarlo y minimizar los problemas que haya podido tener para tranquilizarlo sino de hacerle saber que formamos un equipo con él y que estamos ahí para ayudarlo en lo que necesite.

Tampoco se trata de que hagamos cada día un interrogatorio, sino que nos habituemos a hablar acerca de nuestras experiencias diarias. No forzarlo si no lo desea. En este caso recordarle que estamos allí para escucharle y que cuando lo desee estamos disponibles.

5.- El objetivo fundamental no es tanto la solución de sus pequeños problemas diarios sino la de trabajar la expresión emocional de los mismos para consolidar el hábito de compartir y comprendernos mejor para minimizar los conflictos.

A pesar de que el niño se muestre (normalmente al inicio del programa) reciente a manifestar sus emociones más íntimas, el mensaje que recibe es muy contundente: “Mis padres están ahí para escucharme”. Ello supone un afianzamiento de su seguridad emocional y de los lazos afectivos e indirectamente se reducen las posibilidades de conducta disruptivas.

6.- Cuando analicemos el día, destacar especialmente los aspectos positivos, los pequeños avances en aprendizaje o conducta. Para finalizar la sesión podemos introducir un pequeño juego o actividad (leer un cuento, etc.).

7.-El registro de todas estas experiencias por parte del niño incrementan su percepción de las diferentes situaciones y el modo correcto de hacerles frente. Igualmente ofrece a lo largo del tiempo información relevante acerca de la evolución del niño en los aspectos trabajados.

8.- El diario emocional puede tomar diferentes formas y debe ajustarse a las necesidades y peculiaridades de cada familia e hijos. Aquí solo exponemos algunos rasgos generales como punto de partida.

**RESULTADOS OBTENIDOS:**

El diario de las emociones fue hecho con una recopilación de hojas blancas, empastado y decorado por los alumnos. Se trabajaba en casa y en la escuela diario.

Al principio, los alumnos y padres de familia tuvieron poca participación al respecto, les costaba trabajo expresar sus emociones, pero con el paso de los días y por medio de la sensibilización a los mismos por parte de la docente, poco a poco fueron manifestando sus experiencias en casa, comentado por parte de padres de familia que no estaban acostumbrados a escucharse unos a otros por lo mismo les costó trabajo, comentando que descubrieron realmente que es muy importante que desde pequeños se inculque esta práctica donde los hijos puedan expresarse libremente en un ambiente de confianza y armonía.

Por otro lado, en el salón de clases la situación fue parecida, a los alumnos se les dificultaba comentar sus emociones, sin embargo, se le brindo un ambiente de confianza para que poco a poco expresaran sus sentimientos y emociones. Los resultados fueron muy positivos porque lograron expresarse de manera espontánea y voluntaria, algunos alumnos inclusive manifestaban experiencias sensibles que habían sucedido en su hogar lo cual les provocaba tristeza y miedo, como, por ejemplo, una discusión entre sus padres, un fallecimiento de un familiar. Situaciones que permitieron a los compañeros sensibilizarse e inclusive mostrar empatía y consuelo como grupo escolar. Fue una experiencia gratificante que los alumnos expresaran sus emociones y que sintieran en su escuela un refugio para expresarse y liberar todo lo que traen dentro, y saber que compañeros y maestra los escuchan y les dan apoyo a través de comentar sus propias vivencias y soluciones, esto ayudo mucho a saber que no están solos y que no son los únicos que han pasado por situaciones como las suyas. También hubo emociones expresadas de alegría por momentos significativos como el festejo de un cumpleaños, la llegada de un nuevo miembro a la familia, etc. Considerando que todas las emociones son importantes y deben ser expresadas como parte de su convivencia social.

**SUSTENTO TEORICO:**

Las emociones están presentes en nuestras vidas desde que nacemos y juegan un papel relevante en la construcción de nuestra personalidad e interacción social. Las emociones intervienen en todos los procesos evolutivos: en el desarrollo de la comunicación, en el conocimiento social, en el procesamiento de la información, en el apego, en el desarrollo moral, etc. Además de ser la principal fuente de las decisiones que tomamos diariamente. El diario emocional es una de las herramientas más potentes que existen en Inteligencia Emocional y que puede ayudar mucho a ser más conscientes de qué es lo que siente y de cómo gestionar lo que te dice esas emociones.

Con el diario emocional se puede identificar factores corporales que nuestro cuerpo transmite ante diferentes situaciones o pensamientos. Por ello es importante trabajar la expresión de sus emociones por medio de la estrategia El diario de las emociones para lograr un desarrollo integral del niño y así mejorar sus relaciones sociales y afectivas.

**ACTIVIDAD**  
**LA CAJA DE LAS EMOCIONES**

**PROPOSITO:** Lograr una mayor Inteligencia emocional en los alumnos enseñándoles nuevas formas de afrontar los conflictos y canalizar adecuadamente sus emociones.

**OBJETIVO:** Que el alumno logre conocer y reconocer la capacidad de sus propias emociones, comunicándolas a través de la estrategia la caja de las emociones; a partir de esta comunicación lograremos profundizar en el conocimiento de diversas emociones como la alegría, ira, desagrado, estrés, amor, miedo, angustia, etc. y a su vez estamos efectuando un trabajo anticipado respecto a nuevos conflictos.

**DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:**

**Materiales:** Caja de cartón (puede ser de zapatos) forrada con imágenes alusivas a los estados emocionales básicos (felicidad, ira, tristeza, miedo, etc.), tarjetas con imágenes de las emociones, hojas blancas, crayolas, titeres.

**Habilidad por desarrollar:** Autoconocimiento.

**Áreas de aprendizaje:** Formación personal, social y comunicación.

**Componentes:** Expresión de Sentimientos y emociones, imitación y juegos de roles.

**Inicio**

- Se reúnen a las niñas y niños en círculo y, con la ayuda de un títere iniciar una conversación de los estados emocionales.
- Motivar a los niños a la actividad mostrándoles las tarjetas de las diversas emociones que hay dentro de la caja.

**Desarrollo**

- Formar 2 equipos con el mismo número de participantes para realizar el juego “La caja de las emociones”.
- Invitar a un niño o una niña a tomar una tarjeta de la caja sin mostrarla a sus compañeros, y con ayuda de la maestra representar una situación en la que ha sentido esa emoción, sin mencionarla, el equipo contrario tendrá que adivinar la emoción para ganar un punto.
- Estimular al resto del grupo para que adivinen cual emoción les toco en su tarjeta.

**Cierre**

- Invitar a las niñas y niños a dibujar su rostro en una hoja de papel, de acuerdo con la emoción que sienten en ese momento.
- Motivar a los niños y niñas para que muestren sus rostros dibujados en las hojas y pedirles que comenten como se llama la emoción que dibujaron.
- Realizar actividades reflexivas como: ¿Qué les pareció la actividad?, ¿Cómo se sintieron?, ¿Cuál emoción les generó?

**Evaluación:**

- Distingue los estados de ánimo, emociones y sentimientos de si mismo y los demás; en situaciones vivenciadas, imágenes y narraciones.
- Expresa libremente sentimientos y emociones.
- Sitúa sus dramatizaciones dentro de un contexto familiar o social.

**RESULTADOS OBTENIDOS:** Dentro de la aplicación de esta estrategia se pudo observar que los alumnos de manera paulatina han ido aprendiendo a reconocer y comunicar sus emociones y las de sus compañeros, así como irse autorregulando esto se ve reflejado en las interacciones sociales con sus pares, mejorando la vinculación afectiva en la comunidad escolar.

**SUSTENTO TEORICO:**

Dentro de la practica educativa el docente se enfrenta a una serie de conflictos ya que el alumno carece del control de sus emociones, mucho se ha hablado sobre el poco manejo de las emociones que los alumnos de preescolar cuentan, las cuales se ven reflejadas en sus relaciones interpersonales dentro del aula, así como en la adquisición de sus aprendizajes. La familia juega un papel muy importante en el desarrollo de la inteligencia emocional de las niñas y niños ya que estas pueden ser aprendidas y mejoradas dentro del núcleo familiar y dentro del ámbito escolar pueden ser ampliadas y reforzadas. Existen varios autores que nos hablan acerca de las emociones, sin embargo, retomaremos a Daniel Goleman ya que el define a la inteligencia emocional como la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones. Goleman identifica cinco aspectos principales dentro de su teoría “Inteligencia emocional” (autoconciencia, autorregulación, motivación, la empatía, y la habilidad social). Daniel Goleman afirma que una extendida enfermedad emocional se ve reflejado en la depresión, agresividad en los niños y niñas que se observa dentro de las aulas y fuera de ellas, por lo que es importante que desde temprana edad el niño aprenda a manejar sus emociones

El docente juega en un papel muy importante como mediador dentro del desarrollo de la inteligencia del alumno es por ellos que se ve en la necesidad de buscar estrategias para llevarlas a cabo en el aula y así estas se vean reflejadas en las relaciones interpersonales de los pequeños.

**NOMBRE DE ACTIVIDAD**  
**EL POLLITO AMARILLITO**

**PROPOSITO:**

Desarrollar en los niños nociones sobre el autocontrol de la conducta.

**OBJETIVO:**

Que los alumnos reconozcan la importancia del autocontrol en las distintas actividades que se llevan a cabo en la escuela y en la vida diaria.

**DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:**

La actividad consiste en narrar el cuento "El pollito amarillito" para ello, es importante que la docente utilice distintos tonos de voz, regulando el volumen de acuerdo a los personajes, así como diferentes expresiones y movimientos para mantener la atención de los alumnos. Después se cuestiona a los alumnos a través de una serie de preguntas, y por último se les organiza por equipos para que jueguen a los constructores y con el uso de distintos materiales de ensamble puedan crear la casa, el gallinero y la escuela de amarillito haciendo uso de su creatividad.

**RESULTADOS OBTENIDOS:**

Con la lectura del cuento los alumnos comprendieron que es importante regular sus emociones en la escuela, y que hay actividades que se deben realizar primero, para después jugar a lo que ellos quieren, además de que es necesario ser tolerantes y esperar las indicaciones para salir a jugar, comer o tomar diversos materiales. Esto ayudo en gran medida ya que poco a poco los alumnos empezaron a mostrar mejor control en su conducta evitando agresiones, compartían con facilidad materiales y trabajaban mejor en pares o en equipo.

**SUSTENTO TEORICO:**

Teoría de Schachter-Singer: Emociones como categorías.  
Walter Mischel.

**ACTIVIDAD**  
**La técnica de la Tortuga**

**PROPOSITO:**

Enseñar a los niños estrategias para relajarse, fomentar el autocontrol de la conducta impulsiva, desarrollar la capacidad de conocer, expresar y manejar las emociones y controlar la agresividad, analizando adecuadamente las situaciones y responder con autocontrol.

**OBJETIVO:**

Lograr que los niños y niñas aprendan una técnica relajante de sus emociones que les permita desenvolverse en un espacio de respeto y tolerancia.

**DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:**

El juego consiste en ayudar a los alumnos a aprender a relajarse, replegando su cuerpo, como hacen las tortugas. De esta forma relajaran sus músculos y evitaran actuar de forma impulsiva. A través de una dinámica que comprendan por analogía por la tortuga, los pequeños aprenderán una técnica útil. Les explicamos que al igual que la tortuga se metía en su concha cada vez que sentía ira y enfado, nosotros podemos hacer lo mismo y meternos en una concha imaginaria para relajarnos hasta que se nos pase el enfado y de esta forma no reaccionar con conductas impulsivas.

Para llevar a cabo esta técnica, emplearemos varias semanas de entrenamientos, para que poco a poco los niños y niñas adquieran esta respuesta. Implementaremos la técnica en 4 etapas:

- En la primera etapa (semanas 1 y 2) se enseña al niño/a a responder a la palabra “tortuga” cerrando los ojos, pegando los brazos al cuerpo, bajando la cabeza al mismo tiempo que la mete entre los hombros, y replegándose como una tortuga en su caparazón. Para ello, le explicaremos como tiene que hacer para esconderse en su caparazón. Le diremos que cuando escuche la palabra tortuga debe replegar su cuerpo y relajarse dentro del caparazón. Se harán varios entrenamientos, en diferentes momentos les diremos la palabra tortuga.
- En la segunda etapa (semanas 3 y 4) el niño/a aprende a relajarse. Para ello, tensa todos los músculos mientras está en la posición de tortuga, mantiene la tensión durante unos segundos, y después relaja a la vez todos los músculos. Una vez aprenda a replegarse (etapa 1), le enseñamos a relajarse dentro del caparazón. Haremos también varios entrenamientos.
- La etapa tercera (semana 5) pretende conseguir la generalización en la utilización de la posición de tortuga y la relajación a diferentes contextos y situaciones. Para ello, empleamos historias, ejemplos en los que necesitara relajarse. Por ejemplo cuando tus padres **se enfadan contigo, te pones furioso**, tenemos que relajarnos como la tortuga. Le pediremos también que emplee la técnica cuando se encuentre ante cualquier situación en la que se sienta furioso.
- La última etapa (semana 6) se dedica a la enseñanza de estrategias de solución de problemas interpersonales. Además de la técnica, pediremos a los niños y niñas que expliquen la situación, que cuenten como se sentían (hacemos que identifiquen y expresen su emoción). Reflexionamos con ellos, una vez calmados diferentes formas de solucionar esta situación.

**RESULTADOS OBTENIDOS:**

- Esta actividad lleva un proceso constante en donde las niñas y los niños saben identificar en qué momento hacer uso de su caparazón para guardarse en él, al momento de sentirse frente a una situación que le va a causar un conflicto.
- Poco a poco se va observando que las niñas y los niños se van regulando ante diferentes situaciones que se les van presentando
- Esta técnica funciona muy bien cuando los alumnos se encuentran inquietos, no se puede centrar su atención, entonces al escuchar la palabra “tortuga” ya saben lo que tienen que hacer, damos unos segundos de relajación y respiración, obteniendo buenos resultados de concentración y atención por parte del grupo.

**SUSTENTO TEORICO:**

Bisquerra (2000: 243) define 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 el objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantan en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social. De esta definición se desprende que la educación emocional debe ser un proceso intencional y sistemático, sin embargo, en la actualidad por lo genial se deja al azar la educación emocional de los ciudadanos, con consecuencias más o menos desastrosas. Goleman (1996) propone como una posible solución forjar una nueva visión acerca del papel que deben desempeñar las escuelas en la educación integral del estudiante, reconciliando en las aulas emoción y cognición. En tal sentido, la educación debe incluir en sus programas la enseñanza de habilidades tan esencialmente humanas como el autoconocimiento, el autocontrol, la empatía y el arte de escuchar, así como el resolver conflictos y la colaboración con los demás.

Por otro lado La inteligencia emocional refiere a las capacidades y habilidades psicológicas que implican el sentimiento, entendimiento, control y modificación de las emociones propias y ajenas.

Una persona emocionalmente inteligente es aquella capaz de gestionar satisfactoriamente las emociones para lograr resultados positivos en sus relaciones con los demás.

A pesar de que varios psicólogos ya habían señalado la insuficiencia de los elementos cognitivos y racionales como únicos indicadores de inteligencia, el concepto surge en 1983 con el psicólogo Howard Gardner, quien considera a los test de coeficiente intelectual como insuficientes para lograr una apreciación de la inteligencia.

Existen dos formas elementales de inteligencia emocional:

Inteligencia interpersonal. Implica entender y comprender las emociones de los otros y tener la habilidad de reaccionar según el estado anímico del otro.

Inteligencia interpersonal. Implica entender y comprender las propias emociones, de tenerlas en cuenta al momento de tomar decisiones y ser capaz de regular las emociones según la situación.

La difusión del concepto entre la población, a partir de la divulgación científica llevada a cabo por diversos académicos (entre los que cabe destacar al psicólogo Daniel Goleman, autor del libro más vendido sobre el tema), fomentó la aparición de seminarios, talleres y cursos vinculados al aprendizaje de la inteligencia emocional, que se generalizaron rápidamente en la sociedad, especialmente en el ámbito empresarial, proveyendo técnicas y herramientas para reforzar las habilidades intra e interpersonales.

Este concepto también ha tenido un enorme impacto en el ámbito educativo, introduciendo la cuestión de los elementos emocionales en la relación entre docente y alumno, y la importancia que esto tiene al momento del aprendizaje cognitivo. Tanto la inteligencia emocional del docente como la del alumno tienen un peso significativo en el resultado exitoso o no del proceso de enseñanza.

## BIBLIOGRAFIA:

BISQUERRA ALZINA, Rafael La educación emocional en la formación del profesorado Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, vol. 19, núm. 3, diciembre, 2005, pp. 95-114

ARISTÓTELES. (2011a). *“Ética Eudemia”*. Madrid: Editorial Gredos.

RAWLS, J., (1971). *“Teoría de la justicia”*. Cuarta reimpresión, México, fondo de cultura económica.

Aranjo, M. E, (2013). Estrategias didácticas para el desarrollo de la inteligencia emocional. *Revista Académica*, 27, 219-222.

**Sapiens. Revista Universitaria de Investigación ISSN: 1317-5815  
marta\_dsousa@hotmail.com Universidad Pedagógica Experimental  
Libertador Venezuela**

[www.rafaelbisquerra.com/es/educacion-emocional.html](http://www.rafaelbisquerra.com/es/educacion-emocional.html)

[www.elportaldelhombre.com/webmasterpsicologia](http://www.elportaldelhombre.com/webmasterpsicologia).

<https://www.somosinteligenciaemocional.com/emociones/>

GENDRON (2009) <https://www.teseopress.com/neurociencias/chapter/59/>

<https://www.somosinteligenciaemocional.com/eldiarioemocional/#:~:text=La%20t%C3%A9cnica%20del%20Diario%20Emocional,la%20mayor%C3%ADa%20de%20las%20personas>.

<https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927009.pdf>

<https://www.youtube.com/watch?v=EZLrLUadsos>

[Actividades para el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños, Sergi Camara, ed. Parramón, 2006, pag.192](#)

Feldman Robert S. Psicología con aplicaciones en los países de habla hispana. 6ta. Edición. McGraw-Hill. México.2006

**Fuente: <https://concepto.de/inteligencia-emocional/#ixzz6V0zEdlzy>**

## DISEÑO Y PREPARACION



### TRABAJO COLEGIADO EN CTE



### ANALISIS PARA LA IMPLEMENTACION

**EJECUCION:**



**COMUNICACION CON  
PADRES DE FAMILIA**



**RESULTADO EN LA  
COMINIDAD ESCOLAR**

# RESULTADOS:

**RESULTADOS DE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS QUE FAVORECEN LA CONVIVENCIA ESCOLAR**

DOCENTE: ANA BELEM ARTEAGA MARTINEZ  
GRADO: 1º GRUPO "B"

Alumno	RELACIONES INTERPERSONALES		AUTOESTIMA E IDENTIDAD PERSONAL		MANEJO DE CONFLICTOS		CONTR EMOCIO
	Respeto la diversidad y la características de los demás	Participa en la colaboración con otros	Se reconoce y se acepta a sí mismo	Reconoce sus capacidades y la de otros	Respeto reglas acuerdos	Utiliza diálogo para resolver problema	
ANDRADE SERVIN WILLIAM	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
ARREGUIN LOPEZ SEBASTIAN	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
BECKER MACIAS IKER SANTIAGO	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
BENITEZ GRANADOS IKER SANTIAGO	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
BETANCOURT GARCIA ALISON ROMINA	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
CARRION ESTRADA ITZEL YDALIN	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
CECILIO RAMIREZ YACLI AMARILANI	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
FUENTES DELGADO ROMINA ALEISHA	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
GARCIA SANTOS MATHIAS ALEJANDRO	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
GUZMAN RIVAS DANTE JESUS	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
HERNANDEZ GAMA ALLISON ZOE	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
HERNANDEZ REYES PAMELA ALEXANDRA	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
HEREDIA BRAVO SANTIAGO	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
LOPEZ VELAZQUEZ CAMILA MICHELLE	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
MARQUEZ SOTO YARETH ALFREDO	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
MARTINEZ RAMIREZ SEBASTIAN	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
MAYORAL ORTEGA IKER ALEXANDER	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
MORA OLIVERA ETHAN YUDAI	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

## EVALUACION FINAL POR GRUPO

Alumno	RELACIONES INTERPERSONALES		AUTOESTIMA E IDENTIDAD PERSONAL		MANEJO DE CONFLICTOS		CONTR EMOCIO
	Respeto la diversidad y la características de los demás	Participa en la colaboración con otros	Se reconoce y se acepta a sí mismo	Reconoce sus capacidades y la de otros	Respeto reglas acuerdos	Utiliza diálogo para resolver problema	
MORALEN OLIVERA LIAN EMMA NUEL	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
NAVARRETE ADRETTA AKEL MATEO	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
ORTIZ BECERRA MELIZA VALENTINA	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
PERALTA RODRIGUEZ IKER YOHANY	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
PEREZ GUTIERREZ NATALIA YOSELIN	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
RAMOS PEREZ FERNANDO SAID	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
REBOLLO CORTES ANGEL SAID	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
REYES TORRES KAREN ELIZABETH	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
RICO SANCHEZ ABDEL DANIEL	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
RODRIGO RUIZ ANA HAZEL	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
ROMERO AVENDAÑO ANGEL SANTIAGO	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
SANCHEZ GONZALEZ ELIAN YAREL	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
VERGARA PINEDA NADIM SARAY	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
VILLALPANDO GALVAN SHADDAY KARIM	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

  
MTRA. ANA BELEM ARTEAGA MARTINEZ

## EVALUACION FINAL POR GRUPO

# CUESTIONARIO A PADRES DE FAMILIA



"2018. Año del Bicentenario del Natalicio de Ignacio Ramírez Calzada, El Nigromante".

## ENTREVISTA A PADRES DE FAMILIA DE JARDIN DE NIÑOS "RUBEN DARIO" SOBRE LOS RESULTADOS DE LAS ACCIONES PARA FAVORECER LA CONVIVENCIA ESCOLAR

1.- ¿CÓMO CONSIDERA USTED EL AMBIENTE ESCOLAR DEL JARDIN DE NIÑOS RUBEN DARIO DESPUES DE LAS ACCIONES PUESTAN EN MARCHA?

Me parece excelente, y es muy bueno porque los pequeños desarrollan sus habilidades.

2.- ¿CONSIDERA USTED QUE LAS ACCIONES QUE SE LLEVAN A CABO EN LA ESCUELA FAVORECEN LA CONVIVENCIA ESCOLAR SANA Y ARMONICA?

Sí, lo considero muy bien, porque aprenden día con día.

3.- ¿USTED OBSERVA CAMBIOS O AVANCES EN SU PEQUEÑO EN CUANTO AL TEMA DE CONVIVENCIA ESCOLAR?

¿POR QUÉ? Se desenvuelve mejor, tiene más facilidad de palabra.

4.- ¿SU HIJO SE SIENTE CONTENTO DE ASISTIR A LA ESCUELA?

¿POR QUÉ? Le gusta convivir con sus compañeros y maestros.

5.- LAS PLÁTICAS INFORMATIVAS SOBRE CONVIVENCIA ESCOLAR ¿HAN CAMBIADO SU PERSPECTIVA ESCOLAR?

Sí

6.- ¿USTED, ¿CÓMO SE SIENTE AL PARTICIPAR EN LAS ACTIVIDADES QUE PROMUEVE LA ESCUELA PARA FAVORECER LA CONVIVENCIA ESCOLAR?

Muy bien, me siento satisfecha y muy contenta por ver los avances que ha tenido mi hija y todos los pequeños.

7.- MENCIONE ALGUNAS SUGERENCIAS QUE AYUDARIAN A RETROALIMENTAR LA CONVIVENCIA ESCOLAR SANA Y ARMONICA EN EL J. N. "RUBEN DARIO"

Actividades deportivas, Matemáticas, bailables etc.

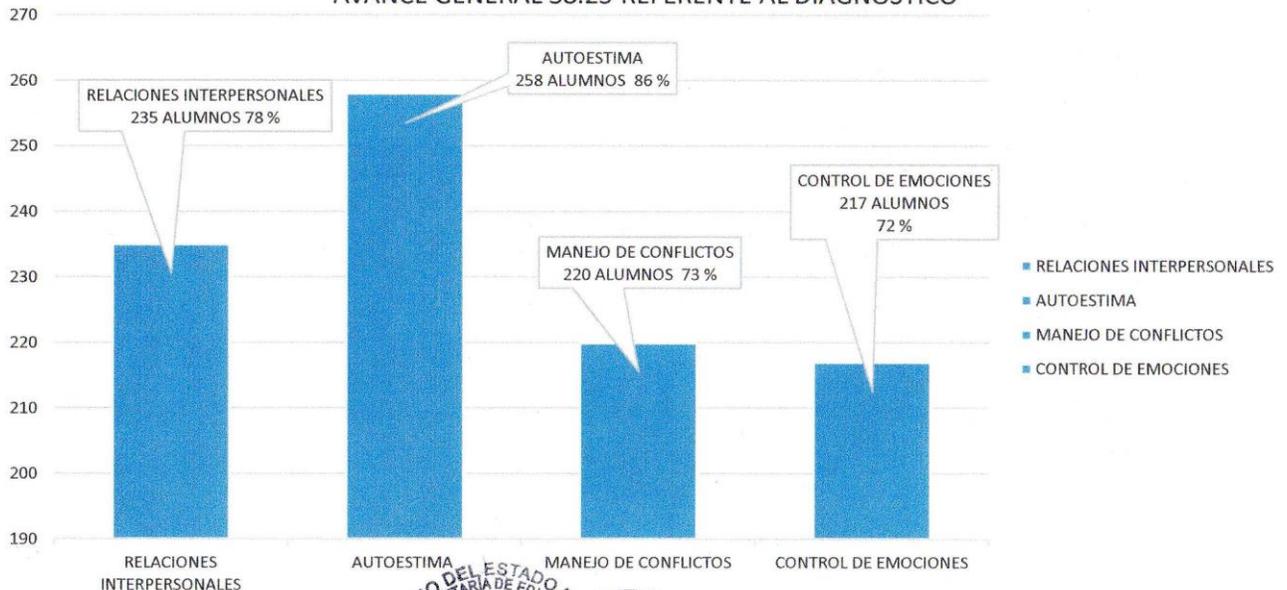
  
Evelin Contreras Varquez  
NOMBRE Y FIRMA DEL PADRE DE FAMILIA

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN  
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN BÁSICA Y NORMAL  
DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN BÁSICA  
SUBDIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN BÁSICA NEZAHUALCÓYOTL  
JARDIN DE NIÑOS RUBEN DARIO

AV. Paseo de los chopos S/N, Ixtapalapa, Estado de México, C.P. 56536, Tel. 59889995, Email: 15ejn3924c@dgeb.gob.mx

RESULTADO INSTITUCIONAL FINAL CICLO ESCOLAR  
2017-2018

RESULTADOS DE LAS ACCIONES IMPLEMENTADAS PARA FAVORECER LA CONVIVENCIA  
ESCOLAR EN EL J.N RUBEN DARIO  
AVANCE GENERAL 38.25 REFERENTE AL DIAGNOSTICO



GOBIERNO DEL ESTADO DE MEXICO  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN  
DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN BÁSICA  
DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN BÁSICA NEZAHUALCOYOTL  
MTRA. ANA LAURA DOMINGUEZ ORDOÑEZ  
DIRECTORA ESCOLAR  
JARDÍN DE NIÑOS  
RUBEN DARIO  
C. C. T. 19EJN3924C