

Propuesta didáctica innovadora

Galilea Alejandro, Ximena Burgoa y Adrian Vargas

Escuela Normal de Educación Especial del Estado de México

Innovación y trabajo docente

María Guadalupe Rodríguez Escalona.

Febrero 2021

Introducción

Como sabemos vivimos en un mundo que poco a poco va cambiando, cambios que pueden venir desde un ámbito político, de salud, económicos, tecnológicos y sociales y de alguna manera conforme estos cambios se van dando también generan influencia en el ámbito de la educación. Tanto en las escuelas como en las aulas el papel de cada maestro y maestra es importante para dar lugar a esos cambios que repercuten en su práctica y por lo tanto en como aprenden los alumnos y alumnas.

Dentro del curso “Innovación y trabajo docente” la elaboración de una propuesta bajo una mirada innovadora nos permite hacer no solo un simple ejercicio, sino que es más bien una oportunidad para poner en práctica nuestras habilidades de reflexión, análisis, de síntesis y sobre todo trabajar también bajo el enfoque de la inclusión, donde la diversidad que pueda existir en el aula es no un obstáculo sino una oportunidad para el desarrollo de diversas estrategias que de igual manera benefician no solo a uno si no a todos.

Contexto grupal

Unidad de Apoyo Psicopedagógico

Ciclo escolar 2020-2021

Cantidad de niños: 3

Cantidad de niñas: 2

Edad promedio del grupo: 10 y 11 años

Dentro del grupo existen alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo (ACNEAE), las cuales son: problemas de aprendizaje, distractibilidad, problemas de habla, de lenguaje o comunicación y discapacidad auditiva. Las características que presentan cada uno, así como sus necesidades son distintas y aunque se encuentren en el mismo grado, hay algunos alumnos que a lo largo de su educación han desarrollado más habilidades que otros.

En cuanto a la conectividad los estudiantes usan teléfono celular y computadora para

conectarse a las sesiones, la conexión a internet por lo general, la calidad del audio y video son las adecuadas para trabajar.

Las condiciones del espacio donde trabajan los estudiantes son las adecuadas y están ubicados en lo que parece ser la sala de su casa y en sus recamaras, la ubicación del dispositivo es la idónea para que los estudiantes no tengan la necesidad de encorvarse, cuentan con una luminosidad idónea así que no es complicado interactuar con ellos.

Contexto individual.

Para poder tener un mejor panorama sobre quiénes son los alumnos que componen al grupo G de la unidad psicopedagógica, nos dimos a la tarea de hacer una pequeña entrevista con sus madres; además de otros elementos que rescatamos mediante la observación. Así los describimos de la siguiente manera:

Ángel: Es un niño de 11 años que cursa el 6° de primaria. La condición que presenta son problemas de aprendizaje. Es un alumno alegre y risueño al que le gusta expresarse de manera recurrente, es participativo; muestra actitudes para el trabajo colaborativo.

Elizabeth: Tiene 10 años y cursa 5° de primaria. De acuerdo con el diagnóstico que delimitó el Instituto Nacional de Rehabilitación, la condición que presenta es Hipoacusia Bilateral Profunda y debido a una deformación de la cóclea el oído izquierdo tiene la audición más afectada, actualmente utiliza auxiliares auditivos, con la ayuda de ellos alcanza a escuchar ruidos ambientales muy fuertes, también la licuadora, el sonido de un camión, la ambulancia, los gritos y cuando le hablan fuerte. Sin auxiliares no logra oír casi nada. Elizabeth es una niña muy alegre, amable, cariñosa y sociable, le gusta ser compartida con todas las personas sin excepción alguna. Entre sus pasatiempos favoritos se encuentran correr, brincar, colorear, rayar, jugar con su hermana y pasar tiempo con su abuelita. No le gusta estar quieta en un solo lugar ni tampoco que se le ignore cuando trata de comunicar algo o que no le hagan caso.

Angie: Es educada, respetuosa, seria, trabajadora y ordenada. La estudiante es tímida por ello le cuesta trabajo relacionarse con sus compañeros y las docentes y decir lo que piensa, siente o necesita. En cuanto a su participación esta se le tiene que solicitar para que la realice, no tiene problemas para seguir indicaciones o instrucciones en las diferentes actividades. Cumple con lo que se le solicita, es responsable y respetuosa con todos.

Omar: Es alegre, educado, tiene autocontrol con las situaciones que se presentan, empático, cariñoso, creativo, respetuoso, trabajador y sociable. Sigue instrucciones o indicaciones, trabaja eficazmente de forma individual o por equipo. Participa frecuentemente, respeta turnos, es responsable y comprometido. Siempre muestra actitud y disposición para aprender.

Problemática

Derivado del tipo de interacciones que se llevan hoy en día notamos la poca convivencia que existe entre los integrantes del grupo G; ya que no es lo mismo interactuar de manera virtual que de forma presencial.

En el ambiente escolar y en la dinámica dentro de las aulas el maestro y el alumno tienen roles que cumplir, y una de sus labores importantes es poder generar un ambiente donde trasciendan las experiencias exitosas, donde los errores sean vistos como una oportunidad para generar mejores aprendizajes. Así mismo una de las cosas más importantes a las que contribuye el maestro es en lograr una convivencia dinámica, sana y armónica entre los diferentes agentes en el aula.

Ya que como sabemos:

...la colaboración social puede mejorar el aprovechamiento del estudiante. Si provee interacciones motivadoras o alentadoras, la colaboración contribuye al aprendizaje. Finalmente, las actividades sociales son interesantes por sí mismas y ayudan a mantener a los estudiantes involucrados en su trabajo académico. (Vosniadou, 2000; pág. 18)

Por lo que consideramos necesario generar actividades junto con un ambiente donde todos se sientan acogidos para poder expresarse, ser ellos mismos y lo más importantes que genere oportunidades para convivir y conocer a los demás.

Propuesta

Revisando en los programas de estudio del 2011 en ambos grados, quinto y sexto de primaria, (que son los que cursan los alumnos del grupo), seleccionamos el aprendizaje que consideramos más pertinente para dar pauta al desarrollo de nuestra propuesta y sobre todo que favoreciera en gran manera a la disminución de la problemática identificada. Finalmente se decidió utilizar el siguiente aprendizaje esperado: Comunica ideas, sentimientos y sucesos a otros a través de cartas. El cual pertenece a la asignatura de español porque consideramos que esta materia es un buen referente en cuanto al desarrollo de habilidades de expresión, participación e interacción social. Nosotros proponemos 3 actividades y en cada una de ellas buscamos objetivos específicos que nos ayudarán a cumplir dicho aprendizaje esperado. Sin embargo, a pesar de que este pertenece a la asignatura de español, los objetivos de las actividades involucran otras materias como lo son: formación cívica y ética y matemáticas

- Formación cívica y ética: contribuye al aprendizaje del sujeto en sí, desarrollo personal y social; aprenden a identificar sus características físicas, emocionales y cognitivas que lo hacen singular e irrepetible para también poder conocer a los demás
- Matemáticas: En relación con que usen sistemas de referencia convencionales para poder ubicar en el espacio puntos, espacios y/o objetos; así como apliquen el razonamiento matemático a la solución de problemas, personales, sociales y naturales; poniendo énfasis en que existen diversos procedimientos en resolver problemas particulares.
- Español: Es el conocimiento de la lengua española en forma oral y escrita para que el alumno maneje el vocabulario, la sintaxis (forma en que se conjugan las palabras) y la gramática (estudio de las reglas y principios que regulan el uso de las lenguas y la

organización de las palabras dentro de una oración).

Asignatura:	Español
Ámbito:	Participación Social.
Bloque:	IV
Aprendizaje esperado:	Comunica ideas, sentimientos y sucesos a otros a través de cartas.
Tiempo:	3 sesiones.
Grupo G:	5° y 6° primaria.

- **Primera Sesión**

Título:	Mi collage de las emociones
Objetivo:	Expresar emociones a partir de situaciones de la vida cotidiana
Materiales:	Imágenes, revistas variadas, una cartulina, pegamento, tijeras, plumones, una grafico con la rueda de las emociones, una foto del alumno.
Duración:	60 minutos aproximadamente.
Sugerencias:	Como sugerencia indagar, antes de llevar a cabo la actividad, si los alumnos han visto o conocen la película “Intensamente”
Secuencia didáctica:	
<p>A los alumnos se les presenta una serie de diferentes imágenes con situaciones de la vida cotidiana, situaciones donde vemos a personas expresando diferentes sentimientos y emociones. ¿Sabes que está pasando en la imagen? ¿Cómo te haría sentir a ti esa situación? Los alumnos escriben en un periodo de 2 minutos todas las emociones que ellos logren identificar a partir de las imágenes.</p>	

Después comparten entre ellos las que lograron identificar y con ayuda del maestro y la rueda de las emociones comprueban que tantas conocen

Una vez identificados los sentimientos y emociones que podemos sentir en diferentes situaciones. Los alumnos seleccionan aquellas que estén más presentes en su vida cotidiana, en caso de presentar alguna dificultad por poder identificarlas, podemos apoyarnos de los personajes de la película “Intensamente” (alegría, tristeza, temor, ira, asco); pegan su foto en el centro y buscan en sus revistas alguna imagen que los haga sentir así y escriben su nombre. Después el maestro pregunta: ¿Qué hago cuando me siento miedo...? (así consecutivamente con cada emoción), los alumnos vuelven a buscar en su revista alguna imagen con relación a su respuesta.

La actividad continúa con otra serie de preguntas y los alumnos buscando en su revista imágenes para poder representarlas: ¿En qué parte de mi cuerpo siento esa emoción?, ¿qué me hace sentir así?, ¿cómo actúo ante las demás personas cuando se presenta esa emoción?

Los alumnos reflexionan sobre aquellas emociones y sentimientos que son más difíciles de entender o controlar, detrás de la cartulina los alumnos escriben la frase: cómo puedo entender mejor esta emoción... y escuchan una lista de acciones que el maestro dice: platicar con alguien más, hablar conmigo mismo, hacer ejercicios de respiración, escribir sobre cómo me siento, hacer algo que me gusta (escuchar música, dibujar, algún deporte) ... O algunas que los estudiantes puedan decir.

Seleccionan la más adecuada, cada alumno, y con ayuda de su revista buscan imágenes en relación con su estrategia de autorregulación. Los alumnos pegan su cartulina en algún lugar visible de su casa, un lugar donde pasen la mayor parte del tiempo o

pasen de manera frecuente. Esta cartulina les servirá como un recordatorio de cómo actuar ante esas emociones o sentimientos que en ocasiones no podemos controlar de manera adecuada

- **Segunda Sesión.**

Título:	Conociendo a los demás.
Objetivo:	Que conozcan más sobre la personalidad y lo que caracteriza a cada uno de sus compañeros del grupo.
Materiales:	Pedir a los alumnos con anterioridad a la clase el objeto con el que se identifican. La Sopa de Letras que realizará la maestra
Duración:	60 minutos aproximadamente.
Secuencia didáctica:	
Inicio: Para iniciar la clase la maestra le pedirá a cada uno de los alumnos que explique a todos sus compañeros el momento más feliz y el momento más triste que han vivido (con apoyo del collage de las emociones que se realizó la clase pasada), aclarando lo más detallado posible el suceso y por qué experimentaron ese sentimiento.	

Desarrollo: Posteriormente todos mostraran el objeto que los caracteriza o con el que se identifiquen (que se les pidió con anterioridad a la clase) puede ser un juguete, dibujo, prenda de ropa, una foto, etc. De igual manera tendrán que exponerlo a sus compañeros y la maestra, respondiendo la siguiente pregunta: ¿Por qué elegiste este objeto y por qué te identificas con él?

A partir de las explicaciones, de escuchar como manifestaron sus sentimientos y ver las expresiones de sus caras, todos los alumnos deberán crearse una idea de cómo son sus compañeros en cuanto a personalidad, valores, actitudes y emociones que los caracterizan, gustos, disgustos, etc., ya que será un punto clave para la siguiente actividad. En este momento se hará uso de la “sopa de nombres” que es básicamente una sopa de letras en la que vienen escondidos los nombres de todos. Este segundo momento de la actividad consistirá en pedir a cada uno buscar entre la sopa de letras y el primer nombre que encuentren será la persona que deben describir según las impresiones que tuvieron.

Cierre: Al culminar esta actividad, todos deben decir cuáles fueron los puntos en los que sus compañeros acertaron y en cuáles no.

- ***Tercera Sesión.***

Título:

Vamos a construir una carta

Objetivo:	Comunicar ideas y sucesos a través de la escritura de una carta.
Materiales:	Celular, computadora o dispositivo donde se conecte el alumno, imágenes de manera digital.
Duración:	60 minutos aproximadamente.
Momentos de la secuencia:	
Cierre	
<p>Se retomará la actividad de la sopa de letras realizada la clase pasada para saber a qué compañero se le escribirá la carta; sólo en caso de que se repita el nombre de alguno de los alumnos se podrá cambiar de compañero.</p> <p>Dentro de la carta se desarrollan tres temas importantes para terminar de conocer a mi compañero:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Quién soy yo?: mi nombre, edad, que me gusta, que no me gusta, las actividades que hago, mi mejor amigo, como es mi familia; y otros temas en relación que hablen acerca del alumno. ● ¿Qué ha pasado esta cuarentena?: que he hecho en el confinamiento, que ha pasado en mi familia, cómo me siento, me gustaría regresar a la escuela, las actividades o lugares que me gustaría hacer después de que acabe el confinamiento ● Algo que me gustaría decirle a mi compañero. 	

Todos empiezan a redactar su carta.

Los alumnos también pueden incluir imágenes para hacer más fácil la lectura, expresar mejor sus ideas y ayudar a su compañero a comprender todo el contenido de la carta. Ejemplo:



En una ocasión con mi familia visitamos un museo.

Los alumnos indagan entre sí si cuentan con correo electrónico para enviar la carta, en caso de que no sea así pueden compartir entre ellos su teléfono de WhatsApp. Una vez terminada la carta, los alumnos podrán enviársela a su compañero vía correo electrónico o WhatsApp.

Evaluaciones

- **Evaluación para el grupo: Rubrica**

Mi collage de emociones:

Criterios	5	4	3	2	1
La/el estudiante es capaz de reconocer por medio de la vista los sentimientos de otras personas					
La/el estudiante muestra empatía hacia los sentimientos de otras personas					
La/el estudiante describe las emociones que están presentes en su vida diaria					
La/el estudiante reflexiona sobre las consecuencias de externar sus emociones y qué impacto tienen.					
La/el estudiante pondrá en práctica sus conocimientos previos para la participación grupal					

Total de puntos: _____

Conociendo a los demás

Criterios	5	4	3	2	1

La/el estudiante logra diferenciar un momento feliz de uno triste					
La/el estudiante es capaz de exponer sus ideas en frente de sus compañeros y docentes					
La/el estudiante logra un autoconocimiento a tal grado de poder identificarse con un objeto/juguete/dibujo/prenda etc.					
La/el estudiante describe a sus compañeros gracias a las ideas que manifestaron previamente					
La/el estudiante identificará el nombre de sus compañeros en una sopa de letras					

Total de puntos: _____

Vamos a construir una carta

Criterios	5	4	3	2	1
La/el estudiante identifica sus datos personales, sus gustos					
La/el estudiante describe los acontecimientos que ha vivido durante esta					

cuarentena en orden cronológico y con lógica					
La/el estudiante externa sus sentimientos y deseos con el grupo y hacia un compañero en específico					
La/el estudiante redacta sin faltas de ortografía					
La/el estudiante utiliza su imaginación para la elaboración de la carta					

Total de puntos: _____

- **Evaluación de la propuesta: Lista de cotejo**

CRITERIOS	SI	NO	OBSERVACIONES
La propuesta fue diseñada con base en los conocimientos previos de los estudiantes			
La propuesta es interesante a la hora de concretar los objetivos didácticos.			

La propuesta tiene presente todos aquellos aspectos relacionados con los temas transversales.			
Las actividades en la propuesta están íntimamente interrelacionadas.			
La propuesta está basada y cimentada en el DUA			
La propuesta va a permitir la valoración de los aprendizajes de los alumnos y la práctica docente del profesor			

Marco teórico.

¿Qué es una carta?

Es un medio de comunicación escrito que es enviada por alguien (emisor) y recibida por otra persona (destinatario) que tiene la intención de comunicar ideas, pensamientos, emociones, algún suceso o historia; etc. Puedes contar cualquier cosa interesante.

Puede ser enviada por el correo, suele ir doblada en un sobre cerrado, en cuyo frente aparecen el nombre y dirección del destinatario, mientras que en el reverso se encuentran el nombre y la dirección del remitente.

O con ayuda de las nuevas tecnologías a través del correo electrónico.

Existen dos tipos de cartas: la formal e informal. Y su diferencia puede radicar a quien va dirigida dicha carta; ejemplo escribimos cartas informales a nuestros familiares o amigos, pero cuando escribimos una carta formal puede ir dirigida a una institución, a un jefe o un maestro.

Las partes esenciales que no podemos olvidar en una carta son: fecha, saludo, cuerpo, despedida y una firma; en algunos casos puede llevar una posdata.

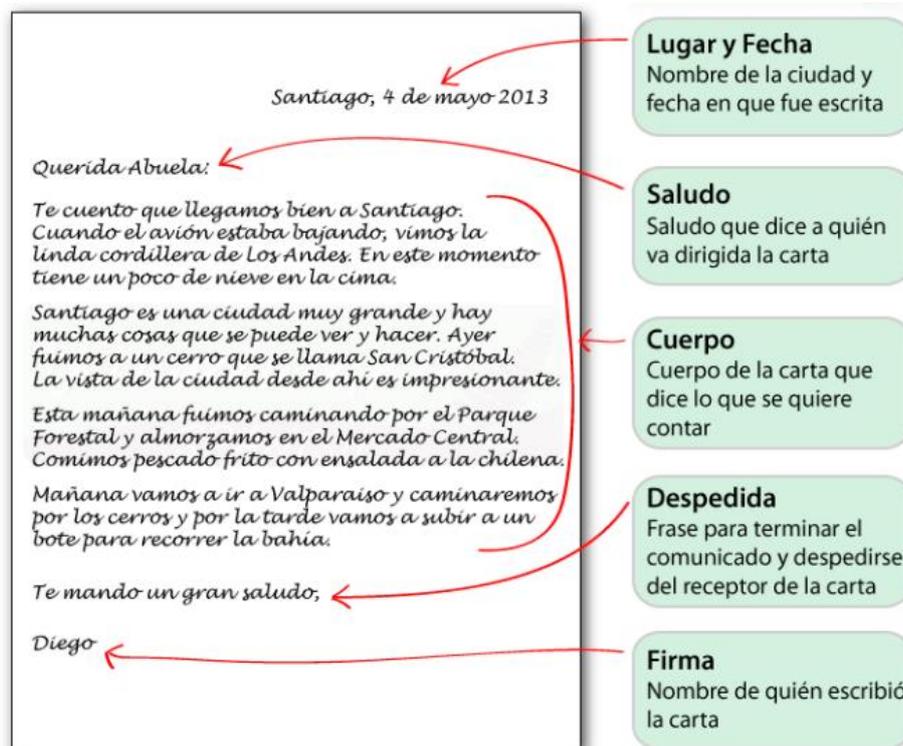
Debe estar escrita con coherencia, organización y claridad, con un lenguaje apropiado y conciso, actitud cortés y amable, buena ortografía.

Pueden tener otros estilos de carta dependiendo de su intencionalidad. Por ejemplo:

- Carta abierta, que está dirigida a una persona específicamente, pero que puede hacerse pública por el interés que reviste el tema en ella tratado.
- Carta de petición, para solicitar algún favor.
- Carta de invitación, para extender un convite a una persona.
- Carta de presentación, es la que se dirige a un potencial empleador para hacer una breve exposición de nuestros intereses profesionales, nuestras fortalezas y potencial.
- Carta de pésame, para manifestar nuestras condolencias a una persona con motivo de la muerte de un ser querido para el destinatario.
- Carta de disculpa, para expresar nuestras excusas ante un comportamiento o conducta impropia de nuestra parte.
- Carta de justificación, para explicar nuestras razones para actuar de determinada

manera.

- Carta de felicitación, para expresar nuestros parabienes a otra persona.
- Carta de recomendación, para mostrar nuestro respaldo y confianza hacia una persona.
- Carta de exhortación o consejo, para manifestarle a alguien lo que pensamos y lo que opinamos en determinada situación.



¿Qué son las emociones?

Se puede concluir que una emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a la acción (Bisquerra, 2000).

Las emociones son reacciones (alegría, tristeza, miedo, ira...) que tiene el ser humano ante ciertas circunstancias, son una respuesta a un estímulo externo o interno; existen múltiples emociones.

Existen diversos tipos de emociones que se clasifican en un orden que va desde las más básicas a las emociones aprendidas en diversos contextos.

- Emociones primarias o básicas: son aquellas que son innatas y que responde a un estímulo. Son: ira, tristeza, alegría, miedo, sorpresa, aversión.
- Emociones secundarias: son aquellas que se generan luego de una emoción primaria, vergüenza, culpa, orgullo, ansiedad, celos, esperanza.
- Emociones positivas y negativas: son las que afectan las conductas de las personas, por lo que algunas emociones pueden generar acciones o reacciones positivas como alegría o satisfacción, pero, hay otras emociones que provocan sentimientos perjudiciales para el individuo.

Así mismo podemos decir que las emociones tienen una finalidad, ejemplo:

- MIEDO: anticipación, protección.
- SORPRESA: Ayuda a orientarnos frente a la nueva situación.
- AVERSIÓN: rechazo.
- IRA: destrucción.
- ALEGRÍA: diversión.
- TRISTEZA: Nos motiva hacia una nueva reintegración personal.

Podemos expresar nuestras emociones de diversas maneras, una de ellas son nuestras expresiones faciales; hay sonrisas diferentes, que expresan diferentes grados de alegrías los cuales nos ayudan a expresar lo que sentimos, que en numerosas ocasiones nos es difícil explicar con palabras.

También podemos tener ciertas reacciones de tipo fisiológico como:

- Sonrojarse.
- Sudoración.
- Respiración agitada.
- Dilatación pupilar.
- Aumento del ritmo cardíaco.

A nivel cognitivo, es decir, en lo que concierne a nuestra capacidad de comprensión, juicio, memorización y razonamiento; internalizamos esa emoción. Por ejemplo el miedo: puede

hacernos perder la capacidad de controlar nuestra conducta haciendo que reaccionemos de manera similar a otras especies menos evolucionadas como los reptiles.

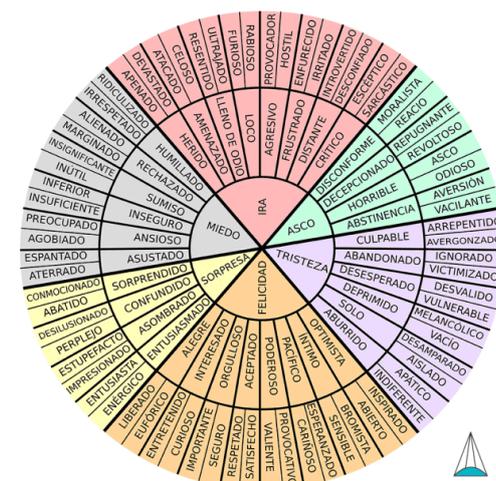
Las emociones son algo esencial para la memoria ya que nos ayudará tomar decisiones, razonar y hacer juicios, para nuestra conducta, nuestras relaciones sociales y nuestro bienestar ya que:

- Los recuerdos que conservamos son mayoritariamente emocionales.
- Necesitamos tensión emocional para decidir.
- Decidimos muchas veces de manera emocional.
- Las emociones nos preparan, nos motivan y nos guían.

Cuando hacemos conscientes (las entendemos, les damos un nombre) nuestras emociones estas son llamadas sentimientos. Un sentimiento se inicia con una emoción, pero se puede alargar, hay sentimientos que pueden durar toda la vida.

No suelen estar relacionados con sensaciones físicas intensas, son más suaves y no ponen en marcha comportamientos de manera inmediata.

Para comprenderlo mejor, podemos hablar de la reacción emocional de miedo ante una serpiente que hemos visto en el campo mientras que hablamos de sentimiento de miedo hacia las serpientes, algo más general y no vinculado a una situación determinada.



¿Qué es la expresión?

Una expresión es la representación o materialización de una idea, mediante el uso de recursos como el habla, la escritura o el lenguaje corporal. Es uno de los principales mecanismos cognitivos que permiten la comunicación entre la mayoría de los seres vivos que habitan la tierra; cada organismo tiene su propio método para informar a otro de su misma especie su estado, aunque sólo se trate de un instinto primitivo de protección o socialización. Igualmente, el término “expresión”, se suele emplear como sinónimo de una palabra o frase con particularidades culturales.

El término “expresión” proviene del latín *expressio*, de donde proviene también el verbo “exprimir”. Está formado por el prefijo *ex-* (“afuera”) y *premere* (“apretar”), en el sentido de que una expresión es lo que sale de algo cuando se lo exprime, y figuradamente, es aquello que también “sale” de nuestros cuerpos.

Así, aquello que se expresa es lo que se comunica a los demás, mientras que aquello que permanece oculto está, justamente, sin expresar, sepultado dentro de nosotros mismos. Expresarse, por lo tanto, equivale a sacar de adentro de uno mismo lo que se quiere decir.

Lo que llamamos expresión es, al mismo tiempo, al acto y al resultado de dicho proceso de manifestación de una información. Por eso, se suele hablar de expresiones para referirse a palabras, frases y modismos del lenguaje verbal con los cuales podemos comunicarnos (como en “expresiones extranjeras”), o a las diferentes manifestaciones de otro tipo de información (“expresión genética” en biología, o “expresión analítica” en matemática).

De manera similar, cuando hablamos de llevar algo a su mínima expresión o a su máxima expresión, nos referimos a llevarlo a su manifestación más baja (débil, discreta, pequeña, etc.) o más alta posible (fuerte, escandalosa, grande, etc.), respectivamente.

Generalmente, los seres humanos disponemos de dos maneras principales de expresarnos conscientemente: la oral (hablada) y la escrita. Las dos son muy distintas, a

pesar de estar relacionadas y depender del lenguaje verbal.

- **La expresión oral** implica el conjunto de factores que afectan la comunicación humana a través de una lengua compartida entre emisor y receptor. En ella intervienen elementos como la voz, la dicción, la fluidez del habla, así como elementos paralingüísticos, como la gestualidad, la proxémica, etc. A menos que intervengan aparatos de grabación, la expresión oral es presencial y efímera, o sea, ocurre en el lugar y el momento en que estén emisor y receptor, y luego desaparece, y se trata del mecanismo más antiguo y natural del ser humano, que emplea los distintos órganos que componen su aparato fonador.
- **La expresión escrita** en cambio responde a la invención de una de las más importantes y revolucionarias tecnologías inventadas por la humanidad alrededor del año 4.000 a. C., o sea: la escritura. Con ella se intenta solventar los problemas de presencialidad y desaparición de la comunicación oral, ya que la escritura permanece en el tiempo y puede comunicar a dos o más personas que sepan leer, incluso si están separadas por kilómetros de tierra o por el paso de los siglos. La expresión escrita, así, requiere de un aprendizaje y una práctica, ya que es algo adquirido y artificial. Involucra tanto a la lectura como la escritura, es decir, la capacidad de generar y de interpretar símbolos visuales plasmados en un soporte físico.

Expresión corporal

La expresión corporal es la capacidad de transmitir información de manera no lingüística, a través de las posturas y los movimientos del cuerpo. Este tipo de expresión suele acompañar al habla y a menudo incluso transmitir información contraria a la dicha, ya que la forma en que el cuerpo actúa puede expresar, inconscientemente, contenidos que se desea ocultar.

El dominio de la expresión corporal es común en oradores, políticos y otras profesiones en

que se requiere de un control pleno sobre el mensaje transmitido. Es una fuente de información continua que obedece a ciertos códigos culturales y sociales.

Por ejemplo, unos brazos sólidamente cruzados sobre el pecho suelen interpretarse como un mensaje de desconfianza, defensividad o incluso superioridad (razón, esta última, por la cual veremos ese gesto repetirse en superhéroes y otros personajes ficticiales cuya fuerza se desea resaltar).

En el caso de la expresión corporal que únicamente atañe a las posiciones y movimientos del rostro, se la conoce comúnmente como expresión facial.

¿Qué es la convivencia?

La convivencia es considerada como la coexistencia física y sosegada entre un grupo de personas al que les corresponde compartir un determinado espacio. Se trata entonces de la serenidad y la armonía que se busca en una relación de personas que por algún motivo deben pasar unidos un cierto período de tiempo. Por otro lado, se estima que esta práctica está basada principalmente en la tolerancia, factor sumamente importante a la hora de compartir la vida diaria o rutinaria con alguien más.

La convivencia se logra porque el ser humano es totalmente sociable, no se puede vivir sin ninguna psicopatología encontrándose totalmente solo, la interacción entre varios individuos es fundamental para poseer y preservar una buena salud mental; a pesar de ser absolutamente necesario esta no es un método fácil de practicar, aparte de poseer tolerancia por los distintos caracteres que posea cada quien, se debe contar con respeto, y sobre todo solidaridad con el compañero o compañera de vida, la convivencia se ve afectada en una nación sobre todo cuando hay mezcla de culturas, de etnias, o inclusive mezclas entre nacionalidades.

Importancia de la Convivencia

En la historia de la Humanidad, la capacidad de convivir con otros seres humanos no ha

sido solamente importante, sino que también ha sido necesario. El ser humano es un ser gregario que no puede vivir solo fácilmente. Es por eso que la convivencia entre los distintos individuos es un pilar básico y elemental de la vida humana.

Aprender a convivir supone aprender a sobrevivir y a proyectarse, conectando con otros, en sus intereses y objetivos. Continuamente las personas se ven afectadas por el ambiente en el que se desarrollan o donde aprenden a desenvolverse.

Es por eso, que buscar un ambiente adecuado donde el respeto y los valores sean primordiales para la convivencia. El proceso de socialización consiste en la apropiación de la experiencia social del individuo para poder integrarse en sociedad.

Este proceso transcurre a lo largo de la vida y se caracteriza por la influencia que ejercen los grupos sociales. Gracias a esto más la recepción activa de la persona es posible proceder a tener una convivencia social.

Poder hacerlo de manera sana y adecuada puede ayudarnos a lograr tener una vida social pacífica y placentera. Debemos respetar los valores de la convivencia y los derechos de las demás personas para así tener éxito al convivir.

Si bien no con todas las personas podremos convivir de la mejor manera es importante demostrar una buena convivencia. Dentro de la sociedad existen distintos roles o papeles que desarrollamos dependiendo en las situaciones en las que estemos.

Referencias

ALkemy. (2018) Qué son las emociones. Alkemy diagnóstico. URL <http://www.alkemydiagnostico.com/novedades/noticia/325>

Bisquerra Alzina R. (2009) Psicopedagogía de las emociones. Madrid:España. Editorial Síntesis.

De los Santos E. (2018). IMPORTANCIA DE LA CONVIVENCIA SOCIAL. s.f, de Parques Alegres Sitio web: <https://parquesalegres.org/biblioteca/blog/importancia-convivencia-social/>

Fuentes C. (2019) Técnicas para desarrollar el autoconocimiento. Instituto de bienestar integral. URL: <https://www.institutodebienestarintegral.com/tecnicas-para-desarrollar-el-autoconocimiento/>

Hernández D, Villán E. (2014). Actividades de presentación. s.f, de PROFEdeELE Sitio web: <https://www.profedeele.es/profesores/actividades-presentacion-primer-dia-clase/#seccion1>

Importancia de la Convivencia. (2015). Importancia de la Convivencia. s.f, de Importancia una guía de ayuda Sitio web: <https://www.importancia.org/convivencia.php>

Pérez M. (2021). Convivencia. s.f, de Concepto Definición Sitio web: <https://conceptodefinicion.de/convivencia/>

Raffino M. (2021). Concepto de Expresión . 2020, de Concepto.de Sitio web: <https://concepto.de/expresion/>

SEP (2011). Programa de estudios 2011. Guía para el maestro. Educación básica primaria, sexto grado. URL: http://edu.jalisco.gob.mx/cepse/sites/edu.jalisco.gob.mx.cepse/files/sep_2011_programas_de_estudio_2011.guia_para_el_maestrosexto_grado.pdf

Significados.com. (2019) Emoción. URL <https://www.significados.com/emocion/>

-- (2018). Carta URL <https://www.significados.com/carta/>

Vosniadou S. (2000) Cómo aprenden los niños. Bruselas, Bélgica:Academia Internacional de Educación.

Woodwar Ltda. (2021) Las partes de una carta. <https://www.spanish.cl/vocabulario/partes-de-una-carta.htm>

Yirda A. (2020). Expresión. 2020, de Concepto Definición Sitio web: <https://conceptodefinicion.de/expresion/>