

**Escuela primaria Emiliano Zapata
Turno Vespertino. C.C.T 15EPR2044I
Profesora: Brenda Berenice Fabila
Sánchez.**

Proyecto: Las Emociones.

Fecha: 02/Jun./2021.

Presentación.

El presente documento tiene como fin hacer un acercamiento a las emociones de nuestros estudiantes como una herramienta para mejorar el aprendizaje y habilidades dentro del mundo educativo.

Sabemos que las emociones son un factor importante que permea la conducta y las relaciones interpersonales de los niños dentro y fuera del contexto escolar.

Es por eso por lo que se rescata una recopilación de diferentes autores que nos orientan y nos dan herramientas para el trabajo de estas dentro del aula.

Objetivo

Que los alumnos identifiquen sus emociones y aprendan a controlarlas o sobrellevarlas como una manera de fortalecer su aprendizaje dentro del ámbito educativo.

Objetivos generales.

Que el alumno aprenda que es una emoción

Que el estudiante identifique sus emociones y trabaje sobre ellas.

Mejorar las emociones en los alumnos como una estrategia de crear y reforzar los vínculos docente- estudiante que favorezca el aprendizaje del alumno.

De acuerdo con la Página divulgación dinámica THE EDUCATION CLUB “son reacciones psicofisiológicas que representan modos de adaptación a ciertos estímulos del individuo cuando percibe un objeto, una persona, un lugar, un suceso o un recuerdo importante.” ¹

Sabemos que muchas de las situaciones que se presentan con los alumnos son factor que permea las condiciones de aprendizaje y emociones de los alumnos y que de una manera u otro lo reflejan en sus actividades diarias.

De acuerdo con Lucía Graterón, Médico, Neuróloga y Doctora en Neurociencias de la Universidad de Navarra:

No hay aprendizaje sin emoción. Todo aprendizaje implica una experiencia afectiva porque los centros nerviosos y los neurotransmisores que regulan la motivación y la emoción están involucrados en los procesos de aprendizaje. ²

Es decir, el aprendizaje de los educandos si es una reacción que moldea partir de sus experiencias, el cómo es y qué es lo que lo determina como un ser perteneciente dentro de un grupo, forjando su personalidad y la forma de comunicarse con otros. Es de suma importancia antes que enseñar a un alumno como aprender a trabajar sus emociones que el docente aprende a reconocerlas y manejarlas, porque es un factor importante que influye dentro de la educación y formación del educando.

El primer paso que se debe dar es reconocer mis emociones y también saberlas manejar dentro y fuera de mi contexto escolar. Para posteriormente con ellos definir que son las emociones, cómo es que las identifican y por qué nombre, pero sobre todo enseñarles que no está mal sentir y expresar en el momento lo que piensan y cómo es que as reflejan entre pares.

¹ A. (s.f) ¿qué son las emociones? Consultado el 07/09/20 Disponible en: <https://www.divulgaciondinamica.es/blog/tipos-de-emociones/#:~:text=Las%20emociones%20son%20reacciones%20psicofisiol%C3%B3gicas,comunes%20a%20todas%20las%20culturas.>

Sobre todo, ellos están en una etapa donde es muy fácil moldear las conductas y que mejor que con el ejemplo, muy bien lo dice uno de los catorce principios pedagógicos el docente es moldeador de al aprendizaje.

Influyen sobre estos varios factores entre ellos el nivel socioeconómico de las familias, el contexto cultural y político donde vivan, las relaciones dentro del núcleo familiar, la comunicación entre padres e hijos y la validación de ellos como personas que sienten y adoptan formas de ser y estar dentro de un contexto.

“Sabemos que las emociones son importantes en la educación, que impulsan la atención, lo que a su vez potencia las unidades de aprendizaje y de memoria. Pero debido a que no comprendemos plenamente nuestro sistema emocional, no sabemos exactamente cómo regular en el aula.”²

Por muy buenas que sean nuestras estrategias dentro del aula, de nada apoyarán y fortalecerán los conocimientos del alumno si el no está centrado en la clase o si su mente está divagando en diversas situaciones que le afectan. Sobre todo, sabemos que la atención en niños pequeñas dura muy poco y que el cerebro después de cierto tiempo necesita oxigenarse para de nuevo estabilizarse y concentrarse.

Existen muchas actividades implementadas que favorecen este aspecto entre ellos se encuentran:

1. Juegos
2. Cuentos
3. Memoramas
4. Dominós
5. Diccionarios
6. Fábulas
7. Lotería
8. Juega con mímica

³ A. (s.f.) “Cómo las emociones afectan el aprendizaje” Consultado el 10/09/20. Disponible en: <https://cuentosparacrecer.org/blog/como-las-emociones-afectan-el-aprendizaje/>

Que son mecanismos diseñados para que de forma divertida los niños fortalezcan esta área de las emociones, pero, sobre todo, que partir de estas actividades ellos aprendan a expresar lo que sienten y piensan de su entorno, pero de forma respetuosa e inteligente donde también les permita crear mecanismos de defensa y a la vez liberen esa energía que trae consigo el bajo rendimiento escolar.

Cuando un niño siente validado sus emociones es más sano para ellos ya que favorecen su autoestima y seguridad como sujeto. Como docentes debemos aprender a conocer a nuestros estudiantes ya que pasamos mucho tiempo con ellos es como su segundo hogar y cuando un alumno no tiene la suficiente confianza de expresar lo que piensa y siente con su maestro muy difícilmente lo hará con sus amigos o compañeros de clase ya que se cierran por temor a ser juzgados y señalados.

Lo que a largo plazo influirá en los procesos no solo cognitivos si no también personales y afectivas en la etapa adulta.

Una de las actividades que yo simplemente dentro de mi Salón de clases fue el jugar con mímica, al principio debo reconocer que me costó mucho que los niños participarán por temor a ser señalados o que se burlarán, y es un temor normal.

Yo los sentaba en el piso en forma de círculo, les daba la confianza de que ellos se sentaran con su compañero o amigo con el que más confianza tenía y al principio note que se formaban muchos grupitos y que excluían algunos compañeros, lo que en primer momento me hacía mucho eco ya que Desafortunadamente con quien no se sentaban eran alumnos retraídos y que curiosamente tenían un bajo rendimiento escolar. Lo que yo hacía era dejarlos ser, pero al igual que ellos yo me sentaba en el piso de manera que ellos entrarán en mucha más confianza y pudieran sentirse libres de expresarse y moverse. Comenzaba con una actividad que yo sabía que les gustaba mucho y era la de "Pato, Ganzo" a los más tímidos siempre los dejan al último y los populares al principio cuando me toco mi turno yo elegí uno de sus alumnos tímidos y hacían la actividad y la disfrutaban igual que los demás. Al finalizar yo les pedí que me

dijeran porque eligieron a esa persona y se escuchan muchos comentarios como; es que él es risueño, él es compartido, el me presta sus cosas, y cuando me toco mi turno yo expresaba adjetivos bonitos de los niños que les costaba participar y en gran medida influyo para que sus compañeros se acercaran posteriormente a ellos pero para los niños les daba seguridad de acercarse y platicar con los demás cuando tenían esa misma seguridad y los reconocían como iguales.

“Las escuelas debería centrarse más en las actividades metacognitivas que alientan a los estudiantes a hablar de sus emociones, escuchar a los sentimientos de sus compañeros, y pensar en las motivaciones de las personas que entran en su mundo curricular. Por ejemplo, el simple uso de por qué en una pregunta se”³

Nosotros somos parte fundamental de este proceso y el negarlos, evidenciarlos, o ignorarlos les afecta en distintos aspectos y como docentes a veces no somos conscientes de esa necesidad y de sus sentimientos de nuestros alumnos.

Conclusión.

La validación de las emociones fortalece los ámbitos educativos dentro del aula además de las relaciones interpersonales del educando, cuando el docente no es consiente de este proceso y evita trabajar con ellos esta parte es probable que las deficiencias en alumnos con mayor rezago educativo sean más notorias y que en gran medida conlleven a la deserción escolar o la apatía hacia la educación y la formación personal del alumno.

4

³ Graterón. L (2013) ¿Cómo influyen las emociones en el aprendizaje escolar? Consultado el 08/09/20. Disponible en: <https://www.grupoeducar.cl/noticia/como-influyen-las-emociones-en-el-aprendizaje-escolar/>

² Graterón. L (2013) ¿Cómo influyen las emociones en el aprendizaje escolar? Consultado el 08/09/20. Disponible en: <https://www.grupoeducar.cl/noticia/como-influyen-las-emociones-en-el-aprendizaje-escolar/>