

2021. "Año de la Consumación de la Independencia y la Grandeza de México"

**GOBIERNO DEL ESTADO DE MÉXICO**  
**SECRETARIA DE EDUCACIÓN.**  
**SUBDIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN BÁSICA DE ECATEPEC**

**SUPERVISIÓN ESCOLAR ZONA P299**

**ESCUELA PRIMARIA JUANA DE ASBAJE**

**CCT: 15EPR4094D TURNO MATUTINO**

**"ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS PARA EL TRABAJO DE LAS  
EMOCIONES"**

**(INFORME DE RESULTADOS)**

**PROFESORA. MARÍA FERNANDA ORDOÑEZ CASTILLO**

**Ecatepec de Morelos, México 28 de junio de 2021**



## Introducción

La importancia del desarrollo psicosocial en la niñez intermedia, visto desde la perspectiva neopiagetiana, para que las alumnas y los alumnos aprendan mejor es importante identificar los aspectos a desarrollar para un mejor desempeño académico donde es relevante ver a fondo lo siguiente: su autoestima, el crecimiento emocional, la familia y el entorno y como estos pueden equilibrar su salud mental, controlando el estrés, siendo más flexibles.

La vida del ser humano es importante para su desarrollo, ya que es durante la infancia donde fortalecen su personalidad. Se valora el desarrollo emocional y social en los niños en la edad escolar, empezando desde la educación inicial hasta la superior; la niñez es una etapa donde descubren actitudes, valores y habilidades, van formando su personalidad la cual va a influir en las demás etapas de desarrollo. Sabemos que la familia es un vínculo vital, el factor económico, su composición, contexto, armonía familiar, además de que son fuente de la personalidad.

La finalidad es que las alumnas y los alumnos que se encuentran entre los 6 y los 12 años de edad, fortalezcan sus emociones, equilibren su yo real y su yo ideal, para mejorar su desempeño académico, desarrollando su autoestima. Haciendo una valoración de su propio valor global.

“Lo más importante en la infancia intermedia es la autoestima, tener una alta autoestima te brinda seguridad, eres positivo y te enorgulleces de ti mismo, una baja autoestima te hace negativo e inseguro y es más difícil adquirir el conocimiento.”  
(Papalia, Desarrollo Humano , 2001)

En la etapa intermedia de la niñez para las alumnas y los alumnos lo más importante es la apariencia física, su comportamiento, su desempeño escolar, su capacidad ética, la aceptación y valoración de sus áreas de oportunidad.

“Si hablamos del crecimiento emocional, a los 7 u 8 años los niños internalizan la vergüenza y el orgullo, comprenden sus emociones” (E., 2001)

Un aspecto del crecimiento emocional consiste en el control de las emociones negativas, como el enojo, ira, envidia, desesperación, culpa, frustración, celos, depresión, enfado, miedo, tristeza, etc. los menores que expresan más sus emociones suelen desenvolverse con mayor eficiencia y tienen mejor habilidad social, son más empáticos, por eso la importancia de tener alumnas y alumnos plenos tanto en su vida personal como escolar, con un desarrollo sano y positivo que les permita lograr sus aprendizajes significativos.

Las experiencias culturales, los valores que definen el ritmo de la vida familiar y los roles que juega cada uno de los integrantes, determinan el desarrollo óptimo de las niñas y los niños.

La correlación y la disciplina son factores que fortalecen en el buen desarrollo de los infantes, los padres o tutores son los individuos que nos apoyan supervisando el ejercicio de la disciplina, así mismo los menores ejercen la autorregulación. Es una etapa donde las niñas y los niños comienzan a vincular las normas de convivencia y tienen mayor control de sus emociones. Es bueno implementar técnicas inductivas donde los menores tengan límites y reglas para una convivencia sana, armoniosa y pacífica. Con ayuda de estos elementos las alumnas y los alumnos se fortalecen, son responsables, maduros y listos.

En la niñez intermedia alcanzan un sentido de la identidad, aprenden habilidades de liderazgo, comunicación, cooperación, tienen roles o papeles y reglas.

El vínculo de la amistad en un grupo de pares también brinda seguridad emocional, en esta edad los niños son más susceptibles a la presión social, pueden llegar a ser sociales o antisociales en esta etapa el vínculo suele ser más comprometido suelen compartir sus sentimientos y secretos con sus pares, entre los 9 y 15 años la amistad es más estrecha, mutua y compartida.

El estrés puede generar angustia y problemas psicológicos, los niños muestran flexibilidad al sobrevivir a ciertos suplicios (como el divorcio, pérdidas, pobreza, entre otros). Cuando presentan una infancia de angustia suelen crecer más rápido. Cuando las niñas y los niños logran externar sus emociones les es más fácil desenvolverse en su entorno y la relación familiar es favorable, un entorno escolar adecuado de cobijo y de seguridad donde predomina el estudio, el deporte y la música, permite un desarrollo positivo en los estudiantes.

## Presentación

Desde el inicio de la cuarentena debido a la pandemia de COVID 19 la situación en casa y escuela dio un cambio inesperado y radical, los padres, alumnos y docentes tuvieron que modificar la manera de aprender y enseñar, implementando distintas estrategias que ayuden al avance educativo de las alumnas y los alumnos, de la misma manera es importante trabajar el ámbito emocional ya que este ha tenido ciertas afectaciones no solo en los alumnos si no también en toda la familia, es importante recordar que al tener un buen estado emocional las niñas y los niños logran aprender de manera positiva, creativa y colaborativa, por lo tanto, es necesario generar actividades donde los menores puedan externar sus emociones.

Como se mencionó anteriormente los acuerdos ayudan a una sana convivencia de las alumnas y los alumnos, por ello es necesario establecer acuerdos de convivencia en el hogar y en el aula.

El grupo de cuarto grado grupo A está conformado por 15 niñas y 17 niños cuenta con cinco alumnos de 8 años y 24 alumnos de 9 años, con el aprendizaje a distancia arrojaron la siguiente información.

Cada niño crece y adquiere habilidades a su propio ritmo, algunos alumnos pueden estar adelantados en un área, como el lenguaje, pero atrasados en otra, como el desarrollo sensorial y motor. Pueden leer y entender frases más largas de hasta 12 palabras. Pueden sumar y restar números de 2 cifras, entender fracciones y están aprendiendo a acarrear (llevar) y tomar valores prestados, piensan en forma independiente, la mayoría de los alumnos están mejorando sus habilidades para tomar decisiones, pueden realizar tareas y proyectos escolares cada vez más complejos, como informes de libros, reconocen normas sociales básicas y conducta adecuada, a menudo leen con una meta de aprender acerca de algo de interés, manifiestan características del habla que se encuentran casi a un nivel adulto. Es un grupo que participa en armonía, tengo contacto con todos los alumnos vía WhatsApp, solo con un alumno me comunico vía telefónica, el 90 % de la matrícula del grupo se conecta por la plataforma virtual Meet para las video clases.

Al inicio del ciclo escolar 2020-2021 se realizó una encuesta llamada "Así soy" la cual arrojó los siguientes datos: El grupo cuenta con el 47% de alumnos de familia nuclear (formada por madre, padre e hijos), 36% de alumnos con familias extendidas (formada por parientes cuyas relaciones no son únicamente entre padres e hijos puede incluir abuelos, primos y otros), 14% de alumnos con familias monoparentales (formada por uno de los padres y sus hijos) y 3% un alumno con familia ensamblada.

En la familia los integrantes que trabajan se dividen de la siguiente manera: en la familia de 5 alumnos trabaja su madre, en las familias de 9 alumnos trabaja su padre, en las familias de 17 alumnos trabajan ambos padres.

Los alumnos que cuentan con apoyo en tareas son: a 6 alumnos los apoyan en tareas ambos padres, a 18 alumnos apoyan en tareas la madre, a 8 alumnos los apoyan otras personas.

En cuanto a convivencia familiar 31 alumnos reportan que la convivencia es buena y 1 alumno reporta que es regular.

En el ámbito de juego en la encuesta 11 alumnos reportan que utilizan juegos de mesa, 8 alumnos juegos tradicionales, 10 alumnos juegan videojuegos, 10 alumnos practican deporte, 12 alumnos practican todos los anteriores, de estos alumnos los que juegan con ambos padres son 3, con mamá 1, solo con papá 2, 6 juegan con primos, 8 juegan con hermanos, 2 juegan con amigos, 17 alumnos juegan con toda la familia.

Los alumnos que platican lo que les sucede son: 15 alumnos le cuentan a su madre lo que les sucede, 7 alumnos les cuentan lo que sucede a sus padres, 5 les cuentan a sus hermanos y 2 alumnos les cuentan a otras personas.

En cuanto a convivencia y socialización 29 alumnos tienen amigos en el salón de clases 3 alumnos no tiene amigos en clase. A los alumnos que les gusta trabajar en equipo son 19 y los alumnos que prefieren trabajar solos son 13.

En cuanto a sus canales de aprendizaje: cuento con 4 alumnos que aprenden mejor de manera visual, 2 alumnos que su canal de aprendizaje es más auditivo y de los cuales 26 alumnos son kinestésicos.

Se implementó esta estrategia de convivencia sana, por lo que se les pidió a las alumnas y los alumnos que junto con su familia establecieran acuerdos en el hogar y posteriormente se les pidió realizar acuerdos de convivencia en el aula con el apoyo de la maestra, para así lograr una convivencia armónica, cooperativa, equitativa, inclusiva y solidaria, para fortalecer al ciudadano que en un futuro tendrá que convivir en una sociedad en donde pondrá en juego todo lo que aprendió tanto en casa, en la escuela y con los amigos.



## Estrategias emocionales

La primera estrategia que implementé fue “Me dejo caer con confianza” esta estrategia emocional es donde la unión familiar y la confianza juegan un papel importante, las alumnas y/o alumnos, con sus hermanos, padres y madres se turnan para dejarse caer en sus brazos donde fortalecen el vínculo de la confianza.



Se realizó un ejercicio de confianza.

La segunda estrategia se vincula con un juego tradicional es “Las sillas de las emociones” donde las alumnas y alumnos juegan con sus familiares fortaleciendo la unión familiar donde el alumnado se organiza con sus familiares y realiza este juego donde bailan y los que pierdan dicen una frase a algún familiar de lo que sienten y dialogan de lo que se siente perder y como manejar ese sentimiento en la familia.

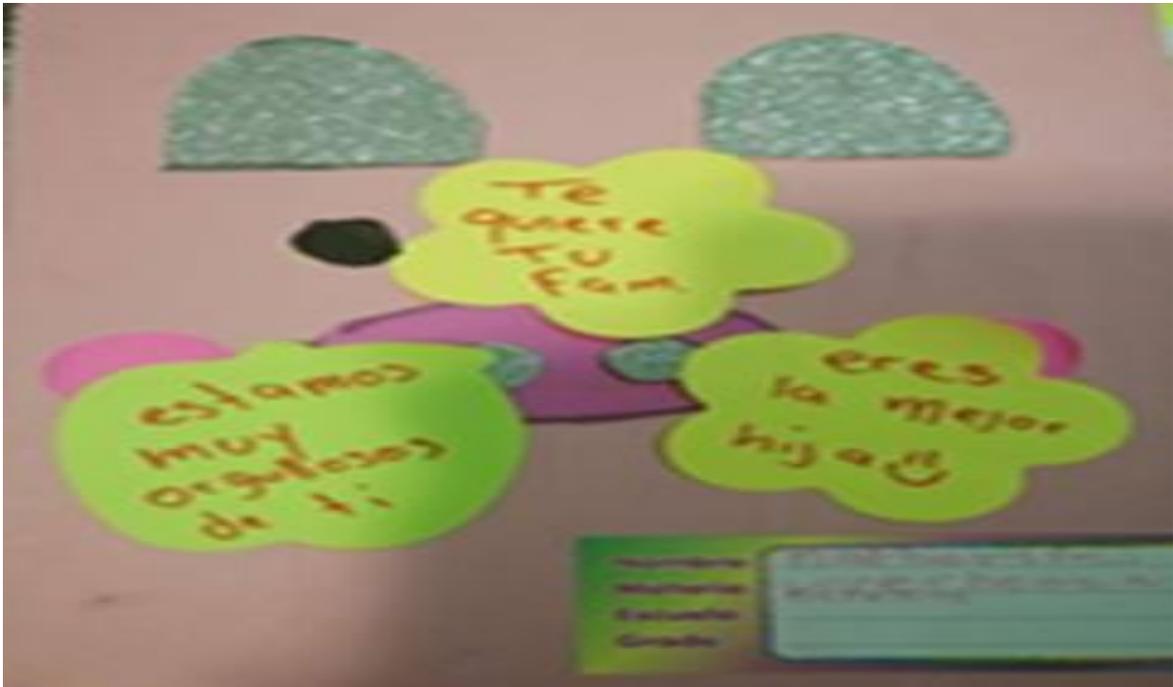


Se les pide que realicen juegos tradicionales.

La tercer estrategia utilizada fue el “Diario de las emociones” implementado en el ciclo escolar 2020-2021 el cual se trabajó durante el primer trimestre, donde las alumnas y los alumnos externaron lo que sentían y los padres debían leer ese diario para conocer las emociones, inquietudes, preocupaciones y sentimientos de sus hijas e hijos, de esta manera se estimuló la expresión emocional en familia, los padres colocaban pequeñas notas motivadoras en sus diarios de manera esporádica, para que las alumnas y los alumnos tuvieran mayor soltura al expresar lo que sienten, pero ya de manera oral o escrita donde lograron externar sus emociones.

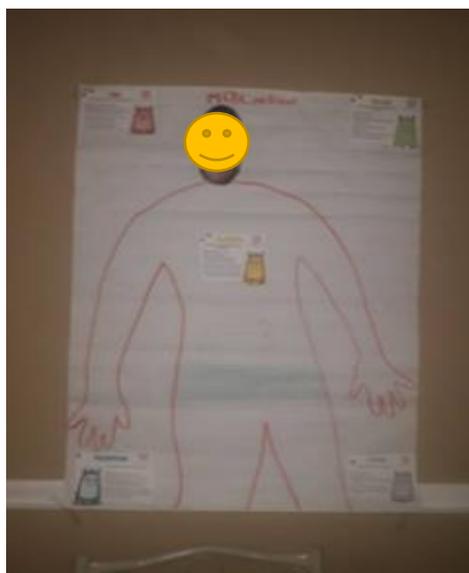


En esta imagen podrán ver como se trabajó el diario de las emociones y las notas motivadoras.



La cuarta estrategia emocional que fortaleció su autoestima positiva fue “Yo soy” la cual consistió en dibujar el contorno de su cuerpo en un papel bond, pegaron una fotografía, en el papel escribían 10 virtudes las cuales debían leer durante 66 días consecutivos al iniciar el día.

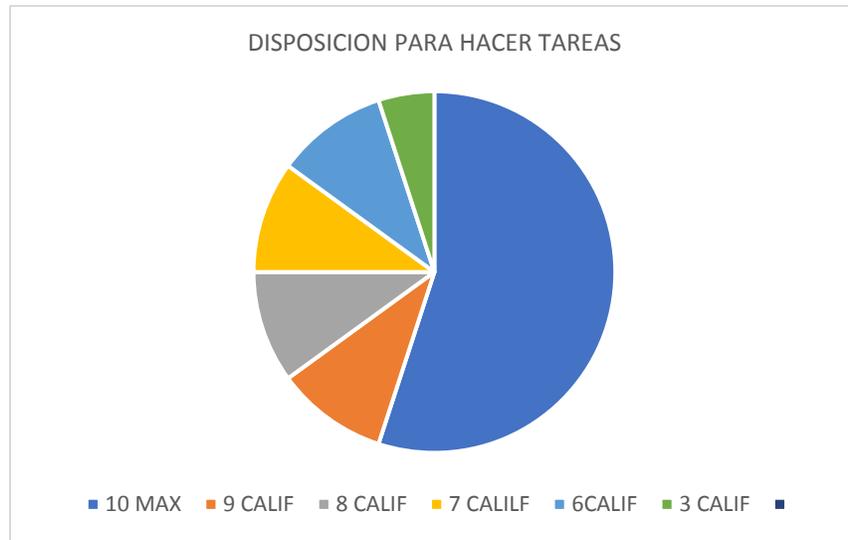
Un interesante estudio de la Universidad de Londres (University College London) concluye que se tarda entre 18 y 254 días en adquirir un nuevo hábito y que la mayoría de las personas lo consiguen a los 66 días. “Es evidente que esta gran variabilidad dependerá de lo complejo que sea el hábito a adquirir.” (Neuronas en crecimiento, 2015)



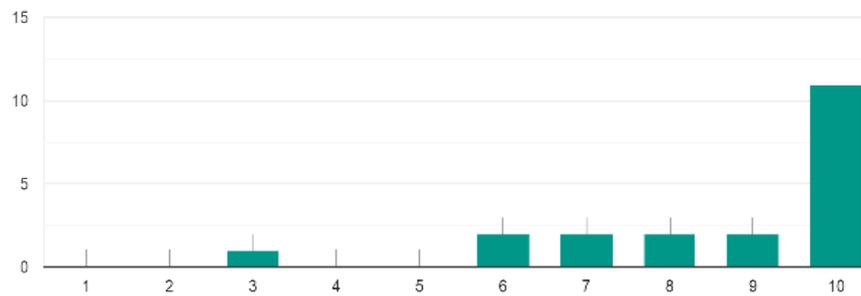
En el periodo de adaptación en septiembre – octubre 2020 se realizó una encuesta donde las alumnas, alumnos, padres, madres y tutores respondieron un formulario elaborado por la docente para conocer su opinión, ya que manifestaron que las alumnas y los alumnos se sentían muy estresados y apáticos, ante la gran cantidad de tareas al realizar por día, esta carga excesiva de trabajo los estaba afectando emocionalmente, después de haber analizado los resultados arrojados en el formulario llegué a la conclusión de que las actividades que había planeado se convirtieron en un trabajo desmedido y al hablar con las familias del grupo se llegó al acuerdo de que es mejor disminuir las tareas, con la asesoría de mis compañeros docentes y directivo logré apoyarme en la programación de Aprende en casa II y reorganizar la cantidad de actividades planeadas. Es por ello que se requiere seguir fortaleciendo la relación emocional entre alumnas, alumnos y docente, para mejorar el ámbito de los aprendizajes. “desarrollar actividades que fortalezcan su tolerancia a la frustración y le permitan establecer una mejor convivencia con sus compañeras y compañeros de forma virtual y a distancia” (Dirección General de Gestión Escolar y Enfoque territorial, 2021)



Cuestionarios aplicados a padres y alumnado.

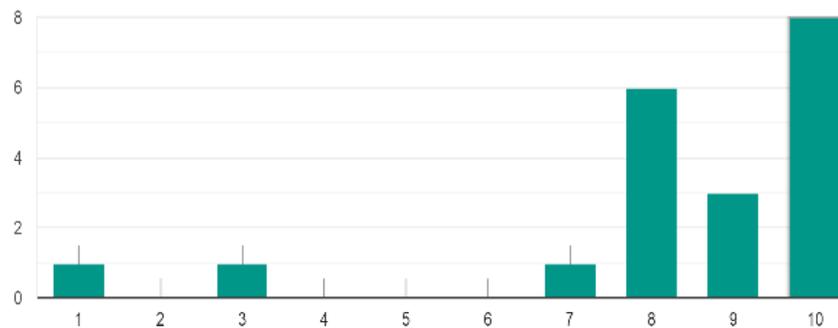


Del 1 al 10 donde 10 es excelente, tengo la disposición para realizar las tareas 20 respuestas.



Del 1 la 10 donde 10 es excelente como tutor me siento bien emocionalmente y anímicamente para apoyar a mi hija/hijo.

20 respuestas.



Como se observa en las gráficas las alumnas, los alumnos y los padres de familia muestran una disposición media de participación y colaboración para trabajar con la maestra, se observó que al disminuir la cantidad de tareas desapareció la frustración, aumentó el gusto por aprender, mostraron mayor disposición en cuanto al envío de tareas, trabajaron de manera positiva y con agrado, esta fue una experiencia constructiva que tuve que experimentar para modificar mi forma de trabajo, y de esta manera mejorar mi práctica docente, a través de la aplicación de distintas estrategias emocionales.

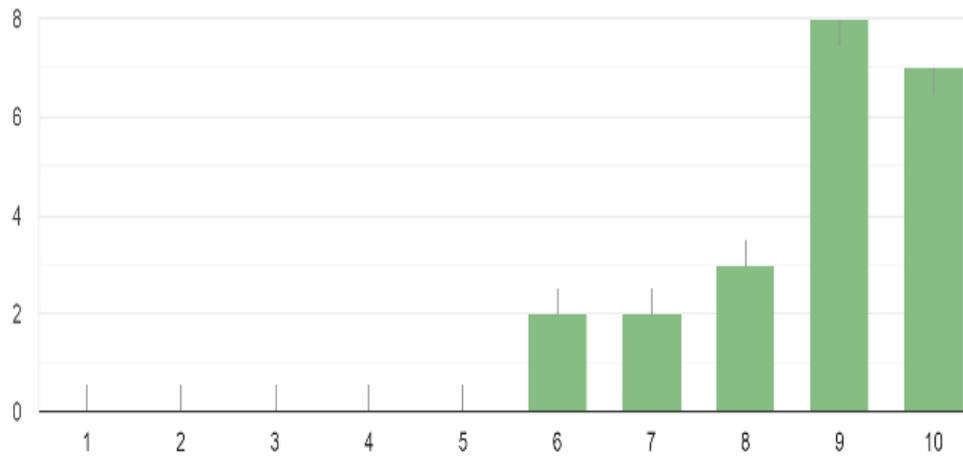
A continuación, se muestra la encuesta que se realizó en el periodo de febrero-marzo donde presento el avance que tienen de la primera encuesta que se realizó en septiembre - octubre, a esta encuesta que se realizó en febrero- marzo donde contestaron 22 alumnos de 32. Se ve el cambio de ánimo de alumnas, alumnos y padres en su participación continua.



Del 1 al 10 donde 10 es excelente mi hija/hijo tiene la disposición para hacer las tareas.

22 respuestas.

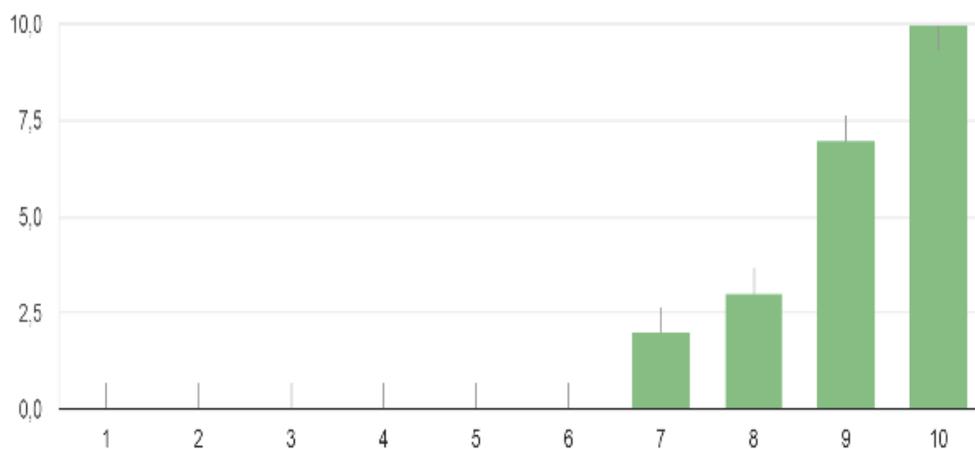
22 respuestas



Del 1 al 10 donde 10 es excelente ¿nos sentimos bien anímicamente y emocionalmente como alumno para terminar el ciclo escolar?

22 respuestas

22 respuestas

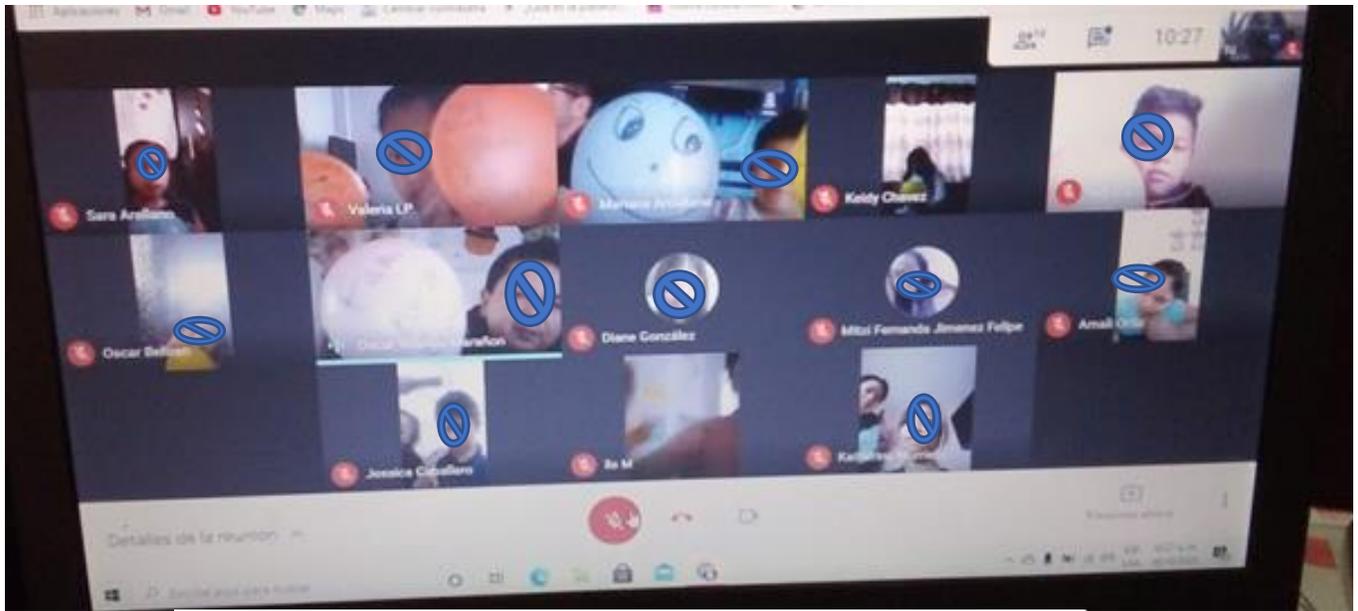


En el grupo de cuarto grado solo se presentó el caso de un alumno con comunicación inexistente en el primer periodo escolar, esta mejoró en el segundo periodo con el apoyo de comunicación telefónica y la estrategia emocional “La carta tú me importas”, misma que se entregó a la tutora de manera física.



Carta personalizada para alumno que requieren una motivación para seguir aprendiendo a distancia.

La pandemia nos enseñó que con una actitud positiva las alumnas y los alumnos aprenden mejor y se desenvuelven con agrado, en la escuela Primaria Juana de Asbaje contamos con el apoyo de promotor de salud el maestro Oscar Velasco Marañón quien nos comparte una planificación semanal de estrategias emocionales relacionadas con la programación Aprende en casa III, las cuales se fortalecen en las clases virtuales por plataforma Zoom, a continuación presento la estrategia de “La corona de las virtudes” donde ellos mostraban su trabajo a la maestra y mencionaban sus virtudes.



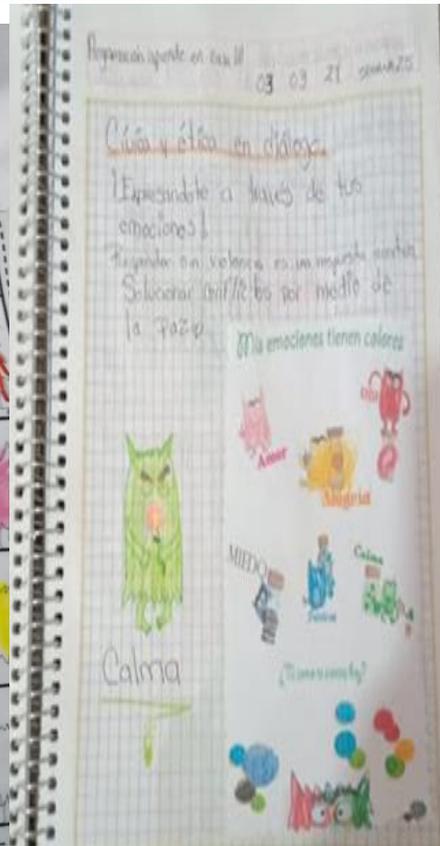
Se realizan actividades con el promotor de salud el maestro Oscar Velasco Marañón quien les brinda actividades complementarias cada semana para mejorar su desempeño.



Los alumnos son estimulados emocionalmente con distintas estrategias, una de ellas “la corona de las cualidades”

Fortalecer las emociones de las alumnas y los alumnos es un trabajo constante, en el segundo periodo trabajamos una estrategia llamada “Calendario de las emociones” donde los menores expresaron como se sienten cada día coloreando sus monstruos de las emociones, teniendo la libertad de externarlo diariamente en casa y en ocasiones con su maestra. Así su autoconocimiento emocional se ve fortalecido.

Mis emociones tienen colores



En esta estrategia les comparto el material que se utiliza para que las alumnas y los alumnos expresen sus emociones

Al realizar exposiciones por medio del juego las alumnas y los alumnos se involucran más en las actividades y con el apoyo de las madres, los padres y tutores su motivación es positiva.

La quinta estrategia que me fue muy útil es “El juego del reportero” donde ellos realizan un reportaje de un tema en particular, en este caso fue la noticia acerca de los cuidados en confinamiento, esta estrategia fue funcional para aprender y desenvolverse ante los demás, expresarse mejor y adquirir confianza.



Fotografía del video el noticiero

La sexta estrategia que se realizó fue “El performance de los cuatro elementos” donde las alumnas y los alumnos realizaban movimientos corporales representando alguno de los elementos fuego, tierra, agua o aire, seleccionando alguno de ellos, caracterizándose y con música de fondo, se movían de manera libre, con el apoyo de sus tutores mandaron un pequeño video realizando dicha estrategia.



Fotografía del video el performance.

El trabajo continuo de las emociones es muy importante, la séptima estrategia sobresaliente es realizar juegos de mesa involucrando las asignaturas de los campos de formación y jugando con la familia, ellos contestaban preguntas de lo que vieron en “la programación aprende en casa III” cada que desciende la serpiente se contestaban preguntas de la programación y de las emociones donde ellos tenían que demostrar algún afecto a los integrantes de su familia. Al ser una actividad académica y vincularla con la unión familiar las alumnas y alumnos se relacionan y logran expresar sus emociones.



Imágenes de serpientes y escaleras

La octava estrategia fue “La botella de las emociones” la cual consiste en llenar una botella con agua, aceite y diamantina, deben agitar para observar cómo se sienten cuando están muy molestos y ver cómo se va asentando la diamantina lo cual les permite llegar a la calma y de esta manera observen como pueden llegar a controlar sus emociones.



Imágenes de la botella de las emociones

La novena estrategia que les comparto a continuación es “El árbol de mis virtudes” la cual consiste en dibujar un árbol con raíces, tronco y hojas, en las raíces se colocan las virtudes que ya tienen, en el tronco las que quieren conservar y en la parte superior en las hojas del árbol las que quieren adquirir, así ellos reflexionan y tienen una mayor interacción comunicativa con sus pares, tutores y docente.

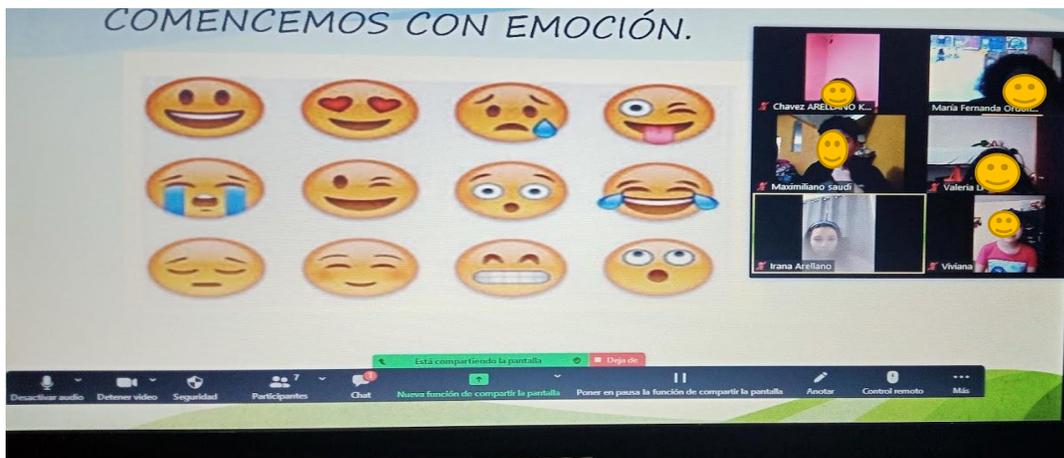


Imagen del árbol de las virtudes

También se realizarón juegos novedosos involucrando las tecnologías, que se encuentran a su alcance uno de ellos sería la aplicación de la decima estrategia llamada “tik tok emoticon”, en este caso a los alumnos se les pidió realizar las caras de emoticones a un ritmo musical melodioso de los tik toks.

Ejemplo de cómo aplicar las emociones video en YouTube:

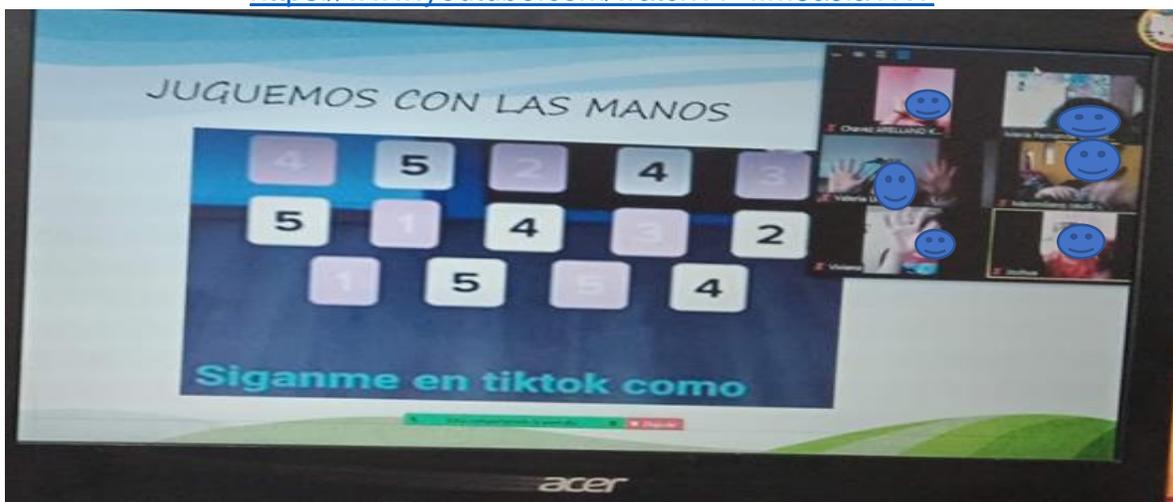
<https://www.youtube.com/watch?v=fuzOaFvUozs&t=50s>



La décima primera estrategia que les agradó trabajar en nuestras clases virtuales es el “tik tok destreza” de una mano donde las alumnas y los alumnos ponían la cantidad de dedos que se les pide al ritmo de la música, como se presenta en el video de tiktok, se ve claramente como ellos colocan la cantidad de dedos al ritmo de la música y presentándoles las cantidades aquí los alumnos se emocionan y crean un vínculo con sus pares y docente.

Ejemplo de cómo aplicar el movimiento de los dedos según la numeración que se muestre (se pueden modificar los números ya que dominan una numeración):

<https://www.youtube.com/watch?v=ffm8aJlaVKY>



Es importante como docente seguirse profesionalizando para los retos que se presentan en el que hacer académico ya que el contexto donde se desenvuelven nuestras alumnas y alumnos cambia constantemente a un ritmo muy acelerado, por eso es necesario prepararse día a día tomando conferencias que se nos brindan para mejorar el desempeño académico de las alumnas y los alumnos, así es como fortalecí mis saberes sobre la importancia de las emociones en el desarrollo de los alumnas y alumnos, un maestro nunca deja de aprender y yo continuo afrontando cada nuevo reto.



## Conclusión

En esta contingencia nos tuvimos que adaptar al cambio, el fortalecimiento de las emociones es un vínculo afectivo muy importante para todas las niñas y los niños, por lo tanto, considero implementar una variedad de estrategias y dinámicas emocionales, que me permitan brindar un acompañamiento más afectivo y positivo a mis alumnas y alumnos.

El apoyo familiar es el vínculo más importante para el desempeño y la autoconcepción de las alumnas y los alumnos, aquí es donde nace la fortaleza y el autoconcepto sobre sí mismo y la importancia de crear actividades socioafectivas involucrando a los padres de familia a expresar sus emociones, por ello en todas las estrategias que implementé es importante la participación de la familia.

El afecto y la seguridad que le brinden a las niñas y a los niños en el hogar son fundamentales para que las alumnas y los alumnos sigan aprendiendo, ya que están en la etapa de la búsqueda de la identidad, una mente sana y positiva tiene un mejor rendimiento académico y personal, como docente tengo la responsabilidad de brindarles esa confianza y seguridad para que sigan desarrollándose como individuos de bien.

Después de haber aplicado las estrategias ya mencionadas, se volvió a aplicar el cuestionario "Así soy" y se observó un avance en las siguientes áreas:

El grupo trabaja en armonía, tengo contacto con todos los alumnos vía WhatsApp, el alumno al que se le envió la carta en el segundo trimestre logró conectarse e integrarse en las actividades de video clases Zoom y el 90 % se siguen conectando a las video clases Zoom.

En cuanto a convivencia familiar el número de alumnos ha mejorado ya que 31 de ellos reportan que la convivencia es buena y 1 alumno reporta que es regular ante la pérdida de varios integrantes de su familia, sin embargo, con las actividades que son en familia han tratado de dedicar más tiempo de calidad con el pequeño.

En cuanto a convivencia y socialización 30 alumnos tienen amigos en el salón de clases, 2 alumnos no tienen amigos en clase, aunque si participan en actividades en equipo, la situación que impide es que en ocasiones por trabajo de los padres les es difícil conectarse en equipo. A los alumnos que les gusta trabajar en equipo son 30 y los alumnos que prefieren trabajar solos son 2, se ha mejorado la convivencia en equipos en un 90%, pues los alumnos a pesar de las situaciones se notan interesados en las actividades enfocadas en lo socioemocional.

Con las estrategias complementarias el grupo ha tenido gran avance no solo en la parte emocional si no también en el ámbito académico ya que se realizaron distintos juegos y ejercicios donde ellos reflexionaban sobre la posible solución a los problemas de su vida cotidiana, generando con esto mayor confianza y acercamiento con su maestra.

Con estas estrategias donde se implementaron actividades emocionales el grupo logró desenvolverse, externar lo que piensan y sienten en las actividades continuas, fortalecieron su empatía y su relación socioafectiva, lo cual les permitió actuar de manera fiable hacia su entorno inmediato y pudieron externar lo que acontece emocionalmente en su vida diaria.

Al trabajar con la emociones el vínculo entre alumnas, alumnos y docente es más afectivo, se logró que el grupo se involucrara en las actividades académicas como el seguimiento y acompañamiento sincrónico de la programación Aprende en casa III vía WhatsApp, donde se da el acompañamiento a las familias al mismo tiempo que visualizan la programación, en las clases zoom hay mayor audiencia ya que se realizan actividades vinculadas con la emociones y las actividades cotidianas de lo que repasamos en la programación, al realizar devoluciones y retroalimentación de tareas en casa, el acompañamiento y seguimiento los motiva a seguir trabajando y aprendiendo.

## Bibliografía

- Dirección General de Gestión Escolar y Enfoque territorial. (2021). *Consejo Técnico Escolar*. Mexico: Gobierno de Mexico.
- E., P. D. (2001). Desarrollo Humano. En S. W. Diane E Papalia, *desarrollo humano* (pág. 805). Mc Graw Hill.
- Etapas de vida, un año repleto de enseñanzas* . (s.f.). Obtenido de <https://www.youtube.com/watch?v=Up3gseUANII>
- Feldman, Lukauskis, t. O., & P., r. t. (s.f.).
- Londres, U. d. (s.f.). Sobre cuanto se tarda en adquirir un nuevo hábito.
- Neuronas en crecimiento*. (20 de 09 de 2015). Obtenido de <http://neuropediatra.org/2015/09/20/rutina-habitos-y-aprendizaje-solo-21-dias/>: <https://neuropediatra.org/2015/09/20/rutina-habito-y-aprendizaje-solo-21-dias/>
- Papalia, D. E. (2001). Desarrollo humano.
- Papalia, D. E. (2001). Desarrollo Humano . En S. W. Diane Papalia, *Desarrollo Humano* (pág. pagina 370). Mc Graw Hill.