

Proyecto institucional

# “Siente, conoce y abraza tus emociones”.

Autor: Lisbeth Flores Márquez

2021



# Introducción



Por mucho tiempo la escuela se ha considerado mayormente el lugar en el que el ser humano adquiere conocimientos, y específicamente el nivel de preescolar el lugar en el que los niños solo asisten al juego. Debido a las circunstancias actuales, los cambios sociales, naturales y de salud a nivel mundial, se ha considerado como prioritario en la escuela no solo el desarrollo cognitivo, sino también el desarrollo socioemocional, trabajando en las competencias emocionales, se le ha brindado prioridad al aprendizaje emocional, al grado de considerarse en los contenidos académicos e incluso llegar a hablar de una inteligencia emocional.

Actualmente las habilidades que le permitan al ser humano ser conscientes de sus emociones propias y de las otras personas, y ser capaces de expresarlas y regularlas, se consideran una competencia básica para la vida, para afrontar los retos y situaciones de la vida.

Anteriormente no se les daba la importancia a las emociones, no se profundizaba en su conocimiento y mucho menos en su expresión, ahora son relevantes para el logro del bienestar personal y por lo tanto social.

Y de acuerdo a Bisquerra (2000) para entender las emociones es mejor experimentarlas, por lo que es conveniente realizar en el aula y en casa, situaciones y actividades que lleven al alumno a reflexionar sobre sus respuestas emocionales, es decir las emociones que en ellos se producen, lo que sienten o las emociones que experimentan.

Las emociones son un aspecto fundamental en el ser humano que debemos trabajar desde pequeños para favorecer que los niños y



las niñas sean capaces de identificarlas, aceptarla y valorarlas a sí mismo como algo positivo para después poder hacer lo mismo con las de los demás.

Se realizaran actividades siguiendo una metodología activa, participativa, inductiva y experimental donde el alumno es la base del aprendizaje aprende haciendo, sabiendo y sintiendo.

Nuestras actividades van encaminadas a que el educando pueda ir desarrollando sus capacidades para poder llegar a ser competente día a día en los diferentes ámbitos en que se desenvuelve de manera afectiva y emocional.

La infancia es probablemente la mejor etapa de la vida para sembrar la esencia de la educación emocional y para trabajar ese aspecto de nuestro ser.

Las características individuales de personalidad, la experiencia previa y las características del contexto que rodea al niño o a la niña, establecen un patrón diferencial tanto para el análisis en torno a las diferentes situaciones que él o ella viven, como para determinar qué tan compleja emocionalmente puede ser una situación; es decir, las perspectivas emocionales y el nivel comprensivo que establezcan se vinculan a la cultura en la que el niño o niña se encuentran inmersos, y al tipo de reacción parental.

En última instancia lo que él o ella creen y esperan se vincula a los factores contextuales antes nombrados y a su constitución personal (Gnepp & Chilamkurti, 1988). La cultura propicia diferentes reglas para expresar las emociones, así que los niños y niñas adquieren la comprensión de las mismas a través del modelamiento y el aprendizaje aprendido a través de la imitación. Esto indica que el



componente cultural pone límites y reglas para este tipo de expresiones y los vinculan de acuerdo con el desempeño social que tengan las personas. La comprensión de las reglas de expresión involucra aspectos tales como: intensidad de la expresión, persistencia de la misma o inhibición de ésta. Los niños y niñas preescolares en su mayoría no han desarrollado la capacidad de entender que las personas pueden hacer manejo de la expresión emocional dependiendo de la situación (Bussey, 1992). Con las experiencias que propicia el medio, el niño o niña alcanza a entender la expresión y a saber que ésta puede ser controlada, es decir, simulada por los otros y por él, lo que permite que se tenga una adaptación a la situación que se está viviendo.

No obstante, es muy relevante trabajar con el hecho preciso de que un alumno, eventualmente desarrollará autonomía, independencia emocional y logrará formalizar su pensamiento crítico, lo que, además, le permitirá comprender sus propias necesidades y con ello, las emociones que experimenta en diferentes circunstancias.



**Título del proyecto:**

**“Siente, conoce y  
abraza tus emociones”.**



**El proyecto está  
dirigido a:**



- Alumnos de 3, 4 y 5 años que cursen el nivel preescolar general respectivamente.
- Alumnos que requieren apoyo para el proceso de integración educativa que presentan necesidades educativas especiales, prioritariamente aquellas asociadas con la sociabilización y el desarrollo del lenguaje, en las escuelas de educación regular de los diferentes niveles y modalidades educativas.
- A todos los alumnos de educación básica, contemplando las debidas modificaciones y complejidades que el material requiera, dentro de las necesidades individuales y/o colectivas que el docente haya detectado y lo emplee como recurso didáctico.
- A la comunidad educativa en general.



**Descripción de lo  
que se pretende  
realizar**



El proyecto se basa en las necesidades de sociabilización, autonomía e integración que muestran los alumnos en el nivel de preescolar, cuyo objetivo es ofrecer un material didáctico (juego de mesa) a cualquiera de los actores involucrados en el Sistema Educativo Nacional, a las familias y a la comunidad para que se utilice como parte del juego y en intención de fortalecer su desarrollo a partir de los espacios lúdicos, una forma de estrategia de atención para los alumnos que presentan necesidades educativas, prioritariamente asociadas con la sociabilización, la seguridad, la autonomía, auto concepto, auto regulación y conocimiento de las emociones, con el fin de eliminar las barreras para la sociabilización, trabajo colectivo y la participación de los alumnos dentro y fuera de la escuela.

A través del siguiente proyecto se pretende proporcionar herramientas sobre el desarrollo de inteligencia emocional que le sean útiles a las docentes y a las familias, a partir del diseño de actividades y situaciones para la escuela y en casa que nos permita involucrar a los padres de familia.



# **Análisis de la situación socio - educativa.**



La presente investigación se realiza bajo un esquema de tipo descriptiva-comparativa. La base de datos del presente proyecto cuenta con una muestra intencional, integrada por 39 alumnos, los cuales se dividen en 22 niños y 17 niñas, en un rango de edad de 3 a 6 años, que cursan la educación Preescolar en Centro Escolar Alom, que se encuentra ubicado en Carretera Los Reyes Zumpango Km. 12, San Lorenzo, Zumpango de Ocampo, Méx. durante el ciclo escolar 2020 – 2021.

El estudio parte de los resultados obtenidos en el Test titulado “Crianza segura para lograr mentes fuertes” elaborado por las docentes del Centro Escolar Alom, el cual tiene como finalidad conocer qué tipo de emociones predominan en la personalidad del alumno y el concepto de educación emocional que poseen los padres de familia a partir del comportamiento de sus hijos.

Como resultado de dicho ejercicio, se logró identificar una diversidad de emociones y comportamientos en los niños y niñas, tal mismas, que son expresadas mediante sus reacciones o impulsos.

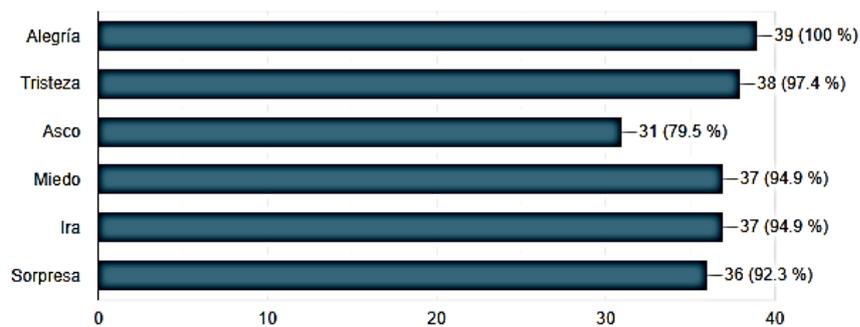
La recopilación de la información se encuentra dividido en dos áreas principales, en la primera, encontremos información sobre lo que piensan o sienten los niños y niñas de Centro Escolar Alom al experimentar diferentes situaciones y en la segunda, conoceremos la perspectiva que tienen los padres de familia respecto a las emociones de sus hijos, según su comportamiento en el contexto familiar y social que ellos conocen.

la información más importante respecto a las emociones que experimentan los niños y niñas se encuentra localizada en la

siguiente gráfica, en la cual, podemos identificar los porcentajes de conocimiento por parte de los alumnos acerca de cada una de las 6 emociones básicas.

2.-Selecciona las emociones que conoces o has sentido en algunas ocasiones.

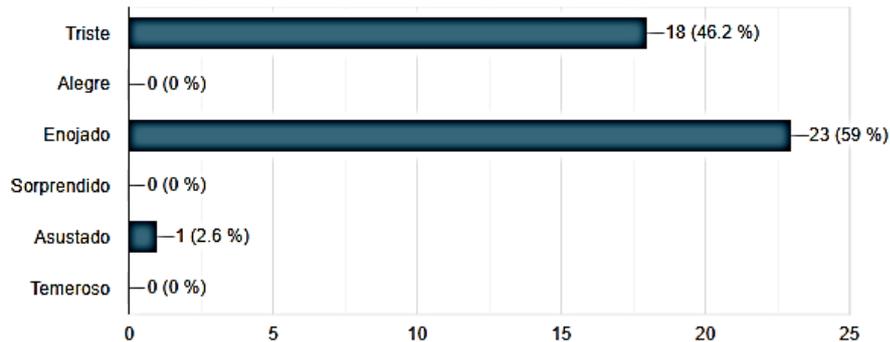
39 respuestas



En su mayoría, los alumnos saben qué son las emociones, porque las conocen o las han experimentado, entre las que mencionan, alegría, tristeza, miedo, ira, sorpresa y asco. Muestran enojo o tristeza ante el rechazo y el reconocimiento con alegría. Cuando no se sienten escuchados, la mayoría se siente enojado y algunos tristes, ante la pérdida experimentan emociones como la tristeza y muy pocos, enojo y susto. Algunos dicen sentir alegría al compartir, pero es muy notorio el enojo y ante algo desagradable, todos experimentan asco.

## 5.-¿Cómo te sientes cuando no te permiten decir lo que piensas y sientes?

39 respuestas



En su mayoría los padres de familia, impulsan a sus pequeños para relacionarse y negociar verbalmente, consideran a sus hijos para la toma de decisiones en familia, observan que no siempre regulan sus emociones ante situaciones que le causan frustración, ocasionalmente los castigan o les prohíben como estrategia de formación ante algunas conductas, tratan de mantener el control al hablar con ellos cuando surge una situación o problema y algunos permiten que sean sus hijos quienes manejen sus emociones cuando se presenta un problema. Logran identificar el enojo y la tristeza sin necesidad de que lo expresen, identifican la reacción de sus hijos cuando no consiguen algo, y observan en qué momento se reconocen a sí mismos, pero al describir la madurez emocional, no logran realizar una descripción de las emociones, del reconocimiento de sí mismos y de los demás.

Las condiciones que viven actualmente los alumnos y padres de familia, suelen variar de acuerdo a las situaciones sociales en las que se desenvuelvan, por tal motivo el cuidado y fortalecimiento de sus emociones es fundamental en la formación de su autoestima y las condiciones con las que se relacionan con los demás.



**Selección y  
definición del  
problema.**



Así pues, después de la implementación de las diferentes herramientas de recolección de datos, se ha logrado recuperar la información que nos permite interpretar que los alumnos del Centro Escolar Alom, en el nivel de preescolar requieren fortalecer la capacidad de empatía con respecto a los sentimientos propios y los de las personas que participan y colaboran en su entorno, esto implica ser capaz de darse cuenta, entender y actuar ante las emociones de manera apropiada, asimismo, desarrollar habilidades emocionales como la autoconciencia, autorregulación, motivación y empatía, habilidades de sociabilización, que si bien, apoyan el complejo fortalecimiento de la conciencia sobre las emociones, al ser habilidades sociales, permite manejar las relaciones personales y provocan una reacción positiva en los otros.

Este es un buen momento, para comenzar con la educación emocional de nuestros alumnos, ya que, durante esta etapa infantil, los pequeños comienzan el desarrollo de sus capacidades físico motoras, lingüísticas, sociales y cognitivas.

Así pues, la propuesta educativa que a continuación se presenta, está centrada en los alumnos de edad preescolar con el compromiso de que, a partir de la intervención de los materiales propuestos, se logre incrementar la capacidad de los niños en el momento de reconocer e interpretar las emociones que les permitan lograr un máximo desarrollo y canalización de los mismos.



**Definición de los  
objetivos del proyecto.**

- 
- Que la mayoría de los estudiantes de entre 3 y 6 años de edad, así como los estudiantes que así lo requieran según sus necesidades de convivencia, sociabilización y aprendizaje, tengan acceso al material educativo denominado "" y que este, signifique un apoyo en el área de desarrollo personal y social.
  - Lograr que los alumnos en edad preescolar, logren identificar y reconocer sus emociones, nombrarlas y canalizarlas en su entorno, logrando así, una sociabilización adecuada, una mejora en la toma de acuerdos, decisiones y trabajo colectivo.
  - Que los alumnos del Centro Escolar Alom, logren canalizar de manera adecuada cada una de sus emociones y que ello, sea reflejado en su vida diaria.
  - La implementación del material didáctico y otras estrategias de madurez de las emociones durante el mes de mayo en los estudiantes del Centro Escolar Alom en la modalidad de clases a distancia.



# Indicadores



1. Los alumnos del Centro Escolar Alom, participan activamente en las acciones del proyecto denominado “Siente, conoce y abraza tus emociones” llevando a cabo las indicaciones de la práctica y uso del material diseñado.
2. Los estudiantes del nivel de preescolar, comprenden que existen diferentes emociones mediante las cuales, es posible demostrar sus sentimientos ante las circunstancias que viven a diario.
3. Las docentes que implementan las actividades, realizan una evaluación del impacto que tuvo la actividad en la forma de sociabilización y aprendizajes de los alumnos.



# Fuentes de verificación.

- 
1. Se realiza una planeación adecuada de la situación didáctica o proyecto mediante el cual, se pondrá a prueba el material diseñado, misma que será presentada a la dirección escolar en tiempo y forma en la cual, se hará hincapié en la realización de dicha actividad.
  2. La docente, recopila las evidencias pertinentes, que dan fe de la implementación del material, así como la realización de una ficha de observación u hoja de diario de trabajo, que valide la información que recabó durante la actividad.
  3. La docente, realiza un ejercicio de evaluación de su propia actividad, así como la manifestación del logro de aprendizaje que obtuvieron los alumnos durante la situación didáctica, a través de los instrumentos que considere pertinentes considerando la situación de clases en modalidad a distancia.



**Planificación de las  
acciones  
(cronograma de trabajo).**



Actividad	Responsable	Fecha							
		abril		mayo				junio	
Realización del formulario para las familias	Mari-Yeri	20	27	4	11	18	25	1	8
Los cuatro primeros puntos, redacción y fuentes de información	Miri-Piedad-Eri-Lis-Naye-Queta	✓							
Aplicación del formulario	Docentes	✓	✓						
Análisis de la situación socio - educativa.	Docentes	✓	✓	✓					
Elaborar y diseñar metas e indicadores	Docentes				✓				
Elaboración de material	Docentes					✓			
Implementación de las Actividades	Docentes						✓		
Evaluación del proyecto	Docentes						✓		
Informe de Las conclusiones	Docentes							✓	✓



# Implementación del proyecto



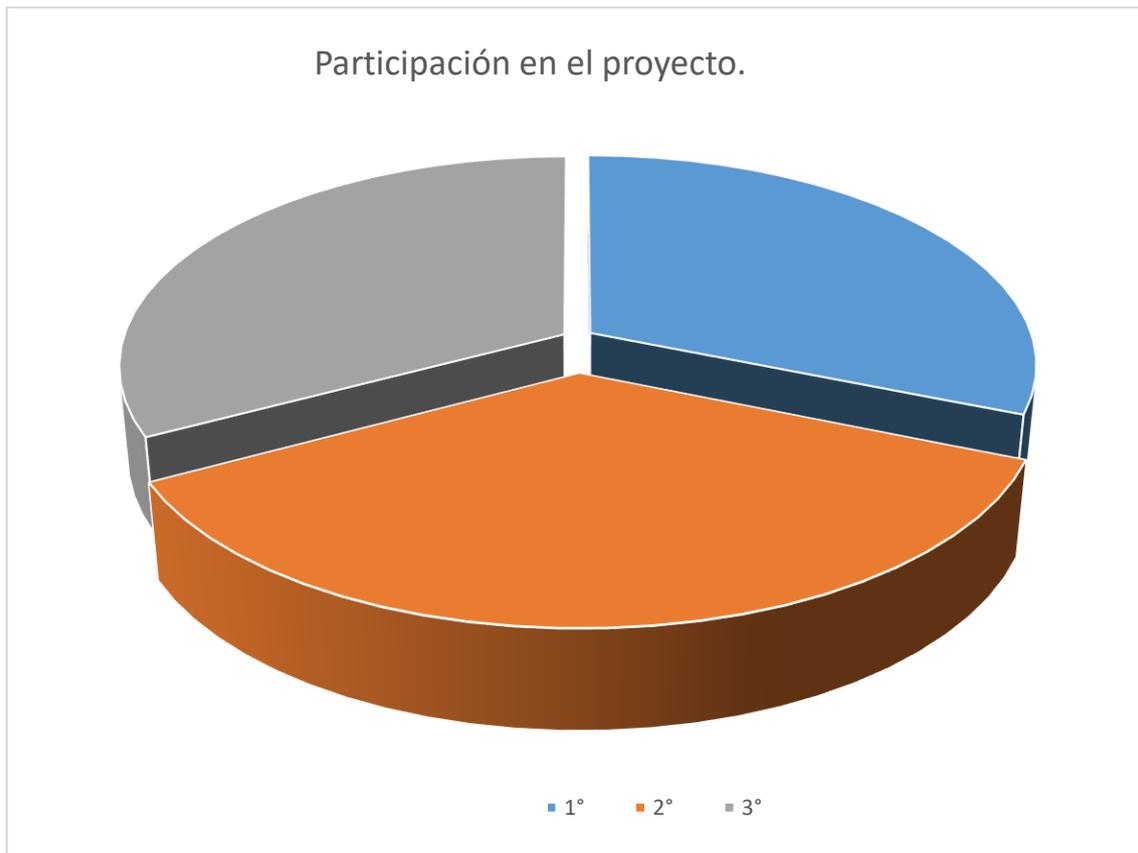
La implementación del proyecto “conoce, siente y abraza tus emociones”, se llevó a cabo con los alumnos del Centro Escolar Alom durante las semanas que comprenden las semanas del 17 al 21 y del 24 al 28 de mayo del año 2021, durante el tiempo destinado a las actividades de clase a distancia en los 3 grados que conforman el nivel de preescolar.

Con una participación de más del 80% de los alumnos y de manera organizada y planificada, se realizaron las actividades del material elaborado por las docentes del Centro Escolar Alom, a través de las cuales se pretende lograr que los alumnos logren identificar y reconocer sus emociones, nombrarlas y canalizarlas en su entorno, logrando así, una sociabilización adecuada, una mejora en la toma de acuerdos, decisiones y trabajo colectivo.





**Participación de,  
padres de familia  
y alumnos**



Los padres de familia, han adquirido la responsabilidad de la participación de sus pequeños en la implementación del proyecto “conoce, siente y abraza tus emociones” diseñado por las docentes del centro escolar Alom, han trabajado desde sus casas bajo la modalidad de clases a distancia, con los materiales propuestos, para conocer un poco mejor el tipo de emociones que los pequeños pueden experimentar y la forma en cómo se manifiestan ante ellas.



# Evaluación



Este apartado presenta los resultados de investigación en la aplicación de dos juegos didácticos donde se rescata el conocimiento de las emociones y el cuestionamiento de algunas situaciones donde explican sus emociones.

La aplicación del material del proyecto “conoce, siete y abraza tus emociones”, ha sido relevante y positiva en lo general y en lo particular, ha cumplido con los objetivos generales y específicos planteados y ha tenido una aceptación exitosa entre los alumnos y padres de familia tal como se muestra a continuación.

“En el trabajo con primer grado, los alumnos en algunos momentos solicitaron ayuda de sus mamás, pues aun no reconocen todos los números, sin embargo, es además una estrategia para el repaso de ellos los alumnos lograron reconocer diferentes emociones que han experimentado como: enojo, tristeza, felicidad, susto, sorpresa.

En la pantalla, ellos podían observar cómo iban avanzando en el tablero y de la misma forma mencionaban lo que observaban; Esperaron turno, mostraban felicidad cada vez que lograban realizar un par o cuando ya estaban muy cerca de la meta en el tablero.

Al lanzar su dado pude observar que contaron los puntos ellos mismos y mencionaban la cantidad. Mostraban seguridad al realizar el conteo y mostraban felicidad al mencionar cuantas casillas avanzarían”

*(Profesora Miriam López Osorio 1er grado; Centro Escolar Alom).*

“Para evaluar la regulación de las emociones básicas (Alegría, tristeza, miedo, sorpresa, Ira y asco) en los niños (as) de preescolar de edad de 4 y 5 años del “Centro Escolar Alom” se puso en práctica los siguientes materiales educativos, memorama de emociones, el cual se les explico que cada tarjetita tiene un número del 1 al 15 y que atrás de cada tarjetita había una emoción diferente y que ellos con forme a su turno de participación tenían que decir dos números diferentes del 1 al 15 para adivinar el par de alguna emoción y si salía el signo de interrogación se les haría una



pregunta de acuerdo a lo que dicen las tarjetas ¿Cuéntanos algo que te hace feliz?, ¿Qué harías si ves llorar a un niño? Y ¿Cómo solicitarías un juguete que no es tuyo?

Y el tablero de emociones, explicándoles también la dinámica del juego que ellos mismos tendrían que avanzar iniciando por el número 1 hasta llegar a la meta y les tocaba en el juego en donde se encontraba la imagen de un regalo tendrían que contestar una pregunta.

Esta primera prueba se realizó con los alumnos de segundo grado quienes se mostraron motivados e interesados por querer saber cómo jugarlo y como participar, en su mayoría identifico en los juegos las emociones básicas que se han estado manejando, dando un ejemplo de que es lo que les causa alguna emoción expresando con sus propias palabras lo que sienten o han vivido de acuerdo a alguna experiencia, algunos de ellos lo hicieron con facilidad y otros tardaron en dar su respuesta sin embargo lo intentaron.

En la segunda prueba del juego fue más fácil para ellos, ya que ya conocían las reglas del juego y estaban interesados y emocionados por querer participar, el juego se llevó de una manera dinámica, respetando turnos, se emocionaban cuando se les pedía participar al dar su respuesta de alguna pregunta que se les hacía, todos participaron y expresaron sus emociones de acuerdo a la pregunta dando respuesta a de acuerdo a sus experiencias y sentimientos, en esta ocasión con mayor facilidad.

En la tercera fase de la aplicación del juego todos los niños y niñas que asistieron a la clase de manera virtual continuaron respondiendo y respetando las reglas del juego de manera que algunos respondían con facilidad y otros les seguía costando responder, sin embargo lo intentaban argumentando el porqué de sus respuestas, casi todos en algún momento refirieron haber sentido en algún momento cada una de las emociones de manera que gesticulaban cuando lo mencionaban como si lo estuvieran recordando, mencionando que la emoción que más les gusta es la de alegría y Sorpresa".

*(Profesora Yerika Santana Chávez 2do grado; Centro Escolar Alom).*



**Material del proyecto**  
**“Conoce, siente y**  
**abrazo tus emociones”**



<https://drive.google.com/file/d/1HIOS8JtVQFHZr8o-Qxphfw8FzaFij0m6/view?usp=sharing>



[https://drive.google.com/file/d/1G8pK2nQ\\_P-uWCIDFwT8Z57bDCFuuxq3o/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1G8pK2nQ_P-uWCIDFwT8Z57bDCFuuxq3o/view?usp=sharing)



# Referencias Bibliográficas



López, H., & García Vesga, G. C. (2009). Interacción familiar y desarrollo emocional en niños y niñas. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 7(2), 785–802. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77315614009>

JUANOLA TERRADELLAS, R., MASGRAU JUANOLA, M., & Universidad de Girona. (2014). Las aportaciones de E. W. Eisner a la educación. *Revista española de pedagogía*, año LXXII, n° 259, 493–508. <https://revistadepedagogia.org/wp-content/uploads/2014/09/259-06.pdf>

*Plan de estudios 2011*. (s. f.).

[https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/20177/Plan\\_de\\_Estudios\\_2011\\_f.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/20177/Plan_de_Estudios_2011_f.pdf). Recuperado 8 de junio de 2021, de

[https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/20177/Plan\\_de\\_Estudios\\_2011\\_f.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/20177/Plan_de_Estudios_2011_f.pdf)

SEP. (2011). *Programa de estudio 2011 & guía para la educadora* (Educación Básica). CONALITEG.