



ESCUELA NORMAL DE CAPULHUAC



TESIS DE INVESTIGACIÓN

LA REGULACIÓN DE EMOCIONES MEDIANTE ESTRATEGIAS SENSORIALES CON NIÑOS DE TERCER GRADO DE PREESCOLAR

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN EDUCACIÓN PREESCOLAR

PRESENTA
BRENDA GUADALUPE GONZÁLEZ MARCOS

ASESOR
MTRA. ESTELA MARÍA DEL CARMEN MEDINA CUEVAS

Índice

	Págs.
Introducción	4
Capítulo I. Ruta metodológica	7
1.1 <i>Problematización</i>	7
1.1.1 <i>Las parejas bien parejas</i>	13
1.1.2 <i>Todos somos iguales</i>	16
1.1.3 <i>La cesta de las trabarimas</i>	19
1.2 <i>Planteamiento del problema</i>	24
1.3 <i>Hipótesis de acción</i>	26
1.4 <i>Objetivos</i>	26
1.5 <i>Justificación y fundamentos de investigación</i>	26
1.6 <i>Metodología de la investigación</i>	29
1.6.1 <i>Método de investigación acción</i>	29
1.6.2 <i>Técnicas e instrumentos</i>	32
1.6.3 <i>Camino metodológico</i>	33
1.7 <i>Estado del arte</i>	37
Capítulo II. Marco teórico	45
2.1 <i>¿Qué son las emociones?</i>	45
2.2 <i>Funciones de las emociones</i>	49
2.2.1 <i>Funciones adaptativas</i>	49
2.2.2 <i>Función social</i>	50
2.2.3 <i>Función motivacional</i>	50
2.3 <i>Teorías sobre las emociones</i>	50
2.4 <i>Competencias emocionales</i>	51
2.5 <i>Clasificación de las emociones</i>	52
2.6 <i>Estrategias</i>	53
2.6.1 <i>Estrategias sensoriales</i>	55
2.6.2 <i>Estrategia sensorial: relajación</i>	58
Capítulo III. Propuesta de intervención	60
3.1 <i>Contexto Situacional de la intervención</i>	60
3.1.1 <i>Lugar donde se implementa la propuesta de intervención</i>	60

3.1.2 <i>Características del grupo</i>	64
3.2 <i>Descripción de la propuesta de intervención</i>	69
3.2.1 <i>Diseño de la propuesta de intervención</i>	69
3.2.2 <i>Plan para la implementación de la propuesta de intervención</i>	71
3.3 <i>Seguimiento del avance en la implementación de la propuesta de intervención</i>	78
Capítulo IV. <i>Ciclos reflexivos de intervención</i>	79
4.1 <i>Primer ciclo reflexivo: Actualización del diagnóstico</i>	79
4.2 <i>Segundo ciclo reflexivo: Implementación de la propuesta de intervención</i>	93
4.2.1 <i>¿Qué sucede cuando me enojo?</i>	94
4.2.2 <i>Alivianando mi tristeza</i>	99
4.2.3 <i>El súper héroe de la valentía</i>	102
4.2.4 <i>Me tranquilizo, me tranquilizo</i>	108
4.3 <i>Tercer ciclo reflexivo</i>	110
Reflexiones finales.....	114
Fuentes de consulta.....	117
Anexos	

Introducción

En la vida cotidiana, las personas requieren manejar sus emociones de forma apropiada para prevenir las consecuencias que se presenten al expresarlas, por ejemplo, con la ira, estrés, ansiedad entre otras cuyas reacciones al no ser reguladas afectan tanto a la misma persona, como con quienes convive, por ello es importante tomar conciencia de la forma como expresamos nuestras emociones. Todas las emociones cumplen una función, así la ira, por dar un ejemplo, nos ayuda a defender nuestros derechos o a enfrentar obstáculos; sin embargo, cuando nos salimos de control quizás realizamos conductas agresivas y éstas son las que debemos evitar.

La regulación emocional es un proceso no consciente, debido a que las emociones son de corta duración y la persona no percibe como ocurrió el manejo de su estado emocional. Por lo tanto, es importante desde el preescolar brindar a los niños herramientas para reconocer y regular sus emociones, con el fin de buscar alternativas de solución ante alguna situación que se les presente, sin la necesidad de llegar a la violencia, como el ejemplo del párrafo anterior.

Durante las jornadas de práctica en los grupos donde fui asignada, existieron situaciones que llamaron mi atención por la manera como los alumnos manifestaban sus emociones, muchas veces se enojaban, decían o hacían cosas que molestaban a sus compañeros. Ante esta situación me sentía frustrada al no poder controlar su comportamiento y actitudes durante las actividades, por esta razón es de mi interés identificar como los alumnos expresan sus estados emocionales y brindarles herramientas para ayudarlos a regularlas.

En ese orden de ideas el tema, en la presente investigación, es la regulación de las emociones y el objeto de estudio la regulación de emociones mediante estrategias sensoriales con niños de tercer grado de preescolar.

El método empleado en esta tesis es la investigación acción desde la perspectiva de Elliott, quien considera al docente como investigador de su propia práctica, es éste quien descubre sus áreas de oportunidad, con el objetivo de atenderlas para mejorar y transformar su desempeño, mediante un proceso en espiral de ciclos de práctica- teoría- práctica. El docente en ese proceso en espiral, parte de

una idea inicial que, en mi caso, tiene que ver con el uso de estrategias que permita a los niños regular sus emociones a fin de que alcancen los aprendizajes esperados durante el desarrollo de las secuencias didácticas planificadas.

El objetivo general es favorecer la regulación de las emociones para lograr los aprendizajes esperados incluidos en el diseño de las secuencias didácticas y la pregunta central es: ¿cómo favorecer la regulación de emociones mediante la implementación de estrategias que partan del interés de los alumnos y lograr los aprendizajes esperados incluidos en el diseño de las secuencias didácticas?

Para dar respuesta a este planteamiento diseñé una propuesta de intervención que implementé en el Jardín de Niños “Magdalena Camacho de Luna, en el tercer grado, grupo “C”, ubicado en el municipio de Almoloya del Río, con un total de 25 alumnos (19 niñas y seis niños).

El presente documento está conformado por cuatro capítulos: el primero refiere a la ruta metodológica, integrada por la problematización, donde realicé un análisis retrospectivo de mi práctica, en la cual se reflejan mis áreas de oportunidad, el planteamiento del problema, hipótesis de acción, objetivos, justificación, pregunta central y fundamentos de la investigación, el método de investigación acción, las técnicas e instrumentos aplicados en la misma y finalmente el estado del arte.

En el capítulo II: Marco teórico abordé los conceptos, funciones: adaptativa, social y motivacional de las emociones, teorías de las emociones, competencias emocionales, tipos de emociones, estrategias para la regulación de las mismas, conceptos de las estrategias sensoriales y tipos.

En el capítulo III: Propuesta de intervención, describo el contexto situacional de la intervención específicamente en el contexto externo, interno y grupal, así mismo describo la propuesta de intervención, la estrategia con sus respectivas actividades para resolver la problemática identificada en mi práctica. Posteriormente explico el plan para la implementación de la propuesta de intervención, el seguimiento del avance e integro los instrumentos que me permitieron observar la sistematización de la acción y sus resultados.

En el capítulo IV: Ciclos reflexivos, trata de la descripción de lo acontecido durante la implementación de la propuesta de intervención, haciendo mención del

proceso vivido, los resultados alcanzados, el análisis e interpretación de la transformación de mi práctica docente, relacionando los resultados obtenidos de la misma con la teoría con la que me estoy sustentando, concluyendo con una evaluación de lo acontecido al término de cada ciclo reflexivo.

Finalmente se encuentran tres apartados sumamente importantes, el primero de ellos se refiere a las reflexiones finales, apartado en el cual expongo mis principales hallazgos en función de las preguntas, objetivos e hipótesis, además menciono la manera en cómo la regulación de emociones se visualizó en los alumnos de preescolar. En el segundo apartado se encuentran las fuentes de consulta, de las cuales hacen referencia a la bibliografía utilizada que me sirvió para fundamentar, argumentar y analizar esta investigación.

Por último, se encuentran los anexos en donde está integrado por todo tipo de material ilustrativo que utilicé y generé durante el proceso, tales como: tablas, fotografías, evidencias de aprendizaje de los alumnos, instrumentos de evaluación, entre otros que funcionaron para esta investigación.

Considero importante mencionar el impacto surgido en mí, en torno a la realización de este documento recepcional puesto que ha significado un reto inspirador porque al identificar mis dificultades, buscar las mejores estrategias que se adaptarán a las necesidades tanto de mis alumnos como a las mías, me orillaron a indagar aspectos que desconocía, es el caso de las estrategias que se pueden utilizar para regular las emociones de los alumnos. Ahora gracias a ello, puedo mejorar mi intervención docente y favorecer el logro de los aprendizajes esperados relacionados con la educación socioemocional, indicados en el programa de educación preescolar vigente.

Capítulo I. Ruta metodológica

1.1 *Problematización*

Las emociones nos proporcionan los elementos necesarios para afrontar la vida, por ello, tanto su comprensión como su modulación es insustituible para la integración en la sociedad, pero si éstas fallan, nos convertimos en personas inadaptadas, frustradas e infelices. Para aprender a manejarlas debemos trabajarlas en todo momento, comenzando desde la infancia, ya que es una etapa importante, porque nos permite cimentar su aprendizaje, manejo y modulación de las emociones.

La infancia es el mejor momento para enseñar a los niños a reconocer y gestionar las emociones, éstas les van a permitir conocerse, percibir aquello que les pasa y a aprender a regularse.

Por lo tanto, la educación socioemocional son aprendizajes fundamentales de acuerdo con el programa Aprendizajes clave para la educación integral: Educación preescolar. Plan y programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación (ACEIEP, 2017) considera que la educación socioemocional: "... se fundamenta en los hallazgos de las neurociencias y de las ciencias de la conducta, los cuales han permitido comprobar la influencia de las emociones en el comportamiento y la cognición del ser humano; particularmente en el aprendizaje." (SEP, 2017, p. 304)

La educación socioemocional supone ser un proceso, en el cual se inicia en el seno familiar, los niños al interactuar con sus padres u otros familiares establecen lazos afectivos, aprendiendo códigos de comportamiento que les facilita la interacción con otras personas pertenecientes a contextos ajenos al familiar, en los cuales se hace necesario conocer las propias emociones para prever sus efectos.

Así la educación emocional se considerada como: "...un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano. Con objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social." (Bisquerra y Pérez, 2009, p. 1)

Se espera que la educación emocional forme parte del desarrollo integral de los niños quienes, mediante la interacción con sus compañeros, aprenderán a convivir y relacionarse de manera armónica mediante la regulación de sus emociones.

Durante mi formación, como docente, me he encontrado con alumnos que no saben encauzar sus emociones, proyectando en sus acciones comportamientos agresivos e irritables, ocasionando descontrol dentro del aula, en función de esto es necesario buscar estrategias para estructurar un ambiente en donde los niños reconozcan como sus acciones repercuten en el bienestar de los integrantes del grupo.

En (ACEIEP, 2017) se reconoce que no es sólo un tema a tratar, porque las emociones surgen en la persona en todo momento y principalmente en la: "...convivencia cotidiana..." (SEP, p. 310), por lo tanto, los docentes necesitamos propiciar en los niños el conocimiento de las emociones y la reflexión acerca de las repercusiones de sus actos para aprender a regularlas.

Enseñar a los niños a regular sus emociones es tarea de padres y maestros; sin embargo, en casa se deben enseñar y en la escuela fortalecer, así se convertirán en formas permanentes de actuar e interactuar. A partir de las experiencias adquiridas en las escuelas de práctica me ha llamado la atención que las emociones no se trabajen, cuando los niños tienen un comportamiento inadecuado, al contrario, se les reprende evitando concientizar acerca de sus emociones. También reconozco que me he enfrentado a situaciones donde no he sabido manejar mis emociones, en conjunto las de los niños del grupo donde he realizado mis prácticas.

Esta investigación surge a partir de las áreas de oportunidad presentadas durante la conducción de situaciones de aprendizaje, en donde identifiqué dificultades relacionadas con la regulación de las emociones, debido a la prolongación de las actividades, sin darme cuenta, ya no eran del interés de los niños, así como la desorganización de las mismas dentro de la secuencia didáctica, ocasionando que los niños se aburrieran, enojaran llegando a agredir a sus compañeros.

En el inicio de la secuencia didáctica, no realizaba actividades para motivar al grupo, las indicaciones no fueron las más adecuadas, en el desarrollo no mantuve la atención de los infantes, se distraía, obviando que la atención se mantiene por poco

tiempo y los niños, al no lograr lo que pretenden, no saben modular la frustración, se desesperan, agreden o simplemente deciden no participar en la actividad.

Esas actitudes generaron dificultades en el grupo y no pudimos avanzar en las actividades planeadas, situación que repercute en su aprovechamiento, en algunos estudios como el de la Red Inteligencias para la Educación en Situaciones de Emergencia (2022) se determina como estos problemas emocionales: "...generalmente se relacionan con el contexto en el que viven los estudiantes" (párr. 1), manifestándose en la experimentación del estrés de una crisis, el abuso, presenciar actos de violencia, estar separados de su familia, etcétera y por consecuencia presentan problemas en el aprendizaje.

Recuperar la atención de los niños cuando están frustrados, o no logran regular su enojo resulta difícil durante la conducción de las secuencias didácticas. En mi papel como docente, me percaté que no supe encausar nuevamente las actividades, situación que me indujo a revisar las competencias profesionales que requiero fortalecer: "Genera ambientes formativos para propiciar la autonomía y promover el desarrollo de las competencias en los alumnos de educación básica" (SEP, 2017, párr. 37) con la unidad de competencia: "Utiliza estrategias didácticas para promover un ambiente propicio para el aprendizaje" (SEP, 2017, párr. 38).

Para propiciar la participación de los alumnos es importante infundir confianza al estructurar un ambiente de respeto, facilitando la regulación de sus emociones, por tal motivo, también fue necesario retomar lo siguiente: "Aprende de manera autónoma y muestra iniciativa para auto-regularse y fortalecer su desarrollo personal." (SEP, 2017, párr.12) por eso las actividades diseñadas deben ser producto de planificaciones en donde se tome en cuenta las necesidades educativas e intereses de los alumnos.

También, se necesita saber qué saben y pueden hacer los niños, así como conocer sus gustos y habilidades, por ello es necesario fortalecer la competencia profesional: "Diseña planeaciones aplicando sus conocimientos curriculares, psicopedagógicos, disciplinares, didácticos y tecnológicos para propiciar espacios de aprendizaje incluyentes que respondan a las necesidades de todos los alumnos en el marco del plan y programas de estudio." (SEP, 2017, párr. 8)

Por lo tanto, para diseñar la planificación requiere tomar en cuenta el Área de Desarrollo Personal y Social: Educación Socioemocional del (ACEIEP, 2017) cuyo enfoque especifica:

Esta área se centra en el proceso de construcción de la identidad y en el desarrollo de habilidades emocionales y sociales; se pretende que los niños adquieran confianza en sí mismos al reconocerse como capaces de aprender, enfrentar y resolver situaciones cada vez con mayor autonomía, de relacionarse en forma sana con distintas personas, de expresar ideas, sentimientos y emociones y de regular sus maneras de actuar. (SEP, 2017, p. 307)

En la cita anterior en el enfoque del Área de Desarrollo Personal y Social se destacan dos ideas centrales: construcción de la identidad y el desarrollo de las habilidades emocionales, las cuales es importante retomar por su estrecha relación establecida en las emociones, dada la situación como lo menciona (ACEIEP, 2017): “...son procesos estrechamente relacionados, en los cuales los niños logran un dominio gradual como parte de su desarrollo socioemocional.” (SEP, 2017, p. 308).

Durante el desarrollo socioemocional los niños empiezan a identificar sus emociones, reconocen lo que les causa alegría, miedo y tristeza. Se percatan de que a cada estado de ánimo le corresponde un nombre diferente, también aprenden a regular sus emociones y pueden mostrarse empáticos con los demás.

En el proceso del desarrollo socioemocional la identidad juega un papel importante, Laing (1961) la define como: “...aquello por lo que uno siente que es ‘él mismo’ en este lugar y este tiempo, tal como en aquel tiempo y en aquel lugar pasados o futuros; es aquello por lo cual se es identificado” (p. 82). De tal manera, la identidad es un conjunto de características propias que destacan en la vida social, caracterizada por construirse simbólicamente en interacción con otros.

También Lagarde (2000) enfatiza el carácter activo del sujeto en la construcción de la identidad, al tomar lo necesario y dejar a un lado lo que no precisa, del siguiente modo:

La identidad tiene varias dimensiones: la identidad asignada, la identidad aprendida, la identidad internalizada que constituye la auto identidad. La

identidad siempre está en proceso constructivo, no es estática ni coherente, no se corresponde mecánicamente con los estereotipos.... Cada quien es semejante y diferente. Finalmente, cada quien crea su propia versión identitaria: es única o único (p. 61).

La identidad se construye, produciéndose mediante signos, a través de las cuales vincula los procesos sociales, culturales y psicológicos a los que da lugar, esto se da a partir de la convivencia cotidiana, en la manera como las personas de un círculo social determinado se expresan de sus miembros o se dirigen unos a otros, en síntesis, en las relaciones en todo momento.

Durante la infancia, mediante las experiencias de relación con los demás (familia, escuela, contexto socio-cultural, etc.) surgen las creencias en el niño de quién es él, quiénes son los demás y cómo funciona el mundo que le rodea. De acuerdo al Programa de estudio (2011) guía para la educadora nos menciona:

La construcción de la identidad personal en las niñas y los niños implica la formación del auto concepto (idea que están desarrollando sobre sí mismos, en relación con sus características físicas, sus cualidades y limitaciones, el reconocimiento de su imagen y de su cuerpo) y la autoestima (reconocimiento y valoración de sus propias características y de sus capacidades), sobre todo cuando tienen la oportunidad de experimentar satisfacción al realizar una tarea que les representa desafíos. (SEP, pp. 74- 75)

En este proceso de construcción el alumno comienza a identificar y comprender aspectos que lo hacen único, a reconocerse a sí mismos por sus características tales como los rasgos físicos, el comportamiento, aspectos como el género diferenciando entre hombres y mujeres, pero también empieza a darse cuenta de las características semejantes.

Los niños, al interactuar con sus compañeros, van construyendo su identidad, además de reconocer que forman parte de un grupo y conforme avanza el ciclo escolar se van identificando con otros niños de la escuela, percatándose como alumnos de un Jardín de Niños, situación que los hace reconocerse como integrantes de una institución, por la unificación de un estilo de ropa determinada (uniforme) , así como

actividades propias como los festivales, ceremonia, entre otras, favoreciendo el proceso de construcción de la identidad en el cual se manifiestan diversas emociones.

La palabra emoción proviene del latín “motere” (moverse). Que refiere a ser un movimiento del alma o del ánimo, algo que nos sacude o nos conmueve. Retomando las aportaciones de Dumas (1948) quien menciona:

Las emociones son estados complejos, compuestos psicológicamente por tendencias excitadas ...rebeladas, etc., a veces complicadas con impulsos, como sucede en la cólera, la angustia, el miedo, ...acompañadas de modificaciones orgánicas, algunas de las cuales aparecen como localizadas y otras como difusas, y de un estado de conciencia ... que puede ser, según los casos, agradable, penoso o mixto. (p. 112)

Desde mi punto de vista considero las emociones como complejas y diversas, es decir, se manifiestan en nuestra conducta, percepciones corporales y conciencia, como reacción adaptativa ante un estímulo importante.

La emoción está estrechamente relacionada con la vida afectiva del ser humano, porque esta misma torna a ser la base de un bienestar individual y una experiencia de plenitud, por lo tanto; no hay proceso psíquico que no ponga en movimiento la vida afectiva, pero tampoco existe una función que no ponga en ejercicio al mundo de los sentimientos. Cada emoción está vinculada a elementos fisiológicos precisos: tanto la respiración como el tono muscular, el pulso cardiaco, la presión arterial, la postura, los movimientos y las expresiones faciales.

Ahora bien, la vida emocional es un ámbito, al igual que las matemáticas, puede manejarse con mayor o menor destreza y requiere de un singular conjunto de habilidades. Las habilidades emocionales pueden enseñarse a los niños desde este primer nivel básico, dándoles así mejores posibilidades de utilizar el potencial intelectual. Maier (1977) considera las siguientes habilidades emocionales: “conocer las propias emociones, manejar las propias emociones, la propia motivación, reconocer emociones en los demás y manejar las emociones.” (p. 34) Las habilidades emocionales fundamentales pueden ser aprendidas por los niños, tanto en el ámbito familiar como escolar.

La socialización implica la adquisición de conductas consideradas socialmente deseables, así como evitar aquellas juzgadas como antisociales. Para ello, no basta con conocer lo adecuado o no, es necesario adquirir un determinado balance de conducta y sentirse motivado para actuar de forma adecuada. Se puede decir entonces que las habilidades sociales son capacidades inherentes al hombre, permitiéndole tener una conducta social adecuada, para mejorar el desarrollo de sus relaciones interpersonales.

La forma como los niños expresan sus emociones a partir de sus conductas, da cuenta de la manera como son capaces de relacionarse con otras personas. En la actividad que analizo destaco la manera como desarrollo de las actividades escolares, manifestándose mediante, la alegría, el temor o el enfado. Cuando éste último no logra regularse, me he enfrentado ante situaciones en donde no logro modular como lo muestro en el siguiente apartado, en donde presento el análisis retrospectivo de las actividades en donde he practicado.

Destaco la manera como las llevé a cabo, considerando los siguientes aspectos: nombre de la actividad, área de desarrollo personal y social al que pertenece, organizadores curriculares uno y dos, propósito, aprendizaje esperado, secuencia didáctica, diálogos de los alumnos, además del uso de materiales didácticos, rescatando esta información en los diarios de prácticas realizados puntualmente en cada actividad.

1.1.1 Las parejas bien parejas.

Esta actividad la realicé mientras cursaba el segundo semestre de la Licenciatura en Educación Preescolar, el día 19 de septiembre del 2018 durante mi práctica de intervención en el Jardín de Niños “Guadalupe Ronh de Hank”, ubicado en la localidad de Capulhuac de Mirafuentes. Me fue asignado el segundo grado, grupo “C”, integrado por 28 alumnos (16 niñas y 12 niños) para trabajar la modalidad de unidad didáctica.

“El cofre de las emociones” fue el título asignado a la unidad didáctica a la que pertenece la actividad “Las parejas bien parejas”, correspondiente al área de desarrollo personal y social: Educación Socioemocional en Preescolar, Organizador Curricular 1 (O.C.1) Autorregulación, Organizador Curricular 2 (O.C.2) Expresión de las emociones. Para esta actividad consideré el aprendizaje esperado: “Dialoga para

solucionar conflictos y ponerse de acuerdo para realizar actividades en equipo". (SEP, 2017, p. 318)

Las estrategias utilizadas fueron: el ejercicio de la expresión oral y la resolución de dilemas con el propósito de: Identificar una situación conflictiva al escuchar la fábula "la cigarra y la hormiga" para encontrar una solución al ponerse de acuerdo con sus compañeros al trabajar de manera colaborativa. Por ello, la actividad la inicié con la narración de la fábula "La cigarra y la hormiga" escrita por los autores Jean de La Fontaine y Félix María Samaniego, cuyo argumento es el siguiente:

Durante el invierno las hormigas conservaban el trigo tierno. En cambio, una cigarra hambrienta les pedía comida. Pero las hormigas le dijeron: "¿Por qué durante el verano no recogías también tú comida?" ...ésta dijo: "No estaba ociosa, pues cantaba al son de mi música." Y ellas tras reírse le dijeron: "Pues si cantabas en las horas de verano, en las de invierno baila." (Peña, 2011, párr. 3)

A partir de la lectura de esta fábula pretendía que los alumnos identificaran la moraleja acerca de la reacción de la hormiga cuando la cigarra le pide ayuda. La cigarra se labró su propio destino, pero en las manos de la hormiga estaba el ser generosa y salvar la vida de la cigarra. Sin duda, este gesto también refiere al trabajo en equipo, porque a partir de la situación de la cigarra se pudo dar cuenta de la colaboración de las demás hormiguitas les permitió reunir la comida suficiente para el resguardo durante el invierno.

También consideré importante que los alumnos identificarán cómo se sintió la cigarra en el momento de quedarse sin hogar y sin comida por no haber prevenido sus necesidades y el gran cambio experimentado cuando fue disculpada y admitida para vivir con ellas.

Sin embargo, obvié el aspecto de hacer la reflexión en torno a la moraleja de la fábula. No planteé preguntas a los alumnos que les permitieran identificar el dilema por el cual se encontraban la cigarra y la hormiga, además el hecho de no analizar estas situaciones los alumnos no comprendieron la función del trabajo en equipo y sobre las emociones que experimentó la cigarra al quedarse sin hogar y comida, a lo cual en mi han surgido algunas preguntas: ¿Los alumnos realmente saben de qué se

trata el trabajo en equipo? , ¿de qué manera tengo que organizar el trabajo en equipo para que todos los niños participen?, ¿han estado en alguna situación similar a la cigarra?, ¿cómo se han sentido?, ¿qué han hecho para resolverlo?

Posterior a la narración de la fábula indiqué a los alumnos salir del salón por mesas de trabajo en forma de filas para tener un mayor control y se presentó la siguiente situación:

D. F.: Antes de que salgamos al patio, deben recordar que por ningún motivo debemos irnos para el área de juegos porque nosotros solo vamos a trabajar en el patio.

A.: ¡Sí maestra! (gritando)

D. (Formados en filas) Ahora deberán ponerse de acuerdo para que en parejas

F.: logren pasar siguiendo el camino sin salirse de las líneas y llegar hasta el otro extremo del patio donde se encuentra la caja de colores.

Cada pareja se les dio un globo inflado que será el objeto que deberán transportar con su pareja y dejarlo en la caja, utilizando cualquier parte de su cuerpo, excepto las manos. Y si se le cae el globo a medio camino, deberán regresarse. ¿Si me entendieron?

A.: ¡Sí maestra!

D. F.: Pónganse de acuerdo para ver cómo le harán para pasar al otro extremo, mientras la maestra Alis y yo les dejamos los globos.

En este momento los alumnos comenzaron a jugar y solo se cambiaban de equipo evitando ponerse de acuerdo.

D.F.: Ok, vamos a empezar. Cuando comience a sonar la música, empieza el juego ¿listos? (19/09/2018)

Nota: en el presente documento, al citar extractos del diario de práctica se anotan los nombres de los alumnos, sin apellidos por motivo de confidencialidad. Cuando dos personas tengan el mismo nombre, se agrega la inicial de su primer apellido, a fin de diferenciarlos. Se emplean las siguientes acotaciones, para referirse a la titular se anota la letra T, para el docente en formación D.F

Al momento de colocar la música, determine la realización de la actividad por los niños de manera autónoma, surgiendo ciertas complicaciones porque algunos se distraían volteando a ver lo que pasaba en la calle o simplemente se ponían a hablar con sus compañeros.

Otros se desesperaban, externando mucha molestia porque su pareja no caminaba rápido, provocando que su compañero quedara a mitad de recorrido y ellos concluyeran de manera inmediata la actividad o bien, tiraban el material en el suelo y se iban con otros compañeros, otros más definitivamente no quisieron participar, yéndose a sentar a fuera de los salones de enfrente o colocándose atrás de la titular,

así la actividad se tornó tediosa, los alumnos se desesperaron, se aburrían y no se lograba el propósito.

Posterior a ello, en conjunto con la titular intentábamos organizar de nuevo la actividad para poder rescatar algo, sin embargo, justo cuando estábamos organizando nuevamente a los alumnos, comenzó a sonar la alarma sísmica llevándose a cabo un simulacro del temblor del 19 de septiembre de 1985, provocando que yo me pusiera más nerviosa y abrumada ante la situación. Además, todos los alumnos comenzaron a dispersarse, una de ellas entró en pánico, evitando que la actividad concluyera, aunado de no saber cómo tranquilizar a la alumna.

La actividad me pudo haber resultado mejor si hubiera hecho la relación del cuento con el juego, de tal manera, antes de salir al patio les hubiera comentado que íbamos a imitar a las hormiguitas cuando trabajan en equipo, por esa razón integraríamos equipos, como ocurre en la fábula, al apoyarnos con nuestro compañero lograríamos llevar los globos al otro extremo y depositarlos en la caja. Sin embargo, no expliqué qué es un equipo, consideré que los alumnos sabrían su significado y, aunado a ello, no supe como tranquilizar a los alumnos para que regularan sus emociones, por ello me surgen las siguientes preguntas:

¿Qué pude haber hecho para regular mis emociones y no entrar en pánico al ver que los alumnos no acataban mis indicaciones?, ¿en realidad esa actividad les permitiría reflexionar sobre las emociones en su vida diaria?, ¿por qué no ejemplifiqué las emociones con algunos episodios de su vida para que los alumnos comprendieran mejor?, ¿qué estrategias se pueden utilizar para la regulación de emociones evitando que los alumnos pierdan el control de las mismas y se frustren por no culminar una actividad?, ¿realmente sé qué es un equipo?, ¿cómo se integra un equipo en preescolar?, ¿solo porque los niños ya estén sentados juntos ya es un equipo?, ¿qué es lo que en realidad necesito saber acerca de un equipo?

1.1.2 Todos somos iguales.

Esta actividad la realicé cuando cursaba el tercer semestre de la licenciatura en Educación Preescolar en el Jardín de Niños “Josué Mirlo”, ubicado en la localidad de San Nicolás Tlazala. Me fue asignado el primer grado, grupo único, constituido por 32 alumnos (20 niñas y 12 niños) en donde se abordó el taller: “Las emociones”,

correspondía al área de desarrollo personal y social: Educación Socioemocional en Preescolar, retomando la intencionalidad del enfoque pedagógico donde menciona:

Esta área se centra en el proceso de construcción de la identidad y en el desarrollo de habilidades emocionales y sociales; se pretende que los niños adquieran confianza en sí mismos al reconocerse como capaces de aprender, enfrentar y resolver situaciones cada vez con mayor autonomía, de relacionarse en forma sana con distintas personas, de expresar ideas, sentimientos y emociones y de regular sus maneras de actuar (SEP, 2017, p. 307).

Con el Organizador Curricular 1 (O.C.1) Empatía. 2 (O.C.2) Sensibilidad y apoyo hacia otros, considerando el Aprendizaje Esperado: habla de sus conductas y de las de otros, y explica las consecuencias de algunas de ellas para relacionarse con otros (SEP, 2017, p. 318).

Tenía como propósito que los alumnos identificarán aquellas consecuencias que son provocadas a partir de nuestras acciones, la manera cómo influyen en el sentir de los demás, mediante la visualización y el análisis de un cortometraje que les permitirá reflexionar las acciones realizadas en su vida cotidiana.

La actividad inició con la visualización del video “El puercoespín en Navidad” el cual trata de un pequeño cortometraje acerca de un puercoespín que acude muy animado a su primer día de clases, sin embargo, todos sus compañeros de aula tendían a alejarse o lo rechazaban por las características tan peculiares que poseía (púas alrededor de su cuerpo), hasta llegar al grado de sentirse muy mal porque nadie quería jugar con él y los pocos compañeros que se intentaban acercar, los lastimaba con sus púas.

Él se encontraba muy triste, odiando las púas insertadas en su cuerpo, sin embargo, el día de Navidad alguien fue a tocar su puerta dejándole una carta en la entrada a la cual le pedían de su asistencia en un lugar, al principio él no quería asistir porque consideraba que todo se trataba de una broma por parte de sus compañeros, pero al final asistió, recibiendo una gran sorpresa, encontrándose con otros animalitos con características diferentes como él, los cuales le entregaron un regalo que consistía en pequeños pedazos de esponja con el objetivo de servirle para cubrir las puntas de sus púas y evitar seguir lastimando a todos.

El puercoespín se tornó muy feliz al ver que no era el único con características diferentes en esa aula, reconociendo la empatía que aún conservan ciertos animalitos hacia su sentir. A partir de ahí él podía convivir como cualquier animalito en la escuela. Posteriormente se presentó la siguiente situación:

D. F.: Regresen de nuevo a sus lugares, realizaremos la siguiente actividad. (Tomo la hoja didáctica y se las muestro) Miren, ahorita trabajaremos con esta hojita que tiene algunos cuadritos, también les daré estas pequeñas imágenes.

A.: Sí maestra (en forma de coro) (18/03/2019)

La actividad consistió en ir colocando las imágenes de acuerdo al orden como fueron ocurriendo los sucesos en el cortometraje, por ejemplo, en el primer cuadrito de la hoja decía: primera vez que puercoespín asistió a la escuela, entonces ellos debían buscar en las imágenes proporcionadas, una escena relacionada a lo indicado, mostrando la imagen en donde el puercoespín entró a la escuela porque tenía su mochila y había muchos compañeritos alrededor. Así sucesivamente debían colocar las imágenes de las escenas como fueron pasando (Navidad, inicio de clases, rechazo de los compañeros, etcétera).

Con ayuda de la titular, proseguí a brindarles los materiales y los alumnos comenzaron a trabajar. Para tratar que los niños identificaran las emociones les pedí buscaran en una hoja el orden de las escenas del cortometraje. Ésta no fue la forma más afortunada para identificarlas porque les resultó a los alumnos, tedioso, se cansaron y no se logró el propósito que consistía en identificar las consecuencias provocadas a partir de nuestras acciones y cómo influyen en los sentimientos de los demás (en este caso en como influyó en el estado de ánimo del puercoespín) y así reflexionar y mencionar cómo se sintieron al ver el cortometraje.

Me faltó establecer una relación del cortometraje con los sentimientos de los niños, antes de comenzar con ordenar las escenas, lo que me hace reflexionar acerca de: ¿Qué estrategia pudo haber sido la mejor para que los niños relacionaran el cortometraje con las emociones sobre lo que ellos sienten cuando se encuentran en situaciones similares?, ¿de qué manera les gustaría que los traten?

Quizá, si hubiera relacionado el cortometraje con la vida cotidiana, facilitaría el logro del propósito y realizar preguntas durante el desarrollo de la secuencia como:

¿Qué sienten cuando sus compañeritos no quieren jugar con ustedes?, ¿qué sienten cuando no les quieren compartir el material? o bien ¿de qué manera se pueden aprovechar estas historias para que los niños se reconozcan entre ellos y vean como las conductas que muchas veces manifestamos repercuten en nuestro estado de ánimo, pero también en el de los otros niños que conviven con nosotros?

Observo estas son áreas de oportunidad en mi práctica y reconozco que las emociones las tenemos que sentir y cuando se presentan en una fábula o un cortometraje como lo realicé los niños requieren apoyo para poder identificarlas, además prolongar las actividades aburre a los niños, pierden el interés y no se logra lo planeado.

Considero importante que los niños identifiquen sus emociones y aprendan a regularlas, pero las experiencias de aprendizaje deben favorecer esta situación para que aprendan, no solo a comportarse, también a manifestar de la mejor manera sus necesidades.

De tal manera, Del Barrio (2005) menciona: “Las emociones infantiles cumplen un papel fundamental en la supervivencia del propio niño, ya que a través de ellas son capaces de mostrar y transmitir sus necesidades.” (p. 10) Durante el desarrollo de una actividad es difícil escuchar a un niño manifestando su aburrimiento, sin embargo, lo que hace es levantarse realizar otra cosa, jugar o molestar a sus compañeros, por eso importante que el docente tome en cuenta esas señales, también brinde la confianza en los niños y ellos puedan expresar sus emociones.

1.1.3 La cesta de las trabarimas

Esta actividad surgió en el primer periodo de prácticas de intervención, correspondiente al séptimo semestre de la licenciatura en Educación Preescolar, el día 19 de octubre de 2021, llevándose a cabo en el Jardín de Niños: “Magdalena Camacho de Luna”, ubicado en la localidad de Almoloya del Rio. Me fue asignado el tercer grado, grupo “C”, integrado por 25 alumnos (19 niñas y seis niños) para trabajar la modalidad de unidad didáctica.

La unidad didáctica desarrollada la titulé “Rimando palabras”, interesándome de esta unidad didáctica la actividad “La cesta de las trabarimas” correspondiente al campo de formación académica: Lenguaje y Comunicación, Organizador Curricular 1

(O.C.1) Literatura y el Organizador Curricular 2 (O. C.2) Producción, interpretación e intercambio de poemas y juegos literarios. Para esta actividad se retomó el aprendizaje esperado: “Dice rimas, canciones, trabalenguas, adivinanzas y otros juegos del lenguaje.” (SEP, 2017, p. 198)

La estrategia utilizada fue el ejercicio de la expresión oral con el propósito de: Conocer y distinguir trabalenguas, rimas y poemas mediante un juego de azar para favorecer la expresión oral de los alumnos. Por ello, la actividad la inicié con la intención de conocer y diferenciar entre trabalenguas, rimas y poemas.

Con esta información di inicio a la actividad “La cesta de las trabarimas” la cual consistió en darles el concepto de la rima, posterior a ello, un ejemplo a partir de un cartel donde se encontraba la rima con su respectiva ilustración, lo cual se suponía facilitaría el buen entendimiento de los alumnos, sin embargo, sucedió la siguiente situación:

- D.F.: ¿Alguien sabe qué es una rima? ¿Alguna vez ha dicho una rima? O ¿conocen alguna?
- A.: (Todos se encontraban en silencio viéndose unos a otros, pero nadie mencionaba nada).
- D. F.: (Al notar que nadie respondía continúe dando la respuesta) Bueno, la rima de acuerdo a un autor llamado Lugo nos dice que: “...es cuando coinciden todos los sonidos a partir de la última sílaba tónica de cada verso.” (párr. 10) por lo tanto, es cuando dos palabras se escuchan y terminan con el mismo sonido, por ejemplo, al amigo león, le gusta ser ¡comelón!, aquí las palabras que riman son: león y comelón porque su terminación se escucha igual. (19/10/2021)

El ejemplo corresponde a la siguiente rima: “al amigo león, le gusta ser comelón” para trabajarla con los niños, coloqué en un cartel la imagen del león y debajo de ésta ubiqué el letrero de la palabra león, en la otra parte del cartel coloqué la imagen de un león comiendo para que correspondiera al letrero, es muy comelón.

Lo realicé de esta manera para la comprensión de los alumnos referente a la palabra león rima con comelón, por lo que les pedí hicieran la repetición de las mismas, para esto, los niños continuaron callados, en mi intención de hacer más entendible el tema de la rima subrayé la terminación de las palabras, **león** y **comelón** para que escucharan la terminación similar, pero a pesar de mis esfuerzos no logré que los niños me entendieran: ¿Qué me faltó realizar para que ellos identificaran la rima?, ¿cómo

despertar su interés por la actividad? Me sentí frustrada y no lograba entender por qué no me hacían caso. ¿Era el momento de trabajar este organizador curricular? A los niños los sentí ausentes, así como tampoco identificaba su sentir; no percibía sus emociones.

Continué con mis esfuerzos de centrar su atención prosiguiendo con la secuencia didáctica, colocando la canción de la vaca Lola, la elegí porque contiene palabras que riman como: **lola- cola**, **Nico- pico**, **kiko- hocico**, en cada estrofa realizaba una pausa y así pudieran ellos identificarlas; sin embargo, no logré ese objetivo porque no mencionaban nada, ni porque les preguntara, además de no identificar las palabras cuya terminación era igual, la actividad se tornó aburrida, los alumnos mejor se pusieron a platicar con sus compañeros o se paraban al baño, nuevamente me sentí frustrada, reconocí que el interés de los niños estaba en otra parte.

De esta misma manera, se dio con los otros tres conceptos de trabalenguas y adivinanzas, a pesar de dar ejemplos y enfocarme en aquellas características peculiares de cada juego del lenguaje, no lograba que los niños las comprendieran, por lo tanto, no respondían a mis cuestionamientos. Posteriormente, intenté rescatar la actividad con el juego de la canasta trabarimas, el cual los aprendizajes esperados con el propósito de esta actividad consistían en que los alumnos expresaran trabalenguas, rimas, adivinanzas, poemas o canciones, por lo tanto, la actividad consistió en lo siguiente:

En una canasta de plástico, coloqué varios papeles doblados con un contenido de rimas, trabalenguas y adivinanzas tanto escrito como con dibujos ilustrativos, las cuales les permitía a los alumnos guiarse de ellos. Los infantes debían de pasar a tomar un papel, de acuerdo a lo que les tocará lo iban a decir a todos sus compañeros. Para iniciar este juego les pedí a los alumnos pasar al frente a tomar su papel, pero nadie quería, todos se mostraban apáticos y no querían realizar la actividad.

Para este momento, me encontraba frustrada porque veía a los alumnos no interesados la actividad, para ser verdad, no sabía qué más hacer, además de tener la presencia de la supervisora en la institución pronta a pasar a observar mi práctica. A partir de esto, me surgieron algunas dudas: ¿Por qué los alumnos se encontraban

tan apáticos?, ¿cómo puedo motivar a los alumnos a que participen?, ¿por qué nadie quería participar?, ¿de qué otra forma trabajar con los juegos del lenguaje?, ¿de qué manera trabajar mi frustración? Además, nunca pregunté a los niños ¿qué están sintiendo o qué necesitan?, ¿qué les gustaría que realizáramos?, ¿a qué les gustaría jugar? Me seguía preguntando ¿por qué actúan de esa manera tan apática?

La titular, al ver las pocas respuestas por parte de los niños, accedió a intervenir llamándoles la atención, siendo el detonante para que pudiera continuar con la actividad. Todos los alumnos pasaron, pero dos de ellos se resistían a participar, uno era Joshua.

Joshua es uno de los alumnos con poca asistencia en la escuela, siempre se ha mostrado como un alumno reservado y no tiende a hablar mucho. Por esta misma razón lo invité en varias ocasiones a participar, pero sólo movía la cabeza en referencia de negación, entonces tuve que acercarme a él, tomarlo de la mano, dándome cuenta de su nerviosismo por la forma como temblaba y le sudaban las manitas. Aun así, pasó tomando su papel, presentándose la siguiente situación:

Joshua: (Me muestra el papel que le toco y me jala de la bata para que me acerque a él y entre dientes menciona) No puedo porque no se leer.
D.F.: Claro que, si puedes Josh, mira yo te lo voy diciendo al oído y tú lo repites en voz alta hacia tus compañeros ¿vale? (19/10/ 2021)

Está fue la única forma para motivar al alumno a realizarlo, pero durante su participación me di cuenta que nunca dejo de temblar, apretaba demasiado los puños, todo lo decía en un tono de voz muy bajo; sin embargo, le agradecí por haber pasado. Finalmente, les pedí a todos los alumnos dibujar en su cuaderno la adivinanza, trabalenguas, poema o rima que habían dicho para pegarlo en su papelito y todos supieran de qué estaban hablando. Esta situación me llevó a preguntarme: ¿cómo establecer un ambiente de confianza para que los alumnos se sientan seguros de participar ante el grupo?

Considero que la actividad me pudo haber resultado mejor si entre todos inventáramos una rima, trabalenguas o adivinanza a partir de las palabras que ellos conocían, esto lo obvié pensando con solo dar el concepto en general con un ejemplo del mismo, ellos iban a entender de qué trataba, además la actividad se alargó provocando aburrimiento en los integrantes del grupo.

Otras de las dificultades presentadas para el logro del propósito establecido en la planificación, así como alcanzar el aprendizaje esperado fue abordar muchos contenidos en una secuencia didáctica, esto provocó que no diera tiempo suficiente para conocer la rima, el trabalenguas, la adivinanza y el poema, no realicé pausas para corroborar si ya habían comprendido, continué con lo previsto en el plan a pesar de que me sentía frustrada y reconocía el desinterés en los niños.

Por esta situación me surgen las siguientes preguntas: ¿De qué manera acercar a la comprensión de los niños las rimas, poemas, adivanzas y trabalenguas?, ¿realmente cuáles son las estrategias para diseñar una secuencia didáctica que involucre rimas, trabalenguas y adivinanza?, ¿qué estrategias se pueden utilizar para despertar el interés de los niños?, ¿cómo generar un ambiente de aprendizaje donde los niños se sientan seguros y motivados?, ¿cómo regular la frustración de la docente en formación durante su práctica?

Después de analizar y reflexionar el proceso llevado a cabo, reconozco la manera como inicié la secuencia didáctica con la pregunta: ¿alguien sabe qué es una rima? Los niños no contestaron, este fue el inicio de mi desconcierto, ahora comprendo que esa pregunta no debí planteárselas y a pesar de eso les di una explicación que estaba lejos de comprender. No tomé en cuenta su nivel de desarrollo cognitivo y la manera como aprenden, obvié la característica de su aprendizaje mediante el juego y no traté de hacer interesante la actividad, partí de mi preocupación, que era desarrollar el plan a pesar de mi frustración y apatía de los niños, en ese sentido, Tapia (1997) menciona:

No es lo mismo comenzar una clase planteando un interrogante que despierte la curiosidad, que pedir a los alumnos directamente que saquen los libros y comiencen a leer, o decir “hoy nos toca el tema...” y empezar después una exposición de tipo magistral, o señalar que deben prestar atención porque el contenido de la clase aparecerá en la próxima evaluación. (p. 4)

De esta manera, esta actividad se tornó aburrida y los alumnos no querían participar porque comencé como lo comenta Tapia sobre lo que no se debe hacer porque eso propiciará la desmotivación en los alumnos sobre el tema. También, este

ambiente tan tenso provocó el nerviosismo del alumno al participar porque tenía miedo a equivocarse o a no hacerlo de la manera correcta.

Reconozco que, obvie las sugerencias que menciona (ACEIEP, 2017) relacionadas con la función del docente: “La educadora puede ser una figura de gran influencia en el desarrollo de estos procesos al crear el ambiente en el que tales oportunidades se conviertan en formas permanentes de actuar e interactuar” (SEP, p. 309) porque pude haber aprovechado para haber creado una figura que proporcionara confianza al alumno.

A partir del análisis, reflexión de las actividades y preguntas que surgieron en la problematización, llego a la siguiente pregunta central: ¿Cómo favorecer la regulación de emociones mediante la implementación de estrategias que partan del interés de los alumnos y lograr los aprendizajes esperados incluidos en el diseño de las secuencias didácticas? Relacionados en el área de desarrollo personal y social Educación Socioemocional, específicamente con la autorregulación en la expresión de las emociones.

1.2 Planteamiento del problema

Al realizar el análisis de mi intervención docente logré identificar la problemática que obstaculiza mi práctica: Las estrategias utilizadas por la docente en formación han dificultado la regulación de las emociones y afectado el logro de los aprendizajes esperados, incluidos en el diseño de las secuencias didácticas. Del análisis del problema se identifican causas y efectos que se aprecian en el árbol de problemas. (Anexo A).

De acuerdo al árbol de problemas la primera causa se relaciona con obviar el nivel de desarrollo de los niños en cuanto a los intereses y necesidades educativas, esperando la realización de actividades que aún no pueden hacer por sí mismos, cuyo efecto propicio que los alumnos no se interesaran por la actividad porque la forma de explicar fue demasiado teórica, cuando se sabe que en un preescolar debe ser más práctica, además, otra de las causas identificadas ha sido el obviar que en su mayoría los infantes aprenden mediante el juego, pero de igual manera dejé a un lado sus intereses y necesidades pues sólo me enfocaba en culminar la actividad de acuerdo a lo estipulado en el plan.

Por lo tanto, tuvo como efecto que los niños se distrajeran, se desesperan, se molestaban, no realizarán la actividad, se aburrían y no se logrará el propósito. También la falta de pericia para responder ante los imprevistos fue otra de las causas identificada, porque no supe que indicación dar a los niños, se manifiesta nerviosismo e inseguridad tanto en los alumnos como en mí, provocando un descontrol de mis emociones como: enojo, miedo y tristeza al no poder despertar tanto el interés como la participación de los alumnos. Teniendo como efecto, un ambiente aburrido, tenso a consecuencia de mi frustración por la poca participación y dispersión de los alumnos.

Otra de las causas identificadas fue obviar los conocimientos de las emociones en los alumnos. Analizando, no percibí las emociones de los infantes, por lo tanto, los sentía ausentes. Reconociendo, el hecho de suponer que los niños de preescolar reconocen sus emociones, son capaces de identificarlas en cortometrajes o fragmentos de películas. Ahora considero que no por mostrárselas se logrará lo planeado, es decir, al preguntarles el suceso de los hechos con los personajes, me resultara difícil que identificaran cuales eran las emociones que expresaban los actores.

De igual manera, la ausencia del espacio de reflexión entre cada actividad se tornó como una consecuencia porque no permití que los alumnos realizaran ese análisis entre sus conocimientos previos y los aprendizajes nuevos que se les estaban proporcionando, provocando que no comprendieran las rimas, trabalenguas, las adivinanzas y el poema porque no se profundizó en cada uno a consecuencia del poco tiempo.

La ausencia de estrategias didácticas que propiciara el interés del alumno por la actividad es otra causa porque todo lo enseñaba de manera teórica provocando que los alumnos se dispersaran, no escucharan lo que se les solicitaba, además de ponerse de manifiesto nerviosismo, inseguridad, frustración, miedo y pánico.

Finalizando con la causa sobre el proceso de explicación de la secuencia didáctica ya que mi manera de aplicarlo fue rápida porque eran demasiados contenidos, no realizando pausas para corroborar si habían comprendido y continúe con lo previsto. Teniendo como efecto que los alumnos no entendieran y no realizarán las actividades de acuerdo a lo esperado en el plan. Por lo tanto, la identificación de

estas causas antes mencionadas me llevó a reconocer que esto sucedía por la ausencia de estrategias.

1.3. Hipótesis de acción

El uso de estrategias sensoriales favorecerá la regulación de las emociones en el logro de los aprendizajes esperados incluidos en el diseño de las secuencias didácticas.

1.4 Objetivos

Objetivo general:

Favorecer la regulación de las emociones para lograr los aprendizajes esperados incluidos en el diseño de las secuencias didácticas.

Objetivos específicos:

- Implementar estrategias sensoriales como: el yoga, dramatización, dibujo y fantasía para que los niños autorregulen sus emociones.
- Identificar la importancia de las emociones propias y de los alumnos durante el desarrollo de las actividades de las secuencias didácticas.
- Analizar la manera como repercuten las emociones de los niños al desarrollar las actividades y el logro de los aprendizajes esperados de las secuencias didácticas.
- Realizar un seguimiento y valoración de las estrategias sensoriales en la implementación de la propuesta de intervención.

1.5 Justificación y fundamentos de investigación

Las emociones son parte de nuestro día a día, pero no es nada fácil identificar o expresar lo que son o nos hacen sentir y la manera como las manejamos. Las emociones han sido un tema de constante debate, las cuales durante muchos años se ha intentado abarcar.

Por tal motivo considero importante realizar esta investigación dadas las situaciones que se me han presentado como: la falta de regulación de emociones alumno- docente y el establecimiento de relaciones sociales, en las intervenciones ejecutadas durante estos cuatro años de formación. Hoy en día nos encontramos en una época de incertidumbre que genera estrés e inestabilidad emocional,

caracterizada del siglo XXI por su ritmo de trabajo muy rápido y caótico, a consecuencia de eso, nuestras relaciones socio afectivas se han visto afectadas.

De tal manera, Kojakovic (2005) menciona: “Los niños, al igual que todas las personas, viven en una sociedad que impone un ritmo de vida estresante. Esta presión y competencia con que crecen los hace convertirse en pequeños adultos, con horarios, rutinas y normas estructuradas.” (p. 7) Me di cuenta que las nuevas tendencias sociales, las tecnologías y ahora la pandemia, han sido factores de los principales problemas presentados por los infantes al no poder socializar, autorregular sus emociones o bien, para buscar la solución ante un problema.

Dichas condiciones se retomaron de los aportes que brindaban las docentes titulares del Jardín de Niños “Magdalena Camacho de Luna” donde mencionaban que comúnmente la vida de los niños ahora sólo gira en torno al video juego, aparatos electrónicos u otro elemento que delimita su desarrollo social deteriorando su regulación de emociones tanto en la escuela como fuera de ella.

Entonces es importante resaltar que las experiencias y el medio donde se desenvuelve el infante sí influye en su desarrollo socio afectivo, de acuerdo a Papalia, Wendkos y Duskin (2009) retoman dos áreas fundamentales en las interacciones de los niños con sus pares: siendo: el área cognoscitiva y la sensorial. La primera está constituida de conceptos intelectuales en donde el niño comienza a comprender su entorno mediante la interacción con este, mientras que a la sensorial: “...permite que aprendan acerca de sí mismos y de su ambiente de modo que puedan realizar mejores juicios de cómo manejarse dentro del mismo.” (p. 176)

Por lo tanto, ambas áreas constituyen un canal importante por donde el niño recibe información de su entorno, siendo los colores, formas, olores, sabores, sonidos, pero también a través de su propio cuerpo, como lo es en las sensaciones de hambre, frío, etcétera. Sin embargo, me gustaría agregar una tercera área que considero forma parte fundamental en el desarrollo afectivo de los infantes, siendo el área socioemocional. Desde la perspectiva de Haeussler (2000) la considera como:

“Proceso mediante el cual el niño constituye su identidad, su autoestima y la confianza en sí mismo y en el mundo que lo rodea, a través de las interacciones que establece con sus pares, ubicándose a sí mismo como una perspectiva

única y distinta. A través de este proceso el niño puede distinguí las emociones, identificarlas, expresarlas y controlarlas.” (p. 55)

Es así que, la importancia que tiene la regulación emocional en la vida del infante reside en su desarrollo, adaptación, supervivencia y permanencia en los diferentes contextos sociales, depende de la interacción con otros individuos, otras formas de pensar, sentir y reaccionar. El niño está expuesto constantemente a cambios emocionales o conductuales, por lo anterior, la capacidad que tenga para autorregularse influirá en su ajuste y bienestar socioemocional.

Como lo mencionan Teruel, Salavera, Usán y Antoñanzas (2019), la regulación emocional es decisivo en la manera en que el individuo maneja sus emociones, quien: “...por su naturaleza biológica, psicológica y social, es un ser emocional que tiene que aprender a educar y dirigir sus emociones para que no se conviertan en un obstáculo” (p. 2); otros estudios corroboran que las personas que manejan una adecuada regulación emocional "...están más capacitadas para mantener un mayor compromiso social ,para resolver problemas y comunicarse efectivamente."(Pérez y Guerra, 2014, p. 371)

Por lo tanto, de acuerdo con la competencia profesional del perfil de egreso de la Licenciatura en Educación Preescolar, Plan de estudios 2018 y como docente en formación tengo la misión de: “Diseña planeaciones aplicando sus conocimientos curriculares, psicopedagógicos, disciplinares, didácticos y tecnológicos para propiciar espacios de aprendizaje incluyentes que respondan a las necesidades de todos los alumnos en el marco del plan y programas de estudio.” (SEP, párr. 8)

Por ello, en esta investigación resulta oportuno sugerir las experiencias sensoriales a partir de sus técnicas como: la fantasía, el dibujo, narración y el yoga para niños, como una estrategia que permita a los alumnos formar y favorecer un ambiente de aprendizaje armónico basado en el reconocimiento y regulación de sus emociones, porque como lo dice la unidad de competencia que se deriva de la competencia antes mencionada, en donde las educadoras debemos: “Seleccionar estrategias que favorezcan el desarrollo intelectual, físico, social y emocional de los alumnos para procurar el logro de los aprendizajes.”(SEP, 2018, párr.10)

La aplicación de esta estrategia va a permitir favorecer el desarrollo intelectual, físico, social y emocional de los alumnos del nivel preescolar en el aula de clases, a través de la implementación de actividades que trabajen la autorregulación de las emociones, favorezca la concentración y las reacciones de las conductas que han ido apareciendo en la interacción de los alumnos durante el desarrollo de las secuencias didácticas.

Retomando los propósitos del (ACEIEP, 2017) específicamente en el área de desarrollo personal y social educación socioemocional, me gustaría hacer mención de ellos porque se relacionan a esta investigación, siendo: “a) Desarrollar un sentido positivo de sí mismos y aprender a regular sus emociones y b) Resolver conflictos mediante el diálogo.” (SEP, p. 306)

De igual manera, apoyándonos en el enfoque del área de desarrollo personal y social educación socioemocional situado en el mismo documento en donde se menciona lo siguiente:

Esta área se centra en el proceso de construcción de la identidad y en el desarrollo de habilidades emocionales y sociales; se pretende que los niños adquieran confianza en sí mismos al reconocerse como capaces de aprender, enfrentar y resolver situaciones cada vez con mayor autonomía, de relacionarse en forma sana con distintas personas, de expresar ideas, sentimientos y emociones y de regular sus maneras de actuar. (SEP, 2017, p. 307)

Por ello, es importante realizar esta investigación porque pretendo hacer que los niños aprendan a modular sus emociones de acuerdo a las situaciones en las que se desarrollan día a día y sepan reconocer de qué manera actuar ante dicha acción.

1.6 Metodología de la investigación

1.6.1 Método de investigación acción.

La presente investigación se inició con el análisis retrospectivo de la práctica profesional realizada durante el séptimo semestre de la Licenciatura en Educación Preescolar del ciclo escolar 2020-2021 en el tercer grado Grupo “C” en el Jardín de Niños Magdalena Camacho de Luna del municipio de Almoloya del Río mediante la descripción de distintas actividades didácticas que fueron recuperadas a través del diario de práctica.

Dando pauta a un ejercicio de análisis y reflexión, donde se identificó la falta de regulación de las emociones tanto de los alumnos como de la docente en formación, observando la necesidad de favorecer dicha problemática, como alternativa que permita la adopción de conductas sociales.

Por las características de esta investigación que parte de la práctica del docente, se ubica en un paradigma cualitativa y recupera como metodología a la Investigación- acción porque de acuerdo a Rodríguez (2005) la investigación acción "...tienen como finalidad el cambio permanente de las prácticas educativas." (p. 4) Siendo esto, se pretende proponer una alternativa que me permita como autora principal subsanar las áreas de oportunidad que presento en mis prácticas.

De igual manera, de acuerdo a la aportación de Vargas (2007) añadía que la investigación- acción es: "centrada en la acción de las personas y/o grupos sociales... en la construcción de conocimiento teórico" (p. 37). Por lo cual, se ve adecuado el aporte de la investigación acción en la medida en que se puede ver involucrada directamente tanto a los niños como a mí en un proceso de reflexión acorde a la situación ya sea modulación de emociones, concentración o adaptación.

En este método de investigación, el investigador debe cumplir con funciones que le permitan lograr su objetivo. En este caso, las características que debo desempeñar en dicha investigación- acción son las siguientes de acuerdo a Denzil y Lincoln (2000):

- El objetivo de la investigación es relevante para el docente, en este sentido, el docente elige su objetivo.
- El docente lleva a cabo una investigación- acción porque quiere cambiar "algo" que es relevante para él o ella.
- La investigación se lleva a cabo en un contexto determinado, por ejemplo, en una o varias secciones de un curso, con un "n" número de alumnos, etc.
- Durante la investigación, el docente trabaja en colaboración con sus colegas intercambiando ideas.
- Al término de la investigación, se comparten los resultados con colegas y alumnos. (p. 78)

Esta investigación también se apoya en el modelo de Elliott (1993), el cual considera a la investigación- acción como: "... un estudio de una situación social con el fin de mejorar la calidad de la acción dentro de la misma." (63) Constituido por diversas características, como:

Tabla 1. Características de la investigación acción.

Es participativa:	Pues los investigadores trabajan con el propósito de mejorar sus propias prácticas. Por lo que este autor considera muy importante el realizar una reflexión profunda y analítica sobre nuestra práctica.
Involucra:	Un proceso sistemático de aprendizaje, que se orienta a la praxis. Del cual debemos seguir cierta lógica.
Pequeños ciclos reflexivos:	Comienza con pequeños ciclos de investigación (planificación, acción, observación y reflexión) que se van ampliando hacía problemas mayores gradualmente.
Sigue una línea introspectiva:	La investigación sigue una línea introspectiva; es una especie de espiral que se desarrolla por ciclos cumpliendo las etapas de planificación, acción, observación y reflexión.
Es de naturaleza colaborativa:	Ya que se realiza en grupo.
Reflexiona	Introduce a teorizar y formular hipótesis sobre la práctica.
Realiza cambios:	Genera progresivamente cambios mucho más amplios.
Son comprobadas:	Las prácticas y las ideas o suposiciones son sometidas a prueba.

Fuente: propia con base a Elliot (1993) *El cambio educativo desde la investigación acción.* (p. 63)

El propósito de la investigación- acción que considera dicho autor, consiste en profundizar la comprensión del profesor (diagnóstico) de su problema. Por lo tanto, adopta una postura exploratoria frente a cualquier definición inicial de su propia situación que el docente pueda mantener. Dicho modelo consiste en tres ciclos, como se encuentra en el (anexo B) siendo los siguientes:

El ciclo uno consiste en la identificación de la idea inicial, que de acuerdo a Elliott (1993): "...se refiere a la situación o estado de la cuestión que deseamos cambiar o mejorar." (p. 91) en otras palabras es aquello que queremos cambiar o mejorar de nuestra práctica. En mi caso, la idea inicial, surge del análisis retrospectivo de mi práctica, donde identifiqué que las estrategias que estaba utilizando no permitían que los niños regularan sus emociones y esto ocasionaba que no favoreciera los aprendizajes esperados en las actividades de las secuencias didácticas que diseñaba.

La idea inicial mencionada en el párrafo anterior corresponde a lo que Elliott considera como: "...describir con la mayor exactitud posible la naturaleza de la situación que queremos modificar o mejorar." (p. 92) La cual consiste en plasmar detalladamente toda la situación a mejorar. Esta situación forma parte de la problematización, en el análisis retrospectivo de la práctica.

Así mismo se incluye un plan general que se organiza en tres pasos. El paso uno requiere una revisión de la implementación y sus efectos, paso dos un reconocimiento (explicación de fallos en la implementación), paso tres, consiste en la revisión de la idea general de acuerdo al plan corregido (paso uno de la acción, paso dos de la acción y paso tres de la acción), para así, continuar con la espiral.

Ciclo dos: consecuente del ciclo anterior retoma la revisión de la implementación y sus efectos haciendo un reconocimiento (explicación de fallos y sus efectos), para posterior realizar de nueva cuenta la idea general en el plan corregido (paso 1 de la acción, paso 2 de la acción y paso 3 de la acción), terminando en la implementación de los pasos siguientes.

1.6.2 Técnicas e instrumentos.

Para realizar la investigación me apoyaré de algunos elementos que me permitirán recolectar la información necesaria para avalar mi propuesta, siendo las evidencias fotográficas, grabaciones de video, observación y diario del profesor.

Retomando las aportaciones de Vargas (2007) él considera a la evidencia fotográfica como aquello que puede: "...captar la realidad de manera fija". (p. 49) Siendo así, esto me permitirá recolectar aquellos momentos relevantes en cada acción o comportamiento que manifiesten los alumnos y así poder analizarlas.

Así mismo, retomo la aportación de este autor enfocada en las grabaciones de video: “permite grabar secuencias de imágenes de la realidad, pudiendo así reproducir el movimiento de cosas y personas para su estudio detallado después”. (p. 49) En una de las actividades planeadas, esta técnica me permitirá favorecer en los alumnos el amor hacia su persona o sus seres queridos mediante la aplicación de un tik tok que recurre a ser un video de duración corta.

Se usará como técnica a la observación la cual me va a permitir obtener información de forma permanente en cuestión a los sujetos que estamos abordando, por lo tanto, retomando a los aportes de María Antonieta Cassanova (1998), considera a la observación como el: “...examen atento que un sujeto realiza sobre otro u otros sujetos o sobre determinados objetos, hechos, para llegar al conocimiento profundo de los mismos mediante la consecución de una serie de datos, generalmente inalcanzables por otros medios.” (p. 143)

Haré uso del diario del profesor desde la perspectiva de Cassanova (1998) considerándolo como: “...instrumento en el que se anotan, cada día, algunos hechos que se han considerado importantes tanto en lo ocurrido en el centro o en el aula, como en la relación con algún alumno, entre los propios alumnos, etc.” (p. 188) Este instrumento me será de mucha ayuda para registrar las acciones, comportamientos y actitudes que toman los alumnos durante la ejecución de las actividades, considerando forma parte de los instrumentos primordiales para fundamentar esta investigación.

1.6.3 Camino metodológico.

Una persona con regulación emocional tiene confianza en sus propias capacidades, mantiene relaciones satisfactorias con los demás, siempre comunica adecuadamente lo que piensa y siente a la vez que tienen en cuenta las emociones y sentimientos de los otros. Tiene una autoestima alta, se siente motivado a afrontar desafíos y tiene recursos suficientes para solucionar conflictos.

Enseñar a los niños a reconocer y gestionar emociones, les permitirá incrementar la percepción de modulación sobre aquello que les ocurre, lo que es fundamental para un adecuado desarrollo de su autoestima y auto concepto, además el compartir sus emociones con los demás será fundamental para crear relaciones sociales satisfactorias, por tal motivo, en esta investigación se pretende brindar estos

elementos que les permitan a los alumnos gestionar aquellas emociones que se desprenden en situaciones de la vida cotidiana.

El camino metodológico para la construcción de esta investigación tiene como base el proceso seguido en la investigación- acción a partir del modelo de Elliott (2005), quien a su vez realiza una revisión del modelo de Kurt Lewin. Ambos proponen un proceso en espiral con la finalidad de mejorar la calidad de la práctica docente quien, en su propia práctica, identifica el aspecto que ha de mejorar y transformar.

El proceso en espiral se realiza mediante ciclos de práctica -teoría -práctica que en el modelo de Elliott (2005): "... contempla tres momentos: elaborar el plan, ponerlo en marcha y evaluarlo; rectificar el plan, y así sucesivamente." (citado por Latorre, 2005, p. 36) cuyo punto de partida, en el modelo de Elliott, es la identificación de la idea inicial, en mi caso, es el uso estrategias que permita a los niños regular sus emociones a fin de que alcancen los aprendizajes esperados durante el desarrollo de las secuencias didácticas.

Para identificar la idea inicial realicé un ejercicio retrospectivo de mi práctica, a partir del análisis y reflexión de las secuencias didácticas que implementé en los grupos de los Jardines de Niños donde fui asignada en sexto y séptimo semestres en las siguientes instituciones: Jardín de Niños "Guadalupe Ronh de Hank" segundo grado, grupo "C", Jardín de Niños "Josué Mirlo" primer grado, grupo único y Jardín de Niños "Magdalena Camacho de Luna" tercer grado grupo "C".

El análisis y reflexión de las actividades lo llevé a cabo retomando el diario de práctica, informe de práctica al término de cada jornada y la planificación diseñada para el desarrollo de las secuencias didácticas, en estos instrumentos identifiqué una constante dificultad que se manifestó en la ausencia de estrategias que dificultó la regulación de las emociones y afectó el logro de los aprendizajes esperados en los alumnos.

Dado que, durante las actividades descritas anteriormente lograba identificar que los alumnos al vivenciar situaciones inesperadas como los simulacros de los sismos, el trabajo en equipo para cumplir una misión o inclusive para exponer sus trabajos, manifestaban emociones como enojo y miedo cuyas consecuencias se tornaban como una constante barrera para lograr el propósito que se pretendía en

cada actividad, haciendo a su vez que estas situaciones me desorientaran al no poder regular mis emociones.

Estas dificultades fueron apareciendo en la problematización mediante el planteamiento de preguntas que surgieron del análisis y representan una guía para la investigación, de tal manera que: "...las preguntas que han de orientar el proceso de conocimiento, lo denominaremos *problematización*, la cual constituye una tarea básica para el adecuado desarrollo del proceso de investigación." (García, 2005, p.27)

El planteamiento de preguntas forma parte de un proceso de exploración de lo acontecido en la actividad, donde surgen las preguntas iniciales y éstas hasta cierto punto son ingenuas. En las preguntas iniciales identifiqué las constantes, es decir las dificultades, que aparecen en distintas actividades, en mi caso tenían que ver con la implementación de las estrategias que permitiera tanto a los alumnos como a mi establecer esa regulación de emociones para no romper esa relación social o entrar en conflictos.

Estas constantes las fui agrupando en preguntas nucleares y de éstas llegué a la pregunta central (anexo C). Este ejercicio fue significativo porque me permitió hacer un análisis retrospectivo de mi práctica para esclarecer aquellas fallas que se presentaban de manera constante en mis intervenciones, corroborando que fue la mala regulación de las emociones. Respecto a las competencias profesionales relaciono esta investigación con la competencia: "Genera ambientes formativos para propiciar la autonomía y promover el desarrollo de las competencias en los alumnos de educación básica" (SEP, 2017, párr. 37) que identifiqué y necesitaba fortalecer para mejorar mi práctica docente.

Una vez que identifiqué la pregunta central o de investigación procedí a plantear el problema mediante la técnica de árbol de problemas propuesta por Jorge Rodríguez Sosa (2005) para la investigación- acción, quien la considera como: "...una técnica empleada para identificar todos los aspectos vinculados a un problema específico, utilizando la relación causa – efecto" (p.56). Al realizar el análisis retrospectivo de mi práctica a partir de las actividades donde identifiqué las dificultades que debía atender fui identificando las causas y los efectos que se relacionaban con el problema que ubiqué como centro del diagrama del árbol de problemas. (Anexo A)

Con esos elementos procedí a formular la hipótesis de acción siguiendo la propuesta de Rodríguez (2005) al considerar que: “Para la formulación de hipótesis de acción se debe recurrir nuevamente al árbol de problemas, en el sentido que éstas deberán guardar una relación muy estrecha con el problema, con sus causas y efectos.” (p. 67) A partir de lo especificado en el árbol de problemas formulé la hipótesis considerando la relación causa efecto como se aprecia en la siguiente tabla:

Tabla 2. Formulación de la hipótesis de acción.

PROBLEMA	
Las estrategias utilizadas por la docente en formación han dificultado la regulación de las emociones y afectado el logro de los aprendizajes esperados, incluidos en el diseño de las secuencias didácticas.	
CAUSA	EFEECTO
Mala elección de estrategias didácticas.	Dificultad para regular las emociones afectando el logro de los aprendizajes esperados, incluidos en el diseño de las secuencias didácticas.
HIPÓTESIS DE ACCIÓN	
El uso de estrategias sensoriales favorecerá la regulación de las emociones en el logro de los aprendizajes esperados incluidos en el diseño de las secuencias didácticas.	

Fuente: propia con base en Rodríguez Sosa (2005) *La investigación educativa. ¿Qué es? y ¿Cómo se hace?* (p.68)

De esta manera la hipótesis de acción se formula en: “...un enunciado que relaciona una idea con una acción.” (Latorre, 2005, p. 46) La acción se va a ver reflejada en el plan de acción de la propuesta de intervención.

El plan de acción dentro del modelo de Elliott se ubica mediante ciclos. En el primer ciclo ubico el diagnóstico del grupo y diseño las secuencias didácticas, en el segundo ciclo contemplo la implementación de las secuencias didácticas, la observación y registro en mi diario de práctica, también he considerado el análisis de los resultados, así como la reestructuración y ajuste del plan. En el tercer ciclo he considerado realizar la valoración de la propuesta de intervención.

Como parte de este ejercicio ubiqué en una tabla el tema, objeto de estudio, pregunta central, problema, hipótesis de acción, objetivo general y específicos (anexo D) para encontrar la coherencia y pertinencia entre todos los elementos de la investigación que sirvieron de guía para poner en marcha la propuesta de intervención cuya finalidad es mejorar la práctica docente.

Para concluir con este modelo, el ciclo tres: se constituye de la revisión de la implementación y sus efectos y del reconocimiento (explicación de fallos en la implementación y sus efectos).

1.7 Estado del arte

En la actualidad, las circunstancias sociales en las que vivimos como fueron la pandemia y el mal uso excesivo de las tecnologías, ha sido algunos de los factores que han provocado en las personas dificultades al querer relacionarse con el mundo exterior. Se me hace de mayor relevancia el estudiar las emociones, dado al diagnóstico establecido en el grupo asignado y por los aportes que me comparte la titular visualizando que los alumnos que comienzan a convivir en sociedad se sienten aislados y desconcertados ante las situaciones que viven día a día, provocando con esto emociones como la tristeza, el enojo, el miedo, etcétera.

A su vez, se torna como un escenario caótico porque en este mismo ambiente crecen los infantes, aprendiendo y captando este tipo de emociones apropiándose las, pero también, manifestándolas en la escuela. En este apartado abordaré algunos de los estudios que se han realizado acerca de la regulación de las emociones, específicamente en el nivel preescolar.

La regulación de las emociones en el nivel preescolar toma mayor importancia como mencioné en párrafos anteriores porque estos procesos permiten a los niños tener un mejor funcionamiento en la sociedad, siendo así, el primer estudio que analizaré corresponde a la autora Élia Cassá López, quien escribió un artículo llamado “La educación emocional en la educación infantil” en el año 2005 bajo la supervisión de la Universidad de Zaragoza en España, con la finalidad de conocer la manera de trabajar las emociones.

En este artículo se hace una propuesta sobre cómo abordar la educación emocional dentro de las aulas, proporcionando una serie de objetivos, contenidos, ejemplos, actividades y evaluaciones respecto a las emociones en los infantes, que dio como resultado que se favoreciera esta aportación tanto en los alumnos como en los docentes, enriqueciendo su crecimiento personal y profesional.

Desde mi perspectiva este artículo se relaciona con mi tema porque se enfoca en la regulación de las emociones de los infantes, a partir de los objetivos y actividades

que proporcionan, además me dan una idea acerca de cómo puedo trabajar la educación emocional con los alumnos.

En este artículo se reconoce la importancia que tienen tanto los contenidos de español, matemáticas o ciencias naturales, como la educación emocional. Se reconoce también que el buen manejo de las emociones permitirá a los alumnos despertar la curiosidad, generar empatía y solucionar conflictos a corto, mediano y largo plazo. En ese sentido es importante lo mencionado por López (2005): “La educación actual no debe olvidar que también es necesario educar las emociones.” (p. 155). Idea con la cual coincido porque es importante saber regular, identificar y gestionar las emociones.

Para educar las emociones se requiere partir de las actitudes afectivas con el fin de establecer en el niño una relación triangulada entre pensamiento, emoción y acción, de acuerdo con (Bach y Darner 2002, citado por López, 2005) consideran que esa triangulación favorece: “... la reflexión de problemas, pero no obviando y afectando la autoestima del individuo” (p.34)

Para trabajar la regulación de emociones en los niños, es importante darles un buen trato, creando ambientes de confianza y respeto, para que así, tengan la libertad de expresar lo que sienten, buscando una alternativa para solucionar las situaciones que se enfrentan y viendo la manera en cómo hacerlo sin afectar a terceros o a sí mismos. López (2005) comparte una serie de objetivos para la educación emocional:

- Favorecer el desarrollo integral de los niños y niñas.
- Proporcionar estrategias para el desarrollo de competencias emocionales para el equilibrio y la potenciación de la auto estima.
- Potenciar actitudes de respeto, tolerancia y prosocialidad.
- Potenciar la capacidad de esfuerzo y motivación ante el trabajo.
- Desarrollar la tolerancia a la frustración.
- Favorecer el autoconocimiento y el conocimiento de los demás.
- Desarrollar la capacidad para relacionarse con uno mismo y con los otros de forma satisfactoria para uno mismo y para los demás.
- Desarrollar el control de la impulsividad.
- Favorecer la cantidad y calidad de las interacciones del grupo para la mejora del clima relacional de clase y cohesión grupal. (p. 157)

De estos objetivos me interesa destacar los siguientes: proporcionar estrategias para el desarrollo de competencias emocionales para el equilibrio y la potenciación de

la auto estima y desarrollar la capacidad para relacionarse con uno mismo y con los otros de forma satisfactoria para uno mismo y para los demás, porque en el primero se reconoce el desarrollo de las competencias emocionales y en el segundo destaca la capacidad de relacionarse, ambas enmarcan las actividades que se realizan dentro del aula.

Comúnmente los niños cuando se encuentran ante una problemática, por ejemplo, compartir el material o el trabajo en equipo, se observa que no logran ponerse de acuerdo y se disgustan con sus compañeros porque no logran ponerse en el lugar de los otros. Esto ocurre incluso con los adultos cuando no respetan los acuerdos o reglas implícitas o explícitas que se establecen en la sociedad.

En efecto, esto se debe a la mala regulación de emociones que el individuo tiene y al no tener una buena modulación de estas mismas, será imposible que desarrolle una buena relación socio afectiva. Prosiguiendo con esta misma secuencia, en el artículo la autora proporciona una serie de contenidos que se deben emplear en el nivel preescolar:

Tabla 3. Contenidos emocionales.

Consciencia emocional:	Refiere a la expresión verbal o no verbal de la reflexión de las emociones y sentimientos mismos o de los demás.
Regulación emocional:	El cual está sujeto a esta investigación y refiere a la facultad de manejar los impulsos provocados por el enojo, el miedo, la tristeza, etcétera.
Autoestima:	Es el conocimiento y aceptación de sí mismo.
Habilidades socio-emocionales:	Lo considera como la capacidad de reconocer las emociones de los demás interfiriendo en las relaciones interpersonales.
Habilidades de vida:	Experiencias que se tienen día a día.

Fuente: propia con base a López (2005) *La educación emocional en la educación infantil.* (p. 157-158)

Por lo tanto, todos estos contenidos se ven plasmados en las seis actividades que propone López, en las cuales pretenden favorecer la educación emocional en el nivel preescolar: a) Noticias agradables y noticias desagradables, b) El globo

mensajero, c) El libro de las emociones, d) La varita mágica, e) Masajes ¡Qué bienestar! y f) Había una vez..., los cuales contienen su descripción, objetivo, contenido, materiales y orientaciones como se explica en los siguientes párrafos.

Noticias agradables y noticias desagradables: consiste en recoger vivencias o experiencias a lo largo de la jornada, en donde los alumnos colocarán en pliegues de papel, situados en un área visible para los infantes, colocarán noticias relevantes que les hayan provocado emociones agradables o emociones desagradables. Al finalizar el día, analizan estas noticias, buscan posibles soluciones que les permitan transformarlas en una vivencia agradable.

Es una buena actividad que se puede aplicar con los alumnos porque es una recopilación de las acciones efectuadas a lo largo del día, en donde muchas veces las dejamos pasar por desapercibidas; sin embargo, los alumnos se pueden ver afectados, así mismo, considero que esta actividad se presta muy bien para que los alumnos externen y propongan posibles soluciones ante estas acciones desagradables.

El globo mensajero es una actividad, donde los alumnos se encuentran formados en un círculo y de esa manera se irán pasando un globo que tiene plasmada una expresión de alegría y al irles tocando a uno por uno, la docente les realiza la pregunta: ¿Cómo te sientes?, por lo que los alumnos externan su sentir y expresan esa emoción. Esta actividad les permitirá trabajar sus emociones al compartir con todos sus compañeros y reconocer que al igual que ellos, también atraviesan diferentes situaciones que los conllevan a sentir la misma emoción o una diferente.

El libro de las emociones: tiene como finalidad recoger experiencias y conocimientos de los alumnos acerca de las emociones, a partir de dibujos, fotografías o cualquier ilustración, permitiéndoles manifestar como entienden cada emoción.

La varita mágica: consiste en estar situados en un lugar donde la docente con ayuda de una varita mágica les determinará la emoción que deben representar los niños, por ejemplo: a través de la varita les pide que todos estén enfadados, por lo tanto, los alumnos representarán gestos y actitudes de enfado, de esta manera se realiza con las demás emociones.

Masajes, ¡qué bienestar!: esta ha sido una de las actividades a las cuales me ha llamado mucho la atención porque se relaciona en mi investigación mediante el

masaje compartido que aborda los vínculos afectivos permitiendo identificar a los alumnos la empatía de los otros consigo mismo.

Esta actividad trata sobre realizar masajes compartidos, por ejemplo, reunidos en parejas, la pareja A le brindará una serie de masajes en el cuerpo de la pareja B, en los brazos, espalda, piernas, cabeza, hombros y viceversa, siendo un espacio en donde también la música cumple con un factor muy importante porque eso les permite relajarse más. Es impresionante como los alumnos responden a estos estímulos, resaltando la importancia de preguntarles cómo se sintieron y que agradezcan a su pareja por el bienestar que se les proporcionó.

Había una vez...: Consiste en la recreación de historias o cuentos, mediante material que está a su altura, con el fin de que hablen de las emociones que viven aquellos personajes a los cuales se están refiriendo.

Finalmente, los resultados que se dieron a partir de la aplicación de esta propuesta se vieron reflejados en un aspecto favorable porque los alumnos expresaban con mayor facilidad su sentir, además la autora menciona que se vio a simple vista un mejoramiento en cuanto a la descripción de emociones y sentimientos no tan solo fueron desarrollados en los alumnos, sino que también en los profesorado que lo ejecutaron.

El siguiente artículo a analizar le corresponde a la autora Rendón Arango, María Isabel en el año 2007, bajo la vanguardia de la Universidad de Santo Tomás en Colombia, el cual lleva por nombre: Regulación emocional y competencia social en la infancia.

Este estudio consiste en abordar las relaciones entre la regulación emocional y la competencia social, analizando la historia de cómo surge el interés por dichos temas que justifican su relevancia, contrarrestando los constructos, definiciones y elementos conceptuales más relevantes que conectaran con hallazgos empíricos importantes y finaliza con reflexiones de orden práctico. Por lo tanto, es un documento que aporta excelente información, pero de la cual sólo me enfocaré en la regulación de las emociones correspondiente a mi tema de estudio.

Rendón en su investigación *Regulación emocional y competencia sociales en la infancia* (2007, p. 250) menciona sus intereses por estudiar a los niños en el aspecto

emocional, se dio en la década de los 90' en el momento en que los especialistas comenzaron a visualizar la naturaleza, acciones, comportamientos y características que desarrollaba el niño en la interacción entre pares. De tal manera, este artículo favorece a retroalimentar mi investigación porque la autora considera que la regulación de las emociones es una parte substancial del desarrollo porque permite tener una buena relación con los demás y consigo mismo.

De igual manera, Rendón (cita a Campos & Barrett, 1984) en donde retoma la parte de: "...la habilidad para modular las emociones es pertinente y central en la interacción dado que contribuye a la función comunicativa recogiendo información acerca de los pensamientos e intenciones de las personas y coordinando los encuentros sociales" (p. 350).

Por lo tanto, el trabajar la regulación de las emociones en los preescolares debe ser un aspecto al cual darle mayor peso, porque como lo menciona en la anterior cita, esto permitirá establecer una buena interacción comunicativa, además de saber conocer las emociones y pensamientos que los otros también tienen. La autora cita a Campos & Barrett (1984) quien rescata la idea sobre:

...por décadas el estudio de las emociones fue relegado a un segundo plano con base en argumentos como que era imposible medirlas con algún grado de especificidad, que no tenían un rol causal en la conducta, que eran irrelevantes frente a los tópicos de la psicología experimental, ... disruptivas e indeseables por naturaleza, o que no podían ser descritas con un lenguaje científico. (p. 351)

Sin embargo, hoy sabemos que las emociones si causan gran impacto en el rol causal de la conducta manifestándose con la agresión, frustración, rabietas e inclusive, no tener una regulación de la tristeza también ha sido una de las emociones que provoca en los alumnos poca participación en clase, identificando estas acciones en los comportamientos que manifiestan los alumnos a los cuales me ha tocado intervenir ya que cuando vienen de casa regañados, la mayoría de ellos no se incluyen con sus compañeros para jugar o bien, no son capaces de pensar con claridad y reaccionan en función de estas, aunque no sea adaptivo para el contexto en el que se encuentran.

En ese mismo contexto, este artículo se relaciona con mi tema porque la autora, determina: "...no se puede entender la emoción examinando al individuo y a los

eventos como entidades separadas, ya que la percepción de un evento nunca está libre de su relevancia para las metas personales.” (p. 351)

Es por este motivo, mi investigación recae en la regulación de las emociones porque pretendo trabajar las acciones que realizan los alumnos a consecuencia de alguna emoción que surge de manera espontánea en cualquier situación de la vida cotidiana, retomando las aportaciones de la autora es necesario establecer ese vínculo entre el contexto- acciones, con el fin de darles las herramientas suficientes a los alumnos para que les permita afrontarlas y buscar una solución de forma pertinente. Al mismo tiempo, Rendón postula tres constructos siendo los siguientes:

Tabla 4. Constructos.

Temperamento:	Es la forma de ser del individuo, la manera en la que reacciona o se conduce en la vida cotidiana.
Afrontamiento:	Es la acción de hacer frente de forma concreta en una determinada situación.
Autorregulación conductual:	Capacidad para experimentar emociones teniendo la habilidad para manejarlas.

Fuente: propia con base a Rendón (2007) *Regulación emocional y competencia sociales en la infancia.* (p. 352)

Los dos primeros constructos son el conjunto que complementa y formula a la regulación emocional, ya que el temperamento nos denota ser la manera natural en la que el individuo es, visualizando su comportamiento o actitudes que lo caracteriza, mientras el segundo constructo corresponde al afrontamiento siendo la acción en donde el individuo pone en marcha sus defensas para darle solución ante un problema.

En este artículo hacen mención y distinción entre la “regulación” y el “control” de las emociones, mencionando que: “En las definiciones relacionales se prefiere el término “regulación” al de “control” debido a que regulación implica ... un ajuste de las emociones ... mientras que control implica restricción.” (p.353) siendo así, comúnmente tendemos a utilizar y darle un enfoque al segundo término sin pensar que es un término incorrecto ya que como lo menciona la autora, la regulación implica un ordenamiento dinámico de las emociones al medio, mientras que el control implica la limitación, delimitando la libre expresión y toma de conciencia ante las reacciones que realizan por las emociones.

Es importante considerar que la activación y regulación de las emociones ayudan a responder de manera efectiva ante oportunidades o desafíos, por lo que es importante saber cómo tener esta moderación y adaptación al medio mediante las emociones. Los docentes no escapamos a esta situación por ello resulta importante que consideren la autorregulación en la conducción de las actividades.

Carlos Hué en su investigación *Bienestar docente y pensamiento emocional* (2012) considera que la inadecuada regulación de las emociones en el profesorado se produce fundamentalmente por la falta de adecuación de nuestro hacer docente a aquel ideal de profesor que nos gustaría ser, al respecto Court (2006) nos da un ejemplo de un docente, cuya expresión de enojo no ha sido regulado: “Hay días que me encantaría largarme de aquí, dar un portazo al salir...” (p. 92) en este ejemplo se aprecia que el docente reacciona así quizá motivado por el exceso de trabajo y combinado con los problemas personales. De ahí la importancia de regular las emociones.

Al respecto Hué (2012) hace mención del método de pensamiento emocional, argumentando que éste: “... nos ayuda a gestionar nuestras emociones.” (p. 54) Otro ejemplo que explica es acerca del miedo refiriéndose al éste como aquella emoción que nos hace luchar o atacar, huir o quedarnos paralizados. Lo expuesto, lo relaciono con lo que experimentaba en mis prácticas de intervención ante situaciones imprevistas, donde los niños actuaban de una manera que no lograba controlarlos, me quedaba paralizada al no saber cómo reaccionar para dar solución y continuar con las actividades.

Capítulo II. Marco teórico

2.1 ¿Qué son las emociones?

Las emociones son las que nos permiten a los seres humanos sentirnos vivos a través de las diferentes situaciones en donde se presentan, manifestándose en alegría, tristeza, enojo, miedo, afecto, entre otros, de tal forma que es muy común que se hablen de manera cotidiana sobre este tema; sin embargo, considero por el análisis realizado, al momento de querer definir este término, nos resulta complicado o inclusive difícil el poder llegar a una definición consensuada.

Es necesario conocer el término etimológico de dicha palabra, el cual, de acuerdo a la Real Academia Española, proviene del latín *emotio*, nombre que se deriva del verbo *e-movere* y significa retirar, desalojar de un sitio o hacer mover.

Por lo tanto, también es prudente definir este concepto desde los enfoques de los expertos. Comenzando con Goleman (1995) quien afirma: "...las emociones conducen a la acción...los impulsos básicos que nos incitan a actuar –parecen hallarse divorciados de las reacciones. Los sentimientos, las aspiraciones y los anhelos más profundos parten de una emoción" (p. 183) Como se nota en la cita anterior, las emociones conducen a la acción ante las reacciones que se ocasionan y se relacionan con los sentimientos, las aspiraciones y los anhelos.

Es preciso decir que, las emociones parten desde el cerebro pues son descargas químicas arrojadas del sistema límbico que se transportan mediante neurotransmisores, o bien, Damasio (2009) las considera como: "...reacciones simples" (p. 34), estas nos ayudan a sentir miedo, enojo o cualquier otra emoción que haya marcado alguna situación o experiencia de la vida cotidiana y en su defecto, estas descargas químicas ponen en alerta o defensa nuestro cuerpo.

Paul MacLean (1973, citado por Tarantino, 2018) en su teoría del cerebro triúnic: tres cerebros, divide en tres partes primordiales al cerebro, quedando de la siguiente manera:

Tabla 5. División del cerebro.

Cerebro reptil o reptiliano (instintivo).	Es el encargado del equilibrio, las funciones instintivas, además de preservar la vida del ser humano y su capacidad de sobrevivir.
Cerebro emocional o límbico.	El segundo, más importante para esta investigación ya que es el enlace entre las funciones cognitivas

superiores como el razonamiento y las respuestas emocionales más primitivas como es el miedo, además de estar vinculado con la capacidad de memorizar, de sentir y desear.

Cerebro racional	Delegado a regular las decisiones conscientes y de las respuestas lógicas.
------------------	--

Fuente: propia con base a MacLean (1973, citado por Tarantino, 2018). *Pinceladas teóricas en torno al cerebro triuno para mejorar nuestra hermenéutica en el ámbito de toda negociación*. (p. 3-4)

Este autor determina que el cerebro emocional es el que se encarga de producir y generar emociones en nuestro sistema nervioso desarrollando respuestas y generando aprendizajes en el nivel experiencial, por tal razón, las emociones se presentan en todas las acciones que hacemos día a día.

Muñoz Polit (2009) retoma la postura de John Dewey para definir que es una emoción, quien menciona: "... la conducta emocional es determinada por la situación, es provocada directamente por estímulos externos y no por algún "sentimiento" interno (p. 34), desde mi punto de vista, entiendo que la emoción se expresa mediante respuestas fisiológicas como expresiones físicas, tales como palpitations en el corazón, sudoración, sonrojamiento en el rostro o nudos en la garganta que tiene como función primordial la adaptación del individuo a un entorno en continuo cambio.

Así mismo, Bisquerra, Punset, Mora, García, López, Pérez, Nambiar, madhavi, Aguilera, Segovia y Planells (2012) hacen mención de una de las características primordiales de las emociones refiriéndose a que es: "...un lenguaje en sí mismas a través del cual se puede facilitar o entorpecer la transmisión de conocimientos" (p. 22) Se considera un lenguaje porque se le ha designado un peso importante, por la manera cómo influye en la toma de decisiones de las personas, a partir de estas los individuos tienden a escoger sus acciones y actividades dependiendo del impacto que estas causan en las situaciones que están presenciando.

Desde mi punto de vista considero que estos autores retoman a las emociones como un lenguaje en sí mismas porque son expresiones en forma de actuación que manifiesta todo el cuerpo, a través de lo que siente, por los gestos o cualquier movimiento que revele o exprese dicha emoción, denominado como lenguaje corporal.

Por ejemplo, cuando estamos en una situación que nos genera enojo, la forma de expresar esta emoción se manifiesta en dos formas, la primera sucede de manera

oral al discutir y articular la razón de tu molestia, pero también se manifiesta no verbal al realizar algún gesto como fruncir el ceño, los ojos o bien, cruzar los brazos o colocarse en posición de defensa, reconociendo que todas estas características son una forma de expresar lo que sentimos en el momento. Por consiguiente, estos mismos autores nos mencionan:

Las emociones son reacciones a las informaciones que recibimos en nuestras relaciones con el entorno. La intensidad de la reacción está en función de las evaluaciones subjetivas que realizamos sobre como la información recibida va a afectar nuestro bienestar. En estas evaluaciones subjetivas intervienen conocimientos previos, creencias, objetivos personales, percepción de ambientes provocativos... una emoción depende de lo que es importante para nosotros. Si la emoción es muy intensa puede producir disfunciones intelectuales o trastornos emocionales (fobia, estrés, depresión). (2012, p. 63)

Ellos las retoman como reacciones ante la información que recibimos de acuerdo a nuestro entorno, ¿qué quiere decir con esto?, el tipo de emoción dependerá de la acción o el momento que se esté viviendo, por ejemplo, cuando un padre le llama la atención a su hijo por perder algún juguete la reacción que surgirá en el infante se tornará a un estado de tristeza, manifestándolo mediante el llanto.

De tal manera que la intensidad que se produce de esta reacción dependerá de la forma en la que se presenta la información y el cómo afectar el bienestar en el que nos encontramos, retomando el ejemplo anterior, la intensidad de tristeza que le provocó la llamada de atención que le dio su padre se verá afectada en su bienestar, mostrándolo a través del llanto que es la forma de expresar la emoción de tristeza que está vivenciando el niño.

Bisquerra, Álvarez, Fita, Martínez y Pérez (2000) mencionan: "...Las emociones son subjetivas y por tanto difíciles de medir." (p.588) denominándolo como evaluación subjetiva porque se constituyen de los conocimientos previos, las creencias, los objetivos personales y la percepción de ambientes provocativos, los que determinan la toma de decisiones que se ejecutan al presenciar alguna emoción. Por lo tanto, lo que se pretende evitar con esta investigación son los que comúnmente el autor los

denominó como disfunciones intelectuales que se dan como la fobia, el estrés e inclusive la depresión, trastornos que hoy en día también se presentan en los niños.

De igual manera, se encuentran aportaciones de la Asociación Española Contra el Cáncer (2013), en donde define a las emociones como: "...mecanismos que nos ayudan a reaccionar con rapidez ante acontecimientos inesperados que funcionan de manera automática, son impulsos para actuar." (p. 4) Considerando que cada emoción prepara al cuerpo para una respuesta distinta de expresión, el miedo provoca un aumento del latido cardiaco que hace que llegue más sangre a los músculos favoreciendo la respuesta de huida o el enojo que en algunas personas provoca la violencia.

De igual manera, considero que a la hora de hablar de emociones es de vital importancia saber cómo se producen y cómo se generan para que así podamos gestionarlas de una mejor manera. Es necesario presentar una clasificación de los sentidos y su relación con las emociones.

Cuando vivenciamos emociones percibimos estados corporales. Para ello interviene el sistema somatosensorial que se convierte en un elemento fundamental de las emociones y en concreto, la ínsula que es la región cerebral implicada en los procesos emocionales, de autoconciencia e inclusive en los procesos del lenguaje, la cual se encuentra implicada también de manera muy significativa en la apreciación del conjunto.

Es conveniente especificar cuáles son los tipos de señales sensoriales que recibe el cerebro. Para ello, debemos destacar el sentido introceptivo, el sistema sensorial que nos informa del sentido del interior del cuerpo. Este es un sistema que se diferencia del extroceptivo, que es el que normalmente tenemos en cuenta, ya que correlaciona con los sentidos: vista, oído, olfato, gusto y tacto.

Las señales que recibe el cerebro son de dos tipos y provienen de medios diferentes: el medio interno (señales introceptivas) y el externo (señales extroceptivas). Es necesario recordar que las emociones son principalmente modificaciones del mundo interno y por lo tanto las emociones provienen más de las señales introceptivas que las extroceptivas.

El camino que siguen estas señales hasta llegar al cerebro parte de los nervios periféricos que llegan a la cuerda espinal o médula espinal, pasan al tallo encefálico, hipotálamo, tálamo y corteza cerebral. En la corteza cerebral no terminan como se pensaba antes en la corteza somatosensorial, sino que terminan en la corteza insular que es aquella cuyos patrones de actividad son modificados cuando sentimos emociones.

2.2 Funciones de las emociones

Todas las emociones tienen alguna función que las clasifica como útiles y permite que el sujeto ejecute con eficacia las reacciones conductuales apropiadas y ello con la satisfacción que estas generen. Incluso las emociones desagradables tienen funciones importantes en la adaptación social y el ajuste personal. De acuerdo a Reeve (1994, citado por Chóliz 2005), destaca algunas funciones que consideran como primordiales en las emociones, siendo: “a) funciones adaptativas, b) funciones sociales y c) funciones motivacionales.” (p.4)

2.2.1 Funciones adaptativas.

Es considerada una de las funciones más importantes de la emoción porque nos ayudan a aprender las reglas y normas sociales, determina que situaciones y emociones son apropiadas para la expresión emocional dentro del contexto cultural.

Esta función es importante porque Chóliz (2005) menciona que su finalidad es: “...preparar al organismo para que ejecute eficazmente la conducta exigida por las condiciones” (p.4) ya que delimitan el entorno y sustenta que las emociones funcionen tanto como facilitadoras de la respuesta apropiada ante situaciones, como inductoras de la expresión de la reacción afectiva a otros individuos, por ejemplo: algunas personas creen que su forma de reaccionar en su vida diaria es inadecuada, sienten mucho enfado, se irritan o reaccionan de forma violenta.

Las personas que responden con mayor enfado sienten que los demás hacen algo que les genera esa reacción y que ellos no quieren sentirse así, puesto que es una emoción displacentera. Cuando la emoción de enojo aparece, se vive como incontrolable, se adueña de nuestro pensamiento, cuerpo y dura más tiempo del que creemos necesario el sujeto deja de tener control racional, se moviliza desde la rabia expresando violencia hacia fuera o hacia sí mismo.

2.2.2 Función social.

Choliz (2005) menciona que la ocupación que ejerce esta función en las emociones es: "... facilitar la aparición de las conductas apropiadas, la expresión de las emociones permite a los demás predecir el comportamiento asociado con las mismas, lo cual tiene un indudable valor en los procesos de relación interpersonal." (p. 5) Además, sostiene que la expresión de las emociones forma un canal que permite a una persona saber lo que siente la otra y viceversa.

2.2.3 Función motivacional.

La relación que existe entre la emoción y la motivación es directa, se trata de una experiencia presente en cualquier tipo de actividad que posee las dos principales características de la conducta motivada, la dirección y la intensidad. Esta relación no se limita al hecho de que en toda conducta motivada se produzca reacciones emocionales, por lo tanto, esta función consiste en que una emoción puede generar la aparición de una conducta motivada haciendo que se ejecute con intensidad.

2.3 Teorías sobre las emociones

Después de haber realizado una breve introducción del término emoción, considero conveniente hacer mención sobre aquellas teorías que se han encargado de estudiarlas. Las principales teorías son: teoría de la discrepancia cognitivo- evolutiva de Donald Hebb (1949) y teoría de la sensación propuesta por William James (1884, citada por Melamed, 2016).

Teoría de la discrepancia cognitivo- evolutiva: esta teoría es propuesta por Donald Hebb (1949 citada por Cantero, Delgado, Gión, González, Martínez, Navarro, Pérez y Valero, 2011) donde Hebb mencionaba: "...ante estímulos nuevos el sujeto compara con un esquema previo de un objeto/situación conocida." (p. 168) explicando cómo los estímulos nuevos en su mayoría conducen a reacciones de dolor emocional, siendo una teoría muy útil para explicar porque los niños muestran tanto interés en la exploración de su mundo físico.

Teoría de la sensación: fue propuesta por William James (1884, citada por Melamed, 2016) la cual tuvo relevancia por abarcar las emociones en el ámbito científico y académico, concibiendo a la emoción como el resultado de una percepción y la causa de una expresión física. Este autor propone argumentar contra el modo de

concebir las emociones, afirmando: “Mi tesis es que los cambios corporales siguen directamente la percepción del hecho, y que nuestra sensación (feeling) de esos mismos cambios mientras ocurren, es la emoción.” (p. 189).

Es decir, el sentido común dicta que cuando enfrentamos un peligro tendemos a vivenciar la emoción del miedo, por tal razón como respuesta inmediata muchos de nosotros huimos. Así mismo, el establece un esquema del proceso que tiene que pasar una emoción, siendo el siguiente:

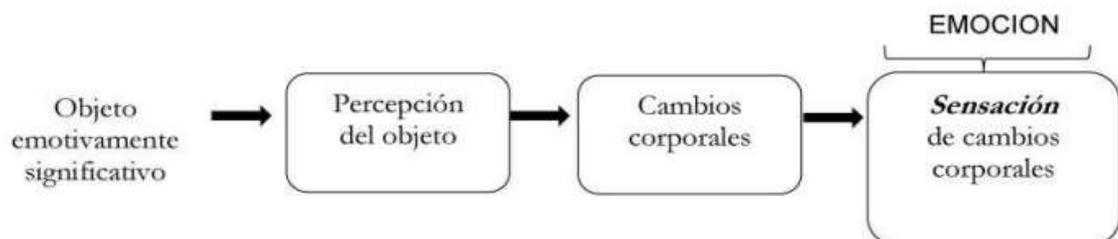


Figura 1. Esquema del proceso de la emoción. James (1884, citado por Melamed 2016). *Las teorías de las emociones y su relación con la cognición: un análisis desde la filosofía de la mente.* (p.16)

De modo que lo correcto sería decir que, ante la amenaza de peligro, los cambios corporales surgen de modo inmediato, siendo la percepción de tales cambios fisiológicos y conductuales la razón por la que sentimos miedo. Por tal motivo, esta teoría es la más relacionada mi investigación, porque de acuerdo a la propuesta que se ha diseñado, los alumnos aprenderán a regular sus emociones mediante un objeto emotivamente significativo como lo menciona este autor, en donde a través de su manipulación pasarán por un proceso de cambios tanto corporales como emocionales.

2.4 Competencias emocionales

En la educación emocional es muy importante saber el desarrollo de las competencias emocionales, por lo tanto, resulta útil definirlo, retomando el concepto de Agulló, Cabero, Pellicer, Sánchez, Vásquez (2013), quienes las consideran como: “...el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales” (p. 13) creando a su vez el pentágono de competencias emocionales, como se muestra en el (anexo E). Para explicar este pentágono, se muestra la siguiente (*tabla 6*) en donde podemos apreciar cuales y en qué consisten estas competencias:

Tabla 6. Competencias emocionales.

Competencias	Descripción
Conciencia emocional	Capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás.
Autonomía emocional	Es capacidad para analizar críticamente las normas sociales, la capacidad para buscar ayuda y recursos, así como la autoeficacia emocional.
Competencia social	Capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas.
Las competencias para la vida y el bienestar	Son la capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables para afrontar satisfactoriamente los desafíos diarios de la vida.

Fuente: propia basada en Agulló, Cabero, Pellicer, Sánchez, Vásquez. (2013). Educación emocional en la escuela. Actividades para el aula, dirigidas a niños de 6 a 7 años. (p. 14)

Otra competencia es la regulación emocional que es a la cual me enfocaré con más precisión porque es la que se relaciona con mi investigación. Esta consiste en: "... la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento." (p.15) Esta competencia permite tener la adecuada modulación de expresión de las respuestas emocionales, mediante la puesta en marcha de estrategias emocionales, cognitivas o conductuales.

La regulación emocional también incluye micro competencias como se aprecia en el (anexo F) siendo: expresión emocional apropiada, regulación de emociones y sentimientos, habilidades de afrontamiento y competencia para autogenerar emociones positivas, ésta última incluye: expresión emocional apropiada, regulación de la impulsividad, tolerancia a la frustración, habilidades de afrontamiento y competencia para autogenerar emociones positivas.

2.5 Clasificación de las emociones

Existen varias clasificaciones de las emociones, sin embargo, de la que me voy a apoyar corresponde a la autoría de Myriam Muñoz Polit (2009), ella nos menciona: "Cualquier clasificación depende, en gran parte, de cómo se analiza y define la

emoción.” (p. 43) Esta clasificación se basa en emociones primarias o innatas y en secundarias, como se presenta en la siguiente tabla:

Tabla 7. Clasificación de las emociones.

Emociones	Descripción
Emociones primarias o innatas:	Son aquellas con las que nacemos genéticamente, las cuales tienen la función de satisfacer necesidades de supervivencia, siendo: el miedo, la alegría, la tristeza, el enojo y el afecto.
Emociones secundarias:	Son generadas de las emociones primarias, además de ser adaptativas, por ejemplo: la desesperanza, rabia y desesperación.

Fuente: propia con base a Muñoz (2009). *Emociones, sentimientos y necesidades, una aproximación humanista*. (p. 44)

Es relevante retomar esta perspectiva de clasificación de las emociones, porque es necesario conocer las emociones primarias que integran los alumnos y sobre todo como aquellas emociones secundarias se manifiestan con la finalidad de poder regularlas en su conducta.

2.6 Estrategias

Las emociones están presentes en todas las actividades escolares porque son inherentes a las formas de interactuar de los actores educativos. Tanto los docentes como los alumnos necesitan conocer sus emociones y aprender a regularlas, para ello es importante trabajar con estrategias que favorezcan el logro de los aprendizajes esperados.

Para Frida Díaz Barriga (2004) considera que las estrategias son: “Procedimientos que el agente de enseñanza utiliza en forma reflexiva y flexible para promover el logro de aprendizajes significativos en los alumnos.” (p.234) El docente es quien promueve las acciones para alcanzar un fin determinado y de acuerdo a la intención que tenga el elegirá o diseñará la estrategia más pertinente para el logro de los propósitos educativos.

Cooper (1990) considera que es recomendable emplear estrategias al inicio de cualquier secuencia didáctica. Mencionando tres etapas de aplicación: “a) Identificar previamente los conceptos centrales... b) Tener presente qué es lo que se espera que

aprendan los alumnos... c) Explorar los conocimientos previos pertinentes de los alumnos.” (p.122). Estas etapas son pertinentes tanto para elegir una estrategia como para diseñarla resumiéndose en qué contenido se pretende enseñar, tener un objetivo o propósito claro, partiendo de los conocimientos y experiencias previos de los alumnos.

De este modo, de acuerdo a las condiciones y necesidades que presentan tanto los alumnos como yo, he considerado las estrategias sensoriales para subsanar la problemática presentada al intentar regular las emociones de los niños en el desarrollo de las secuencias didácticas, para fundamentar dichas estrategias parto de la propuesta de Violet Oaklander en su libro “Ventanas a nuestros niños” (2012).

En este libro la autora expone una terapia gestáltica para niños y adolescentes (2012) con diferentes propuestas para trabajar las emociones. Las estrategias que contiene su modelo de trabajo se enmarcan en un paradigma humanista, desde esta perspectiva quien realiza el acompañamiento es el terapeuta porque se parte del supuesto de que las personas tienen el equilibrio y salud emocional, solo necesitan un facilitador.

En este caso, como docente en formación, intentaré fungir como facilitador de aprendizaje donde mi trabajo será el orientar las relaciones que lleven al alumno a resolver situaciones problemáticas mediante la regulación de emociones, que lo motiven a actuar y resolverlas. Ello, requiere una enseñanza en la que el alumno analice las acciones que surgen a partir de una emoción, buscando la regulación de la misma.

Es preciso indicar por qué se ha elegido la propuesta de Violet Oaklander, destacando que ella hace mucho énfasis en el trato que se le da a los niños, mencionando lo siguiente: “Nosotros los adultos los excluimos con frecuencia de la información y la expresión...” (p. 11), retomando la cita anterior, es muy común que los adultos tendamos a reprimir o ignorar las emociones que manifiestan los niños, con ejemplos muy burdos, se puede notar al momento de decirle a un niño la frase “sólo las niñas lloran, así que deja de llorar”, en este momento, estamos limitando que el infante exprese esa emoción de tristeza, la cual es importante mencionar que no es mala vivenciarla.

Su libro está conformado con un apartado específico con distintos problemas emocionales- conductuales y la manera que ella propone abordarlos, siendo diferentes estrategias con sus respectivas técnicas para trabajar (anexo G), cada una de estas estrategias vienen acompañada de su respectiva técnica a la cual, de acuerdo a Oaklander pretende abordar la problemática que presentan los infantes y adolescentes. No obstante, de las once estrategias que comparte la autora, en esta ocasión nos enfocaremos solamente en una que refiere a ser la estrategia seis: Experiencias sensoriales, específicamente en abordar los sentidos en conjunto con las emociones y la relajación.

Retomando de nueva cuenta mi tema de investigación: regulación de las emociones y de acuerdo al diagnóstico obtenido al inicio del ciclo escolar en el grupo que me fue asignada, la estrategia que será más de mi funcionamiento para el logro de los aprendizajes en los alumnos, son las experiencias sensoriales que aborda Oaklander (2012), aclarando que estas estrategias no se tomarán al pie de la letra como lo comparte la autora, pero si me apoyaré de ellas para adecuarlas a las necesidades que presentan los alumnos.

2.6.1 Estrategias sensoriales.

Conectarse a un nivel emocional significa poner en práctica los cinco sentidos; gusto, tacto, vista, olfato y oído los cuales están vinculados a nuestro sistema límbico, precisamente en el cerebro derecho que es responsable de la creatividad, los recuerdos, los sentimientos, las emociones. Por lo cual, son estos sentidos en particular los que pueden hacer un cambio para un infante en el aspecto emocional, social, personal y educativo.

De esta manera, se ha optado por elegir las experiencias sensoriales, porque como ya se mencionó anteriormente, de acuerdo al diagnóstico que se ejecutó al inicio del ciclo escolar las necesidades que presentan los alumnos además de la regulación de las emociones es el desarrollo sensomotor a consecuencia del confinamiento que se llevó a cabo en la pandemia.

Como se presentará a continuación, existen estudios donde nos afirman que son un proceso muy importante dentro de la vida de cada infante, además de que aporta de manera positiva en el aprendizaje del ser humano porque mediante su

aplicación se promueve el pensamiento lógico, se aumenta la curiosidad, atención, concentración y el deseo por el aprendizaje, conocimiento del propio cuerpo además de ayudar a desarrollar las relaciones positivas con otros y consigo mismo a lo cual me estoy enfocando en esta investigación.

Dentro de estas experiencias, se encuentra muy inmersa dos elementos que permiten dar un desarrollo óptimo al aprendizaje y en este caso a las emociones, siendo el primero la sensación y el segundo la percepción. De acuerdo a Feldman (2002, citado por Rodríguez 2006) define a la sensación como: “el proceso por medio del cual los órganos de los sentidos de una persona responden ante estímulos del medio ambiente.” (p. 91)

Siendo una serie de respuestas que recibe el cerebro a través de los órganos sensoriales, esta está encargada de recibir la información del exterior a través de nuestros sentidos. En términos generales refiere a ser aquel conocimiento del mundo a través de los sentidos. Por lo cual, es necesario tomar en cuenta las aportaciones que nos brinda Aranda (2008) en donde nos menciona:

...en toda sensación hay un componente físico (el estímulo) un componente fisiológico (receptor, órgano sensible y neurona) y un componente psicológico (toma de conciencia del hecho). Se producen a través de los sentidos (vista, oído, olfato, gusto y tacto) y son el punto de partida del conocimiento. La mente, los compara y asocia con experiencias sensoriales pasadas, los interpreta, les da un significado y se convierten en una percepción (p. 76).

Por lo anterior, la sensación requiere de una serie de elementos para constituirse y ejercer su función en el individuo, siendo así que todo esto se produce a través de los cinco sentidos: vista, oído, olfato, gusto y tacto, que son las bases del conocimiento.

Todo lo que percibe el infante es gracias a los sentidos; estos nos ayudan a obtener las informaciones del medio ambiente, los mismos que llegan en forma de estímulos a los órganos sensoriales, estos se transforman en una serie de excitaciones nerviosas, siendo de esta manera enviadas al sistema nervioso central. Teniendo en cuenta a Regidor (2005) define a los sentidos de la siguiente manera:

Tabla 8. Concepto de los sentidos.

Sentidos	Descripción
Vista	Contribuye a la vía que capta la información del entorno y el sentido con más alcance de distancia. Es una gran fuente de experiencias y conocimientos del entorno, se abren las puertas al desarrollo de la mayor parte de las capacidades motrices básicas además que todas las coordinaciones se basen en la coordinación entre la vista y cada miembro en cuestión.
Tacto	Es aquella que recibe estímulos del exterior a través de la piel (presión, roce, contacto, vibración, temperatura, etcétera) y puede recibir los estímulos como normales o como aviso de dolor.
Oído	Es el encargado de percibir las ondas sonoras para poder enviarlas al cerebro, además de que también contribuye al sentido kinestésico (equilibrio). Este sentido puede percibir la cantidad de volumen, duración del sonido, dirección de donde procede y frecuencia del mismo.
Gusto	Es aquel que se encarga de contrastar los sabores.
Olfato	Este sentido permite percibir los olores y es más sensible que el del gusto.

Fuente: propia con base a Regidor (2005) Estimulación a través de los sentidos. En las capacidades del niño. Guía de estimulación temprana 0- 8 años (p. 44).

También tenemos a la percepción, Forigua (2018) la define como: "...los procesos de orden psicológicos responsables de la integración y organización de la experiencia sensorial" (p. 30) la percepción cumple un papel muy importante ya que procesa la información en el cerebro para poder ser transmitida al cuerpo.

De esta manera, después de haber descrito los dos elementos que constituyen a las estrategias sensoriales, es necesario describir el concepto de la misma. De acuerdo a Chacha (2018) considera a las estrategias sensoriales como:

...un conjunto de actividades dirigidas a la estimulación de los sentidos que aseguran un plan de acción óptimo en la consecución secuencial a desarrollarse, la cual se compone de una serie de acciones planificadas al desarrollo individual y colectivo incentivando el uso de cada sentido. (p. 12)

Esto quiere decir que el conocimiento que cada individuo posee acerca del mundo proviene de la interpretación que arrojan los mensajes recibidos por el medio de los cinco sentidos, es por ello que cuando mayor es la actividad sensorial, mayor es la reserva mental que se tiene para el futuro.

Las estrategias sensoriales benefician los pensamientos, la inteligencia y el lenguaje de los niños, las funciones superiores dependen de la educación de los sentidos, por lo que resulta importante a fin de desarrollar las capacidades receptoras y sensoriales potenciando el desarrollo cognitivo.

Estas estrategias proporcionan a los niños en sus primeros años de vida, las herramientas necesarias para que desarrollen al máximo sus potencialidades a través de una serie de situaciones sensoriales que le permitan interactuar con el medio que le rodea facilitando de este modo el aprendizaje y el desarrollo de habilidades; a partir de la utilización de la estimulación sensorial se pueden mejorar los efectos que la educación tiene sobre los niños en el desarrollo cognitivo y favorecer las competencias emocionales, como la resolución de problemas, contribuyendo así a mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje sin importar su edad o posibles limitaciones.

2.6.2 Estrategia sensorial: relajación.

En esta investigación pretendo ofrecer a los alumnos herramientas representadas en estímulos como son táctiles, olfativos, gustativos, visuales, auditivo, kinestésicos dentro de un marco sencillo como un proceso tranquilo, con una velocidad y ritmo adecuados a su edad y a sus necesidades, la estrategia aplicada en esta propuesta denota a ser la estrategia de relajación.

La relajación constituye ser una buena herramienta para el manejo del estrés, además de que con frecuencia se usa respecto a los músculos, lo cual significa liberar la tensión y el alargamiento de las fibras musculares y retomando a Sweeney (1978, citado por Payne, 2005) consideraba a la relajación como: "... un estado o respuesta percibidos positivamente en el que una persona siente alivio de la tensión o del agotamiento." (p. 13)

Esto nos lleva a replantearnos el papel de la relajación, esta misma presenta una dimensión mental y física que se da mediante la experiencia al abordarla obteniendo una sensación agradable, evitando la ausencia de pensamientos estresantes o molestos. Calle (2014) consideraba a la relajación como: "...una práctica milenaria que consiste en soltar los músculos y los nervios e ir dejando todo el cuerpo flojo." (p. 38) Siendo una definición más orientada al aspecto físico por el trabajo con los músculos.

Una de las estrategias inmersas en esta investigación, corresponde a ser el yoga para niños. Calle (2014) la retoma como: “un método integral...de mejoramiento y la armonización del cuerpo, la mente, el sistema emocional y el carácter”. (p. 13) o bien, lo aborda desde un término más científico, mencionando que: “es un término (yugo, en castellano) que quiere decir: unión, puesto que, a través de su práctica, la persona favorece la unión con lo mejor de sí misma y con las otras criaturas.” (p. 17) Permitiendo mediante su aplicación la conexión con uno mismo.

Capítulo III. Propuesta de intervención

3.1 Contexto Situacional de la intervención

El contexto es entendido como: "... un entorno físico y humano muy próximo al individuo, donde las actividades y los sucesos tienen un significado socio-cultural" (Lacasa y Herranz, 1989, citado por Rodrigo, 1994, p. 13)

Por lo tanto, el contexto es la configuración física de la sociedad en el momento histórico en que un hecho se produce, así mismo, a su vez es el conjunto de costumbres, valores, creencias, idiomas, enfoques y rasgos característicos de su gente. Tales elementos influyen en el comportamiento de las personas y en su pensar.

3.1.1 Lugar donde se implementa la propuesta de intervención.

La escuela a la que fui asignada para realizar mi servicio social y mi intervención docente es el Jardín de Niños "Magdalena Camacho de Luna", ubicado en la calle Heriberto Enríquez s/n, en la localidad de Almoloya del Río, Estado de México. Para explicar sus características y comprender el contexto en el que se desarrolla la propuesta de intervención expondré en los siguientes párrafos las características tanto del contexto externo como interno que dan cuenta de las condiciones y circunstancias en las que se desarrolla la intervención docente.

3.1.1.1 Contexto externo.

De acuerdo al Bando Municipal de Almoloya de Río (2021) se encuentra plasmada la siguiente definición: "El nombre de Almoloya del Río proviene de la raíz náhuatl "Almoloyán" "atl" = agua "molo" = manar "yan" = lugar. Por lo que significa "Lugar Donde Mana o Nace el Agua". (p. 3) Por lo tanto, es una localidad que es caracterizada por su recurso natural que es el agua resguardada en su laguna.

Esta localidad se encuentra ubicada a 26 kilómetros de la capital del Estado de México, sus límites geográficos son: al norte con los municipios de Santa Cruz Atizapán y Santiago Tianguistenco; al sur con Texcalyacac y Tianguistenco; al este con Tianguistenco y Xalatlaco, y al oeste, con el municipio de San Antonio la Isla. El contexto donde se encuentra esta institución es semiurbano.

En Almoloya del Río se pueden observar los distintos factores del contexto que son complemento esencial para la educación de los alumnos, por ejemplo, el nivel

económico de los padres de familia, fuente de trabajo, la forma de gobierno y los apoyos que brinda a la comunidad, las religiones que profesan, así como el tipo de clima, flora y fauna que sobre salen en el municipio y que rodean a la institución.

El componente natural se refiere a los químicos originales que constituyen al planeta en cuya presencia, distribución y abundancia no intervino la mano del hombre, como por ejemplo los tipos de árboles, animales y clima, a lo cual en este nivel de acuerdo a (ACEIEP, 2017) se espera que:

A medida que lo niños adquieren conocimientos y comprenden el mundo natural, se sensibilizan y se fomenta, de manera intencionada, una actitud reflexiva sobre la importancia y el aprovechamiento racional y cuidado del medio ambiente, como el agua, plantas y animales a su alcance. (p. 260)

Durante las jornadas de práctica pude apreciar en el Jardín de niños que el clima que predomina es templado semihúmedo, sobre todo en los meses de noviembre a abril y lluvias en verano, causando que al menos el 50% de los alumnos no asistan a clases. La temperatura media anual es de 11.5°C; la máxima de 18°C y la mínima de 1.5°C. Sus principales ecosistemas de flora y fauna son:

La flora que rodea la institución educativa son árboles: sauce llorón, cedro, ocote, eucalipto, pino, álamo; frutales: membrillo, higo, pera, capulín, tejocote, manzana, ciruelo, mora, dalia, rosa, clavel, buganvilla, nube, azucena; cactáceas: maguey y nopal e inclusive, dentro de la institución se encuentran dos árboles frutales de nogales que una vez al año brinda sus frutos para la comunidad estudiantil.

En la institución los alumnos comparten que han observado e inclusive criado animales como: el caballo, perro, vaca, pollo, paloma, guajolote, pato, ganso, burro, borrego, cerdo, gato, conejo y chivo; además de haber observado en varias ocasiones animales silvestres dentro de la escuela o alrededor de ella como lo son: rata, tuza, hurón, cacomixtle y lagartija.

El entorno social con el que cuenta esta población hace referencia a los medios de comunicación y servicios públicos básicos tales como: drenaje, agua potable, electricidad, teléfono, calles pavimentadas, transporte particular taxis, así mismo cuenta con establecimientos como: mercado, tiendas misceláneas, gasolinera, hotel, tortillerías, etc.

Retomando los datos obtenidos de las entrevistas realizadas al inicio del ciclo escolar 2021- 2022, la mayoría de los padres de familia se dedica al comercio, costura o confección de ropa, en los múltiples talleres que maquilan. Su cultura se rige por usos y costumbres, como las fiestas patronales (San Miguel Arcángel y San Agustín) y la realización de peregrinaciones a la feria que se sitúa en la Loma de Mazatepec el 30 de marzo en veneración del quinto viernes de Cuaresma en donde me pude percatar que más del 70% de los alumnos se ausentan a clases por asistir a esta festividad.

En cuanto al aspecto político (bando municipal ,2021) determina: “El Municipio de Almoloya del Río es gobernado por un Ayuntamiento de elección popular y no habrá ninguna autoridad intermedia entre este y el Gobierno Estatal y Federal.” (p. 22) Eligiendo democráticamente a todos los elementos que conforma la mesa directiva del ayuntamiento.

Entre los monumentos arquitectónicos destaca la iglesia de San Miguel; indudablemente la más significativa que posee Almoloya del Río, también es importante la capilla del Calvario y la plaza pública con su reloj. El municipio cuenta con establecimientos que cubren las necesidades básicas de las familias que viven en la localidad, un centro de salud; a lado del jardín de niños Evangelina Ozuna se localiza una guardería, cuenta con dos escuelas primarias, una secundaria y tres preescolares.

De acuerdo a lo anterior, me fue necesario retomar cada uno de los componentes que conforman el contexto externo porque cada uno de ellos influyen en el comportamiento de los alumnos siendo parte fundamental para esta propuesta, porque de acuerdo a lo obtenido, las actividades que diseñe van direccionadas al aspecto social que los alumnos vivencian, sus tradiciones, los recursos naturales y económicos con los que cuentan y sobre todo el apoyo que los padres de familia emplean en sus hijos.

3.1.1.2 Contexto interno.

El contexto interno se refiere a todo aquello que la escuela le puede ofrecer al alumno para impulsarlo entorno a su aprendizaje, siendo: servicios (luz, agua, teléfono, internet), infraestructura, apoyo psicopedagógico, biblioteca, área de comedores, áreas deportivas, áreas verdes y becas.

El jardín de niños “Magdalena Camacho de Luna”, es una institución Estatal, Gubernamental, se encuentra ubicado en la calle Heriberto Enríquez s/n, situado en la localidad de Almoloya del Río, Estado de México, con turno matutino. En la institución se atiende a una matrícula de 147 alumnos de entre tres y cinco años de edad, los cuales se encuentran distribuidos en siete grupos, uno de primero, tres de segundo y tres de tercero.

La plantilla docente (anexo H) está integrada por una directora escolar, siete docentes frente a grupo, un promotor de educación física, un docente de educación artística, un docente de salud y una promotora para inglés, existe el apoyo de dos días a la semana del servicio de USAER, además se cuenta con un personal de intendencia y un apoyo administrativo.

En la institución se llevó a cabo la construcción del Programa Escolar de Mejora Continua, realizado dentro del Consejo Técnico Escolar. Del 16 de agosto al 20 de agosto del 2021, en el cual se ha llevado a cabo la realización de un diagnóstico para valorar y detectar las necesidades de aprendizaje de los alumnos al término del ciclo escolar anterior.

El Programa Escolar de Mejora Continua es una propuesta concreta y realista que, a partir de un diagnóstico amplio de las condiciones actuales de la escuela, plantea objetivos de mejora, metas y acciones dirigidas a fortalecer los puntos fuertes y resolver las problemáticas escolares de manera priorizada y en tiempos establecidos. (SEP, 2017, p. 7)

Cabe mencionar que, para la realización de dicho diagnóstico, participó toda la comunidad educativa utilizando como insumos expedientes personales de los alumnos, el reporte de evaluación, diario de la educadora y fichas descriptivas de cada grupo en relación a las problemáticas que se enfrentan en el día a día, lo cual les permitió analizar, reflexionar y priorizar las necesidades educativas.

Para la elaboración del Programa Escolar de Mejora Continua se consideró el documento “Orientaciones para elaborar el programa escolar de mejora continua” 2018, en este se consideran ocho ámbitos: a) Aprovechamiento académico y asistencia de los alumnos, b) Prácticas docentes y directivas, c) Formación docente, d) Avance de los planes y programas educativos, e) Participación de la comunidad, f)

Desempeño de la autoridad escolar, g) Infraestructura y equipamiento y h) Carga administrativa.

Por tal motivo se determinó dar atención a los ocho ámbitos del Programa Escolar de Mejora Continua, a partir de las necesidades detectadas que requieren favorecerse en los niños, derivado del confinamiento por la pandemia COVID-19, determinando precisar las oportunidades de aprendizaje, en esta ocasión, atienden la necesidad de favorecer los procesos de desarrollo físico- cognitivo, como lo son la atención, memoria, razonamiento, escucha, lenguaje y sobre todo de motricidad, área de la cual pretendo favorecer en esta propuesta.

Cabe mencionar que en esta institución el colectivo docente fortalece y retroalimenta las prácticas docentes y directivas, haciendo uso de las diversas herramientas didácticas como la planeación, diario, cuestionarios, entrevistas, donde se recolecta y analiza la información de los intereses de los alumnos, áreas de oportunidad, fortalezas de los niños, así como los programas de apoyo, también la participación en los diversos cursos, conferencias y webinar con el fin de orientar la práctica y darnos elementos para apoyar y atender con pertinencia y eficacia a la comunidad infantil.

3.1.2 Características del grupo.

El salón de tercer grado, grupo “C”, está conformado por un total de 25 alumnos de los cuales 19 son niñas y seis niños presentando, una edad entre cuatro y cinco años. Destacando a su vez que una de las alumnas ha sido diagnosticada con parálisis cerebral en el lado derecho, provocando con esto que presente discapacidad motriz, ocasionando epilepsia si sufre algún mínimo golpe en cualquier parte del cuerpo, las actividades que se han planificado para ella fueron adecuadas de acuerdo a su condición, más no exclusivas, todo con el fin de incluirla de la misma manera que los demás.

Sin omitir que su desarrollo motriz se encuentra muy poco avanzado; sin embargo, se esfuerza por responder de manera inmediata a los estímulos auditivos, visuales, teniendo como consecuencia que no acaten reglas y acuerdos, entre otras necesidades más.

A raíz de la pandemia que se originó el 23 de marzo del 2020, cuando la Secretaria de Salud hizo declaratoria la Jornada Nacional de Sana Distancia, con lo que entró en acción las medidas sanitarias y de distanciamiento social para disminuir los contagios del virus COVID- 19 cuya consecuencia se vio reflejada en los aspectos sociales, educativos y emocionales de los alumnos. Para la realización del trabajo se optaron por modalidad las modalidades de trabajo virtual o trabajo a distancia, el modelo híbrido y presencial que explico en los siguientes párrafos.

La modalidad de trabajo a distancia se llevó bajo el protocolo gubernamental que consistió en abordar el programa Aprende en Casa (anexo I). El recurso presenta el programa para que los alumnos de educación básica continúen aprendiendo en período de contingencia sanitaria, con el objetivo de compartir material y contenido que aporte a la formación.

Este recurso residió en una organización por semana, el formato contenía el nivel educativo, asignatura que era el campo de formación académica o áreas de desarrollo personal y social: dos distintos por día, el cual se podía elegir cualquiera a trabajar, el nombre del programa que tenía un horario en la televisión nacional de lunes a viernes en el canal 11 que era un pequeño adelanto de lo que cada alumno de toda la república vería con su docente, aprendizaje esperado: uno diferente por día y énfasis que correspondía a ser lo que se esperaba lograr de acuerdo al aprendizaje esperado.

Para la modalidad virtual se tuvo una organización de sesiones sincrónicas a través de la plataforma digital Google Meet, la cual es una aplicación que permite realizar llamadas y videoconferencias desde cualquier lugar y tipo de dispositivo siempre y cuando tengan conexión a Internet.

En ésta se puede realizar diferente tipo de acciones comenzando desde compartir la pantalla para proyectar alguna presentación de power point o vídeo, mostrar un juego académico, proyectar las actividades a realizar o poner música de fondo, así mismo cuenta con pizarra, con la opción de levantar la mano para pedir la participación, audio y cámara que permite ver a todos los usuarios en tiempo real.

Estas sesiones se adaptaron para los días: martes, jueves y viernes en un horario de 11: 00 am a 11: 30 am, regularmente cada sesión se le dio la duración de 30 minutos, a excepción de los días martes ya que interviene la promotora de inglés y

por lo tanto el tiempo se extendía a 1 hora con 10 minutos. Estas sesiones eran generadas por la titular creando el link que le comparte a los padres de familia a través de su grupo de comunicación en la plataforma de WhatsApp.

La asistencia era variada todos los días, regularmente se conectaban más del 80% del grupo y al cierre de cada sesión los padres de familia enviaban fotografía de todas las actividades que se realizaron en ese momento, mediante el grupo de WhatsApp o de igual manera, si no pudieron conectarse a clase, aun así, enviaban los trabajos correspondientes. Posteriormente, se pasó a la educación híbrida la cual se caracteriza por brindar clases distancia- presenciales. Siendo la organización: lunes, miércoles y viernes de manera presencial, mientras que martes y jueves las clases eran virtuales en la misma plataforma que se ha mencionado anteriormente.

Enseguida, la tercera modificación se realizó de manera escalonada, dividiéndose en dos grupos: el grupo uno asistía los días lunes y miércoles, el grupo dos martes y jueves y para el día viernes se citaba a aquellos alumnos que presentaban rezagos, a excepción de Nathan Gael, Alonso Mateo, Clara Guadalupe, José Luis, Emily Castañeda, su asistencia era obligatoria para todos los días con el fin de fortalecer las áreas de oportunidad que presentan, sin embargo, su presencia fue muy escasa.

Para el caso de la alumna Lucia Emily, alumna que presenta problemas de salud en el área motriz, por su seguridad se llegó a un acuerdo de que la alumna solo asista los días lunes y martes con un horario de 9:00 am a 10:00am, estando bajo supervisión del departamento de USAER.

Finalmente, a partir del siete de marzo del año en curso, el semáforo epidemiológico cambio a verde, por lo tanto, se reajusto de nueva cuenta la organización de los alumnos, siendo que la asistencia sea de manera completa, asistiendo todos los días a excepción de Lucia Emily ella sigue con el mismo acuerdo de incorporarse a la escuela solo los días lunes y martes con el horario de 9:00- 10:00 am.

En la modalidad presencial los niños ya asistieron a la escuela y el aula de trabajo que corresponde al tercer grado grupo "C" es caracterizada por ser un espacio amplio, su infraestructura ligera de aspecto metálico con techo de lámina pailería y

cubierto de teja cuenta con cuatro paredes cimentados de cemento y ladrillo, dos ventanales en cada costado y una puerta ancha que permite la entrada y salida sin complicación alguna.

Cuenta con tres estantes grandes para organizar el material: en el primero que se ubica en la entrada del salón se guarda todo aquel material de limpieza empezando desde botellas de cloro, toallitas sanitas, papel higiénico, gel antibacterial y jabón para manos. A su vez a un lado se encuentra un pequeño perchero en donde los alumnos colocan sus prendas de vestir y delantales especiales para cuando realizan actividades con pintura existiendo un pequeño espacio donde se colocan las sillas de los alumnos que sobran y una mesa pequeña para colocar todas las lapiceras y libretas de trabajo, como se aprecia en las siguientes imágenes:



Figura 2. Características del aula.

El segundo estante es exclusivo para material didáctico como libros de colorear, rompecabezas, lápices, colores, pinzas, tijeras, plastilina, bate lenguas, bloques de construcción, muñecos de madera, pelotas, entre otros materiales. A los costados de este mueble se encuentran dos secciones de cajas: una es para el material de riego

como pequeñas palas, regaderas y charolas de plástico, mientras que en las otras cajas se encuentra más material didáctico.



Figura 3. Distribución del mobiliario.

En la contra esquina se encuentra un pequeño mueble que simula ser la biblioteca del salón que contiene cuatro repisas que resguardan los libros que son donados por los alumnos y aun lado del están los casilleros que para ser exactos son 36 espacios grandes y amplios suficientes para guardar las mochilas de los alumnos. Teniendo a su lado dos pequeños estantes para guardar todos los papeles correspondientes a expedientes, diario de la titular, etcétera (figura 3).

Mientras que el último contenedor es exclusivo para guardar material grande o largo siendo estos los pliegos de fomi, papel china, papel américa, carteles realizados por los alumnos y muñecos de fomi que se colocan para cada festividad. A su vez contienen nueve mesas, un escritorio, 35 sillas, un pintaron y un periódico mural.



Figura 4. Clima de trabajo.

3.2 Descripción de la propuesta de intervención

En el siguiente apartado describo la manera en cómo diseñé la propuesta de intervención que se basó en una situación didáctica de actividades enfocadas al Área de Desarrollo Personal y Social: Educación Socioemocional que se abordó en 8 semanas. De este mismo modo, retomando las aportaciones de Aprendizajes Clave donde nos menciona que: "...el plan debe ser un documento concreto y claro. En cada situación didáctica del plan de trabajo, se debe incluir ...Aprendizajes esperados... Actividades que constituyen la situación didáctica ...Tiempo previsto para su desarrollo ...Recursos." (SEP, 2017, p. 173)

3.2.1 Diseño de la propuesta de intervención.

La propuesta de intervención involucra los elementos anteriores, es decir, aprendizajes esperados, actividades, tiempo, recursos, además de integrar en cada actividad propósito y estrategia a desarrollar. Para su diseño retomo mi objetivo general que consiste en: Favorecer la regulación de las emociones para lograr los aprendizajes esperados incluidos en el diseño de las secuencias didácticas.

Pero ¿por qué regular las emociones? He considerado importante que los alumnos conozcan y tengan el conocimiento y herramientas necesarias para poder modular sus emociones, a lo cual retomaré algunos autores que, durante la descripción de esta investigación, he ido analizando y de los cuales me apoyaré para sustentar esta propuesta porque sus aportaciones son las más apegadas a lo que pretendo investigar. Por lo tanto, es necesario retomar de nuevo la aportación de Bisquerra (2000) en donde las considera como:

"...reacciones a las informaciones que recibimos en nuestras relaciones con el entorno. La intensidad de la reacción está en función de las evaluaciones subjetivas que realizamos sobre como la información recibida va a afectar nuestro bienestar. En estas evaluaciones subjetivas intervienen conocimientos previos, creencias, objetivos personales, percepción de ambientes provocativos... una emoción depende de lo que es importante para nosotros. Si la emoción es muy intensa puede producir disfunciones intelectuales o trastornos emocionales (fobia, estrés, depresión). (2000, p. 63)

Esto quiere decir que las emociones son un conjunto de reacciones que son producidas por el entorno en el cual nos desenvolvemos, algunas de ellas se presentan en situaciones placenteras generando gusto, mientras que otras son de manera displacentera porque son aquellas emociones que nos resultan incómodas o que no queremos experimentar o sentir.

En mi opinión, son las mal etiquetadas como “negativas”. No hay emociones negativas. Yo diría que hay emociones que deseamos experimentar y otras que no deseamos albergar, como la vergüenza, el enfado, la ira, la tristeza o el miedo. Pero una cosa es nuestro deseo, y otra muy diferente la realidad. La cuestión es que la realidad nos dice que estas emociones displacenteras también poseen su función y son necesarias para vivir.

Si frenamos o paralizamos nuestras emociones displacenteras, y las de nuestros alumnos cuando nos vinculamos con ellos, también favoreceremos que estos últimos sufran dificultades emocionales y psicológicas, al igual que se verá mermada nuestra capacidad para constituirnos en docentes funcionales.

Así mismo, Agulló, Cabero, Pellicer, Sánchez y Vásquez (2013) retoman a la regulación de emociones como una capacidad para manejar las emociones propias, considerando también la importancia que tiene la regulación de emociones en los infantes porque permite: “... tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas.” (p. 15)

De lo anterior resulta importante que mediante esta propuesta logre fomentar y desarrollar la capacidad en los alumnos de aprender a regular sus emociones a partir de estrategias sensoriales que les permitan en un futuro entablar lazos sociales armónicos y de paz. La regulación de las emociones se pretende lograr a través de estrategias sensoriales mediante mediadores que les servirán a los alumnos como un intermediario para obtener una respuesta.

La construcción de estas actividades se dio a partir de secuencias didácticas, ya que por medio de ésta podré guiar a los alumnos en el proceso de su aprendizaje, y de este modo atender a las competencias profesionales que identifiqué que era necesario fortalecer y que están relacionadas con el diseño de situaciones didácticas,

considerando las necesidades educativas de los alumnos, así como elegir estrategias que favorezcan el logro de los aprendizajes esperados, en este caso, del área de Educación socioemocional, además de que también estas estrategias me permitirán ir de la mano con los alumnos y autorregularme al mismo tiempo con ellos.

Dicho lo anterior, fue preciso que considerara aquellos factores que les permitieran a los alumnos regular sus emociones, además de que también les permitieran establecer una buena relación con sus compañeros o personas que se encuentren a su alrededor.

La propuesta de intervención está basada en la metodología de investigación-acción que formula Elliott (2005), en donde nos menciona: "... las escuelas se deben de analizar las acciones humanas y las situaciones sociales experimentales por los profesores..." (p. 32) Por tal motivo, me encuentro realizando esta investigación que partió de analizar las áreas de oportunidad que manifestaba en mi práctica docente, con el fin de subsanar dichas dificultades.

Mi propuesta de intervención está organizada en ciclos reflexivos: el primero confiere a ser la actualización del diagnóstico y el diseño de la propuesta, el segundo ciclo está enfocado en la implementación de la propuesta de intervención y el tercero es para destacar los resultados favorables que surgieron de la misma.

3.2.2 Plan para la implementación de la propuesta de intervención.

Para el diseño de la propuesta organicé una secuencia didáctica denominada "El mundo de las emociones" (anexo J), la secuencia de actividades están articuladas y enfocadas en contenidos específicos del área de Educación socioemocional, como características principales se espera tener productos y las actividades serán dirigidas por la docente en formación, por tal motivo su rol es similar al de un coordinador, ya que será quien organice las actividades, prevea los materiales y guíe a los alumnos durante las actividades, como a continuación se muestra en el plan de la propuesta de intervención.

Tabla 9. Plan de la propuesta de intervención.

Jardín de niños: "Magdalena Camacho de Luna"	Ubicación del Jardín de niños: Almoloya del Río.
Grado: tercero	Grupo: "C"
	Temporalidad: Agosto 2021- Abril 2022

Nombre de la titular del grupo: Adriana Pozas Arellano.	Nombre de la docente en formación: Brenda Guadalupe González Marcos.
---	--

Propósito general: Favorecer la regulación de las emociones para lograr los aprendizajes esperados incluidos en el diseño de las secuencias didácticas.	Estrategias: Experiencias sensoriales.
---	--

Fuente: propia con base a la propuesta de intervención.

Para la construcción de la secuencia didáctica retomo la estrategia de experiencia sensorial, de acuerdo a Chacha (2018) considera a las estrategias sensoriales como: "...un conjunto de actividades dirigidas a la estimulación de los sentidos que aseguran un plan de acción óptimo... la cual se compone de una serie de acciones planificadas al desarrollo individual y colectivo incentivando el uso de cada sentido." (p. 12)

Retomando lo anterior, se consideró como importante esta estrategia porque, de acuerdo a esta investigación, lo que se pretende es que los alumnos aprendan a reconocer, expresar y regular sus emociones en la manera en la que viven día a día, además de que también será relevante que compartan la manera en que le dan solución a las situaciones que viven.

La propuesta de intervención está organizada en tres ciclos: el primero de ellos tiene como fin el ampliar el diagnóstico de mi práctica a través del cual pude identificar mi área de oportunidad, además de que también se pretendió identificar como se van a hacer presentes los aprendizajes esperados, específicamente en el área de desarrollo personal y social Educación Socioemocional, como se presenta a continuación:

Tabla 10. Primer ciclo: actualización del diagnóstico.

Propósito: Identificar el área de oportunidad de los alumnos del tercer grado, grupo "c" a través de la realización del diagnóstico, apoyándome de escalas de apreciación que me permitan reconocer sus conocimientos previos enfocados en las emociones y así diseñar la propuesta de intervención que me llevará lograr mi hipótesis de acción.	Estrategia: ejercicio de la expresión oral.
---	---

Actividad	Tareas	Indicadores (anexo K y L)	Meta	Recursos	Fecha de aplicación
<p>Actualizar el diagnóstico del área de desarrollo personal y social: educación socioemocional del grupo de tercero “c” en el cual se pretende aplicar una propuesta de intervención que permita subsanar las áreas de oportunidad que se manifiestan,</p>	<p>Análisis del Área de Desarrollo Personal y Social: Educación Socioemocional, identificando el enfoque, propósitos, organizadores curriculares (1 y 2) y aprendizajes esperados con los que cuenta.</p>	<p>1.1.4 1.2.1 1.2.2 1.2.3</p>	<p>Actualizar el diagnóstico o en un 100% tomando en cuenta a los alumnos que asisten de manera presencial y virtual.</p>	<p>Plataforma de Google Meet. Plataforma de WhatsApp. ACEIEP 2017. Listas de apreciación. Carpeta de planificación .</p>	<p>Del 16 al 27 de agosto de 2021</p>
	<p>Diseño del instrumento para realizar el diagnóstico.</p>				<p>Del 23 al 27 de agosto de 2021</p>
	<p>Diseñar secuencias didácticas con actividades de exploración en las emociones.</p>	1.2.1	<p>Elegir estrategias y actividades que puedan ser aplicadas con los alumnos.</p>		<p>Del 23 al 27 de agosto de 2021</p>
	<p>Implementación de las actividades atendiendo la modalidad de trabajo híbrida. Revisión los resultados para diseñar las secuencias didácticas de la propuesta para mejorar.</p>				<p>Del 30 de agosto al 24 de septiembre de 2021</p> <p>Del 27 de septiembre al 15 de octubre</p>

Fuente: con base al plan de mejora del Jardín de Niños “Magdalena Camacho de Luna”

La realización del diagnóstico en el grupo de tercer grado, grupo “C” fue de los tres campos de formación académica, específicamente en el área de desarrollo personal y social: “Educación Socioemocional” que ya se explicó en el apartado anterior correspondiente al diagnóstico del grupo, a lo cual me interesa mostrar la forma como participaron los alumnos con el fin de decidir el tipo de actividades a implementar en el diseño de la secuencia didáctica. Enseguida se muestra una gráfica con los datos obtenidos (anexo M).

Como puede observarse en la gráfica los resultados obtenidos, en su mayoría se sitúan en el indicador tres que corresponde a “Regular”, estableciéndose la mayoría de los alumnos por lo cual a partir de estos datos se ha dado comienzo del diseño de la propuesta de intervención.

El segundo ciclo está enfocado a la implementación de las actividades del taller al que nombre “Imaginar las emociones” y el cual está dividido en tres ciclos; en el primer ciclo pretendo contextualizar a los alumnos con las emociones, haciéndolas que recuerden cuales son y cuales abordaremos, de ahí he propuesto la actividad “Reconociéndome con las emociones” desarrollada con el grupo de tercero, grupo “C” para identificar en cada uno de los alumnos los aprendizajes previos que tienen de las emociones.

Tabla 11. Segundo ciclo: implementación de la propuesta de intervención.

Propósito: favorecer la regulación de las emociones para lograr los aprendizajes esperados incluidos en el diseño de las secuencias didácticas.		Estrategia: estrategias sensoriales (relajación).			
Actividad	Tareas	Indicadores (anexo K y L)	Metas	Recursos	Fecha de aplicación
Aplicación de la propuesta de intervención para la mejora de la práctica.	Identificar la características físicas de los alumnos. Análisis y reflexión de los resultados Diseño de la situación de aprendizaje	1.1.1 1.1.2 1.1.3 1.1.5 1.2.2 2.2.1.1 2.3.1.1	Aplicación en un 100% de la propuesta de intervención para la mejora de la práctica.	ACEIEP 2017. Listas de apreciación. Diario de práctica. Carpeta de planificación.	FEBREO – ABRIL DE 2022

de acuerdo
con las
estrategias de
aprendizaje a
implementar.
Valoración de
los resultados
y
reorientación
del plan.

Fuente: con base al diagnóstico realizado al inicio del ciclo escolar.

Por lo tanto, el diseño de las actividades se construyó desde lo más básico que era contextualizar sobre las emociones y forma de trabajo, hasta trabajar una emoción por sesión. Todo esto se está desarrollando mediante el apoyo de un tablero denominado emocionario (anexo N) que contiene cinco emociones: alegría, enojo, tristeza, miedo, afecto, calma (a pesar de que la calma no es una emoción, quise hacer y una segunda sección de la emoción del enojo contrarrestando los resultados en la calma).

Por último, que será la que nos dará el resultado del trabajo de estas seis anteriores es la empatía, que, a pesar de no ser una emoción, se ha considerado porque de acuerdo al diseño de sus actividades construidas se verá los resultados de todas las emociones ya vistas durante todo este periodo.

Así mismo, en este tablero se encuentra tanto la emoción como un objeto, cosa o persona que se vincula, denominado como mediadores, concepto retomado de Bodrova y Leong (2004) en su libro Herramientas de la mente, donde retoman el paradigma vygotskiano para establecer esta relación como una herramienta para la regulación de las emociones, mencionan que: “Los mediadores facilitan la cesión de responsabilidad al niño, pues aunque se hayan desarrollado con el apoyo de los adultos, estas herramientas pueden ser utilizadas por el niño sin la presencia física del maestro.” (p. 69)

Dicho de otro modo, los mediadores que se utilizaron para estas emociones quedaron de la siguiente manera:

Tabla 12. Organización de las emociones en la propuesta de intervención.

EMOCIÓN	SENTIDO	MEDIADOR	ACTIVIDAD
Alegría	Vista	Estrella	El alumno al visualizar la estrella lo relaciona con la alegría por las buenas experiencias vividas.
Enojo	Tacto	Esponjas, costal de arena, slime.	Al presentar una situación de enojo donde pensamos perder el control, los alumnos se dirigen a la sombra del árbol y comienzan a estimular los objetos resguardados en un cofre, durante un lapso de 1 minuto que les permitirá tranquilizarse.
Enojo-calma	Oído	Sonido de la caracola	El sonido de la caracola les permitirá regresar a la calma que atenúan normalmente.
Tristeza	Vista Tacto	Caparazón de la tortuga.	Cuando presenten la emoción de tristeza los alumnos se cubrirán con su cobija que refiere a simular el caparazón de una tortuga, resguardándose en ella algunos segundo permitiéndoles regresar a su estado natural de paz.
Miedo	Kinestésica	Yoga	La realización del yoga les permite relajarse y afrontar miedos mediante las posiciones que se presentan.
Amor	Vista	Tik tok	Es usual que hoy en día los alumnos utilicen plataformas en tendencia, a lo cual, tik tok es una de ellas y en ella pueden realizar videos que refieran a demostrar el afecto que tienen hacia mismo y hacia otras personas.
Empatía	Kinestésica Oído Vista Tacto Olfato	Postre	Esta última actividad abarca todos los sentidos y pretende demostrar si los alumnos logran regular sus emociones al trabajar en equipo para la realización de un postre congelado.

Fuente: propia basada en Bodrova y Leong (2004) en su libro Herramientas de la mente. (p. 69)

De acuerdo a la tabla anterior, la propuesta de intervención está conformada por cinco emociones aplicadas una en cada sesión, a excepción de la emoción del enojo, esa se aplicó en dos ocasiones y finalmente se encuentra la empatía que será el resultado de todas las emociones anteriores. Sin embargo, para este documento,

sólo he colocado cuatro de las sesiones aplicadas, siendo las que mejores me resultaron, las cuales fueron: las dos sesiones del enojo, la tristeza y el miedo.

Para finalizar esta propuesta de intervención se lleva a cabo el tercer ciclo en el cual se realiza la revisión de la implementación, así mismo realizaré la evaluación de mi práctica profesional para saber si cumplí con el propósito que se planteó al inicio de esta investigación.

Tabla 13. Tercer ciclo: análisis y reflexión de la propuesta de intervención.

Propósito: identificar el logro de los aprendizajes esperados de los alumnos del tercer grado grupo "c" a través de escalas de apreciación para saber si ha cumplido con el propósito "propiciar la regulación de las emociones, mediante estrategias sensoriales para el logro de los aprendizajes esperados".		Estrategia: estrategias sensoriales.			
Actividad	Tareas	Indicadores (anexo K)	Metas	Recursos	Fecha de aplicación
Análisis y reflexión de las secuencias didácticas para la mejora de la práctica.	Aplicación de instrumentos para el seguimiento de la propuesta de intervención. Análisis y reflexión de los resultados de la propuesta de intervención. Valoración de los resultados y reorientación del plan.	1.1. 4 1.2. 1 1.2. 3	Analizar y reflexionar en un 100% la implementación de las actividades diseñadas y la mejora de la práctica. Identificar si se hizo el logro de los aprendizajes esperados en los alumnos de acuerdo al propósito de la propuesta de intervención.	ACEIEP 2017. Listas de apreciación. Diario de práctica. Carpeta de planificación.	ABRIL 2022

Fuente: propia basada en los resultados de la implementación de mi propuesta de intervención.

3.3 Seguimiento del avance en la implementación de la propuesta de intervención

Para analizar e identificar los avances, logros e inclusive los obstáculos que presenta esta propuesta, es necesario la realización de instrumentos de evaluación que me permitan visualizar los cambios respecto a los resultados obtenidos al realizar la valoración de la propuesta de mejora.

La evaluación la llevaré a cabo mediante listas de apreciación (anexo Ñ) que están contruidos por indicadores: Muy bien (4), bien (3), regular (2) y no lo realiza (1), así mismo me apoyaré del diario de prácticas en donde contrasto las acciones que se llevaron en dichas actividades. De igual manera, haré uso de escalas de desempeño evaluadas por la docente titular y por los padres de familia. Finalmente, así como evidencias del trabajo de los alumnos.

Capítulo IV. Ciclos reflexivos de intervención

4.1 Primer ciclo reflexivo: Actualización del diagnóstico.

La realización de un diagnóstico grupal siempre se ha considerado de suma importancia, puesto que a partir de la información obtenida que este nos arroja, nos permite identificar los conocimientos que tienen los alumnos y saber de dónde partir para fortalecerlos y enriquecerlos.

De acuerdo a Lucchetti (1998) nos menciona: “se entiende por diagnóstico al proceso a través del cual conocemos el estado o situación en la que se encuentra algo o alguien, con la finalidad de intervenir si es necesario, para aproximarlos a lo ideal” (p. 17). Siempre ha sido sustancial realizarlo porque este nos marca el punto de partida del proceso educativo y de formación de nuestros alumnos y nos permite orientar adecuadamente cada una de las actividades a realizar para lograr un aprendizaje significativo.

El diagnóstico siempre aporta información relevante y de gran importancia para poder saber la realidad del grupo, para saber si se deben mejorar los métodos de enseñanza y saber exactamente qué está fallando para alcanzar los aprendizajes esperados. Sólo de este modo se logrará desgranar lo que ocurre y así poder encontrar las respuestas y las soluciones necesarias para mejorar aquello que esté fallando dentro de nuestra aula. Por lo tanto, es necesario tener en cuenta las herramientas y técnicas e instrumentos adecuados para realizarlo ya que se necesitan recursos para poder analizar el contexto y así determinar si es necesario o no tener que reorientar la dirección de nuestros métodos.

El grupo de tercer grado grupo “C” está conformado por 25 alumnos, 19 niñas y seis niños, sus edades van de los cuatro a cinco años, 22 de ellos son oriundos de Almoloya, mientras que una de ellas proviene de la colonia la campesina. Sólo 22 de los infantes han cursado los años anteriores del preescolar, mientras que dos de ellos: Yorvelin y Alonso Mateo es su primer acercamiento a la escuela. Este grupo está a cargo de la titular Adriana Pozas Arellano, con cinco años de servicio, estudios de Licenciatura en Educación Preescolar y recién egresada de la maestría de Neurología educativa.

Dentro de las características generales de los alumnos están las siguientes: se encuentran en proceso de adaptación, después del confinamiento por la pandemia del virus SARS-CoV-2 se manifiestan tímidos ante el grupo, con poca frecuencia predomina en la enseñanza de la docente la implementación del juego, resulta más significativo en el aprendizaje en los niños, además de que se encuentran motivados, pero no con iniciativa de realizar las actividades.

De los 25 alumnos, solamente son 21 los que acuden sus padres de familia por ellos a las clases presenciales y están presentes en las clases virtuales, mientras que cuatro de ellos: Hayley, Mía Scarlett, Melani e Yaneli asisten y están en clases en línea con algún otro familiar o conocido.

Los padres de familia brindan apoyo en las diferentes actividades requeridas para la mejora de sus hijos; el nivel de escolaridad de padres y madres de familia es el siguiente: cuatro padres de familia tienen la primaria terminada, 10 la secundaria, nueve la preparatoria y sólo dos de ellos una licenciatura (profesor, dentista), los demás se dedican al hogar, al comercio, a la costura y son obreros. Sólo 10 padres de familia están casados, 13 viven en unión libre, una es divorciada y una es madre soltera; los alumnos llegan en carro particular, en taxi o caminando en compañía de sus familiares.

A partir del confinamiento los alumnos se vieron más insertados en las tecnologías estando estrechamente relacionados con el celular, computadora y televisión además de que algunos de ellos los videojuegos estuvieron presentes en su día a día, siendo datos recabados a partir de los diálogos que compartían los alumnos, padres de familia y la titular.

El diagnóstico lo llevé a cabo en la última semana de agosto, partiendo del día 30 de agosto hasta el 24 de septiembre del ciclo escolar 2020- 2021 reuniendo información y datos relevantes con ayuda de mis instrumentos. Para su construcción utilicé la técnica de observación que me permitió recopilar cierta información referente al comportamiento de los alumnos y de acuerdo con Postic (1998) considera al diagnóstico como: "...un proceso cuya función primera e inmediata es recoger información sobre el objeto que se toma en consideración." (p. 17)

Por lo tanto, mi objeto a analizar es en torno a las habilidades, competencias, conocimientos y sobre todo en las áreas de oportunidad que presentan los alumnos referentes al Área de Desarrollo Personal y Social Educación Socioemocional.

Los instrumentos que utilicé fueron escalas de apreciación que de acuerdo a Segura (2009) comparte que las escalas de apreciación son "... un instrumento de observación que permite registrar el grado, de acuerdo con una escala determinada, en el cual un comportamiento, una habilidad o una actitud determinada es desarrollada por la o el estudiante". (p. 20), siendo este el instrumento que me dio pauta para poder registrar de manera rápida pero analítica aquella información surgida a partir de los aprendizajes esperados que los alumnos mostraban de manera gradual.

La escala de apreciación se elaboró de manera grupal, la cual se orientó en el área de desarrollo personal y social Educación Socioemocional, especificándose en los indicadores de los organizadores curriculares 1 y 2 y los aprendizajes esperados que vienen desarrollados en cada una de ellos; los cuales fueron evaluados en cuatro niveles de desempeño, siendo los siguientes valores: cuatro muy bien, tres bien, dos regular y uno no lo realiza, efectuando observaciones correspondientes en cada uno de ellos de acuerdo a lo observado (anexo Ñ).

También utilicé el diario de prácticas que me ha permitido reunir la información pertinente a partir de los acontecimientos más relevantes que he visualizado en los alumnos, por lo tanto, he retomado las aportaciones de Casanova (1998) en el que lo considera como: "...instrumento en el que se anotan, cada día, algunos hechos que se han considerado importantes tanto en lo ocurrido en el centro del aula, como en la relación con algún alumno, entre los propios alumnos, etc." (p. 188).

Siendo así, este es uno de los instrumentos al cual le he brindado mayor peso, ya que todas las acciones y resultados que se plasman en las listas de apreciación son salidas de las anotaciones que se encuentran en el diario, por lo tanto, son instrumentos que van de la mano para poder construir este diagnóstico.

La realización de estos instrumentos me ha permitido analizar con profundidad los contenidos que se abordan en el área de desarrollo personal y social con el que se relaciona mi tema, sobre todo en la obtención de datos con relación al logro de los aprendizajes esperados en torno a las emociones que presenciaban los infantes.

En relación al área de desarrollo personal y social Educación Socioemocional es común que cuando los alumnos ingresan al nivel educativo de preescolar, lleven consigo nociones de las emociones y de sus posibles manejos, en el hogar, calle, comercio, y lugares que frecuenta con su familia, la noción de la autorregulación de las emociones es mínima, reconociendo sólo las emociones básicas tales como: alegría, enojo, tristeza, asco y miedo y esto es porque comúnmente las viven a partir de experiencias que se dan en los diferentes contextos en donde se desenvuelven.

Por esta razón pretendo trabajar de forma concisa esta área, por el tema de estudio y debido a las dificultades que presentan los alumnos, ya que aún no se cumple los tres propósitos que (ACEIEP, 2017), establece para nivel preescolar:

Desarrollar un sentido positivo de sí mismos y aprender a regular sus emociones. Trabajar en colaboración. Valorar sus logros individuales y colectivos. Resolver conflictos mediante el diálogo. Respetar reglas de convivencia en el aula, en la escuela y fuera de ella, actuando con iniciativa, autonomía y disposición para aprender. (SEP, p. 306)

Además, para el logro de estos propósitos el programa determina un enfoque pedagógico con el cual se irá desarrollando el trabajo en esta área de desarrollo personal y social, el cual menciona:

Esta área pretende que los niños adquieran confianza en sí mismos al reconocerse como capaces de aprender, enfrentar y resolver situaciones cada vez con mayor autonomía, de relacionarse en forma sana con distintas personas, de expresar ideas, sentimientos y emociones y de regular sus maneras de actuar (SEP, 2017, p. 307).

Los organizadores curriculares 1 y 2 que logré observar de esta área son los siguientes. Como primer O. C. 1: conocimiento, abarcando su único O.C. 2: Autoestima. Otro O. C. 1 fue: autorregulación, contemplando un O. C. 2: expresión de las emociones. Posteriormente se encuentra el O. C. 1: autonomía, el cual contiene dos O. C. 2: iniciativa personal y toma de decisiones y compromiso. Así mismo también se encuentra el O. C.1: Empatía que cubre con el O. C. 2: sensibilidad apoyo hacia los otros. Y finalmente el O. C. 1: colaboración, que contempla dos O. C. 2: comunicación asertiva e inclusión.

A continuación, se presenta de manera detallada la descripción de cada uno de los organizadores curriculares ya antes mencionados con su respectivo aprendizaje esperado, transformados en porcentajes de acuerdo a los indicadores que utilice en las listas de apreciación y con ello, retomando y vinculando el mayor aporte al tema de mi elección para mi documento de titulación.

Es importante recalcar que, de los 25 alumnos, con uno no se logró tener absoluta comunicación en todo el periodo de diagnóstico, a pesar de buscarlo mediante los diferentes medios de comunicación nunca hubo una respuesta alguna, por lo tanto, ese alumno se posiciona en todos los aprendizajes esperados como el 4% que no hay comunicación.

Comenzando por el O.C.1: autoconocimiento el cual sólo contiene un aprendizaje esperado que es: "Reconoce y expresa características personales: su nombre, cómo es físicamente, qué le gusta, qué no le gusta, qué se le facilita y qué se le dificulta" (SEP, 2017, p. 318), de acuerdo a este aprendizaje los indicadores que fueron arrojados se presentaron de la siguiente manera: el 33% que es igual a 10 alumnos se colocaron en el indicador muy bien porque logran reconocer características personales sin ninguna dificultad.

Mientras siete o el 29% son los alumnos que se posicionan en el indicador bien, y es porque logran identificar aspectos físicos que los hacen únicos en cuanto se les pregunta, además de compartir lo que les gusta y disgusta, seis de ellos que son el 25% se presentan en el indicador: regular, ya que reconocen muy pocas características personales y sólo mencionan lo que les gusta hacer. Mientras que 2 alumnos que son igual al 8% se encuentran en el indicador uno ya que no reconocen sus características y no participan (anexo O).

Al observar este aprendizaje en los alumnos logro identificar que los infantes deben reconocer y expresar sus características personales y a su vez manifestando también aquellas cosas que se les facilita y se les dificulta, de tal manera que de los 25 niños, 10 de ellos logran reconocer como son físicamente expresándolo de manera fluida, los otros siete sólo mencionan sus características personales si se les cuestiona, mientras que seis de ellos reconocen muy pocos rasgos de su ser, dos no reconocen ni manifiestan ninguna idea al respecto.

En cuanto al O. C.1: autorregulación (figura 5), se encuentra conformado por dos aprendizajes esperados, el cual el primero consiste en: “Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo, y expresa lo que siente” (SEP, 2017, p. 318) en el cual, la mayoría de los alumnos se posicionaron en el indicador dos: regular que corresponde a un 83% porque en efecto, lograr identificar sólo algunas emociones por su nombre.

Por ejemplo, mencionan que el emojis con la sonrisa es la alegría, el emojis de color rojo es el enojo, entre otros, más no focalizan estas emociones en su día a día o el cómo se sienten cuando las vivencian. Por otro lado, tres niños referentes al 13% están en el número indicador uno: no lo realiza porque no nombran ni conocen las emociones o al menos esa fue la postura que manifestó durante todo este periodo de diagnóstico.

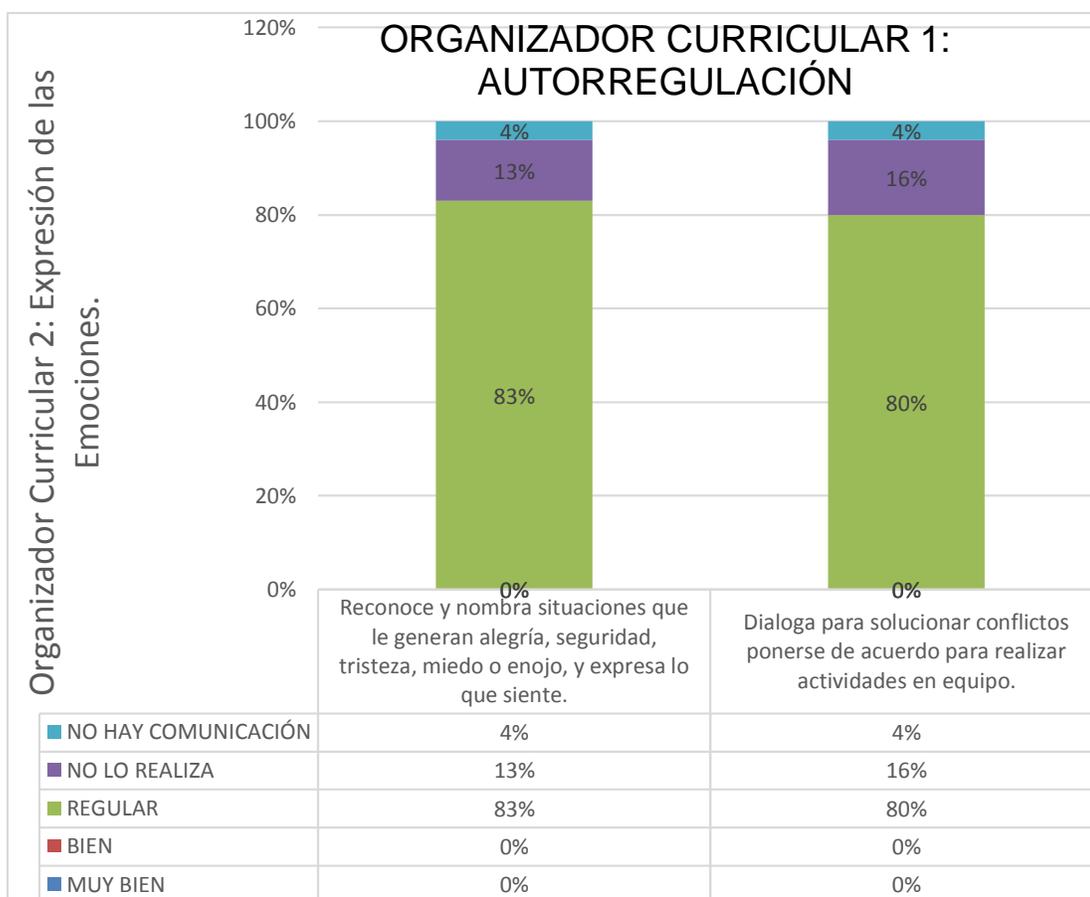


Figura 5. Gráfica que muestra los porcentajes obtenidos del nivel de desempeño de los aprendizajes esperados del área de desarrollo personal y social Educación Socioemocional bajo cuatro indicadores de desempeño del O. C. 1: Autorregulación.

Dicho de otro modo, determino que de los 25 alumnos 20 de ellos que se posicionan en los indicadores regular manifiestan cierta dificultad en reconocer e identificar las emociones en su vida diaria quizás por el poco acercamiento que han tenido con las mismas, porque como ya se mencionó en párrafos anteriores: no es lo mismo presentar mediante la pantalla de la televisión o el celular (que fue la situación que le tocó a los alumnos vivir en esta pandemia) moustros de colores que supuestamente representan a las emociones y abordarlo cerca de 25 minutos.

A trabajarlo de manera diaria, porque considero que de eso se trata, de tener un trabajo continuo acerca de las emociones con el fin de que los alumnos las conozcan, experimenten y sobre todo comprendan que la reacción que muchas veces surge de ellas provoca cierta conducta en nosotros que altera o apacigua nuestra actitud con nuestro círculo social y tres de ellos requieren de apoyo total para que conozcan de que tratan las emociones.

De acuerdo con Del Barrio (2005) nos menciona: “Las emociones infantiles cumplen un papel fundamental en la supervivencia del propio niño, ya que a través de ellas son capaces de mostrar y transmitir sus necesidades.” p. 10)

Necesario trabajar este aprendizaje con los alumnos a partir de las secuencias didácticas y pegarlas a acciones de la vida diaria que les permita adaptarse y conocerlas más a profundidad, reconozcan el significado de porque los emojis que representan enojo la mayoría son de color rojo, con ojos saltados o inclusive sacando humo por los oídos o boca (coloquialmente dicho), destacando que la mayoría cuando estamos manifestando esta emoción recurrimos a cambiar de color por la expresión tan fuerte que estamos vivenciando, sin embargo, aquí lo que importará además de que las reconozcan, será de qué manera ellos actuarán para regular esas emociones.

El siguiente aprendizaje esperado consiste en: “Dialoga para solucionar conflictos y ponerse de acuerdo para realizar actividades en equipo” SEP, 2017, p. 318) arrojando los siguientes datos: el 80% están en el indicador dos: regular porque solo comparten experiencias acerca de algún conflicto al que han estado o presenciado, pero no dan una posible solución. Y el 16% que son cuatro niños tienen el número uno que es igual al indicador: no lo realiza porque no aportaron ninguna idea

y tienen a eventual izar conflictos o expresar enojo cuando no les comparten material de trabajo, o cuando quieren algo en específico a la brevedad.

Lo cual significa que de acuerdo al aprendizaje esperado lo que se pretende es abordar la solución de conflictos y la toma de acuerdos enfocado en la autorregulación para trabajar de manera colectiva, 20 de los alumnos tienen la noción por las experiencias que han vivenciado, pero más no aportan soluciones, y cuatro alumnos de los sobrantes no tienen idea de cómo se puede solucionar alguna situación conflictiva o ponerse de acuerdo en equipo.

De este mismo modo, la autorregulación será importante abordarla con los alumnos porque ella nos permite tener una modulación en cuanto a nuestras acciones pensamientos o emociones y de acuerdo, Rendón (2007) considera a la autorregulación emocional como aquello que:

...implica ajustes que permiten organizar el funcionamiento de forma inmediata y a largo plazo. Además de reducir la intensidad y la frecuencia de las experiencias emocionales, también implica la capacidad del individuo para generar y mantener las emociones con el fin de relacionarse, comunicarse e influir en los demás. (p.349)

Siendo así que de acuerdo a los datos que se arrojaron en las listas de apreciación será necesario fortalecer estos dos aspectos de la autorregulación: la toma de acuerdos y la solución de conflictos para que los alumnos tengan la capacidad de influir en la manera en cómo expresarse, manejar y controlar sus emociones, así como la gestión sobre la temporalidad e intensidad con la que éstas se presentan.

El siguiente Organizador Curricular 1 corresponde a: autonomía, el cual cuenta con dos Organizadores curriculares 2 el inicial es: iniciativa personal que tiene tres aprendizajes esperados. El primero se trata de: “Reconoce lo que puede hacer con ayuda y sin ayuda. Solicita cuando la necesita” (SEP, 2017, p.318) en él se vieron vislumbrados los siguientes datos: dos alumnos que corresponden al 8% están situados en el indicador tres: bien, porque reconocen aquellas nociones que pueden realizar de manera autónoma y aquellas que necesitan de apoyo, mientras que tres de ellos que son el 13 %se encuentran en el indicador dos: regular porque sólo solicitan ayuda cuando la requiere.

Sin embargo, dieciocho de los alumnos referentes al 75% han sido asignados al número uno: no lo realiza, ya que se frustran al no poder realizar cierto tipo de actividades (anexo P). Tal situación se presentó con una alumna, lo cual se encuentra plasmado en el diario de prácticas, representándose de la siguiente manera:

Brianna Maestra, pero no puedo hacer el oso. (se expresó con tristeza)
D. F.: Claro que si Brianna, mira (le lleve el libro a su lugar para que lo vieran con mayor claridad y se diera una idea acerca de cómo era el oso) aquí puedes checar como era el oso y hacer algo similar o puedes dibujar al niño cuando tenía miedo. (09/09/2021)

Esta situación se dio porque se les pidió a los alumnos que realizarán su nombre en una hoja que se les había proporcionado, pero dicha alumna no quería hacerlo al principio y se encontraba triste porque argumentaba que el único que sabía escribir su nombre era su papá, a lo que determinamos con la titular que durante las clases virtuales el padre era el que realizaba todas las tareas, trayendo con esto que ahora la alumna se frustra al no poder realizar ciertos trabajos, como sucedió en esta ocasión. Sin embargo, la motivamos y tranquilizamos para que lo intentará y a pesar de tardarse mucho tiempo, al final si lo logro.

Determino que en este aprendizaje no hay mayor problema con los alumnos, dado que la mayoría de ellos cuentan con la libertad de elegir los materiales que pretenden utilizar para la realización de sus trabajos, a excepción de 8% de los alumnos que no cuentan con la seguridad de elegir lo que quieren y se dejan llevar por lo que sus demás compañeros hacen.

También, se encuentra el aprendizaje esperado: “Realiza por sí mismo acciones de cuidado personal, se hace cargo de sus pertenencias y respeta las de los demás”, en el que se presentaron los siguientes porcentajes: el indicador tres: bien se ve reflejado en diez alumnos que son el 42% porque denotaron hacerse responsables de su cuidado personal, así también como de sus cosas. Once estudiantes que son el 46% están en el numero dos porque cuidan sus pertenencias, pero son muy distraídos, dos de ellos que son el 8% no cuidan sus cosas personales.

Se considera que este será uno de los aprendizajes a abordar con mayor frecuencia porque se observó que la mayoría de los alumnos suelen ser muy distraídos y no cuidan sus pertenencias o en dado caso, tienden a perderlas con mayor facilidad,

por lo tanto, se aplicarán actividades en las secuencias a trabajar, actividades que nos den pauta a abordar el cuidado personal.

También, se encuentra el segundo Organizador Curricular 2: Toma de Decisiones y compromiso que se encuentra insertado en el mismo O. C. 1: Autonomía, el cual contiene un solo aprendizaje esperado que es: “Persiste en la realización de actividades desafiantes y toma decisiones para concluir las” (SEP, 2017, p. 318) en el cual emana los datos siguientes: Tres alumnos que son el 13% proyectan el indicador tres: bien, porque siempre le dan continuidad hasta finalizar aquellas actividades que se les asignan, mientras que dieciocho de ellos que son el 75% están posicionados en el aspecto dos: regular, porque se aburren con facilidad, se muestran apáticos y su atención es discontinua.

A lo que de acuerdo a estos datos, me permiten identificar que existe una gran problemática en cuanto al aspecto de la atención, ya que la mayoría de ellos tienden aburrirse con muchísima facilidad y esto quizás puede ser por la forma en la que se aplican las actividades o porque ya han retomado esos temas pero es importante el que se haga hincapié en ellos en finalizar cualquier actividad que les permita construir un aprendizaje significativo o bien, buscar estrategias que nos permitan lograr la meta de este aprendizaje.

Posteriormente se encuentra el Organizador Curricular 1: Empatía, el cual contiene tres aprendizajes esperados, el primero trata de: “Reconocer cuando alguien necesita ayuda y la proporciona” (SEP, 2017, p. 318) en donde de acuerdo a la lista de apreciación que se utilizó pude determinar los siguientes datos: el 13% que corresponde a 3 alumnos que son: Aaron, Carlos y José Luis están posicionados en el apartado tres: bien, porque siempre al realizar una actividad mostraban la iniciativa de sacar, repartir y recoger material, además de que cuando se realizaban actividades como juegos al aire libre y notaban que sus compañeros no podían, acudían a brindarles ayuda.

Aquí se visualizó que 18 niños que difieren al 75% tienen el indicador dos: regular porque solo otorgaban ayuda si se los pedían, pero si no era el caso, no lo hacían por voluntad propia. Dos de ellos que son: Alonso Mateo y Yorvelin constituyen

el 8% ya que no brindan, ni tampoco les gusta pedir ayuda a sus compañeros, quizás esto se determine porque son alumnos de nuevo ingreso y les esté costando un poco el adaptarse a este nuevo ambiente académico, por tal razón se les brindará también apoyo.

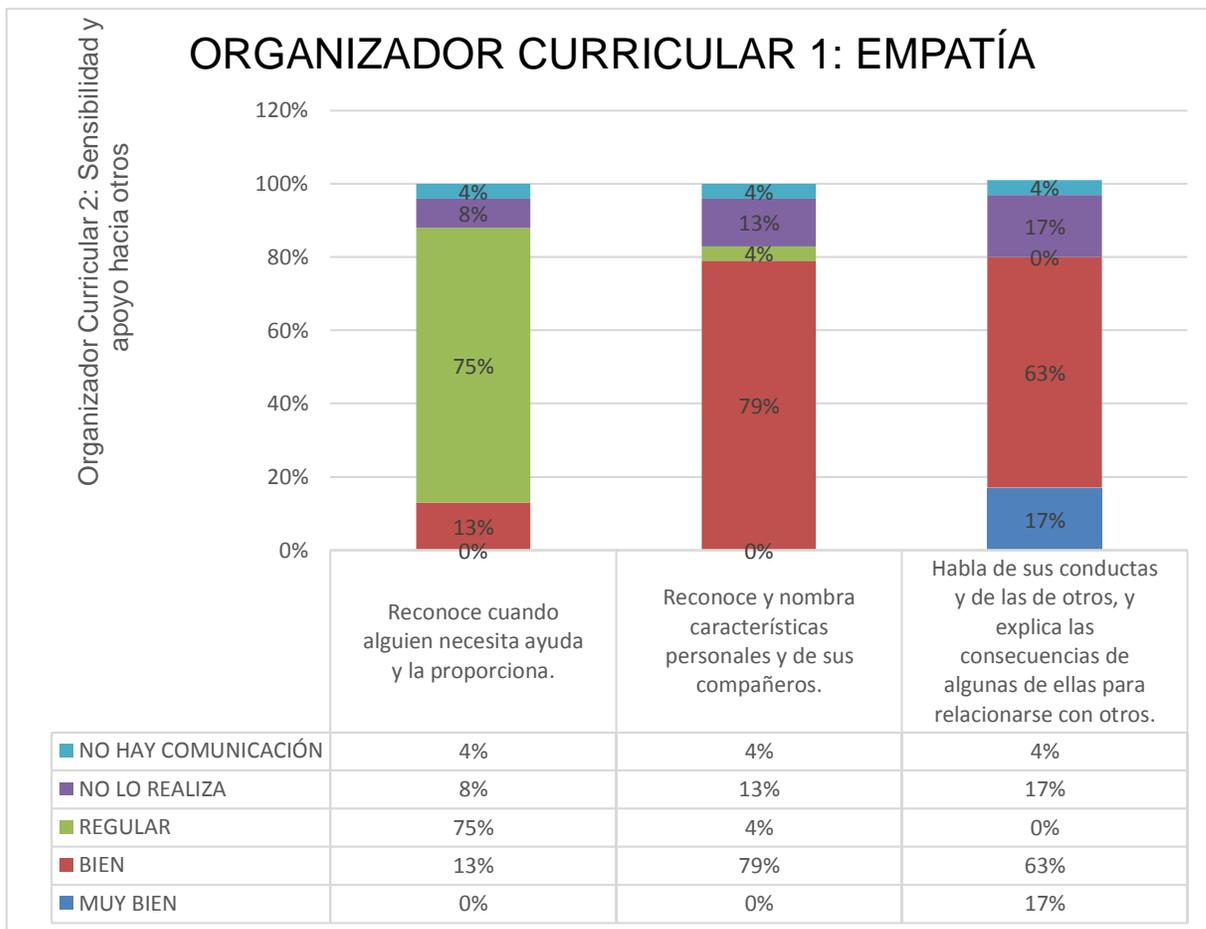


Figura 6. Gráfica que muestra los porcentajes obtenidos del nivel de desempeño de los aprendizajes esperados del área de desarrollo personal y social Educación Socioemocional bajo cuatro indicadores de desempeño del O. C. 1: Empatía.

Después se encuentra el segundo aprendizaje esperado: “Reconoce y nombra características personales, y de sus compañeros” (SEP, 2017, p. 318) (figura 6) que trajo como resultados los siguientes: el 79% que corresponde a 21 alumnos se encuentran posicionados en el indicador tres: bien, ya que mediante la observación de sí mismo, logran identificar características personales y lo expresan con frases cortas y precisas. Una sola alumna que es el 4% tiene el indicador dos: regular, porque sólo reconoce algunas características personales.

Mientras que tres de los alumnos (Alonso Mateo, Ana Rubí y Yorvelin) que determinan el 13% (figura 6), con el indicador uno: no lo realiza, requieren de total apoyo y guía para identificar y expresar algunas características de sí mismo.

Por último, se encuentra el aprendizaje esperado: “Habla de sus conductas y la de los otros, y explica las consecuencias de algunas de ellas para relacionarse con otros” (SEP, 2017, p. 318) en este aprendizaje los resultados que obtuve fueron los siguientes: el 17% que son 4 alumnos Hayley, Carlos, Aaron, Joshua se encuentran posicionados en el indicador cuatro: muy bien porque con facilidad y análisis hablan de sus conductas y de las de otros, reconocen y explican las consecuencias de las mismas al relacionarse con otros.

También se encuentran 17 alumnos que corresponden al 63% con el indicador bien, porque externan las consecuencias que surgen a partir de las conductas propias y las de los demás. Pero de igual manera cuatro de los alumnos que son el 17% restantes están en el número uno porque sólo hablan de las conductas de otros, sin hacer reflexión sobre las propias (figura 6).

Posteriormente se encuentra el O. C. 1: colaboración, que contiene a su vez dos O. C. 2.: Comunicación asertiva e inclusión. Para el primer O.C.2: se derivan dos aprendizajes esperados, siendo el primero: “Se expresa con seguridad y defiende sus ideas ante sus compañeros” (SEP, 2017, p. 318) el cual arrojó los siguientes datos: el 13% que son tres alumnos se encuentran en el indicador cuatro: muy bien porque manifiestan sus ideas y las defienden con mucha seguridad y respeto (figura 7).

En el indicador de desempeño tres están tres alumnos que corresponden al 13% porque toman decisiones razonadas, pero titubean al expresarlas y mencionarlas algunas razones de las mismas. Por otro lado, quince alumnos más que son 54% están en el indicador dos: regular, porque requieren de apoyo de otras personas para expresar sus ideas y cambiar de parecer ante las ideas de otros.

Así mismo, cuatro alumnos que son el 17% tienen el número uno que corresponde a no lo realiza, porque manifiestan indecisión cuando exponen una idea y se dejan convencer por las opiniones que externan sus compañeros entorno a sus ideas.

El segundo aprendizaje esperado consta de lo siguiente: “Colabora en actividades de grupo y escolares, propone ideas y considera las de los demás cuando participa en actividades en equipo y en grupo” (SEP, 2017, p. 318) el cual tuvo los siguientes datos: Dieciocho alumnos que son el 75% se encuentran posicionados en el indicador tres porque interactúan de manera correcta con otros, trabajan en forma cooperativa, escuchan a los otros, negocian y resuelven conflictos.

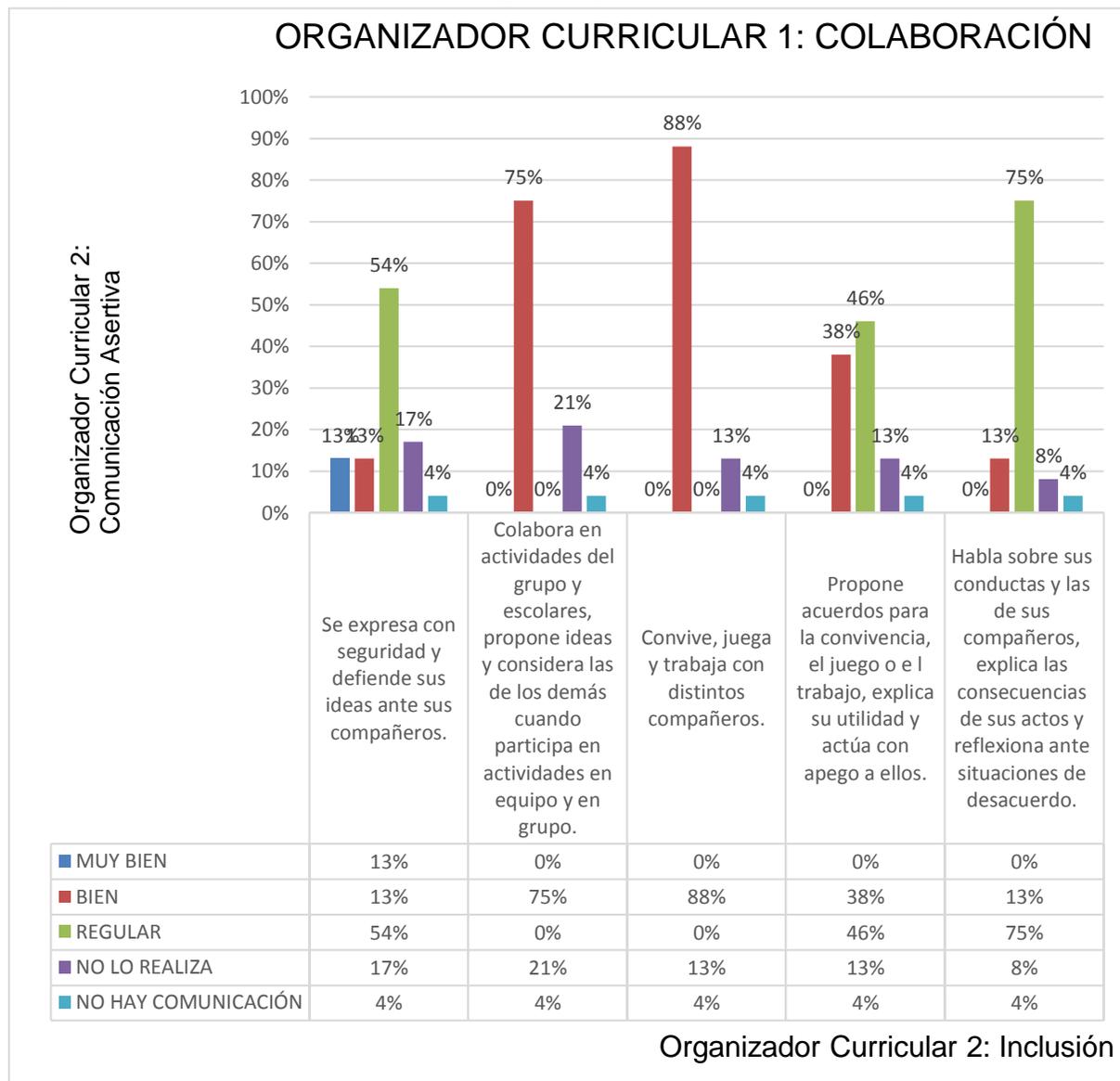


Figura 7. Gráfica que muestra los porcentajes obtenidos del nivel de desempeño de los aprendizajes esperados del área de desarrollo personal y social Educación Socioemocional bajo cuatro indicadores de desempeño del O. C. 1: Colaboración.

Mientras que cinco de los otros alumnos que son el 21% (figura 7) tienen el indicador uno porque se muestran incapaces de trabajar en actividades de grupo y escolares. Argumentando que, a pesar de que los datos no son tan bajos, este es uno

de los aprendizajes que no se podrán retomar mucho dadas a las condiciones de la pandemia, sin embargo, se construirán actividades que no infrinjan las reglas de sana distancia pero que al mismo tiempo nos permita favorecer dicho aprendizaje.

Se encuentra el segundo O.C. 2: Inclusión, el cual está constituido por tres aprendizajes esperados, el primero es: “Convive, juega y trabaja con distintos compañeros” (SEP, 2017, p. 318) dando como resultados que 21 de ellos siendo el 88% se encuentran en el número tres: bien, porque muestran facilidad de adaptación con diferentes compañeros. Quince de los alumnos que son los 13% restantes están con el número uno: no lo realiza porque manifiestan desagrado a otros compañeros mostrando dificultad para convivir, jugar y trabajar.

Este es uno de los aprendizajes que al igual que el anterior no se pudo visualizar del todo porque además de ser un grupo nuevo, las condiciones de la pandemia no permiten realizar actividades en pareja o en equipo, sin embargo, los datos reunidos fueron a partir de los comentarios que proporciono la docente que estuvo con ellos el año anterior.

Después está el aprendizaje esperado: “Propone acuerdos para la convivencia, el juego o el trabajo, explica su utilidad y actúa con apego a ellos” (SEP, 2017, p. 318) obteniéndose lo siguiente: indicador tres: bien, se encuentran nueve alumnos que son el 38% porque proponen y reconocen algunos acuerdos para la convivencia, el juego o el trabajo, explican su utilidad y actúan con apego a ellos. Los otros 11 correspondientes al 46% están en el indicador dos: regular porque solo reconocen algunos acuerdos para la convivencia, el juego o el trabajo. Tres de ellos con el 13% restante tienen el indicador uno: porque no reconocen acuerdos para la convivencia y les resulta difícil actuar de manera adecuada.

Finalmente se encuentra el aprendizaje: “Habla sobre sus conductas y las de sus compañeros, explica las consecuencias de sus actos y reflexiona ante situaciones de desacuerdo.” (SEP, 2017, p. 318) en el que tuve como resultados: tres alumnos que son el 13% se presentaron en el indicador tres: bien, ya que en ocasiones hablan sobre sus conductas y las de sus compañeros. Dieciocho alumnos más que son el 75% tienen el número dos: regular porque les resulta difícil hablar sobre sus conductas

y las de sus compañeros, así como explicar las consecuencias de sus actos. Dos alumnos que son el 8% tienen uno: no lo realiza, porque no hablan de sus conductas y no tienen límites en las consecuencias de sus actos.

En conclusión, los datos obtenidos en cada uno de los organizadores nos determinaron que dos de los organizadores curriculares uno se posicionan en el mismo nivel, siendo ellos: autonomía y colaboración, mientras que los O. C. 1 que requieren de total apoyo y fortalecimiento son: autoconocimiento y autorregulación de acuerdo a lo obtenido, siendo esto, uno de los O. C. 1 a los que me estaré enfocando con mayor precisión ya que es el que abordare en mi tema de titulación y el cual los alumnos requieren un poco más de apoyo que es el O. C.1: Autorregulación (anexo Q).

4.2 Segundo ciclo reflexivo: Implementación de la propuesta de intervención.

El grupo en el que se realizó la intervención docente es el tercer grado grupo “C”, el cual está integrado por 25 alumnos, 19 son niñas y seis niños, de edades entre los cuatro- cinco años de edad. De acuerdo a Piaget se encuentran en la etapa pre-operacional (dos-siete años), en esta etapa es muy común que en los infantes se presente el egocentrismo, situación que enmarcaba a algunos alumnos al principio del ciclo, retomando a Linares (2008) mencionaba: “...el pensamiento es limitado por la rigidez, la centralización y el egocentrismo” (p. 3) siendo estos tres componentes los que gobiernan el comportamiento y desarrollo de los alumnos en esta etapa.

A partir de la intervención y realizar las evaluaciones de los contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales de los propósitos de las actividades, las cuales están enfocados en favorecer los aprendizajes esperados para el nivel preescolar, establecidos (ACEIEP, 2017).

El diseño de esta propuesta se desarrolló mediante la modalidad de Secuencia didáctica que de acuerdo a Díaz Barriga (2004) nos menciona: “...Las secuencias constituyen una organización de las actividades de aprendizaje que se realizarán con los alumnos y para los alumnos con la finalidad de crear situaciones que les permitan desarrollar un aprendizaje significativo” (párr. 2). Esta secuencia es el resultado de establecer y conectar una serie de actividades que dan seguimiento a un mismo

objetivo, aplicándose una sesión por semana variando el día dependiendo de la organización que se tenía con la titular, siendo ocho sesiones las que se aplicaron.

4.2.1 ¿Qué sucede cuando me enojo?

Viernes 4 de marzo del 2022, la clase inició en punto de las 9:00 am con una matrícula de 14 alumnos (11 niñas y tres niños). ¿La actividad a ejecutar el día de hoy se llama “Qué sucede cuando me enojo?”, correspondiente al área de desarrollo personal y social: Educación Socioemocional, con un aprendizaje esperado: “Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, tristeza, seguridad, miedo o enojo y expresa lo que siente”, y con un propósito: Identifica y nombra situaciones que le generan enojo a través de mediadores que se adaptan en el emocionario para que expresen lo que sienten y regular dicha emoción.

En esta actividad utilicé la estrategia sensorial táctil, ya que, mediante la estimulación de los objetos situados en el baúl del enojo, son una herramienta que les permite a los alumnos regular dicha emoción y evitar entrar en conflicto con sus compañeros o consigo mismo.

Antes de iniciar la sesión, realicé ejercicios de respiración como parte de lo que Hué (2012) recomienda en su método pensamiento emocional, para tomar conciencia de mis emociones. Les di la bienvenida, colocamos la fecha y les pregunté: ¿cómo se sentían? También les indiqué observaran el emocionario para que expresaran la emoción a trabajar en esa sesión, ellos a coro mencionaron: enojo. Les pedí que hicieran su expresión de enojo. Una de las alumnas lo realizó de una forma tan natural al punto de cruzar sus brazos externando su mayor enojo (figura 8).



Figura 8. Amelie representando cuando está molesta.

Posteriormente les pregunté, si alguna vez ellos se habían enojado, como se muestra en el siguiente diálogo:

Isaac: Sí, cuando mi hermano me quita mis juguetes (diciéndolo en voz alta)
D. F.: ¿Y tú qué haces cuando sucede eso?
Isaac: Le pego (lanzando golpes al aire)
D. F.: ¿Y eso está bien? (hago la pregunta dirigiéndome a todos)
A.: ¡No! (lo dicen gritando)
Amelie: ¡Yo maestra!
D. F.: Sí, Amelie dinos.
Amelie: Yo me enojo cuando mi mama no me quiere comprar dulces o juguetes (diciéndolo en un tono molesto)
D. F.: ¿Y tú qué haces en esos momentos cuando esta enojada por eso?
Amelie: Le digo cosas feas a mi mamá. (Lo dice de forma apenada)
D. F.: ¿Y cómo crees que se siente ella cuando haces eso?
Amelie: Triste (agacha la cabeza al participar)
D. F.: ¿Entonces, creen que eso está bien?
A.: ¡No! Porque no le debemos de decir cosas feas a nuestros papás.
(04/03/2022)

De acuerdo a lo anterior, Choliz (2005) nos menciona que esta acción está relacionada en la función social, porque: "...la expresión de las emociones permite a los demás predecir el comportamiento asociado con las mismas, lo cual tiene un indudable valor en los procesos de relación interpersonal." (p. 5) De tal manera, la alumna identifico el impacto que surge a raíz de las acciones que realiza cuando se enoja, haciendo mención que le dice cosas feas a su mamá y ella se pone triste.

Después de las aportaciones de los alumnos, les dije lo siguiente: "Muy bien, pues en la clase del día de hoy descubriremos como evitar actuar de manera violenta con las demás personas para evitar dañarlas y no sentirnos mal, pero antes de eso, necesito que me digan ¿ustedes alguna vez han estado cuando su mamá prepara la comida? Todos mencionaron que sí y compartían algunos platillos que realizaban sus madres.

Entonces proseguí, diciendo lo siguiente: "Bueno, cuando nuestra mami está preparando la comida y tiene en la estufa una olla, cazuela o sartén caliente, ¿ella lo agarra así?, ¿lo podemos agarrar así?, de inmediato todos mencionaban que no se podía agarrar así porque nos podíamos quemar, que su mamá utiliza trapos, que no nos debíamos acercar al fuego o bien, mencionaban experiencias en donde

anteriormente se habían quemado por tomar las cosas calientes. Por lo que, de acuerdo a la teoría de la discrepancia cognitivo- evolutiva de Hebb (1949, citada por Cantero, Delgado, Gión, González, Martínez, Navarro, Pérez y Valero, 2011) mencionan: "...ante estímulos nuevos el sujeto compara con un esquema previo de un objeto/ situación conocida." (p. 268) En su mayoría es muy común que los niños a esta edad muestren tanto interés en la exploración de su mundo físico, experimentando ante aquellos estímulos nuevos que están a su alrededor, en este caso el estímulo nuevo es la olla caliente y la reacción- aprendizaje que obtienen es la quemadura y el no volver a hacerlo.

De esta manera, proseguí y terminé esta pequeña pausa preguntándoles ¿entonces qué necesitamos hacer para tomar esa olla, cazuela o sartén, si lo necesitamos? sus respuestas fueron las siguientes:

- Debemos esperar a que se enfríe.
- Debemos apagarle al fuego.
- Debemos tomarla con un trapo.
- Echarle agua.

Ante las respuestas a las preguntas, hice una pequeña relación diciéndoles: entonces imagínense que nosotros somos esa olla muy caliente cuando nos enojamos ¿Qué necesitamos hacer?, por lo que los alumnos mencionaron que debíamos enfriarnos también para no quemar, así que les dije, bueno, nosotros debemos buscar un lugar en donde estemos tranquilizarnos, enfriarnos y pensar mejor las cosas como la olla, ¿en dónde creen que sea un buen lugar para tranquilizarnos?

Muchos de ellos mencionaron que, en el parque, por lo que quise profundizar y llegamos a la conclusión de hacer un árbol porque de acuerdo a sus aportaciones consideraron que un árbol les daba tranquilidad y les hacía sentir en calma, entonces proseguí a invitarlos a que creáramos nuestro propio rincón de la tranquilidad, pero para eso debíamos construir y adornar nuestro árbol, por lo tanto, comenzamos con el diseño (figura 9).



Figura 9. Alumnos diseñando el árbol para la actividad.

En la figura anterior se muestra como los alumnos se encuentran realizando el tronco, las hojas y flores del árbol mediante hojas de colores, papel craft y dibujos que los propios alumnos realizaban.

Posteriormente, cuando ya se tenía empotrado todo el escenario les sugerí que agregáramos otro elemento más que nos pudiera ayudar a tranquilizarnos cuándo se encuentran enojados; además de irse a un lugar para tranquilizarse, ¿qué más podemos necesitar para controlar nuestra furia? Mostrándoles algunos materiales manuales que les permitirán manipular.

Les indiqué: yo les doy como opción colocar algunos materiales que nos ayudaren a regular el enojo (slime, pelotas de goma, saquitos rellenos de arena del mar de diferentes tamaños, trozos de espuma), pero necesitamos decorar este cofre para saber para qué es, por lo que los alumnos mediante dibujos me ayudaron a decorar el baúl o a colocar los objetos de la tranquilidad, como se observa en la figura 10.



Figura 10. Creación del baúl del enojo

El día jueves 10 de marzo del presente año, nos encontrábamos finalizando una actividad por lo que algunos de los alumnos terminaron su trabajo muy rápido y a ellos se les permitió hablar un poco mientras los demás terminaban. Cuando de pronto, vi que una de las alumnas se acercó a la sombra del árbol y comenzó a manipular el slime (figura 11) del cofre y realizaba algunos gestos que representaban enojo, a lo cual me acerqué y sucedió lo siguiente:

D. F. : ¿Qué haces muñequita? Dijimos que solo podíamos platicar en nuestro lugar, pero no pararnos de ahí.

Esmeralda: Es que estoy enojada maestra (diciéndolo en un tono de voz alto con la cara enrojecida y al mismo tiempo presionando el slime)

D. F.: ¿Por qué estas enojada?

Esmeralda: Porque yo encontré una tortuga (figura 12) y se la preste a Heydy y ahora ya no me la quiere dar por eso me vine aquí para no decirle cosas feas. (10/03/2022)

Le di su espacio y tiempo a la alumna para tranquilizarse, dos minutos después ella dejó el objeto en su lugar y se dirigió con su compañera, externándole su sentir y con mi ayuda llegamos a un acuerdo en el que se compartieran por tiempos el juguete.



Figura 11. Alumna usando la sombra de la tranquilidad.



Figura 12: juguete por el cual surgió el conflicto.

De lo anterior, rescato que las estrategias sensoriales están sirviendo para regular las emociones porque mediante esto, evité que Esmeralda entrara en discusión con su compañera, que no quisiera seguir trabajando, que llorara o inclusive que llegara a la violencia solo por el juguete, recordando que Bisquerra y Pérez (2009) nos mencionan que la regulación emocional: “Es el proceso... de transformar la experiencia subjetiva como la expresión exterior de cualquier emoción...” (p. 71) Siendo así, Esmeralda opto por dirigirse a este espacio exclusivo para tranquilizarse y así esperar a que se le bajará el enojo y hablar con ella para externarle su sentir.

4.2.2. Alivianando mi tristeza.

Viernes 11 de marzo del 2022, la clase inicio las 9:00 am con una matrícula de 15 alumnos (11 niñas y cuatro niños). La actividad a ejecutar se llama “Alivianando mi tristeza”, correspondiente al área de desarrollo personal y social: Educación Socioemocional, con un aprendizaje esperado: “Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, tristeza, seguridad, miedo o enojo y expresa lo que siente”, y con un propósito: Menciona situaciones de su vida cotidiana que le han generado tristeza a través de la narración en el programa televisivo, realizando el ejercicio del caparazón de la tortuga para que le permita regular dicha emoción.

La estrategia sensorial utilizada estuvo enfocada en el estímulo kinestésico, porque la postura del caparazón les permitirá tranquilizarse y sentirse seguros. Antes de que la clase comenzará, después de haber organizado todos mis materiales y leído de nuevo mi planeación para recordar que era lo que iba a trabajar, me di un espacio, como lo recomienda Hué (2012) en su método pensamiento emocional, que consistió en darme palabras positivas para sentirme segura, tales como: “todo me va a salir bien”, “todo está listo”, “si la actividad no surge de acuerdo a lo planeado, no pasa nada”, para tranquilizarme y hacer que la clase fluyera armónicamente.

Les di la bienvenida, realizamos un poco de gimnasia cerebral y les pedí que se dirigieran a su lugar. Comencé la clase, colocando la fecha en el pizarrón y haciendo el conteo de cuantos alumnos habían asistido a la escuela, para que durante ese proceso les preguntara el cómo se sentían. Era muy temprano, todos manifestaban un poco de sueño, pero estaban felices por asistir a la escuela. Siendo así, les pedí mencionaran que emoción íbamos a trabajar hoy de acuerdo a nuestro emocionario,

por lo que todos mencionaron que la emoción de la tristeza. Cuestioné si alguien se ha sentido triste en alguna ocasión, llamándome mucho la atención uno de los comentarios que aportó Aarón, siendo el siguiente:

D. F.: ¿Y tú Aarón, alguna vez te has sentido triste?

Aarón: Si, cuando mi papá me regaña muy feo porque no me dan estrellita en la escuela. (11/02/2022)

Me llamo mucho la atención este comentario porque pude ver en su rostro la tristeza que abundaba en él cuándo lo platicaba, ya que comúnmente es uno de los alumnos que se caracteriza por siempre estar muy alegre y era la primera vez que lo notaba con esa expresión. Proseguí con la actividad, les pedí a los alumnos que me ayudaran a colocar las mesas alrededor del salón, minutos más tarde comenzamos con lo siguiente que fue el jugar al programa de televisión.

Invité a los niños a que jugáramos a que fuéramos reporteros, así que saqué mi micrófono y les di las indicaciones: El día de hoy yo seré la reportera y ustedes los entrevistados, los entrevistaré para que me digan o me platicuen en qué momento ustedes se han sentido tristes. Muchos de ellos se mostraban emocionados por hablar con el micrófono como se ve en la figura 13.



Figura 13. Alumnas siendo entrevistadas.

El uso del micrófono motivaba a los alumnos a querer compartir sus eventos de tristeza, explicando a detalle que era lo que pasaba. Posteriormente a esta actividad, proseguí a pedirles que sacaran su cuaderno y me dibujaran ahí lo que habían dicho en el micrófono, surgiendo lo siguiente:



Figura 14. Trabajo de Aarón.

El mismo alumno que se mencionó anteriormente, al realizar su trabajo donde dibujo a su papá de aspecto grande con gestos muy fruncidos, explicó el motivo de lo representado de la siguiente manera:

Aarón: Me siento triste cuando mi papá se enoja muy feo cuando estoy jugando a fuera de la casa y me regaña (diciéndolo en voz baja).

D. F.: ¿Y tú qué haces cuándo eso sucede?

Aarón: Mejor me meto a jugar a la casa con mis juguetes. (11/02/2022)

Así mismo, los demás alumnos mencionaban que se sentían tristes cuando no les compraban helados, cuando no los llevaban al parque o no les compraban juguetes. Bisquerra y Pérez (2009) en su pentágono de competencias emocionales, nos mencionan a la regulación emocional como aquella: "... capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento. "(p. 15) Ejemplo que manifestó Aarón, al vivenciar situaciones que le generan tristeza, mostrando la capacidad que tiene al tomar conciencia de esta emoción y buscando una alternativa de solución.

Al finalizar su dibujo, se dirigieron a guardar su libreta y colores y les pedí que sacaran su cobijita y les pregunte: ¿Qué emoción acabamos de ver?, todos mencionaron que la tristeza, volví a preguntarles: bueno, ¿de acuerdo a nuestro emocionario que símbolo le corresponde a la tristeza?, ¿qué hacen ustedes cuando están tristes?, ¿alguien lo ha visto alguna vez?, ¿tienen alguna idea de cómo lo podemos usar?

Al término de esas preguntas les pedí a los alumnos levantarse de su lugar y elegir un espacio dentro del salón para moverse con libertad. Posteriormente les expliqué cuál es la función de la cobija que tenemos en el tablero: Muy bien, nosotros utilizaremos esta cobijita que nos va a permitir sentirnos bien y protegidos para aquellos momentos donde estemos muy tristes, ya que es una cobija muy abrigadora. Presentándose aquí la estrategia kinestésica porque su función consistió en que los alumnos exploraran a través de la experiencia directa esa protección que les brinda la cobija al estar en postura de caparazón.

El caparazón es una cubierta dura en donde algunos animalitos como las tortuguitas les protege el cuerpo, por lo tanto, nosotros simularemos que tenemos un caparazón muy grande que será sustituido por esta cobijita. Todos imaginarán que estamos muy tristes, entonces vamos a tomar nuestra cobija y no las vamos a colocar en la parte trasera de la cabeza simulando ser nuestro grande caparazón, nos vamos a agachar cubriéndonos todo el cuerpo con nuestro gran caparazón contando del uno hasta el 15, respirando lentamente. (*Figura 15*)



Figura 15. Postura de la tortuga.

4.2.3 El súper héroe de la valentía.

Esta actividad también está enfocada al Área de desarrollo Personal y Social: Educación Socioemocional, con los propósitos de que los alumnos implementen diferentes posturas del cuento que les permita modular la emoción del miedo, además de que también tiene como propósito que mencionen situaciones que le generen

miedo, mediante dibujos que permitan decorar el libro para expresar esta emoción sin prohibición.

La actividad que a continuación describo permitirá ayudar a lograr el propósito de la secuencia didáctica: “El mundo de las emociones”, continuando con el tema de la regulación de las emociones, ya que mediante ésta se pretende dar a los alumnos las herramientas para regular el miedo.

Por medio de esta actividad se pretende favorecer el siguiente aprendizaje esperado: “Reconoce y nombra situaciones que generan alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo y expresa lo que siente.” (SEP, 2017, p. 318) Para desarrollarla, un día antes les pedí a los padres de familia que enviaran a los alumnos con ropa cómoda de preferencia el pans de la institución y una cobija.

Minutos antes de dar inicio a la clase, me sentía sumamente nerviosa y con mucho miedo de que no fuera a funcionar la actividad, de que alguien se lastimara o simplemente que no les interesara, así que acomode todas las cosas que pudieran obstaculizar la sesión, di un ligero recorrido en el área de trabajo y realice tres respiraciones: una corta, una normal y una más larga cerrando los ojos, recordándome que soy capaz de lograr esta actividad por muy complicada que se escuche.

Asociando lo anterior, Voli (1997, citado por Hué, 2012) argumenta: “...al profesor le ayudará especialmente el análisis personal de uno mismo desde la perspectiva de los cinco componentes básicos de la autoestima: seguridad, identidad, integración, finalidad y competencia.” (pp. 50- 51) Reafirmando que, al realizar esas acciones, me sentí más segura y competente para hacer lograr esa actividad.

En esta actividad utilicé la estrategia sensorial kinestésica, auditiva, visual y de relajación. Esta última, como su nombre lo indica, sirve para distender el organismo y disminuir la tensión muscular y mental, según Sweeney (1978 citado por Payne, 2005), consideraba a la relajación como: “...un estado o respuesta percibidos positivamente en el que una persona siente alivio de la tensión o del agotamiento.” (p. 13) de ahí que el desarrollar esta estrategia que permita disminuir la tensión que surge al enfrentarse con situaciones que produzcan miedo.

Comencé indagando el estado de ánimo de los alumnos mediante las preguntas: ¿Cómo se sienten el día de hoy?, ¿por qué se sienten así?, uno de los alumnos mencionó lo siguiente:

Alonso: Enojado (cruzando los brazos y frunciendo el ceño).

D. F.: ¿Por qué te sientes enojado Alonsito?

Alonso: Mi papá me hizo así (golpeándose en la cabeza con la mano) porque cayo leche (porque se cayó la leche) (17/ 03/2022)

Ante esa respuesta, decidí no preguntarle más porque notaba su disgusto, sin embargo, opté por incluirlo más a la clase. Proseguí pidiéndoles que me indicarán cual era la emoción que nos tocaría ver el día de hoy, así que todos dirigieron su atención al emocionario y mencionaban que la emoción era el miedo, entonces cuestione:

D. F.: ¿Alguien le da miedo algo?

Zoe: Yo maestra (levantaba la mano)

D. F.: Sí, Zoe te escuchamos.

Zoe: Me da mucho miedo cuando se va la luz o cuando no están mis papás (expresando gestos de tristeza y agobio) (17/03/2022)

De esta manera, los demás alumnos repetían la misma situación que les daba miedo la obscuridad, las arañas o cuando sus padres los dejaban solos, así que proseguí pidiéndoles que me ayudarán a mover las sillas y mesas alrededor del salón, después que fueran por sus cobijas que se les había pedido con anterioridad, sobre todo, que se quitarán los zapatos, los dejarán atrás de la puerta y buscarán un lugar cómodo, colocando su cobija para sentarse encima de ella.

Cuando ya se encontraban encima de su cobija y todos dispersados en el salón, les mencione que el día de hoy conoceríamos la emoción del miedo, recalcándoles que todos en algún momento tenemos miedo y dando mi ejemplo de miedo al ver una serpiente, lo que hago es correr o gritar, aclarando que esa emoción no es mala, al contrario, es normal sentir miedo, sin embargo, debemos saber qué hacer cuando estamos presenciando una situación así.

Para comenzar con la sesión les indique que les leería dos veces un cuento titulado “Yorch el súper héroe” (anexo R), en la primera lectura escucharíamos de que trata el cuento, quien es Yorch, qué hace, que es lo que le da miedo, porque le da

miedo, qué hace para enfrentar ese miedo y en la segunda lectura, ejecutaríamos algunas posturas de yoga, a lo que me detuve a preguntar:

D. F.: ¿Alguien sabe que es el yoga? ¿O alguna vez lo han practicado?

Melanie: Yo maestra, mi mamá hace yoga y se estira así (estira los brazos para alcanzarse los dedos de los pies) (17/03/2022)

Asentí con la cabeza a la aportación que había dado Melanie, así que continúe diciéndoles que el yoga nos ayudará a relajarnos, pero para poder comenzar primero necesitamos calentar un poco el cuerpo (hicimos cinco minutos de calentamiento: movimiento de brazos, pies, cabeza) y les pedí que tomarán una posición cómoda cerrando los ojos para que escucharan el cuento.

Para la aplicación de la estrategia auditiva, coloqué música instrumental de fondo para que les permitiera concentrarse en la lectura. Me pude percatar que con esta música los alumnos se manifestaban tranquilos, al respecto Sarget (2003, citado por García, 2014) menciona los beneficios que brinda la música en los infantes, siendo:

La música provoca en los niños/as un aumento en la capacidad de memoria, atención y concentración; es una manera de expresarse; estimula la imaginación infantil; ... estimula los sentidos, el equilibrio y el desarrollo muscular; brinda la oportunidad para que los éstos interactúen entre sí y con los adultos (p. 10)

Procuré que la música se escuchara en un nivel medio y estuviera durante toda la sesión, así que proseguí a hacer la primera lectura. Al término de la lectura, expresé que era hora de realizar algunas posturas imitando algunos objetos, animales o cosas que mencionaba el cuento, no sin antes indicarles que después de ejecutar cada una de las posturas debíamos regresar a la postura inicial que es la postura de flor de loto (anexo R).

Como mencioné anteriormente, al principio tenía mucho miedo que la sesión no saliera como lo tenía planeado por que los alumnos estaban muy inquietos, que se lastimarán los infantes o que definitivamente no les interesara la actividad, sin embargo, procuré tranquilizarme y comencé a leer el cuento y detenerme en cada una de las posturas que se debían hacer (anexo R).

Durante el desarrollo de las posturas, me pude dar cuenta que los alumnos se divertían, pero al mismo tiempo se relajaban porque habían dejado de gritar o quejarse, además de que Alonso se acercó a mí en una ocasión, externándome que ya no estaba enojado y se notaba relajado, mostrando interés en ejecutar las posturas, como se muestra en la figura 16.

Aquí se nota como se presencié la estrategia de relajación y kinestésica, recordando que Payne (2005) considera a la relajación como: "...un estado o respuesta percibidos positivamente en el que una persona siente alivio de la tensión..." (p. 13) Alonso al sentirse en un ambiente cálido y de participación, el enojo que traía de casa lo regulo al punto de integrarse al trabajo, evitando hacer lo que anteriormente hacia que era irse a encerrar al baño, p tomar juguetes y aventarlos cuando llegaba así de casa. Además, me sentí más segura para continuar con la actividad y muy feliz al ver que todos los alumnos lo estaban disfrutando, se divertían, me ponían atención y, sobre todo, que Alonso permaneciera en clase haciendo la actividad.



Figura 16. Alumnos realizando la postura del triángulo.

Retomamos a Yorch y como había superado el miedo, indicando que, así como él había enfrentado sus miedos colocándose su traje de súper héroe, ellos también harían lo mismo, pero necesitaríamos realizar nuestro antifaz, brindándoles material necesario que fue un antifaz de tela, lentejuela, pegamento y plumas de colores para que diseñaran su disfraz y en cuanto a la capa, la simularíamos con la cobija que ocupamos, quedando como se muestra en la *figura 17*.



Figura 17. Realización del disfraz del súper héroe.

Para concluir esta actividad les mencioné que haríamos un libro del miedo, regida por la estrategia visual, en donde colocaríamos todos lo que nos causaba miedo y el cómo lo podíamos enfrentar, pero para ello deberíamos decorarlo en las portadas con el fin de que todos conocieran de que se trataba y quedo de la siguiente manera (figura 18).



Figura 18. Decoración del libro del miedo por los alumnos.

El libro del miedo consistió en que un alumno al azar debía llevárselo a cada y con ayuda de sus padres deberían dibujar en uno de los apartados de la hoja, aquello que les causaba miedo y en el otro apartado deberían colocar mediante dibujos como pueden enfrentar ese miedo con el fin de exponerlo al siguiente día en clase.

Me llamó la atención el trabajo de una de las alumnas (anexo S) porque en el primer apartado se visualizaba un dibujo donde ella se plasmó solitaria y al exponerlo en clase ella mencionaba que su dibujo significaba el miedo que le daba cuando se

quedaba sola, además de también expresar que cuando esta así ella se siente triste y llora, pero en el segundo apartado que corresponde a la manera en como lo enfrenta, se visualiza que está en compañía de sus padres, compartiendo que enfrenta ese miedo buscando a sus papás o alguna otra persona que quiera mucho para no sentirse sola.

4.2.4 Me tranquilizo, me tranquilizo.

La siguiente sesión se aplicó el día jueves 31 de marzo del 2022 con la actividad “Me tranquilizo, me tranquilizo” en la cual la asistencia que se registro fue: 16 alumnos. Esta actividad es la consecución de la actividad pasada, donde se trabajó con la emoción del enojo, siendo así, en esta se pretende ver el avance que se ha logrado a partir de las herramientas que se han brindado a los niños, además de darle una más para que al momento de presenciar con situaciones donde el enojo se apodere sepan regular sus emociones.

Esta actividad consistió en escuchar una historia que trataba sobre la calma que manifestaba el pescador Juan al escuchar las olas del mar cada que explotaba de enojo, por lo tanto, el 94% de los alumnos lograron identificar que emociones se mostraban en la historia, tales como: el enojo, el miedo, la tristeza, la alegría y, sobre todo, lograron darse cuenta cómo el pescador descubrió como poder tranquilizarse.

Correspondiente al área de desarrollo personal y social: Educación Socioemocional, con un aprendizaje esperado: “Reconoce y nombra situaciones que generan alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo y expresa lo que siente.” (SEP, 2017, p. 318) Y con un propósito: Favorecer el bienestar interior del niño, al centrarse en una actividad placentera como el escuchar las olas del mar y pintar mandalas para reducir su estrés y ansiedad. Utilizando la estrategia auditiva.

Después de haber acomodado todos los materiales a utilizar, media hora antes de que los alumnos entraran a clase, retome el método de pensamiento emocional que propone Hué (2012) donde hace mención de: “... el aprovechamiento de tiempos de silencio...” (p. 51) Siendo así, tome mi taza de café y comencé a beberlo estando en silencio total, lo cual me permitió analizar que en su mayoría de veces los docentes nos preocupamos por todo, menos por nosotros, por cómo nos sentimos, siendo así,

ese tiempo me ayudo a relajarme y preparame mental y físicamente para trabajar en cuanto llegaran los alumnos.

Todo inicio como primero punto con pedirles a los alumnos que tomarán asiento, colocamos la fecha en el pizarrón, cuestionándolos de la siguiente manera: ¿Cómo te sientes hoy?, ¿les gustan los cuentos? La mayoría respondió que si le gustaban los cuentos y que se sentían felices. Proseguí mostrando el tablero, les pedí que me indicarán, ¿qué trabajaríamos hoy? Todos respondieron que venían un emoji tranquilo, relajado, a lo cual intervine preguntando ¿ustedes alguna vez se han sentido así? Sí, no, ¿cuándo?, ¿por qué?, ¿qué los ha hecho sentir así?, mencionando que se sienten así cuando están con sus papás.

Les pedí que me dijeran que objeto teníamos en el tablero, muchos mencionaron: una caracola, asintiendo con la cabeza afirmé que sí, les dije que hoy les leería un cuento donde conoceríamos a una caracola, pero necesitábamos irnos a un lugar tranquilo para poder escuchar, sentándonos a un lado del espacio de la sombra del árbol. Comencé a leer la historia: “El secreto de la tranquilidad”, acompañado con sonidos de olas de mar de fondo.

Todos los alumnos escuchaban atentamente, a su término les hice las siguientes preguntas: ¿Cómo se llamaba el personaje principal?, ¿qué le sucedía?, ¿en dónde vivía?, ¿a quién acudió?, ¿por qué acudió?, ¿qué era lo que ella le dijo que hiciera él?, ¿de qué manera él pudo controlar su enojo?, ¿conocen el mar?, ¿sintieron algo al escuchar las olas del mar?, en cuanto a sus respuestas muchos asociaron el cuento con sus experiencias de viajes que han tenido con su familia a la playa, mencionaban los animales que han visto, que saben nadar, que les da miedo el agua, que sus papás saben nadar, entre otros, pero así mismo hacían mención de lo que sucedía al personaje y lo que tuvo que hacer.

Después les dije que así como al personaje al escuchar el mar se le bajaba el enojo, nosotros haríamos lo mismo cuando estuviéramos en una situación así pero como no podemos ir al mar, yo les había llevado algo que haría que escucháramos y nos sintiéramos como si estuviéramos en el mar, así que saque la caracola y a todos los vi muy emocionados, todos querían tenerla, escucharla pero para eso les pedí que tuvieran mucho cuidado ya que para poder oír debemos guardar completamente

silencio y colocárnosla en la oreja. Pero todo esto debía de ser por turnos, con el fin de que los niños regularan sus emociones que corresponde de acuerdo con Bisquerra y Pérez (2009) a una de las competencias emocionales que incluye la regulación de emociones de la impulsividad, como lo es el enojo.

Los alumnos se fueron turnando la caracola y argumentaban que, si escuchaban el mar, las olas de mar, los animales acuáticos, las aves e inclusive algunos decían que hasta olían pero que eso si les causaba tranquilidad porque además les gusta mucho el mar.

Posteriormente les pedí que se dirigieran a su lugar y les proporcioné una hoja de trabajo con una mandala en blanco y negro, les pedí que con ayuda de sus dedos y de pintura pudieran darle color a ese dibujo expresando lo que les hizo sentir la historia, con la consigna de solo usar los dedos. Muchos se divirtieron porque también quise fortalecer la combinación de colores que habíamos trabajado semanas antes, proporcionando solamente pintura de los colores primarios, entonces los alumnos realizaban combinaciones y procuraban no salirse de los contornos.

A su término, se les pidió que pasaran al frente y explicaran porque pintaron de ese color la mandala, como lo hicieron y como se sintieron. Muchos mencionaban que se sentían tranquilos y que les gustaba tener la caracola para tranquilizarse.

4.3 Tercer ciclo reflexivo

Durante esta jornada de prácticas profesionales en el Jardín de Niños “Magdalena Camacho de Luna” ubicado en el municipio de Almoloya del Rio, el grupo en el que se realizó la intervención docente es el tercer grado grupo “C”, el cual está integrado por 25 alumnos: 19 son niñas y seis niños.

A partir de la intervención, se realizaron las evaluaciones de los contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales de los propósitos de las actividades, las cuales están enfocados en favorecer los aprendizajes esperados para el nivel preescolar, establecidos en (ACEIEP, 2017).

El diseño de esta propuesta se desarrolló mediante secuencias didácticas, de acuerdo a Díaz Barriga (2004) nos menciona: “...Las secuencias constituyen una organización de las actividades de aprendizaje que se realizarán con los alumnos y para los alumnos con la finalidad de crear situaciones que les permitan desarrollar un

aprendizaje significativo.” (párr. 2) Esta secuencia es el resultado de establecer y conectar una serie de actividades que dan seguimiento a un mismo objetivo, siendo la aplicación de una sesión por semana.

La sesión del día cuatro de marzo de 2022, titulada “¿Qué sucede cuando me enojo?” con una matrícula de 15 alumnos (tres niños y doce niñas), dieron como resultado en la evaluación conceptual que el 54% de los infantes mencionaron su sentir y lo que hacían cuando se encontraban en esta emoción, como aparece en el diario de prácticas de la siguiente manera:

D. F.: ¿Qué sucede cuando se enojan?

Adriana: Yo le digo cosas feas a mi mamá y la hago sentir mal. (expresándolo con un tono de pena) (04/03/2022)

Dramatizando las acciones que realizan en situaciones así (anexo T) en donde están empleando gestos que corresponden al enojo. El 46% restante de los alumnos tienen el indicador que corresponde a bien: porque solo participa que corresponden al enojo. El 26% restante de los alumnos tienen el indicador: bien, porque solo participan si les preguntas y sus respuestas fueron muy cortas.

Con relación a los contenidos procedimentales se obtuvo: el 54% de los alumnos realizan las indicaciones solicitadas como el construir la sombra del árbol a partir de diferentes materiales que fueron hojas de papel craft para el tronco, hojitas verdes y florecitas dibujadas. Al momento de empotrar todo en un espacio seleccionado mientras que el 40% de los otros niños, se les tenía que repetir de manera constante las indicaciones a ejecutar, pero a pesar de ello si lograron llevarlas a cabo.

En la evaluación actitudinal el 54% de los niños están en el indicador muy bien porque muestran seguridad para participar en actividades de expresión y apoyan a sus compañeros para que lo logren, usando el lenguaje para expresar lo que siente cuando se encuentra en la situación de conflicto, mientras que el 46% restante pertenece a los alumnos que muestran muy poca seguridad para compartir sus ideas, posicionando en el indicador: bien.

En la segunda sesión del día viernes 11 de marzo de 2022 “Aliviando mis tristezas” con una asistencia de 15 alumnos (12 niñas y tres niños). Con relación a los

contenidos conceptuales se obtuvo que el 87% de los estudiantes logran reconocer situaciones que les generan tristeza a través del micrófono, material muy importante que permitió a los alumnos a que se motivarán y quisieran participar compartiendo sus experiencias (anexo U), mientras que el 13% restante está posicionado en el indicador regular porque muestran algunas dificultades para mencionar situaciones en donde se han sentido tristes.

En relación con la evaluación procedimental el 87% están posicionados en el indicador más alto: muy bien porque como ya se mencionó con anterioridad, el uso del micrófono motivaba a los alumnos a querer compartir sus eventos de tristeza explicando a detalle lo que pasaba, mientras que el otro 13% tienen el indicador: regular mostraron inseguridad al compartir sus experiencias. La evaluación actitudinal fue el 87% de los niños porque se mostraron atentos y entusiasmados al hablar con el micrófono y al imitar el caparazón de la tortuga con ayuda de su cobija (anexo U).

La tercera sesión se dio el día 17 de marzo de 2022 con la actividad “El súper héroe de la valentía” con una matrícula de 19 alumnos (cuatro niños y 15 niñas) y para ser verdad, el progreso, atención y trabajo de los alumnos se ha visto de manera sorprendente. Para esta emoción que es el miedo, su mediador fue un súper héroe retomado por su antifaz y su capa. Por lo tanto, nos han arrojado los siguientes datos en la evaluación conceptual: el 89% correspondiente al indicador muy bien, están asignados los alumnos que asociaron sus experiencias del miedo con las experiencias que vivió el personaje del cuento, sin embargo, el 11% restante corresponde a los alumnos que presentaron algunas dificultades para participar.

En relación con la evaluación procedimental se obtuvo que el 89% de los alumnos en el indicador muy bien, realizaron las posturas solicitadas con mucha precaución y aprendizaje y decoraron el libro de los miedos de acuerdo a aquello que se los causaba mientras que el 11% restante correspondía a los alumnos: Alonso y Clara pues su intervención en la actividad era temporal. La evaluación actitudinal arrojó que el 89% de las alumnas atienden a las indicaciones, participan en clase compartiendo como se sintieron al realizar el yoga y el ser súper héroes de la valentía (anexo V).

La siguiente sesión se aplicó el día jueves 31 de marzo del 2022 con la actividad “Me tranquilizo, me tranquilizo”, asistencia registrada fue: 16 alumnos. Consistió en escuchar una historia que trataba sobre la calma que manifestaba el pescador Juan al escuchar las olas del mar cada que se enojaba, el 94% de los alumnos lograron identificar que emociones que se mostraban en el cuento, tales como: el enojo, el miedo, la tristeza, la felicidad y sobre cómo el pescador descubrió como tranquilizarse. El 6% restante con el indicador: regular fue asignado al alumno Alonso porque durante la lectura de la historia se mostró desinteresado.

Esta sesión se rigió por dos contenidos procedimentales que se encuentran entrelazados para la realización de las evidencias, el cual consistía en la realización de pintar una mandala con pintura acrílica mediante la técnica de dactilo pintura, recordando que esta técnica contribuye al desarrollo sensorial y motor del que hablábamos, imprescindible para el desarrollo cognitivo en los primeros años de vida.

Por lo que, en este apartado (figura 19), el 94% del total de los alumnos hizo buen uso de esta técnica, experimento la combinación de colores, el diseño de su mandala y sobre todo la sensación que les emitió la realización de esta misma, inclusive algunos de estos alumnos colocaron su nombre completo aun con esta técnica. El 6% restante no culmino con su trabajo, pero hizo un gran intento a comparación de las sesiones pasadas en donde no participaba o trabajaba para nada.

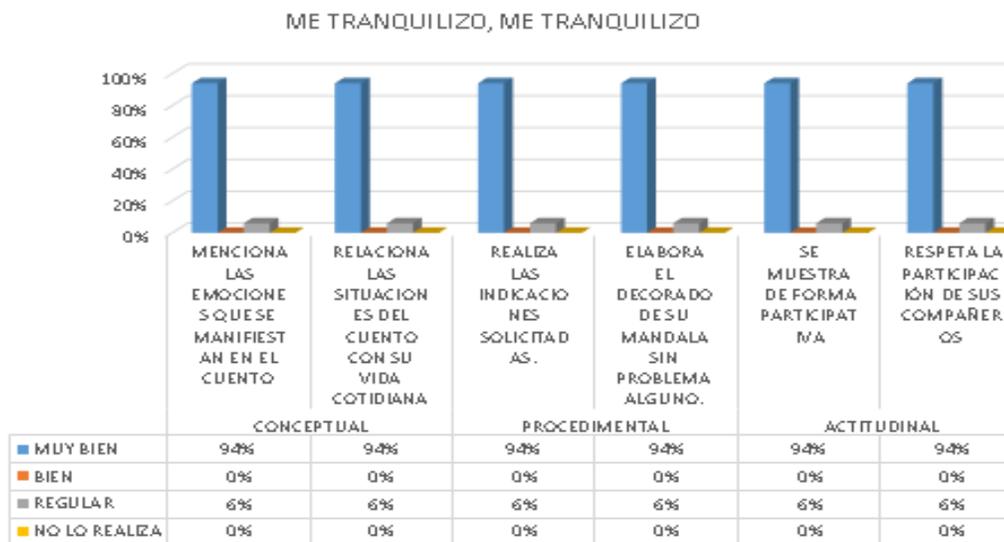


Figura 19. Resultados de la evaluación de la actividad: “Me tranquilizo, me tranquilizo”, con un total de 16 alumnos.

Reflexiones finales

La construcción de esta tesis la realicé como lo indican las orientaciones académicas para la elaboración del trabajo de titulación, retomando las bases de la investigación-acción presentes en mi propuesta de intervención que me permitieron analizar y reflexionar mi propia práctica.

En esta propuesta de intervención tomé como punto de partida las dificultades que se me habían presentado durante mi formación docente, identificando las competencias profesionales relacionadas al diseño de actividades donde mediante las mismas les proporcionará tanto a los alumnos como a mí, las herramientas necesarias para regular las emociones y así mismo favorecer el logro de los aprendizajes esperados. Las experiencias obtenidas durante su aplicación me permitieron reflexionar y llegar a las siguientes reflexiones.

Reconocí la importancia que tiene el diagnóstico, porque me permitió identificar el nivel de logro de los aprendizajes esperados de los alumnos. De tal manera que para la construcción del diagnóstico del grupo me enfoqué en el área de desarrollo personal y social: Educación Socioemocional, identifiqué la situación en la que se encontraban los alumnos al inicio del ciclo escolar 2021-2022 para posteriormente fortalecer los aprendizajes esperados.

Así mismo, uno de los aspectos que más destaco en esta investigación es la elaboración de la planeación, debido a que en la mayoría de las ocasiones que diseñaba las actividades, obviaba el nivel de desarrollo de los niños en cuanto a sus intereses, necesidades educativas y sobre todo en su estado emocional, situación que ocasionaba el desinterés por la actividad, aunado a mi forma de explicar en el uso de términos que los niños no comprendían, además de que no percibía las emociones de los infantes, provocando que los sintiera ausentes.

De igual manera, reconocí la importancia de los dos elementos primordiales que me permitieron fortalecer y respaldar mi formación docente, siendo: la observación directa y el diario de prácticas que, para mi punto de vista, siempre van relacionados una con otra.

En cuanto a la primera que corresponde a la observación directa, me permitió observar, analizar y obtener datos de mi intervención de situaciones que me eran

relevantes tales como acciones, actitudes o gestos que realizaban los alumnos, para que mediante esto identificar las fortalezas o áreas de oportunidad que presentaba mi práctica. En mi caso, hice uso de ella, en el apartado “Identificación del tema” que se encontraba plasmado en los diarios de práctica en donde retomé actividades que anteriormente había realizado y de las cuales podía identificar mis áreas de oportunidad.

Así mismo, realzo el gran impacto que surgió en mí el trabajar de manera constante y profunda con el diario de prácticas, ya que esta es una herramienta fundamental que todos los docentes deben utilizar para reflexionar sobre su intervención. En mi caso, este instrumento favoreció y seguirá favoreciendo para identificar las fallas y dificultades que presenta mi práctica y reconocer las competencias docentes que necesito fortalecer porque comprendo que como futura docente siempre estaré en constante cambio, un cambio que deberá producir la mejora de la práctica.

A partir del diseño de las situaciones de aprendizaje que diseñé en mi propuesta de intervención, reconozco la importancia del área de desarrollo personal y social: Educación Socioemocional en su carácter transversal, es decir, es un área que se debe tomar en cuenta en todas las situaciones de aprendizaje que se generen durante el ciclo escolar, porque en todo momento las emociones se hacen presentes en el aula, y las educadoras deben trabajarlas de manera sistemática.

A través de la implementación de mi propuesta de intervención me fue posible darme cuenta de la gran importancia que tiene el conocer los estados emocionales en los que se encuentran los alumnos porque muchas veces, están tristes u enojados desde su casa, ya sea porque sus padres los regañaron, no les quisieron comprar algo o simplemente porque no querían asistir a la escuela y esos factores provocan que al relacionarse con un cierto grupo de individuos que en este caso son sus compañeros, tiendan a irritarse con mucha facilidad o bien, prefieren no involucrarse en las actividades.

Aquí fue la importancia de la implementación de las estrategias sensoriales para que, mediante ellas, los alumnos pudieran autorregularse cuando se presentaban situaciones no previstas, tal fue el caso de la alumna que se acercó a la sombra del

árbol a tranquilizarse mediante la estimulación del slime que se encontraba en el cofre, situación que surgió a raíz de un juguete que le había quitado su compañera.

El uso de del yoga con las posturas del caparazón de la tortuga y super héroe favoreció en los niños la regulación de las emociones de enojo y tristeza por que les permitió reconocer sus emociones, reflexionar sobre sus acciones y descubrir herramientas para sentirse mejor.

Las estrategias propuestas les sirvieron a los alumnos para autorregularse y evitar entrar en conflicto con sus compañeros, además de que me es grato compartir que esta propuesta no solo les sirvió a los alumnos, sino que también a mí, puesto que como se notaba en las primeras actividades, siempre me frustraba porque los alumnos no me ponían atención, porque no concluía las actividades, porque no lograba cumplir con mis propósitos o porque había situaciones que se salían de mis manos.

A partir de la aplicación de esta propuesta, mi desempeño docente tuvo una mejoría porque comprendí que es necesario establecer un ambiente armónico en mis intervenciones, es necesario saber cómo están, como se sienten y sobre todo conocer el nivel de desarrollo de los infantes en cuanto a sus intereses y necesidades.

Además de que es importante tener en cuenta que los alumnos del nivel preescolar aprenden mediante el juego, exploración, movimiento al hacer uso de sus sentidos y no con términos técnicos que ellos no comprenden porque por eso se aburrían con mucha facilidad y sobre todo reconocí la importancia de estar bien conmigo misma, porque si esto no sucede, los alumnos tampoco se sienten bien y les resulta difícil participar y entender que se espera en las actividades que se diseñan para que se logren los propósitos educativos.

Fuentes de consulta

- Agulló, M., Cabero, M., Pellicer, I., Sánchez, R. & Vázquez, M. (2013). *Educación emocional en la escuela. Tomo 2 Actividades para el aula, dirigidas a niños de 6 a 7 años*. México. Alfaomega.
- American Psychological Association. (2002). *Manual de estilo de publicaciones de la American Psychological Association*. (Adaptado para el español por Editorial El Manual Moderno). México, D. F.: Manual Moderno.
- Aranda, D. (2008). *La inteligencia emocional en la educación*. Facultad de Psicología, Universidad de Málaga. España. Educatiopn y Psychology.
- Asociación Española Contra el Cáncer (2013). *Las Emociones, Comprenderlas para Vivir Mejor. Blog Colegio de Educación Infantil y Primaria Pablo Picasso La Línea. España*. Recuperado el 20 de abril de 2022 de <http://sauce.pntic.mec.es/falcon/emociones.pdf>
- Bando municipal de policía y gobierno (2022). *Publicación del bando municipal Almoloya del Rio*. Recuperado el 20 de abril de 2022 de https://www.almoloyadelrio.gob.mx/contenidos/almoloyadelrio/docs/BANDO_MUNICIPAL_2020_ALMOLOYA_DEL_RIO_GAC_pdf_2020_2_5_155031.pdf
- Bisquerra, R., Punset, E., Mora, F., García, E., López-Cassà, È., Pérez-González, J.C., Lantieri, L., Nambiar, M., Madhavi, M., Aguilera, P., Segovia, N., Planells, O. (2012) *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Esplugues de Llobregat (Barcelona): Hospital de Sant Joan de Déu.
- Bisquerra, R. (2000) *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R., Álvarez, M., Fita, E., Martínez, F. y Pérez, N. (2000). *Evaluación de programas de educación emocional*. Revista de Investigación Educativa. Barcelona.
- Bisquerra, R., Pérez, J. (2009). *Las competencias emocionales*. Madrid. Síntesis.
- Bodrova, E., Leong, D. (2004). *Herramientas de la mente*. México. SEP.
- Calle, R. (2014). *Yoga para niños*. Barcelona. España. Kairós.

- Cantero, M., Delgado, B., Gión, S., González, C., Martínez, A., Navarro, I., Pérez, N. y Valero, J. (2011). *Psicología del desarrollo humano. Del nacimiento a la vejez*. Editorial Club Universitario.
- Casanova, M., A. (1998). *La evaluación educativa*. Escuela Básica. Biblioteca del Normalista. Cooperación Española.
- Cassá, L., É. (2005). La educación emocional en la educación infantil. Universidad de Zaragoza. España. Revista interuniversitaria de formación del profesorado.
- Court, F. (2006). *El profesor*. Madrid. Maeva.
- Cooper, D. (1990). *“Enseñanza de la comprensión lectora”*. Madrid. Morata.
- Chacha, LL., S. (2018). *“Estrategias sensoriales “mi cuerpo, mi mundo” para el desarrollo psicomotriz en los niños de educación inicial de la unidad educativa especializada “carlos garbay” de la parroquia velasco, cantón riobamba, provincia de chimborazo”*. Universidad Nacional de Chimborazo. Riomamba. Ecuador.
- Chóliz, M. (2005). *Psicología de la emoción. El proceso emocional*. Universidad de Valencia.
- Damasio, A. (2009). *En busca de Spinoza. Neurobiología de la emoción y los sentimientos*. España. Biosmac.
- Denzil, N., K. y Lincoln, Y., S. (2000). *Introducción. La disciplina y la práctica de la investigación cualitativa*. Thousand Oaks.: Sage.
- Del Barrio, M., (2005). *Emociones infantiles, evolución, evaluación y prevención*. Madrid, España: Editorial pirámide.
- Díaz, B., F. (2006). *Enseñanza situada: vincula entre la escuela y la vida*. México. Mc Graw Hill.
- Díaz, B., F. (2004). *Guía para la elaboración de una secuencia didáctica*. México.
- Dumas, G. (1948). *La vie affective: ppsychologie- psychologie- socialisation*. Presses Universitaires Paries.
- Elliott, J. (1993). *El cambio educativo desde la investigación acción*. Madrid: Morata.

- Elliott John. (2005). *El cambio educativo desde la investigación acción*, Madrid.: Morata s.l.
- Forigua, J. (2018). *Atención, Sensación y Percepción*. Areandina. Fundación Universitaria del Área Andina. Bogotá.
- García, M. (2014). *La importancia de la música para el desarrollo integral en la etapa de Infantil*. Facultad de Ciencias de la Educación.
- García. L. (2005). La problematización. Etapa determinante de una investigación. México.: cuadernos ISCEEM.
- Goleman, D. (1995). *La Inteligencia Emocional, por qué es más interponente que el coeficiente intelectual*. Nueva York. Estados unidos. Editorial Kairós.
- Goleman, D. (1999). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona.
- González, B. (2021 – 2022) Diario de práctica. Manuscrito no publicado. Almoloya del Río, México.
- Haeussler, I. (2000). *Desarrollo emocional*. Psiquiatría y psicología de la infancia y adolescencia. Madrid. Ed. Médica Panamericana.
- Hué, G., C. (2012). *Bienestar docente y pensamiento emocional*. México.
- Kojakovic, M. (2005). *Yoga para niños*. Monjitas. Santiago de Chile: Ramdom.
- Laing, R. D. (1961). *El yo y los otros*. México. Fondo de Cultura Económica.
- Lagarde, M. (2000). *Claves feministas para la mejora de la autoestima*. Madrid: Horas y Horas.
- Latorre, A. (2005) *La investigación acción, conocer y cambiar la práctica educativa*, Barcelona, Edit. Graó.
- Linares, A. (2008). Desarrollo cognitivo: las teorías de Piaget y de Vygotsky. Recuperado el 13 de febrero de 2022 de http://www.paidopsiquiatria.cat/files/teorias_desarrollo_cognitivo.pdf
- López, C., E. (2005). *La educación emocional en la educación infantil*. Revista Interuniversidad de Formación del Profesorado, vol. 19, núm. 3. Universidad de Zaragoza. Zaragoza. España.

- Luchetti, E. (1998). *El diagnóstico en el aula*. Buenos Aires.: Magisterio del Río de la Plata.
- Lugo, Z. (2020). *Rima Asonante y consonante*. Lengua y literatura. Recuperado el 28 de octubre de 2021, de <https://www.diferenciador.com/rima-asonante-y-consonante/#:~:text=Se%20considera%20que%20una%20rima%20es%20consonante%20cuando%20coinciden%20todos,s%C3%ADlaba%20t%C3%B3nica%20de%20cada%20verso.&text=Para%20que%20se%20produzca%20la,%20de%20dos%20o%20m%C3%A1s%20versos.>
- Maier, H. (1977). *Tres Teorías sobre el Desarrollo del niño Erikson, Piaget y Sears*. Buenos Aires. Ed. Amorrortu.
- Melamed, A. (2016). *Las teorías de las emociones y su relación con la cognición: un análisis desde la filosofía de la mente*. San Salvador de Jujuy. Argentina. Redalyc.
- Muñoz, M. (2009). *Emociones, sentimientos y necesidades, una aproximación humanista*. México, México.
- Oaklander, V. (2012). *Ventanas a nuestros niños. Terapia Gestalt para Niños y Adolescentes*. Santiago de Chile. Editorial Cuatro Vientos.
- Papalia, D., Wendkos, S. & Duskin, R. (2009). *Psicología del desarrollo*. De la infancia a la adolescencia. Undécima edición. Mc Graw Hill.
- Payne, R. (2005). *Técnicas de relajación*. Guía práctica. España. Editorial Paidotribo.
- Peña, I., A. (2011). *Practica griego clásico (II): La cigarra y las hormigas*. Recuperado el 4 de marzo de 2022 de <https://archive.is/20130628080706/http://cianeas.blogspot.ch/2010/11/practica-griego-clasico-ii-la-cigarra-y.html>
- Pérez, Y. y Guerra, V. (2014). La regulación emocional y su implicación en la salud del adolescente. Recuperado el 19 de abril de 2022 de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75312014000300011

- Postic, M. y De Ketele, J. M. (1998). *Observar las situaciones educativas*. Narcea. Paris.
- Red Interagencial para la Educación en Situaciones de Emergencia (2022). *Problema de comportamiento*. Recuperado el 25 de febrero de 2022 de <https://inee.org/es/eie-glossary/problema-de-comportamiento>
- Regidor, R. (2005). *Estimulación a través de los sentidos*. En Las Capacidades del niño. Guía de estimulación temprana 0-8 años. Madrid. Ediciones palabra.
- Rendón, A., M. (2007). *Regulación emocional y competencia social en la infancia*. Bogota. Colombia. Diversitas.
- Rodríguez, S., J. (2005). *La investigación Acción Educativa ¿Qué es? ¿Cómo se hace?*, Lima, Perú, edit. Desarrollo de capacidades en investigación y evaluación.
- Rodrigo, L., M. (1994). *Contexto y desarrollo social*. Síntesis. España.
- Rodríguez, Y., C. (2006). *Una introducción a la psicología*. Universidad Católica Andrés.
- SEP (2017). *Aprendizajes Clave para la Educación Integral*. México. Secretaría de Educación Pública
- SEP (2011). *Programa de estudio 2011 guía para la educadora. Educación Básica Preescolar*. México.: Secretaría de Educación Pública
- Segura, M. (2009). *La evaluación de los aprendizajes basada en el desempeño por competencias*. San Pedro de Montes de Oca. Costa Rica.
- Tapia, J. (1997). *Motivar para el aprendizaje*. Edebé. España.
- Tarantino, M. (2018). *Pinceladas teóricas en torno al Cerebro Triuno para mejorar nuestra hermenéutica en el ámbito de toda Negociación*. Universidad del Zulia. Venezuela.
- Teruel, P., Salavera, C., Usán, P. y Antoñanzas, J. L. (2019). *Inteligencia emocional centrada en uno mismo y en el otro: Escala Rotterdam de Inteligencia Emocional*. Universitas Psychologica.
- Vargas, X. (2007). *¿Cómo hacer investigación cualitativa?* México. Jalisco; exteta.

Anexos

Anexo A

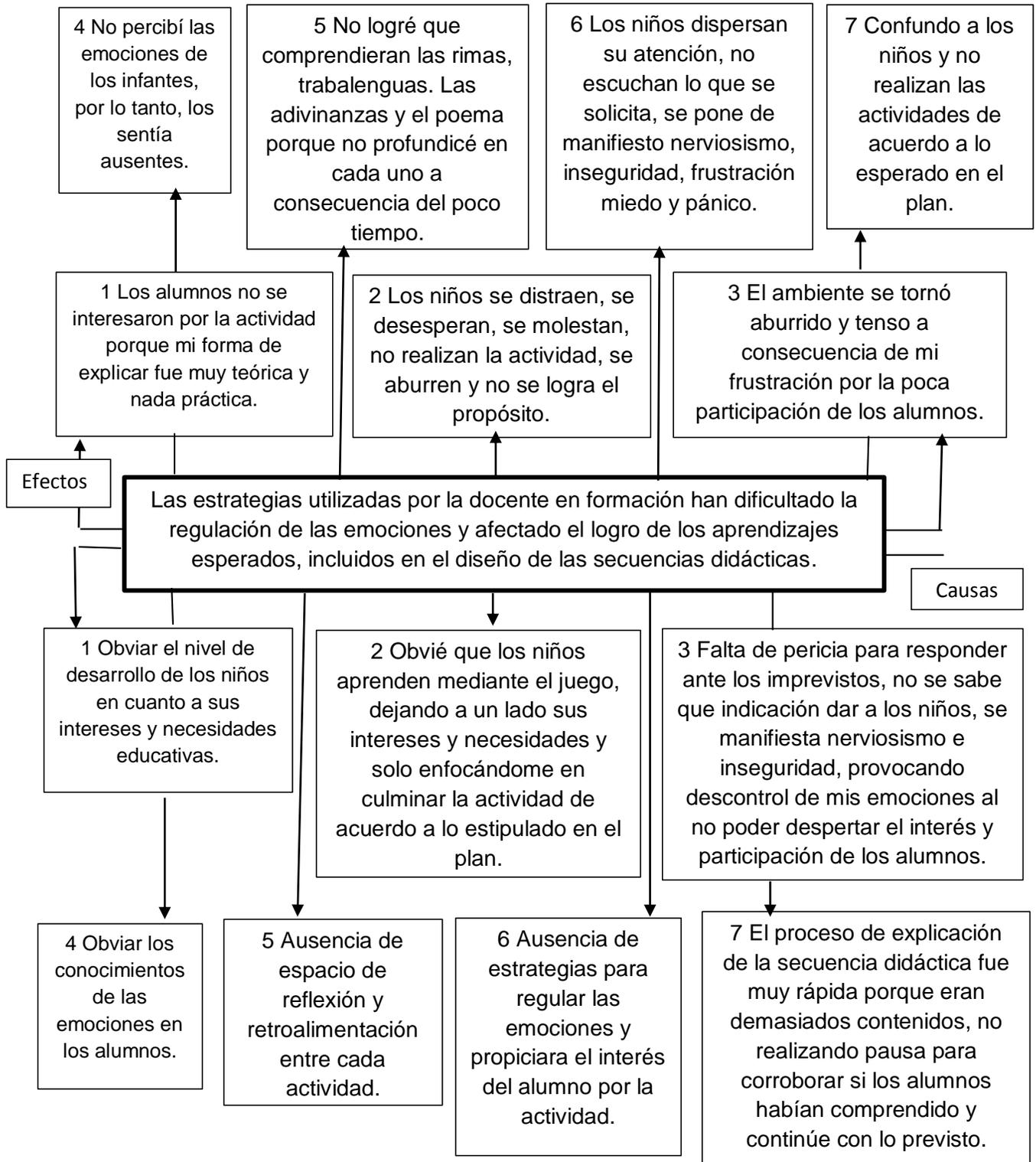


Figura 1. Análisis del árbol de problemas del cual derivan las causas y efectos.

Anexo B

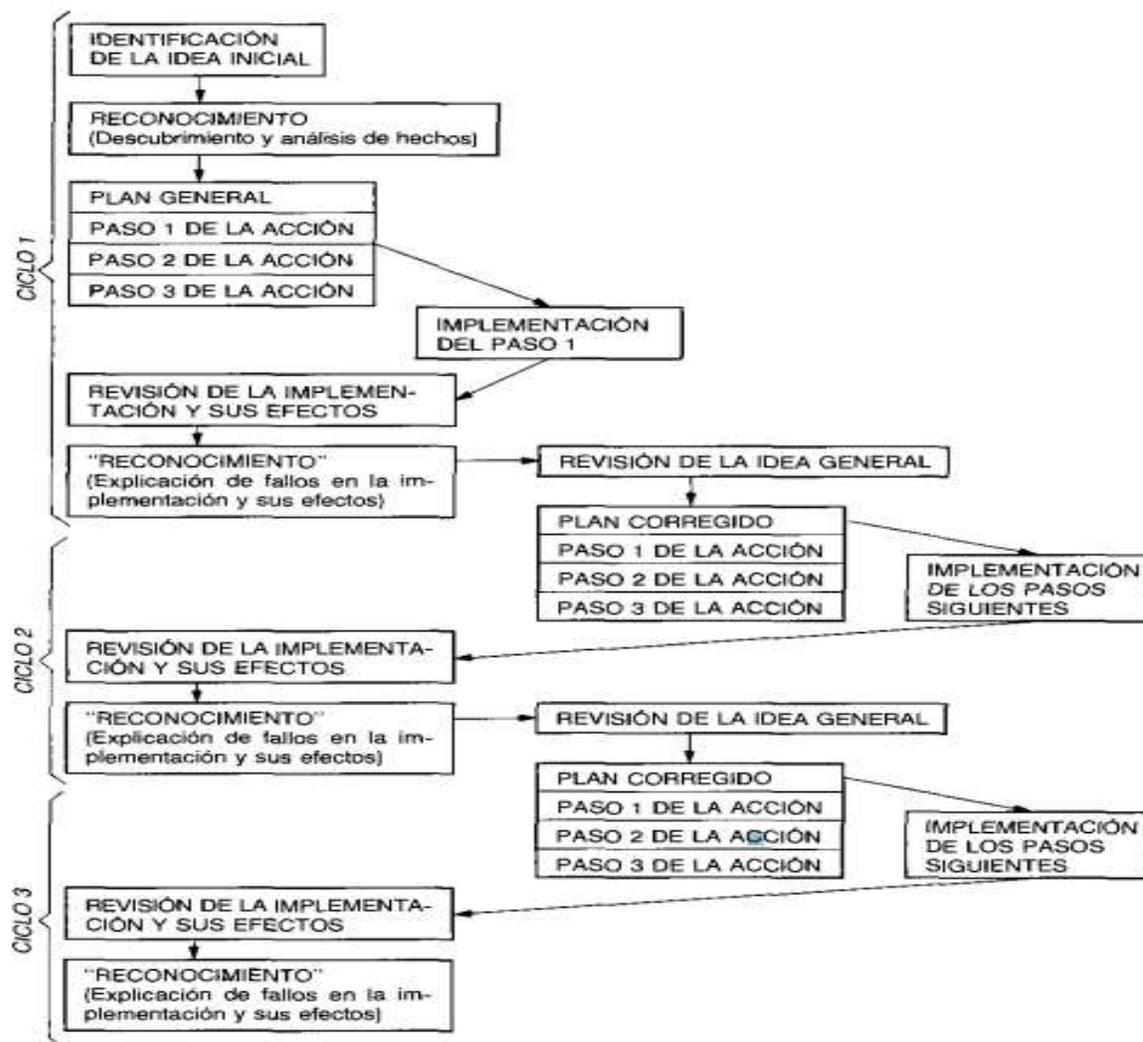


Figura 2. Versión revisada del modelo de investigación-acción de Kurt Lewin, tomada de Elliott, J. (1993 p. 90)

Anexo C

Tabla 1. Construcción de preguntas.

Preguntas iniciales	Jerarquización de preguntas	Preguntas nucleares	Pregunta central
<ul style="list-style-type: none"> • ¿los alumnos realmente saben de qué se trata el trabajo en equipo? • ¿de qué manera tengo que organizar el trabajo en equipo para que todos los niños participen? ¿en algún momento han estado en alguna situación similar a la cigarra? • ¿cómo se han sentido? • ¿qué han hecho para resolverlo? • ¿realmente sé qué es un equipo? ¿cómo se integra un equipo en preescolar? • ¿solo porque los niños ya estén adjuntos ya es un equipo? • ¿qué es lo que en realidad necesito saber acerca de un equipo? • ¿qué pude haber hecho para regular mis emociones y no entrar en pánico al ver que los alumnos no acataban mis indicaciones? • ¿en realidad esa actividad les permitiría reflexionar sobre las emociones en su vida diaria? ¿por qué no ejemplifique las emociones con algunos episodios de su vida para que los alumnos comprendieran mejor? ¿qué estrategias se pueden utilizar para la regulación de emociones evitando que los alumnos pierdan el control de las mismas y se frustren por no culminar una actividad? • ¿qué sienten cuando sus compañeritos no quieren jugar con ustedes? ¿qué sienten cuando no les quieren compartir el material? O bien ¿de qué manera se pueden aprovechar estas historias para que los niños se reconozcan entre ellos y vean como las conductas que muchas veces manifestamos repercuten en nuestro estado de ánimo, pero 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿los alumnos realmente saben de qué se trata el trabajo en equipo? • ¿de qué manera tengo que organizar el trabajo en equipo para que todos los niños participen? ¿realmente sé qué es un equipo? • ¿cómo se integra un equipo en preescolar? • ¿solo porque los niños ya estén juntos ya es un equipo? • ¿qué es lo que en realidad necesito saber acerca de un equipo? • ¿cómo se han sentido? • ¿qué han hecho para resolverlo? • ¿en realidad esa actividad les permitiría reflexionar sobre las emociones en su vida diaria? ¿por qué no ejemplifique las emociones con algunos episodios de su vida para que los alumnos comprendieran mejor? ¿qué estrategias se pueden utilizar para la regulación de emociones evitando que los alumnos pierdan el control de las mismas y se frustren por no culminar una actividad? • ¿qué sienten cuando sus compañeritos no quieren jugar con ustedes? ¿qué sienten cuando no les quieren compartir el material? O bien ¿de qué manera se pueden aprovechar estas historias para que los niños se reconozcan entre ellos y vean como las conductas que 	<p>¿de qué manera el trabajo en equipo favorece la regulación de las emociones?</p> <p>¿qué estrategias didácticas emplear para que los niños conozcan y regulen sus emociones?</p> <p>¿los niños conocen sus emociones? ¿se dan cuenta que es lo que pasa con su conducta al tener determinadas emociones? ¿los niños identifican la relación entre la emoción y la acción?</p> <p>¿cómo lograr que los niños reconozcan las emociones de sus compañeros?</p> <p>¿cómo repercuten las emociones en nuestros estados de ánimo al desarrollar las actividades?</p> <p>¿cómo regular mis emociones y no entrar en frustración al ver que los alumnos no acataban mis indicaciones?</p>	<p>¿Cómo favorecer la regulación de emociones mediante la implementación de estrategias que partan del interés de los alumnos y lograr los aprendizajes esperados incluidos en el diseño de las secuencias didácticas?</p>

también en el de los otros niños que conviven con nosotros?

- ¿qué **estrategia** pudo haber sido la mejor para que los niños relacionaran el cuento con las emociones sobre lo que ellos sienten cuando se encuentran en situaciones similares?
- ¿de qué manera les gustaría que **los traten**?
- ¿por qué los alumnos se encontraban tan antipáticos?
- ¿cómo puedo motivar a los alumnos a que participen?
- ¿por qué nadie quería participar?
- ¿de qué otra forma trabajar con los juegos literarios?
- ¿de qué otra forma trabajar con las adivinanzas, trabalenguas, rimas y poemas?
- ¿de qué manera trabajar mi frustración?
- ¿qué están sintiendo los niños o qué tiene para que actúen de esa manera tan apagada?

muchas veces manifestamos repercuten en nuestro estado de ánimo, pero también en el de los otros niños que conviven con nosotros?

- ¿qué **estrategia** pudo haber sido la mejor para que los niños relacionaran el cuento con las emociones sobre lo que ellos sienten cuando se encuentran en situaciones similares?
- ¿de qué manera les gustaría que **los traten**?
- ¿qué pude haber hecho para **regular mis emociones** y no entrar en pánico al ver que los alumnos no acataban mis indicaciones?

Fuente: propia con base al análisis retrospectivo de mi práctica.

Anexo D

Tabla 2. Elementos de la investigación.

TEMA	OBJETO DE ESTUDIO	PREGUNTA CENTRAL	PROBLEMA	HIPÓTESIS DE ACCIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECIFICOS
Regulación de emociones	La regulación de emociones mediante estrategias sensoriales con niños de tercer grado de preescolar.	¿Cómo favorecer la regulación de emociones mediante la implementación de estrategias que partan del interés de los alumnos y lograr los aprendizajes esperados incluidos en el diseño de las secuencias didácticas?	Las estrategias utilizadas por la docente en formación han dificultado la regulación de las emociones y afectado el logro de los aprendizajes esperados, incluidos en el diseño de las secuencias didácticas.	El uso de estrategias sensoriales favorecerá la regulación de las emociones en el logro de los aprendizajes esperados incluidos en el diseño de las secuencias didácticas.	Favorecer la regulación de las emociones para lograr los aprendizajes esperados incluidos en el diseño de las secuencias didácticas.	<ul style="list-style-type: none"> • Implementar estrategias sensoriales: como el yoga, dramatización, dibujo y fantasía para que los niños autoregulen sus emociones. • Identificar la importancia de las emociones propias y de los alumnos durante el desarrollo de las actividades de las secuencias didácticas. • Analizar la manera como repercuten las emociones de los niños al desarrollar las actividades y el logro de los aprendizajes esperados de las secuencias didácticas. • Realizar un seguimiento y valoración de las estrategias sensoriales en la implementación de la propuesta de intervención.

Fuente: propia con base a mi propuesta de intervención.

Anexo E



Figura 3. Pentágono de competencias emocionales, (Bisquerra y Pérez, *Las competencias emocionales* 2009, p. 70)

Anexo F

Tabla 3. Competencia emocional: regulación emocional

Competencias	Descripción	Subdivisión
Regulación emocional	Es el proceso que tiene la función de modificar y fortalecer o en su caso, de transformar tanto la experiencia subjetiva como la expresión exterior de cualquier emoción, positiva o negativa.	<p>Expresión emocional apropiada.</p> <ul style="list-style-type: none"> Capacidad para expresar las emociones de forma apropiada. Implica la habilidad para comprender que el estado emocional interno no necesita corresponderse con la expresión externa.
		<p>Regulación de emociones y sentimientos.</p> <ul style="list-style-type: none"> Significa aceptar que los sentimientos y emociones a menudo deben ser regulados. Lo cual incluye: regulación de emociones de la impulsividad (ira, violencia, comportamientos de riesgo); tolerancia a la frustración para prevenir estados emocionales negativos (ira, estrés, ansiedad, depresión); perseverar en el logro de los objetivos a pesar de las dificultades; capacidad para diferir recompensas inmediatas a favor de otras más a largo plazo, pero de orden superior.
		<p>Habilidades de afrontamiento</p> <ul style="list-style-type: none"> habilidad para afrontar retos y situaciones de conflicto, con las emociones que generan. Esto implica estrategias de autorregulación para gestionar la intensidad y la duración de los estados emocionales.
		<p>Competencia para autogenerar emociones positivas</p> <p>Es la capacidad para autogenerarse y experimentar de forma voluntaria y consciente emociones positivas (alegría, amor, humor, fluir) y disfrutar de la vida</p> <ul style="list-style-type: none"> Expresión emocional apropiada: Es la capacidad para expresar las emociones de forma apropiada. Regulación de la impulsividad: ira, violencia y comportamientos de riesgo. Tolerancia a la frustración para prevenir estados emocionales negativos (ira, estrés, ansiedad, depresión). Habilidades de afrontamiento: Es la habilidad para afrontar retos y situaciones de conflicto y de las emociones que generan. implica estrategias de autorregulación para gestionar la intensidad y la duración de los estados emocionales. Competencia para autogenerar emociones positivas: Es la capacidad para autogenerarse y experimentar de forma voluntaria y consciente emociones positivas (alegría, amor, humor, fluir) y disfrutar de la vida.

Fuente: Bisquerra, R. y Pérez, J. (2009). *Las competencias emocionales*. (p. 72)

Anexo G

Tabla 4. Clasificación de estrategias.

ESTRATEGIAS	TÉCNICAS
Fantasía.	Narraciones de historias de aspecto irreal.
Dibujo y fantasía:	Tu mundo, en colores, formas y líneas, dibujos de familia, el rosal, el garabateo, cuadros de ira, mi semana, mi día, mi vida, el Squiggle, colores, curvas, líneas Dactilopintura, pintar con los pies.
Mi modelo de trabajo:	Más ideas para fantasía y dibujo.
Haciendo cosas:	Arcilla, otros ejercicios con arcilla, arcilla plástica para modelar, masa, agua, escultura y construcciones, madera y herramientas, collage, dibujos, cartas de tarot.
Narración, poesía y títeres:	Narración, libros, escritura, poesía, títeres, funciones de títeres.
Experiencia sensorial:	Tacto, vista, oído, música, gusto, olfato, intuición, sentimientos, relajación, meditación, movimiento corporal.
Dramatización:	Dramatización creativa, tacto, vista, oído, olfato, gusto, el cuerpo, pantomima de situaciones, caracterizaciones, improvisaciones con palabras, sueños, la silla vacía, polaridades.
Terapia de Juego:	La bandeja de arena, juegos en grupo, test proyectivos como técnica terapéutica.
El proceso terapéutico:	El niño viene a terapia, la primera sesión, como es mi oficina, el proceso terapéutico, resistencia, término.
Problemas Conductuales Específicos:	Agresión, ira, el niño hiperactivo, el niño retraído, temores, situaciones específicas de tensión (stress) o experiencias traumáticas, síntomas físicos, inseguridad; aferrarse; complacencia excesiva, el solitario, soledad, el niño que está dentro y fuera de la realidad, autismo, culpa, autoestima; auto concepto; autoimagen.
Otras consideraciones:	Grupos, adolescentes, adultos, el adulto mayor, hermanos, niños muy pequeños, la familia, escuelas, profesores y entrenamiento y sexismo.

Fuente: propia con base en Violet Oaklander (2012). *Ventanas a nuestros niños. Terapia Gestalt para Niños y Adolescentes.* (p. 2-3)

Anexo H

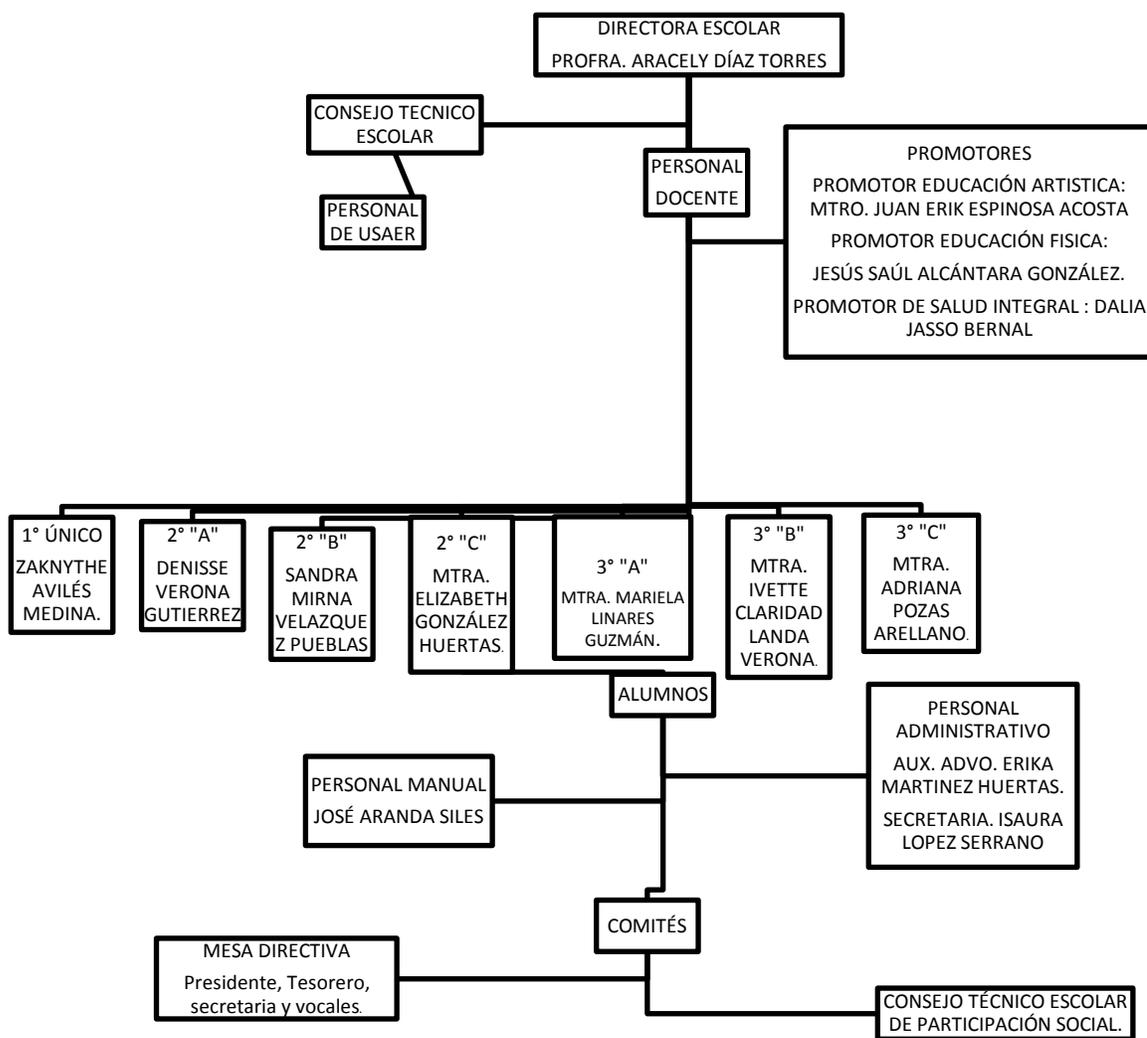


Figura 4. Organigrama de la institución del Jardín de Niños “Magdalena Camacho de Luna” (2022)

Anexo I



Opción 1
11.2 + 5.2

Opción 2
20.1 + 3.2

Opción 3 CDMX
10.2

Preescolar

8:00 a 8:30

15:00 a 15:30

17:30 a 18:00

Aprendizajes Esperados **Semana 12**

Activar Windows
Ir a Configuración de PC para activar Wind

NIVEL Y GRADO		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Preescolar	Asignatura	Educación Socioemocional	Exploración y comprensión del mundo natural y social	Lenguaje y Comunicación	Pensamiento matemático	Exploración y Comprensión del Mundo Natural y Social
	Aprendizaje esperado	Habla sobre sus conductas y de las de sus compañeros, explica las consecuencias de sus actos y reflexiona ante situaciones de desacuerdo.	Explica las transformaciones en los espacios de su localidad con el paso del tiempo a partir de imágenes y testimonios.	Explica cómo es, cómo ocurrió, cómo funciona algo, ordenando las ideas para que los demás comprendan.	Identifica algunos usos de los números en la vida cotidiana y entiende qué significan.	Atiende reglas de seguridad y evita ponerse en peligro al jugar y realizar actividades en la escuela.
	Énfasis	Buscar soluciones en situaciones de desacuerdo.	Transformaciones a través del tiempo.	Explica cómo funciona algo.	Diversos usos del número.	Reglas de seguridad al jugar.
	Nombre del programa	Y tú, ¿cómo ves?	Antes y ahora	¿Cómo funcionan algunos objetos?	¿Qué nos dicen los números?	Juego y me cuida

Figura 5. Programa aprende en casa. Secretaría de Educación Pública. (2017).

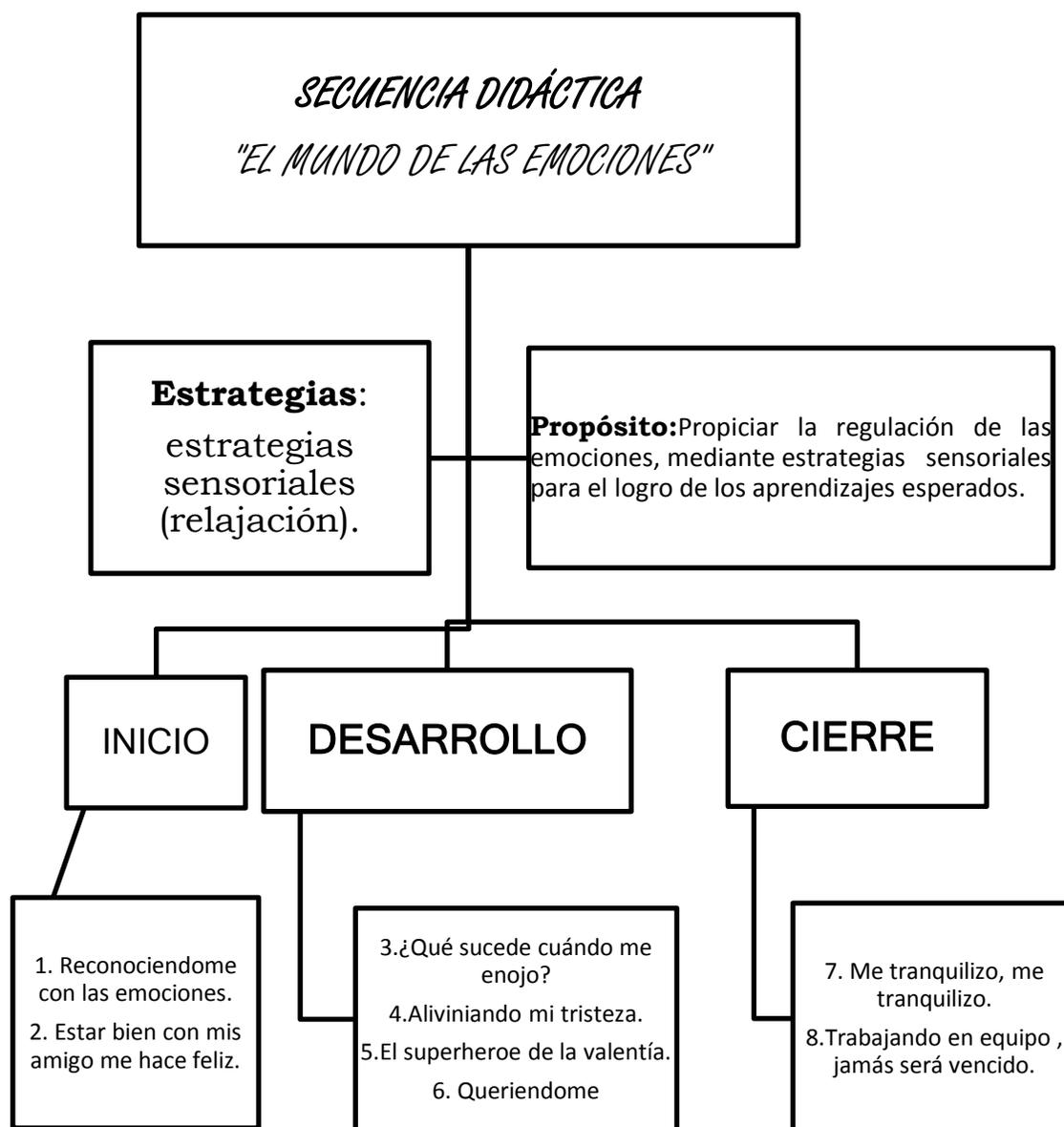


Figura 6. Secuencia didáctica del segundo ciclo de la propuesta de intervención.

Anexo K

Tabla 5. Competencias profesionales.

Competencia	Indicadores	Unidad de competencia
1.1 Diseña planeaciones didácticas, aplicando sus conocimientos pedagógicos y disciplinares para responder a las necesidades del contexto en el marco del plan y programas de estudio de la educación básica.	1.1.1	Realiza diagnósticos de los intereses, motivaciones y necesidades formativas de los alumnos para organizar las actividades de aprendizaje.
	1.1.2	Diseña situaciones didácticas significativas de acuerdo a la organización curricular y los enfoques pedagógicos del plan y los programas educativos vigentes.
	1.1.3	Elabora proyectos que articulan diversos campos disciplinares para desarrollar un conocimiento integrado en los alumnos.
	1.1.4	Realiza adecuaciones curriculares pertinentes en su planeación a partir de los resultados de la evaluación
	1.1.5	Diseña estrategias de aprendizaje basadas en las tecnologías de la información y la comunicación de acuerdo con el nivel escolar de los alumnos.
1.2 Aplica críticamente el plan y programas de estudio de la educación básica para alcanzar los propósitos educativos y contribuir al pleno desenvolvimiento de las capacidades de los alumnos	1.2.1	Establece relaciones entre los principios, conceptos disciplinares y contenidos del plan y programas de estudio de la educación básica.
	1.2.2	Aplica metodologías situadas para el aprendizaje significativo de las diferentes áreas disciplinares o campos formativos.
	1.2.3	Emplea los recursos y medios didácticos idóneos para la generación de aprendizajes de acuerdo con los niveles de desempeño esperados en el grado escolar.

Fuente: Acuerdo 650. (2021) *Competencias profesionales y unidades de competencia con las cuales se relaciona mi dificultad.*

Anexo L

Tabla 6. Aprendizajes esperados del área de desarrollo personal y social Educación Socioemocional.

O. C. 1	O. C. 2	Indicadores	Aprendizajes Esperados
2.1 Autoconocimiento	2.1 Autoestima	2.1.1.1	Reconoce y expresa características personales: su nombre, cómo es físicamente, qué le gusta, qué no le gusta, qué se le facilita y qué se le dificulta.
2.2 Autorregulación	2.2.1 Expresión de las emociones	2.2.1.1	Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo, y expresa lo que siente.
		2.2.1.2	Dialoga para solucionar conflictos y ponerse de acuerdo para realizar actividades en equipo.
2.3 Autonomía	2.3.1 Iniciativa personal	2.3.1.1	Reconoce lo que puede hacer con ayuda y sin ayuda. Solicita ayuda cuando la necesita.
		2.3.1.2	Elige los recursos que necesita para llevar a cabo las actividades que decide realizar.
		2.3.1.3	Realiza por sí mismo acciones de cuidado personal, se hace cargo de sus pertenencias y respeta las de los demás.
	2.3.2 Toma de decisiones y compromiso.	2.3.2.1	Persiste en la realización de actividades desafiantes y toma decisiones para concluir las.
2.4 Empatía	2.4.1 Sensibilidad y apoyo hacia otros	2.4.1.1	Reconoce cuando alguien necesita ayuda y la proporciona.
		2.4.1.2	Reconoce y nombra características personales y de sus compañeros.
		2.4.1.3	Habla de sus conductas y de las de otros, y explica las consecuencias de algunas de ellas para relacionarse con otros.
2.5 Colaboración	2.5.1 Comunicación asertiva	2.5.1.1	Se expresa con seguridad y defiende sus ideas ante sus compañeros.
		2.5.1.2	Colabora en actividades del grupo y escolares, propone ideas y considera las de los demás cuando participan en actividades en equipo y en grupo.
	2.5.2 Inclusión	2.5.2.1	Convive, juega y trabaja con distintos compañeros.
		2.5.2.2	Propone acuerdos para la convivencia, el juego o el trabajo, explica su utilidad y actúa con apego a ellos.
		2.5.2.3	Habla sobre sus conductas y las de sus compañeros, explica las consecuencias de sus actos y reflexiona ante situaciones de desacuerdo.

Fuente: ACEIEP(2017, p.318).

Anexo M

Jardín de Niños "Magdalena Camacho de Luna"
 Grado: tercero grado, grupo "C"
 Número de alumnos: 25
 Docente en formación: Brenda Guadalupe González Marcos
 Gráfica de resultados del diagnóstico grupal del área de Educación Socioemocional

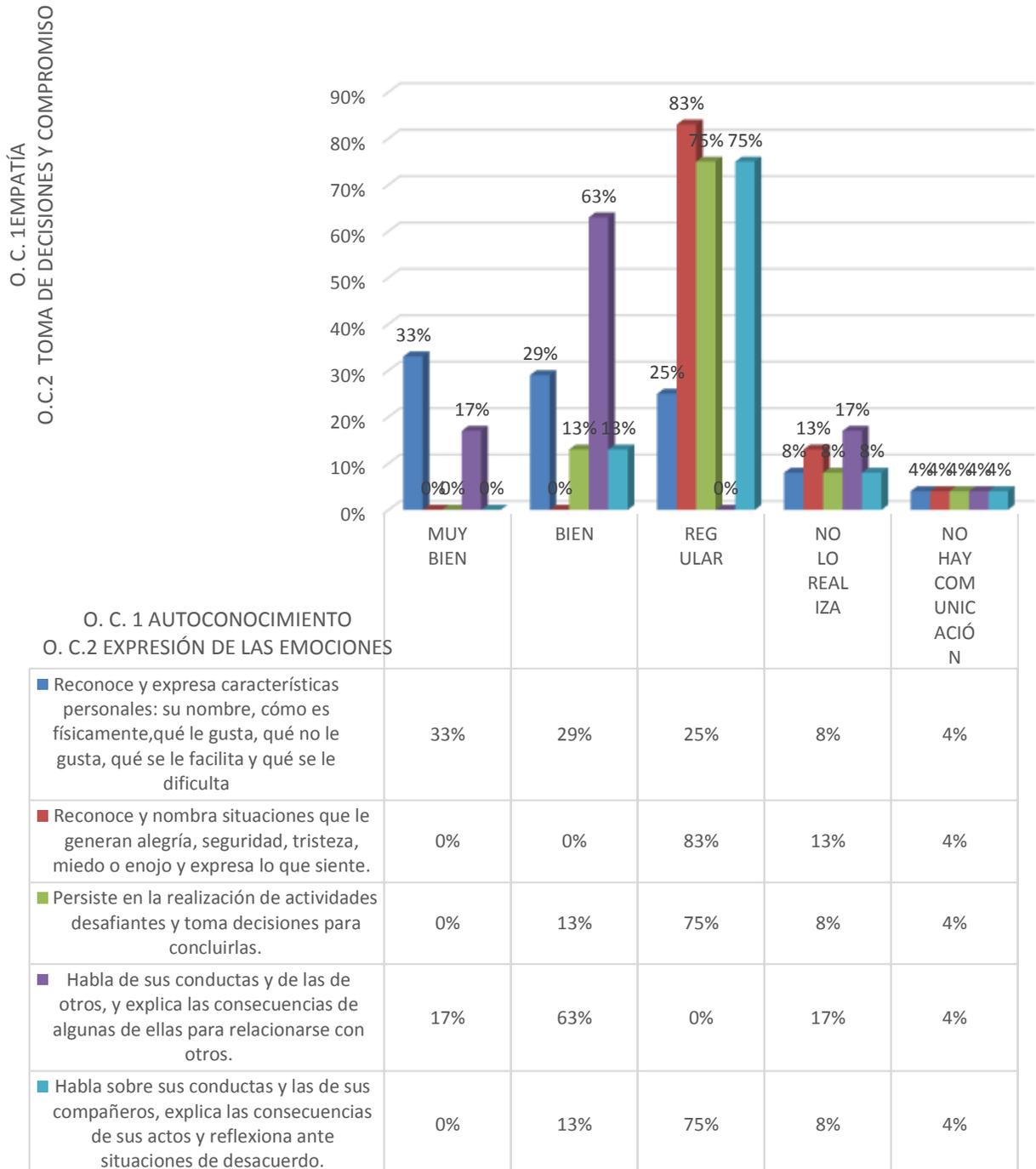


Figura 7. Gráfica de resultados del diagnóstico grupal del área de Educación Socioemocional.

Anexo N



Figura 8. Emocionario que contiene las emociones abordadas en la propuesta de intervención, siendo: alegría, enojo (dividida en dos sesiones, siendo la calma, tristeza, miedo, afecto y como producto de todas las emociones anteriores, se encuentra la empatía.

Anexo Ñ

Tabla 7. Escala de apreciación.

JARDIN DE NIÑOS: Magdalena Camacho de Luna Titular del grupo: Adriana Pozas Arellano Docente en formación: Brenda Guadalupe González Marcos Grado: tercero Grupo: "C" Número de Alumnos: 25		
---	--	--

ESCALA DE APRECIACIÓN

Instrucciones: Colocar el número que corresponda según los niveles de logro, siendo: 4 Muy bien, 3 Bien, 2 Regular y 1 No lo realiza.

Evaluación						
Nombre Alumno. Criterios	Conceptual		Procedimental	Actitudinal		observaciones
	Menciona como se siente.	Reconoce sus emociones en diversas situaciones.	Realiza las indicaciones solicitadas.	Se muestra de forma participativa.	Respeto la participación de sus compañeros.	
1.						
2.						

Fuente: basada en la aplicación de la propuesta de intervención.

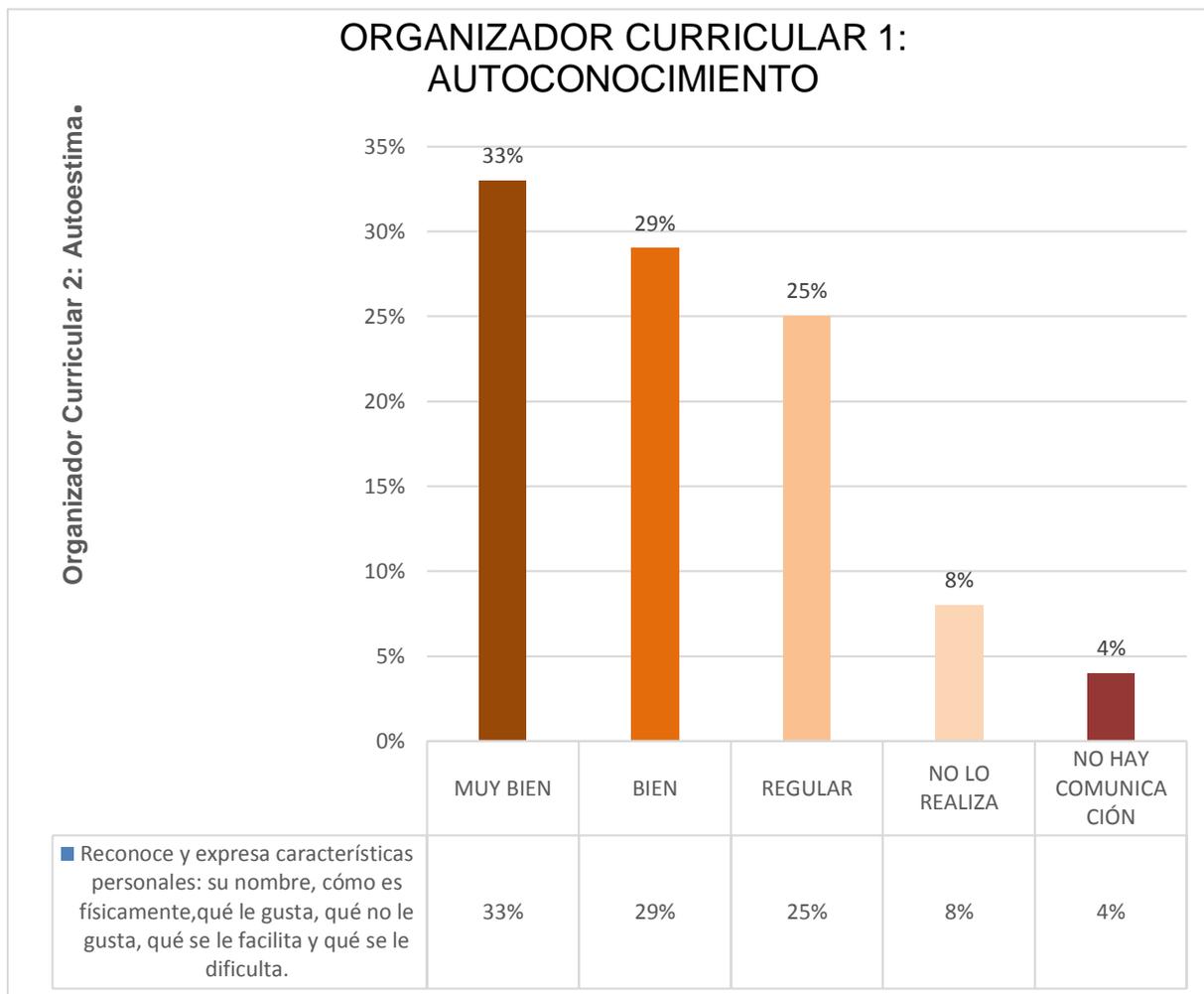


Figura 9. Gráfica que muestra los porcentajes obtenidos del nivel de desempeño de los aprendizajes esperados del área de desarrollo personal y social Educación Socioemocional bajo cuatro indicadores de desempeño del O. C. 1: Autoconocimiento.

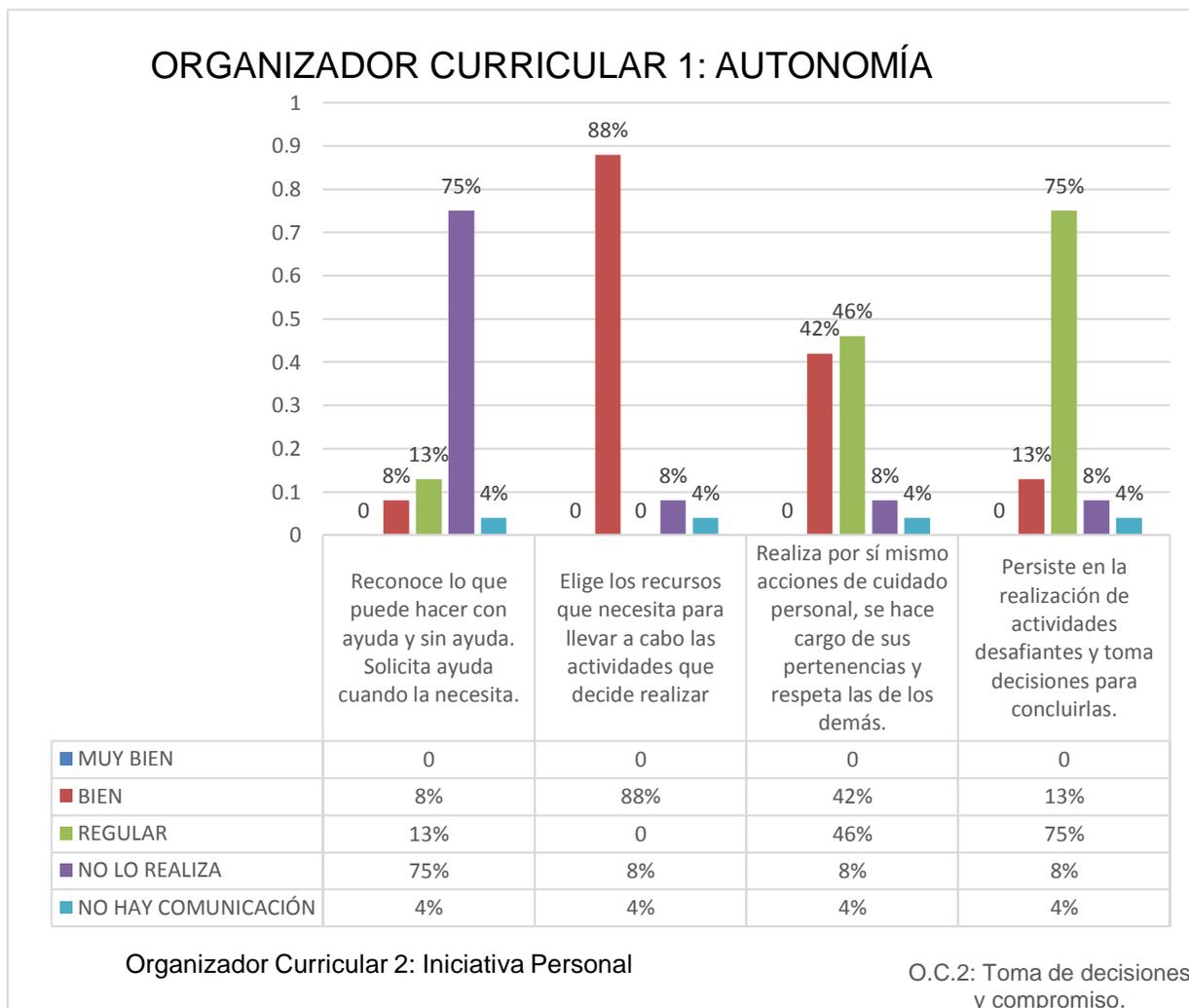


Figura 10. Gráfica que muestra los porcentajes obtenidos del nivel de desempeño de los aprendizajes esperados del área de desarrollo personal y social Educación Socioemocional bajo cuatro indicadores de desempeño del O. C. 1: Autonomía.

Anexo Q

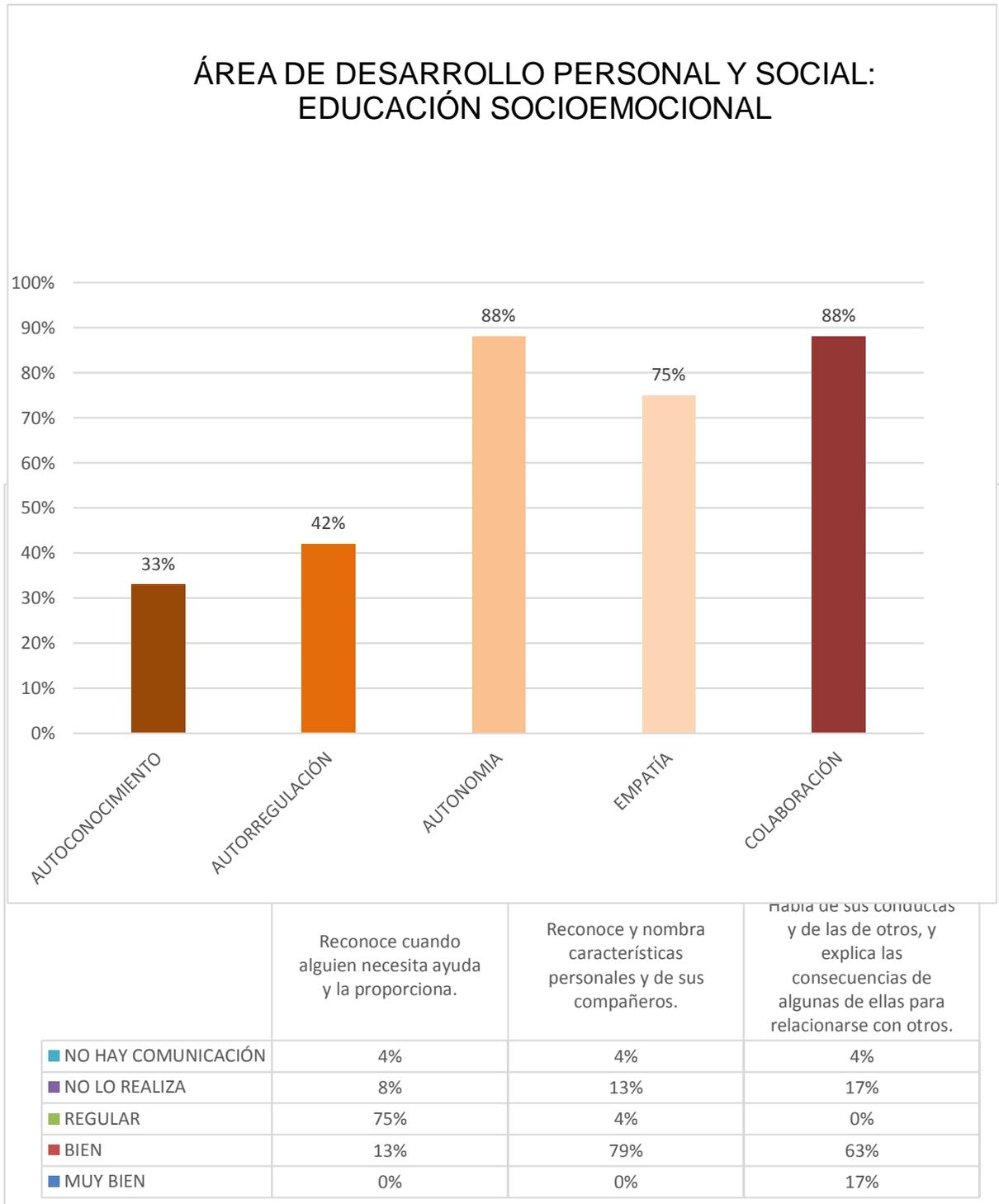


Figura 11. Gráfica que muestra los porcentajes obtenidos del nivel de desempeño de los cinco Organizadores Curriculares 1 que constituye en área de desarrollo personal y social Educación Socioemocional.

Anexo R

Tabla 8. Cuento de la sesión de “Yorch el súper héroe”

Postura inicial: flor de loto.



Érase una vez en un pueblito en las montañas donde vivía un niño llamado Yorch. Yorch jugaba mucho con las hojas de los árboles, las flores, las piedras, el río... ¡Le gustaba muchísimo jugar con los elementos que le ofrecía la naturaleza! ¡Tenía tantos materiales como quisiera!

Yorch era conocido por usar una capa que le había regalado su abuelita y un antifaz que había hecho en la escuela, siempre le gustaba ayudar a los abuelitos a pasar la carretera, a salvar a los animalitos cuando estaban en peligro, a su mamá en las tareas del hogar, a sus maestros en la escuela, a sus compañeros en las tareas de clase y entre otras cosas más y nada le daba miedo, por lo que la gente lo denominó como “Yorch el súper héroe” Haciendo que todas las noches soñará que él era un **superhéroe que volaba** en por las nubes como súper man.



El pueblo también tenía un **columpio**, donde Yorch se columpiaba desde la mañana hasta la tarde, parando solamente para comer. El columpio era de agrado de todos los niños del pueblo. Y Yorch, algunas veces jugaba sólo y otras se columpiaba con ayuda de algún amigo.



Un día Yorch escucho que alguien pedía ayuda y esos gritos provenían del columpio, por lo que corrió y corrió, hasta llegar a un largo y estrecho **punte** de piedra donde había muchos peces que saltaban en el río, pero a él le daba mucho miedo el agua, haciendo con esto que le fuera imposible el pasar por el pavor que tenía, pero sabía que tenía que ayudar. Así que regreso corriendo a casa de nuevo, tomo su capa y su antifaz



y eso le dio el valor para poder pasar dicho puente y poder ayudar a la niña que pedía ayuda, desde ese entonces él los denominó como la capa y el antifaz de la valentía.

El paraje en el que vivía era tranquilo, podía correr desde su casa, atravesar el puente y balancearse en el columpio sin miedo a los coches, autobuses, etc. Y esperar allí a que viniese algún amigo. Desde el columpio Yorch podía ver tres árboles que conforman un **triángulo**. Un enorme triángulo verde lleno de hojas en primavera y verano y desnudo donde solamente se le veían las ramas en otoño e invierno.



Un día de primavera Yorch corrió al columpio, deseoso de balancearse en el hasta marearse. Se sentó de un salto en el asiento y comenzó mover las piernas de arriba abajo... y mientras estaba en este movimiento miró hacia los árboles repletos de hojas, y ¡he ahí su sorpresa cuando encima de los árboles vio un nido! Se quedó mirando por un largo tiempo hasta que por fin vino el pajarito que lo había construido, ¡era una **cigüeña!**



A partir de aquel día, siempre que Yorch corría para saltar sobre el columpio, lo que en realmente deseaba era volver a ver a la cigüeña. Después de la realización de todas las posturas, la docente invitará a los alumnos a tumbarse boca arriba y con los ojos cerrados en las esterillas. Con voz tranquila y suavemente comenzará: Tumbados con los ojos cerrados, nos sentiremos como una **nube**.



Fuente: propia basada en las recomendaciones de Oaklander (2012). Ventanas a nuestros niños. Terapia Gestalt para niños y adolescentes. (p. 23)

Anexo S

1

El libro del miedo

Fecha: 02/04/2022

Nombre del alumno: Yaneli Rubi MONTAÑA

Instrucciones: dibujar en el primer cuadro aquello a lo que le tienes miedo, y así mismo, dibujarte en el segundo cuadro con tu vestuario de la valentía para superar ese miedo (capa y antifaz).

Yo le tengo miedo a:	Pero yo enfrento ese miedo cuando:
	

Figura 12. Trabajo de Yaneli en el libro del miedo, expresando que ella tiene miedo cuando la dejan sola, pero ella enfrenta eso buscando una compañía.

Anexo T

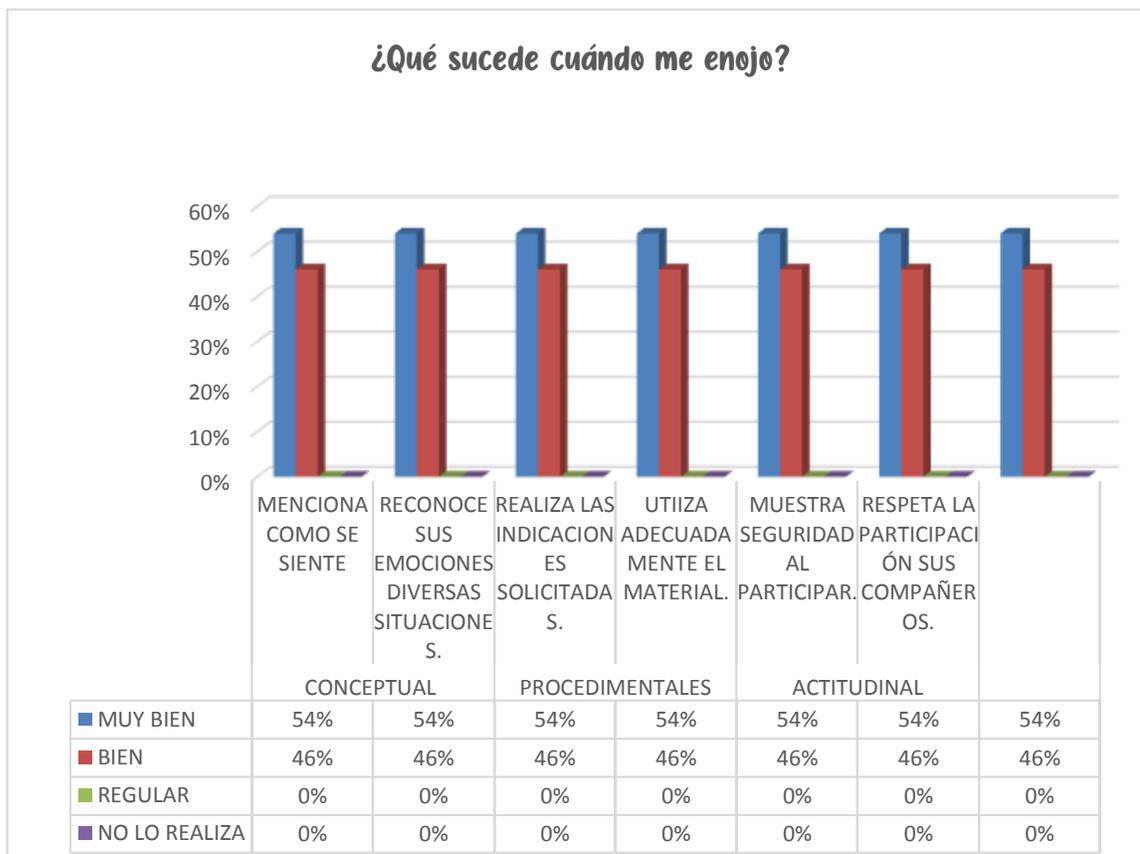


Figura 13. Gráfica que corresponde a los resultados de la evaluación de la actividad: ¿Qué sucede cuando me enojo?, con un total de 14 alumnos.

Anexo U

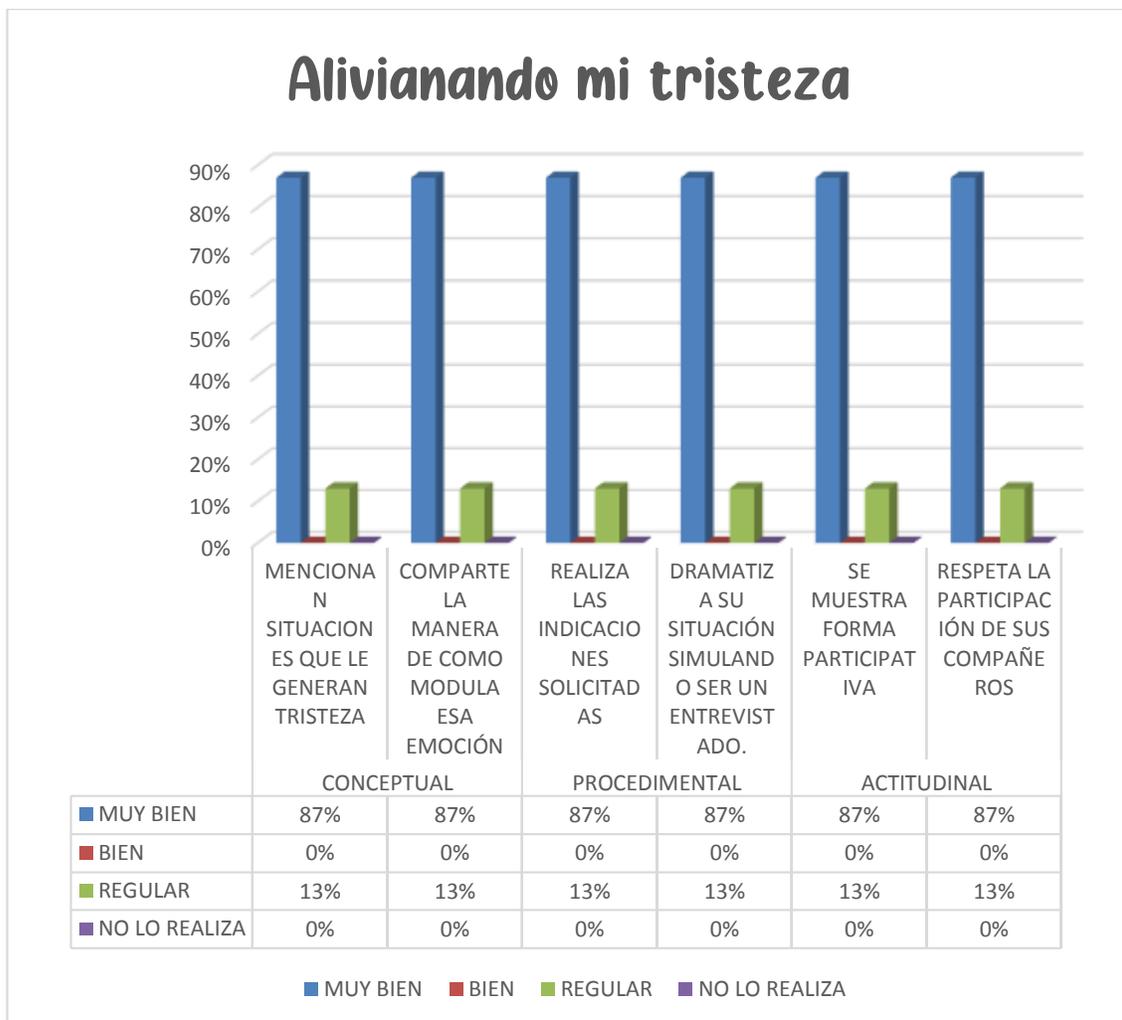


Figura 14. Resultados de la evaluación de la actividad “Alivianando mi tristeza”, con un total de 15 alumnos.

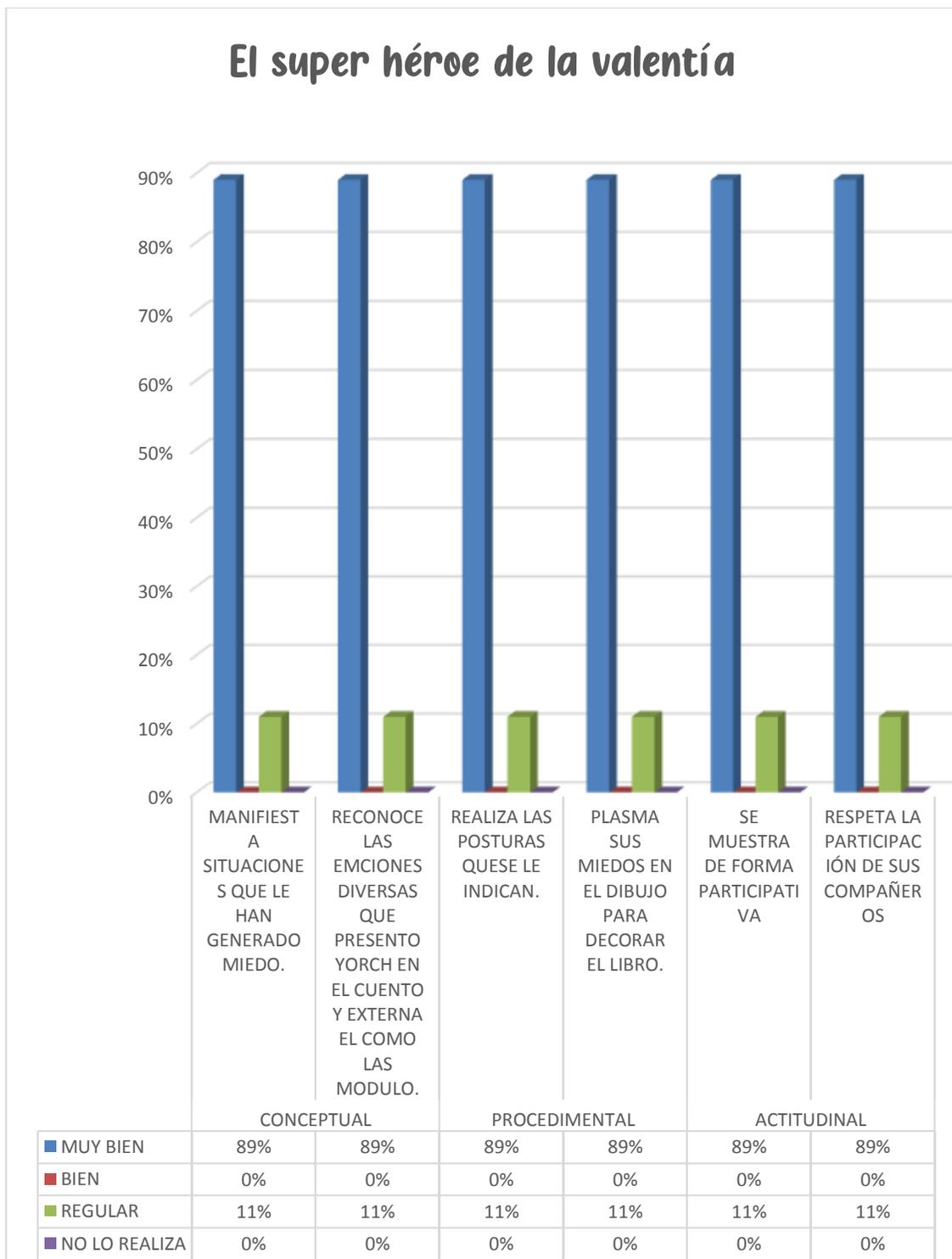


Figura 15. Evaluación de la actividad “El súper héroe de la valentía” con un total de 19 niños.



"2022. Año del Quicentenario de Toluca, Capital del Estado de México".

ESCUELA NORMAL DE CAPULHUAC

**ASUNTO: CARTA DE ACREDITACIÓN
DEL TRABAJO DE TITULACIÓN.**

Capulhuac, México, a 04 de julio de 2022.

C. BRENDA GUADALUPE GONZÁLEZ MARCOS
NÚMERO MATRÍCULA 181519110000
P R E S E N T E

Con fundamento en Capítulo V Acreditación, Numeral 5.7 Acreditación del trabajo de titulación, inciso c, de las "Normas específicas de control escolar relativas a la selección, inscripción, reinscripción, acreditación, regularización, certificación y titulación de las licenciaturas para la formación de docentes de educación básica, en la modalidad escolarizada (Planes 2018)" (SEP 2018:17) y en mi calidad de asesor, por este medio informo a usted que, una vez concluido el documento en la modalidad de **Tesis de investigación** que lleva por título: **La regulación de emociones mediante estrategias sensoriales con niños de tercer grado de preescolar** y en razón de lo anterior se le asignarán los créditos correspondientes al trabajo de titulación (10.8 créditos) de acuerdo con el plan y programas de estudio 2018 de la Licenciatura en Educación Preescolar.

ATENTAMENTE

MAESTRA MARÍA DEL CARMEN MEDINA CUEVAS
ASESOR



VO. BO.

DOCTOR JUAN JESÚS CARDOSO HERNÁNDEZ
DIRECTOR DE LA ESCUELA NORMAL

c.c.p. Departamento de Control Escolar de la Escuela Normal.

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN SUPERIOR Y NORMAL
DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN NORMAL
SUBDIRECCIÓN DE ESCUELAS NORMALES
ESCUELA NORMAL DE CAPULHUAC