



GOBIERNO DEL  
ESTADO DE MÉXICO

**EDOMÉX**  
DECISIONES FIRMES, RESULTADOS FUERTES.

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

## ESCUELA NORMAL No. 3 DE NEZAHUALCÓYOTL LICENCIATURA EN EDUCACIÓN PREESCOLAR



### ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS PARA EL FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES EN TIEMPOS DE PANDEMIA

TESIS DE INVESTIGACIÓN

Que para obtener el Título de  
Licenciada en Educación Preescolar

P R E S E N T A

Osorio Ruiz Alma Rosa

Asesora: Dra. Nanci Villegas Tapia

Cd. Nezahualcóyotl, Estado de México, 22 de Julio de 2021



**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN**  
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN BÁSICA Y NORMAL  
DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN NORMAL Y FORTALECIMIENTO PROFESIONAL  
SUBDIRECCIÓN DE EDUCACIÓN NORMAL  
ESCUELA NORMAL No. 3 DE NEZAHUALCÓYOTL

SAN MATEO Y NARVARTE S/N COL AMPL. VICENTE VILLADA, NEZAHUALCÓYOTL, MÉX., C.P. 57710  
TELS. (01 55) 57 97 16 43  
[Normal3neza@edugem.gob.mx](mailto:Normal3neza@edugem.gob.mx)  
C.C.T. 15ENL0022R

## AGRADECIMIENTOS

Quiero expresar mi gratitud a mis maestros de la Escuela Normal No.3 de Nezahualcóyotl, aquellos que con su esencia humanista me inspiraron para no redirme en este proceso académico. De igual manera a la subdirectora Anabel y a la profesora Abigail quienes fueron un punto clave para desarrollar esta investigación, por sus consejos, sus enseñanzas y su personalidad como docentes para inspirarme a ser mejor.

A mis padres, principalmente a mi mamá Rosa María, que con su paciencia, amor, comprensión y esfuerzo me ha permitido cumplir mi meta, por inculcarme el valor de la perseverancia y la valentía para superar cualquier obstáculo.

A mi hijo Xavier Adael le agradezco su espera durante el proceso, por ser mi motor principal y darme la fuerza suficiente para continuar día a día y llegar a culminar mi meta.

A mis hermanos Estefanía y Eduardo por su cariño, apoyo incondicional y por acompañarme en todo momento, por sus consejos oportunos, así como confiar en mí para concluir mi proceso.

A mi abuelita Isaura, a mi tía Lidia, a mi prima Daniela, a mi cuñado José y a la familia Ruiz, por su amor, apoyo incondicional y por brindarme los medios suficientes para poder desarrollarme intelectualmente y moralmente.

A mi segunda familia a el señor Francisco Javier, a la señora Natalia y a la señora Elena quienes me brindaron las posibilidades para seguir estudiando, gracias por su amor, protección y confianza.

Finalmente, y no menos importante a mis amigas Paty, Maryfer, Jacqueline, Ana y Jaqueline, asimismo a mí amigo Daniel, gracias por todo su apoyo en momentos donde más los necesite, por su tiempo, comprensión y por el amor brindado cada día durante este tiempo.

# ÍNDICE

Introducción .....	7
1.1. Planteamiento del problema .....	9
1.1. Pregunta de investigación.....	19
1.2. Objetivos.....	19
Capítulo II. Marco teórico .....	20
2.2. Emociones y su fisiología .....	20
2.2.1. Funciones de las emociones.....	21
2.2.2. Emociones básicas .....	22
2.2.3. Teoría de las inteligencias múltiples de Howard Gardner.....	28
2.2.4. Teoría de la inteligencia emocional de Daniel Goleman .....	29
2.2.5. La educación emocional en la etapa infantil.....	30
2.2.6. Sistema límbico o cerebro emocional.....	32
2.3. Teorías del desarrollo de las habilidades socioemocionales.....	39
2.3.1. El desarrollo socioemocional del niño desde el enfoque social: Teoría sociocultural de Lev Vygotsky.....	39
2.3.2. El desarrollo socioemocional del niño desde el enfoque cognitivo: Teoría del desarrollo cognitivo de Jean Piaget .....	40
2.4. Las habilidades socioemocionales en los niños.....	41
2.5. Estrategias didácticas.....	46
2.5.1. Aprendizaje con los otros.....	47
2.5.2. Aprendizaje a través del juego .....	47
2.5.3. Tipos de juego .....	48
2.5.4. Mindfulness.....	50
2.5.5. Resolución de problemas.....	51
2.5.6. La experimentación.....	51
2.5.7. Artes visuales .....	52
Capítulo III. Metodología .....	54
3.1. Enfoque de la investigación .....	54
3.1.1. Fase preparatoria.....	56
3.1.2. Fase de trabajo de campo .....	56
3.1.3. Fase analítica .....	56
3.1.4. Fase informativa .....	57
3.2. Investigación acción .....	57
3.3. Población .....	59
3.4. Sujetos de Estudio.....	60
3.5. Propuesta del modelo de intervención: Plan de acción.....	60

3.6. Segunda fase: Propuesta de mejora a plan de acción .....	72
3.6. Implementación del plan de acción: Trabajo de campo .....	80
En seguida se hace una breve presentación sobre cómo se llevó a cabo el desarrollo de las dos fases de investigación durante su implementación:.....	80
3.6.1. Fase 1.....	80
3.6.2 Fase 2.....	81
Capítulo IV. Resultados .....	83
4.1. Categoría autoestima con las estrategias didácticas: las artes visuales .....	83
4.2. Categoría de autonomía con estrategias didácticas: resolución de problemas y artes visuales .....	84
4.3. Categoría de conciencia emocional con estrategias didácticas: juego dramático y el mindfulness .....	88
4.4. Categoría de habilidades sociales con estrategias didácticas de: juego de reglas, juegos a través del lenguaje aprendizaje con otros y experimentación.....	95
4.5. Categoría de empatía con estrategias didácticas de: aprendizaje con otros y juego simbólico .....	101
4.6. Categoría habilidades para la vida y el bienestar con estrategias didácticas: experimentación y juego en movimiento.....	106
Conclusión.....	113
Referentes .....	114

## ÍNDICE TABLAS

Tabla 1. Clasificación de las emociones por autores.....	25
Tabla 3. Habilidades socioemocionales .....	45
Tabla 4. Plan de acción .....	61
Tabla 5. Propuesta de mejora.....	72

## ÍNDICE FIGURAS

Figura 1. Sistema límbico.....	34
Figura 2. Proceso de investigación cualitativa.....	55
Figura 3. Esquema del espiral de ciclos de la investigación-acción .....	58
Figura 4. Escultura de su compañero Rodrigo .....	84
Figura 5. Escultura de su compañero José .....	84
Figura 6. La trayectoria de un mapa .....	85
Figura 8. Contando con ábaco.....	86
Figura 7. Realiza palitos para contar.....	86
Figura 9. Los alumnos separan sus colecciones de acuerdo a lo que se les pide .....	87
Figura 11. La escultura del caballo .....	88
Figura 10. La escultura del gato.....	88
Figura 12. Imitación de la emoción del miedo .....	89
Figura 13. Alumna expresándose a partir del baile .....	90
Figura 14. Alumno expresa la emoción de manera facial .....	90
Figura 15. Expresión de su emoción ante la música .....	90
Figura 16. Pintura “El grito” .....	92
Figura 17. Pintura “Maravillosa” .....	93
Figura 18. Pintura “Los lobos de la montaña” .....	93
Figura 19. Pintura “El arcoíris de Mateo”.....	93
Figura 20. Pintura “Donde viven los patos” .....	93
Figura 21. Técnica respiración de la abejita.....	95
Figura 22. Técnica compañero de respiración. ....	95
Figura 23. Técnica nos convertimos en ranitas .....	95
Figura 24. Técnica comiéndonos un chocolate .....	95
Figura 25. Acuerdos de casa y clases virtuales .....	96
Figura 26. Acuerdos sobre la sana convivencia .....	96
Figura 27. El chiste de la iguana .....	98
Figura 28. Poema un amigo es .....	99
Figura 29. Murice y José cuando jugaban.....	100
Figura 30. Experimento del hielo.....	101
Figura 31. Registro del método POE .....	101
Figura 32. Noticias agradables .....	103
Figura 33. Noticias desagradables.....	103
Figura 34. Dibujo barriendo en casa .....	105
Figura 35. Dibujo ayudando a sus abuelitos.....	105

Figura 36. Germinación de la semilla de jitomate.....	106
Figura 37. Dibujo barriendo en casa .....	106
Figura 38. El alumno muestra el crecimiento que ha tenido su planta de jitomate.....	107
Figura 39. Las mascotas de los alumnos .....	108
Figura 40. Registro de cuidados de mascotas .....	108
Figura 41. Acta del cuidado del planeta .....	110
Figura 42. Ruleta del plato de bien comer.....	111
Figura 43. Realización de su receta.....	111
Figura 44. Estación del zig-zag.....	112
Figura 45. Comentarios de los alumnos.....	112

## Introducción

La Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE, 2016), destaca la idea de que “Los padres, docentes y empleados saben que los niños talentosos, motivados, movidos por objetivos y de espíritu de grupo tienen más posibilidades de sobrellevar las diversas situaciones de la vida” (p. 11). Por lo que la educación basada en las habilidades socioemocionales brinda mayor apertura a que los alumnos enfrenten cualquier reto.

Lo que conlleva a ofrecer una estructuración del currículo en donde se pueda trabajar desde la infancia las habilidades socioemocionales, aquellas dirigidas por los documentos oficiales en México. Como es el caso de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos que como principal ley rige algunos derechos involucrados con las habilidades sociales y emocionales y a su vez se encontrarán las leyes secundarias que se adjuntan a ella.

Un claro ejemplo es La Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes (LGDNNA, 2014) que ve a las niñas y niños como “Seres que tienen derecho a vivir en un ambiente sano y sustentable, en las condiciones que permitan su desarrollo, bienestar, crecimiento saludable y armonioso, tanto físico como mental, material, espiritual, ético, cultural y social” (p.26). Por ello desde este enfoque la Secretaría de Educación Pública trabaja en la construcción de un ciudadano libre y con derechos. Como lo refiere la Secretaría de Educación Pública (SEP, 2017) en el plan y programa Aprendizaje Clave para la Educación Integral, “Desde este enfoque humanista, la educación tiene la finalidad de contribuir a desarrollar las facultades y el potencial de todas las personas, en lo cognitivo, físico, social y afectivo, en condiciones de igualdad” (p.29).

Con lo que busca a través de planes y programas que los alumnos sean capacitados para ser ciudadanos en el que puedan desarrollar sus habilidades socioemocionales que contribuyan a su pleno desenvolvimiento en un futuro. Como lo menciona la SEP (2017) “Para que el alumno de educación básica logre una formación integral, la

formación académica debe completarse con el desarrollo de otras capacidades humanas” (p.112).

Por lo tanto, en las siguientes páginas se muestran los temas que acontecen sobre las habilidades socioemocionales. En el capítulo primero se presenta la problematización de esta investigación de acuerdo a lo que a nivel mundial se está implementado hasta llegar a nivel zona. Se muestra la pregunta de investigación, las preguntas colaterales, el objetivo general y los particulares.

En el capítulo segundo se desarrolla el marco teórico de acuerdo con las emociones y su fisiología, en las que se especifica su clasificación, de qué manera se presenta, su importancia en la educación y como se estructura en el cerebro. Asimismo, las teorías sobre el desarrollo de las habilidades socioemocionales y las estrategias didácticas en nivel preescolar.

En el capítulo tercero se mencionan aspectos relacionados con el enfoque y la metodología, se hace referencia a la población, el sujeto de estudio y a la estructura del primer y segundo plan de acción con la mejora en el segundo ciclo a través de los resultados obtenidos. Por último, se tiene el capítulo cuatro en donde se establecen los resultados de la investigación de acuerdo a los dos ciclos de la investigación-acción.

# Capítulo I. Problemática

## 1.1. Planteamiento del problema

Los niños requieren de habilidades cognitivas, sociales y emocionales para tener éxito en la vida moderna. A través de éstas se percibe la perseverancia, la sociabilidad y la autoestima, que a su vez han demostrado mejores condiciones en la salud, en un bienestar subjetivo y menores posibilidades de problemas de conducta.

Algunas de las habilidades socioemocionales pueden ser maleables durante la primera infancia y la adolescencia, lo que permite a los responsables de la elaboración de políticas, docentes y padres de familia la oportunidad de propiciar entornos de aprendizaje adecuados. Es así que durante el 23 y 24 de marzo del 2014 los responsables de la elaboración de políticas, entre los que se incluyen once ministros y viceministros de educación analizaron la siguiente pregunta “¿Cuáles son las habilidades que impulsan el bienestar y progreso?” En la reunión ministerial informal de la OCDE se dialogó sobre la temática habilidades para el progreso social celebrado en San Pablo, Brasil, en ella se abordó la necesidad de desarrollar un niño completo”, dotado de una serie equilibrada de habilidades cognitivas, sociales y emocionales que a su vez le permitan enfrentar los desafíos que se presenten en el siglo XXI.

Sin embargo, hay diferentes posturas entre los países y las jurisdicciones locales en cuanto a la disponibilidad de políticas y programas concebidos para medir y aumentar habilidades sociales y emocionales. En la misma reunión se estableció que existe la probabilidad de que los docentes y padres no sepan con exactitud los esfuerzos realizados para desarrollar estas habilidades, así como de la forma en que se dan los resultados. Por ese motivo se preguntan si los interesados en la educación pueden hacer más para desarrollar y movilizar mejor esas habilidades.

Desde esta mira internacional se puede ver reflejada la importancia que se le brinda a las habilidades sociales y emocionales establecidas por su relevancia, asimismo su incorporación en las políticas y programas de cada país. Ya que por las evidencias obtenidas de estudios longitudinales en nueve países de la OCDE se muestra que las habilidades cognitivas, sociales y emocionales tienen un papel significativo en la mejora de los resultados económicos y sociales. Esto pone en manifiesto que mientras se incrementa los niveles de habilidades sociales y emocionales, como, por ejemplo; la perseverancia, la autoestima, la sociabilidad, etc. Se puede tener un efecto significativo con relación a los resultados ya sea de salud y bienestar, así como la reducción de comportamientos antisociales.

Sin embargo, se destaca la idea de que las habilidades sociales y emocionales no tienen un papel aislado ya que interactúan a su vez con las habilidades cognitivas, lo que permite que se estimulen unas con otras y puedan mejorar la probabilidad de que los niños obtengan resultados más convenientes en el futuro. El desarrollo de estas habilidades se puede expandir en las propuestas de actividades dentro de los campos que se tiene, considerando que las “habilidades generan habilidades” por lo que las políticas y los programas educativos deben propiciar la coherencia entre los contextos de aprendizajes en los que interactúa el alumno (la familia, escuela y comunidad) y su etapa de progreso escolar.

Al igual que la OCDE, La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) y El Instituto Mahatma Gandhi de Educación para la Paz y el Desarrollo Sostenible (MGIEP) dan a conocer su enfoque con la premisa de que la educación debe de incluir el aprendizaje de habilidades sociales y emocionales en las cuales las personas reconozcan y regulen sus emociones, identifiquen un propósito positivo, demuestren empatía por los demás y emprendan acciones constructivas para promover el florecimiento humano. Se centran en la educación para la paz y el desarrollo sostenible, buscando además reorientar los espacios de aprendizaje que promuevan estilos de vida sostenibles, una cultura de no violencia y una apreciación de la diversidad cultural. Su visión radica en transformar la educación para la humanidad mediante la construcción del aprendizaje social y emocional. Pues

creen que para aprender se necesita impulsar la curiosidad, además debe ser relevante para el alumno y divertido.

En México, como en otros países, el reconocimiento y la incorporación de las habilidades socioemocionales han sido a través de las leyes primarias y secundarias. Por su parte la ley primaria está establecida por la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, que en su artículo 3º se norma que la educación se basará en el respeto irrestricto de la dignidad de las personas, con un enfoque de derechos humanos y de igualdad sustantiva. Con el propósito de que se pueda desarrollar el individuo en todas sus facultades y se fomente el respeto a todos los derechos, libertades, la cultura de paz y la conciencia de la solidaridad internacional, en la cual se promueva la honestidad, los valores y la mejora continua del proceso de enseñanza aprendizaje. Particularmente en su inciso h) modificado en el año 2019, se establece que la educación deberá ser integral, se centra en educar para la vida y con el objetivo de desarrollar capacidades cognitivas, socioemocionales y físicas que permita al individuo alcanzar su bienestar. Lo que da pauta a que las leyes secundarias complementen con estos objetivos, una de ellas es la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes publicada el 4 de diciembre de 2014. Esta ley de orden público reconoce a las niñas, niños y adolescentes como personas de derecho y asimismo para el goce de ellos, de acuerdo con los principios de universalidad, interdependencia, indivisibilidad y progresividad. Lo que significa que todas las niñas, niños y adolescentes tienen los mismos derechos sin distinción de ninguna clase (sexo, origen, condición social, nivel educativo, etc.) y que la falta de uno de ellos impacta en los demás negativamente en su cumplimiento, por lo que el disfrute de un solo derecho no puede privilegiar ya que todos tienen la misma jerarquía y por consiguiente si el Estado reconoce algún derecho este no puede restringir sino ampliarlo. El reconocer y hacer valer los derechos da pauta a que se adapte una forma de vida diferente para todos los integrantes de la sociedad. De esto depende que se vayan construyendo familias, comunidades y un país más pacífico, plural, democrático, donde cada persona tome en cuenta que los niños, niñas y adolescentes pueden opinar conforme a su edad, desarrollo evolutivo, cognoscitivo y madurez. Las

habilidades emocionales y sociales están integradas en los derechos, principalmente con las condiciones de bienestar y en el desarrollo integral. Como lo señala la LGDNNA, las niñas y niños tienen derechos que lo hacen acreedores de tener una vida sana, con un desarrollo armonioso en todos los sentidos. Por lo tanto, se entrelazan con el derecho de educación, esté desde su enfoque de calidad, puesto que se basa en atender las propias necesidades de los niños, niñas y adolescentes, garantizado el respecto a su dignidad humana, el desarrollo de sus potencialidades, personalidad y fortaleciendo sus libertades fundamentales.

Con la intención de retomar los elementos resaltados conforme al desarrollo de las niñas y niños y adolescentes la SEP ha implementado diversos planes y programas en educación básica donde se contempla el nivel de preescolar. Estos se estructuran a partir de las propuestas que cada sexenio de gobierno realiza, determinados por la época y de los diversos cambios históricos con sus propios desafíos, exigencias y transformaciones. Es decir, en el año 2004 se establece el programa de educación preescolar, en él se agrupan campos formativos con la finalidad de favorecer en las niñas y niños un sentido positivo, regular sus emociones, que sean capaces de ver sus logros al realizar actividades individuales o en colaboración, de apoyarse entre compañeros y compañeras, resolver conflictos a través del diálogo, reconocer y respetar las reglas en el aula, en la escuela y fuera de ella. Además de adquirir mayor confianza para expresarse, mejorar su capacidad de escucha y enriquecer su lenguaje oral al comunicarse en situaciones variadas, que reconozcan que las personas tienen rasgos culturales distintos (lenguas, tradiciones, formas de ser y de vivir), que resuelvan problemas de manera creativa en las que implique la reflexión, la explicación y la búsqueda de soluciones, que participen en situaciones de experimentación para abrir oportunidades en las que intercambien opiniones del proceso de transformación del mundo natural y social, que adquieran actitudes para la preservación del medio ambiente y de la sensibilidad, la iniciativa, la imaginación y la creatividad.

Paralelamente en el año 2011 se elabora el “Programa de Estudios 2011 Guía para la Educadora”, en el cuál se retoman los mismos campos formativos, su enfoque no cambia en el campo formativo de “Desarrollo personal y social”, asimismo como el

Programa 2004 se buscaba la construcción de la identidad personal y las relaciones interpersonales. La primera se asociaba con el reconocimiento de sus cualidades y capacidades al sensibilizarse con los otros, al actuar con confianza y control en reglas para la regulación de su conducta y la segunda parte se conformaba en la aceptación de sus compañeros comprendiendo que todos tiene responsabilidades, derechos, y a ser tratados con respeto, asimismo como el establecimiento de relaciones positivas basados en el entendimiento, la aceptación y la empatía. Se enfocaba a desarrollar capacidades y actitudes que lograrán un dominio gradual en la formación del auto-concepto, autoestima y al reconocimiento de sus diferentes estados emocionales, al mismo tiempo a la regulación de ellos. Al igual que el promover la colaboración para trabajos en los que implica tomar decisiones en conjunto, el escuchar al otro, sus valores, las normas de convivencia y participación en ellas.

Hasta cierto punto no se establecía el término de una educación socioemocional basada en el desarrollo de habilidades socioemocionales, sin embargo los conceptos se interconectaba en el aprendizaje esperado que se pretendía que los alumnos llegarán alcanzar, aunque en el programa 2011 se daba mayor importancia al proceso cognitivo puesto que en él se destacaban los estándares curriculares como el de español, matemáticas y ciencias que a su vez servían como un referente dentro de la evaluación de los niños.

Es preciso mencionar que se empezó a realizar un replanteamiento en materia curricular en el año 2014, esta organización se presentó a través de la realización de dieciocho foros de consulta y que dio pie a la propuesta del “Nuevo Modelo Educativo 2017” que aún se encuentra vigente. El presente modelo propone no ver a la educación de forma estática sino de una forma para evolucionar, es por eso que el plan y programa Aprendizaje Clave para la Educación Integral tiene un enfoque humanista en el que se busca un equilibrio entre los valores universales y la diversidad de identidades nacionales, locales e individuales. Lo que se pretende es contribuir de acuerdo con lo establecido en el artículo 3° de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, el derecho al desarrollo armónico de los seres humanos. Como lo establece la SEP desde un enfoque humanista para el desarrollo de las facultades de

todas las personas con igualdad en sus derechos. Por lo que este planteamiento educativo busca formar a partir del respeto, la convivencia, la diversidad, el aprecio por la dignidad humana para así evitar prácticas de discriminación y de violencia.

En este plan y programa se hace una modificación en su estructura por un lado se presentan los campos de formación académica los cuales están organizados en tres campos de formación académica: Lenguaje y Comunicación, Pensamiento Matemático y Exploración y Comprensión del Mundo Natural y Social. Así mismo se encuentra la segunda parte que complementa este plan y programa que es el Área de desarrollo personal y social dividida en tres: Artes, Educación Socioemocional y Educación Física. Conviene especificar que se busca que la niña y el niño mediante la educación preescolar se desarrolle de manera integral y no fragmentada con lo emocional y social, puesto que los procesos cognitivos se interrelacionan con las habilidades socioemocionales.

Sin embargo, como ya se había mencionado en cada cambio de gobierno existen iniciativas para mejorar la educación. De este modo se desprende la propuesta de la Nueva Escuela Mexicana (NEM), la cual se centra en la formación integral de niñas, niños y adolescentes para promover el aprendizaje de excelencia, inclusivo, pluricultural, colaborativo y equitativo. Su enfoque se asume desde el humanismo, base filosófica que permite ampliar nuevos horizontes retomando los avances sociales, económicos, científicos y tecnológicos para generar una sociedad justa, libre y de democracia participativa. Uno de sus principios que se relaciona con las habilidades socioemocionales es el respeto de la dignidad humana que contribuye al desarrollo integral de las niñas y niños para que ejerzan sus derechos humanos y el de los demás con base a la igualdad que debe existir entre todos. Asimismo se plantea la promoción de la cultura de la paz, en el cual se busca favorecer el diálogo constructivo, la solidaridad y la búsqueda de acuerdos que limiten la utilización de la violencia y los conflictos y que promueva la convivencia en un marco de respeto a las diferencias y por último el respeto a la naturaleza y el cuidado del medio ambiente que profundice en la sólida conciencia ambiental para la prevención del cambio climático, además de promover el pensamiento crítico, para propiciar ideas nuevas o analizar los patrones

de consumo. Lo que deriva el conseguir que las niñas y niños inicien por su cuidado y amor personal, luego por otras personas y asimismo por los seres vivos que lo rodean para que sean conscientes de la manifestación de vidas en las que se encuentra interconectado, para conseguir que estos aprendizajes modifiquen su actuar a lo largo de su vida.

Desde aquí se puede ver la mirada histórica en la que han transcurrido los planes y programas de la educación preescolar, y cómo a través de ellos se va construyendo y fomentando la importancia de las habilidades socioemocionales, siendo un término utilizado en los últimos años para la mejora de la educación, de un bienestar individual y colectivo para la vida presente y futura de las niñas y niños.

Actualmente por la situación de confinamiento por la COVID-19 que de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) fue declarada como una enfermedad, causada por infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfriado común a enfermedades más graves como el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS) y el síndrome respiratorio agudo severo (SRAS). Este nuevo virus como la enfermedad que provoca eran desconocidos antes de que se estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019. Por lo que la COVID-19 fue declarada por la OMS como pandemia al afectar a muchos países de todo el mundo, principalmente en continentes como Europa y América. Por consiguiente, en México se tuvieron que tomar decisiones drásticas ya que la situación se fue agravando y provocando decisiones repentinas en el ámbito de la educación, es así como el Secretario de Educación Pública Esteban Moctezuma Barragán el 14 de marzo del 2020 anunció un adelanto de las vacaciones de semana santa como medida preventiva para mitigar contagios de la enfermedad nueva por la COVID-19. Lo cual provocó el desbordamiento de posturas de millones de niñas, niños, jóvenes, padres de familia, maestros, directivos y demás implicados en el ámbito educativo, provocando un desequilibrio en la comunicación con cada uno de los actores educativos. La atención fue progresiva, por lo mismo existía la incertidumbre sobre en qué momento se regresaría a las aulas. Sin embargo en los niveles superiores la comunicación por medios digitales fue más fácil en algunos casos, no obstante en educación básica se generó una brecha digital ya que niñas y

niños no tuvieron acceso a ordenadores en su casa por la desigualdad de la cobertura de internet y el desconocimiento de las herramientas tecnológicas. Por lo que la SEP implemento una propuesta a través de un programa televisivo en el cual se impartían las lecciones a los alumnos sobre los diferentes campos de formación académica y áreas de desarrollo personal y social. Aunque la propuesta de televisión la consideraron algunos docentes, no garantizaba que los alumnos adquirieran los conocimientos necesarios. Por consiguiente, en cada escuela se trabajó de acuerdo al contexto que se presentaba, tal es el caso del preescolar “Frida Kahlo Calderón” en el cual las docentes no tenían comunicación directa con los padres de familia está se realizaba a través de un intermediario en su caso fue la vocal de cada grupo. Las docentes se enfocaron en enviar su plan de trabajo por medio de WhatsApp y solo se solicitaba ver las clases del programa “aprende en casa I”. La comunicación entre los actores educativos fue de manera asincrónica, ocupando la mayor parte la aplicación de WhatsApp (para llamadas, mensajes, comunicados, evidencias, etc.). El replanteamiento que hicieron las docentes de lo que estaba pasando durante esos meses de confinamiento y de la situación que se estaba viviendo, fue hasta que termino el ciclo escolar que se inició con la fase intensiva del Consejo Técnico Escolar (CTE). En estas sesiones se lograron analizar y reflexionar sobre lo que ocurrió en el periodo del pasado ciclo escolar 2019-2020, en el cual cada una de las maestras propusieron como alternativa sustancial realizar clases virtuales, dejar su comunicación asincrónica y comenzar con la comunicación sincrónica. El panorama era dudoso por las diferentes situaciones que cada alumno con su familia pasaba derivado por la pandemia, sin embargo, era preciso para las docentes tener un contacto más directo con los alumnos e identificar el contexto que ahora les albergaba. Por eso cada docente inició a realizar un diagnóstico previo para conocer las condiciones de medios electrónicos y horarios en los que el adulto responsable podría ayudar a acceder a la clase virtual al alumno. La atención educativa se brindó desde casa y con el uso de distintas herramientas como lo es la televisión mediante la programación “aprende en casa II”, el uso de la tecnología “internet” con el apoyo de distintos dispositivos (celular y computadora) y también la explotación de plataformas para poder ofrecer una atención más directa a los alumnos como lo fue zoom,

WhatsApp y classroom; así como el diseño de los planes de trabajo en los que se tuvo una transformación a partir de la adaptabilidad con la que se enfrenta. Es preciso mencionar que esta adaptabilidad fue a través de la búsqueda de actividades concretas, viables y factibles, con materiales al alcance de las familias, considerando los espacios y los tiempos, la creación de clases virtuales y con una congruencia con las actividades en casa y con la programación, además de establecer un vínculo de comunicación con la familia y los alumnos factor que permitió el cumplimiento de los objetivos de esta nueva modalidad de la educación sincrónica y asincrónica.

Tal es el caso del grupo de tercero "D", el cual está integrado por diez niñas y once niños siendo un total de veintiún alumnos de los cuales oscilan entre los cinco años siete meses. Aunado a esto para poder concretar la modalidad de educación actual fue necesario conocer el contexto familiar de los alumnos, pero desde otro panorama, para ello la subdirectora que en ese momento se hizo responsable del grupo, aplico un formulario google en el cual pudo identificar quién sería el responsable sobre el proceso educativo del alumno, cuál sería el medio que tendría disponible para poder conectarse en línea en este caso fue zoom, y cuál era el horario más adecuado, en el que se determinó cuatro horarios de nueve a doce de tarde cada sesión con una hora de trabajo aproximadamente.

Ante tal escenario, las clases virtuales reflejaban la sensaciones, emociones y sentimientos que principalmente trastocaban a cada uno de los alumnos, desde el hecho de haber perdido la escuela como su centro recreativo, de juego, de interrelación con sus compañeros y amigos hasta su espacio en el aula para compartir, comunicar y llevar a cabo actividades que reforzarán su sana convivencia. Prueba de ello se observa en los diferentes ejes en los que se sustentan las habilidades socioemocionales de cada uno de los alumnos que durante el distanciamiento social ha desencadenado un conjunto de actitudes.

Dentro de este confinamiento las niñas y los niños ha pasado situaciones en donde se observan poca autonomía al expresar sus ideas y al realizar las actividades manuales, en algunos casos existe una constante en rasgos emocionales como la timidez, la tristeza y el enojo en su participación de algún tema que se le pregunte esto derivado

del cambio que tuvieron de clases presenciales a clases virtuales. Asimismo, su atención era más dispersa por los diferentes distractores que cada niño presenta en su casa.

Las diferentes situaciones tanto económicas, emocionales y de salud en su núcleo familiar afectaban directamente al alumno en su derecho a la educación, puesto que no entraban a sus clases, no enviaban evidencias de las actividades en casa y solo cuando el adulto responsable podía en los horarios destinados los conectaban.

Derivado de lo anterior se plantea la presente investigación teniendo como pregunta de investigación y colaterales las siguientes.

## **1.1 Pregunta de investigación**

¿Cuáles son las estrategias didácticas que fortalecen el desarrollo de las habilidades socioemocionales en los niños preescolares?

### **Colaterales**

¿Cuáles son las estrategias docentes aplicadas para el fortalecimiento de las habilidades socioemocionales?

¿Cuál es la importancia de diseñar estrategias didácticas para el desarrollo de habilidades socioemocionales?

¿En que beneficia las estrategias didácticas en el desarrollo de habilidades socioemocionales?

## **1.2. Objetivos**

### **General**

- Analizar las estrategias de didácticas que contribuyan al fortalecimiento de habilidades socioemocionales en tiempos de pandemia en niños de educación preescolar.

### **Particulares**

- Identificar las estrategias didácticas que fortalezcan las habilidades socioemocionales.
- Diseñar una propuesta de intervención, a través de las estrategias didácticas para el fortalecimiento de las habilidades socioemocionales.
- Evaluar las estrategias didácticas para conocer su funcionamiento sobre el desarrollo de habilidades socioemocionales.

## Capítulo II. Marco teórico

### 2.2. Emociones y su fisiología

Para saber la relación que tienen las emociones en la educación es necesario establecer su concepto, Bisquerra (2000) menciona que:

La palabra emoción procede del latín moveré (mover), con el prefijo e, que puede significar mover hacia fuera, sacar fuera de nosotros mismos (ex-movere). Es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan habitualmente como respuesta a un acontecimiento externo o interno. (p.68)

Por lo mismo su origen es multicausal, puesto que se asocian a reacciones afectivas de aparición repentina, de gran intensidad, de manera transitoria y acompañada de cambios somáticos ostensibles y multidimensionales por la variedad de estados emocionales. De acuerdo con Bisquerra (2000) se cuenta con tres componentes de la emoción:

La primera es la neurofisiológica que son las respuestas involuntarias: taquicardia, rubor, sudoración, sequedad en la boca, neurotransmisor, secreciones hormonales, respiración, presión sanguínea, etc. La segunda es la comportamental en la que se tiene en cuenta las expresiones faciales (donde se combinan 23 músculos); tono de voz, volumen, ritmo, movimiento del cuerpo, entre otros los cuales se pueden disimular. Y el tercero está constituido por la cognitiva que se refiere a la vivencia subjetiva, que coincide con lo que se denomina sentimiento. La cuál permite etiquetar una emoción, en función del dominio del lenguaje, solo se puede conocer a través del autoinforme. (p.69)

Estos tres componentes nos permiten dar un ejemplo amplio de cómo se manifiesta la emoción, por ejemplo; cuando una persona que está furiosa experimenta taquicardia, tiene un comportamiento agresivo (grita e insulta) y siente la vivencia subjetiva de la ira. También suele darse comunicación no verbal y expresiones corporal (Bisquerra, 2000). Es así que al conocer las emociones y lo que provocan en las personas se toma conciencia de éstas, pero dentro del desconocimiento provocan déficits en la sensación y expresión con un “no sé qué me pasa”, generando efectos negativos sobre la persona y su regulación de emociones.

### 2.2.1. Funciones de las emociones

Es conveniente conocer las funciones que tienen las emociones en cada individuo, para ir comprendiéndolas dentro de la vida cotidiana y así analizar sus beneficios. Dentro de las investigaciones que se han realizado no se ha llegado a una respuesta concreta sobre las funciones de las emociones, sin embargo, en 1896 Wilhelm Wundt, el padre de la psicología experimental inicia el estudio con rigor científico de las emociones, intentando explicar la importancia y funciones de las mismas. Por lo tanto, la emoción cumple una función importante en la vida del hombre porque ellas lo inducen hacia acciones apropiadas y adaptadas, de allí que se halla distinguido las emociones en tres funciones básicas: adaptativa, social y motivacional (Reeve, 1994). Las cuales se presentan de la siguiente manera como las enuncia (Reeve, 1994):

- **Función adaptativa:** En donde la emoción sirve para facilitar la conducta apropiada a cada situación; esto pasa cuando las emociones preparan al organismo para ejecutar eficazmente una conducta exigida por las condiciones ambientales, que movilice la energía necesaria para dirigir la conducta a un objetivo determinado. Está fue señalada por Darwin cuando planteo la importancia de la adaptación de las especies al ambiente y su principal acción en la sobrevivencia. Por su parte Cannon (1927), sugiere “Que ciertas emociones como el miedo y la rabia, sirven a una función de

emergencia para al organismo para prepararlo a la acción. Lo cual altera el equilibrio para informar sobre cierto peligro” (p.6-124).

- **Función social:** Hace referencia a la expresión de las emociones en las que se proyectan hacia los demás, con la cual se puede predecir el comportamiento que cada individuo está asumiendo o va a desarrollar. Esta función se realiza mediante los sistemas de comunicación: verbal, artística y la no verbal (como la postura corporal y la expresión facial). Por tal motivo se debe reconocer el rol que cumple las emociones en este aspecto ya que facilita la conducta apropiada en el contexto social.
- **Función motivacional:** Existe una doble interrelación, por su parte la conducta motivada produce una reacción emocional y, a su vez, la emoción facilita la aparición de conductas motivadas. Retomando estas dos formas en las que actúa la emoción con la motivación se puede considerar que dirigirá al individuo hacia una determinada meta y hacer que la ejecute con un determinado grado de intensidad.

En síntesis, las emociones presentan cuatro funciones de acuerdo a las diversas investigaciones que subrayan; la adaptativa, informativa, social y motivacional. Sin embargo, pueden existir otras con las cuales las emociones pueden desarrollarse de manera personal.

### 2.2.2. Emociones básicas

Paralelamente su función va encaminada sobre el tipo de emoción que se presente, existen dos grupos de emociones, las positivas y las negativas. Considerando que no se deben de categorizar como “malas o buenas”. En cuanto las emociones positivas, se experimentan cuando se llega a logra una meta y se distinguen por el disfrute y el bienestar que proporciona la emoción. En cambio, las emociones negativas se asocian a lo desagradable, que se experimenta cuando se bloquea una meta, ante una amenaza o cuando se presenta una pérdida. Además, requieren de la movilización de energía para afrontar la situación de manera más urgente (Bisquerra, 2000)

Algunos autores como Lazárus (1991) y Fernández-Abascal (1997) enfatizan otra tercera categoría llamada emociones ambiguas, problemáticas o neutras, denominadas por no ser positivas o negativas, ya que puede ser ambas según el tipo de circunstancia que se está viviendo el individuo.

Con lo anterior se busca enfatizar aquellas tres clasificaciones de emociones, como señala Lazarus (1991) las emociones se clasifican por:

1. Emociones positivas: que son el resultado de una evaluación favorable (congruencia) respecto al logro de objetivos o acercarse a ellos. Incluyen felicidad/alegría, estar orgullosos, amor/afecto, alivio.
2. Emociones negativas: son el resultado de una evaluación desfavorable (incongruencia) respecto a los propios objetivos. Se refiere a diversas formas de amenaza, frustración o retraso de un objetivo o conflicto entre objetivos. Que incluye ira, susto-ansiedad, culpa-vergüenza, tristeza, envidia, celos y disgustos.
3. Emociones borderline: su estatus es equivoco. Incluyen esperanza, compasión (empatía/simpatía) y emociones estéticas.

De esta manera se destaca el conjunto que integran las emociones básicas. La asunción de la existencia de tales emociones deriva principalmente de los planteamientos de Darwin, las cuales se vinculan con reacciones afectivas innatas, distintas entre ellas, presentes en todos los seres humanos y que a su vez se expresan de forma característica.

Según Izard (1991), los requisitos que debe cumplir cualquier emoción para ser considerada como básica son los siguientes:

- Tener un sustrato neural específico y distinto.
- Tener una expresión o configuración facial específica y distintiva.
- Poseer sentimientos específicos y distintivos.
- Derivar de procesos biológicos evolutivos.
- Manifestar propiedades motivacionales y organizativas de funciones adaptativas.

Asimismo, de acuerdo con Bisquerra (2000) “Son también denominadas como primarias, elementales o puras, en general se categorizan por una expresión facial característica y una disposición típica de afrontamiento” (p.112). Un intento de exposición sintética sobre estas emociones las establece Bisquerra (2000) a través de la inspiración y aportaciones de Fernández Abascal en 1997, por medio de la clasificación de las emociones. (Ver Tabla 1)

## Tabla 1

### *Clasificación de emociones por autores*

<b>Autor</b>	<b>Criterio clasificatorio</b>	<b>Emociones básicas</b>
Arnol (1969)	Afrontamiento	Amor, aversión, desaliento, deseo, desesperación, esperanza, ira miedo, odio, tristeza, valor.
Ekman, Friesen y Ellsorth (1982)	Expresión facial	Ira, júbilo, miedo, repugnancia, sorpresa, tristeza.
Fernández-Abascal (1997)	Emociones básicas principales	Miedo, ira, ansiedad, asco, tristeza, hostilidad, sorpresa, felicidad, humor, amor.
Goleman (1995)	Emociones primarias y sus "familiares".	Ira, tristeza, miedo, alegría, amor, sorpresa, aversión, vergüenza.
Izard (1991)	Procesamiento	Alegría, ansiedad, culpa, desprecio, disgusto, excitación, ira, miedo, sorpresa, vergüenza.
Lazarus (1991)	Cognitivo	Ira, ansiedad, vergüenza, tristeza, envidia, disgusto, felicidad/alegría, estar orgulloso, amor/afecto, alivio esperanza, compasión y emociones estéticas.
McDougall (1926)	Relación con instintos	Asombro, euforia, ira, miedo, repugnancia, sometimiento, ternura.
Mowrer (1960)	Innatos	Dolor, placer.
Oatley y Johnson-Laird (1987)	Sin contenido proporcional	Felicidad, ira, miedo, repugnancia, tristeza.
Plutchick (1980)	Adaptación biológica	Aceptación, alegría, expectación, ira, miedo, repugnancia, sorpresa, tristeza.
Tomkins (1984)	Descarga nerviosa	Ansiedad, desprecio, interés, ira, júbilo, miedo, repugnancia, sorpresa, vergüenza.
Weiner (1986)	Independencia atribucional	Culpabilidad, desesperanza, felicidad, ira, sorpresa, tristeza.

*Nota:* Propuesta más representativa de clasificación de las emociones. Retomada de Bisquerra (2000, p.113).

En la tabla los autores citaron variedad de emociones, sin embargo las emociones básicas más nombradas son: ira, miedo, tristeza, vergüenza, aversión, alegría, humor, amor, felicidad, sorpresa, esperanza y compasión. En cuanto a estas se presentan descritas de la siguiente manera de acuerdo con Bisquerra (2000):

La primera es el miedo; la cual se experimenta ante un peligro real e inminente. Que es activado por amenazas al bienestar propio ya sea físico o psíquico. Su expresión verbal se deriva de las oraciones compuestas como: “tengo miedo de...”, o “tengo miedo a...” La forma más habitual de afrontar el miedo es la huida o evitación de la situación peligrosa, ya que su respuesta funcional tiene como objetivo proteger a la persona.

La tristeza suele desencadenarse por la pérdida irrevocable de algo que se valora como importante puede ser; un ser querido, salud, bienes, etc. Esta es una respuesta a un suceso pasado, en la que existe una desmotivación general. Asimismo, actúa como una llamada de ayuda; con la que se puede captar la atención de los demás.

La vergüenza es un sentimiento penoso de pérdida de dignidad, por alguna falta cometida por uno mismo. También puede desencadenarse por una humillación o un insulto. Además, se presenta como una emoción negativa ya que se dirige a sí mismo.

La aversión es una familia de emociones que implica el rechazo de algo o alguien. Se da a partir del asco, que es la respuesta emocional causada por la repugnancia que se tiene de alguna cosa. Derivada del rechazo de un alimento, deteriorado, olores y gustos desagradables, contaminación ambiental, un acontecimiento psicológico repugnante o valores morales rechazables Su principal función radica en potenciar hábitos saludables, higiénicos y adaptativos.

La alegría es la emoción que produce un suceso favorable. Estas se experimentan cuando se tiene relaciones con los amigos, en las satisfacciones básicas y en experiencias exitosas.

El Humor es la buena disposición en el que el individuo se encuentra para hacer hilarante, que es un constructo teórico que significa “Que inspira alegría o mueve a la risa” (Fernández Abascal, 1997, p. 198). Lo que desencadena del humor se debe a la

gran variedad de estímulos, que se consideran divertidos o graciosos, y que pueden provocar respuestas abiertas como la sonrisa, risa o carcajada. Asimismo, sirven para contrarrestar las experiencias de emociones negativas; al intensificar la confianza entre las personas, preparan al organismo con relación al placer sensorial, amortiguan el estrés, reducen el malestar y el dolor. Su presencia resulta altamente beneficiosa para la salud mental y física.

El amor es la emoción que experimenta una persona hacia otra persona, animal, cosa e idea. Como lo afirma la Real Academia Española (RAE, 2021) “es un sentimiento recíproco en el deseo de unión, complementaria, alegre y da energía para convivir, comunicarnos y crear” (sección Diccionario de la lengua española, párr. 1).

La felicidad es la forma de valorar la vida en su conjunto. Está causada en aspectos importantes relacionados con las relaciones sociales, tiempo libre, ausencia de enfermedades, ingresos económicos, etc. La felicidad es un estado de bienestar, y por tanto deseable y deseado. También facilita la empatía, lo que favorece la aparición de conductas altruistas, de compromiso social y voluntariado. Genera actitudes positivas hacia uno mismo y hacia los demás, lo que favorece la autoestima, la autoconfianza, buenas relaciones sociales, rendimiento cognitivo, solución de problemas, creatividad, aprendizaje, memorización, curiosidad, flexibilidad mental entre otros.

La sorpresa como una emoción ambigua es reconocida por una reacción provocada por algo imprevisto o extraño. Los estímulos derivan de lo novedoso, inesperado, interrupciones, cambios bruscos, etc. La compasión es una preocupación altruista por el sufrimiento de otros con el deseo de ayudarles. Lazarus (1991) relaciona “La compasión con la empatía. La empatía es ponerse en el punto de vista de otro, compartiendo sus sentimientos” (p.287-292).

En este mismo contexto se encuentran las emociones estéticas, las cuales se dan en el momento que se reacciona emocionalmente ante ciertas manifestaciones artísticas como es el caso de la; literatura, pintura, escultura, arquitectura, música, danza, cine, teatro, etc). La expresión estética se puede dar ante la contemplación de un cuadro ya que puede producir emociones diversas. Esta observación ejemplifica que las

emociones estéticas produzcan emociones individuales como las que hemos señalado con anterioridad, pero que no implica nuevos conceptos.

Asimismo, es necesario enfatizar que la temporalidad de las emociones tendrá una cierta duración, por ejemplo; cuando se presentan las emociones agudas suelen tener una duración muy breve. Pero hay estados emocionales que pueden prologarse durante meses. Por otro lado, se encuentra el rasgo emocional, el cual se refiere a la característica que tiene una persona como disposición o tendencia a reaccionar y comportarse de una cierta forma. Lo primero es provocado en un contexto específico, los últimos influyen en la provocación. El rasgo se presenta cuando la persona tiene características personales que provocan la aparición de un estado emocional. Con lo que permite especificar que las emociones van creando hábitos, esto porque las personas que van experimentando con frecuencia emociones negativas, como la tristeza o depresión, tenderán a ser al final personas depresivas. Por el contrario, aquellas que experimentaciones como alegría, tenderán a ser alegres. Todas las emociones básicas que se especificaron tienen un valor importante para la integración de la educación emocional, además de los aportes de las teorías como es el caso de las inteligencias múltiples establecidas por Howard Gardner y la teoría de inteligencia emocional guiada por Daniel Goleman.

### 2.2.3. Teoría de las inteligencias múltiples de Howard Gardner

El psicólogo e investigador Howard Gardner muestra la realidad con su obra “Frames on Mind” (Estructuras de la mente, 1983), en la que elabora una teoría de la inteligencia, en la que proponía una serie de ellas de forma independiente. La denominó “Inteligencias múltiples”, en las que incluyó las siguientes inteligencias; lingüística, musical, lógico- matemático, espacial, cenestésico-corporal, personales. Dentro de esta última incluye la inteligencia interpersonal e intrapersonal, postulado que abre el campo a la investigación de las habilidades socioemocionales. En particular, plantea que la inteligencia interpersonal corresponde a la habilidad de advertir y establecer distinciones entre las otras personas, en cuando a sus estados

de ánimo, temperamentos, motivaciones, intenciones. Representa la capacidad de ampliar la propia perspectiva para incluir la de otro, logrando comprender las necesidades de las demás personas (Gardner, 1994). Por su parte la inteligencia intrapersonal, correspondería a la capacidad para comprenderse y conocerse uno mismo; acceder y reconocer sus propios sentimientos, afectos, y emociones; junto con comprender y guiar su conducta, hacia la satisfacción de las propias necesidades y metas, en base al reconocimiento de los recursos y debilidades personales.

#### 2.2.4. Teoría de la inteligencia emocional de Daniel Goleman

Daniel Goleman en 1995 expuso su teoría sobre la inteligencia emocional. Considerándola como un factor que interviene en el ajuste personal, en el éxito, en las relaciones personales y en el rendimiento en el trabajo. Sin embargo el término de inteligencia emocional no fue desarrollado por Goleman su origen proviene de autores como Salovey y Mayer (1990), los cuales la definieron como “la capacidad para supervisar los sentimientos y las emociones de uno mismo y de los demás, de discriminar entre ellos y de usar esta información para la orientación de la acción y el pensamiento propio” (p.189). Tiempo después los mismos autores reformularon este concepto, ya que se percataron que la definición solo reconocía la regulación de las emociones, omitiendo su estrecha relación entre los sentimientos y el pensamiento. Por lo que propusieron otra definición en la que mencionaban que consistía en la habilidad de manejar los sentimientos y emociones, discriminando entre ellos y utilizando estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones.

Por otro lado, Goleman retoma antecedentes del psicólogo Gardner (1995) con su teoría de las siete inteligencias múltiples, específicamente recupera dos inteligencias:

- La inteligencia intrapersonal: relacionada con la capacidad de formarse a sí mismo para tener una forma apropiada para interactuar.
- La inteligencia interpersonal: consistía en cómo relacionarse con otras personas de forma productiva.

Para Goleman la “inteligencia emocional” es un nuevo concepto de amplia significación en la que incluye la habilidad para motivarse y persistir a las frustraciones, en el control de impulsos, en la regulación de estados de humor, etc. El consideraba que el coeficiente emocional CE podría sustituir en un futuro determinado al coeficiente de inteligencia CI.

En resumen, para Goleman (1995), la inteligencia emocional consistía en:

1. Conocer las propias emociones: esto implicaba el principio de Sócrates el cuál hacía referencia “a conocerse a sí mismo”. Lo que implicaba tener conciencia de las propias emociones, reconocer sus sentimientos en el momento que ocurre.
2. Manejar las emociones: La habilidad de manejar los propios sentimientos a través de la toma de conciencia en las propias emociones. Un aspecto fundamental para las relaciones interpersonales.
3. Motivación a sí mismo: la emoción tiene una íntima relación por medio de la acción. Al encaminarlas a logro es objetivos es indispensable para auto-motivarse, manejarse y realizar actividades creativas.
4. Reconocimiento de las emociones del otro: este se relaciona con la empatía que es la capacidad de experimentar y comprender las emociones que otra persona está sintiendo, además genera altruismo y sintonizan mejor.
5. Establecer relaciones: para generar buenas relaciones debe de tenerse un manejo adecuado de las emociones. Las competencias sociales, las habilidades con eficacia interpersonal llevan a las personas a dominar habilidades sociales con capacidad de interactuar de manera asertiva.

#### 2.2.5. La educación emocional en la etapa infantil

Las teorías presentadas dan elementos que permite la construcción de la educación emocional, ofreciendo una conceptualización de lo que abarca. En los diferentes contextos la educación emocional se ha convertido en una forma genérica de mencionarla, sin embargo, en diferentes países se denomina SEL (Social and Emotional Learning) como es el caso de Estados Unidos, en el Reino Unido se

establece como SEAL (Social and Emotional Aspects of Learning), y en el caso de México es reconocida como Educación Socioemocional.

Con base en Bisquerra (2000) la educación emocional “Es 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 vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social” (p.306).

Su desarrollo consiste en educar principalmente y en desechar acciones de instrucción, transmisión de conocimientos y destrezas. Puesto que su principal objetivo es el desarrollo de capacidades emocionales. Como lo define Cassá (2011) “Entendemos las competencias emocionales como el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular la forma apropiada los fenómenos emocionales” (p.21). Las cuales se desarrollan principalmente en los seis primeros años de vida.

Cassá (2011) presenta a través de las versiones de Bisquerra y Pérez, (2007) el modelo de las competencias emocionales. Está se estructura por cinco bloques en los que se presenta:

- La conciencia emocional: que tiene que ver con la capacidad de tomar conciencia de las propias emociones y las de los demás.
- La regulación de emociones: capacidad que se asocia al manejo de emociones de manera apropiada.
- Autonomía emocional: incluye la autoestima, la actitud positiva ante la vida, responsabilidad, entre otros.
- Las habilidades sociales: son el conjunto de capacidades para generar y mantener buenas relaciones con las personas.
- Las habilidades para la vida y el bienestar: las capacidades que permiten adoptar comportamientos apropiados, responsables para afrontar los desafíos de la vida.

Estas competencias deben ponerse en práctica no solamente en la escuela sino también en su casa, especialmente con los integrantes de su familia. Puesto que la

responsabilidad se vuelve compartida al informar a las familias para que conozcan cómo se trabaja con la educación emocional.

En cuanto a su práctica, se debe trabajar con metodologías vivenciales y participativas en las que se tome en cuenta la historia personal, su entorno y sus necesidades de cada una de las niñas y niños. También es necesario considerar el compromiso del enseñar a la niña y niño a que se pueda expresar sin prohibiciones y sin generar que se sienta mal, de tal modo que es necesario generar un espacio de confianza para que exprese sus emociones y que le dé un nombre. Además de no eliminar las emociones negativas que el niño o niña llegue a vivir, dejar claro que esos dos tipos se pueden sentir para crea un aprendizaje emocional. El que la niña y el niño reconozcan sus emociones puede facilitar el proceso para que reconozca también las de los demás.

Como se ha mostrado y siguiendo la teoría de la inteligencia emocional, se encuentra conceptualiza en la capacidad para la auto-reflexión, para identificar principalmente las propias emociones y regularlas de manera apropiada. A su vez está integrada por la habilidad para reconocer lo que los demás están sintiendo y pasando, generando habilidades sociales en la que enfatiza la empatía, el asertividad, la comunicación no verbal, entre otras.

Por siglos se había considerado que la inteligencia y la emoción consistían en dos dimensiones opuestas, sin embargo, durante un arduo trabajo de investigación se ha destacado la idea de que el sistema cerebral tiene una íntima relación con el organismo y su interpretación hacía el mundo y sobre la reacción ante él. Su función radica en las respuestas fisiológicas que se producen en el sistema límbico ante ciertos estímulos de los cuales se está expuesto.

#### 2.2.6. Sistema límbico o cerebro emocional

El término Límbico proviene del latín Limbos (contorno, borde o margen), fue originalmente introducido en 1878 por el neurólogo francés Paul Broca para denominar el anillo de materia gris formado por los giros cingular y parahipocámpico, que envuelve el cuerpo caloso y el tallo cerebral subyacente.

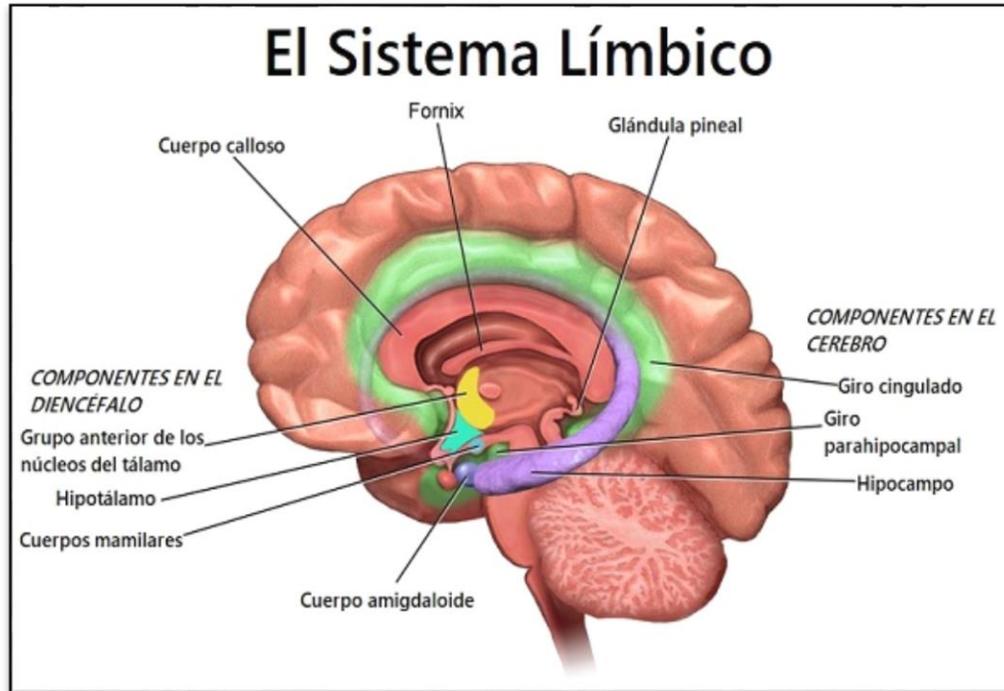
En cuanto al médico y neurocientífico Paul MacLean en 1952 acuñó el término de “Sistema límbico” e introdujo la teoría del “cerebro Triuno”, compuesto por tres capas; el primero y el más básico era considerado como el cerebro reptil (Instintivo); su principal función radica en preservar la vida del ser humano y su capacidad de sobrevivencia, actuar de forma rápida, inconsciente, su conducta era mecánica, y automática ya que se ocupaba de monitorear y controlar el cumplimiento de las necesidades básicas. Luego se encuentra el sistema límbico o cerebro intermedio, se ubica en la parte inferior de la neocorteza, asociado a la capacidad de sentir, desear, memorizar y aprender, relacionado con funciones esenciales de la emoción. Por último, se ubica a el cerebro neocórtex; su información proviene de los cinco sentidos (vista, oído, gusto, olfato y tacto), de esta manera se procesa, clasifica y organiza, asimismo reside la razón, el entendimiento, el análisis y el aprendizaje.

Este último tipo de cerebro MacLean lo manejaba de manera subordinada con el sistema límbico, ya que el primero es la parte racional del cerebro con el que se estable numerosas conexiones para el procesamiento emocional. En su teoría se pudo analizar el comportamiento humano de manera integral ya que situaba en un mismo punto la cognición, la emoción y la conducta humana.

Es necesario enfatizar que en el cerebro se encuentran los dos hemisferios; el hemisferio derecho en el que predominan las funciones artísticas, musicales, razonamiento espacial y el espíritu soñador. Y en el hemisferio izquierdo en el cual se localiza; el lenguaje, razonamiento numérico, pensamiento analítico y espíritu pensador. Particularmente en el sistema límbico se encuentra conformado por las siguientes estructuras. (Ver Figura 1)

## Figura 1

### Sistema límbico



*Nota:* Circuito neuronal y fisiológico. Información retomada de Bruce Blaus cc by-sa 3-0 (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0>).

A continuación, se hace un recorrido del circuito neuronal y fisiológico de las emociones:

- *Giro cingulado:* El término proviene de la composición Gyrus cinguli en latín, que se traduce como giro, vuelta o circunvolución con aspecto de cinturón. Desde el aspecto fisiológico, se trata de una “corteza” que envuelve al cuerpo caloso. Por el cual se procesan y controlan la expresión de emociones, el aprendizaje y la vocalización emocional. Esta base de operaciones, recibe información de las diferentes estructuras, como el tálamo, neocórtex, hipotálamo y amígdala, entre otros.
- *Giro Parahipocampal:* es una región cortical de materia gris del cerebro que cubre al hipocampo. Su función radica en la recuperación de la memoria.

- *Hipocampo*: Con base en Hernández, Aguirra y Garcia (2015) “El hipocampo se deriva de la región medial del telencéfalo y tiene un papel importante en la adquisición del aprendizaje espacial y la consolidación de la memoria a largo y corto plazo” (p.21). Es por eso que cuando hay una lesión en esta estructura no se es capaz de aprender ya que radica en la recuperación de recuerdos, asimismo su relación que tiene con las emociones son a través de las respuestas como; al enojarse, llorar, sentir asco o reírse. De esta manera la emoción incrementará la atención y la cognición, que permite capturar detalles del entorno que difícilmente se recuerdan.
- *Hipotálamo*: Es una pequeña estructura del cerebro localizada en la parte inferior del tálamo. Se asocia con el apetito (área hipotalámica lateral) y la saciedad (núcleo ventromedial del hipotálamo), las respuestas sexuales, entre otras en las que requiere un equilibrio. También regula el funcionamiento de los sistemas nerviosos simpático y parasimpático, lo cual implica: el pulso, la presión sanguínea, la respiración, y la activación fisiológica en circunstancias emocionales.
- *Amígdala*: Existen dos amígdalas; una en la parte derecha y otra en la izquierda. Asimismo de todas las estructuras subcorticales, la amígdala es la que se ha relacionado de un modo más consistente con la emoción (LeDoux, 1993). Se considera como un área cerebral profusamente inervada, lo que hace que en ella se concentren los neurotransmisores y que modulen su actividad. Uno de los sistemas más estudiados es la noradrenalina, por su implicación en el procesamiento de la memoria emocional. Se define habitualmente como la memoria asociada a estímulos con carga emocional, bien sean de naturaleza positiva como recompensas o aversiva como un estímulo estresante, aunque la presencia en el mismo tiempo de ambos tipos de estímulos, generan en la amígdala una respuesta sesgada hacia el estímulo negativo (Livneh, 2012). Aunado a esto la amígdala interviene en el reconocimiento de expresiones emocionales faciales. Es un proceso breve, automático e incluso inconsciente. Queda claro que es necesaria para responder de un modo estereotipado y

universal a los estímulos que engendran o señalan peligro, siendo su finalidad la de preparar al organismo de forma rápida para entrar en acción, sin necesidad de que éste deba realizar un procesamiento cognitivo complejo (Paradiso, 1999).

- *Área septal*: Esta área se encuentra situada debajo de la región anterior y media del cuerpo calloso, entre los cuernos frontales de los ventrículos laterales y dorsales a la línea media de la comisura anterior, además posee numerosas conexiones con el hipocampo, el hipotálamo y otras áreas. Se encarga de poner y proveer una regulación, por lo que el individuo será capaz de mantener su atención y su memoria para responder a las demandas del entorno.
- *Área tegmental ventral*: Se encuentra situado en el tronco cerebral y presenta vías dopaminérgicas (dopamina), las que particularmente se encargan de las sensaciones agradables. Al generarse esas sinapsis con las neuronas se solidifica y entre más veces se exponga a una experiencia que sea placentera más probabilidad habrá en repetirse.

Como expresa Calixto (2018):

Si la liberación de dopamina sucede de forma abrupta, la conducta está relacionada con procesos negativos como ira, enojo o furia; en cambio, si la liberación de dopamina es lenta, gradual y desarrollada con niveles de expectativas muy altos, entonces las emociones que se generan están en función de obtener una recompensa, una motivación, felicidad o incluso el llanto. (p.129)

- *Corteza insular*: Es una estructura citoarquitectónica compleja y ricamente conectada, involucrada en la guía emocional para el comportamiento social. Su importancia radica en el procesamiento e interpretación del dolor, sobre todo en su área anterior. De igual forma procesa de manera subjetiva las emociones primarias como el odio, miedo, el enfado, la alegría y la tristeza. Por su parte da sentido al cambio del organismo haciendo al individuo consciente de alguna necesidad que requiere.
- *Corteza prefrontal orbital*: Recibe aferencias de la amígdala, la corteza entorrinal y la circunvolución del cíngulo, además de todas las áreas

sensoriales, mientras que envía proyecciones a la corteza temporal inferior, corteza entorrinal, circunvolución del cíngulo, hipotálamo lateral, amígdala, área tegmental ventral, cabeza del núcleo caudado y a la corteza motora. Se trata de una de las regiones cerebrales menos estudiadas a la que se atribuyen competencias heterogéneas, tanto en integración sensorial y representación del valor afectivo de los reforzamientos como la toma de decisiones en contextos sociales y generación de expectativas (León y Pérez, 2019). Sin embargo, estas competencias de integración sensorial, aprendizaje asociativo y orientación de la atención en función de las emociones resultan cruciales en la explicación del desarrollo de una adicción, la función de la CPF, más relevante es la de ajustar respuestas de los individuos a lo que socialmente se espera de ellos; todo ello en estrecha relación con lo que hoy se llama “cognición social”. Así, el área más lateral de la CPFo parece estar relacionada con la tendencia a aceptar los gustos y las decisiones de otros como si fueran propias.

Es así como el sistema límbico es una red de neuronas que constituye la comunicación con las estructuras del cerebro antes descritas. De esta manera los neurotransmisores juegan un papel importante con las emociones, puesto que en 1924 Otto Loewi descubrió la acetilcolina, el primer neurotransmisor. Su función radica en controlar la concentración y relajación de los músculos, intervenir en la percepción del aprendizaje, el dolor y la consolidación de recuerdos. Estos neurotransmisores intervienen en el proceso de transmitir las sensaciones de hambre, sed, sueño, ira, miedo etc. Que a su vez están relacionados con la regulación de la temperatura corporal y la presión sanguínea.

Su relación con las emociones han sido aportaciones de científicos y neurólogos, como es el caso de Joseph LeDoux y Antonio Damasio. Considerando que la conciencia no es el único elemento que ocupa el cerebro ya que se produce el pensamiento consciente y el origen de las emociones.

Como plantea Calixto (2018):

El cerebro tiene módulos específicos para iniciar, entender, categorizar, memorizar y atender a una emoción. Las emociones tienen un papel fundamental en la vida: con ellas identificamos detonantes para actuar rápidamente ante un estímulo, amplifican la memoria, modifican el estado de alerta y generan conductas para motivar la atención y la comprensión social de nuestro estado de ánimo. (p.128)

Prueba de ello, es cuando se relacionan de manera generalizada con la concepción del tiempo; en situaciones de estrés, contingencia o huida a partir de las neuronas que se sobre activan, además de acelerar la interpretación de los estímulos para reaccionar con mayor rapidez, lo que permite liberar oxitocina, una hormona peptídica asociada al proceso de empatía, solidaridad y cooperación, las cuales son importantes para asegurar la supervivencia. Es necesario reconocer que no todas las emociones consumen la misma energía; por ejemplo, estar tristes y llorar provoca un incremento de consumo en glucosa y oxígeno en el cerebro y en la que se deriva el incremento de la frecuencia respiratoria, y cuando se está más relajado se presenta un efecto secundario en el que suele dar hambre.

En definitiva, las emociones tienen la posibilidad de cambiar la fisiología, el control consciente de la fisiología puede modificar también algunas emociones, esto sucede por ejemplo; cuando la emoción de relajación se siente lo que ocurre es por el control de la respiración. De esta manera se empieza a ser más conscientes del proceso emocional, y frecuentemente se va adaptando. Por lo que si desde la niñez se experimenta emociones de manera saludable, los cerebros suelen funcionar mejor socialmente y con mayor estabilidad (Calixto, 2018).

## **2.3. Teorías del desarrollo de las habilidades socioemocionales**

Las teorías que se presentan tiene una estrecha relación con las habilidades socioemocionales sobre cómo se desarrollan en los diferentes enfoques, aunque no se tenga una teoría explícita de estas habilidades, se consideran las siguientes:

### **2.3.1. El desarrollo socioemocional del niño desde el enfoque social: Teoría sociocultural de Lev Vygotsky**

El psicólogo Lev Vygotsky propone un paradigma que mantiene preferencia por la investigación focalizada en el desarrollo humano, sólo entendible en la influencia de la maduración orgánica y la historia cultural. En sus propios términos expresa que el proceso de desarrollo cultural puede definirse en cuanto a su contenido, como el desarrollo de la personalidad del niño y de la concepción el mundo (Vygotsky, 1993).

Su énfasis se centró en argumentar que los factores genéticos, y biológicos juegan un rol menor en la génesis del desarrollo, mientras por su lado los factores sociales son determinantes. El inicio del desarrollo social, se da a partir del nacimiento, en donde es asistido por adultos, considerados como los más competentes en cuanto al manejo del lenguaje, habilidades, etc. Esta persona que asiste el desarrollo va definiendo las funciones intelectuales, sin embargo, cuando el niño crece comienza aprender a partir de la interacción social y mediante este proceso de interiorización el niño puede generar una regulación interpsicológica, para luego transformarse en algo que pueda conocer por sí mismo sin necesidad de ayuda en este caso la regulación intrapsicológica.

El proceso de interiorización se produce por los signos y los símbolos que forman parte de las herramientas culturales que integran al individuo a la sociedad, el principal mecanismo es el lenguaje. De acuerdo con el planteamiento que hace Vygotsky, el desarrollo es producto de las interacciones, en las que se establece entre las personas que aprende y los individuos. Sin embargo la educación constituye un puente para el desarrollo de los individuos al generar vínculos sociales, culturales e históricos.

### 2.3.2. El desarrollo socioemocional del niño desde el enfoque cognitivo: Teoría del desarrollo cognitivo de Jean Piaget

El biólogo Jean Piaget propone una investigación focalizada en el desarrollo humano, producida por la confluencia de la maduración orgánica y la historia individual. Destaca la idea de que el comienzo es de forma individual, y que gradualmente se va convirtiendo en social, se centra en el micro nivel, es decir, del contacto con otras personas de su entorno (Tudge y Winterhoff, 1993).

Su desarrollo se rige por la consolidación de estructuras mentales y los fundamentos biológicos. Las estructuras, se organizan en los siguientes estadios; sensorio motrices, pre-operacionales, concretas y abstractas. Su categorización está integrada por el equilibrio entre dos tendencias la asimilación y la acomodación. En el caso de la asimilación, el individuo incorpora eventos, objetos o situaciones dentro de las formas de pensamiento existentes. Por otro lado en la acomodación las estructuras se reorganizan para incorporar aspectos nuevos del mundo exterior (Nicolopoulou, 1993).

Con su teoría enfatiza que el desarrollo es una reorganización progresiva de los procesos mentales como consecuencia de la maduración biológica y la experiencia ambiental. De forma paralela al ámbito cognitivo, también se va produciendo en el niño un desarrollo emocional. Este se convierte un elemento esencial para el desenvolvimiento en la sociedad a lo largo de su vida. Puesto que desde recién nacido empieza a presentar parámetros emocionales primarios como el llorar y sonreír como un acto de reflejo, todo provocado por sus necesidades básicas. Cuando se acerca a los dos años es más consciente de la mirada de otras personas por lo que precisa su refuerzo y afianzamiento de su personalidad. A partir de los cuatro años, se inician la escolarización.

Esto se constituye a partir de los estadios de desarrollo cognitivo que plantea Piaget, especialmente en el pre-operacional que abarca la etapa del nivel preescolar. Este periodo marcado por la transición de las estructuras de la inteligencia senso-motor, se centra en el juego simbólico y la imagen gráfica (el dibujo). La primera es un sistema

de significantes que crean las niñas y niños y que les permite adaptarse al exterior, por lo que se puede observar un manejo suficiente de su cuerpo al utilizarlo como medio de expresión. Y el segundo, Luquet lo llama “realismo frustrado”, ya que cuando el sujeto dibuja, alude a lo que se ha definido como concepto corporal.

## **2.4. Las habilidades socioemocionales en los niños**

Los diversos estudios realizados a través de la antropología, psicología y sociología han determinado que el ser humano es un ser social. Desde que nace, se va rodeando de otras personas, sin embargo, para el bebé el otro no existe. Es así como progresivamente el niño va tomando conciencia de la existencia de los demás mediante el proceso de socialización y los intercambios de comunicación a través de la adquisición del lenguaje y el pensamiento abstracto que tiene con el otro, en donde interviene la maduración orgánica y su desarrollo intelectual y afectivo.

Por eso la cultura y la sociedad ejercen una relevante influencia en las emociones, ya que pueden ayudar a que cada individuo pueda regular la expresión de éstas. Su relación surge ante la interacción entre las personas y el ambiente. Como refiere Bisquerra (2000) “Esto implica el etiquetado de las emociones, el ajuste entre emociones y rol social, interpretar referencias sociales y comunicación no verbal (expresiones faciales), saber reconocer las emociones de los demás (empatía), entre otros” (p.100).

Los niños no aprende de manera aislada las habilidades socioemocionales, existe una conexión que permite vincular la capacidad del niño de aprender a aprender, aprender hacer, aprender a ser y aprender a convivir. Puesto que el último fin de la educación es que los alumnos vivan una vida plena en armonía con los demás y con el medio ambiente. Para lograr esta formación integral se debe de brindar oportunidades como refiere la SEP (2017) “Donde se desarrolle su creatividad, la apreciación y la expresión

artística, ejerciten su cuerpo y lo mantenga saludable, y aprenda a reconocer y manejar sus emociones” (p.112).

Las habilidades son capacidades que pueden expresarse en conductas en cualquier momento, porque han sido desarrolladas a través de la práctica (es decir, mediante el uso de procedimientos) y que, además, se pueden utilizar, tanto consciente como inconscientemente, de forma automática (Schmeck, 1988) . Tal y como se menciona estas habilidades enfocadas en lo social y emocional actualmente juegan un papel tan relevante que se van incorporando dentro del diseño y desarrollo curricular de las instituciones educativas.

Se utiliza el término de habilidades socioemocionales (HSE) o aprendizaje emocional, al referirse a ellas como habilidades que permite la posibilidad de su maleabilidad. La OCDE (2015) define que “Las habilidades sociales y emocionales, también conocidas como habilidades blandas o habilidades de carácter son aquellas habilidades involucradas en lograr objetivos, trabajar con otros y manejar las emociones” (p.34).

Por su parte la UNESCO, las ha señalado como fundamentales para el aprendizaje en el siglo XXI, determinadas a partir de la colaboración, la comunicación, el aprendizaje informal, mostrando la capacidad de iniciativa, resiliencia, responsabilidad y empatía.

La Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning (CASEL) (Colaboración para el aprendizaje académico, social y emocional), es quien lleva el estudio y desarrollo de la educación social y emocional en Estados Unidos. La cual se enfoca en establecer un aprendizaje social y emocional (SEL) de calidad con base en la educación que incluye el nivel preescolar hasta secundaria.

El CASEL (2020) define al aprendizaje social y emocional como:

La parte integral de la educación y el desarrollo humano. Es el proceso a través del cual todos los jóvenes adquieren y aplican los conocimientos, habilidades y actitudes para desarrollarse saludablemente, manejar emociones y lograr metas personales y colectivas, sentir y mostrar empatía por los demás, establecer y mantener relaciones de apoyo y hacer decisiones responsables y afectuosas. (Sección “SEL es”, párr. 1)

La colaboración resalta la importancia en la integración sistemática del aprendizaje académico, social y emocional entre:

- Aula: enseñando y modelando habilidades sociales y emocionales, estrategias de enseñanza, la oportunidad de practicar las habilidades dentro de las lecciones académicas y en situaciones sociales, y promover un ambiente de aprendizaje para efectuar una base sólida de relaciones entre el personal y los estudiantes.
- Escuela: modelo de competencias socioemocionales, políticas y prácticas en toda la escuela, y tener un continuo servicio de apoyo.
- Hogar: trabajo entre las escuelas y las familias para promover las SEL, lo que implica la comunicación entre maestros y familias y el reforzamiento del desarrollo de habilidades.
- Comunidad: Generar impacto de SEL apoyando y sosteniendo los esfuerzos de la clase y de la escuela, en la que se incluyan organizaciones comunitarias, atención médica, agencias gubernamentales entre otras.

Esto permitirá establecer entornos y experiencias en las que se presente relaciones de confianza y de colaboración, a partir de un plan y una evaluación continua.

Asimismo, la SEP (2017) las define como:

Las capacidades que permiten a una persona comprender y regular sus emociones establecer y alcanzar metas a favor de su bienestar, establecer relaciones constructivas y solidas a partir de la empatía, y tomar decisiones responsables. Estas habilidades pueden aprenderse de manera deliberada a través de estrategias individuales y grupales. (p.19)

Estas habilidades se desarrollarán dentro del área de “Educación Socioemocional”, en ella se pide que las niñas y niños de acuerdo con SEP (2017):

Trabajen e integren progresivamente en su vida los conceptos, valores, actitudes y habilidades que les permitan comprender y manejar sus emociones, construir una identidad personal, mostrar atención y cuidado hacia los demás, colaborar, establecer

relaciones positivas, tomar decisiones responsables y aprender a manejar situaciones retadoras, de manera constructiva y ética. (p.304)

Esta Educación Socioemocional se fundamenta a través de los hallazgos de las neurociencias y las ciencias de la conducta los cuales permite reconocer la influencia de las emociones en el comportamiento y la cognición humana. Las investigaciones han demostrado que las niñas y niños tiene la posibilidad de alcanzar sus metas, establecer relaciones sanas; entre ellos, su familia y la comunidad y mejorar su rendimiento académico. De igual manera contribuirá a una mejor convivencia humana, al respecto por la diversidad cultural y la dignidad de las personas (SEP, 2017).

Por lo que a través de lo ya mencionado se integran las siguientes habilidades socioemocionales las cuales ayudan al fortalecimiento en las niñas y niños. (Ver Tabla 2).

**Tabla 2***Habilidades socioemocionales*

<b>Habilidades socioemocionales</b>	<b>Concepto</b>
Autoestima	El sujeto se valora a sí mismo según unas cualidades que provienen de su experiencia, y que son consideradas como positivas o negativas. Así, el concepto de autoestima se presenta como la conclusión final de este proceso de autoevaluación y se define como la satisfacción personal del individuo consigo mismo, la eficacia de su propio funcionamiento y una actitud evaluativa de aprobación (Lila, 1995). Una vez que el niño empieza en la escuela, cambia el contexto y las personas con las que se desenvuelven su vida, en este caso sus profesores y compañeros ya que también son los que van a influir en la construcción y desarrollo de su autoestima.
Autonomía	Es la independencia, la individualidad y la confianza en sí mismo que un ser posee y que lo hace actuar con seguridad ante diferentes situaciones de la vida. Cuando los niños comienzan a moverse, quieren explorar, investigar y hacer las cosas ellos mismos, en tanto los padres favorecen estas actividades, los niños comienzan a desarrollar el sentido o autonomía. Aprenden a controlar sus impulsos y a sentir orgullo de sus ejecuciones, desarrollan un sentido de autocontrol y adecuación (Sánchez, 1987).
Conciencia emocional	Es la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado (Cassá, 2011).
Habilidades sociales	Conjunto de capacidades, formas de actuar que favorecen las relaciones entre las personas. Además de su influencia para comunicarse y relacionarse con los demás con un estilo asertivo supone expresar los propios sentimientos y emociones, ideas y derechos; así como representar los sentimientos y emociones de los demás, aunque no estén de acuerdo (Cassá, 2011).
Empatía	Es una habilidad que nos permite entender y compartir los sentimientos de los otros. Es ponerse en el lugar de otras personas y mirar a través de sus ojos para comprender mejor cómo se siente y ser más respetuosos, comprensivos e inclusivos.
Habilidades para el bienestar.	La capacidad para afrontar con mayor satisfacción los desafíos diarios de la vida. Ello supone adquirir recursos para la vida diaria y organizar la vida de una forma saludable para promover el bienestar (Cassá, 2011).

*Nota:* Elaboración propia. Información retomada de Cassá (2011, p.20-26).

Estas habilidades socioemocionales se centran para el proceso de construcción de su confianza, al reconocer su capacidad de aprender, enfrentar y resolver situaciones con mayor autonomía, sus sanas relaciones con distintas personas, al expresar sus ideas, sentimientos y emociones.

A continuación, se establecen las estrategias que en nivel preescolar se pueden utilizar con la intención de fortalecer el desarrollo y fortalecimiento de las habilidades socioemocionales.

## **2.5. Estrategias didácticas**

De acuerdo con Juan Amós el término didáctica proviene del griego *didasticós*, que significa el que enseña y concierne a la instrucción. Lo que dio inicio a interpretarlo como el “arte o la ciencia de enseñar y/o instruir”. El objetivo principal de la didáctica está enfocado en dos aspectos; el primero se relaciona con lo teórico para profundizar en el conocimiento que el individuo desarrolla el contexto de la enseñanza y el aprendizaje, y el segundo hace alusión a la regulación de la práctica con respecto al proceso de la enseñanza y el aprendizaje (Amós, 2000).

Díaz y Hernández (2010) mencionan que, para enriquecer el proceso educativo, las estrategias de enseñanza y las estrategias de aprendizaje se complementan. Señala que las estrategias de enseñanza son “Procedimientos que se utiliza en forma reflexible y flexible para promover el logro de aprendizajes significativos” (p.188). Por lo cual las estrategias didácticas son los medios y los recursos que se ajustan para lograr aprendizajes a partir de la intencionalidad del proceso educativo. Además de obtener una reflexión para la propia actividad, da posibilidades y expectativas para la mejora de la práctica educativa. Por eso se enfoca en las tareas y actividades que se ponen en marcha de forma sistemática para lograr determinados aprendizajes en los alumnos.

Asimismo, es necesario tener en cuenta que las estrategias didácticas deben de tener ciertos elementos como:

- El nombre de la estrategia: que se refiere a personalizar la estrategia por sus procesos lógicos que se plantea.

- Contexto: que es el escenario donde se realiza el encuentro pedagógico, ya que es importante reconocer el ambiente de aprendizaje para el diseño y selección de métodos, técnicas, actividades, recursos y medios disponibles.
- Duración: el tiempo total que se tendrá en la ejecución del procedimiento (método, técnica y actividad) al emplear la consigna y su lapso en la realización.
- Los conocimientos previos de los estudiantes.
- Modalidad de trabajo que se emplee.

Por lo cual para este nivel las estrategias didácticas son producto del referente de la edad de los alumnos, sus capacidades, sus habilidades y el favorecimiento de un aprendizaje significativo. De esta manera su objetivo es que el alumno logre la construcción de aprendizaje y alcance los objetivos planteados con relación al fortalecimiento de habilidades socioemocionales. Por eso se presentan de la siguiente manera algunas de las estrategias didácticas.

#### 2.5.1. Aprendizaje con los otros

Al realizar el trabajo de manera individual da paso a que los niños puedan tener una exploración personal de la situación y es recomendable cuando los alumnos deben utilizar, por sí mismo, los conocimientos, habilidades y destrezas que van adquiriendo. Sin embargo, al trabajar en parejas o equipos los alumnos tiene más posibilidades de socializar su conocimiento con sus pares, aprenden analizar situaciones, formularse pregunta o hipótesis, emitir juicios y proponer soluciones. Además de que contribuye a que tengan oportunidades para desarrollar habilidades sociales lo que permite potenciar el trabajo colaborativo, a través de como intervenir por turnos y escuchar cuando otros hablan (SEP, 2017).

#### 2.5.2. Aprendizaje a través del juego

El juego parte de la interacción que se tiene con un objeto y otras personas que propicia el desarrollo cognitivo y emocional de los niños. Es necesaria para que expresen su energía, su necesidad de movimiento y las relaciones con otros. Por su

trascendencia, se puede transmitir valores, normas de conductas, se puede resolver conflictos. Conforme al desarrollo de los niños, el juego permite que los alumnos adquieran formas de interacción esto implica la concentración, elaboración y verbalización interna; la perspectiva de otros, acuerdos para asumir distintos roles.

Como nos menciona la SEP (2017):

El juego es una herramienta para el desarrollo y el aprendizaje infantil, el juego involucra el habla, el vocabulario, la comprensión del lenguaje, la atención, la imaginación, la concentración, el control de los impulsos, la curiosidad, las estrategias para solucionar problemas, la cooperación, la empatía y la participación grupal. (p.163)

### 2.5.3. Tipos de juego

- **Juego simbólico:** El juego simbólico tiene un lugar importante en el desarrollo y acciones de los niños y niñas. Por medio de este juego se les permite mostrar y elaborar su propia comprensión acerca de su vida emocional y de las relaciones importantes de la vida. De esta manera los papeles que los niños y niñas desempeñan y el desenvolvimiento del argumento que se va dando en el juego se convierten en motivos de intensos intercambios de propuestas, negociaciones y acuerdos entre los participantes. También se presenta el logro paulatino, de una mayor autonomía en actividades como la expresión de ideas, la resolución de un problema, hacerse cargo de sí mismos, se favorece como parte del desarrollo de habilidades socioemocionales. En este juego los niños pueden interpretar personajes para representar personajes puesto que pueden adoptar posturas corporales y gestos que han identificado para representar gigantes, hormiguitas o magos.
- **Juego dramático:** Se pretende que los alumnos potencien las representaciones que hacen en sus juegos simbólicos, que reconozcan recursos que provienen de la expresión teatral (mímica, títeres o indumentaria para comunicar ideas y emociones).

- Juego con movimiento: el juego con movimiento permite activar la secreción de sustancias químicas en el organismo como la serotonina, que produce bienestar emocional (Bisquerra, 2000). Es por eso que el organismo al estar en constante movimiento desea repetir la experiencia por las emociones positivas que se presenta. De esta forma, el juego en movimiento se convierte en una estrategia para la regulación de emociones. Su particularidad se enfoca en cambiar el estado de ánimo de uno negativo como la tristeza a un positivo.
- Juegos de reglas: este tipo de juego facilita la incorporación de las normas en las cuales ayuda a los alumnos a reconocer y adaptarlas en el aula. Estas reglas permitirán en los alumnos conocer exactamente lo que se debe hacer y lo que no durante el juego. Asimismo, en 1932 Piaget lo llama “juego de reglas” ya que son actividades sociales transmitidas que sacralizan un conjunto de normas que los jugadores deben considerar y las cuales deben respetar. Puesto que las niñas y niños necesitan de comportamientos de resolución, que surgen de la organización del sistema de acciones efectivas y concretas interiorizadas. Lo cual permite la organización estructural del pensamiento, una mayor interacción entre el sujeto/objeto y de los esquemas.
- Juego a través del lenguaje: el lenguaje ante las diferentes teorías tiene un carácter innato, se adquiere y se desarrolla socialmente a través del contacto que tienen los niños en un primer momento con su familia y después con sus compañeros en el ambiente escolar. Cuando el juego se combina con el lenguaje se estimula las relaciones de interacción verbal. Por lo que su relación se establece para sistematizar nuevas formas de incentivar la adquisición y el desarrollo del lenguaje.

#### 2.5.4. Mindfulness

El mindfulness es la capacidad de prestar atención al momento presente, aumentando la conciencia de lo que se está viviendo ya sea que se trata de pensamientos, sensaciones y emociones.

Con base en Pérez (2019):

La práctica de la atención plena ha mostrado resultados favorables en alumnos, se observa mejoras en atención, concentración, memoria, funciones ejecutivas y metacognitivas, así como el desarrollo de habilidades socioemocionales, como la regulación emocional y la conducta prosocial, acompañados de la reducción de conductas impulsivas. (p.25)

Es decir, el tomar unos minutos para detenerse, cerrar los ojos y simplemente prestar atención es una manera tanto para aminorar las emociones negativas, así como el recuento con la calma y el equilibrio. Una de las situaciones más frecuentes que suelen pasar es cuando el cuerpo se encuentra presente, pero la mente puede que se represente en otro lugar. Pérez (2019) enfatiza que se ha podido observar que este fenómeno de divagar mentalmente ocurre casi el 50% del tiempo en que el individuo se encuentra despierto. Por tal motivo se le ha llamado default del cerebro o piloto automático, ya que se relaciona con la situación de manejar un carro, por lo que la mente deja el volante, abandona los controles y por ende deja de estar atenta al camino. De esta situación se derivan escenarios negativos como él; comer la comida sin saborearla, morderse las uñas y tratar de solucionar problemas antes de dormir.

Por eso se habla del mindfulness, como una manera de aumentar la presencia, estar presente, dejar de lado la huida de la mente, y los procesos negativos que la conforman. Puesto que se presenta atención, sin prejuicios, con curiosidad, aceptación y apertura. Asimismo, es una habilidad que puede enseñarse y se puede entrenar.

El generar prácticas de mindfulness mejora a largo plazo los hábitos de estudio de las niñas y niños, por su atención de manera sostenida y además por la capacidad para recordar. De igual forma es un entrenamiento para la mente, pues se pueden modificar la estructura cerebral. Esta plasticidad neuronal se debe a la capacidad de modificar

el cerebro como resultado de las acciones, hábitos, actitudes y pensamientos. Cuando se activan ciertas regiones cerebrales con la práctica del mindfulness, estas áreas tienen cambios tanto en su estructura como en la función que realiza. Por ejemplo, con el entrenamiento atencional, el área del córtex prefrontal izquierdo aumenta su actividad, su densidad, lo cual fortalece los procesos atencionales, además de ciertas habilidades de resiliencia y bienestar (Willard, 2016).

#### 2.5.5. Resolución de problemas

Constituye una herramienta didáctica para desarrollar habilidades en los alumnos, esta estrategia permite que el alumno se pueda enfrentar a situaciones y problemas de los cuales deberá resolver. De acuerdo con Cuicas (1999), “en matemáticas la resolución de problemas juega un papel muy importante por sus innumerables aplicaciones tanto en la enseñanza como en la vida diaria” (p.21). Aunado a esto permite estimular la capacidad de crear, inventar, razonar y analizar situaciones para resolverlas. Asimismo, se desarrollan actitudes positivas hacia las soluciones, además de que al tener una búsqueda de soluciones entre compañeros se propicia mayor autonomía en ellos. Esto derivado de lo que implica resolver la situación problema y el reto, ya que los alumnos al aceptarlo se interesan, lo que lo involucrara a sentirse con la responsabilidad para obtener la solución.

#### 2.5.6. La experimentación

A los niños se les reconoce, por naturaleza, su curiosidad y disposición a maravillarse, a descubrir y aprender sobre el mundo que les rodea. Para que se puedan atender estas características es necesario ofrecerles oportunidades para indagar, experimentar, crear y aprender. Las experiencias, por un lado, son aquellas que se realizan directamente sobre los objetos, como observar, experimentar, registrar, representar y obtener información complementaria; otras acciones de construcción y reflexión se realizan durante y después de la exploración directa de los objetos, al pensar, hablar y dialogar, ya que favorece la organización mental de la experiencia, el

intento por encontrarle sentido y elaborar una explicación a lo que se ha indagado y conocido. En estas indagaciones las niñas y los niños, describen, narran sus experiencias, presentan atención a sus compañeros, dialogan e intercambian argumentos, exponen ideas, preguntan, responden, aclaran y comentan en torno a actividades que han compartido (SEP, 2017).

#### 2.5.7. Artes visuales

- Dibujo

Cuando las niñas y niños dibujan, representa lo que conocen al igual que expresan su estado emocional. De esta forma se convierte en una herramienta artística en la cual desarrollan y fortalecen sus capacidades cognitivas, socio-personales, sociales y afectivas. A su vez se vuelve un medio de socialización con los demás, por lo cual permite que interpreten la relación entre su mundo interno y externo.

- Escultura (modelar)

Cuando los niños modelan con plastilina, parten de la exploración ya que encuentran sentido por la textura y la constancia de los materiales y cómo reaccionan ante la aplicación de fuerza con ciertas herramientas. Así se logran diversos efectos en las obras; por ejemplo, con palos delgados se hacen marcas superficiales o perforaciones para marcar detalles como los ojos, el cabello o la sonrisa: también pueden hacer diferentes figuras para formar brazos, piernas o partes que complementen su producción.

Lo cual permite que propicien el desarrollo de habilidades con relación a expresar su creatividad, descubrir, potenciar la autoestima, el concepto que tiene cada uno y expresar sus sentimientos.

- Pintura

El arte se considera un canal de comunicación para los niños por lo que la pintura será producto de la representación de la realidad de los niños. A través de ella, expresarán lo que siente, plasmarán su imaginación y su creatividad.

Del mismo modo la pintura estimula la creatividad, la comunicación, la sensibilidad y la mejora de la expresión en los niños y niñas.

- Música

La música y el movimiento son esenciales para los niños. Resulta muy enriquecedor para ellos brindarles la oportunidad de conocer diversos géneros, así como obras de diversos autores.

Arguedas (2009) plantea que la música en tanto lenguaje del sonido constituye una valiosa herramienta para integrar en los procesos de enseñanza y aprendizaje, pues enriquece la formación de los estudiantes en los niveles emocional, psicomotor y cognitivo, estimulando el descubrimiento, la experimentación y la creatividad. Por ese motivo la música interviene en los estados emocionales de cada individuo al alterar las estructuras del cerebro.

## Capítulo III. Metodología

### 3.1. Enfoque de la investigación

Esta investigación tiene un enfoque cualitativo, en el cual se da una variedad de concepciones o marcos de interpretación, está parte de una premisa de una cultura o de un sistema social, tiene un modo único de acuerdo con (Hernández, 2014). Estas entidades son flexibles y maleables, a su vez son puntos clave que determinan un marco de referencia para el acto social, construidas y transmitidas por una experiencia personal.

Así mismo se utiliza la recolección y análisis de datos con el que se precisa las preguntas de investigación o de manera contraria se presentan nuevas interrogantes dentro del proceso. Ya que a través de las actuaciones se permite tener un acercamiento a la comprensión de estudio.

Las características que propone Hernández (2014) de acuerdo a la investigación cualitativa son las siguientes:

- Es el investigador quien plantea el problema, pero no sigue un proceso definido.
- Se basan más en una lógica y proceso inductivo (explorar y describir, luego generar perspectivas teóricas).
- En la mayoría de los estudios cualitativos no se prueban hipótesis, sino que se generan durante el proceso y se perfeccionan conforme se recaban más datos; son un resultado del estudio.
- El enfoque se basa en métodos de recolección de datos no estandarizados ni predeterminados completamente. Tal recolección consiste en obtener las perspectivas y puntos de vista de los participantes (sus emociones,

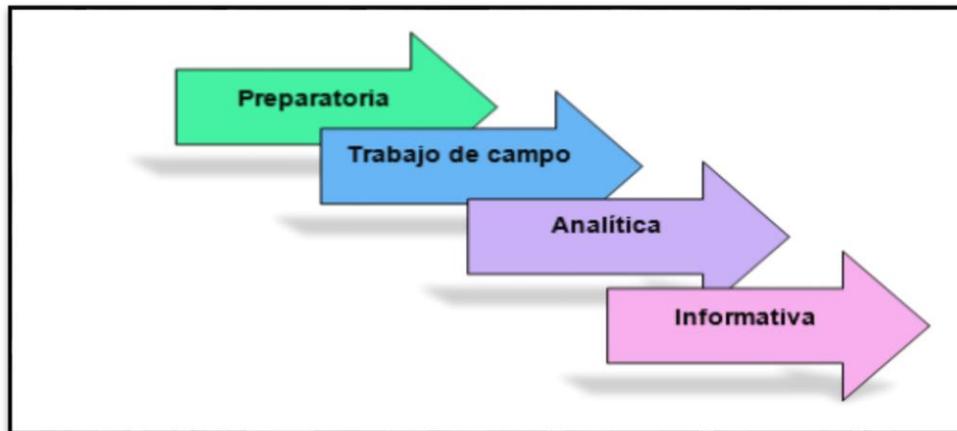
prioridades, experiencias, significados y las interacciones entre individuos, grupos y colectividades.

- Se centra directamente en las vivencias de los participantes tal como fueron (o son) sentidas y experimentadas.
- Los datos cualitativos como descripciones detalladas de las situaciones, eventos, personas, interacciones, conductas observadas y sus manifestaciones.
- El proceso de investigación es más flexible y se mueve entre las respuestas y el desarrollo de la teoría.
- Se fundamenta en una perspectiva interpretativa centrada en el entendimiento del significado (se busca interpretar lo que va captando activamente).

Aunado a esto y de acuerdo con Carlos Monje en el enfoque cualitativo se desarrollan cuatro fases dentro de la investigación. En cada una de ellas se toman alternativas y decisiones conforme al proceso. (Ver Figura 2)

## Figura 2

*Proceso de investigación cualitativa*



*Nota:* Proceso de la investigación cualitativa. Retomado de Álvarez (2011, p.34).

Como se presenta en el esquema cada una de las fases son procesos que se van realizando dentro de la investigación. A continuación, se expone cada una de las fases de acuerdo con la línea que sigue la investigación.

### 3.1.1. Fase preparatoria

Álvarez (2011) plantea que esta fase es la inicial de la investigación cualitativa y que se puede diferenciar dos etapas: la reflexiva y el diseño. La primera se desarrolla por medio de la preparación que se tiene y está es determinada a partir de los conocimientos y experiencias en la que se está inmerso dentro de los fenómenos educativos presentes. Esto dio pauta a la detención de la problemática de forma empírica, concreta que se suscitaba en el aula y a partir de eso se planteó la problematización clarificando y describiendo las razones por la que se eligió el tema. Asimismo, se propone la pregunta de investigación que guiará el camino de la comprensión de la realidad educativa para ello se genera un marco teórico que fortalecen el análisis que se va estudiar, seleccionando lo importante y se en la cual se utiliza como referencia para todo el proceso.

Inmerso en este proceso se aborda el diseño del plan de acción con el que se inicia el primero ciclo de la investigación. Como lo menciona Monje se parte de cumulo de preguntas que surgen como, por ejemplo: ¿Qué diseño resultará más adecuado a la formación o experiencia?

### 3.1.2. Fase de trabajo de campo

En esta fase se desarrolla el cómo se inicia la investigación, a partir del tema o el problema que surge y de la experiencia que se ha tenido a partir del contexto educativo. Asimismo, se explica cómo se da el acceso al campo, que esté es el proceso por el que el investigador va accediendo progresivamente a la información fundamental.

### 3.1.3. Fase analítica

Se inicia la fase analítica tras el abandono del escenario. Consolida la necesidad de contar con datos suficientes y adecuados a partir de las tareas realizadas durante la

investigación. Es por ello que se realiza un análisis de los datos cualitativos de manera sistematizada.

#### 3.1.4. Fase informativa

El proceso culmina con la esta fase en la que se presentan y se hace difusión de los resultados. En la cual se llega a tener mayor comprensión del objeto de estudio y se comparten esa comprensión con los demás. Debe ser dirigido por un argumento convincente, presentando los datos sistemáticamente que apoyen y refuercen con las explicaciones

### 3.2. Investigación acción

La investigación acción como señala Latorre (2005) “Se puede considerar como un término genérico que hace referencia a una amplia gama de estrategias realizadas para mejorar el sistema educativo y social” (p.23). Es una indagación que se produce por medio del autorreflexión, en este sentido a través de la una intervención (acción) con el propósito de ocasionar una mejora dentro del contexto social.

Por ello se retoman las características que Kemmis y McTaggart en 1998 han descrito, como las más influyentes dentro de estas líneas de la investigación acción se señalan las siguientes:

- Las personas trabajan con la intención de mejorar sus propias prácticas. La investigación sigue una espiral introspectiva: una espiral de ciclos de planificaciones, acción, observación y reflexión.
- Se somete a prueba las prácticas, las ideas y las suposiciones.
- Exige llevar un diario personal en el que se registran nuestras reflexiones.

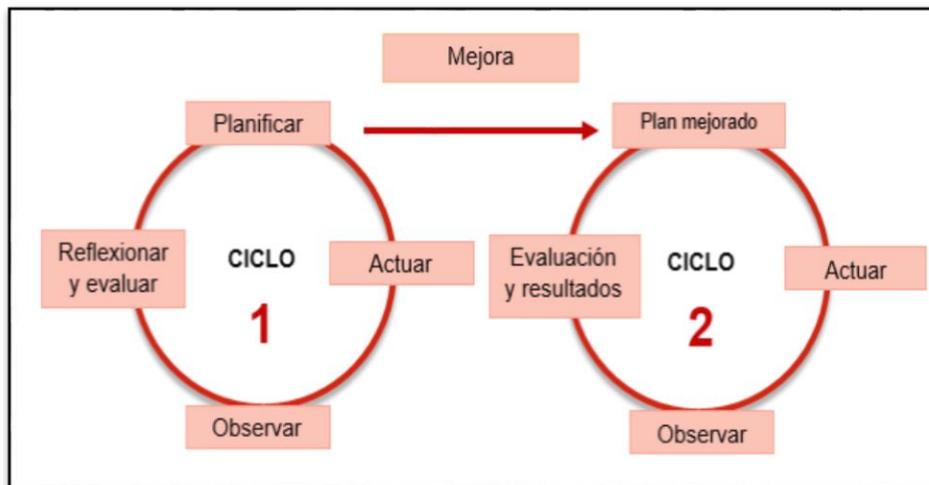
- Empieza con pequeños ciclos de planificación, acción, observación y reflexión, avanzando hacia problemas de más envergadura.

De esto se desprende la importancia de la investigación acción que se considera para llevarse a cabo, como el método que permite una mejora en la práctica, considerando los problemas que subyacen y además permite la comprensión de está. Es preciso señalar que se obtiene un conocimiento y que al mismo tiempo se cuestiona sobre estas prácticas y los valores que integran.

De esto se desprende el espiral de pasos a partir del diseño de los modelos propuestos por los diversos autores que siguen la línea de la investigación acción. Por lo tanto, se presenta el siguiente esquema que guiará la investigación de acuerdo a los elementos empleados en cada ciclo. (Ver Figura 3)

**Figura 3**

*Esquema del espiral de ciclos de la investigación-acción*



*Nota:* Elaboración propia. Información retomada del autor (Latorre, 2005, p.32).

De este modo, en el proceso organizado que se va derivando de estos ciclos es determinado por las siguientes fases que se presentan:

- Desarrollo de un plan de acción, que incluye estrategias de enseñanza aprendizaje para el desarrollo de habilidades socioemocionales.

- Actuar para implementar el plan, en esta fase la intervención es la entrada al campo en el que se trabajará con la intención de desarrollar las actividades propuestas.
- Observar, para recoger las evidencias que permiten evaluar el plan de acción en el que se registrará en el diario si se cumplen los propósitos planteados, el proceso y los efectos.
- Reflexión, que se deriva de sobre la acción registrada. En esta interviene la valoración que se hace de acuerdo a los aprendizajes obtenidos de los alumnos, así como la evaluación del propio plan de acción que se propuso.

Lo anterior expuesto da pie a siguiente ciclo de la investigación, dentro de las fases solo cambia la primera parte que es a partir de un plan revisado, de este se derivan las decisiones o alternativas que se implementará para mejora de la acción.

### **3.3. Población**

El preescolar “Frida Kahlo Calderón” se encuentra ubicado en la Unidad Habitacional Infonavit Tepozanes, Los Reyes Acaquilpan, La Paz, Estado de México, C.P. 56420, cuenta con una matrícula de 165 alumnos, tiene más 25 años de antigüedad, su personal está conformado por un directivo, una subdirectora y 9 docentes, 2 docentes de USAER, 4 promotoras las cuales cuenta con la preparación para atender a cada uno de sus grupos.

### **3.4. Sujetos de Estudio**

Para esta investigación se toma como muestra al grupo de 3° “D” a cargo de la docente Abigail Hernández Álvarez. El cual está integrado por 10 niñas y 11 niños siendo un total de 23 alumnos de los cuales oscilan entre los 4 años 9 meses y los 5 años 7 meses.

### **3.5. Propuesta del modelo de intervención: Plan de acción**

La realización de la propuesta retoma el plan y programas Aprendizaje Clave para una educación integral en nivel preescolar. En su diseño incorpora los aprendizajes esperados de que la programación “aprende en casa III” propone a los maestros con el fin de contribuir al desarrollo de las niñas y niños en el aspecto intelectual y social ante la educación a distancia. Además, se compone con elementos como; los campos formativos, áreas de desarrollo personal y social organizador curricular y aprendizajes esperados.

Ya que existe una conexión entre los diversos ámbitos, no se aprende de una forma aislada, las habilidades que se desarrollan están asociadas a lo social que es la relación con el mundo real. Por eso el plan de acción se deriva de la estructura siguiente. (Ver Tabla 3)

### Tabla 3

#### Plan de acción

<b>Categoría. Autonomía</b>
<b>Actividad: ¿En dónde estoy?</b>
<b>Estrategia Didáctica: Resolución de problemas</b>
<b>Propósito: Desarrollar actitudes frente a lo que desconoce, para buscar soluciones y alentar su seguridad y autonomía.</b>

Se realizarán los siguientes juegos con los alumnos:

*Mar o tierra:* El juego consiste en dibujar una línea imaginaria en el piso, sobre la cual estarán los jugadores, se darán las indicaciones de mar o tierra, haciendo la aclaración que adelante es mar y atrás es tierra, en cada indicación los jugadores deberán ubicarse dependiendo de la palabra que escuchen, mar hacia delante de la línea o tierra hacia atrás de la línea. Se puede decir 2 veces la misma indicación mar, mar o tierra y los jugadores mantenerse en el lugar, el jugador que se equivoque será quien de las indicaciones.

El Segundo juego llamado Pelota movediza: consiste en que alumno con ayuda de una pelota, irá ubicando las partes del cuerpo donde se vaya colocando la pelota por ejemplo: “pon la pelota arriba, coloca la pelota abajo, coloca la pelota a un lado, al otro lado, coloca la pelota entre las piernas, debajo de los brazos, delante de ti, detrás de ti, etc.”, se puede improvisar e ir subiendo la dificultad conforme el niño realice cada acción que se le haya mencionado con anterioridad.

Se muestra la primera imagen en la que se encuentra un niño en diferente ubicación. Y se les recuerda que pueden utilizar las palabras mágicas: Afuera, arriba, debajo, lejos y cerca. Posteriormente se le pregunta: ¿En dónde se encuentra el niño? De acuerdo en las situaciones que se presenta en la imagen, señalando con los recursos de la plataforma de zoom. Después se les presenta una imagen con un plano y diversos lugares: la cuál irá acompañada con el siguiente planteamiento:

Andrés salió de la casa de su abuelita y quiere ir a su casa ¿Cómo le sugieres irse para llegar a su casa? Recuerda que puedes utilizar las palabras mágicas: Derecha, izquierda, girar y derecho. De acuerdo a sus respuestas se irán marcando la trayectoria utilizando los recursos de la plataforma de zoom.

En la tercera imagen se les hace el siguiente planteamiento: Julián y su mamá salieron de su casa con su perrito tamarindo, pero quieren ir al parque ¿Cómo le sugieres que se vayan para llegar al parque?

## Categoría. Autonomía

### Actividad: El tapete de juguetes

#### Estrategia Didáctica: Resolución de problemas

**Propósito: Reconoce sus posibilidades al identificar los datos que hay un problema para dar una solución.**

Previo a la clase virtual el alumno/a deberá tener fichas, su cuaderno y lápiz.

Se les mostrarán a los alumnos una lámina didáctica sobre un tapete de juguetes y se le explica que Don Pepe vende juguetes en la puerta de su casa y los acomodó sobre un tapete para que los niños puedan verlos. Seguidamente se les planteará los siguientes problemas a los alumnos, cada uno tendrá que responderlo en su libreta, utilizando sus propios recursos (dibujos o fichas) una vez que todos lo hayan contestado se les dará la participación considerando su respuesta y procedimiento. Ya que todos mencionen se les mencionará la respuesta correcta:

1. Si Don Pepe tuviera 14 carritos rojos más, ¿Cuántos carritos tendrá?
2. Si repartimos las capas para que todos los luchadores tengan la misma cantidad, ¿Cuántas capas va a tener cada uno?
3. Emiliano le quiere comprar baleros para sus 7 amigos, ¿Cuántos baleros tiene que conseguir Don Pepe?
4. Don Pepe quiere poner los banderines en los carritos, ¿A cuántos les puede poner dos banderines?
5. Jorge y su hermana van a comprar todos los trompos que tiene Don Pepe. Si se los reparten en cantidades iguales, ¿cuántos trompos tendrán cada uno? Al terminar de resolver cada reto, se pregunta: ¿Qué hiciste para llegar a la respuesta?, o ¿cómo sabes que (queda esa cantidad/van a tener esos baleros/tendría esos carritos, etc.)?, el juego termina cuando el alumno/a llegue al resultado.

## Categoría. Autonomía

**Actividad: ¡1, 2,3 listos!**

### **Estrategia Didáctica: Resolución de problemas**

**Propósito: Resuelve problemas al clasificar, comparar e igualar diversos materiales utilizando las colecciones**

Previo a la actividad se necesitará que el alumno tenga un espacio amplio y los siguientes materiales: 9 calcetines de diferentes tamaño y color, 8 vasos de diferente tamaño y color, 7 juguetes de diferentes tamaños y 6 colores plumas o lápices.

Se les pregunta a los alumnos lo siguiente: ¿Ustedes saben que es una colección? A partir de sus respuestas se les menciona que una colección es reunir objetos de diferentes formas puede ser por el color, su forma, su tamaño o su uso, enfatizando que es lo mismo que se realiza al clasificar. Para empezar se revuelve todo el material solicitado, y se invita a los alumnos a clasificarlos por su uso, buscando los que sirven para beber, para vestir para jugar y para pintar. Se les menciona que empezaremos a comparar, a partir de la clasificación previa preguntando ¿Cuál de estas colecciones tiene más objetos? Una vez que mencionen la respuesta se pregunta ¿Cómo lo supieron? ¿Por qué creen que esa colección tiene más? ¿Cómo lo puedes comprobar? Posteriormente se les pregunta que a partir de la colección de juguetes y la colección que se utiliza para beber ¿Cuál tiene más? ¿Cómo lo supieron? ¿Por qué creen que esa colección tiene más? se les pide que se cuenten para verificar su respuesta. Después se les pregunta que de los objetos para vestir y de los que se utilizan para pintar ¿Cuál tiene menos? ¿Cómo lo supieron? ¿Por qué creen que esa colección tiene menos?

Se les propone organizar las colecciones por cantidad, por lo que primero se pondrá la colección de colores, se pregunta ¿Qué colección sigue?, se sigue preguntando hasta que estén organizadas las colecciones, del pequeño al más grande. Se les pregunta, qué podemos hacer para tener la misma cantidad de vasos y colores, de acuerdo a sus respuesta se invita a quitar un vaso y se pide que los cuenten para ver si con ese vaso ya tienen la misma cantidad de colores, si no se tiene la misma se les pregunta ¿Qué podemos hacer? Se invita a quitar otro vaso.

Al finalizar se les motiva a recordar lo que aprendieron, a través de algunas imágenes, para puntualizar la clasificación que se hizo, también su orden por cantidades del mayor al menor y finalmente el resolver problemas para igualar, a partir de quitar elementos.

## Categoría. Conciencia emocional

### Estrategia Didáctica: : Mindfulness

#### LA RESPIRACIÓN DE LA ABEJA

Propósito: controlar la respiración para la interiorización.

Se pide a los alumnos taparse las orejas con los dedos índices, cerrar los ojos e imitar el sonido de las abejas  
MMMMMMMMMMMM.

#### COMPAÑERO DE RESPIRACIÓN

Propósito: Utilizar la técnica de respiración tomando conciencia de ella y del cómo se siente. Se pide que se acuesten boca arriba con su peluche o juguete preferido encima de su estómago y se propone que se fijen en cómo sube y baja a la vez que inhalan y exhalan.

Para ayudarlo a controlar su respiración se les dice que haga que el peluche se mueva más despacio respirando más lento y profundamente. De este modo el niño va tomando consciencia de su respiración y del control que puede ejercer sobre ella y dándose cuenta de cómo se siente en función de cómo es su respiración.

#### ESCUCHA EL SILENCIO

Propósito: Practica la atención de la escucha a partir de un objeto.

Con una campana se practicará la atención de la escucha. Se explica al niño que se va hacer un sonido y que se debe escuchar cuidadosamente hasta que se deje de oír (suele ser entre 30 segundos y un minuto). Se les puedes decir que levanten la mano cuando dejen de escuchar, así no interrumpen al resto que quizás aún lo escuchen.

#### NOS CONVERTIMOS EN RANA

Propósito: Concentrarse en su respiración como un foco de atención y relajación.

Para este ejercicio será necesario hacerlo en un espacio libre. Se les menciona a los alumnos que necesitamos estar sentado, tranquilos y atentos como una rana. Mantendrán la postura de rana en la que tendrán que inhalar y exhalar durante 5 minutos.

#### COMIENDONOS UN CHOCOLATE

Propósito: Percibir el sabor y textura del chocolate con el sentido del gusto a partir de las sensaciones que provoca.

Se les menciona a los alumnos que con este último ejercicio se trabajará el sentido del gusto. Describirán el sabor y la sensación como si se lo estuvieran contando a una persona que nunca ha comido un chocolate. Para iniciar tomarán un pedazo de chocolate y lo introducirán en su boca sin masticarlo, hasta que se deshaga por completo y mientras tanto saboreando. Mientras tanto tendrán que saborearlo y sentir su textura en todas las partes de su lengua.

---

## EL JUEGO DE LAS ESPONJAS

Propósito: Desarrollar la atención plena para conocerse, concentrarse y mejorar los proceso de memoria. Sentados en el piso, se les menciona que pueden cerrar sus ojos o tenerlos abiertos y observar como respiran, cómo sale el aire por su nariz y como entra, concentrarse solo en eso por un momento. Posteriormente deben de juntar sus manos e imaginar que están creando una esponja, se empieza a frotar y se les comenta que la esponja puede ser cómo ellos gusten, por ejemplo: de pétalos de flores, de plumas, de agua, de rayos del sol y también del color que quieran rojo, amarillo, verde, azul. Una vez lista, se invita a frotarla sobre su cabello, después su cara, orejas, la garganta, las manos dedo por dedo, los brazos, los hombros, la espalda, las piernas, los pies de igual manera dedo por dedo. Y se pregunta ¿qué parte de su cuerpo necesita más energía? Tal vez sea la garganta porque les duele y utilizaremos nuestra esponja para pasarla por ahí. Al termina se pregunta ¿Cómo se sienten? ¿Tienen más energía?

---

## Categoría. Habilidades sociales

### Actividad: El círculo de la amistad

#### Estrategia Didáctica: Aprendizaje con otros

**Propósito: Expresar sus ideas con claridad, al escuchar a sus compañeros encuentre semejanzas y diferencias entre sus opiniones para construir una definición sobre lo que es la amistad.**

Previo a la clase virtual el adulto responsable tendrá que reproducirle al alumno/a un video sobre el valor de la amistad ante la distancia por la pandemia protagonizada por animales.

Se utiliza la siguiente canción para dar la bienvenida a los niños de una forma positiva:

Mira a ver quién hay

en este lugarcito.

Un amigo, dos amigos, tres hay,

ya todos estamos,

¡Listos aquí!

Brevemente se comenta sobre el video, para esto se utilizan las siguientes preguntas: ¿De qué trato?, ¿Por qué cree que no se podían abrazar? ¿Qué sintieron al verlo? Se les muestra las siguientes imágenes sobre las relaciones que se llegan a generar para destacar ideas con relación a qué es un amigo. Y conforme las van observando se pregunta. ¿Ustedes tienen amigos? ¿Creen que un amigo hace eso? ¿Qué opinan sobre la imagen? ¿Qué es un amigo? ¿Por qué tenemos amigos? ¿Ustedes que hacen con sus amigos? Al terminar las preguntas se realiza con los alumnos poema sobre qué es un amigo considerando sus ideas. En cada línea, se escribe: "Un amigo es" y completa la oración con una de las palabras de los niños.

Un amigo es amable.

Un amigo es una ayuda.

Un amigo es divertido.

Un amigo es alegre.

Para finalizar se les invita a realizar un dibujo sobre algún momento que haya compartido junto con sus amigos, y lo compartirán al grupo. Se les menciona que ahora ya tiene más información respecto a qué es un amigo y la importancia que tiene en su vida.

## Categoría. Habilidades sociales

### Actividad: Los guardianes de la convivencia

#### Estrategia Didáctica: Juego de reglas

#### Propósito: Proponer y respetar acuerdos en juegos y trabajos escolares para una convivencia sana.

Para realizar esta actividad el adulto responsable y el alumno/a van a buscar un espacio libre de objetos y de distractores.

El adulto responsable y el alumno/a deben escoger un gis del color de su preferencia y en el suelo se dibujarán 10 cuadrados formando el juego del avión, los cuales se numeran del uno al diez. Antes de iniciar el adulto responsable preguntará al alumno/a si conoce las reglas de juego y escuchará su respuesta (si no conoce las reglas del juego se le explica que cada uno tomará una piedra pequeña y la lanzarán en cada número intentando que la piedra caiga dentro de ese cuadrado, el primero en hacerlo brinca los cuadros con un solo pie, sin pisar los que tiene la piedra, porque de no hacerlo pierde su turno y le toca al siguiente). Gana el primero que llegue al diez. Previo al juego el adulto responsable preguntará al alumno/a: ¿Qué acuerdos propones para que todos jueguen en armonía? ¿Qué pasaría si todos hicieran lo que quisieran en el juego? ¿Crees que podríamos jugar sin tomar en cuenta las reglas? Después de escuchar sus respuestas juegue juntos “el avión”.

Previo a la actividad el adulto responsable y el alumno/a van a observar un vídeo sobre ser un súper héroe para mantener la convivencia en cualquier lugar para una sana convivencia. Al terminar de ver el vídeo invite al alumno/a, a ser un guardián de la convivencia, para esto es necesario que primero el adulto responsable propicie un espacio adecuado para que puedan platicar con los integrantes de la familia incluyendo al alumno/a, de no ser posible puede ser solo entre los participantes en esta actividad (adulto-niño/a). La conversación se realizará a partir de las siguientes preguntas: ¿Cómo te sientes en estos momentos? ¿Qué acciones haz realizado y no han sido adecuadas? ¿Qué propones para modificar esa conducta? Escuchen sus opiniones mientras cada uno participa, dando turnos para hablar. Para que quede registrado lo que comentaron utilizarán una cartulina y se dividirá en dos, en una mitad se escriben los acuerdos propuestos para mejorar la relación en familia. (Se pueden utilizar imágenes o recortes para ilustrar los acuerdos). Acuerdos virtuales Para la siguiente actividad es necesario que se reflexione sobre la actitud, responsabilidad y compromiso en el cumplimiento de las actividades que se realizan en la escuela con motivo al confinamiento. A través de las siguientes preguntas: ¿Has hecho tus actividades? ¿Las realizas con buen ánimo? ¿Estas siendo responsable con tus tareas? ¿Tú actitud ha sido respetuosa con tus compañeros en las clases? A partir de sus respuestas se propone hacer acuerdos y escribirlos en la segunda mitad de la cartulina se pueden ilustrar con imágenes o recortes.

Para terminar con ayuda del adulto responsable se grabará un video donde el alumno explique qué acuerdos propusieron como familia y cuáles para la escuela, ¿Y por qué es necesario tener acuerdos?, asimismo se le propone seguir con su misión al recordarlas y realizarlas, por último la cartulina se coloca en un lugar visible de la casa.

## Categoría. Habilidades sociales

### Actividad: ¡Ay, que me derrito!

#### Estrategia Didáctica: Experimentación

**Propósito: Intercambia con sus compañeros ideas y descubrimientos al experimentar con algunos materiales.**

Previo a la clase virtual los alumnos tendrán que disfrazarse de científico, además de tener un cubo de hielo, una bandeja, sal de grano y lupa.

Se da la bienvenida al trabajo de investigación al pequeño grupo de "CIENTÍFICOS DEL HIELO". Cada alumno tendrá un cubo de hielo, una bandeja y sal de grano para realizar su estudio. Se anima a observar detenidamente su cubo de hielo. Se plantea preguntas para guiar la investigación, tales como: "¿Qué se siente al tocarlo?" "¿Puedes ver a través del hielo?". "¿Sufre alguna transformación?". Se propone un reto de predicción. Preguntando: "¿Qué sucederá si ponemos algo de sal sobre el hielo?". Al comentarlo, anotarán sus respuestas en el cuadro nombrado predice. Se pide que cada alumno espolvoree algo de sal sobre el hielo. Puede que los niños noten que la sal está empezando a derretir el hielo. Empezarán a aparecer agujeros. Cada uno debe de observarlo con la lupa y ver más de cerca los cambios que se están produciendo e irlo dibujando en la hoja, en el apartado de observación. Se utiliza preguntas abiertas para motivar la reflexión en el grupo: "¿Qué notaste ahora en el hielo? ¿Cómo ha cambiado?". Los niños empezarán a notar que la sal está creando cavernas en el hielo. Al finalizar se les pregunta a los alumnos ¿Por qué creen que paso eso? Para que cada uno lo registre en su último apartado que es explicación. A partir de eso se les menciona que la sal por sus componentes químicos descongela el hielo hasta que se vuelve líquido como agua. Se les pregunta, si han visto algo similar en algún lado, si no hay participación se les comenta que en el país de Estado Unidos cuando es temporada de invierno hay mucho hielo por lo que utilizan la sal para hacerlo líquido y poder pasar.

## Categoría. Empatía

### Actividad: Un nuevo integrante en la casa

#### Estrategia Didáctica: Experimentación

**Propósito: Sienta empatía al identificar los elementos necesarios para cuidar una mascota en casa.**

Previo a la clase virtual el adulto responsable le reproducirá un video sobre lo que representa una mascota.

Los alumnos tendrán que tener a su mascota a un lado, en el caso de no tener podrá imprimir una fotografía de una mascota que quisiera tener. Posteriormente se les pregunta ¿Qué te pareció el video? ¿Te hizo recordar algo? A partir de sus respuestas se plantea las siguientes: ¿Ustedes saben que debemos saber para qué poder tener una mascota en casa? ¿Cuáles serán sus cuidados básicos? ¿Qué ejercicios e higiene se debe tener con él? ¿Cuándo está enfermo a donde deben acudir? ¿Qué se puede hacer cuando hay problemas de conducta? Se irán escribiendo sus ideas conforme vayan participando.

Después se les lee el siguiente cuento “Del travieso tamarindo”, en el cual se describe la historia de un perrito que ante la falta de responsabilidad de sus dueños realiza algunas travesuras. Se les pregunta ¿De qué trato? ¿Qué le paso a tamarindo? ¿Al final qué paso?

Asimismo se les anima a observar el manual sobre el cuidado de una mascota, e ir recuperando información sobre el cuidado de una mascota en casa. Al terminar de revisar, en su cuaderno en la mitad de su hoja dibujarán a su mascota y alrededor representarán con dibujarán la información obtenida sobre los cuidados que se deben de tener de ella.

## Categoría. Empatía

### Actividad: Noticia

#### Estrategia Didáctica: Aprendizaje con otros

**Propósito: Que los alumnos expresen que les pasa, cómo se sienten por medio de sus vivencias personales, partir de la comprensión y el dialogo con los demás.**

Se les mencionará a los alumnos que se realizará la actividad “noticia” la cuál consistirá en expresar vivencias personales que este día han pasado, pueden ser agradables o desagradables. Posteriormente se irán anotando en el cartel de noticias. En el caso de que exista una noticia desagradable entre todos se buscará soluciones positivas que nos ayuden a sentir de forma agradable la noticia.

**Categoría. Habilidades para la vida y el bienestar**

**Actividad: Iniciando mi pequeño huerto**

---

**Estrategia Didáctica: Experimentación**

---

**Propósito: Comunicar y respetar los elementos de la naturaleza al registrar información que obtiene de distintos medios, para ampliar su conocimientos sobre el sembrar y cuidar una planta.**

---

Previo a la clase virtual es necesario tener el siguiente material: Una maceta/ o recipiente -botella que no utilice, tierra de acuerdo al recipiente que se ocupe, agua y semillas de jitomate (es necesario que con ayuda del adulto responsable le retire las semillas de un jitomate y las limpien con agua, para luego guardarlas en bolsa de papel para que se sequen y se puedan utilizar) Se invita a escuchar atentamente a los alumnos el siguiente cuento "Había una vez una semilla" de Judith Anderson y Mike Gordon. Posteriormente se pregunta: ¿Qué es lo que tenemos que hacer para sembrar una plantita? ¿Por qué los insectos se acercan a las plantitas? ¿De qué otra forma se siembra las semillas? Se les muestra el manual "huerta para todos" se les explica el por qué es necesario tener un huerto y los beneficios de esté. Después se invita a los alumnos a observar la siguiente infografía para seguir los pasos para sembrar sus semillas con los materiales solicitados e ir anotándola la información que la infografía propone en su registro. Para terminar se les invita y motiva a cuidarla, recordando los cuidados que requiere e ir tomando fotografías del cómo va creciendo.

---

## Categoría. Habilidades para la vida y el bienestar

### Actividad: El pequeño chef

#### Estrategia Didáctica: Experimentación

**Propósito: Comparte la utilidad del plato del bien comer al realizar una receta utilizando el balance de los alimentos.**

Previo a la actividad los alumnos deben de disfrazarse de chef utilizando recursos que se tenga en casa (mandil y gorro). Además de tener los siguientes materiales:

2 rebanas de pan blanco, Bimbo, 2 rebanadas de jamón, 1 hoja de lechuga, 1 jitomate, cortado en jualina, 1 aguacate en tiras, una cucharada de mayonesa, 4 limones cortados a la mitad, dos cucharadas de azúcar, una cuchara, un vaso de agua, una tabla, un plato, un exprimidor, un cuchillo (se utiliza con el adulto responsable) y un vaso o un rodillo.

Antes de iniciar la actividad se dará un breve repaso sobre el plato del buen comer para ir reconociendo su importancia de una alimentación correcta y saludable e identificando los alimentos que lo componen, a través de la siguiente ruleta “de los alimentos del plato de buen comer”. Posteriormente se da inicio a la clase de cocina con los pequeños chefs. Primero es necesario que se laven las manos para cocinar. Después se pregunta, ¿en dónde podemos encontrar recetas? A partir de sus respuesta se enfatiza que el recetario es un libro que nos permite conocer diferentes recetas nutritivas combinando los diversos alimentos del plato del buen comer. Se invita a los alumnos a realizar la receta “SANDWICH SUSHI”, se les muestra la receta (su nombre, ingredientes, su preparación en pasos) Se irá realizando paso, por paso de la siguiente manera:

1. Quitar las orillas a las rebanadas de pan blanco.
2. Aplanar con un rodillo o vaso hasta dejar un pan muy fino.
3. Untar una capa de mayonesa.
4. Cortar con los dedos la hojita de lechuga.
5. Coloca las rebanas de jamón y una tira de aguacate y jitomate a lo largo.
6. Enrollar el pan, una vez terminado se corta en rollitos con ayuda del adulto responsable.

FINAL Para terminar, se exprimen los limones en un vaso con agua y se mezcla con un poco de azúcar para tener lista el agua de limón. Por último se mencionan en donde se encuentra los alimentos que utilizamos de acuerdo al plato de buen comer, y se prueban los alimentos.

### 3.6. Segunda fase: Propuesta de mejora a plan de acción

A partir de la primera fase de intervención se consideraron las siguientes estrategias didácticas para la mejora del plan de acción. Las actividades se propusieron con relación a los resultados obtenidos del primer ciclo y se enfocaron en la incorporación de estrategias como el juego en movimiento, juegos a través del lenguaje, artes visuales, juego dramático, juego simbólico y la experimentación que a continuación se describen. (Ver Tabla 4)

**Tabla 4**

*Propuesta de mejora*

Categoría. Autonomía
<b>Actividad: Dime una...</b>
<b>Estrategia Didáctica: Juegos a través del lenguaje</b>
<p>¿Qué se espera que el alumno aprenda? Que diga diferentes rimas, adivinanzas, trabalenguas, canciones y chistes. INICIO Previo a la actividad los alumnos tienen que investigar una canción infantil, dos rimas pequeñas, 2 trabalenguas, 2 adivinanzas y 1 chiste. (Es necesario ensayarlo para la participación en la clase virtual) Posteriormente se le pregunta ¿Qué es una canción? ¿Qué es una rima? ¿Qué es una adivinanza? ¿Qué es un trabalenguas? A partir de las respuestas se les menciona que una canción es una composición musical que posee una melodía, ritmo, letra, así como el acompañamiento de instrumentos musicales, para que pueda ser interpretada. Una rima es una semejanza o igualdad de sonidos entre dos o más palabras. Una adivinanza es un tipo de acertijo en forma de rima, se describe una cosa de forma directa para que alguien lo adivine. Un trabalenguas son oraciones difícil de pronunciar. Posteriormente se les invita a jugar "DIME UNA..." a través de una ruleta la cual va estar distribuida por: canción, rima, trabalenguas, adivinanza y chiste. Se jugara por turnos, al alumno que le toque girará la ruleta y si le toca una adivinanza la dirá para que sus compañeros la adivine, si les toca una rima, un trabalenguas, una canción todos las dirán, si toca un chiste solo él lo contará. Se dará una participación por alumno para girar la ruleta y de acuerdo a lo que salga deberán decirlo.</p>

## Categoría. Autonomía

### Actividad: Soy un escultor como Botero

#### Estrategia Didáctica: Artes visuales

Previo a la clase virtual el adulto responsable le reproducirá el siguiente video al alumno: Zamba: Excursión al Museo de Bellas Artes - Fernando Botero. Además de tener plastilina y un abateleguas.

Se les preguntará a los alumnos: ¿De qué trato el video? ¿Cómo eran las esculturas que vieron? ¿Cuál es su estilo? ¿De qué material las hacían? ¿Qué será una escultura?

Posteriormente se les menciona que daremos un viaje a la plaza de esculturas de Fernando Botero en Medellín Colombia, se les pide que las observen y se pregunta: ¿Qué te gusta de la escultura? ¿Por qué? ¿Cómo se sentirían si pudieran tocar la escultura? ¿Por qué? ¿Qué sentiría al tocarla? ¿Por qué crees que el escultor las realiza de esa forma? ¿Qué características tiene estas esculturas? A partir de sus respuestas se les menciona que su estilo figurativo es el boterismo lo que significa que son más robustas, gruesas de lo habitual, es decir un poco más gorditos. Después se les invita a reproducir alguna de las esculturas: el gato, la mano, caballo y el perro.

Posteriormente se les explica que con los palitos se pueden hacer marcas superficiales o perforaciones para marcar detalles como los ojos, el cabello o la sonrisa, también pueden hacer diferentes figuras para formar brazos, piernas o partes que complementen su producción.

Enseñaran su escultura, y explicaran cual escogieron y por qué, cómo la realizaron, como marcaron las líneas y qué se le dificultó.

## Categoría. Autoestima

### Actividad: Así eres tú...

#### Estrategia Didáctica: Artes visuales

Previo a la actividad el alumno debe de tener una barra de plastilina. Se les reproduce a los alumnos el cuento titulado "¡No quiero el cabello rizado! De la autora Laura Ellen Anderson". Posteriormente se les pregunta ¿De qué trato el cuento? ¿Por qué no le gustaban sus rizos? ¿Al final que paso? ¿Alguna vez te ha pasado algo como la niña? ¿Hay algo que no te guste de tí?

A partir de sus respuestas se les menciona que todos tenemos características físicas diferentes y que se perciben a simple vista. Puede ser el color y forma de cabello, la estura, la forma de nuestro rostro y de nuestras manos, el color de ojo y la forma de nuestra ceja. Por otro lado existen también las cualidades que nos distinguen y definen por nuestra manera de ser, éstas pueden ser positivas y están relacionadas con la personalidad y el carácter; por ejemplo, saber escuchar, ser responsables, alegres, positivos, etc. Después se les menciona que se va jugar el juego "ASÍ ERES TÚ..." El cual consiste en escoger una tarjeta al voltearla se observará el nombre de alguno de sus compañeros, el compañero que le toque será al que modelará con plastilina, de acuerdo a cómo es físicamente y cuáles son sus cualidades y qué le agrada de él.

Para finalizar cada uno de los alumnos explicara lo que reconoció del compañero que le toco.

## Categoría. Conciencia emocional

### Actividad: Teatro de emociones

---

#### Estrategia Didáctica: Juego dramático

---

Se invita a cantar una canción “Juguemos a las adivinanzas emocionales”. Cada uno de los alumnos caminara en un espacio libre de objetos. Se les mencionará que cuando se de una palmada, cambiaran de dirección, si se dan dos palmadas se sigue caminando en la misma dirección pero con una emoción en concreto (triste, alegre, asustado, sorprendido, enfadado).

Se le menciona a los alumnos que caminaremos por el espacio como si fuéramos: una persona mayor, un sargento militar, una persona que tiene mucha prisa, una persona luchando contra el viento, un hombre cargando un saco de arena muy pesado y una persona que va persiguiendo a su perro. Terminando se pregunta: ¿Cómo nos sentimos en las diferentes situaciones? ¿El hacer gestos nos lleva a sentir alguna emoción en concreto? ¿Coincidimos en estas emociones?

Cada uno de los alumnos inventará un movimiento y un gesto y los demás compañeros lo imitaremos. Al finalizar se reflexiona de cómo nos sentimos, si se dificulto expresarse con su cuerpo, si les dio vergüenza al realizarlo, si estaban más cómodos imitando o inventado gestos.

Se les mostrará diferentes personajes de la película intensamente y se les propone actuar una situación de acuerdo a esa emoción, utilizando su expresión oral y corporal.

---

## Categoría. Conciencia emocional

### Actividad: La rocola

#### Estrategia Didáctica: Artes visuales

Previo a la actividad los alumnos deben de estar en un espacio cómodo y libre de objetos. Se les mencionará que vamos a imaginar que estamos en lugar muy bonito con nuestra familia y que para convivir vamos a escuchar diferente música a través de una rocola. Posteriormente se les pregunta ¿Qué será un rocola? A partir de sus respuestas se les explica que una rocola es un aparato que diferentes géneros musicales y a la cuál le tenemos que poner dinero para escuchar.

Se les invita a poner una moneda imaginaria en la rocola para escuchar la primera canción, asimismo se le motiva a que no solo se escuche la pieza musical, si gusta puede moverse al mismo tiempo, solo o con el adulto responsable que lo acompañe. Se reproducen las siguientes canciones: el son de la negra, música africana, für Elise, rock and roll y the phantom of the opera.

Después de escucharlos, se le preguntará a los alumnos lo siguiente: sobre las piezas musicales que escuchaste, ¿Son iguales? ¿Alguna te hizo sentir triste, alegre o relajado/a? ¿Cuál te gusto más y por qué? Se les presentara las canciones y los diferentes géneros musicales. En una hoja el alumno registrará alguno de los géneros que lo hicieron sentir alguna emoción.

## Categoría. Conciencia emocional

### Actividad: Un mundo de colores

---

#### Estrategia Didáctica: Artes visuales

---

Previo a la clase virtual los alumnos tiene que tener el siguiente material: una cartulina blanca, acuarelas y pincel.

Se les pregunta a los alumnos si ellos conocen alguna pintura, ¿por qué creen que un pintor realice diferentes pinturas? dependiendo de sus repuestas se les menciona que un pintor plasma sus emociones o sentimientos en un papel, tela o pared y que utiliza diferentes técnicas y colores.

Posteriormente se les muestra las siguientes pinturas: full fathom five de Jackson Pollock, niño estudiando la lección de Jean Baptiste Greuze, el asceta de Pablo Picasso, el grito de Munch y baño de Joaquin Soralla. Se les pide que las observen muy bien y en cada una de ellas se les preguntará: ¿Qué ven en la obra? ¿Qué expresa... (la niña, el señor mayor, el señor y los niños) ¿Qué es lo que te hace sentir al ver la pintura? ¿Qué colores conocemos que se observan en las pinturas? ¿Les gustan esos colores? ¿Cómo creen que se sintió el artista utilizando estos colores?

Se les menciona que ahora que ya sabemos que plasma un pintor se les invita a realizar su propia obra artística a través de una cartulina y sus acuarelas. Una vez realizada su obra artística se les pide que cuente cómo se sintieron al realizarla, qué expresaron en ella, que colores utilizaron y porque los utilizaron de esa forma

---

## Categoría. Empatía

### Actividad: Me gusta ayudar a los demás

#### Estrategia Didáctica: Juego simbólico

Se lee el siguiente cuento a los alumnos "Incendio en la selva". Posteriormente se les pregunta ¿De qué trato el cuento? ¿Qué hicieron los animales al ver el incendio? ¿Cómo creen que se sintieron los animales después de brindarle ayuda al pajarito? ¿Tú que hubieras hecho? ¿Qué significa ayudar? Se les pide que recuerden alguna situación donde haya brindado ayuda. A partir de sus respuestas se les menciona una pequeña definición sobre la cooperación: es la tarea de ayudar y servir, de una manera desinteresada e incondicional, a los demás. Al final se les pide que asocie algunos ejemplos sobre la cooperación y la ayuda que se encuentran al final del cuento.

Se les mencionará a los alumnos que jugaremos a ser "superhéroes de la ayuda" por lo que deberá estar pendiente de lo que sucede en casa y si nota que alguien requiere de sus súper poderes entonces tendrá que pensar de qué forma lo pueden ayudar. Posteriormente se les menciona que las labores del hogar son tareas de todos los que viven en casa si todos ayudamos lograremos que su mamá, papá, o abuelita/a tengan un poco más de tiempo libre para convivir en familia, jugar o ayudarte en la tarea. Se les pide que dividan una hoja a la mitad y en los espacios vacíos se pide que dibujen 2 tareas de la casa en las que va ayudar y que no ha llevado acabo, por ejemplo: acomodar la cama, ayudar a preparar una receta a su mamá, tirar la basura en su lugar, levantar sus juguetes, etc.

Se les pide que observe la siguiente imagen y se les pregunta ¿Quién crees que necesiten ayuda? ¿Por qué? ¿Qué harías para ayudarlo o ayudarla? Por último se les pregunta ¿Qué aprendieron? ¿Por qué es importante ayudar a los demás.

## **Categoría. Habilidades para la vida y el bienestar**

### **Actividad: Mi compromiso con el medio ambiente**

#### **Estrategia Didáctica: Experimentación**

Previo a la clase virtual el adulto responsable observará con el alumno el siguiente video.

Posteriormente se les pregunta ¿Qué es el medio ambiente? A partir de sus respuesta se les explica que es todo aquello que nos rodea; el cielo, el suelo, el agua, las plantas, los animales y el resto de las personas que se encuentran donde vivimos. Se contará el cuento “La tierra está triste” a través de títeres. Al terminar se pregunta: ¿Es importante cuidar el medio ambiente? ¿Por qué?

Por medio de sus respuestas se les muestra una imagen en donde está la tierra triste, se les pide que hagan un recordatorio sobre las acciones que realizan en casa y que afectan al planeta, conforme vaya participando se van escribiendo sus ideas.

De las acciones que se tengan, se dará un tiempo para que el alumno platique con el adulto responsables y determine qué acciones pueden mejorar, así mismo comprometiéndose a cambiarlas y realizarlas de manera permanente utilizando la “acta de compromiso con el medio ambiente” , por lo que anotarán o dibujará con el alumno esa acciones a las que se compromete.

## **Categoría. Habilidades para la vida y el bienestar**

### **Actividad: Circuito motriz**

#### **Estrategia Didáctica: Juego en movimiento.**

El circuito motriz se llevó acabo en un espacio de la casa de cada uno de los alumnos, con ayuda de sus padres ubicaron las cuatro estaciones, que previamente antes se les había enviado en un vídeo.

A través de la canción titulada “el baile de movimiento” se realizará el calentamiento. El primero ejercicio consiste en pasar en zigzag y después regresar en cuadrupedia, el segundo ejercicio es reptar por debajo de las sillas, el tercer ejercicio es brincar por encima de 5 objetos, el cuarto ejercicio es aventar una pelota y bajar a tocar el suelo y luego cazarla (cinco repeticiones), el cuarto ejercicio será aventar 5 bolitas de calcetines a una canasta de ropa, el quinto ejercicio se deberán acostar en el piso y con sus pies pasarán cinco objetos subiendo sus piernas hasta llegar a la cabeza. Para terminar se inhala y exhala, se les menciona a los alumnos que van a relajar las partes de su cuerpo, estirando hacia arriba, hacia atrás y tocando las puntas de nuestros pies.

### **3.7. Implementación del plan de acción: Trabajo de campo**

En seguida se hace una breve presentación sobre cómo se llevó a cabo el desarrollo de las dos fases de investigación durante su implementación:

#### **3.7.1. Fase 1**

La primera fase del ciclo de investigación, inició con la autorización del directivo del preescolar “Frida Kahlo Calderón”, por lo que se le envió una carta el tres de febrero del dos mil veintiuno a la subdirectora ya que en ese momento la directora se encontraba en su periodo pre-jubilatorio. En esta carta se le informa que desarrollara la investigación en el grupo y grado asignados y en la que se implementara el tema de investigación contando con la confiabilidad de los datos para utilizarlos con fines educativos. Aunado a esto se inició con el primer ciclo de investigación y con las propuestas del plan de acción, las cuales se realizaron conforme a los aprendizajes que marca el plan y programa de educación preescolar. Sin embargo a partir de la pandemia provocada por la COVID-19 la SEP junto con el gobierno Federal implementaron un programa de televisión abierta para todos los alumnos que no tuvieran el acceso a las diferentes modalidades que se presentaban como opción para el cumplimiento del su derecho a la educación. Por lo cual cada semana se tenían aprendizajes esperados de los diferentes campos de formación académica y del área de desarrollo personal y social en las se generaba actividades con cada programa que abarcaba los niveles de educación básica. Por lo mismo las autoridades buscaron que los docentes coincidieran con la parrilla de aprendizajes que ofertaba el programa “Aprende en casa III” para consolidar el aprendizaje de los alumnos. Como se menciona en la situación presentada, el plan de acción que se llevó a cabo se realizó con los aprendizajes que el programa proponía. Su estructura fue encaminada por las habilidades cognitivas, emocionales y sociales para su desarrollo.

Por lo cual en tres semanas se trabajaban tres clases virtuales en las que se planteaban actividades de un solo campo o área, cada clase abarcaba una hora

aproximadamente, cabe mencionar que se realizaron cuatro horarios por día, de los cuales se tenía que repetir las clases con los diferentes alumnos que se llegaban a conectar de acuerdo al horario que escogieron.

Además, se enviaba el plan de trabajo con anticipación a los adultos responsables para que tuviera en cuenta el material con el que se iba a trabajar en casa la sesión virtual. La mayoría del material que se pedía, era algo que se tuviera en casa para evitar gastos mayores en los adultos responsables. Asimismo, los recursos que se utilizaban en cada clase eran realizados a partir de la utilización de las TIC, cómo el uso de un memorama, la ruleta digital, herramientas de la plataforma zoom, entre otros.

Al término de cada clase junto con la docente titular se realizaba una pequeña reflexión sobre las áreas de oportunidad que se tenía para mejorar en las actividades, así como aquellas fortalezas que se debería seguir utilizando. De manera personal se hacía un análisis de aquello que faltó mejorar durante las sesiones y del cómo las estrategias didácticas que se presentaron iban habilidades socioemocionales en cada uno de los alumnos, asimismo al analizar los datos de las diferentes actividades que se realizaron con las niñas y los niños se concluyó que era necesario mejorar el plan de acción en aspectos relacionados con las emociones, su identificación y regulación de las mismas dentro de su participación social.

### 3.7.2 Fase 2

Ante todo, lo analizado de la primera propuesta que presento, se comenzó a construir la propuesta de mejora del segundo ciclo de investigación. Las actividades se siguieron llevando a cabo en cuatro horarios ya establecidos por la docente, para que cada uno de los alumnos tuviera la oportunidad de conectarse, de igual manera se realizaron tres sesiones por cada semana y se siguió retomando la parrilla de aprendizajes que la programación.

Sin en cambio ante la organización del preescolar las áreas de desarrollo personal y social solo tenía un día a la semana para realizarse durante la semana, y con los

diferentes horarios en que las promotoras trabajaban no se llegaba a trabajar de manera sincrónica con los alumnos, puesto que las actividades se planteaban para realizarlas en casa con ayuda del adulto responsable que acompañaba en cada sesión al alumno. Es por eso que la propuesta de mejora incluye ese elemento esencial, durante las 9 sesiones de clases virtuales se propusieron actividades relacionadas con el área de: Educación socioemocional, Artes y Educación Física. En este tipo de clases se observaron interesados pues la mitad del ciclo escolar no había tenido oportunidad de utilizar materiales de las artes visuales y con ello se observaron atentos, entusiasmado y concentrados con las actividades que se les proponían.

## Capítulo IV. Resultados

Es preciso señalar que dentro de la investigación que se llevó a cabo, se realizaron dos ciclos de intervención los cuales se verán reflejados en este apartado. Estos resultados se muestran por categorías de las habilidades socioemocionales en las que se implementaron las actividades y estrategias didácticas, de igual manera se menciona cómo la estrategia didáctica utilizada fortalece el aspecto socioemocional en los niños y niñas a partir de los propósitos planteados.

### **4.1. Categoría autoestima con las estrategias didácticas: las artes visuales**

De acuerdo con Cassá (2011) la “Autoestima significa tener una imagen positiva de sí mismos; estar satisfecho de sí mismo; mantener buenas relaciones consigo mismo” (p.24). Esta empieza a formarse en primer lugar a través de las relaciones con las principales figuras de apego, y posteriormente el contexto irá ampliándose al resto de personas que integran la familia, la escuela y el grupo de iguales. Lo que propicia intercambios entre compañeros para identificar en que se parece con relación a aspectos como rasgos físicos, gustos o habilidades.

Esto favorece al generar en las niñas y niños un sentido de identidad y pertenencia. A lo que las siguientes respuestas de los niños confirman que se pudieron reconocer y apreciar a través del modelado que los alumnos realizaron particularmente a uno de sus compañeros, identificando características físicas en las que se incluyen la fisonomía en la que interviene el tamaño y color de sus ojos, su cabello, el color de su piel y su corporeidad. Así mismo hacen alusión a las cualidades personales como el estado emocional en que se comporta su compañero, entre ellos esta; ser tímido, amable, risueño, feliz y alegres cuando juega con sus amigos. Lo que en un primer momento los hizo sonreír ya que solo se había trabajado con sus propias

características físicas, por lo que propicio en los alumnos sentirse valorados por otro compañero al escuchar su precepción sobre ellos, lo que permitido manifestar emociones positivas y sentirse apreciados por sus compañeros a través de la observación.

Sin embargo, falto enfatizar los gustos y habilidades para identificaran los rasgos que los caracterizan y diferencian de sus compañeros y lograr establecer esa identificación en lo que se parecen a otras personas para que vayan teniendo una mayor representación mental de sí mismo. (Ver Figura 4 y 5)

**Figura 5**

*Escultura de su compañero Rodrigo*



*Nota:* El alumno muestra la escultura de su compañero de acuerdo a sus características. Elaboración propia.

**Figura 4**

*Escultura de su compañero José*



*Nota:* La alumna menciona las cualidades que tiene su compañero. Elaboración propia.

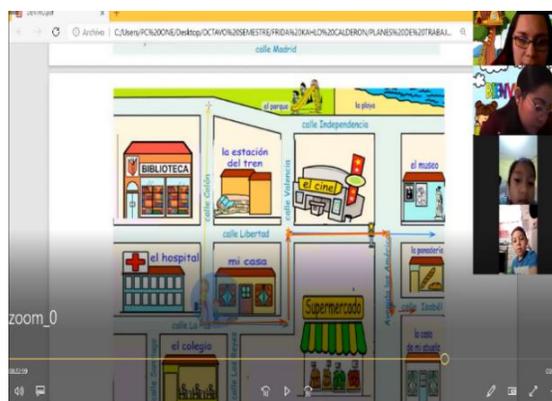
#### **4.2. Categoría de autonomía con estrategias didácticas: resolución de problemas y artes visuales**

De acuerdo con el concepto que maneja la SEP (2017), “en la autonomía se persigue que el alumno sea capaz de realizar y concluir trabajos, además de elegir los materiales necesarios para concluir una tarea, pedir ayuda cuando lo requiera y persistir en actividades desafiantes” (p.322).

En esta categoría y acuerdo con las actividades los niños mostraron actitudes de iniciativa, seguridad, optimismo al expresar y responder de manera clara de acuerdo con la ubicación de un objeto, sin embargo, al solucionar los problemas para ir indicando la trayectoria algunos recurrieron con el adulto responsable que lo acompañaba para preguntarles y que les mencionara la direccionalidad y orientación de la ubicación (ver Figura 6). Aunque ya se había enfatizado que las actividades las tenía que realizar el alumno de acuerdo a su conocimiento.

## Figura 6

### *La trayectoria de un mapa*



*Nota:* El mapa en donde los alumnos mencionaban la trayectoria de acuerdo al problema. Elaboración propia.

Sin embargo, cabe resaltar que uno de los mayores retos que enfrentaron los alumnos fue orientarse y utilizar la direccionalidad a partir de la pantalla para mencionar a qué lado giraba si caminaban hacia enfrente y de que otras formas podrían llegar a partir de las ya mencionadas por los alumnos.

En la siguiente actividad los alumnos contaban con fichas para dar solución a los problemas a través de colecciones en los que se necesita agregar, quitar y distribuir. Ellos eligieron sus propios recursos como; círculos, palitos, fichas, ábaco, botones, registros en su cuaderno y los acomodaron para dar solución a cada uno de los problemas, en algunos casos usaron expresiones como de sumar elementos. (Ver Figura 7 y 8)

**Figura 8**

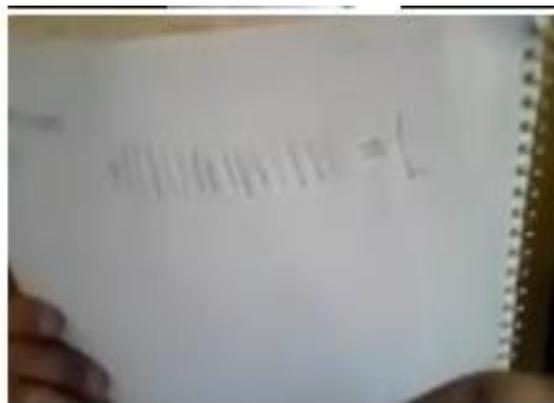
*Contando con ábaco*



*Nota:* El alumno muestra con el ábaco la solución del problema. Elaboración propia.

**Figura 7**

*Realiza palitos para contar*



*Nota:* La alumna menciona como registro en su cuaderno para resolver el problema. Elaboración propia.

Aunque se esperaba propiciar la autonomía de los alumnos, los adultos responsables los apoyaban en el proceso para ir separando los datos, por lo que faltó preguntarle a los alumnos qué tipo de apoyo requieran a través de sus dudas para que tuvieran mayor autonomía para saber qué es lo que se le dificulta de los datos que tenía cada problema.

A través de actividades planteadas sobre el uso de las diferentes colecciones, los alumnos mostraron actitudes en el que persistieron en la siguiente actividad al clasificar colecciones, entre sus hallazgos se encuentra clasificar los elementos por tamaño, que pusieran a prueba la cantidad que mencionaban con el resultado final y darle respuesta a lo que se les solicitaba. (Ver Figura 9)

## Figura 9

*Los alumnos separan sus colecciones de acuerdo a lo que se les pide*



*Nota:* Los alumnos responden cómo pueden igualar una colección. Elaboración propia.

Los alumnos muestran confianza en los conocimientos que tiene con relación a las anteriores actividades. Ya que, aunque se encontraba el adulto responsable acompañándolos ellos fueron separando y dando respuesta a lo que se les indicaba.

En la siguiente actividad se reafirma lo que ellos puede realizar de manera autónoma, entre sus logros se encuentra realizar la escultura ellos mismos sin ninguna ayuda, asimismo el que ellos lo hicieran solos pudieron darse cuenta de que requerían ayuda en ciertos aspectos como hacer su escultura con más volumen, al momento de hacer su rostro, su cabeza, las orejas de los animales, sus patas, los dedos y las marcas las líneas que tiene cada escultura. Por lo que al final algunos de los alumnos tuvieron que pedir ayuda para formar la escultura y que no se desintegrará al presentarla. (Ver Figura 10 y 11)

**Figura 11**

*La escultura del caballo*



*Nota:* La alumna menciona la dificultad que tuvo al realizar la escultura por su forma. Elaboración propia.

**Figura 10**

*La escultura del gato*



*Nota:* El alumno muestra como realizo su escultura. Elaboración propia.

### **4.3. Categoría de conciencia emocional con estrategias didácticas: juego dramático y el mindfulness**

Los niños y niñas deben de tener la capacidad de percibir con precisión los propios sentimiento y emociones; identificarlos y etiquetarlos, asimismo tener la posibilidad de experimentar emociones múltiples (Cassá, 2011).

Aymerich (1997), considera que la expresión es un medio excelente para alcanzar un equilibrio físico y psíquico. Por lo que los alumnos realizaron expresiones corporales para revelar emociones en diferentes actuaciones. Lo que propicio que los alumnos manifestaran felicidad al reírse de cada interpretación o cuando ya la ejecutaban, por los movimientos que realizaba con su cuerpo, los gestos y lo que decían.

Algunos de los alumnos interpretaron una situación de acuerdo a la emoción que sentían, por lo que su participación destacaba de la siguiente manera:

- Felicidad cuando sus papás llegan a casa y les dicen que les tiene una sorpresa.
- Miedo cuando se va a dormir y su mamá apaga la luz. (Ver Figura 12)
- Alegría cuando juega con sus juguetes.
- Alegría al abrazar a sus hermanos.
- Alegría cuando le sopla a su pastel de cumpleaños
- Enojo cuando no le hacen caso.
- Desagrado cuando la comida tiene cebolla

## Figura 12

### *Imitación de la emoción del miedo*



*Nota:* Alumno actuando la emoción del miedo cuando apagan la luz de su cuarto. Elaboración propia.

Sin embargo, algunos alumnos solo mostraban la expresión facial según la emoción de alegría, tristeza, enojo y vergüenza y no interpretaban una acción referente a ella. Lo que limita la expresión corporal ya que a través de ellas las personas minimizan sus problemas emocionales y sus conductas contraproducentes y generan vivencias más felices (Pastor, 2003).

Cuando los niños expresan cómo se siente en diferentes situaciones contribuye a que tengan un vocabulario emocional más adecuado. Además, van comprendiendo que no solo se representa de manera facial una emoción, sino que existen situaciones que lo generan y que provocan cambios en el cuerpo.

Por eso la siguiente actividad, se enfocó en que los alumnos escucharan diversos estilos de música provocando en los alumnos despertar una emoción o sentimiento. El

espacio fue propicio para que ellos hicieran lo que sintiera de acuerdo con lo que la canción que iban escuchando. (Ver Figura 13, 14 y 15)

### **Figura 13**

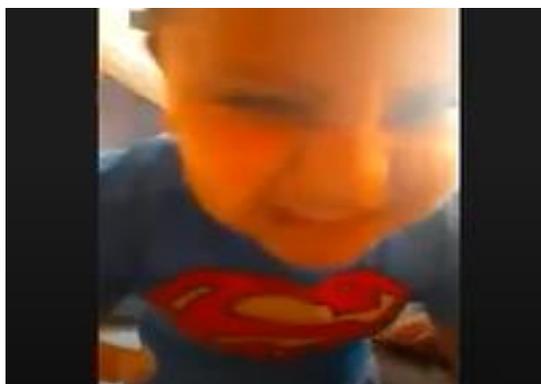
*Alumna expresándose a partir del baile*



*Nota:* La alumna toma la iniciativa de bailar con su mamá. Elaboración propia.

### **Figura 14**

*Alumno expresa la emoción de manera facial*



*Nota:* La alumna menciona la dificultad que tuvo al realizar la escultura por su forma. Elaboración propia.

### **Figura 15**

*Expresión de su emoción ante la música*



*Nota:* La alumna menciona que le da pena participar al escuchar las canciones. Elaboración propia.

Los alumnos mencionaron que se sintieron felices y relajados al escuchar algunas de las canciones por lo que tuvieron la iniciativa de bailar con el adulto responsable que lo acompañaba, también porque les agrado el ritmo, de igual manera sintieron miedo con la canción “the phantom of the opera” porque se imaginaron que eran de monstruos y una reacción fue que se le cambiara a la música, en algunos casos les dio vergüenza expresarse de manera corporal lo que les hacía sentir cada canción y solo un alumno manifestó que le aburrieron por ese motivo se esperó sentado.

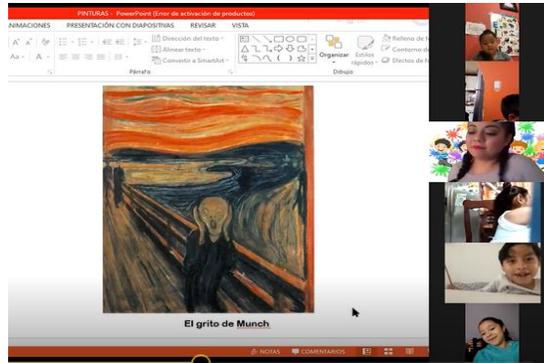
Esto permitió a los alumnos darse cuenta la variedad de emociones que cada uno sentía y las razones del porqué lo experimentaban de esa manera. Como lo menciona Bisquerra (2000) “Las emociones estéticas se dan cuando reaccionamos emocionalmente ante ciertas manifestaciones artísticas (literatura, pintura, escultura, arquitectura, música, danza, cine, teatro, etc.)” (p.133).

Esta experiencia estética se puede dar como en la siguiente actividad, en la que los alumnos ante la contemplación de varias pinturas expresaron las diversas emociones que se producían al verlas. En este caso sus respuestas iban vinculadas de la siguiente manera:

- Se sienten feliz porque observaron hojas de árboles moviéndose.
- Tristeza al ver la expresión de su rostro de la niña sentada en la escuela, de igual forma por su color.
- Se siente enojado, porque la cara de la pintura tiene un ojo desnivelado ya que uno esta hacia riba y el otro más abajo.
- Siente miedo por la cara que hace esa persona en la pintura. Porque lo relacionan con la llorona y porque les da miedo las alturas. (Ver Figura 16)
- Felicidad porque los niños están en el agua y cuando hace calor es bonito estar en el agua porque te refrescas.

## Figura 16

### Pintura “El grito”



*Nota:* Pintura en donde expresan que les da miedo. Elaboración propia.

En un segundo momento se vinculó como el pintor plasma sus emociones en su pintura de acuerdo a lo que siente y a través de sus propias percepciones. Para lo cual los alumnos realizaron una pintura de acuerdo a lo que sintiera en ese momento, la mayoría pintaron desde su imaginación en donde hacia énfasis en:

- Sentir felicidad al pintarla, porque les agrada la pintura de la noche estrella de Vicent Van Gogh. También porque pintaron gustos sobre los animales que más les gusta, pintar un arcoíris y a su familia. (Ver Figura 18,19 y 20)
- Sintieron felicidad al pintar lo que se imaginaron, principalmente al pintar lo que les gusta cómo; el atardecer, las montañas, una carreta con algunas frutas favoritas. (Ver Figura 17)
- Plasmaron la emoción que interpreto de una pintura que le provoco “miedo”

**Figura 18**

*Pintura “Maravillosa”*



*Nota:* El alumno pinta de acuerdo a su creatividad y gustos. Elaboración propia.

**Figura 17**

*Pintura “Los lobos de la montaña”*



*Nota:* El alumno pinta sobre sus gustos de animales. Elaboración propia.

**Figura 20**

*Pintura “El arcoíris de Mateo”*



*Nota:* El alumno muestra su arcoíris y la razón de su forma. Elaboración propia.

**Figura 19**

*Pintura “Donde viven los patos”*



*Nota:* La alumna pinta el lugar en donde viven los patos. Elaboración propia.

Esta particularidad de pinturas ejemplifica que las emociones estéticas hacen producir emociones individuales como se ha señalado anteriormente, lo que no implica nuevos conceptos. Puesto que genera contemplación ante ciertos aspectos como; la naturaleza (una puesta del sol, un paisaje de montaña, el arcoíris, los diferentes animales, los habitats de los animales etc.). Cada emoción dependerá de cómo se sienten los alumnos por ejemplo en el caso del arcoíris el alumno se sintió por un momento nervioso porque no le salía la pintura como él quería, sin embargo, la

duración de una emoción es corta ya que al final destaco su logro que hizo y cambio su emoción a felicidad.

Aunado esto cuando ya se da la conciencia emocional se pasó a otras habilidades como es la regulación emocional. Considera (Cassá, 2011) que la “regulación emocional es la capacidad de manejar las emociones de forma apropiada” (p.23) por tal motivo los alumnos deben de tener diversas experiencias con relación a técnicas que le permitan manifestar como un control ante manifestaciones impulsivas. En este caso la respiración es un paso fundamental para generar una regulación emocional por lo tanto los alumnos al realizar diversas técnicas pusieron en práctica su respiración al darse cuenta que la podían controlar con un peluche en su estómago y ver como subía y bajaba al momento de inhalar y exhalar, pues enfocaron su atención en ese momento. Después lo intentaron al realizar un zumbido y cerrar los ojos, ellos mencionaron que escuchaban el sonido de una abejita y que se enfocaron en como vibraba su boca.

Posteriormente lo intentaron al identificar un sonido, para eso tuvieron que seguir con la técnica de respiración en la que pudieron identificar el sonido de la campana que entre sus participaciones manifestaron que se sintieron relajados porque escuchaban como canciones de cuna.

Sin embargo, al realizar la postura de rana se les dificulto más respirar por el equilibrio que tenía que mantener, aunque algunos de los alumnos se sintieron relajados, tranquilos y bien, pero sintieron un poco de pena al realizarlo.

El último ejercicio de relajación se enfocó a disfruta un chocolate y que después de probarlo, explicaran a que sabía como si nunca hubiera probado uno. Entre sus respuestas se encontraban las siguientes: sabor dulce al de vainilla, duro, es frio, mojado y sabe rico. Sabe a chocolate blanco con mora a azul, esta sabroso, se derrite como hielo.

Por lo que durante las clases se mostraron un poco más tolerantes con las participaciones en el grupo, más concentrados en sus actividades o al momento de participar y menos presentación de emociones negativas sobre aspectos relacionados

con aburrimiento y enojo al no participar. En las siguientes figuras se muestra las diferentes actividades relacionadas con el mindfulness (Ver Figura 21, 22, 23 y 24)

**Figura 22**

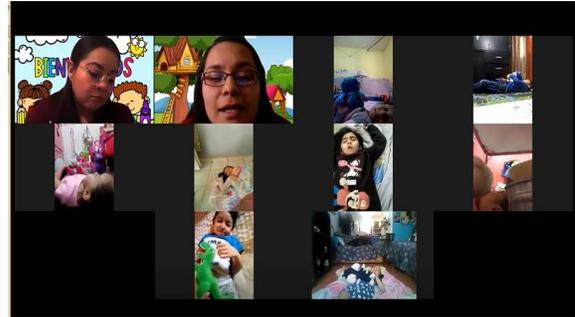
*Técnica respiración de la abejita*



*Nota:* Los alumnos se concentran en la vibración de sus labios. Elaboración propia.

**Figura 21**

*Técnica compañero de respiración*



*Nota:* Los alumnos prestan atención en el movimiento de su respiración a través de un peluche. Elaboración propia.

**Figura 24**

*Técnica nos convertimos en ranitas*



*Nota:* A los alumnos se les dificulta prestar atención y mantener en esa posición. Elaboración propia.

**Figura 23**

*Técnica comiéndonos un chocolate*



*Nota:* El alumno presta atención sobre el sabor y la textura del chocolate. Elaboración propia.

#### 4.4. Categoría de habilidades sociales con estrategias didácticas de: juego de reglas, juegos a través del lenguaje aprendizaje con otros y experimentación

Las habilidades sociales sirven para desempeñarse adecuadamente ante los otros. Es una forma de comunicarnos asertivamente tanto verbal como no verbal con otras personas. Por tal motivo el juego de reglas funciona como un límite a los alumnos para respetar y no generar conflictos, precisamente se enfoca en la comunicación, el dialogo para una sana convivencia. Por lo mismo ante la modalidad de trabajo los alumnos implementaron acuerdos en su casa y para la clase virtual considerando que estos sirven para una buena convivencia con las personas.

Por eso realizaron dos carteles en las que propusieron:

Acuerdos en casa: Todos participan en los deberes de la casa, antes de agarrar la Tablet necesitamos escombrar y lo que diga nuestra mamá, antes de jugar tenemos que levantar nuestras cosas.

Acuerdos en las clases virtuales: levantar la mano, respetar a mis amigos, espero mi turno y cuando me hablan escucho, estar 10 minutos antes de que inicie la clase, participar y no jugar, poner atención, no interrumpir a las personas que están hablando y cumplir con las tareas de todos los días. (Ver Figura 25 y 26)

**Figura 25**

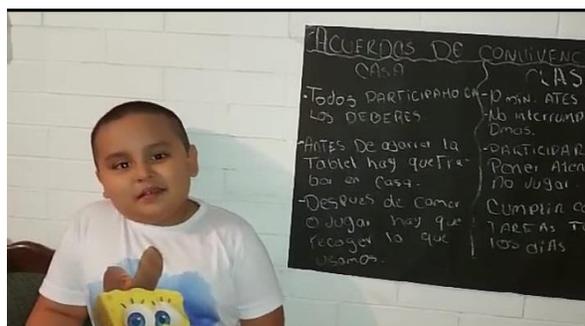
*Acuerdos de casa y clases virtuales*



*Nota:* El alumno propone acuerdo para llevar a cabo en su casa y en las clases. Elaboración propia.

**Figura 26**

*Acuerdos sobre la sana convivencia*



*Nota:* El alumno se compromete a diversas acciones en casa y en sus clases virtuales. Elaboración propia.

De esta manera los alumnos manifestaron llevar un control sobre la convivencia que se genera en su casa con cada uno de los integrantes, y por último en las clases virtuales pues se iba tomando en cuenta. Ya entraban puntuales a la clase, trataban de escuchar a sus compañeros y opinar sobre su trabajo, así como esperar su turno de participación, como se muestran en las siguientes figuras, en la cual los alumnos explican cuales acuerdos consideran que hacen falta en los dos contextos en el que está inmerso.

Del mismo modo los niños poco a poco aprenden a relacionarse y comunicarse asertivamente si los demás, su entorno, les muestran un buen ejemplo de ello. Por ejemplo, al escuchar a los demás, respetar el turno de palabra, ser empáticos con las personas, cuando se muestra un diálogo y cooperación. Por lo que establecer vínculos sociales con los demás, parte de expresarse adecuadamente.

En los alumnos el lenguaje oral se da a través de juegos de lenguaje de los cuales se destaca las adivinanzas, canciones, chistes, rimas entre otros que pueden compartir entre los alumnos.

Como lo menciona la SEP (2017) En la edad preescolar, el lenguaje es fundamental en la evolución de los niños y a la vez una actividad lúdica de mucho disfrute Estas experiencias de interacción social ayudan a los niños a tener una comunicación más fluida con los otros y tener una comprensión de los significados del mundo social en el que participa. Es por ello que los alumnos participaron en el juego “Dime una...” en donde tenía que girar la ruleta y en el juego que se quedará deberían decir algo con referencia a eso. (Ver Figura 27)

## Figura 27

### *El chiste de la iguana*



*Nota:* La alumna menciona el chiste de la iguana.  
Elaboración propia.

Los alumnos respetaron su turno y participaron en las adivinanzas que sus compañeros decían, mostraron atención y ayudaron a sus compañeros que les daba pena cantar o decir alguna rima, así como motivarlos para contar chistes. Solo en algunos momentos se mostraron con pena ya que les costaba decir el trabalenguas, por lo que otros compañeros intentaban de igual forma decirlo con ellos para generar confianza.

Un aspecto importante que radica en las relaciones sociales de los niños es la manera en como entre ellos se tratan y cómo ven a las otras personas, dentro de los aspectos positivos y negativos que se puedan desencadenar. Asimismo, la relevancia que tiene al formar amistades, ya que a partir de ellas se proporcionan oportunidades para el aprendizaje de capacidades sociales, asimismo como el fomentar un sentido de pertenencia en el grupo. Lo que propicia que los alumnos desarrollen su habilidad hacia un trato social y una mejor postura ante los conflictos.

Por este motivo la actividad sobre el círculo de la amistad permitió que los alumnos tuvieran un espacio para escuchar y hablar sobre la amistad y que en conjunto trabajaran para destacar un concepto en general

En la cual distinguieron las relaciones sanas que debe de tener los amigos, al mencionar algunas situaciones como:

- Los amigos están para apoyarse y jugar.
- Se comparten los juguetes y esperar su turno para no pelearse.
- Hacen cartas para que sus compañeros les hablen.

Asimismo, saben que acciones no son adecuadas con relación a un amigo, por ejemplo:

- Un amigo no empuja al otro, porque lo puede lastimar además se pone triste y nadie querrá ser su amigo después.
- No se corretea a un amigo, ya que puede sentir miedo.

Los hallazgos que se obtuvieron fue que los alumnos lograron a través de un poema tener un concepto sobre que es un amigo. Por lo que lo definieron a través de sus experiencias y lo trasladaron a un poema en lo que se menciona lo siguiente: “Un amigo es alguien que comparte y no está peleando, alguien que te quiere y no pelea por sus juguetes, comparte y sea bueno contigo. Entre amigos se tienen que respetar, es también a quién se le manda besitos de lejos. Un amigo juega contigo y es con quién compartes tu louch. (Ver Figura 28)

**Figura 28**

*Poema un amigo es...*

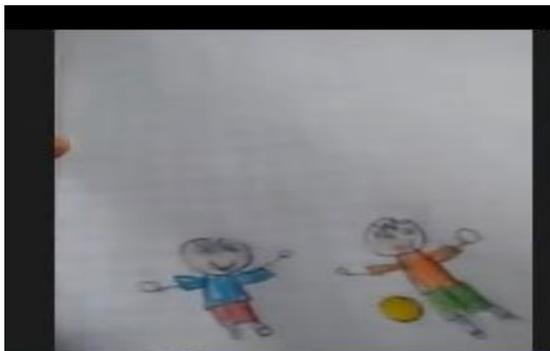


*Nota:* Creación del poema “un amigo” de manera grupal. Elaboración propia.

Al final los alumnos pudieron compartir con sus compañeros un momento especial que pasaron con su mejor amigo, en el que mencionaron que lo extrañaban para jugar y que por la situación del Covid no lo habían visto. (Ver Figura 29)

## Figura 29

*Maurice y José cuando jugaban*



*Nota:* El alumno dibuja a su mejor amigo cuando jugaban con la pelota. Elaboración propia.

Una de las habilidades clave en los niños que integra lo antes mencionado es la capacidad de expresarse, de comunicar, representar sus ideas, emociones y conocimientos sobre el mundo. Para sentirse cómodos, escuchados y respetados por los otros.

Por lo que a través del experimento del hielo los alumnos compartieron observaciones sobre lo que le sucedía a su hielo entre sus respuestas se encuentran: que se siente frío, duro y mojado al tocarlo. Compartieron que no se podía ver a través de hielo y que se sentían resbalosos. Al mismo tiempo comunicaban sus predicciones al ponerle sal al hielo, mencionando que le saldrían hoyos, que se derretiría, que se pegaría la sal al hielo, o que el hielo se iba hacer azucarado.

Cuando le pusieron sal a su hielo explicaron entre ellos que le salían hoyos, que se iban derritiendo con la sal, que se sentía raposo, que tenía un sabor a sal como el agua de mar y que se pegaría la sal al hielo. Al final explicaron porque paso, como, por ejemplo; por la densidad de la sal porque es pesada y genera que se derrita. Asimismo, compartieron experiencias relacionadas con la vida en la que tomaban en cuenta el cambio por el sabor y la sal, por la temperatura de la sal y por la fuerza de la sal.

En síntesis, lo intercambios que tiene los alumnos ayudan afianzar su inteligencia interpersonal pues les resulto más fácil y accesible entablar una conversación por medio de su curiosidad y lo que iban encontrando a través de la exploración. (Ver Figura 30 y 31)

**Figura 31**

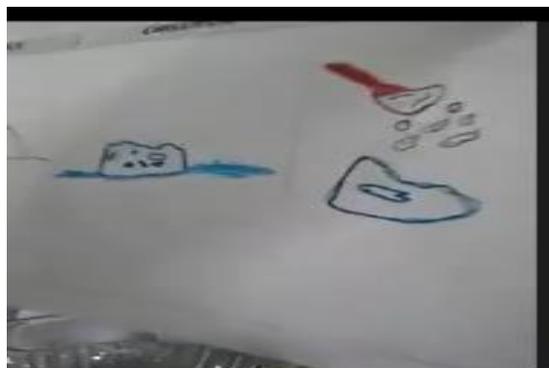
*Experimento del hielo*



*Nota:* El alumno comenta con sus compañeros sus observaciones. Elaboración propia.

**Figura 30**

*Registro del método POE*



*Nota:* Expresa con sus compañeros el registro que hizo a través del método POE. Elaboración propia.

#### **4.5. Categoría de empatía con estrategias didácticas de: aprendizaje con otros y juego simbólico**

La empatía es una herramienta poderosa para entender cuál es la causa de un comportamiento. Que los niños expresen una opinión e intercambien puntos de vista acerca de temas como convivir con los demás, el trato igualitario, sus derechos y responsabilidades, formas de reaccionar en distintas situaciones, de modo en que los niños escuchen y aprecien las distintas opiniones, recordarles que lo importante es el tipo de opinión que construye cada niño y llegar a conclusiones en las que se establezcan formas de actuar cotidianas en un marco de la democracia.

A través de la actividad de la noticia los alumnos pudieron compartir al final de la clase algo agradable o desagradable sobre una situación en la clase o con su familia. Para que todos comprendieran que les pasa, cómo se sienten por medio de sus vivencias personales, a partir de la comprensión y el dialogo con los demás.

Algunas de las noticias agradables fueron:

- Alegría cuando terminaron de preparar su receta.
- Hacer agua de limón porque les gusta mucho.
- Felicidad al contar los vasos y también lo juguetes.
- Felicidad al estar con su familia y juntarse en sus cumpleaños.
- Darle besos y abrazos a su familia.
- Felicidad porque resolvieron problemas difíciles y por participar.
- Felicidad por poner la semilla a la tierra, por tener una nueva plantita y hacer su registro.
- Felicidad porque hicimos una actividad muy divertida.
- Felicidad porque tomaron su masetta, semilla y tierra. Porque les gusto su plantita, y la van a querer, regar y cosechar.
- Alegría porque su amigo fue a su casa a realizar una pijamada.
- Emocionados porque plantaron otra plantita.

Algunas de las noticias desagradables fueron: que no los dejaban participar en la clase por ese motivo ya no quisieron participar y otra que manifestó uno de los alumnos es que se sentía triste porque no participaba rápido.

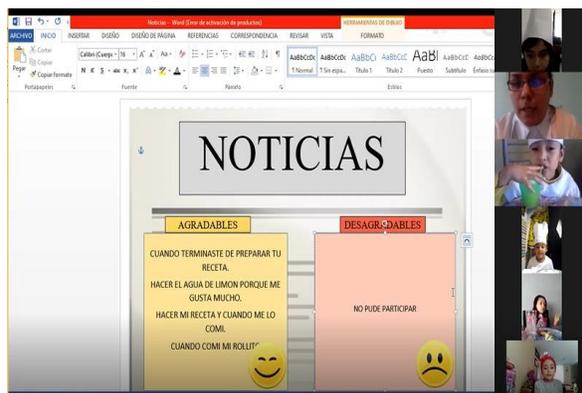
De esa manera los alumnos dieron algunas alternativas para que sus compañeros no se sintieran mal en las que mencionaron que tenían que levantar la mano para participar. Y apagar su micrófono para que todos pudieran escuchar lo que cada uno mencionaba.

Y en la segunda situación opinaron darle la oportunidad a su compañero para que contestará primero y lo pueda hacer rápido.

Todo esto se llegó a un acuerdo al preguntarles a los alumnos y aceptar lo que cada uno sugirió. (Ver Figura 32 y 33)

**Figura 33**

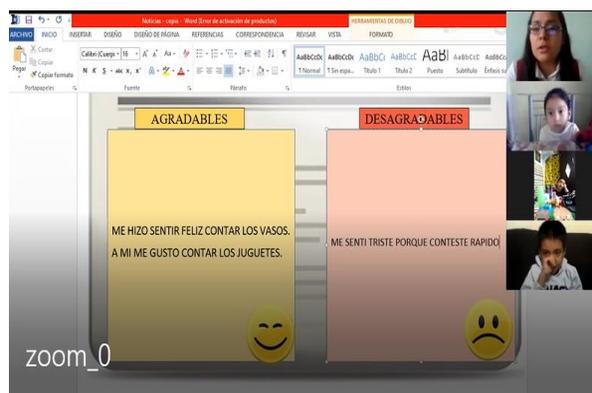
*Noticias agradables*



*Nota:* Noticias agradables a partir de la realización de su receta. Elaboración propia.

**Figura 32**

*Noticias desagradables*



*Nota:* Noticias desagradables sobre estar tristes por no contestar rápido. Elaboración propia.

Estas habilidades y comportamientos se desarrollan de manera distinta para diferentes niños y también depende del contexto. Pues propicia en los niños que se sientan seguros de expresar lo que sienten en las diferentes situaciones. Es por eso que la empatía contribuye a mejorar las relaciones sociales y aceptar que todos somos diferentes, y que son esas diferencias las que nos enriquecen.

No solo se puede generar empatía entre los alumnos sino con las personas de su contexto por ejemplo los alumnos se disfrazaron de superhéroes de la convivencia y explicaron diversas situaciones.

En un primer momento ellos construyeron un concepto sobre que es “ayudar”, del cual se refieren de la siguiente manera: “hacer lo mismo que el otro”, “es hacer una cosa por el otro” “ser amable” “ser amable con el otro, que estemos juntos que no hagamos nada”.

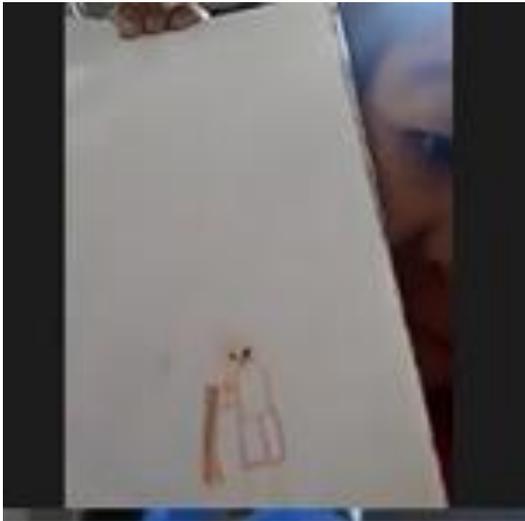
Posteriormente hicieron un recordatorio de las veces que han ayudado en la que sus respuestas se enfocaron en:

- Cuando ayudan a descargar la mercancía del trabajo de su papá.
- Cuando se cae su hermano y le ayuda a levantarse.
- Cuando le ayudan a su abuelito a poner una herramienta.
- Cuando alguien está en un problema y necesita ayuda.
- Le ayudan a su mamá a hacer la comida.
- A Lavar los trastes.
- Cuando su primita se cae le ayudan a levantarse.
- En la escuela le ayudaban a la maestra a recoger los gises y los rompecabezas.
- A recoger la basura.
- Ayudar a levantarse a sus compañeros.
- A los animales al darles croquetas.

Estás experiencias forman en los alumnos emociones y sentimientos relacionados con la felicidad y el sentirse orgullosos por lo que le da motivos a seguir ayudando en sus cosas que las personas necesiten, poniéndose en el lugar de la otra personas y haciendo su tarea más amena por lo que los alumnos se comprometieron ayudar en casa en lo que cada miembro de su familia necesite ya sea cortar su propia comida, lavar el carro de su papá o ayudarles a sus abuelitos a recoger su puesto. De igual forma en su comunidad al donar ropa y juguetes a personas que lo necesite. (Ver Figura 34 y 35)

**Figura 35**

*Dibujo barriendo en casa*



*Nota:* El dibujo de un alumno en el ayude a su mamá barriendo su casa. Elaboración propia.

**Figura 34**

*Dibujo ayudando a sus abuelitos*



*Nota:* Dibujo de una alumna en la que ayuda a su mamá a lavar sus tenis y a sus abuelitos a levantar los tubos de su puesto. Elaboración propia.

Asimismo, identificaron situaciones en donde las personas necesitaban cierta ayuda, en las cuales destacaron:

- Una persona que es mayor porque pesan las bolsas, lo ayudaría a tirar la basura y cargaría las bolsas.
- El señor que está en la silla de ruedas, lo ayudaría a cruzar la calle.
- La señora que se le cayeron los papeles, le ayudaría a recoger los papeles.
- Al señor con él bebe, lo ayudaría a cargar la bolsa para que pueda cargar al bebe bien.

El que los alumnos expresen las formas en que pueden ayudar a una persona favorece su sentido de percepción de empatía ante diversas situaciones en que se les presente. Pues sentirá dentro lo que percibe o imaginan, una tendencia que permita en primer lugar reconocer la existencia del otro. De esta manera la empatía se da ante la unión entre sujetos y su participación en la misma experiencia.

#### 4.6. Categoría habilidades para la vida y el bienestar con estrategias didácticas: experimentación y juego en movimiento

La SEP menciona que es esencial enseñar el respeto por los otros, a asumir responsabilidades, compartir y cooperar. De tal forma involucra al niño al desarrollo del pensamiento reflexivo que los introduce a construir la comprensión sobre la gente, los objetos y las situaciones reales de la vida por medio de experiencias directas.

En cuando a los alumnos muestran respeto en los seres vivos beneficiara a que afronte satisfactoriamente los desafíos diarios de la vida, ya sean personales, familiares y sociales. Como es el caso de las plantas en donde los alumnos reconocieron la importancia de germinar una plantita, el realizar un huerto, el para qué sirve cultivar hortalizas y los beneficios en su salud y en la sociedad.

Mencionaron sus cuidados para germinar una semilla de jitomate comprometiéndose a cuidarla hasta que genere frutos, de respetarla y contribuir con el medio ambiente. Esto refleja en los alumnos actitudes favorables hacia el cuidado y mantenimiento del medioambiente. (Ver Figura 36, 37)

**Figura 37**

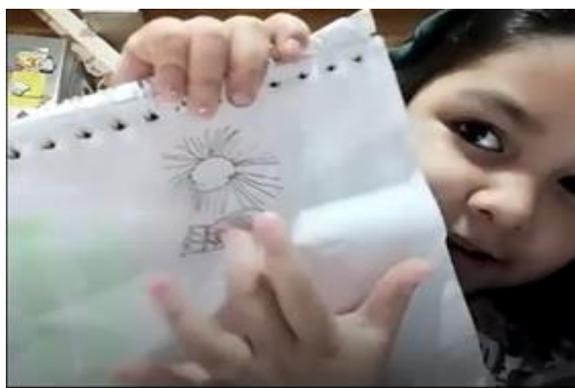
*Germinación de la semilla de jitomate*



*Nota:* Los alumnos plantan sus semillas de jitomate. Elaboración propia

**Figura 36**

*Dibujo barriendo en casa*



*Nota:* La alumna muestra el registro sobre el cuidado de la planta de jitomate. Elaboración propia.

Como resultado de la actividad en la siguiente figura se muestra como un alumno enseña su plantita de jitomate, explicando los cuidados que ha tenido con ella, asimismo algunos otros alumnos enseñaron de igual forma su plantita y algunas que han cultivado. (Ver Figura 38)

### **Figura 38**

*El alumno muestra el crecimiento que ha tenido su planta de jitomate*



*Nota:* El alumno muestra el crecimiento de su planta de jitomate. Elaboración propia.

El desarrollo sensibilidad hacia el cuidado de otros seres vivos y del medio ambiente hace al alumno responsable de su cuidado en el contexto que se encuentre ya sea en la escuela o en su casa y garantizar la protección de su medioambiente. Reconociendo que la vida de todo ser vivo es importante. Paralelamente al cuidado de una planta los alumnos trabajaron con el cuidado y responsabilidad de su mascota, en donde mostraron con alegría a su mascota. En esta actividad pudieron mencionar algunas acciones con relación al cuidado de está en su casa y mencionaron algunas como: tener un espacio libre, darle de comer (croquetas y agua), bañarlo, si hacen de la popo lo tienen que recoger, correr con su perrito, vacunarlo y llevarlo al veterinario. (Ver Figura 39 y 40)

**Figura 40**

*Las mascotas de los alumnos*



*Nota:* Los alumnos muestran a su mascota. Elaboración propia.

**Figura 39**

*Registro de cuidados de mascotas*



*Nota:* La alumna registra los cuidados de su mascota a partir de la información. Elaboración propia.

Esta actividad permitió a los alumnos conocer más sobre el cuidado de sus mascotas, tanto en el trato como en su salud. En donde destacaron ideas como: cepillarle el cabello, no darles remedios caseros sino llevarlo a veterinario, llevarlo a jugar y que tenga juguetes, vacunarlos de acuerdo a lo que se establece y usar jabones adecuados a las mascotas.

El que los alumnos reconozcan a un animal como un ser de derechos y no como un objeto sino como un ser vivo que siente, los sensibiliza a tomar acciones a futuro con ellos y a buscar mejores condiciones de vida. Es aquí donde la toma de decisiones se destaca en los alumnos y ellos asumen su responsabilidad moral.

Del mismo modo el bienestar se ve reflejado a través de cuidado del planeta, por lo que la siguiente actividad contribuyó a que los alumnos respeten y consideren la importancia que tiene el planeta y todo lo que le rodea. Por eso dentro de los hallazgos que tuvieron fue el reconocer algunas acciones que realizan en casa y que afectan al planeta, como se muestra de la siguiente manera:

- Tener las luces prendidas.
- Tener bolsas de plástico.
- Tener la televisión con un volumen alto.
- Si se desperdicia el agua afecta al planeta porque se acaba.
- Dejar abierto el refrigerador y gastar energía.
- Utilizar spray.
- Usar muchos popotes.
- Usar químicos para lavar el patio.
- Utilizar mucho el coche.

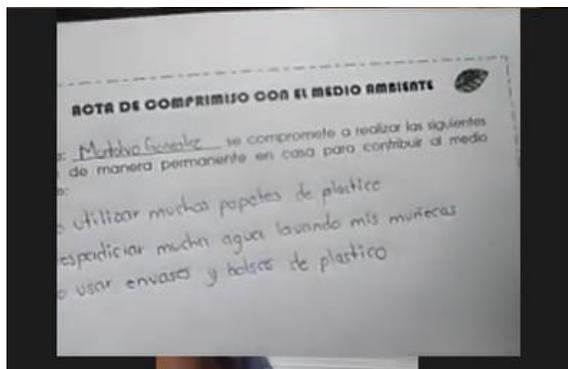
De esta manera pudieron visualizar el daño que desde su casa estaban provocando al no tomar conciencia de las acciones que afectan al planeta. Por lo que a través de un acta se comprometieron a:

- No tirar basura en la calle.
- No dejar las luces prendidas.
- Reciclar la basura.
- No desperdiciar el agua.
- No utilizar spray.
- Lavarse los dientes con un vaso.
- Plantar flores.
- Bañarse en 5 minutos.
- Plantar árboles.
- No utilizar mucha agua cuando lavan sus muñecas.

Esta actividad desarrolla en los alumnos habilidades para la vida, para su conservación y su pleno desarrollo es por eso que los padres de familia de igual manera se comprometieron al firmar el acta con esas acciones que favorecen al cuidado del planeta (Ver figura 41)

## Figura 41

### *Acta del cuidado del planeta*



*Nota:* La alumna escribe acciones junto a su familia para el cuidado del planeta. Elaboración propia.

Como lo menciona la OMS la salud está relacionada con el bienestar pues es un estado completo en donde se contempla lo físico, mental y social y no solo la ausencia de enfermedades.

Es por eso que en el plan y programa de Aprendizaje Clave para una Educación Integral hace referencia en que se debe promover el cuidado de la salud, para esto los niños deben de lograr una adecuada alimentación. De esta manera la actividad el pequeño chef provoco en los alumnos resultados favorables con relación al conocimiento de los alimentos del plato de bien comer, al conocer los alimentos que tiene cada apartado hizo que los alumnos a través de una receta equilibraran los tres apartados del plato. Ellos al final comentaron que tipo de alimentos habían consumido y de qué forma (muchas, suficientes y pocas). (Ver Figura 42 y 43)

**Figura 42**

*Ruleta del plato de bien comer*



*Nota:* A través de la ruleta los alumnos mencionan los alimentos de plato del bien comer. Elaboración propia.

**Figura 43**

*Realización de su receta*



*Nota:* Realización de la receta de “sándwich sushi”. Elaboración propia.

Como complemento de una buena alimentación realizaron su agua de limón, entusiasmados comentaron la importancia que tiene el tener un balance en los alimentos, a través de expresar que alimentos se deben de consumir más y cuales se debe de consumir menos.

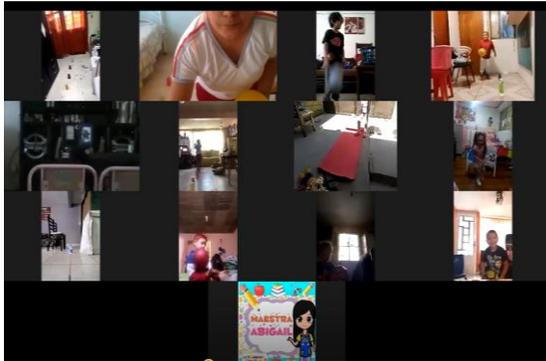
Al igual que una buena alimentación, el hacer ejercicio contribuye a su bienestar y a que reconozcan el esfuerzo que realizar el organismo al ejercitarse. Por eso el circuito motriz obtuvo resultados en el bienestar de los alumnos, ya que activa la secreción de sustancias químicas en el organismo como la serotonina, que a su vez produce bienestar emocional.

Al realizar la actividad los alumnos se mostraron atentos y entusiasmados, en cada prueba la realizaron de acuerdo a sus posibilidades y al final mencionaron las dificultades que tuvieron como en la última estación que fue pasar el peluche por las piernas o el anotar canastas con sus calcetines.

Sin embargo, mencionaron que se sintieron bien, lo que provoca que este tipo de actividades deseen seguir repitiendo por la experiencia de bienestar particularmente para contribuir los estados de ánimos negativos y de baja intensidad como es el caso de la tristeza. (Ver Figura 44 y 45)

**Figura 44**

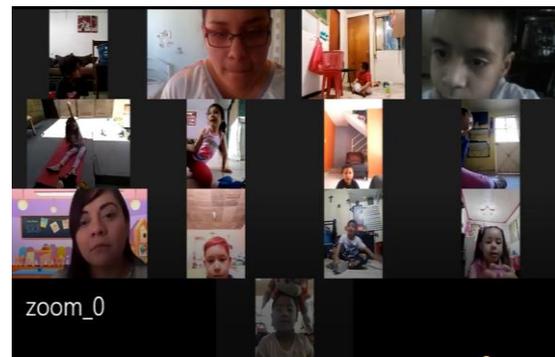
*Estación del zig-zag*



*Nota:* Primera estación zig-zag por medio de los vasos. Elaboración propia.

**Figura 45**

*Comentarios de los alumnos*



*Nota:* Opiniones de los alumnos sobre la actividad del circuito motriz. Elaboración propia.

## Conclusión

A modo de conclusión se puede mencionar que se logró a partir de los objetivos de la investigación lo siguiente:

Las estrategias didácticas en las que se ve más favorecimiento con relación a las habilidades socioemocionales son; el aprendizaje a través del juego (en sus diferentes tipos), las artes visuales y el mindfulness. Porque al desarrollarse en el contexto de una pandemia, las oportunidades de juego entre compañeros fueron mínimas, el trabajo en parejas o en equipos fue una constante que se tuvo que ir adecuado al trabajo individual, sin embargo, crear espacios para la comunicación asertiva entre los alumnos dio paso a que cada uno contribuyera con el tema que se veía en los determinados días.

Asimismo, desde que inicio el ciclo escolar solo se trabajaba con los campos de formación académica en las clases virtuales y las áreas con excepción de educación física se trabajaban en casa con los adultos responsable, lo que ponía en desventaja las área socioemocional y artística. Por tal motivo se propusieron estas estrategias con el reto de incluirlas con los aprendizajes esperados que brindaba cada semana el programa de “aprende en casa III” y con el referente de que la educación debe brindarse no de una manera aislada sino de forma integral por eso también se utilizaron estrategias como la experimentación y la resolución de problemas ya que era una constante el que los padres de familia le mencionara al alumno lo que tenía que decir y cómo lo tenía que hacer sin dejar que el propio alumno tuviera autonomía en sus trabajos.

Por lo que al evaluar las estrategias se obtuvieron resultado que a corto plazo se pudieron ver reflejados en las clases, como la buena comunicación entre compañeros, el esperar su turno, el identificar las consecuencias de las emociones al reaccionar de manera positiva o negativa, el escuchar al otro y entenderlo, realizar un trabajo cooperativo aún de forma virtual y mayor autonomía en lo que pensaban y hacían los alumnos en las diferentes actividades.

## Referentes

- Amos, J. (2000). La formación del hombre se hace muy fácilmente en la primera edad y no puede hacerse sino en esta. *Didáctica Magna*. Porrúa, pp.18-20.
- Álvarez, C. A. (2011). Definiciones de los enfoques cuantitativo y cualitativo, sus similitudes y diferencias. *Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa*. Guía didáctica, p.34.
- Arguedas, C. (2009). *Música y expresión corporal en los procesos de enseñanza y aprendizaje del inglés, español y francés*. Actualizaciones Investigaciones en Educación, pp.3-5.
- Aymerich, C. (1987). *Expresión y comunicación en las relaciones humanas*. Cuadernos de Expresión.
- Benedito, V. (1987). *Introducción a la didáctica: Fundamentación, teoría y diseño curricular*. Barcanova, p.56.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Wolters Kluwer, pp.68-69-112-113-306.
- Cabrero, B. G. (2018). *Las habilidades socioemocionales, no cognitivas*. Revista Digital Universitaria, pp.1-17.
- Calixto, E. (2018). *Emociones en el cerebro*. Revista de la Universidad de México, pp.128-129.
- Cannon, W. (1927). *The James Lange Theory of Emotions: A critical examination and alternative theory*. American Journal of Psychology, pp.6-124.
- Cassá, É. L. (2011). *Educar las emociones en la infancia (de 0 a 6 años). Reflexiones y propuestas didácticas*. Wolters Kluwer, pp.20-26.
- Colaborativo para el aprendizaje académico, s. y. (2021). CASEL. Obtenido de <https://casel.org/what-is-SEL/>
- Cuicas, M. (1998). *Proceso Metacognitivo desarrollados por los alumnos cuando resuelven problemas matemáticos*. Enseñanza de la matemática, p.21.
- Díaz, F., y Hernández, G. (2010). Estrategias Docentes para un aprendizaje significativo. Una interpretación constructiva. McGraw Hill, p.188.
- Enríquez, H. (2011). *Inteligencia Emocional Plena: Hacía un Programa de Regulación Emocional Basado en la Conciencia Plena*. Universidad de Málaga, p.16
- Real Academia Española. (2020). *Diccionario de la lengua española*. Obtenido de <https://dle.rae.es/>
- Fernández, E. G. (1997). *Motivación y emoción*. Centro de Estudios Ramón Areces, p.198.
- Hernández, R., Fernández-Collado, C., y Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill, pp.1-31.
- Hernández, J. D., Aguirra, E. J., y García, F. G. (2015). El hipocampo: neurogénesis y aprendizaje. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/pdfs/veracruzana/muv-2015/muv151c.pdf>
- Izard, C. E. (1991). *The Psychology of Emotions*. Plenum Press, p.20.
- Latorre, A. (2005). La investigación-acción. Editorial Graó, de IRIF, S. L, p.32.

- Lazarus, R. S. (1991). Cognition and motivation in emotion. *American Psychologist*, pp.287-292.
- LeDoux, J. (1993). *Emotional networks in the brain. En M. Lewis y J. M Haviland (Eds.), Handbook of emotions*. Guilford Press, p.26.
- León, J.M., y Pérez, E. J. (2019). *Neuropsicología de las conductas adictivas*. Síntesis, S.A, p.45.
- Lila, M. (1995). *Autoconcepto, valores y socialización: un estudio transcultural, tesis doctoral*. Universidad de València, p.55.
- Livneh U, P. R. (2012). *Amygdala-prefrontal suychronization underlies resistance to extinction of aversive memories*. *Neuron*, pp 133-142.
- Modelo, A. (2013). *Cerebro, mente y conciencia*. Un enfoque multidisciplinario. IMedoPub-Medicalia, p.34.
- Musitu, G. R. (1988). *Familia y educación: prácticas educativas de los padres y socialización de los hijos*. Labor, p.28.
- Nicolopoulou, A. (1993). *Play, Cognitive Development, and the Social World: Piaget, Vygotsky, and Beyond*. Huma Development, p.1-25.
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos OCDE (2016). *Habilidades para el progreso social. El poder de las habilidades sociales y emocionales*. [https://www.oecd-ilibrary.org/education/skills-for-socialprogress\\_9789264226159-en](https://www.oecd-ilibrary.org/education/skills-for-socialprogress_9789264226159-en)
- Paradiso, S. J. (1999). *Cerebral blood flow chages associated with attribution of emotional valence to pleasant, unpasnt, and neutral visual stimuli in a PET study normal subjects*. *American Journal of Psychiatry*.
- Pastor Pradillo, J. L. (2003). *El tratamiento de la autopercepción mediante técnicas de expresión corporal*. Amarú.
- Pérez, V. H. (2019). *Mindfulness y aprendizaje.. Universidad de Guadalajara*, p. 25.
- Secretaría de Educación Pública. (2004). *Programa de Educación Preescolar*. Obtenido de [https://efmexico.files.wordpress.com/2008/06/prog\\_educ\\_preescolar\\_2004.pd](https://efmexico.files.wordpress.com/2008/06/prog_educ_preescolar_2004.pd)
- Secretaría de Educación Pública. (2017). *Aprendizajes Clave para la Educación Integral*. SEP, pp.19, 29-112-112-163-304-322.
- Reeve, J. (1994). *Motivación y emoción*. Mc Graw-Hill, S. A.
- Salovey, P. Y. (1990). *Emotional Intelligence. Imagination, Cognition and Personality*, vol 9, pp.185-211.
- Sánchez Cerezo, S. (1987). *Enciclopedia de la Educación Preescolar, Fundamentos Pedagógicos, Psicología evolutiva y diferencial*. Aula Santillana, p.66.
- Schmeck, R. R. (1988). *An introduction to strategies and styles of learning*. Plenum Press.
- Tudge, J. Y, (1993). *Perspectives on the Relations between the Social World and Cognitive Development*. University of North Caroline al Greensboro, N.C.

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. (1917).  
[http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf\\_mov/Constitucion\\_Politica.pdf](http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf_mov/Constitucion_Politica.pdf)

Ley general de los derechos de niñas, niños y adolescentes. (2014). Congreso de la Unión.  
[http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGDNNA\\_110121.pdf](http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGDNNA_110121.pdf)

Willard, C. (2016). Mindfulness para padres e hijos. Sirio, p.13.

## ANEXOS

### GUÍA DE OBSERVACIÓN

Propósito: Recuperar información sobre cómo se da el proceso de las habilidades socioemocionales en alumnos que cursan en tercero de preescolar a través de la educación virtual.

Nivel educativo: Preescolar	
Nombre de la escuela: Frida Kahlo Calderón	
Grado: 3°	Grupo: "D"

EJE 1. Autoestima	
Ítem	Observación
1. Expresa claramente sus ideas y sus necesidades.	Se muestran tímidos al participar en las clases virtuales. Al preguntarle se dirigen al adulto que lo acompaña para que le diga la respuesta antes de que él exprese sus propias ideas.
2. Conoce sus características físicas y de los demás.	Mencionan algunas de sus características físicas como, el color de su cabello, de su piel, el tamaño de sus ojos. Menciona ciertas características de otros compañeros al compararse con las de él.
2. Cuida su apariencia personal.	En las clases virtuales se muestran limpio, en ocasiones por el horario de las clases no desayunan antes, mencionan prácticas de higiene que realiza en su casa como: el cepillado de sus dientes, lavado de manos y el baño diario.
3. Se preocupa por los demás	La interacción y comunicación con sus otros compañeros era complicada porque solo se realizaban sesiones específicamente para abordar algún contenido académico. No se dio un algún momento para que ellos hablarán de algún tema en específico. Solo al iniciar o terminar la sesión se saludaban y preguntaban por sus amigos, en el caso de que no estuvieran en el mismo horario de clase.

EJE 1. Autonomía	
Ítem	Observación
1. Expresa claramente sus ideas y sus necesidades.	Espera a que el adulto que lo acompañe le dé la respuesta para participar.
2. Conoce sus características físicas y de los demás.	Mencionan algunas de sus características físicas como, el color de su cabello, de su piel, el tamaño de sus ojos. Menciona ciertas características de otros compañeros al compararse con las de él.
2. Cuida su apariencia personal.	En las clases virtuales se muestra limpio, en ocasiones por el horario de las clases no desayunan antes, muestra cuidado de sus dientes al realizar una práctica cotidiana.
3. Manifiesta actitudes de autocuidado.	Durante el confinamiento los alumnos no han salido de su casa, por lo que se ha reducido su participación en actividades curriculares, jugar con otros niños libremente. Solo se ha considerado prácticas de alimentación en su casa.
4. Se preocupa por los demás	La atención que tienen al escuchar a sus compañeros es dispersa. Se centran en lo que le dicen al participar, sin embargo en algunas ocasiones tratan de comentar lo que sus compañeros expresan con relación algún tema.

EJE 2. Regulación de emociones	
Ítem	Observación
1. Expresa claramente sus ideas y necesidades.	En algunas ocasiones no participan por timidez ya que sienten observados por la plataforma que se utiliza porque especifica la atención cuando una persona habla., por lo que dejan que sus compañeros participen para expresar sus ideas.
2. Regula la expresión de sus emociones.	Expresan emociones como alegría cuando en alguna de las actividades se utiliza el juego, tristeza cuando tiene que participar y no quieren y cuando los llegan a regañar para que lo haga,

	también porque no puede ver ni jugar con sus amigos, y enojo cuando no puede participar y todos sus compañeros habla. Además en algunas ocasiones los alumnos menciona que se sienten aburridos, esperan que ya termine la clase, se muestran distraídos. Asimismo presionados para poder terminar su actividad pues el tiempo era corto y los adultos responsables actuaban para que el trabajo se agilizará, en algunos casos motivándolos en otras obligándolos a que lo realizarán más rápido o les llegaban ayudar.
3. Actúa en forma asertiva en situaciones que le enojan.	Aún no se emplea una comunicación asertiva, pues actúan dependiendo a la emoción y lo expresan.
4. Tiene tolerancia ante situaciones que lo frustran.	Algunos de los alumnos esperan cuando sus compañeros necesitan más tiempo para realizar una actividad.
5. No tiene fluctuaciones constantes en sus estados de ánimo.	La mayoría de la clases virtuales manifiestan la emoción de felicidad, solo en el caso de un alumno en ocasiones muestra estados de ánimo cambiante desde aburrimiento y enojo.
6.Reconoce y valida las emociones de los demás	En las clases virtuales los alumnos no han reconocido las emociones de los demás cuando las manifiestan, solamente cuando las comenta. Los estados emocionales que han tenido los alumnos los observan sin embargo no se dice algo al respecto.
7. Está regularmente de buen humor.	En la mayoría de las clases virtuales los alumnos se sienten bien para iniciar las clases, no muestran un cambio drástico de emociones.
8. Es congruente con lo que siente y expresa.	Los alumnos expresan en que situaciones se siente feliz, triste, enojado y lo hacen de manera coherente ante las diversas acciones que pasan.

EJE 3.Convivencia	
Ítem	Observación
1. Convivencia con sus compañeros.	El acercamiento que tenía con sus compañeros era limitado, pues la mayoría de los alumnos utilizaba su teléfono para entrar a sus clases lo que ocasionaba que solo pudiera ver a su compañero cuando llegaba a participar.
2. Respeta el turno de su compañero cuando se encuentra participando.	En las clases virtuales los alumnos no esperaban su turno al participar un compañero, escuchaban las diversas voces de los alumnos cuando prendían los micrófonos y no permitía escuchar al alumno que se encontraba participando.
3. Respeta diferentes formas de pensar y/o actuar de los demás.	A partir de la educación virtual en los alumnos no se ha generado conflictos entre ellos, sus formas de pensar o expresarse no afecta a alguno de ellos y en las actividades si llegan a integrarse algunos.
4. Convive respetosamente con sus compañeros.	
5. Se integra fácilmente a las actividades con otros.	
Colaboración entre sus compañeros.	Cada uno de los alumnos comentaba lo que sabía sin tomar en cuenta lo que su compañero decía, no había colaboración entre equipos por la situación de las clases virtuales.

EJE 4 Reglas y acuerdos	
Ítem	Observación
1. Manejo de la plataforma de zoom para la participación en la clase	En un inicio fue difícil que se respetaran los acuerdos sobre prender y apagar el micrófono para la participación en las clases virtuales.
2. Acepta la redirección del maestro.	Cuando se llega a tener alguna situación respecto a las reglas y acuerdos que ya se tomaron en cuenta en clase, se les hace ver y recordar esos acuerdos, y los alumnos los aceptan tratando de sobrellevar una comunicación mejor.
4. Expresa asertivamente desacuerdo con alguna regla o acuerdo.	Antes de poner un acuerdo o regla se les explica para que será útil, en ese caso ningún alumno ha manifestado alguna inconformidad.

5. Es capaz de llegar a acuerdo en forma adecuada.	Sí, pero llevarlo a cabo es más complicado cuando no se respeta o no se recuerda constantemente.
6. Escucha diferentes opiniones para elaborar un acuerdo.	Por la situación en la que se está llevando la educación, y el tiempo reducido de las clases en línea es difícil que los alumnos aporte un acuerdo o que se respete sus opiniones, por lo que en cada junta que realizó la subdirectora, proponía acuerdos y reglas que se pudieran llevar a cabo en las sesiones de trabajo para agilizar las actividades.
7. Propone reglas o acuerdos de convivencia.	

EJE 5 Resolución de conflictos	
Ítem	Observación
1. Escucha con atención y respeto el punto de vista de los demás.	Los conflictos entre los alumnos han minimizado sin embargo, cuando surge una situación en la que alguno no está de acuerdo no existe un espacio para que se pueda comentar.
2. Se involucra para ayudar a solucionar conflictos.	El involucramiento se da cuando en alguna de las actividades se habla de situaciones de conflictos, pues los alumnos dan su opinión y contribución en buscar solucionar ese conflicto.

EJE 6 Actitudes de las familias	
Ítem	Observación
1. Se refiere a su familia de forma positiva.	En algunas actividades habla de algunas emociones negativas que se generan cuando no se porta bien, cuando no hace su tarea y cuando quiere un objeto.
2. Toma sus clases en buenas condiciones.	La mayoría de los alumnos tiene un espacio adecuado para tomar sus clases virtuales.
3. Se siente apoyado por su familia.	La gran parte de los alumnos toma sus clases con su mamá, y se muestran atentas para apoyar a los alumnos, sin embargo a veces les genera presión para participar o hacer alguna actividad.

EJE 7. Problemas derivados de la utilización de las tecnologías.	
Ítem	Observación
1. Conocimiento sobre los aparatos tecnológicos.	Al inicio del ciclo escolar algunos de los padres de familia desconocían la plataforma zoom así como su utilización. En una reunión que se tuvo con los padres de familia, comentaron sus inquietudes sobre cómo podrían utilizar la plataforma.
Manejo sobre la plataforma.	El manejo el micrófono fue un detonante para la escucha y la comunicación entre los alumnos.
2. Conectividad a las plataformas.	Algunos de los padres de familia no contaban con internet en su casa, por lo que salían a la calle para tomar las clases con el internet de "México conectado" por su parte otros padres de familia utilizaban sus datos pero la conexión era intermitente y no permitía que la imagen fuera clara o que los alumnos no escucharan lo que iba comentando la maestra.
3. Se siente apoyado por su familia.	La gran mayoría de los alumnos cuenta con un adulto responsable para facilitarle la conexión en las clases y proveerle los materiales necesarios. Aunque alguno de ellos no se han podido conectar por situaciones de trabajo, de pérdidas en la familia, etc.

2021. "Año de la Independencia y la Grandeza de México".  
**ESCUELA NORMAL No. 3 DE NEZAHUALCÓYOTL**  
**DEPARTAMENTO DE CONTROL ESCOLAR**

Oficio No. 0337/20-21-20  
Asunto: Se autoriza impresión de  
documento recepcional.

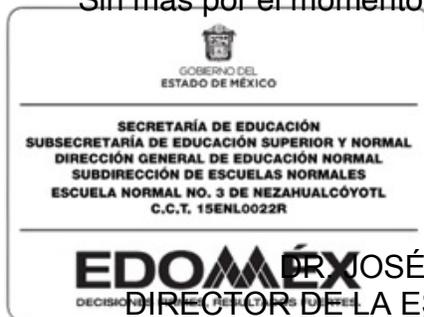
Cd. Nezahualcóyotl, Estado de México a 12 de julio de 2021.

**C. ALMA ROSA OSORIO RUIZ**  
**PRESENTE.**

La Dirección de la Escuela Normal No. 3 de Nezahualcóyotl, se permite comunicar a usted que ha sido autorizado su documento recepcional en la modalidad: TESIS DE INVESTIGACION: que presentó con el tema: **ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS PARA EL FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES EN TIEMPOS DE PANDEMIA.**

Por lo que procede la impresión y reproducción de dicho documento para la sustentación de su examen profesional.

Sin más por el momento, le deseo éxito en la culminación de su proceso.



ATENTAMENTE

DR. JOSÉ ALEJANDRO SÁNCHEZ RODRÍGUEZ  
DIRECTOR DE LA ESCUELA NORMAL No. 3 DE NEZAHUALCÓYOTL

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN**  
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN SUPERIOR Y NORMAL  
DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN NORMAL  
SUBDIRECCIÓN DE ESCUELAS NORMALES  
ESCUELA NORMAL No. 3 DE NEZAHUALCÓYOTL