



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL ESTADO DE QUERÉTARO
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD 22-A



**UN ACERCAMIENTO PRÁCTICO PARA EL RECONOMIENTO
DE ESTRATEGIAS DE GESTIÓN DE EMOCIONES EN NIÑOS Y
NIÑAS DE PRIMERO DE PRIMARIA**

MARIA DEL CARMEN BARCENAS LICEA

SANTIAGO DE QUERETARO, QRO., 23 DE AGOSTO 2023.



**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL ESTADO DE QUERÉTARO
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD 22-A**



**UN ACERCAMIENTO PRÁCTICO PARA EL RECONOMIENTO
DE ESTRATEGIAS DE GESTIÓN DE EMOCIONES EN NIÑOS Y
NIÑAS DE PRIMERO DE PRIMARIA**

MARIA DEL CARMEN BARCENAS LICEA

**INFORME DE SERVICIO SOCIAL
PRESENTADO PARA OBTENER EL TÍTULO
DE LICENCIADA EN PEDAGOGÍA**

SANTIAGO DE QUERETARO, QRO.,17 DE AGOSTO 2023.

DICTAMEN

Av. Pie de la Cuesta #299, Esq. Playa Rincón
Col. Desarrollo San Pablo, C.P. 76130,
Santiago de Querétaro, Qro.
Teléfono y fax: 442 220.5180 y 220.5240
upn22a@upnqueretaro.edu.mx
www.upnqueretaro.edu.mx



DICTAMEN DEL TRABAJO
PARA TITULACIÓN

Querétaro, Qro., a 23 de agosto de 2023

C. MARÍA DEL CARMEN BARCENAS LICEA.
P R E S E N T E.

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación, de esta Unidad y como resultado del análisis realizado a su trabajo, intitulado: "UN ACERCAMIENTO PRÁCTICO PARA EL RECONOCIMIENTO DE ESTRATEGIAS DE GESTIÓN DE EMOCIONES EN NIÑOS Y NIÑAS DE PRIMERO DE PRIMARIA" Opción: INFORME DE SERVICIO SOCIAL a propuesta del asesor C, MTRO. JUAN IGNACIO BRISEÑO PÉREZ, manifiesto a usted que reúne los requisitos académicos establecidos al respecto por la institución.

Por lo anterior, se dictamina favorablemente su trabajo y se le autoriza a presentar su examen profesional.

A T E N T A M E N T E
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"

LIC. J. GUADALUPE RIVAS GUZMÁN
PRESIDENTE DE LA COMISIÓN DE TITULACIÓN
DE LA UNIDAD 22-A

Agradecimientos

En primer lugar quiero agradecer a mis padres por todo lo que a lo largo de estos años han hecho por mí, agradezco su comprensión, sus consejos, su orientación y su inmenso cariño. Gracias a Dios por haberme puesto en el lugar que estoy, con los padres que me dio que desde el cielo me siguen guiando, y bendiciendo y con la familia que día a día prosiguen a mi lado.

Agradecerles a mis profesores cada uno de los consejos y conocimientos adquiridos por medio de ellos, me han ayudado en mi formación como profesional de la educación. Gracias a mis asesores que con cada uno de ellos fui logrando este trabajo, por sus aportaciones, apoyo, paciencia y motivaciones fueron cruciales para lograr una de mis principales metas que es titularme.

A ustedes con admiración y respeto, mi más profundo agradecimiento y cariño.

Índice

Presentación	4
Descripción del centro	6
<i>Aspecto histórico</i>	<i>6</i>
<i>Contexto externo</i>	<i>6</i>
<i>Contexto interno</i>	<i>7</i>
La realización del servicio social.....	7
Diagnóstico	8
<i>Niños y niñas</i>	<i>9</i>
<i>Padres de familia.....</i>	<i>14</i>
<i>Docente</i>	<i>18</i>
Problemática	22
Objetivos.....	25
<i>Objetivo general</i>	<i>25</i>
<i>Objetivos específicos.....</i>	<i>26</i>
Proyecto didáctico	26
<i>Actividades didácticas:</i>	<i>31</i>
Análisis crítico del servicio social	34
Evaluación	35
<i>Cuestionario a padres de familia.</i>	<i>40</i>
Discusiones	44
<i>Resultados por bloque.....</i>	<i>44</i>
Sugerencias.....	49
Reflexiones finales	51
Referencias:.....	52
Anexos	55

Presentación

El texto muestra un informe de Servicio Social con un enfoque cualitativo que tiene como objetivo analizar las estrategias que los niños y niñas de Primer Grado de Primaria del estado de Querétaro utilizan para la regulación de emociones durante este ciclo escolar 2020-2021 y en tiempo de confinamiento provocado por el COVID-19, por medio de la implementación de un proyecto didáctico con el fin de fortalecer el proceso de su educación socioemocional. Se realizó un diagnóstico para identificar los conocimientos previos que los niños y niñas tienen sobre la regulación emocional, asimismo con el diagnóstico se conoció las emociones que se fueron presentando durante la pandemia, también se aplicó un cuestionario a los padres de familia con el fin de comprender su opinión y reconocer el porqué del estado emocional de su hijo(a). Previo al proyecto didáctico se buscaron antecedentes sobre el tema y estos fueron cruciales para seguir trabajando en la problemática presentada, ya que es un tema que tenía que seguir siendo analizado.

El tema fue por medio de diversas teorías las cuales son el constructivismo, el enfoque por competencias y el aprendizaje significativo, dentro del marco referencial se definen cada uno de los conceptos vinculados con el tema entre ellos regulación de emociones, educación socioemocional, estrategias, el juego, etc. Con cada uno de estos conceptos se logra sintetizar el tema.

De acuerdo a la metodología se utiliza un enfoque cualitativo particularmente fueron utilizadas cuatro tipos de investigaciones (etnográfica, descriptiva, explicativa e investigación acción) cada una de ellas fundamentales para difundir el proceso del informe del servicio social, también se necesitó de técnicas para la recolección de datos como fue el cuestionario y observación participante y entrevista, a través de los datos recolectados se fueron generando cada una de las actividades.

El proyecto didáctico tuvo como fundamentación el programa de aprendizajes clave enfocándose en la educación socioemocional, que está diseñada como un proceso de aprendizaje donde se busca que los alumnos desarrollen habilidades y estrategias para la expresión e identificación consciente de las emociones, la regulación y gestión de ellas mismas.

Cada una de las actividades estuvieron diseñadas de acuerdo al contexto de los niños y niñas del grupo, dichas actividades fueron divididas en 3 bloques y una evaluación. El primer bloque se nombró conociendo las emociones, el segundo bloque reconociendo las emociones, y el tercer y último bloque regulación emocional.

La evaluación que se utilizó para recolectar datos como resultado con el fin de obtener un antes y un después sobre el conocimiento de los estudiantes sobre las emociones y lo más importante identificar si los alumnos si aprendieron más estrategias de regulación emocional y fortalecieron su educación socioemocional.

Asimismo se aplicó un cuestionario a los padres de familia para conocer qué cambios han identificado en su hijo(a) a partir de las estrategias que fueron diseñadas y aplicadas durante el ciclo escolar.

Descripción del centro

En este primer apartado muestra cómo se encuentra inmersa la institución en donde se realizó el informe de servicio social, se explica desde la historia de la escuela, también se menciona el número de estudiantes pertenecientes al grupo determinado, además la dirección de la institución, la conectividad de los alumnos y el medio por donde se trabajaba con ellos, en cambio en el contexto interno se analiza desde los participantes y su pensar sobre el tema.

Aspecto histórico

Escuela ING. LUIS M. VEGA fue nombrada en honor al maestro Luis M. Vega Pimentel, el cual dedico su vida entera a la educación de la juventud queretana, trabajo para formar diversas escuelas y alfabetizar a los alumnos, asimismo colaboró para la fundación de la escuela normal para maestros del estado. De esta forma gracias a su dedicación como docente durante 40 años se crea la institución en el año de 1974.

Contexto externo

La población donde se realizó el informe de servicio social pertenece a una zona urbana, en el estado de Querétaro, Qro. La institución corresponde a la educación básica, nivel primaria, llamada Ing. Luis M. Vega, ubicada en la calle Primavera #85, Barrio de San Sebastián.

En la institución se trabajó totalmente de forma virtual, cada uno de los docentes desde su casa impartía las clases, las reuniones de igual forma eran virtualmente a través de video-llamada, algunas actividades fueron necesarias y se realizaron presencialmente en la institución como lo fue la entrega de libros y los paquetes de útiles escolares, cada una de estas actividades fueron ejecutadas más de una vez para que todos los estudiantes tuvieran los materiales esenciales para su aprendizaje.

Contexto interno

El grupo asignado por la institución fue 1° B turno matutino, estaba conformado por 35 estudiantes, 22 son niñas y 13 son niños, sin embargo de los 35 sólo se tiene comunicación con 30. Este informe se enfocó en 8 alumnos, ya que es con quienes más se observó detalladamente un proceso.

Con los otros estudiantes no se logró trabajar, debido a que están inmersos en situaciones que no les permitió conectarse constantemente, por falta de internet, solo contaban con un dispositivo y tenían que compartirlo, no hubo comunicación desde el inicio del ciclo, etc. Existen muchos factores los cuales han afectado a los estudiantes, sin embargo con lo que se platicó con la docente, estos factores aún no se conocen, se aplicaron diversas estrategias para que los estudiantes lograran conectarse y así obtener sus conocimientos. Con los demás estudiantes que no se conectaban solo se trabajaba a través de envío de tareas.

Al entrar a la institución se permitió entrar al grupo por qué se veía la necesidad de trabajar en este tema, lo cual coincidió con el tema que se quería trabajar personalmente, al iniciar la asignatura se entregó un cuadernillo llamado “Aprendiendo a Convivir” el cual contaba con diversas actividades diseñadas para el trabajo de las emociones.

La realización del servicio social

En esta sección se presenta el diagnostico que se realizó antes de iniciar las diversas actividades, a partir de ahí se generó la problemática, los objetivos y el diseño de cada una de las actividades, de igual forma en este aparatado se muestra el marco teórico, la metodología que se utilizó para diseñar cada de una de las actividades.

Diagnostico

En este apartado se presenta los resultados que se obtuvieron a partir del diagnóstico aplicado, la recolección de datos son presentados a través de gráficas y tablas con el fin de que la información esté más clara y precisa. Además como menciona Pérez (s.f.):

El diagnóstico es sólo una fase del proceso de intervención social que busca generar un conocimiento en cuanto a que requiere conocer lo que pasa para poder determinar cuáles son los elementos que influyen de manera directa o indirecta en la aparición de las situaciones de conflicto. (p. 133)

Como es mencionado anteriormente necesitamos la aplicación de un diagnostico como primer paso para conocer más sobre el contexto y su sentir durante la pandemia, identificar a que está inmersa la población, el formato completo se encuentra en nuestro (Apéndice A), el informe está enfocado en 8 alumnos, los cuales serán mencionados como se muestran en el (Apéndice A).

Existen diversos tipos de diagnósticos los cuales ayudan a reconocer diversos contextos, sin embargo este documento esta guiado a través de un diagnostico llamado psicopedagógico en el cual Bassedas Eulalia (1989) “explica que es un proceso que analiza la situación del alumno con dificultades en el marco de la escuela y del aula” (p.49).La pandemia por el COVID-19 fue una situación importante inmersa en el país, por lo cual afecta en cualquier ámbito, desde lo educativo se observó el cambio radical para los niños y niñas, es por ello que se genera dicho documento, ya que como lo menciona la autora Bassedas el diagnostico es un herramienta que permite intervenir de forma puntual o indirectamente con los alumnos que presentan dificultades en su aprendizaje. Las emociones

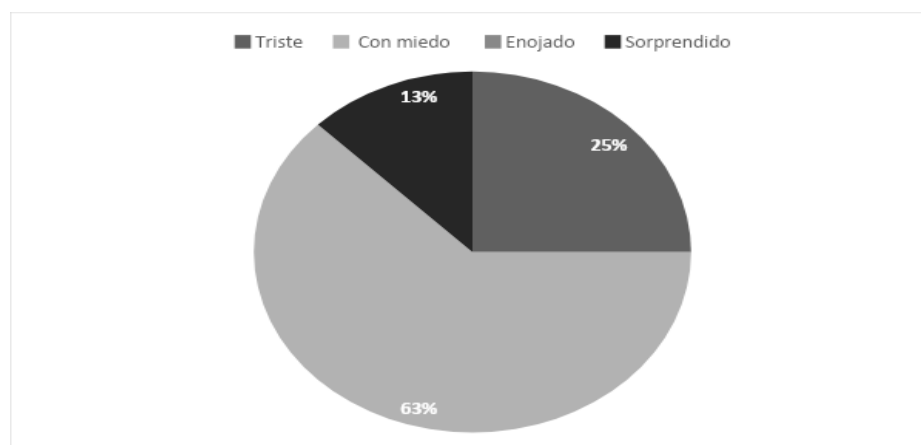
son importantes, sin embargo ¿Afectaran en su aprendizaje?, la respuesta a esta pregunta se contestara a lo largo del documento y con la recolección de datos.

Niños y niñas

En el diagnostico se realizaron las siguientes preguntas, la primera de ellas fue a los alumnos como se sintieron cuando inicio la pandemia por el coronavirus (COVID19), los resultados de esta pregunta se señalan en la siguiente figura:

Figura 1

¿Cómo te sentiste cuando llegó el coronavirus (Covid.19)



Nota: El 13% de los alumnos contestaron que se sienten sorprendidos, el 62% dicen que se sienten con miedo, el 25% se siente triste. Fuente: Elaboración propia.

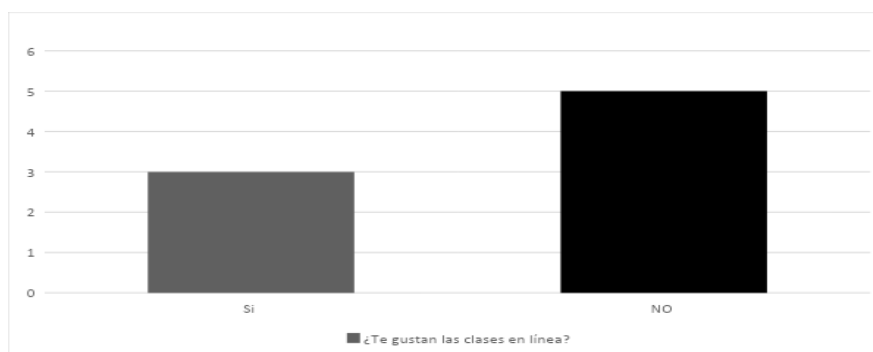
Desde los resultados que genero la pregunta podemos identificar la importancia del tema, un 61% que decía que tenía miedo, una pandemia que estaba afectando emocionalmente a los niños, sin embargo en ese momento no sé tenía un tiempo determinado para el termino de dicha pandemia. Según un comunicado dado por la (OMS) Organización Mundial de la Salud, menciona que la vida que se tenía antes de la pandemia no se iba poder regresar al menos hasta el 2022, sin embargo para que esto suceda tendrá que estar el 60%

de la población vacunada, esto quiere decir que los alumnos seguirían así por un largo tiempo, por lo tanto era necesario que se conozcan estrategias para la regulación de emociones.

De igual forma de acuerdo al diagnóstico aplicado a los alumnos se logró recolectar un dato importante con la siguiente pregunta ¿Te gustan las clases en línea? , ya que es importante tener en cuenta siempre al estudiante, es por eso que se les preguntó a nuestros 8 participantes, y sus respuestas serán mostradas en el (Figura 2), en tiempos de pandemia todos los niveles educativo tuvieron que pasar sus clases presenciales a clases en línea, esto fue establecido el 17 de marzo del 2020, a partir del 23 de marzo los alumnos ya no regresaron a clases presenciales, y no existía fecha de regreso a clases.

De acuerdo a esta pregunta cómo se observa en el (Figura 2), 5 alumnos de los 8 que se les pregunto contestaron que no les gustan las clases en línea, ¿A qué se deberá? ¿Tendrá algo que ver con sus emociones?, recordando que las emociones son fundamentales para el aprendizaje, hay que aprender a regularlas para que esto no afecte. Esto es algo que es importante trabajar con ellos, que encuentren sentido para trabajar en las clases en línea, siempre y cuando atiendan sus necesidades.

Figura 2 *¿Te gustan las clases en línea?*



Fuente: Elaboración propia.

Dentro de este ejercicio de diagnóstico también se les preguntó ¿Qué son las emociones y los sentimientos? Sabían que son las emociones y sentimientos, a lo que todos respondieron que sí, sin embargo en donde se observa que hace falta conocer y utilizar estrategias para regular emociones es en las siguientes preguntas, ¿Cuántas veces al día lloras? Y ¿Cuántas veces al día te enojas?, las respuestas de estas preguntas estarán descritas en la (Tabla 1), por medio de esta pregunta vamos a reconocer lo necesario de que es la regulación emocional desde edades tempranas.

Tabla 1

Regulación de emociones

Alumnos	¿Cuántas veces al día lloras?	¿Cuántas veces al día te enojas?
A- 1	1 vez	3 veces
A-2	1 vez	1 vez
A-3	1 vez	3 veces
A-4	1 vez	2veces
A-5	1 vez	2veces
A-6	1 vez	3veces
A-7	1 vez	1vez
A-8	1 vez	2 vez

Fuente: Elaboración propia.

Al analizar los datos se distingue que de los 8 participantes, 6 de ellos se molestan más de una vez al día, esto no quiere decir que los niños no se pueden enojar, suele pasar

muy seguido y más a su edad, por ello es importante la regulación, saber qué hacer cuando están enojados, tristes, con miedo, etc.

Otra de las preguntas que aporta a la realización de este informe fue ¿Qué haces cuando te enojas?, las respuestas fueron muy concretas (Tabla 2), ellos mismos mencionaban que no les costó trabajo contestarla, así se llega a reconocer que los niños se expresan fácilmente.

Tabla 2

Enojo

Alumnos	Cuando estoy enojada me pongo a
A-1	Llorar
A-2	Sería
A-3	Hacer berrinche
A-4	Gritar
A-5	Dormir
A-6	Gritar
A-7	Tranquilizarme
A-8	Llorar

Fuente: Elaboración propia.

Se puede observar en la tabla anterior que 5 de nuestros 8 estudiantes, no logran regular sus emociones, ya que para ellos su solución sería gritar, o hacer berrinche como se presenta en la tabla, al trabajar diversas estrategias estas respuestas podrían cambiar completamente, en cambio hay dos estudiantes que ya las utilizan y eso también ayuda a los

demás alumnos, que su contexto esté relacionado con las emociones que no sea un tema completamente desconocido.

Algunas preguntas también fueron enfocadas en saber si los alumnos reconocen las emociones a través de imágenes y también si ellos reconocen sus propias emociones. La recolección de datos en esta pregunta fueron muy acertadas, ya que los 8 estudiantes reconocen las emociones y lo más importante las de ellos mismos, además las expresan fácilmente y saben que el significado de cada una.

Como segundo instrumento para la recolección de datos se empleó un cuestionario a los padres de familia con el fin de conocer su opinión acerca de las clases en línea, y la implementación de estrategias de educación socioemocional para regular sus emociones.

El cuestionario fue aplicado por medio de un formulario en google debido a que se estaba trabajando de forma virtual como lo menciona el autor Niño rojas (2011):

Un cuestionario es la encuesta que permite la recolección de datos que proporcionan los individuos de una población, o más comúnmente de una muestra de ella, para identificar sus opiniones, apreciaciones, puntos de vista ,actitudes, intereses o experiencias, entre otros aspectos, mediante la aplicación de cuestionarios, técnicamente diseñados para tal fin(p. 63).

Recordando que en el diagnostico psicopedagógico se habla de lo fundamental que es la relación entre familia y escuela. El tema socioemocional es vinculado con la familia recordando que los niños y las niñas inician desde ahí su educación. Es importante la labor de la familia en este ámbito, ya que nos ayuda a identificar la relevancia que le dan al tema, de esta forma también dar a conocer que las estrategias de regulación emocional son cruciales

en su educación, como lo menciona la autora Euralia Bassedas (1989) “la estructura familiar tiene que adaptarse a circunstancias nuevas y transformar determinadas pautas sin dejar de construir un marco de referencia para sus miembros” (p.61). De esta forma si se logra que los padres de familia identifiquen la importancia del tema se podrán lograr cambios en su Educación Socioemocional.

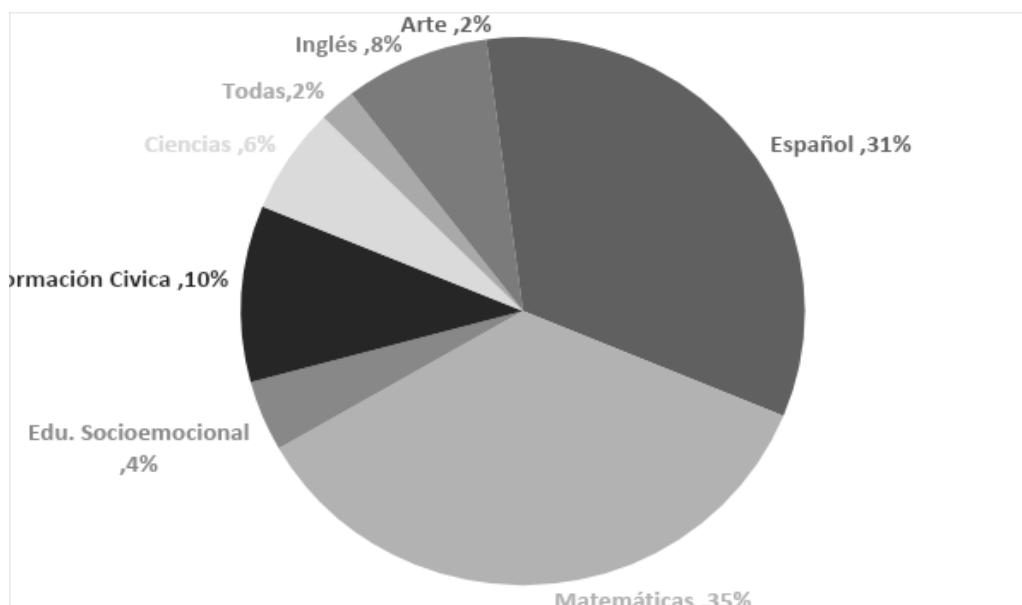
Padres de familia

Se les pidió a los padres de familia en el cuestionario que mencionaran 3 materias que consideren más importantes para la formación de su hijo(a), las respuestas (Grafico 3) ayudaron mucho para la interpretación del contexto de los estudiantes, fue realizada para todos los padres de familia, sin embargo no se obtuvo respuesta de todos, por lo que se obtuvieron 18 respuestas.

Al observar los datos se analizó que la mayoría de los padres de familia eligieron las materias de español, matemáticas y formación cívica como las que consideran más importantes para la formación de su hijo, sin embargo de acuerdo a esta investigación sólo el 2% de los padres decidieron educación socioemocional, esto quiere decir que no les da mucha importancia a esta materia, sino les interesa que sus hijos tengan más formación académica como lo son número o lectura, de acuerdo al (Figura 3) sólo dos padres de familia contestaron que todas las materias son indispensables para la formación de su hijo, cada materia tiene algo fundamental para los estudiantes, pero algunos padres de familia tienen más intereses por otras.

Figura 3

Mencione 3 materias que considere más importantes para la formación de su hijo(a)



Fuente: Elaboración propia.

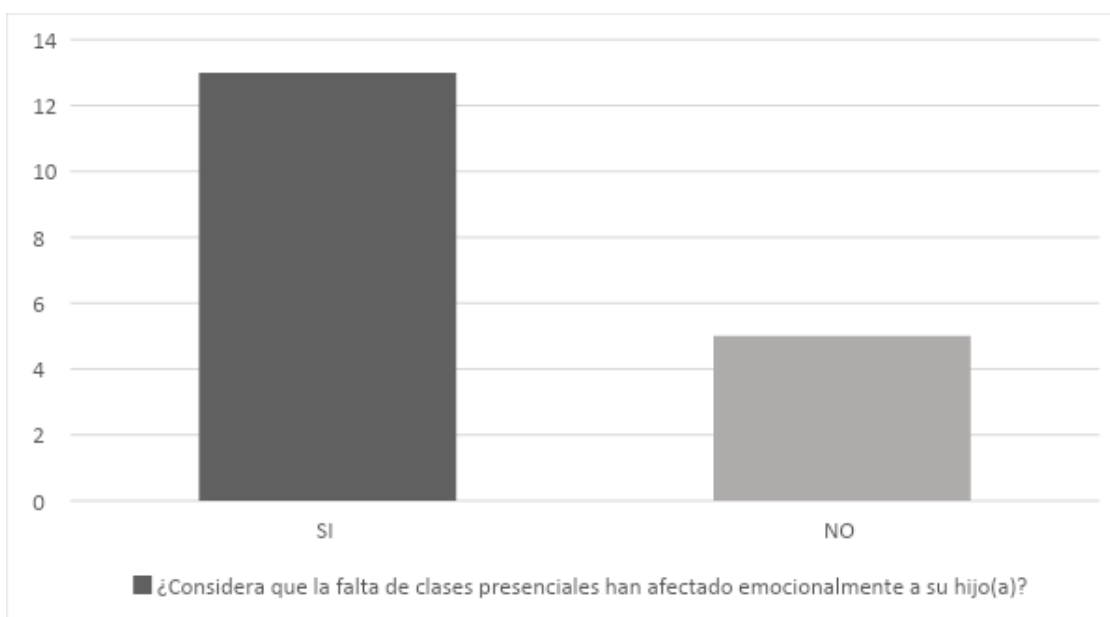
Aunque es algo contradictorio lo que se presenta en la siguiente pregunta mostrada en la (figura 4), tiempos muy diferentes, algo que nunca se había presentado y donde se debe diseñar e implementar diferentes estrategias desde todo ámbito, y en la educación desde todos los temas que la engloban.

Los 18 padres de familia que contestaron consideran que el no tener clases presenciales afectado emocionalmente a sus hijos, anteriormente se mencionó que es contradictorio, ya que en la anterior pregunta solo 2 papás consideraron importante la materia, esto puede ser por diversos factores, quizás no están inmersos en la materia de Educación Socioemocional y no identifican los conocimientos que puedan adquirir sus hijos, a través de la investigación ayudar a que los padres muestren más interés en esta materia, y conozcan más estrategias para sus hijos o para ellos también como padres, como se ha

mencionado son importantes desde cualquier edad y pueden ellos aplicarlas, así fomentar desde el ejemplo a sus hijos.

Figura 4

¿Considera que la falta de clases presenciales han afectado emocionalmente a su hijo(a)?



Fuente: Elaboración propia

De igual forma y siguiendo la misma línea del sentir de los niños, se les preguntó a los padres de familia, ¿Cómo se encontraba su hijo(a) en tiempos de confinamiento? , a lo que 11 padres de familia de los 18 respondieron que bien, en cambio otros respondieron que se encontraban desesperados, con estrés, irritables, aburridos, desmotivados, inquietos y rebeldes.

Con estos datos se muestra que en los tiempos de confinamiento provocados por el (COVID-19) afectaron totalmente a los estudiantes emocionalmente, y algunas veces

provoca desmotivación por seguir estudiando, o algunos otros factores mencionados en la parte de arriba.

Llevando el tema a la actualidad es de suma importancia llevarlo a cabo, con la pandemia se generó más estrés o ansiedad en los niños por no salir de sus casas, surgía el miedo a regresar a la escuela por un virus, y es algo que como adultos causa mucha inquietud y preocupación, misma que es presentada en los niños, aprender a regular las emociones es una parte fundamental en estos tiempos y más dentro de una pandemia, saber cómo reaccionar a una situación de riesgo o el solo pensar cómo lidiar con ese miedo al entrar a la escuela o con las diferentes emociones que se presentan en esa situación.

Es importante mencionar que este tema no solo es fundamental en tiempos de pandemia, las emociones siempre estarán presentes a lo largo de la vida y el lograr regularlas es muy eficaz para nuestra identidad y para nuestra interacción social.

Figura 5

¿Considera importante que su hijo conozca estrategias para regular sus emociones en tiempos de confinamiento por el covid-19?



Fuente: Elaboración propia

También se les preguntó a los padres de familia si sus hijos expresan fácilmente sus emociones (figura 5), a lo que contestaron 17 padres de familia que sí, y solo uno contestó que no, este dato ayudó para seguir con la regulación de emociones, algunos de ellos agregaron a su respuesta que ellos mismo le ponen el ejemplo, en la forma de actuar, siempre lo expresa en el momento que la siente y un padre de familia respondió que su hijo se expresa llorando.

Es por eso la importancia de llevar a cabo estrategias de regulación emocional y asimismo se les preguntó a los padres de familia sobre implementar dichas estrategias con el fin de dar más apertura al tema, por lo que su respuestas fueron favorables como se muestra en el siguiente (Gráfico 4), ya que la mayoría de los padres de familia contestaron que sí están de acuerdo con que se implementen estrategias para regular sus emociones.

Algunos padres de familia añadieron más texto en su respuesta y fueron las siguientes: uno de ellos es importante entenderlos y que también las estrategias, las puedan aplicar en familia; si para conocer nuevas, a las que ya se utilizan en casa; si en estos tiempos son muy importantes y si, ya que está muy desesperada por el encierro.

Y por último se les preguntó a los padres de familia si han notado cambios en su hijo(a) en tiempos de pandemia, a esto la mayoría contestó que si se notan muchos cambios entre ellos ya son menos pacientes, cambian muy seguido sus cambios de humor y se irritan más fácil.

Docente

Como tercer instrumento se le realizó una entrevista a la docente, tomando en cuenta que las entrevistas son divididas en estructuradas, semiestructuradas y no estructuradas o abiertas. Con la docente se aplicó una entrevista no estructurada, la cual es definida por Niño Rojas

(2011) “como informal, abierta o no dirigida, implica más grados de libertad, flexibilidad y adaptabilidad; puede llegar a tener visos de conversación sobre un tema” (p. 65). Se realiza esta entrevista a través de una video llamada por zoom, donde logramos rescatar datos importantes y muy concretos, la maestra tuvo gran disposición, eso logro que la entrevista lograra mucha fluidez y confianza entre nosotras.

En un diagnostico psicopedagógico el papel del profesor es relevante, como menciona la autora Eulalia Bassedas (1989) “el maestro tiene la responsabilidad de potenciar el desarrollo de todos los alumnos mediante el aprendizaje de una serie de diversos contenidos, valores y hábitos” (p.55). El maestro mediante su labor también genera cambios importantes en los alumnos, lleva un proceso más detallado, ya que identifica las necesidades de los alumnos y a partir de ahí labora cada uno de los contenidos, sin embargo se logran resultados eficaces a través de la comunicación con los padres de familia y profesor, de esta forma es como se llega a la importancia de aplicar la siguiente entrevista: primero se le preguntó ¿Cómo se siente emocionalmente?, a lo que ella contestó que siente muy bien y le gusta convivir con su familia y ver sus caritas.

Añadiendo a esto también se le preguntó si las clases en línea han afectado a los niños desde su perspectiva, para lo cual ella mencionó que no, que de alguna forma se les han hecho llegar las actividades para su aprendizaje, también se platicó acerca de los factores que afectan en las clases en línea respondiendo a esto, nombra la interacción de los niños con otros niños. Los estudiantes desde cualquier ámbito necesitan socializar con personas de su misma edad, al entrar a las clases en línea se pierde por completo no es lo mismo virtualmente, a la interacción que se pueda hacer de manera verbal o físicamente. Los niños al platicar con otro compañerito desarrollan diversas habilidades.

Otra pregunta que ayudo a interpretar el contexto, es sobre el involucramiento de los padres de familia con sus hijos, a lo que la maestra informó que una parte muy mínima se involucra, dependiendo el grado al que pertenecen, pero del grupo solo una tercera parte, esto tiene mucha vinculación, ya que solo una tercera parte de los padres de familia contestaron el cuestionario.

Relacionando la entrevista hacia el tema, se le preguntó que si los padres de familia le dan importancia a la educación socioemocional de sus hijos, a lo cual ella responde depende mucho de la familia, hay padres que no se detienen a ver lo que les pasa, o no quieren darse cuenta, llevar a cabo este proyecto generara más conocimiento para que los padres de familia se involucren con sus hijos, detenerse a saber cómo se sienten o que es lo que les está pasando en cualquier situación.

También se platicó con la maestra de grupo, ¿Cómo siente a los alumnos emocionalmente? a lo que ella mencionó que emocionalmente se encuentran bien, pero a los padres de familia les falta paciencia. De la pregunta se rescataron varios datos, el primero de ellos es que hay una división de acuerdo al cómo observan emocionalmente a los alumnos, ya que los padres de familia mencionaron que no están del todo bien, que el no asistir a clases presenciales los afectó emocionalmente. Desde otro punto es la paciencia que nombre la maestra, que hacía falta por parte de los papás, esto se relaciona con lo que mencionaron algunos padres de familia, también nosotros necesitamos aprender a regular las emociones para ayudar a nuestros hijos con ello.

Siguiendo la entrevista dada por la Maestra de grupo, nos menciona que ella considera importante la implantación de estrategias para la regulación de emociones para generar el autoconocimiento en los alumnos.

Cada uno de los instrumentos utilizados ayudó a reconocer la importancia de la regulación emocional en tiempos de confinamiento provocado por el (COVID -19), sin embargo es fundamental mencionar de qué trata este confinamiento y sobre todo contextualizar.

La pandemia empezó en Wuhan (China) en diciembre de 2019. Actualmente COVID-19 es una pandemia que afecta a muchos países de todo el mundo, el coronavirus es un virus que es muy contagioso, es una enfermedad que puede ser tanto grave como tranquila, depende mucho de la persona y su organismo, causa infecciones respiratorias que pueden llevar hasta la muerte.

La pandemia del (COVID-19) se manejó por medio de un semáforo epidemiológico, el rojo significaba estar totalmente encerrados y la mayoría de los negocios, parques, escuelas, etc. El color naranja empezaba a abrir algunas cosas, sin embargo se establece un horario. El color amarillo significaba que algunas actividades ya pueden realizarse, sin embargo el regreso a clases aún no, el regreso a la escuela era cuando el semáforo se encontraba en color verde. Durante la prestación de servicio social se estuvo al principio en semáforo rojo y después cambio a naranja.

Vinculando esta información con los niños, varios de ellos han sufrido pérdidas por este virus o ellos mismos se han contagiado, y esto afecta aún más en sus emociones, ya que persiste y aumenta el miedo y la tristeza por las pérdidas de sus familiares, también existe enojo por la desesperación de estar en encierro.

Sin embargo los alumnos al regresar a clases presenciales, es un alto riesgo y sobre todo de contagio, ya que este virus puede ser detectado por medio de los síntomas y en algunos casos no hay síntomas, en estudios sobre la salud se encontró que los niños también

pueden contagiarse y en la mayoría de las veces son asintomáticos, el regreso a clases generaría muchos contagios por la probabilidad que hay que ellos no muestran ningún síntoma.

Fue así la situación que el 29 de junio del 2022 fue publicada en el periódico universal, una noticia que hizo preocupar a las familias, se registraba un incremento de contagios en los niños y adolescentes del estado de Querétaro, esto estaba resultando debido al regreso a clases, aun así teniendo las diversas medidas de prevención para el contagio (COVID-19), una noticia que aterraba a los ciudadanos y sobre todo a los niños y adolescentes en la escuela.

Problemática

El asilamiento durante la pandemia provoco cuadros de estrés, depresión y ansiedad, en un artículo del universal de Querétaro, el especialista Emanuel Sarmiento menciona que los niños son los que tienen más intensidad sobre sus emociones, ya que a ellos se les cambio completamente su rutina, los niños eran los más vulnerables en el descontrol de sus emociones durante la cuarentena.

Durante la prestación del servicio social se identificó que en la escuela se le da más peso a las actividades académicas, sin embargo el estado emocional también es fundamental, sentirse bien para aprender, de acuerdo a los datos que se encontraron, se reconoce la importancia de lo socioemocional, y no solo podría decir que es importante en los estudiantes, sino también con los docentes y padres de familia.

Para definir la educación socioemocional se fue basando en el plan y programa de aprendizajes clave 2017, dicho programa tiene como objetivo mejorar la calidad y la equidad de la educación, dentro del programa se hablan de las diversas asignaturas nos propone a la

Educación Socioemocional como “proceso de aprendizaje a través del cual los niños y los adolescentes trabajan e integran en su vida los conceptos, valores, actitudes y habilidades que les permiten comprender y manejar sus emociones” (p.314). Las emociones son parte fundamental en la vida de cada ser humano, es el estado de ánimo que día con día prevalece y sobre todo demuestra cómo nos sentimos, saber expresarlas es una fase importante de ellas, sin embargo es más complejo aprender a regularlas.

Partiendo del término de “Inteligencia emocional”, la define Goleman (1995)

La capacidad para dirigirnos con efectividad los demás y a nosotros mismos, de conectar con nuestras emociones, de gestionarlas, de auto motivarnos, de frenar los impulsos, de vencer las frustraciones. El modelo de competencias emocionales de Goleman, habla de cinco áreas-competencias que son: “conocimiento de emociones, control de emociones, capacidad de motivarse a uno mismo, reconocimiento de emociones ajenas y el manejo de relaciones. (p.123).

Las emociones en nuestra vida son fundamentales saber gestionarlas es un proceso largo, pero que a lo largo de la vida ayudara y ese es el fin, se lleva a cabo este tema en los niños primero de primaria, ya que se hace necesario el estudio y entrenamiento de estas habilidades desde edades tempranas, como nos menciona Fregoso (2013):

Ofreciendo la posibilidad, desde la escuela, de educar a las futuras generaciones, no solo en capacidades intelectuales, sino también en las emocionales, por lo que podemos considerar que uno de los ámbitos más adecuados para comprobar si se cumplen o no estas aseveraciones, sería en el ámbito de la educación. (p. 91.)

Contextualizando más sobre el tema de educación socioemocional, mostrando desde el trabajo de la dirección en la institución, dentro de la prestación del servicio social, también se estuvo trabajando en lo administrativo de la institución, de acuerdo al tema se anotaron diversos puntos.

De acuerdo al Programa escolar de mejor continua (PMCE) en el cual la institución se planteó objetivos, propósitos y metas para cumplir a lo largo del ciclo escolar, en una reunión de maestros, se realizaron objetivos y metas para trabajar, cada uno de los docentes mencionaba una de acuerdo a su nivel, sin embargo se le daba más peso a las materias de español y matemáticas, terminando la sesión, la labor que se tenía en la parte administrativa es darle formato a los documentos. El (PMCE) tenían una rúbrica para analizar las metas que cada institución propone, al analizar el documento se identificó que no había actividades de acuerdo a la Educación Socioemocional, estas fueron agregadas solo por la directora, esto ayudó a reflexionar que los docentes no le dan mucho peso al tema, ya que cada una de las actividades eran inclinadas más hacia otras materias y es por eso que se agregó para el cumplimiento de la gráfica, aunque no debería agregarse contenido sobre el tema por llenar una gráfica, sino lo importante es que realmente se lleven actividades sobre el tema.

También agregando que en estas reuniones se trabajaba en el Consejo técnico (CTE), el cual consiste en juntarse para tomar decisiones de acuerdo a estrategias, propuestas pedagógicas, actividades didácticas que fomenten cada uno de los aprendizajes esperados de acuerdo a su nivel educativo, previo a esta reunión (CTE) se hacía descarga administrativa donde los docentes, revisan los documentos que se tendrán que llenar en la reunión o algunas veces antes para trabajar con dichos datos.

Durante la prestación de servicio social se trabajaron en 5 sesiones del consejo técnico, la 5ta sesión fue fundamental para el tema, ya que se platicó sobre la Educación Socioemocional y se mencionaron los resultados obtenidos de estas actividades en los diferentes grados, además ayudo a conocer diferentes estrategias que podrían ser implementadas en los grupos, sin embargo hay algunos docentes que al momento de preguntar sobre las estrategias que ellos utilizaban no sabían responder, o decían las mismas. Algunos docentes han mencionado que su prioridad es que los estudiantes logren obtener todos los conocimientos que están presentados en el libro de Aprendizajes Clave, es fundamental mencionar que este programa también contiene Educación Socioemocional, es decir se tiene que llevar al estudiante hacia los aprendizajes clave marcados. Lo que el Consejo Técnico ofrece es que los maestros interactúen e intercambien ideas sobre temas que son fundamentales en la educación.

Objetivos

En el siguiente apartado se proponen los objetivos, el general para identificar el proceso que se quería intervenir pedagógicamente dentro de la materia y que se desarrollo como parte del servicio social. Llegar con el informe y los objetivos específicos utilizados como una guía de pasos para llegar a nuestro propósito de trabajo.

Objetivo general

Reconocer las estrategias que los niños y niñas de primer grado de primaria del estado de Querétaro utilizan para la regulación de emociones durante este ciclo escolar 2020-2021 y en tiempo de confinamiento provocado por el COVID -19, por medio de la implementación de un Proyecto Didáctico con el fin de fortalecer el proceso de su Educación Socioemocional.

Objetivos específicos

1. Identificar teóricamente los aspectos que forman parte de la educación socioemocional.
2. Conocer las características metodológicas y didácticas para el diseño de proyecto didáctico.
3. Diseñar e implementar un proyecto didáctico que permita promover la regulación de emociones
4. Sistematizar los resultados de esa intervención y analizar las estrategias que utilizaron los niños y niñas para regular sus emociones con las actividades propuestas.

Proyecto didáctico

Antes de mencionar el contenido del proyecto didáctico es importante definirlo Según Goris (2007) "Los proyectos constituyen un modo de organizar el trabajo alrededor de una problemática a investigar que se plasma en un producto final que da cuenta de todo lo investigado" (p.91). El informe esta realizado desde una problemática misma que es utilizada para diseñar el proyecto didáctico como se mencionó en Ministerio de Educación y Deportes (2005)

El proyecto es una herramienta o una estrategia pedagógica que permite integrar el proceso de aprendizaje a hechos de la vida real, en las cuales niños y niñas se enfrentan con el mundo a través de la acción, desarrollando los aspectos cognitivos, psicomotores, socio afectivos, físicos y del lenguaje. (p. 84)

La implementación de este proyecto didáctico surgió para aportar más estrategias que ayude a los estudiantes a lograr regular sus emociones, también con el fin de alcanzar los aprendizajes esperados correspondientes a su nivel educativo.

Institución: Escuela Primaria ING Luis M. Vega Grup 1° B

Fundamentación

El programa que se aplicó para el desarrollo del proyecto didáctico fue través de Aprendizajes Clave, enfocándose en la Educación Socioemocional, que está diseñada como un proceso de aprendizaje, donde se busca que los alumnos desarrollen habilidades y estrategias para la expresión e identificación consciente de las emociones, la regulación y gestión de ellas mismas. La Educación Socioemocional durante esta etapa escolar favorece el poder reconocer, apreciar y fomentar todo aquello que contribuye al bienestar personal y colectivo.

El área en educación socioemocional propone 5 dimensiones, sin embargo con este proyecto se quiere enfatizar en la dimensión de autorregulación, de acuerdo a Bisquerra (2009):

Es la capacidad de regular los propios pensamientos, sentimientos y conductas, para expresar emociones de manera apropiada, equilibrada y consciente, de tal suerte que se pueda comprender el impacto que las expresiones emocionales y comportamientos pueden llegar a tener en otras personas y en uno mismo. (p.61).

En la dimensión de autorregulación se tiene como propósito: desarrollar habilidades y estrategias para la expresión, la regulación y la gestión de las emociones; el reconocimiento de las causas y efectos de la expresión emocional; la tolerancia a la frustración y la templanza para postergar las recompensas inmediatas.

Esta dimensión está compuesta mediante el desarrollo de las habilidades específicas: la primera es metacognición, expresión de las emociones, regulación de las emociones, autorregulación de emociones para el bienestar y perseverancia.

De acuerdo con las habilidades asociadas a la dimensión de la autorregulación SEP (2017) se delinearon los siguientes indicadores de logro:

- Metacognición: Reconoce y explica los pasos que siguió en la resolución de un problema y las emociones asociadas a este proceso.
- Expresión de las emociones: Identifica situaciones que le generan emociones aflictivas y no aflictivas y las comparte, y reconoce el efecto de las emociones en su conducta y en sus relaciones con los demás.
- Regulación de emociones: Utiliza técnicas de atención y regulación de impulsos provocados por emociones aflictivas.
- Autorregulación de emociones para el bienestar: Identifica las emociones que lo hacen sentir bien y reconoce el sentido del humor como una estrategia para reducir la tensión.
- Perseverancia: Muestra disposición y optimismo ante retos o tareas.

Cada una de las actividades fueron justificadas por medio del autor Bisquerra (2009) define a la regulación emocional como:

la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada, Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas, aceptar que los propios sentimientos y emociones deben ser regulados, lo que incluye: regulación de la impulsividad (ira, violencia, comportamientos de riesgo) y tolerancia

a la frustración para prevenir estados emocionales negativos (estrés, ansiedad, depresión), entre otros aspectos. (p.3).

Esta regulación de emociones se puede llevar a cabo por una serie de estrategias, las cuales se proponen para que se fortalezca esta habilidad en los niños de primaria de esta manera a lo largo de su vida puedan ser útiles por su bienestar personal y social.

Además este proyecto didáctico se aplicó desde un enfoque constructivista aplica de acuerdo a Piaget al reconocimiento de conocimientos que se originan y desarrollan a través de las construcciones internas que el niño procesa en la mente. Para llevar a cabo la construcción de este conocimiento es importante el papel del docente, ya que él tiene un papel activo y es guía para los estudiantes, también logrando diseñar e implementar diversas estrategias para que los aprendizajes sean lo más significativa posible, como lo plantea Piaget. Desde el autor Calero (2008) “El verdadero aprendizaje es aquel que contribuye al desarrollo de la persona” (p.10). Como se ha mencionado el estudiante construye su propio aprendizaje, su papel es ser un sujeto activo colaborativo que lo invita a preguntar, descubrir, explorar y experimentar, y es así como el docente tiene la función contribuir con sus capacidades y su experiencia a la construcción de ambientes que propicien el logro de aprendizajes esperados, asimismo el docente debe motivar a los estudiantes y crear una convivencia armónica entre todos los miembros de la comunidad escolar. Es decir el papel del niño en este aprendizaje, es un sujeto activo en un ambiente colaborativo que lo invita a preguntar, descubrir, explorar y experimentar. El docente tiene como función contribuir con sus capacidades y su experiencia a la construcción de ambientes que propicien el logro de los aprendizajes esperados, y por último lograr una convivencia armónica entre todos los miembros de la comunidad escolar.

Cada una de las actividades también se generaron con el fin de lograr un aprendizaje significativo es decir cómo se menciona parte de la construcción del conocimiento y de este mismo aprendizaje, se necesita que sea significativo, por eso existe este aprendizaje significativo que este fue propuesto por Ausubel psicólogo estadounidense fue influenciado por los aspectos cognitivos de la teoría de Piaget. Nos menciona Romero (2009) “El aprendizaje significativo se refiere a que el proceso de construcción de significados es el elemento central del proceso de enseñanza-aprendizaje” (p.1). El docente debe enseñar al estudiante los contenidos que para ellos son significativos, también debe establecer el diálogo para ello, propiciar la motivación para que los estudiantes sigan aprendiendo, de esta forma obtener Aprendizaje Significativo para ello es necesario que tenga un papel activo y pueda relacionar el contenido que se le está dando con algo que ya sabe, de esta forma trabajar las emociones, ayudara a que si en un futuro se presenta una de ellas logre reconocer a través de cada una de las técnicas utilizadas.

Cada uno de estas referencias anteriormente mencionadas fueron fundamentales para la construcción del proyecto didáctico de igual forma la elección de las actividades, las cuales fueron divididas en tres bloques y en la evaluación. El primer bloque se nombró conociendo las emociones, el segundo bloque reconociendo las emociones, y el tercer y último bloque regulación emocional.

Sin olvidar que el objetivo de cada bloque es que los niños y niñas logran regular sus emociones. Las actividades se trabajaron por medio de materiales didácticos. Las sesiones fueron implementadas los días martes cada una con un tiempo de 50 min. En la siguiente (tabla 7) se muestran el nombre de las actividades por cada bloque.

Tabla 4*División de actividades en bloques*

Bloque:	Actividades
Bloque 1 -Conociendo las emociones	1. Conociendo las emociones 2. Memorama de emociones 3. Sentimiento y emoción
Bloque 2 - Reconociendo mis emociones	4. ¿Qué sientes? 5. Paletas de emociones 6. Emociones en fechas importantes
Bloque 3 – Regulación de emociones	7. Masa relajante 8. Semáforo 9. Felicidad vs Tristeza 10. Biblioteca emocional 11. Escucha la música y relájate 12. Imagina el regreso a clases 13. Un muñeco me representa 14. Utiliza tus colores favoritos 15. Cubo de las emociones

Cada uno de los bloques y actividades que se realizaron fueron aplicadas con la finalidad de cumplir un objetivo, fueron diseñadas e implementadas de acuerdo al contexto de los alumnos y asimismo atendiendo a sus necesidades.

Actividades didácticas:

Actividad 1: Conociendo las emociones (Apéndice D), Se implementó para que los alumnos reconozcan sus emociones a través de las expresiones faciales y así iban adquiriendo el vocabulario emocional, es importante que los niños conozcan este vocabulario, logren conocer de qué trata cada emoción.

Actividad 2: Memorama de emociones (Apéndice E).Con ella se obtuvo que los alumnos repasaran el nombre de las emociones y las representaciones de ellas, por medio de personajes de una película.

Actividad 3. Sentimiento y emoción. (Apéndice F), al trabajar las emociones existía la confusión por sentimiento y emoción, es por eso que se decidió hacer una presentación sobre el tema y al termino una sopa de letras.

Actividad 4. ¿Qué sientes? (Apéndice G). En ella se les presentaron varias oraciones sobre situaciones diferentes y ellos tenían que reconocer su emoción. También se realizó una reflexión sobre un video de las emociones con el propósito de que los alumnos identificaran las emociones.

Actividad 5. Paletas de emociones. (Apéndice H). Se realizó una manualidad en la cual dibujaban las caritas que para ellos representaban las emociones, de igual manera a cada carita se le destino un color, el que los niños y niñas los dibujen ayudara a que ellos mismos reconozcan las emociones por medio de eta actividad.

Actividad 6. Emociones en fechas importantes. (Apéndice I), Con el uso de las paletas de las emociones, se realizó la actividad de recordar emociones en fechas importantes y con ello identificar como las emociones están en constante cambio día a día.

Actividad 7. Masa relajante. (Apéndice J). Con ella se trabajó la emoción del enojo, se les presentaron algunas situaciones que los hace enojar, y mientras las estén escuchando los alumnos tenían que quitarle un pedacito a la masa para reconocer como regulan su emoción.

Actividad 8. “Semáforo” (Apéndice K). Esta estrategia se utilizó para que los niños hablen y razonen para resolver conflictos, así adquieran la estrategia para regular las emociones negativas, antes de actuar o expresarse, pensar en su sentir en ese momento.

Actividad 9. Felicidad vs Tristeza. (Apéndice L),. Los alumnos trabajaron con dos emociones, con las cuales en su libreta de un lado dibujaron algo que los hace muy tristes y

del otro lado algo que los hace muy felices. Esta es una estrategia para la tristeza cuando estén tristes podrán ver el dibujo contrario para pensar en lo que los hace felices.

Actividad 10. Biblioteca emocional. (Apéndice M). Se realizó una biblioteca emocional donde se leyeron varios libros sobre las emociones. Antes de terminar de escuchar el libro los alumnos buscaron soluciones, e implementaron algunas estrategias para ayudar al personaje del libro.

Actividad 11. Escucha música y relájate. (Apéndice N) En esta sesión se les puso música tranquilizante y se dieron algunas indicaciones sobre estiramientos con el fin de utilizar estas estrategias cuando estén estresados o enojados en cualquier situación.

Actividad 12. Imagina el regreso a clases. (Apéndice Ñ) Aquí utilizaron de su imaginación haciendo un dibujo de cómo piensan que será el regreso a clases, esta actividad funciona para saber cómo enfrentarán ese día.

Actividad 13. Un muñeco me representa. (Apéndice O) Con la ayuda de material reciclado se elaboró un muñequito, es decir los niños y niñas usaron de su creatividad para representarse mediante un muñequito. Con esta actividad se logró identificar a través del muñequito que emoción sentían ellos.

Actividad 14. Elige tus colores favoritos. (Apéndice P) Los niños y niñas colorearon una mandala con sus colores favoritos, en esta actividad se utilizó la música de fondo que más les gustaba, así utilizando la estrategia para relajarse.

Actividad 15. El cubo de las emociones. (Apéndice Q) Consistió en recortar y armar un cubo sobre las emociones. Cada que tiren el cubo y en la emoción que caiga tendrán que decir una estrategia para la emoción que corresponda.

Cada una de estas actividades mencionadas anteriormente ayudó a la recolección de datos, a regular sus emociones y a reforzar la educación socioemocional.

Estas actividades anteriormente mencionadas fueron recuperadas desde:

Catalá. (2014). *Cultivando emociones*.

Canales et al. (2010). *Como convertirse en el detective de tus propias emociones*.

Calderón. (2012). *Aprendiendo sobre las emociones*.

Evaluación

Se hizo una evaluación y se utilizaron algunas preguntas del diagnóstico y se añadieron algunas con el fin de obtener un antes y un después sobre el conocimiento de los estudiantes sobre las emociones y lo más importante identificar si los alumnos si aprendieron más estrategias de regulación emocional y fortalecieron otras.

La evaluación se aplicó a todos los estudiantes que en total son 33, todas las actividades las realizaron ellos, sin embargo como ya habíamos mencionado, solo nos enfocamos en 7 niñas y 1 niño esto fue debido a que son los que más se conectan a las sesiones virtuales y con los cuales podemos ir viendo su proceso en el trabajo.

Más adelante en este trabajo se presentaran los resultados de la evaluación mencionada anteriormente.

De igual forma se utilizó un cuestionario (Apéndice R) para padres de familia con el fin de rescatar su opinión acerca de las estrategias que se implementaron con sus hijos. Los instrumentos fueron aplicados con el fin de recolectar datos y para identificar los cambios en los estudiantes.

Análisis crítico del servicio social

En el siguiente apartado se presentan todos los resultados obtenidos por medio de la evaluación de los estudiantes, el cuestionario a padres de familia ´por medio de tablas, figuras y una vinculación con el diagnóstico aplicado al inicio, además nos ayuda a contestar la

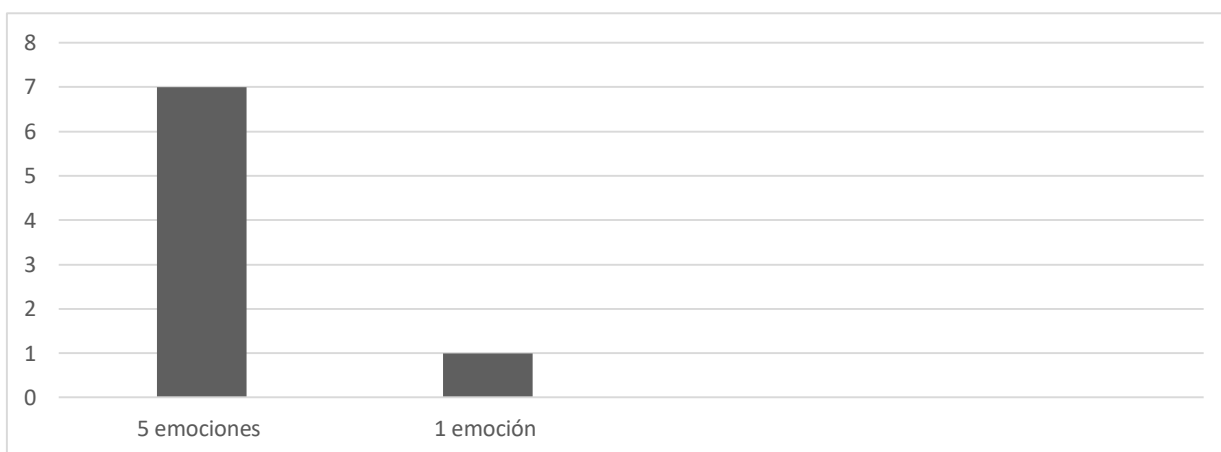
siguiente pregunta ¿Cuáles son las estrategias que los niños y las niñas de primer grado de primaria del estado de Querétaro utilizan para la regulación de sus emociones durante el ciclo escolar 2020-2021 y en tiempo de confinamiento por el Covid-19?

Evaluación

Con las respuestas de cada uno de los estudiantes se logró identificar si los contenidos impartidos fueron aprendidos y sobre todo puestos en práctica para su desarrollo socioemocional. Se les preguntó sobre las emociones que trabajamos (Figura 6) ,durante la implementación del proyecto didáctico se propuso por lo menos una estrategia por emoción.

Figura 6

¿Cuántas emociones trabajamos?



Fuente : Elaboración propia

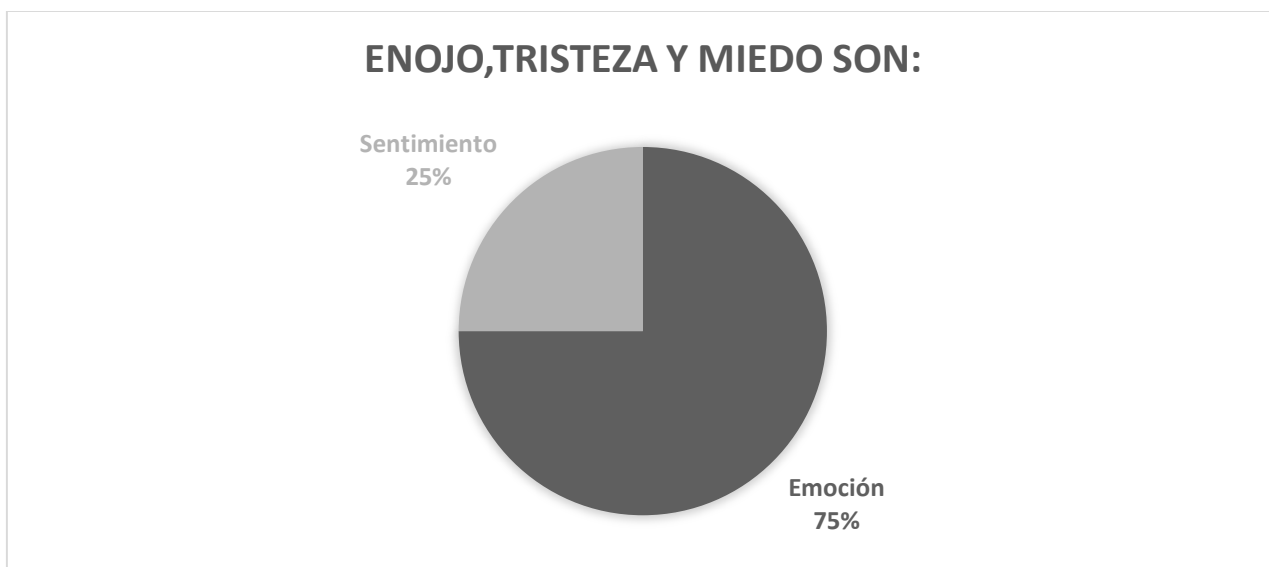
Por medio de la gráfica se identifica que si se trabajó con cada una de las emociones propuestas (enojo, tristeza, alegría, miedo, asco). De los 8 estudiantes, 7 nos mencionaron las emociones anteriormente mencionadas y solo 1 niña dice que se vio una emoción. A lo que la respuesta de ella es muy válida, se identifican más con una emoción, ella mencionaba que

era la Alegría, sin embargo logre ganarme la confianza de varios de ellos y ella expresa muy bien sus emociones, durante la clase contaba algo y decía la emoción que ella sentía.

Dentro del primer bloque se trabajó con los significados de las emociones y a lo que nos enfrentamos era la confusión entre sentimiento y emoción, por lo que se trabajó en ello, y estos fueron los resultados de dicha implementación, de los 8 estudiantes, 6 identificaron las diferencias y dos de ellos tienen confusiones, como se muestra en el siguiente (Figura7).

Figura 7

Las emociones



Fuente : Elaboración propia

Después de realizar la actividad de la diferencia entre emoción y sentimiento, se aplicaron estrategias para que los alumnos logaran expresar sus emociones, ya que una forma de ayudar en lo emocional, es expresar las emociones, en el cuestionario anteriormente los padres de familia la mayoría contestaba que sus hijos estaban afectados emocionalmente

(figura 4). Y con la siguiente (figura 7) podemos observar que los estudiantes, una de las estrategias que utiliza ya es expresar sus emociones.

Figura 7

¿Qué voy hacer con la emoción que se presente el día que entre a la escuela?



Fuente: Elaboración propia

Con las siguientes preguntas que se aplicaron, se rescatan datos importantes, debido a que las respuestas antes de haber implementado las estrategias eran totalmente diferentes (tabla 2) y ahora se muestran las respuestas después de haber implementado el proyecto didáctico (tabla 5).

Tabla 5

Alumno	¿Qué debo hacer cuando me enoje?	¿Qué puedo hacer cuando tengo miedo?
A-1	Tengo que calmarme	Llorar
A-2	Contar hasta 10 Usar mi botella de la calma Utilizar la masa	Ir con mi mamá
A-3	Respirar Cuento hasta 10 Utilizar botella de la calma Utilizar masa	Tranquilizarme Decirle a alguien de mi familia

A-4	Respirar	Pensar en cosas positivas
A-5	Contar del 1 al 10	Tranquilizarme
A-6	Contar del 1 al 10 Utilizar botella de la calma	Pensar en cosas positivas
A-7	Tranquilizarme Platicar con alguien	Pensar que todo estará bien
A-8	Calmarme	Pensar en cosas buenas

Respuestas de enojo y miedo

Fuente: elaboración propia

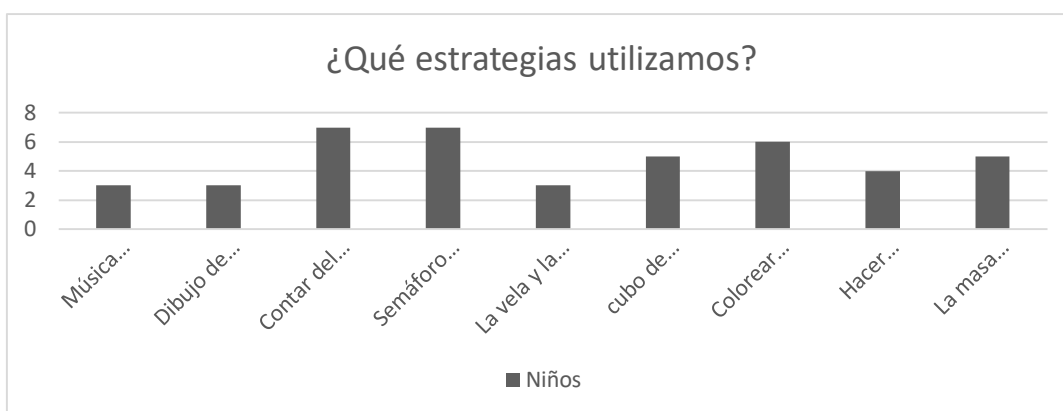
Las respuestas de la primera pregunta ¿Qué debo hacer cuando me enojo?, son totalmente vinculadas con las estrategias didácticas para la regulación emocional que se les propusieron, identificamos con la que más lograron relacionar era el contar del 1 al 10, respirar, el uso de la masa para dejar ir el enojo y no actuar de otra manera, en las sesiones algunos de ellos mencionaban la importancia de tranquilizarnos, ya que si estamos muy enojados podíamos lastimar a alguien y después arrepentirnos. Con esta sola pregunta podemos decir que si funcionaron las estrategias brindadas, que los alumnos si están llevándola a la práctica y eso lo veremos en las respuestas del cuestionario a padres de familia (Tabla n).

La segunda pregunta ¿Qué puedo hacer cuando tengo miedo?, de las 8 respuestas, 1 fue llorar, sin embargo todas las demás eran pensar cosas positivas, platicar con alguien, ellos decían que cuando tenían miedo, solo estaban escondiéndose o llorando, aquí se muestra diferencia, ya se ponen a pensar en cosas positivas, se trabajó con el tema del coronavirus (Figura 1) la mayoría decía que miedo, al trabajarlo concluimos que hay que pensar cosas positivas y esta era aprovechar que pasamos más tiempo con nuestra familia, trabajamos el respirar por medio de la música y ver un paisaje bonito y eso es parte de pensar cosas positivas.

Como ya se ha mencionado se trabajaron diversas estrategias, por lo que se les pregunto cuál eran las que habíamos trabajados, las respuestas serán mostradas en el siguiente (figura 8).

Figura 8

Estrategias utilizadas



Fuente: elaboración propia.

Con los siguientes resultados se muestra que todas las estrategias las trabajaron más de un estudiante, algunos de ellos seleccionaban todas las estrategias, ya que estas se fueron implementando durante el desarrollo del proyecto didáctico. Las que más fueron identificadas fueron el semáforo y del contar del 1 al 10, se gestionaron para regular la emoción del enojo, y son los resultados dados en la tabla anteriormente presentada (tabla n).

Por último se les preguntó a los alumnos sobre las estrategias y la forma en la que se implementaron (tabla 6).

TABLA 6

Estrategias que se trabajaron.

A-	¿Te gustaron las estrategias y la forma en la que trabajamos?
A-1	Sí, porque fueron entretenidas
A-2	Si
A-3	Sí, porque es divertido y me gusta aprender cosas de las emociones, platicarle a la maestra y que nos diga estrategias para utilizar.
A-4	Si
A-5	Sí, me gusta
A-6	Si, por que son prácticas y sencillas de llevar a cabo.
A-7	Si
A-8	Si

Fuente: elaboración propia.

Una parte fundamental de los resultados son las respuestas de la tabla anterior, ya que nos muestra que los estudiantes si le gustaba la forma en la que trabajamos. Como ya se había mencionado en este trabajo solo se trabajó con 7 niñas y 1 niño, ya que eran con los que inicié desde un principio y que se conectaban más seguido, sin embargo de 8 que tenía solamente, en las últimas sesiones aumentaron a 18 estudiantes, es decir el doble de estudiantes y es así como la investigación es más eficaz.

Cuestionario a padres de familia.

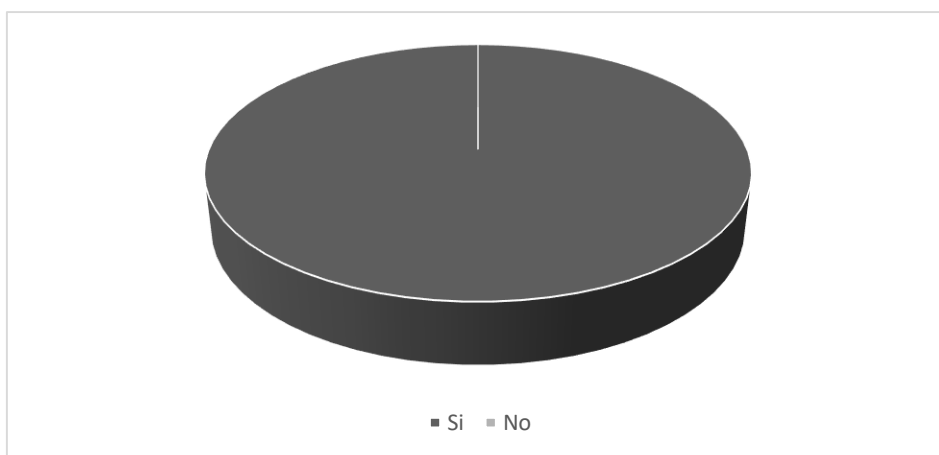
Se aplicó un cuestionario a los padres de familia con el fin de conocer desde su perspectiva el desempeño de su hijo, estas respuestas también generaron vinculación con las que el estudiante respondió y con las conclusiones a los que se llegó con las actividades

Esté cuestionario se aplicó por medio de un formulario de Google a 8 padres de familia, la intención del cuestionario fue conocer si ellos como padres de familia identificaban cambios después de la aplicación de las estrategias.

De esta forma se logró la obtención de la siguiente información: Una pregunta de dicho cuestionario fue sobre la expresión de emociones (Figura 9), y estas fueron sus respuestas:

Figura 9

¿Su hijo identifica y expresa mejor lo que siente?



Fuente: elaboración propia.

La pregunta consistía que si después de haber trabajado con el tema de las emociones, sus hijos las expresaban más fácil, por lo que todos los estudiantes contestaron que sí, las actividades que se realizaron ayudaron a reforzar los conocimientos que ya tenían sobre el expresar.

En la siguiente tabla se muestran las respuestas de la segunda pregunta (Tabla 7), donde los papás responden a la importante de haber trabajado estrategias de regulación emocional.

Tabla 7*Estrategias implementadas.*

P-	¿Considera que las estrategias de regulación emocional que se le presentaron a su hijo(a) son importantes?	¿Qué opina de dichas estrategias?
P-1	Si	Son de mucha importancia para que sepan cómo expresarlas.
P-2	Si	Se involucra más en las actividades, y le gusta expresar sus emociones.
P-3	Si	Sirven de apoyo y herramienta para poder identificar su emoción, regularla y sentirse bien.
P-4	Si	Es importante estar pendiente de los sentimientos de los niños.
P-5	Si	Está bien, aprende sobre sus emociones.
P-6	Si	Que está muy bien
P-7	Si	Me parece buena idea, ya que les permite a nuestros hijos expresarse de una forma adecuada.
P-8	Si	Les ayuda a mejorar sus emociones

Fuente: elaboración propia

Al observar los resultados, los papás consideran que es crucial que ellos lleven dichas estrategias, ya que con regularlas los estudiantes se sienten mejor y hacen uso adecuado de sus emociones. Además identifican que sus hijos aprendieron sobre las emociones y el cómo utilizarlas. Una de las preguntas que también tuvo mucha relación con la anterior fue la

siguiente ¿Qué cambios ha observado, después de haber trabajado las emociones en su hijo?, (Tabla 8) esta pregunta ayudo para distinguir si el proyecto si llego a su objetivo.

Tabla 8

Cambios en los alumnos

P-	¿Qué cambios ha observado en su hijo(a)?
P-1	Sabe cómo demostrar cuando está feliz o a disgusto con algo
P-2	Esta más tranquila para trabajar
P-3	Sabe que acción realizar con cualquier emoción, y también la plática con la familia.
P-4	Se expresa más
P-5	Expresa más sus emociones
P-6	Expresa lo que siente con más claridad.
P-7	Ya identifica sus emociones y las platica.
P-8	Demuestra mejor sus emociones.

Fuente: elaboración propia.

Con las respuestas de esta pregunta se hace notar que también cambiaron las respuestas, ya que estas eran que sus hijos se encontraban desesperados, con estrés, irritables, aburridos, desmotivados, inquietos y rebeldes, podemos ver la diferencia, anteriormente los estudiantes no sabían cómo expresarlas y regularlas, posteriormente cada una de las emociones las expresan y era de gran ayuda para sus papás de esta forma identificaban el estado emocional, y saber en que podrían seguir trabajando.

Como última pregunta a los padres de familia fue ¿Piensan que estas estrategias le sirvieron y le servirán para su regreso a clases presenciales?, las respuestas de dicha pregunta fueron, P-1 si por qué ya sabe demostrara sus emociones, P-2 si le sirvieron y le servirán, P-3 si, le sirvieron y no solo por estos momentos todo le servirá a lo largo del tiempo ante cualquier situación y su familia estará para apoyarla en cualquier situación, P-4, P-5 contestaron que sí, P-6 si para expresarse mejor, P-7 si para expresarse con sus compañeros y también comprenderlos y P-8 sí.

Gracias a las respuestas del cuestionario, podemos identificar que si se lograron cambios en los estudiantes y también los padres reconocieron la importancia de llevar a cabo estos temas con ellos. Determinan que si les sirvieron y les servirán las estrategias en un futuro, el cual era uno de los fines del proyecto didáctico y de realizar el servicio social.

Discusiones

En esta apartado se explicará los resultados que se encontraron por cada bloque, además se muestra una relación con algunos autores sobre el tema y los resultados obtenidos por medio de la implantación del proyecto didáctico.

Resultados por bloque

Primer bloque. Los estudiantes lograron fortalecer sus conocimientos acerca de cada definición de las emociones, asimismo lograron relacionarlas con lo que ellos sentían algunas veces, saben reconocer entre una emoción y un sentimiento. Reconocían las caras que representaba cada emoción, junto con sus compañeros. Fue el primer paso para que logra expresar sus emociones. “La competencia emocional se divide en dos aspectos: el hecho de expresar las emociones previas y la circunstancia de ayudar a que otros expresen las suyas, la expresión de las emociones no es posible si no se han identificado previamente” (Chabot,

2019, p.85). La importancia de haber dado un repaso a los conceptos y definiciones de las emociones con el fin de no encontrar dificultades para expresarlas.

Segundo bloque. Los resultados fueron muy favorables, ante cualquier situación saben a qué emoción representa y el por qué se presenta la emoción, lograron determinar un color para emoción, e identificar el cambio de emociones en diferentes fechas, creando así un calendario de emociones, a través de los cuentos ellos solitos identificaban desde el título la emoción a la que pertenecía cada cuento. Expresan fácilmente sus emociones así las demás personas (familia, docentes). Esto podríamos relacionarlo con el autor Brown (1996) plantea que “La actividad social y la participación comienzan a edad temprana. Los padres interactúan con sus hijos y a través de estas interacciones los niños adquieren las conductas que les permiten convertirse en miembros efectivos de la sociedad” (p. 11), es decir a través de la expresión de las emociones hacia las personas de su alrededor es como van generando la actividad social, los padres de familia decían en el diagnóstico necesitan de sus compañeros de clase, y ahora por medio de sus expresiones podrán generar esta interacción donde se platiquen cuál es su sentir ante la situación que viven.

Tercer bloque. En el último bloque los estudiantes lograron identificar las estrategias para la regulación emocional. La importancia de las estrategias como nos menciona Mayer et al (1987):

Los niños desarrollan estrategias para ayudarse a sí mismos a solucionar problemas desde temprana edad. Las estrategias son importantes porque ayudan a los estudiantes a entender y resolver problemas y son adecuados para ciertas situaciones. Las estrategias pueden mejorar el aprendizaje y hacerlo más rápido. (p.17).

Saben que acción deben hacer ante alguna situación emocional, conocen por lo menos una estrategia por cada emoción vista en la sesión (alegría, miedo, enojo, asco, sorpresa), logran entender y ayudar a sus compañeros ante alguna emoción.

Al término de cada una de las sesiones que se impartieron los estudiantes recordaban las actividades que se habían realizado, como podemos identificar en la (figura 8) cada una de las actividades. De esta forma los estudiantes con el tiempo tenían más confianza para platicar sobre sus situaciones, y así en grupo poder aplicar una estrategia aprendida.

Con la implementación de cada una de las actividades nos damos cuenta de la importancia de regular las emociones desde temprana edad, ya que por medio de ellas los niños y niñas lograron tener un ciclo escolar eficaz como lo mencionaban los padres de familia (Tabla 8), controlar los impulsos es algo que suena fácil para un adulto sin embargo muchas de las veces no lo es, en cambio sí desde temprana edad se empieza a trabajar lo emocional, no solo sonara fácil sino lo será.

Al trabajar la trabajar las emociones como lo menciona la autora Peinero (2019) se pueden disminuir niveles de ansiedad, riesgos de padecer depresión, conductas agresivas, problemas sociales y comportamientos destructivos en el aula. (p.14). Como ella misma lo menciona no se van a quitar por completo van a disminuir, ya que al regreso a clases y con cada una de las situaciones a las que se enfrentaron los estudiantes existirá una gran cantidad de diferencias entre ellos llevando estas al ámbito académico, debido a que no todos llevan el mismo aprendizaje por medio de las clases en línea y es algo que preocupa, ¿Podría un niño tener un comportamiento agresivo por no saber leer y su compañero si? Por supuesto puede pasar, los impulsos juegan un papel muy contradictorio en cualquier situación.

Sin embargo, no se debe quedar en el comportamiento del niño o niña, sino se debe trabajar de forma que tenga paciencia al aprender asimismo fomentar la empatía con los compañeros que aún no logran algo, se reconoce la importancia de primero trabajar las propias emociones y después la de los demás. Implementar actividades sobre la regulación emocional favorece de distintas formas al estudiante como lo menciona Piñero(2019) aporta a su autoestima, rendimiento escolar, en las habilidades sociales y al nivel de tolerancia ante la frustración y el estrés. (p.14).

Al inicio se mencionaba las situaciones en la que se encontraban los estudiantes y su sentir ante ella (Figura 4), veíamos que se sentían desmotivados por lo que esto afecta a su rendimiento académico, irritables o rebeldes, por lo que no lograban regular sus emociones, de esta forma se está totalmente de acuerdo con la autora, cada uno de estos resultados da respuesta a cada uno de los factores que afectaban emocionalmente al estudiante, mostrando lo fundamental que es trabajar las emociones refiriéndome a fechas, la autora habla de hace dos años y este informe del 2020-2021, sin embargo, seguirá igual de crucial para un futuro, ya sea en 3, 4, 5 años, las emociones juegan y jugarán un papel muy importante.

Posteriormente que se aplicaron diversas actividades se hicieron notar buenos resultados, ya que por medio de la evaluación se identificaron las estrategias que los niños y niñas utilizan en sus estados emocionales durante el ciclo escolar y en tiempo de confinamiento, lo crucial de este aprendizaje es que se convierte en significativo, ya que cada una de las estrategias las usaran a lo largo de su vida, debido a que las emociones prevalecen todo el tiempo.

Al observar detalladamente los resultados obtenidos nos damos cuenta que cada una de estrategias revisadas en las sesiones son utilizadas por los niños y niñas de acuerdo a su

personalidad, ya que cada una de las emociones tenía de dos a tres estrategias, y al preguntarles a ellos siempre mencionaban a una como principal, destacaba más la emoción y la estrategia del enojo, ya que a su edad y en tiempos de pandemia como lo mencionan los padres de familia se encontraban irritables ante cualquier situación, a lo que al aplicar la estrategia de contar del 1 al 10 funcionó totalmente con dicha emoción y era así como el trabajo se fue empleando llegando a los resultados presentados anteriormente con el fin de conocer las estrategias que los estudiantes utilizan.

Al realizar el servicio social me enfrente a varios obstáculos entre ellos fue que algunas de las veces las planeaciones o las actividades diseñadas no funcionaban como se creía en algunas situaciones me bloqueaba, sin embargo con el tiempo logre que las actividades fueran adecuadas a los niños y niñas. Es importante mencionar que aprendí mucho en saber identificar sobre qué actividades son pertinentes, es decir cada actividad o ejercicio debe ser adecuado a su edad.

Durante la prestación se tuvieron varias limitaciones por parte de la maestra titular, mi labor como prestadora era entrar a sus sesiones y ayudarle con materiales que favorezcan al aprendizaje del alumno, sin embargo no se me permitía. Hacer observaciones solo se podía en mi horario de sesión fue algo que limitó la observación para el contexto, en cambio se buscó la manera de grabar audios de las clases de esta manera fui rescatando ideas de los niños y niñas del grupo.

En las últimas sesiones la docente me dio oportunidad de trabajar libremente con los estudiantes y esto aportó mucho para el tema. También se generaron aprendizajes por medio de sus aportes y sugerencias en las distintas estrategias presentadas a los alumnos.

Sugerencias

Mis sugerencias para la institución es que se le dé más importancia al tema de las emociones más en estos tiempos, como lo menciona Boekaerts (2016): “Los docentes necesitan ser conscientes de las creencias motivacionales de sus estudiantes y ser sensibles a sus emociones, puesto que esta información puede conformar el diseño del proceso de aprendizaje” (p.87). Es bueno que los docentes se involucren y diseñen diferentes estrategias, ya que muchas de las veces se tenían las mismas estrategias para los mismos grupos. Consideramos que es fundamental que existan talleres para los docentes de esta forma ellos lograran regular sus emociones y así los estudiantes también puedan recibir esta formación.

Al obtener los resultados me doy cuenta que los niños necesitan acompañamiento y seguir trabajando en diversas actividades sobre las emociones, que lo docentes concienticen sobre la importancia del tema y se diseñen las actividades correspondientes a su edad, además de esta forma también les ayudará tanto a los docentes y padres de familia.

Asimismo considero crucial realizar actividades que involucren a los padres de familia, debido a que las emociones de los niños y niñas, no solamente emergen en la escuela, sino también son presentadas en casa. De esa forma podrán los niños y las niñas tener una mejor comunicación en casa y los padres de familia podrán identificar como sus hijos muestran sus emociones y como ayudarles a manejarlas.

Dentro de mi papel como prestadora de servicio social se aplicaron diversos conocimientos adquiridos durante la carrera, como lo fueron la planeación, cada una de las actividades tuvieron revisiones previa, sin embargo tenían que estar totalmente justificadas, la importancia de generar paso a paso una planeación, algunas de las veces no se aplicaba como estaba establecida, a pesar de ello se lograba el objetivo. De igual manera las

asignaturas de investigación fueron cruciales, previo a la elección del tema y durante la práctica es así como los conceptos, las teorías, los autores, son indispensables para generar una justificación de la importancia de las emociones, de igual forma las materias como psicología educativa, la comunicación en los procesos educativos, y los seminarios fueron de gran ayuda para observar desde otra perspectiva el desarrollo tanto cognitivo como social de los niños. Durante mi práctica considero que me faltó generar más actividades didácticas y organizar de mejor manera los tiempos, ya que algunas veces se me iba el tiempo y no culminaba las actividades, entonces poco a poco iba recorriendo cada una y eso quizás hubiera sido importante para generar más reflexiones y sobre todo la obtención de los resultados.

El haber realizado mi servicio social me ayudó mucho para mejorar en la práctica, reconozco la importancia de seguir investigando sobre el tema, seguir buscando documentos oficiales que me lleven a seguir identificando la importancia de lo socioemocional, es crucial que al llevar el tema se vaya hasta a los inicios y posteriormente llegar a la actualidad, como pedagoga considero que la metodología es parte fundamental en todo aspecto, la importancia de llevar esta materia es crucial no solo para un documento de titulación o una investigación que necesites, sino para la práctica como pedagoga en mi caso, me gustaría dirigirme a la docencia y desde el inicio como herramientas utilizas un diagnóstico para identificar las necesidades de los niños, la elección de la estrategia que de igual manera sea justificada y vinculada con la problemática, las técnicas que utilizarías para poder reconocer el logro o el reforzamiento que se tiene que emplear.

Reflexiones finales

Al participar y obtener estos resultados fue muy enriquecedor para mi formación, ya que durante cada sesión identificas los aspectos importantes de las emociones, como él identificarlas, y el aprender a regularlas.

Durante mi prestación de servicio social y el diseño de las estrategias también obtuve aprendizaje para regular mis propias emociones durante la elaboración de este trabajo. Sigo confirmando que una de las materias más importantes de la educación básica es la educación socioemocional, saber regular las emociones puede cambiar muchas situaciones que se presentan en la actualidad.

El trabajo como pedagoga es fundamental, me doy cuenta que cada uno de los aprendizajes obtenidos a lo largo de la carrera me han ayudado en la práctica, reconociendo lo fundamental que fue cursar las asignaturas como didáctica general, psicología social grupos y aprendizaje, planeación y evaluación educativa y la investigación educativa, gracias a cada uno de los conocimientos adquiridos logre realizar este trabajo. Considero que lo más importante para seguir ejerciendo es atender las necesidades de cada uno de los alumnos, ya que esto es fundamental para su aprendizaje.

La importancia de la pedagogía en la educación, estamos inmersos en una educación con muchos cambios desde los inicios de las tecnologías, y las nuevas generaciones, la pedagogía juega el papel de estar en constante cambio, contextualizarse para lograr obtener un aprendizaje en los alumnos.

Haber realizado un proyecto didáctico sobre la regulación emocional, y obtener resultados muy favorables, identificar un cambio del antes y después de la implementación, me hace sentir muy satisfecha considero que es un tema que no debe dejarse y que no dejará

de ser importante en ninguna edad y en ningún ámbito, es un tema que me gustaría seguir fomentando y ejercerlo en los estudiantes y en mi persona.

Si se trabajará un proyecto así en todas las escuelas sería muy enriquecedor para los niños, niñas, docentes y padres de familia, una forma más tranquila de vivir una pandemia que cambio totalmente la vida de todos y cada uno de los miembros de la sociedad. Conocer, implementar y llevar a cabo estrategias de regulación emocional es fundamental para enriquecer un proyecto de vida.

Referencias:

- Alva, S.(2019). *Situaciones didácticas para favorecer la educación socioemocional en niños de tercer año de preescolar*. Archivo digital.
<file:///C:/Users/mcbar/OneDrive/Escritorio/UPN/sexta%20semestre/INVESTIGACIONES/IP%20LPR%20370.153%20Al472s%202019.pdf>
- Angrosino, M. (2012). *Etnografía y observación participante en investigación cualitativa*. Madrid: Morat.
- Angrosino, M. (2012). *Etnografía y observación participante en investigación cualitativa*. Madrid: Morat.
- Bisquerra, R.(2011). *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*. Desclée de Brouwer.
- Bisquerra, R.(2015). *Psicopedagogía de las emociones*. Editorial síntesis

- Boekaerts, M. (2016). El rol crucial de la motivación y de las emociones en el aprendizaje en el aula. Unicef. *La naturaleza del aprendizaje.*(pp. 83-104).
- Brown et al. (1996). Participación social. Vosniadou. *Como aprenden los niños.* (pp. 11-12).
- Calderón, R.(2012). *Aprendiendo sobre las emociones.* Centroamérica.
- Catalá,J.(2014). *Educación emocional de 8 a 12 años. Cultivando emociones.* Conselleria d'Educació, Cultura i Esport
- Del Cid, A., Méndez, R., Sandoval, F. (2011). *Investigación. Fundamentos y metodología.* (Segunda edición). Pearson.
- Elmore, et al (1991). Participación activa. Vosniadou. *Como aprenden los niños.* (pp. 9-11).
- Figueroa, W.(2008). *Mis amigos y yo estrategias utilizadas por la niñez preescolar para autorregular sus emociones.* Archivo digital. <file:///C:/Users/mcbar/OneDrive/Escritorio/UPN/sexta%20semestre/INVESTIGACIONES/13309-Texto%20del%20art%C3%ADculo-12956-1-10-20180319.pdf>
- Hernández, A.(2018). *Las emociones en el Preescolar, una propuesta para fortalecer competencias ciudadanas.* Archivo digital. <file:///C:/Users/mcbar/OneDrive/Escritorio/Estado%20del%20arte/TESIS%20Adriana%20Lucia%20Hernandez.pdf>
- Bassedas, (1988) León, B., Camargo, G., Gómez. (2019). *Innovar para educar: Desarrollo de habilidades socioemocionales en preescolar.* Conisen. <file:///C:/Users/mcbar/OneDrive/Escritorio/Estado%20del%20arte/P652.pdf>
- León, L. (2019). *Técnicas didácticas para favorecer el desarrollo de las habilidades socioemocionales de aprendizajes clave en los niños de primer año de preescolar del instituto valle dorado.* Archivo digital. <file:///C:/Users/mcbar/OneDrive/Escritorio/Estado%20del%20arte/Tesis%20de%20Ludivina%20Murcia%20Le%C3%B3n.pdf>
- Mayer et al. (1987). Uso de estrategias. *Como aprenden los niños.* (pp. 17-18).
- McMillan, J y Schumacher (2005). *Investigación educativa.* (5ta ed). Perason
- Meza, J.(2012). *Diseño y desarrollo curricular.* Red tercer milenio.

Moheyer,M.(2013). *Propuesta taller para la regulación de emociones y estrés en niños de 8 a 11 años de edad*. Archivo digital.

<file:///C:/Users/mcbar/OneDrive/Escritorio/INFORME%20SERVICIO/Marco%20teorico/tesina%20.pdf>

Nájera, C.(2011).*Estrategias de auto-regulación emocional en niños de 9 a 12 años para las emociones de enojo, tristeza, miedo y alegría*. Archivo digital.

<file:///C:/Users/mcbar/OneDrive/Escritorio/INFORME%20SERVICIO/Marco%20teorico/tesis.pdf>

Niño, V.(2011). *Metodología de la investigación*. De la U.

Organización Mundial de la Salud. (2020). *Un reporte sobre la salud*. México

Piaget, J. (1959). *La formación del símbolo en el niño*. México

Piñeiro, B. (2019), *Educación de las emociones en la primera infancia*. Editorial Iztaccihuatl, S.A de C.V.

Rivera, R.(2014). *Taller para docentes; Manejo de las emociones en la educación primaria pública*. Archivo digital.

<file:///C:/Users/mcbar/OneDrive/Escritorio/INFORME%20SERVICIO/Marco%20teorico/tesina.pdf>

SEP. (2017). *Aprendizajes Clave. Para la educación integral*. Educación Primaria. Ciudad de México, México: SEP

Solano,P.,Milagritos.(2018). *Programa de actividades lúdicas para desarrollar las habilidades socioemocionales en niñas y niños de tres años de una institución educativa,* Trujillo, 2018.Archivo digital.
file:///C:/Users/mcbar/OneDrive/Escritorio/Estado%20del%20arte/palomino_sc.pdf

Anexos

Apéndice A. Diagnóstico de los alumnos

Antes de implementar actividades con los niños y niñas de primer año se aplicó un diagnóstico con la intención de darnos cuenta que tanto los niños conocen acerca de las emociones y saber su sentir en tiempos de confinamiento, este diagnóstico ayudo a identificar que los niños y niñas tienen miedo y algunos de ellos se encuentran tristes por la pandemia y el encierro. Ellos reconocen las expresiones de las emociones, en cambio se mostró que existen dificultades para regular las emociones y es un dato muy importante para la investigación, darles a conocer diferentes estrategias para regular sus emociones en tiempos de confinamiento.

Nombre completo

1. ¿Cómo te sientes hoy?
2. ¿Vives con tú mamá?
3. ¿Vives con tú papá?
4. ¿Tienes hermanos o hermanas?

5. ¿Cuántas personas viven en tu casa?
6. ¿Quién te ayuda en casa a realizar tus tareas?
7. ¿Cuántas veces al día te enojas?
8. ¿Cuántas veces lloras al día?
9. ¿Cuántas veces al día platicas con tus papás?
10. ¿Sabes algo sobre el coronavirus (COVID-19)?
11. ¿Cómo te sentiste cuando llegó el coronavirus (COVID-19)?
12. ¿Te gustan las clases en línea?
13. ¿Cómo te sientes con las clases en línea?
14. ¿Sabes qué son las emociones?
15. ¿Sabes qué son los sentimientos?

Apéndice B. Entrevista a Maestra de grupo

Se realizó una entrevista a la Maestra del grupo con el cual se trabajó, este instrumento se llevó acabo con el fin de conocer su opinión acerca de la educación socioemocional y el trabajo de los niños en las clases en línea. La entrevista se realizó por medio de una video llamada, la maestra se mostró amablemente para responder cada una de las preguntas, también menciono datos que no estaban dentro de la entrevista y que son importantes recalcar.

Nombre: Gloria Esperanza Galván Gonzales

1.- ¿Cuántos años tiene impartiendo clase? 24 años

2.- ¿Qué le motivo a ser docente? El gusto por compartir, por tener convivencia con los niños y sobre todo ayudar a los que más lo necesitan.

3.- ¿Cómo se siente emocionalmente en clases en línea? Muy bien, me gusta convivir con los alumnos y ver sus caritas.

4.- ¿Cómo observa desde su experiencia las clases en línea? Es una de las muchas herramientas que se llevaron a cabo para llevar el conocimiento a los alumnos en donde estén, opinó que está bien para los alumnos que tienen conectividad, ya que además de aprender pueden relacionarse con sus otros compañeros.

5.- ¿A lo largo de este ciclo escolar las clases en línea han afectado a los alumnos en lo personal y en lo académico? Yo creo que no afectado, los que no tienen internet tienen otras modalidades para aprender, socialmente si han afectado por los recursos que no tienen, pero se han hecho llegar las actividades y eso es lo importante.

6. ¿Cuáles son los factores que afectan a los niños en tiempos de confinamiento? El encierro por no salir a la calle, se disminuyó su proceso de socialización de compartir las experiencias con los niños de su edad, en algunos casos violencia familiar y problemas por la falta de trabajo.

7. ¿Considera que los padres de familia se involucran en las clases en línea? En un porcentaje mínimo, en el grupo solo una tercera parte, esto depende también del grado al que pertenecen los alumnos.

8. ¿Qué tanta importancia le dan a los padres de familia a la educación socioemocional de sus hijos? Depende de la familia, hay algunos que si se preocupan y otros que lo ven como no pasa nada, hay algunos que no se detienen a ver lo que les pasa a sus hijos y hay otros que ven lo que no hay, es muy ambiguo. Dentro del grupo hay padres que ni cuenta se dan o no quieren darse cuenta.

9. ¿Para usted como docente considera importante llevar la materia de educación socioemocional? Por supuesto, es muy importante y que bueno que la incluyeron como materia, antes de que se implementara ya se trabajaba desde otras materias.

10. ¿Piensa que es fundamental implementar actividades de regulación emocional en tiempos de confinamiento? Sí, es importante, porque ayuda al autoconocimiento del alumno

11. ¿Ha observado que los niños y niñas expresan fácilmente sus emociones? Depende de la personalidad del alumno, pero en lo general expresan lo que sienten.

12. ¿Cómo siente emocionalmente a los niños? Emocionalmente están bien, de repente al adulto es el que le falta paciencia.

Apéndice C. Cuestionario a padres de familia

Dentro de esta investigación es importante conocer la opinión de los Padres de familia, saber que tanta importancia le está dando a la educación socioemocional y a la regulación emocional de los niños, hacer el cuestionario con el fin de identificar el sentir de los padres de familia frente a las clases en línea. Se aplicó a todos los padres de familia del grupo de primero, este cuestionario arrojó datos muy relevantes, entre ellos los padres consideran que es fundamental que los niños conozcan estrategias para la regulación de sus emociones, también la mayoría de los padres de familia respondieron que las clases en línea han afectado a los niños emocionalmente, sin embargo algo que ayudará a este proceso de aprender a regular las emociones es primero lograr expresarlas, y se obtuvo el resultado que de 19 niños, 18 expresan fácilmente sus emociones.

Nombre de su hijo (a)

1. Mencione 3 materias que considere más importantes para la formación de su hijo(a) y el ¿por qué la elección de estas materias?
2. ¿Cuál es el desempeño que observa en su hijo (a) durante las clases en línea?
3. ¿Identifica dificultades en su hijo (a) para realizar las tareas?
4. ¿Cuál ha sido su sentir frente a las clases en línea?
5. ¿Le agradan las clases en línea?
6. ¿Qué opina de que se den las clases en línea?
7. ¿Considera que la falta de clases presenciales ha afectado emocionalmente a su hijo?
8. Actualmente en tiempos de confinamiento ¿Cómo se encuentra su hijo(a)?
9. ¿Su hijo le expresa fácilmente sus emociones?
10. ¿Piensa que es fundamental que su hijo (a) lleve a cabo la materia de educación socioemocional?
11. ¿Considera importante que su hijo (a) conozca diferentes estrategias para regular sus emociones en tiempos de confinamiento por el covid-19?
12. ¿Qué cambios ha observado en su hijo (a) en la nueva modalidad a distancia?

Apéndice D. Conociendo las emociones

Escuela: Ing. Luis M. Vega

Asignatura:

Educación socioemocional

Grado y Grupo: 1° B

Nombre del Profesor(a):

María del Carmen Bárcenas Licea

Bloque: 1

Nombre de la actividad:

Conociendo las emociones

Objetivo:

Conozcan cada una de las emociones e identifiquen como se representan.

Actividad a realizar	Se jugara caras y gestos, donde los alumnos tendrán que expresar con su cara que emoción están sintiendo, así los demás compañeros adivinaran la actividad. Se les pondrá el tráiler de la película intensamente, donde podrán observar a los personajes y como representan cada emoción. Al final como reflexión se les preguntara a los alumnos que emociones se propusieron en el video.
Tiempo	50 minutos.
Materiales	Tráiler de intensamente

Apéndice E. Memorama de emociones

Escuela: Ing. Luis M. Vega

Asignatura:

Educación socioemocional

Grado y Grupo: 1° B

Nombre del Profesor(a):

María del Carmen Bárcenas Licea

Bloque: 1

Nombre de la actividad:

Memorama de emociones

Objetivo:

Reconocimiento de emociones a través de las caritas de personajes.

Actividad a realizar	Los estudiantes realizaran un memorama echo por ellos en el cual pondrán personajes de la película que se vio, También agregando las emociones como las expresan ellos.
Tiempo	50 minutos.
Materiales	Hojas blancas Colores Lápices Pegamentos

Apéndice F. Sentimiento y emoción

Escuela: Ing. Luis M. Vega

Asignatura:

Educación socioemocional

Grado y Grupo:

1° B

Nombre del Profesor(a):

María del Carmen Bárcenas Licea

Bloque: 1

Nombre de la actividad:

Sentimiento y emoción.

Objetivo:

Conocer la diferencia entre emoción y sentimiento.

Actividad a realizar	Se presenta una diapositiva para entender el significado de una emoción y de un sentimiento. Para lograr el aprendizaje se contesta la sopa de letras y se señala que es una emoción y un sentimiento.
Tiempo	50 minutos.
Materiales	Sopa de letras Hojas Lápiz Cuaderno

Apéndice G. ¿Qué sientes?

Escuela: Ing. Luis M. Vega

Asignatura:

Educación socioemocional

Grado y Grupo: 1° B

Nombre del Profesor(a):

María del Carmen Bárcenas Licea

Bloque: 2

Nombre de la actividad:

¿Qué sientes?

Objetivo:

Reconocer sus emociones mediante situaciones de la vida cotidiana.

Actividad a realizar	El profesor presentara algunas situaciones sobre la vida cotidiana y los alumnos platicarán que emoción sintieron ante ella. Después se pondrá un video sobre las emociones, así logran identificar como es que se muestran en otras personas. Preguntas del video: ¿Cómo se llama el niño? ¿Hasta qué número cuenta? ¿Qué pasa cuando aparece el asco? ¿Cuándo se enoja que hace?
Tiempo	50 minutos.
Materiales	Libreta Lápiz Video: https://www.youtube.com/watch?v=gtXFA7vP8oo&t=138s

Apéndice H. Paleta de emociones

Escuela: Ing. Luis M. Vega

Asignatura:

Educación socioemocional

Grado y Grupo:

1° B

Nombre del Profesor(a):

María del Carmen Bárcenas Licea

Bloque: 2

Nombre de la actividad:

Paleta de emociones

Objetivo:

Reconocer las emociones por medio de las manualidades.

Actividad a realizar	Los alumnos tendrán que dibujar las caras de las emociones en un cuadro de hojas para después destinarle un color a cada emoción. Tristeza- azul Enojo- rojo Miedo- morado Feliz- amarillo Desagrado-verde Los estudiantes mencionaran algunas situaciones sobre las emociones anteriores. Mostrando asimismo los dibujos que hicieron sobre sus caritas.
Tiempo	50 minutos.
Materiales	Hojas de colores Lápices Colores

Apéndice I. Emociones en fechas importantes.

Escuela: Ing. Luis M. Vega.

Asignatura:

Educación socioemocional

Grado y Grupo: 1° B

Nombre del Profesor(a):

María del Carmen Bárcenas Licea

Bloque:

2

Nombre de la actividad:

Emociones en fechas importantes.

Objetivo:

Identificar las emociones de fechas importantes de día a día.

Actividad a realizar	Se realizará una tabla que se llenara con los siguientes datos: Qué emoción sentiste en: Navidad Año nuevo Día de reyes Hoy Los estudiantes encontrarán las diferencias en las emociones de sus compañeros, por lo que se hará una pequeña reflexión sobre ello.
Tiempo	50 minutos.
Materiales	Cuaderno Lápiz

Apéndice J. Masa relajante.

Escuela: Ing. Luis M. Vega

Asignatura:

Educación socioemocional

Grado y Grupo: 1° B

Nombre del Profesor(a):

María del Carmen Bárcenas Licea

Bloque: 3

Nombre de la actividad:

Masa relajante

Objetivo:

Estrategia para regular la emoción del enojo

Actividad a realizar	Se les platicará sobre el significado de la emoción llamada enojo. Después con una bolita de masa o plastilina, los estudiantes irán escuchando oraciones sobre cosas que en la vida cotidiana los hace enojar de esta forma los alumnos le irán quitando a la masa la cantidad de enojo que sientan. Con esto los estudiantes van a distinguir como regulan esa emoción, ya sea que falte trabajar en ella o ya la logren dominar.
Tiempo	50 minutos.
Materiales	Masa Plastilina

Apéndice K. Semáforo

Escuela: Ing. Luis M. Vega

Asignatura:

Educación socioemocional

Grado y Grupo: 1° B	
Nombre del Profesor(a): María del Carmen Bárcenas Licea	
Bloque: 3	
Nombre de la actividad: Semáforo	
Objetivo: Conocer estrategia para regular las emociones negativas.	
Actividad a realizar	En esta actividad los estudiantes seguirán una serie de pasos para resolver un conflicto o tomar una decisión. Tendrán que dibujar un semáforo y colorearlos como están destinados. Se trata de un semáforo cada color significa algo: Rojo- para, Amarillo-Piensa y Verde-actúa. Se trata de que los estudiantes piensen en alguna situación que les ha pasado y sigan estos pasos para obtener una solución.
Tiempo	50 minutos.
Materiales	Colores Libreta Lápiz

Apéndice L. Felicidad vs tristeza

Escuela: Ing. Luis M. Vega

Asignatura:

Educación socioemocional

Grado y Grupo:

1° B

Nombre del Profesor(a):

María del Carmen Bárcenas Licea

Bloque:

3

Nombre de la actividad:

Felicidad vs tristeza

Objetivo:

Conocer una de las estrategias para regular la emoción de la tristeza.

Actividad a realizar	Los estudiantes tendrán que dividir la hoja de su cuaderno en dos, en la primera hoja dibujaran algo que los hace sentir muy tristes y en la segunda hoja tendrán que dibujar alguna situación que los haga muy feliz. La actividad consiste que en cuanto se sientan como en el dibujo uno (tristeza) logra ver el otro dibujo (felicidad) así piensen positivamente.
Tiempo	50 minutos
Materiales	Colores Lápiz Libreta

Escuela: Ing. Luis M. Vega

Asignatura:

Educación socioemocional

Grado y Grupo: 1° B

Nombre del Profesor(a):

María del Carmen Bárcenas Licea

Bloque: 2

Nombre de la actividad:

Biblioteca emocional

Objetivo:

Regular las emociones mediante los cuentos.

Actividad a realizar	Los estudiantes elegirán algunos cuentos sobre las emociones, se van a leer primero el título y responderán a la pregunta ¿de qué emoción creen que trate?, después solo hasta que llegue al problema que presenta el libro para saber qué estrategia puede usar según las propuestas de los estudiantes.
Tiempo	50 minutos.
Materiales	Cuaderno Lápiz Colores

Escuela: Ing. Luis M. Vega	
Asignatura:	
Educación socioemocional	
Grado y Grupo: 1° B	
Nombre del Profesor(a):	
María del Carmen Bárcenas Licea	
Bloque: 3	
Nombre de la actividad:	
Escucha música y relájate	
Objetivo:	
Utilizar la música como una estrategia para tranquilizarse.	
Actividad a realizar	Los estudiantes tendrán que cerrar los ojos, y estarán escuchando música de fondo, mientras el docente dará algunas indicaciones. Ejemplo: Imagina un paisaje muy bonito Estira los brazos para alcanzar los árboles. Respira lentamente 3 veces. Imagina que eres un gato y estírate Al terminar todas las indicaciones preguntar a los alumnos ¿Cómo te sentiste? Con esta actividad se lograra que los estudiantes puedan regular sus emociones.
Tiempo	50 minutos.
Materiales	Música de fondo relajante.

Apéndice Ñ. Imagina el regreso a clases.

Escuela: Ing. Luis M. Vega	
Asignatura:	
Educación socioemocional	
Grado y Grupo: 1° B	
Nombre del Profesor(a):	
María del Carmen Bárcenas Licea	
Bloque: 3	
Nombre de la actividad:	
Imagina el regreso a clases.	
Objetivo:	
Reconocer las emociones presentadas en el regreso a clases.	
Actividad a realizar	Los estudiantes tendrán que utilizar su imaginación para dibujar un regreso a clases presencial. Después de haber dibujado tendrán que explicar dibujo y contestar ¿Qué emoción creen que este presente ese día? Al concluir la actividad se identificará la emoción que se tiene que seguir trabajando.
Tiempo	50 minutos.
Materiales	Cuaderno Colores

Apéndice O. Un muñeco me representa

Escuela: Ing. Luis M. Vega	
Asignatura: Educación socioemocional	
Grado y Grupo: 1° B	
Nombre del Profesor(a): María del Carmen Bárcenas Licea	
Bloque: 3	
Nombre de la actividad: Un muñeco me representa	
Objetivo: Reconocimiento de su sentir	
Actividad a realizar	Los estudiantes realizaran una manualidad con un rollo de cartón, donde se harán ellos mismos, usaran sus colores favoritos, y así reconocer sus emociones. Durante la actividad se les preguntará a los niños y niñas, que opinan de las estrategias implementadas, así obtendremos recopilación de información y retroalimentación de las actividades.
Tiempo	50 minutos.
Materiales	Pegamento Rollo de cartón. Hojas de colores Colores

Escuela: Ing. Luis M. Vega	
Asignatura:	
Educación socioemocional	
Grado y Grupo: 1° B	
Nombre del Profesor(a):	
María del Carmen Bárcenas Licea	
Bloque: 3	
Nombre de la actividad:	
Elige tus colores favoritos	
Objetivo:	
Conocer otra estrategia para relajarnos.	
Actividad a realizar	Los estudiantes elegirán un dibujo, una mandala que más les guste y la colorearán con sus colores favoritos. Se pondrán canciones que más les guste, logran relajarse al colorear a su personaje favorito. Una estrategia que se utiliza cuando se sientan estresados o aburridos de estar en casa.
Tiempo	50 minutos.
Materiales	Dibujo Colores

Escuela: Ing. Luis M. Vega	
Asignatura:	
Educación socioemocional	
Grado y Grupo: 1° B	
Nombre del Profesor(a):	
María del Carmen Bárcenas Licea	
Bloque: 3	
Nombre de la actividad:	
El cubo de las emociones.	
Objetivo:	
Identificar las estrategias por medio de cada una de emociones presentadas en el cubo.	
Actividad a realizar	Se hará como manualidad un cubo, el docente presentará el molde a los estudiantes, ellos tendrán que dibujar en cada lado una cara que represente cada emoción: Tristeza Alegría Enojo Miedo Sorpresa Asco Y después tendrán que armar el cubo. La dinámica consiste en que los estudiantes tendrán que tirar el dado y cuando caiga en alguna emoción tendrán que decir alguna estrategia que les ayude a regular esa emoción.
Tiempo	50 minutos.
Materiales	Molde del cubo Colores Pegamento Tijeras

Apéndice R. Cuestionario a Padres de familia.

- 1.- Después de haber trabajado con el tema de las emociones. ¿Su hijo identifica y expresa mejor lo que siente?
- 2.- ¿Considera que las estrategias de regulación emocional que se le presentaron a su hijo(a) son importantes?
- 3.- ¿Qué opina de dichas estrategias?
- 4.- ¿Qué cambios ha observado, después de haber trabajado las emociones en su hijo(a)?
- 5.- ¿Piensa que estas estrategias le sirvieron y le servirán para su regreso a clases presenciales?

Apéndice S. Trabajos

