



BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO DE SAN LUIS POTOSÍ.

TITULO: "El Trabajo Socioemocional Autorregulando la Alegría, Tristeza y Enojo con los Alumnos de 3 "B" de Preescolar".

AUTOR: Wendy Nohemí De La Rosa García

FECHA: 07/26/2023

PALABRAS CLAVE: Autorregulación, Alegría, Tristeza, Enojo, Socioemocional.

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE GOBIERNO DEL ESTADO
SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR
DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN
INSPECCIÓN DE EDUCACIÓN NORMAL

BENEMÉRITA Y CENTENARIA
ESCUELA NORMAL DEL ESTADO DE SAN LUIS POTOSÍ

GENERACIÓN 2019-2023



**“EL TRABAJO SOCIOEMOCIONAL AUTORREGULANDO LA
ALEGRÍA, TRISTEZA Y ENOJO CON LOS ALUMNOS DE 3 “B” DE
PREESCOLAR ”.**

**INFORME DE PRÁCTICAS PROFESIONALES
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA(O) EN EDUCACIÓN EN
PREESCOLAR**

PRESENTA:
WENDY NOHEMÍ DE LA ROSA GARCÍA
ASESOR (A):
YEMINÁ CERVANTES TAPIA

SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.

JULIO DEL 2023



**BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO DE SAN LUIS POTOSÍ
CENTRO DE INFORMACIÓN CIENTÍFICA Y TECNOLÓGICA**

**ACUERDO DE AUTORIZACIÓN PARA USO DE INFORMACIÓN DEL DOCUMENTO
RECEPCIONAL EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL DE LA BECENE DE ACUERDO A LA
POLÍTICA DE PROPIEDAD INTELECTUAL**

**A quien corresponda.
PRESENTE. –**

Por medio del presente escrito WENDY NOHEMÍ DE LA ROSA GARCÍA
autorizo a la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí, (BECENE) la
utilización de la obra Titulada:

**"EL TRABAJO SOCIOEMOCIONAL AUTORREGULANDO LA ALEGRÍA, TRISTEZA Y ENOJO CON
LOS ALUMNOS DE 3 "B" DE PREESCOLAR".**

en la modalidad de: Informe de prácticas profesionales

para obtener el

Título en Licenciatura en Educación Preescolar

en la generación 2019-2023 para su divulgación, y preservación en cualquier medio, incluido el
electrónico y como parte del Repositorio Institucional de Acceso Abierto de la BECENE con fines
educativos y Académicos, así como la difusión entre sus usuarios, profesores, estudiantes o terceras
personas, sin que pueda percibir ninguna retribución económica.

Por medio de este acuerdo deseo expresar que es una autorización voluntaria y gratuita y en
atención a lo señalado en los artículos 21 y 27 de Ley Federal del Derecho de Autor, la BECENE
cuenta con mi autorización para la utilización de la información antes señalada estableciendo que se
utilizará única y exclusivamente para los fines antes señalados.

La utilización de la información será durante el tiempo que sea pertinente bajo los términos de los
párrafos anteriores, finalmente manifiesto que cuento con las facultades y los derechos
correspondientes para otorgar la presente autorización, por ser de mi autoría la obra.

Por lo anterior deslindo a la BECENE de cualquier responsabilidad concerniente a lo establecido en
la presente autorización.

Para que así conste por mi libre voluntad firmo el presente.

En la Ciudad de San Luis Potosí, S.L.P. a los 11 días del mes de Julio de 2023.

ATENTAMENTE.

WENDY NOHEMÍ DE LA ROSA GARCÍA

Nombre y Firma

AUTOR DUEÑO DE LOS DERECHOS PATRIMONIALES



San Luis Potosí, S.L.P.; a 11 de Julio del 2023

Los que suscriben, tienen a bien

DICTAMINAR

que el(la) alumno(a): C. DE LA ROSA GARCIA WENDY NOHEMI
De la Generación: 2019 - 2023

concluyó en forma satisfactoria y conforme a las indicaciones señaladas en el Documento Recepcional en la modalidad de: Informe de Prácticas Profesionales.

Titulado:

EL TRABAJO SOCIOEMOCIONAL AUTORREGULANDO LA ALEGRÍA, TRISTEZA Y ENOJO CON LOS ALUMNOS DE 3B DE PREESCOLAR.

Por lo anterior, se determina que reúne los requisitos para proceder a sustentar el Examen Profesional que establecen las normas correspondientes, con el propósito de obtener el Título de Licenciado(a) en EDUCACIÓN PREESCOLAR

ATENTAMENTE COMISIÓN DE TITULACIÓN

DIRECTORA ACADÉMICA

MTRA. MARCELA DE LA CONCEPCIÓN BIRELES

MEDINA



DIRECTOR DE SERVICIOS ADMINISTRATIVOS

DR. JESÚS ALBERTO LEYVA ORTIZ

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
SISTEMA EJECUTIVO ESTATAL REGULADOR
BENIGNO FERRER Y CENTENARIOS
ESCUELA NORMAL DEL ESTADO
SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.

RESPONSABLE DE TITULACIÓN

MTRA. LETICIA CAMACHO ZAVALA

ASESOR DEL DOCUMENTO RECEPCIONAL

DRA. YEMINÁ CERVANTES TAPIA

AGRADECIMIENTOS

A mi familia en general, abuelos, tías, tíos, primos, por brindarme un apoyo incondicional y siempre creer en mí, a mis padres, Felipe de Jesús De La Rosa Becerra y Nohemí García Chavarría por ser la razón de luchar día a día para que ellos se sientan orgullosos de la mujer que han construido a través de regaños, consejos y sobre todo amor.

A mis hermanos, Luis Felipe De La Rosa García y Cesar Uriel De La Rosa García porque ellos me han demostrado que el amor de hermanos es indispensable, a través de sus abrazos, bromas, juegos, me hacen darme cuenta lo afortunada que soy de tener unos grandiosos hermanos, los cuales siempre me apoyan y hacen de todo por verme feliz.

Finalmente, a la luz de mis ojos, la persona que nunca me ha dejado sola, a la mejor persona que la vida, Dios y el destino puso en mi vida, mamá, además de darme la vida me has dado un motivo para vivirla. Sin tus abrazos en aquellas noches frías, los besos repentinos que me hacen sentirme la persona más mimada del mundo esto jamás hubiera sido posible.

Gracias a todos y a cada una de las personas que han influido en mi vida para llegar aquí, espero se sientan tan orgullosos de mi como yo lo hago. A seguir creciendo porque la vida avanza y no nos podemos quedar en un lugar por siempre.

Con todo el amor de mi alma, Wendy, su niña bonita

INDICE

INTRODUCCIÓN	
PLAN DE ACCIÓN.....	6
Diagnóstico inicial.....	6
Diagnóstico grupal	10
Revisión teórica que argumenta el plan acción	16
Planificación.....	27
Planteamiento de plan acción.....	30
Desarrollo, reflexión y evaluación de la propuesta de mejora	34
Actividad 1: "Las emociones".....	34
Actividad 2: "Mi álbum de emociones".....	39
Actividad 3: "Receta para..."	48
Actividad 4: "Botella de la calma"	56
Actividad 5: "Me relajo y me divierto"	62
CONCLUSIONES.....	68
REFERENCIAS.....	76
INDICE DE ANEXOS.....	80

INTRODUCCIÓN

En el presente informe de prácticas profesionales se plantearon todos los conocimientos obtenidos a lo largo de mi estancia en la Benemérita y Centenarios Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí, con la finalidad de trabajar las emociones de los alumnos y lograr una autorregulación. Mis prácticas profesionales se llevaron a cabo en el jardín de niños Luis G Medellín Niño, con los alumnos de tercer grado, grupo "A", en el ciclo escolar 2022- 2023.

Las competencias profesionales y genéricas tienen una gran relevancia para futuros egresados, ya que estas son características que nos ayudan a mejorar en nuestro desenvolvimiento, para la elección de estas decidí tomarlas al momento de comenzar a realizar este informe.

La Secretaría de Educación Pública (SEP, 2011) establece en el Plan de estudio que una competencia es la capacidad de responder a diferentes situaciones e implica un saber hacer (habilidades) con saber (conocimiento), así como la valoración de las consecuencias de ese hacer (valores y actitudes).

Genérica:

- Aprende de manera autónoma y muestra iniciativa para auto-regularse y fortalecer su desarrollo personal.

Desde mi punto de vista esta competencia es de mucha ayuda, ya que a través de ella puedo desarrollar diferentes habilidades de gestión de emociones, las

cuales me ayudan tanto en un entorno académico, profesional y social, sin duda, esta competencia se debe de seguir fortaleciendo día con día.

Profesionales:

- Selecciona estrategias que favorecen el desarrollo intelectual, físico, social y emocional de los alumnos para procurar el logro de los aprendizajes.
- Emplea la evaluación para intervenir en los diferentes ámbitos y momentos de la tarea educativa.

Cómo futura docente sabemos que la realización y la aplicación de planeaciones y evaluaciones son fundamentales en el ámbito educativo, por un lado, la planeación nos ayuda a conocer lo que nuestros alumnos deben de aprender y saber la manera en que abordaremos la actividad, por otro lado, la evaluación nos ayuda a conocer los avances y necesidades que cada alumno tiene.

Los últimos años la educación socioemocional ha adquirido cada vez mayor relevancia en el ámbito educativo, reconociendo la importancia de las emociones en el desarrollo integral de los estudiantes. En el contexto de la Nueva Escuela Mexicana, se ha comprendido que el cultivo de las habilidades emocionales no solo contribuye al bienestar individual de los estudiantes, sino que también tiene un impacto positivo en su rendimiento académico y en su capacidad para relacionarse de manera saludable con los demás.

Las emociones son una parte fundamental de la experiencia humana y, a menudo, influyen en nuestra forma de pensar, tomar decisiones y relacionarnos con los demás. Reconocer y comprender las emociones propias y ajenas se vuelve esencial para el desarrollo de habilidades socioemocionales y para cultivar un ambiente educativo enriquecedor.

Como ya lo sabemos, la educación socioemocional se centra en brindar a los estudiantes las herramientas necesarias para identificar, comprender y gestion

ar sus propias emociones, así como para reconocer y responder adecuadamente a las emociones de los demás. Esto implica promover la empatía, la autorregulación emocional, la resolución de conflictos y la comunicación efectiva, entre otras habilidades clave.

Al otorgarle un lugar relevante a la educación socioemocional, se reconoce que los estudiantes no solo deben adquirir conocimientos académicos, sino también aprender a lidiar con los desafíos emocionales y sociales que enfrentan en su vida diaria. Las habilidades socioemocionales les permiten desarrollar una mayor autoconciencia, autogestión, habilidades de relación y toma de decisiones éticas, aspectos que son indispensables para su crecimiento personal y su participación activa en la sociedad.

La educación socioemocional en el marco de la Nueva Escuela Mexicana resalta la importancia de atender las emociones de los estudiantes, reconociendo que su desarrollo integral no puede limitarse únicamente a lo académico. Al fortalecer estas habilidades emocionales, se crea un ambiente educativo favorable, se promueve el bienestar y se prepara a los estudiantes para enfrentar los desafíos de la vida con equilibrio emocional y relaciones saludables.

Abordar las emociones en la educación preescolar es esencial para el desarrollo emocional y el bienestar de los niños. Al proporcionar un ambiente de apoyo, enseñar habilidades de regulación emocional y promover la empatía, se establecen bases sólidas para que los niños puedan comprender, expresar y manejar sus emociones de manera saludable a lo largo de sus vidas.

Es importante destacar que la educación preescolar no solo se centra en las emociones negativas, sino también en el fomento de emociones positivas. Los educadores pueden implementar actividades que promuevan la gratitud, la alegría, la amabilidad y el respeto, ayudando a los niños a cultivar emociones positivas y a desarrollar habilidades para construir relaciones saludables.

La esfera emocional en la educación infantil es crucial para el desarrollo holístico de los niños. Proporcionando un ambiente amigable y tratando las emociones de manera correcta, se estimula la evolución de la inteligencia emocional, la autocontrol y la salud emocional de los niños. Al tratar las emociones en la etapa preescolar, estamos sentando bases firmes para su crecimiento y evolución posteriormente. preparándolos para manejar los retos emocionales que encontrarán en su trayectoria vital.

Al hablar de las emociones en preescolar, se fomenta el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños. La inteligencia emocional implica la capacidad de reconocer y comprender las propias emociones y las de los demás, así como la habilidad para manejarlas de manera adecuada. Estas habilidades emocionales son fundamentales para establecer relaciones saludables, resolver conflictos, tomar decisiones conscientes y adaptarse a los cambios en el entorno.

Abordar las emociones en la educación preescolar también contribuye a la construcción de un clima positivo y acogedor en el aula. Al crear un entorno donde los niños se sientan seguros y aceptados para expresar sus emociones, se promueve su bienestar emocional y su autoestima. Además, al reconocer y valorar las emociones de los demás, se fomenta el desarrollo de la empatía y la comprensión hacia los demás.

Además, las habilidades socioemocionales adquiridas en la educación pueden tener un impacto a largo plazo en la vida de los estudiantes. Estas habilidades son transferibles a diferentes contextos y situaciones, lo que significa que los estudiantes pueden aplicarlas en su vida personal, académica y profesional. La capacidad de establecer relaciones saludables, trabajar en equipo, comunicarse efectivamente y resolver conflictos de manera constructiva son competencias valiosas que contribuyen al éxito y la satisfacción en diversos ámbitos de la vida.

Todo lo mencionado con anterioridad nos refleja a grandes rasgos la importancia de conocer las emociones en la etapa de educación preescolar, es por esto, que fue una de las razones por las cuales decidí abordar este tema con mis alumnos, a continuación presento la manera en que se llevaron a cabo distintas actividades para lograr la autorregulación de los alumnos, sin dejar de lado, las problemáticas con las que me enfrente durante este periodo de tiempo.

PLAN DE ACCIÓN

Diagnóstico inicial

El Jardín de niños Luis G. Medellín Niño es una escuela federal, su clave de centro de trabajo es: 24DJN0062C1. Se encuentra ubicado en la calle República de Uruguay 205, en esquina con la calle América del sur, colonia . Granjas de San Francisco, San Luis Potosí, San Luis Potosí. CP 78387. Está ubicado entre las calles República del Salvador y avenida Simón Díaz. El horario que maneja este jardín es de 9:00 de la mañana a 12:00 del día por lo que es de turno matutino

El instituto educativo fue fundado hace 43 años y posee una extensa infraestructura que comprende un terreno amplio y 8 aulas de 6 x 8 metros aproximadamente cada una. Dispone de un aula multifuncional, de la cual se utiliza la mitad como aula de enseñanza, así como 2 bloques de baños. Cada aula posee su propia biblioteca y además existe una biblioteca general que, lamentablemente, se utiliza poco. El plantel cuenta con áreas verdes, una plaza cívica cubierta, una cancha deportiva, un chapoteadero, un arenero y un área de juegos.

También cuenta con una oficina de dirección, un pórtico y una pequeña bodega. Dado que tiene varios espacios grandes y variados, esto permite la organización de actividades en áreas diferentes a las aulas. En cuanto a los servicios básicos, el plantel dispone de electricidad (subvencionada por la Secretaría de Educación Pública), agua, teléfono e internet, estos últimos son financiados por las cuotas de la Asociación de Padres de Familia. Sin embargo, esto representa un desafío actual, ya que debido a la situación de emergencia sanitaria, los padres no están pagando estas cuotas y, por lo tanto, no hay fondos disponibles para pagar estos servicios.

Las calles que circundan el jardín de niños cuentan con servicios como iluminación pública, aunque ésta no es suficientemente buena, y transporte público. Algunas calles aún no están pavimentadas y el sistema de drenaje, durante las temporadas de lluvia, provoca inundaciones que dan lugar a ausencias entre el

alumnado. Existen establecimientos locales que ofrecen acceso a internet, por lo que los estudiantes y sus padres pueden aprovechar este servicio. Asimismo, en las inmediaciones se ubican escuelas de todos los niveles de la educación básica, siendo el Colegio de Bachilleres no. 25 el más cercano y al que, en ocasiones, se lleva a los estudiantes para que conozcan el aula de medios.

Con respecto a los servicios de salud se encuentra próximo un centro de atención además en el plantel cuando es tiempo de campañas se establecen puestos de vacunación. El establecimiento educativo está situado en la zona de la ciudad que se caracteriza por tener el mayor nivel de inseguridad, con la presencia de diversas bandas callejeras, la venta de estupefacientes y los conflictos habituales entre estas bandas.

Esta situación se traduce en problemas de violencia entre los padres del alumnado del centro, debido a que algunos son miembros de estos grupos. Los entornos familiares son difíciles debido a la ausencia de una educación fundamentada en valores en sus hogares. Esta circunstancia se manifiesta en la falta de respeto de algunos padres hacia el personal que trabaja en la escuela.

Cabe mencionar que en los espacios donde existe desnivel en el piso se construyeron rampas las cuales están pintadas y delimitadas (se tienen que retocar) y que son de gran utilidad a los niños y personas que tengan alguna discapacidad motora con ello se trata de favorecer la inclusión.

Las zonas de peligro del plantel están detectadas por toda la comunidad educativa, ya que está marcada con señalética de seguridad la cual es necesario renovar, existen extintores, detectores de humo, se cuenta también con el plan de protección civil con sus protocolos de actuación, el cual es primordial para todo tipo de emergencia que pudiera presentarse el cual se tendrá que actualizar.

El jardín cuenta con una buena distribución del espacio en sus instalaciones, se les da cuidado y mantenimiento frecuentemente. En dicho jardín se cuenta con tres áreas verdes, un área de juego y un área de descanso.

En esta institución se tiene una entrada principal y una salida de emergencia en la parte posterior del jardín, además de dos patios, el principal, que es el que se ve al entrar al jardín en el cual se llevan a cabo los honores y el trasero que está pasando los salones de segundo, frente a los de tercer año.

Este jardín tiene nueve aulas, de los cuales uno pertenece a 1er grado con un total de 21 alumnos, cuatro grupos de 2do grado, de los cuales 2- A cuenta con 26 alumnos, 2-B con un total de 26, 2-C con 26 y 2-D con 25. Por último tiene cuatro grupos de 3er año. El grupo en el que se trabajará es 3er año, grupo "A", este grupo cuenta con su educadora titular y con un total de 22 alumnos, de los cuales 14 son niñas y 9 son niños. La mayoría de ellos tienen una edad entre 4 a 5 años, en seguida está el grupo de 3-B con 20 alumnos, 3-C con alumnos y por último 3-D, el cual cuenta con 26 alumnos.

Además de contar con la directora y con las nueve educadoras de cada grupo, se tiene a otros tres maestros, los cuales imparten las materias de inglés, educación física y música. Esta institución también cuenta con tres integrantes más, quienes son el personal de apoyo, una secretaria y dos intendentes.

Todo el personal docente cuenta con nivel de estudios de licenciatura a excepción de 2 docente que tienen la Normal Básica en educación preescolar una de ellas y la otra compañera en educación primaria y así mismo hay un docente con nivel de bachillerato. En el plantel se cuenta también con el acompañamiento de la Unidad Móvil # 5 de Capep por lo que diariamente asiste una maestra de apoyo y los martes asiste el resto de la unidad (director, trabajadora social, especialista en lenguaje y Psicóloga)

La interacción entre los integrantes del personal es buena, la mayoría de los docentes comparten metas, estrategias y experiencias de prácticas educativas, sin embargo, en ocasiones no se respetan los acuerdos tomados en consejo técnico o en reuniones pedagógicas o administrativas por parte de dos docentes, así mismo para el trabajo se tiene una organización de guardias y comisiones las cuales se llevan a cabo a lo largo del ciclo escolar.

Existen padres de familia muy jóvenes en la comunidad y en el plantel, incluso algunos son prácticamente adolescentes; los grupos familiares son de tipo extenso en un 40%, monoparentales 35% y nucleares 25% esto influye en la conducta, en relación con sus iguales. en práctica de valores y lenguaje de los alumnos presentando estas manifestaciones dentro de las aulas, así como en la institución.

El ambiente alfabetizador es bajo debido a que los padres de familia en su mayoría tienen grado académico correspondiente al de educación básica: un 78 % alcanzan el grado de bachillerato o de secundaria y un 2% de primaria, un 18% carrera técnica y un 2% licenciatura completa o trunca.

En general el nivel socioeconómico es medio bajo y la economía familiar es deficiente provocando que dentro de los hogares existan carencias por lo que se observan alumnos sin materiales para trabajar, con mala alimentación y también hace recaer en la situación de alumnos desnutridos o con sobrepeso. Incluso hay alumnos que se presentan sin desayunar provocando en esos niños falta de atención en las clases.

Los empleos de los miembros de la familia son principalmente obreros en la zona industrial, albañiles, mecánicos o dependientes en los pequeños comercios y además se presenta frecuentemente la situación de que trabajen los dos padres de familia dejando a los niños al cuidado de familiares, como lo son abuelos, tíos, y/o primos; esto ocasiona que haya una falta de reglas en casa o figuras de autoridad a las cuales obedecer resultando confuso para los alumnos, además existen niños

sobreprotegidos por la familia, a los cuales se les dificulta integrarse al grupo y a las actividades que se llevan a cabo.

La precariedad económica de algunos padres provoca que muchos de ellos tengan que cambiar con frecuencia de empleo, lo que a su vez conlleva cambios habituales de residencia para vivir más cerca de sus lugares de trabajo. Esta circunstancia provoca variaciones constantes en la matrícula del colegio, con alumnos que se incorporan al centro a lo largo del año escolar, interrumpiendo la continuidad en la adquisición de aprendizajes para aquellos alumnos que se trasladan de una escuela a otra.

El colegio cuenta con una población estudiantil de doscientos ocho alumnos distribuidos de la siguiente manera: veintitrés alumnos en el primer grado, noventa en el segundo grado, de los cuales diecisiete son reingresos y setenta y dos son nuevos ingresos, y noventa y cinco en el tercer grado. 18 no habían cursado ningún grado de educación preescolar 45 alumnos estuvieron inscritos y no se conectaban por lo tanto solo 32 alumnos fueron constantes al estar en línea. Por lo que se tienen detectados sesenta y cinco alumnos con rezago escolar.

Diagnóstico grupal

Lenguaje y comunicación

La mayoría de los alumnos tienen la capacidad de explicar actividades que han realizado, estas pueden ser en casa o en la escuela, sin embargo tienen complicaciones al momento de hacer referencias espaciales como temporales. Algo muy notorio es que no utilizan expresión

es como ayer, hoy, mañana, para construir sus ideas, aunque en ocasiones son utilizadas correctamente. Les agrada compartir ante sus compañeros, sus preferencias por juegos, programas de tv, actividades que realizan en familia, etc.

La mitad de los alumnos cuentan con un lenguaje fluido, logran expresar sus ideas y comparten sucesos que han vivido, junto con esto algunos de ellos intentan expresarse utilizando referencias espaciales y temporales, aunque no lo hacen de una manera muy precisa.

Muy pocos alumnos intentan regular su conducta, quienes lo tratan de hacer lo llevan a cabo a través del diálogo, aún que no respetan los turnos al hablar, todos tratan de hacerlo en el mismo momento en el que alguno de sus compañeros esta participando, creen que se le pondrá más atención a quien levante más la voz.

La mayor parte del grupo identifica su nombre, sin embargo, para escribirlo necesitan ayuda, solamente 6 escriben su primer nombre y únicamente 4 escriben sus nombres, sin copiarlo, la ayuda que tienen viene de alguien más o al observar su gafete. En su mayoría identifican cuales son las imágenes y cuales las letras en los textos, sin que aún puedan diferenciar cuales son textos informativos, de estudio, cuentos, etc. La mayoría respeta la direccionalidad de la escritura, pero no de la lectura.

Pensamiento matemático

La mayoría dice los números que saben, los cuales son entre 10 a 20. Los identifican en forma escrita y los escriben manualmente para poder representar una cantidad. Conocen el uso de los números en su vida cotidiana (número telefónico, su domicilio, su edad, etc.) Algunas de las estrategias de conteo que se utilizan son: señalar cada elemento de manera individual, añadir y/ o quitar objetos, repartir, acomodar en manera de fila.

Algunos ordenan colecciones tomando en cuenta colores, tamaños, formas y otros ya toman en cuenta su numerosidad. La mayoría identifica diversas formas que observa en su entorno, en relación a las principales figuras geométricas y describe las características de las figuras geométricas con su propio lenguaje.

Casi todos los alumnos utilizan e identifican referencias espaciales (arriba, abajo, dentro, fuera, cerca, lejos, etc.) para ubicar lugares e identificar objetos.

La mayoría no identifica los nombres de los días ni de la semana pero los meses si para ubicar y organizar eventos de su vida cotidiana.

Exploracion y comprension del mundo natural y social

La definición de este campo se basa en el conocimiento de que los niños, por el contacto directo con su ambiente natural y familiar y las experiencias vividas en él, de esta manera se logra que los alumnos tengan la capacidad de razonar, ayudando a entender y expresar todo aquello que los rodea.

Todos muestran curiosidad hacia las cosas que no conocen o no logran entender, aunque muy pocos comparten sus ideas acerca de porqué es así algo, como es que ellos creen que funciona o cómo es que ellos creen que llega a pasar, es decir, muy pocos comparten sus propias ideas. En el aspecto de cultura y vida social todos conocen y expresan lo que saben acerca de sus costumbres y tradiciones familiares

Artes

Les gusta bastante escuchar canciones, empiezan a participar activamente en juegos y rondas, aunque algunos niños se muestran un poco tímidos y cantan poco, pero hay otros muy cantadores ya que se les facilita de gran manera aprender las letras de las canciones.

La mayoría baila libremente al escuchar música y lo hacen espontáneamente, se paran a bailar y mueven su cuerpo según al ritmo que se les ponga, especialmente una alumna, que siempre le gusta ser la primera en ponerse de pie y bailar al ritmo de la música

En relación a la representación de personajes, la mayoría los representa, especialmente, animales o personajes de la televisión, únicamente los más tímidos,

los cuales son cuatro alumnos, a ellos les cuesta más trabajo realizar este tipo de actividades.

Educación socioemocional

La mitad no muestra ninguna dificultad para hablar libremente, algunos saben cómo son, identifican sus gustos, saben que hacen, conocen como es su casa y sobre todo, como es su familia.

A algunos alumnos se les es difícil evitar agredir verbal o físicamente a sus compañeros, así como el respeto a las normas de convivencia, en este aspecto se encontraban 5 alumnos. Aunque cabe mencionar que la mayoría está en vías de lograr su autonomía, pero hay algunos que están sobreprotegidos por la mamá y eso no les permite ser independientes, involucrarse en las actividades, tomar iniciativas y desafíos.

A los pocos días nos dimos cuenta que tienen problemas al momento de cuidar sus pertenencias, pues desde los primeros días extraviaban algunos de sus objetos personales, he observado que no todos muestran interés por involucrarse en las actividades que se realizan, y no solo dentro del aula. En el trabajo individual se logra trabajar con la mayoría del grupo, sin embargo, las actividades en equipos o parejas, son un detonante, ya que muestran muy poca paciencia y todos quieren hacer todo.

En cuestión de su identidad personal, la mayoría la comprende, pues logran reconocerse en fotos, videos, espejos, etc. además de conocer la forma de su cuerpo y las partes que lo componen, pero no han logrado reconocer ni valorar sus capacidades y habilidades.

Tras observar a los integrantes del grupo de 3-^a "A", se realizaron diversas en las que se representa el desenvolvimiento de los alumnos según cada campo como lo maneja aprendizajes clave. (ANEXO C).

Descripción y focalización del problema

En general el grupo de 3er año, grupo "A" cuenta con una gran variedad de alumnos, todos muestran distintos comportamientos ante situaciones que se presentan dentro y fuera del aula. Al momento de convivir entre ellos se nota que tienen una buena comunicación entre sí, aunque algunos conviven más que otros y es inevitable notar que cada uno tiene su propio grupo de amigos, existen excepciones, hay alumnos que se integran a cualquier grupo y son bien recibidos.

La problemática más grande que se encuentra en este grupo es la falta de control ante las emociones que presenta cada individuo, ya que cualquier emoción que sienten la llevan al límite, dejando como resultado un descontrol dentro del grupo y una significativa muestra del poco control que ejercen ante cada emoción que representan, esto nos lleva a que el área en el que más se puede trabajar es la de desarrollo personal y social, haciendo énfasis en la educación socioemocional de nuestros alumnos.

La mayoría muestra no tener un buen control sobre sus emociones, ya sean emociones negativas o positivas, puesto a que cuando se presenta alguna situación que los emocione o los ponga contentos, saltan y gritan de manera descontrolada, por otro lado, cuando ocurre algo que no les parece o que les moleste un poco, hacen una gran rabieta, comenzando de pucheros al llanto. En algunos casos además de llorar y patear se han tirado al suelo.

Este tipo de comportamientos se deben de saber controlar y es de suma importancia que se aprendan a regular desde las primeras etapas, sin embargo, hay que tener en cuenta que para poder regular este tipo de actitudes y poder enseñar

a los alumnos se necesita llevar un trabajo colaborativo, esto trabajando entre titular del grupo, alumno(a) y padres de familia.

En la actualidad hemos notado que lo emocional ha ido obteniendo un mayor impacto en nuestra sociedad y que además de que se le da más importancia en las nuevas generaciones a comparación de generaciones pasadas. uno de los lugares donde podemos encontrar lo socioemocional es en el libro de aprendizajes clave donde nos dice que "La educación socioemocional favorece al desarrollo del potencial humano, ya que provee los recursos internos para enfrentar las dificultades que pueden presentarse a lo largo de la vida" (SEP, p.304).

Los alumnos de la etapa de preescolar son capaces de tener un desarrollo significativo en diferentes situaciones, pues como se menciona en el Programa de educación preescolar 2004:

"El desarrollo personal y social de los niños como parte de la educación preescolar es, entre otras cosas, un proceso de transición gradual de patrones culturales y familiares particulares a las expectativas de un nuevo contexto social, que puede o no reflejar la cultura de su hogar, en donde la relación de los niños con sus pares y con la maestra juegan un papel central en el desarrollo de habilidades de comunicación, de conductas de apoyo, de resolución de conflictos y de la habilidad de obtener respuestas positivas de otros". (p.51).

Propósitos

- Dar a conocer la importancia de que los niños tengan una adecuada inteligencia emocional, además de actividades que se pueden implementar en la etapa de preescolar, las cuales ayudan a que el alumno desarrolle una buena inteligencia emocional.

- Compartir los resultados que obtuve en las diferentes actividades planteadas, las experiencias que tuve, los conocimientos que me generó y como fue que se llevó a cabo todo este proceso.

Propósitos específicos

- Que los alumnos de 3er grado realicen las actividades del área de educación socioemocional
- Que los alumnos puedan regular sus emociones en situaciones cotidianas y con personas de su entorno.

Una vez detectada la problemática dentro del aula me di la tarea de buscar diversos conceptos que considero relevantes y que debemos de tomar en cuenta. La mayoría de ellos no tienen una definición como tal, pues cada autor da su punto de vista, y aunque se relacionan, no son iguales. Es importante mencionar que hay más de un autor que nos habla sobre estos conceptos.

Revisión teórica que argumenta el plan acción

Concepto de inteligencia.

En el texto *Psicología de la Inteligencia*, Piaget (1947/1983) propone que: "La inteligencia no es así más que un término genérico que designa las formas superiores de organización o de equilibrio de las estructuras cognitivas" (p. 17). A lo que luego añade:

[...] la inteligencia es esencialmente un sistema de operaciones vivientes y actuantes. Es la adaptación mental más avanzada, es decir, el instrumento indispensable de los intercambios entre el sujeto y el universo, cuando sus circuitos sobrepasan los contactos inmediatos y momentáneos para alcanzar las relaciones extensas y estables (p. 17).

Spearman definió la inteligencia general como "la capacidad de inferir relaciones y a partir de ellos aducir correlatos". Junto con esto menciona un "fenómeno neural

g" del cual habla en su tesis y lo describe como una energía potencial disponible en todo el cerebro. Spearman postula que esta energía difiere cuantitativamente entre los individuos y vendría determinada genéticamente.

La inteligencia no tiene una sola definición, esto se debe a que varios autores han realizado su definición.

Ebbinghaus (1885) nos dice que la inteligencia es el poder de combinación, sin embargo, tiempo después insistió en que inteligencia es la capacidad de adaptarse a nuevas situaciones.

Por otro lado tenemos a Binet quien habla sobre cualidades formales como la memoria, la percepción, la atención y el intelecto. La inteligencia según él se caracteriza por la comprensión, invención, dirección y censura.

En época más reciente Sternberg (1985) propuso una teoría de la inteligencia diferente de las teorías clásicas de Spearman (g) y Thurstone (s). Considera que la inteligencia está basada en tres categorías: habilidades analíticas, creativas y prácticas. Esta *teoría triádica de la inteligencia* dio origen al Test de Habilidades Triádicas de Sternberg (STAT por sus siglas en inglés) que utiliza ítems de elección múltiple, verbales, cuantitativos y de figuras, al igual que ensayos (escribir historias, contar historias, diseñar cosas, ver películas con problemas prácticos que el examinado debe solucionar).

Inteligencia emocional

Inteligencia emocional es un concepto que se debe a Salovey y Mayer (1990) y que fue popularizado por Daniel J. Goleman en 1995. La inteligencia emocional es la capacidad para reconocer los sentimientos propios y ajenos y la habilidad para manejarlos. Se organiza en cinco capacidades: conocer las emociones y sentimientos propios, manejarlos, reconocerlos, crear nuestras propias motivaciones y manejar las relaciones interpersonales.

El punto de vista de Goleman (1995) es uno de los más conocidos, para este autor, junto con las aportaciones de Salovey y Mayer (1990), mencionan que la inteligencia emocional consiste en:

1. Conocer las propias emociones. El principio de Sócrates «conócete a ti mismo» nos habla de esta pieza clave de la inteligencia emocional: tener conciencia de las propias emociones; reconocer un sentimiento en el momento en que ocurre. Una incapacidad en este sentido nos deja a merced de las emociones incontroladas.
2. Manejar las emociones. La habilidad para manejar los propios sentimientos a fin de expresarlos de forma apropiada se fundamenta en la toma de conciencia de las propias emociones. La habilidad para suavizar expresiones de ira, furia o irritabilidad es fundamental en las relaciones interpersonales.
3. Motivarse a sí mismo. Una emoción tiende a impulsar una acción. Por eso las emociones y la motivación están íntimamente interrelacionadas. Encaminar las emociones, y la motivación consecuente, hacia el logro de objetivos es esencial para prestar atención, automotivarse, manejarse y realizar actividades creativas. El autocontrol emocional conlleva la demora de gratificaciones y el dominio de la impulsividad, lo cual suele estar presente en el logro de muchos objetivos. Las personas que poseen estas habilidades tienden a ser más productivas y efectivas en las actividades que emprenden.
4. Reconocer las emociones de los demás. El don de la gente fundamental es la empatía, la cual se basa en el conocimiento de las propias emociones. La empatía es el fundamento del altruismo. Las personas empáticas sintonizan mejor con las sutiles señales que indican lo que los demás necesitan o desean. Esto las hace apropiadas para las profesiones de la ayuda y

servicios en sentido amplio (profesores, orientadores, pedagogos, psicólogos, psicopedagogos, médicos, abogados, expertos en ventas, etc.).

5. Establecer relaciones. El arte de establecer buenas relaciones con los demás es, en gran medida, la habilidad de manejar sus emociones. La competencia social y las habilidades que conlleva son la base del liderazgo, popularidad y eficiencia interpersonal. Las personas que dominan estas habilidades sociales son capaces de interactuar de forma suave y efectiva con los demás.

¿Qué son las emociones?

Para poder abordar estas emociones primero debemos de saber que es, existen diversos autores que han hablado sobre esto, alguna de las definiciones que han dado son las siguientes:

Según Redorta y Cols (2006), Las emociones se definen como las respuestas y percepciones a estímulos internos y externos, actuando como un mecanismo de adaptación y reacción frente a cambios o desafíos que encontramos en nuestra vida diaria.

Plutchik (1980), indica que el análisis de una emoción debería enfocarse en una respuesta comportamental observable. Este autor ha recopilado 28 definiciones, todas con variaciones y similitudes entre ellas. Algunas de estas definiciones se centran más en aspectos conductuales, mientras que otras se enfocan en elementos puramente fisiológicos.

Según Bisquerra (2003): "Una emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o una perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno" (p.12).

Por otro lado Gross nos dice que "Las emociones son respuestas complejas y subjetivas a experiencias personales que implican una variedad de cambios

psicológicos y fisiológicos. Las emociones pueden ser temporales o duraderas y pueden influir en nuestros pensamientos, acciones y bienestar general". Las emociones a menudo se clasifican en primarias (como la alegría, la tristeza, el miedo, el enojo) y secundarias o sociales (como la vergüenza, la culpa, el orgullo) (Gross, 2013).

Las emociones en los niños de preescolar se presentan de formas muy visibles y a menudo dramáticas. Los niños pequeños están comenzando a aprender a identificar y gestionar sus emociones, por lo que pueden tener dificultades para controlar sus respuestas emocionales. Pueden llorar, gritar, reír, mostrar afecto físico y expresar sus emociones de muchas otras formas (Denham, 1998).

Una autoridad en este campo es el Dr. Marc Brackett, Director del Yale Center for Emotional Intelligence, quien habla sobre la importancia de enseñar a los niños a reconocer y manejar sus emociones desde una edad temprana. Enseñar a los niños a entender y manejar sus emociones puede ayudar a prevenir problemas de comportamiento, mejorar las relaciones sociales, mejorar el rendimiento académico y promover el bienestar general (Brackett, Rivers, & Salovey, 2011).

Esto nos lleva a que la autorregulación emocional puede ayudar a los niños a manejar mejor sus emociones, lo que puede tener una serie de beneficios para su bienestar general. Estos beneficios pueden incluir una mejor capacidad para manejar el estrés, mejor rendimiento académico, mejores habilidades sociales, menos problemas de comportamiento y mejor salud mental (Raver, 2004)

Las emociones con las que se pretende trabajar son las siguientes:

- Alegría:

La alegría es una emoción que se experimenta como una respuesta a circunstancias o situaciones que son percibidas como positivas o gratificantes. Se manifiesta a través de una variedad de expresiones físicas y comportamentales, como sonreír,

reír, saltar, cantar y compartir con otros. Además, tiene un impacto positivo en la salud física y mental de las personas (Fredrickson, 2001)

La alegría en los niños a menudo se manifiesta a través de expresiones físicas y comportamientos tales como sonrisas, risas, saltos, y una actitud de juego. Pueden ser más sociables, activos y abiertos a nuevas experiencias. En general, los niños alegres suelen ser más participativos en las actividades y mostrar una disposición positiva hacia los demás (Ekman, 1992)

“Es una emoción caracterizada por un sentimiento positivo que surge en respuesta a conseguir alguna meta u objetivo deseado o cuando se experimenta una atenuación en un estado de malestar”. (Fernández- Abascal, 2009, p.105).

- Tristeza:

La tristeza es una emoción natural que se siente en respuesta a una situación que es percibida como desfavorable, desalentadora o desalentadora. Es una emoción básica que todos experimentamos en respuesta a eventos como la pérdida, el fracaso, la desilusión o la desaprobación social. Aunque la tristeza puede ser dolorosa, también tiene un propósito valioso, ya que puede ayudarnos a reflexionar sobre lo que valoramos y a buscar el apoyo de los demás (Nolen-Hoeksema, 2000,)

La tristeza en los niños puede manifestarse de varias maneras. Pueden llorar, aislarse, perder el interés en las actividades que normalmente disfrutan, tener dificultades para dormir, o tener cambios en su apetito. En general, un niño triste puede parecer apático, desinteresado o retraído (Nolen-Hoeksema, 2000)

“Es un sentimiento introvertido de impotencia y pasividad”. Hay una desmotivación general”. (Conangla, 2002, p.231) Goleman (2006) no cataloga como una sensación de inquietud y vacío.

- Enojo:

El enojo es una emoción básica que se experimenta en respuesta a una percepción de amenaza, injusticia o frustración. Puede manifestarse a través de una variedad de expresiones físicas y comportamentales, como fruncir el ceño, levantar la voz, discutir o incluso agredir. El enojo puede ser útil para defendernos y para comunicar a los demás que algo nos molesta, pero también puede ser perjudicial si no se maneja de manera saludable (Spielberger, 1999)

El enojo en los niños puede manifestarse a través de comportamientos como berrinches, discusiones, agresión física o verbal, y resistencia a la autoridad. También pueden tener expresiones faciales de enfado, como fruncir el ceño, y pueden tener dificultades para concentrarse o relajarse debido a su estado emocional (Eisenberg et al., 2001)

Además, el enojo puede manifestarse de manera más sutil a través del aislamiento social, la resistencia pasiva o la expresión de emociones negativas hacia los demás. Aunque estas respuestas pueden ser normales, si el enojo se vuelve demasiado frecuente o intenso, puede ser perjudicial para el niño y para sus relaciones con los demás, y puede ser útil buscar la ayuda de un profesional de la salud mental (Eisenberg et al., 2001)

Es importante recordar que todas las emociones, incluyendo la alegría, la tristeza y el enojo, son normales y una parte importante de la experiencia humana. Aprender a manejar estas emociones de manera saludable es una habilidad clave para el desarrollo y el bienestar de los niños. A través de la educación emocional y el apoyo de adultos atentos y cariñosos, los niños pueden aprender a entender y manejar sus emociones de manera efectiva.

Es de gran importancia reconocer y ayudar a los alumnos a que reconozcan sus emociones desde la etapa de preescolar, ya que al hacerlo desarrollamos diferentes capacidades y habilidades como las siguientes:

- **Desarrollo socioemocional:** La capacidad de reconocer y comprender las emociones propias y ajenas es un componente clave del desarrollo socioemocional. Los niños que pueden identificar y entender sus emociones son más capaces de regularlas, lo que puede conducir a un mejor manejo del estrés y menos problemas de comportamiento (Eisenberg et al., 2001)
- **Habilidades sociales:** El reconocimiento de las emociones también es esencial para el desarrollo de habilidades sociales. Los niños que pueden reconocer las emociones de los demás son más capaces de empatizar y tener relaciones positivas con los demás (Denham et al., 2003)
- **Rendimiento académico:** Hay evidencia de que el reconocimiento y la comprensión de las emociones pueden estar relacionados con el rendimiento académico. Los niños que pueden manejar bien sus emociones pueden estar mejor equipados para concentrarse y aprender en el aula (Brackett, Rivers, Reyes, & Salovey, 2012)
- **Bienestar mental:** Finalmente, el reconocimiento emocional en la temprana edad puede tener implicaciones a largo plazo para la salud mental. Los niños que aprenden a manejar sus emociones de manera saludable pueden estar menos propensos a desarrollar problemas de salud mental en el futuro (Greenberg et al., 2003)

Por lo tanto, es de vital importancia que los padres, educadores y otros cuidadores ayuden a los niños de preescolar a reconocer y entender sus emociones. Esto puede lograrse a través de la educación emocional, la modelización de comportamientos saludables y el apoyo emocional.

¿Cómo vemos normalmente el comportamiento de los alumnos en relación a la representación de sus emociones? "Las emociones en los niños de preescolar se presentan de formas muy visibles y a menudo dramáticas. Los niños pequeños están comenzando a aprender a identificar y gestionar sus emociones, por lo que

pueden tener dificultades para controlar sus respuestas emocionales. Pueden llorar, gritar, reír, mostrar afecto físico y expresar sus emociones de muchas otras formas” (Denham, 1998).

La autorregulación es algo que todas las personas deberían de saber hacer, según diferentes autores se describe a la autorregulación como la capacidad de una persona para controlar sus pensamientos, emociones y comportamientos en respuesta a situaciones particulares. Involucra ser consciente de las propias emociones y comportamientos, y ser capaz de manejar los impulsos y los estados emocionales (Baumeister & Vohs, 2004).

En el caso de un infante la autorregulación hace referencia a la capacidad de un niño para gestionar sus emociones, comportamientos y atención de una manera socialmente apropiada y que promueva el aprendizaje. Los niños que pueden autorregularse suelen ser más capaces de concentrarse, seguir instrucciones y manejar frustraciones y desafíos (Raver, 2004).

El presente informe de práctica se llevó a cabo según el plan y programas de estudio 2017; El nuevo modelo educativo Aprendizajes Clave para la Educación Integral el cual nos menciona que:

En el curso de Educación Socioemocional y Tutoría, los alumnos adquieren competencias, conductas, actitudes y características personales que los ayudan a aprender a entenderse a sí mismos, a cultivar la concentración, a tener un sentido de autoeficacia y confianza en sus habilidades, a entender y gestionar sus emociones, a establecer y lograr objetivos positivos, a tomar decisiones conscientes, a demostrar empatía hacia otros, a establecer y mantener relaciones interpersonales saludables, y a fomentar un sentido de comunidad. (p. 277)

El área de desarrollo personal y social “Educación socioemocional” es un área que ayuda en el desarrollo del infante ya que gracias a ella podemos conocer las

emociones con que el alumno se va presentando día a día a la escuela, a raíz de esto se ve reflejado el desenvolvimiento del alumno en cualquier actividad de diferentes campos, de esta manera podemos obtener un buen aprendizaje por parte de los alumnos, Labarrere (1995, p. 82), nos dice que:

"La autorregulación es entendida como una propiedad de la personalidad y de la conducta relacionada con prácticamente todos los procesos que intervienen en el funcionamiento de la personalidad, que se define como toda la actividad que un sujeto realiza a fin de generar, mantener y modificar su comportamiento en correspondencia con fines u objetivos que han sido trazados por uno mismo o aceptados como personalmente válidos, aunque originalmente hayan sido formulados por otra persona".

Bisquerra y Pérez (2007, p.71), nos menciona que la "regulación emocional es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada".

La regulación emocional a menudo implica una combinación de estrategias cognitivas y conductuales. Esto puede incluir la reevaluación cognitiva (cambiar cómo se piensa sobre una situación), la supresión emocional (intentar inhibir la expresión de emociones), la atención plena (estar plenamente presente y aceptar las emociones sin juzgarlas), y el apoyo social (buscar a otros para el consuelo y el apoyo). Cada individuo puede tener una combinación única de estrategias que utiliza para regular sus emociones, y lo que funciona mejor puede depender de la persona y de la situación (Gross, 2015)

Para llevar un mejor desarrollo del plan acción se buscó identificar fortalezas, debilidades, áreas de oportunidad y acciones que ayuden fortalecer mi práctica docente, para llevarlo a cabo se utilizó como referencia el ciclo reflexivo de Smyth, el cual se compone de 4 etapas (descripción, inspiración o información, confrontación y reconstrucción). **(ANEXO D)**

Al guiarme con cada una de las fases de este ciclo reflexivo logré reflexionar y pude analizar cada decisión tomada para la realización del trabajo que se llevó a cabo en tal grupo, del mismo modo esto ayudó al momento de obtener conclusiones objetivas. Esto se realizó sin dejar de lado la reflexión ante la búsqueda, planificación y aplicación de las actividades.

Por otro lado debemos de tener en cuenta algunas consideraciones importantes sobre la importancia de la educación socioemocional en el contexto de la Nueva Escuela Mexicana:

1. Desarrollo integral del estudiante: La educación socioemocional se centra en el desarrollo holístico de los estudiantes, no solo en términos académicos, sino también en sus habilidades emocionales, sociales y éticas. Se busca promover su autoconocimiento, empatía, resiliencia, toma de decisiones éticas y habilidades de relación saludables.
2. Mejora del clima escolar: La educación socioemocional fomenta un clima escolar positivo y seguro, donde los estudiantes se sienten valorados, respetados y escuchados. Esto crea un entorno propicio para el aprendizaje, reduce los conflictos y la violencia, y promueve la participación activa de los estudiantes.
3. Habilidades para la vida: La educación socioemocional dota a los estudiantes de habilidades prácticas y transferibles que les ayudan a enfrentar los desafíos cotidianos y a tomar decisiones saludables. Estas habilidades incluyen la autorregulación emocional, la resolución de conflictos, la empatía, la comunicación efectiva y el trabajo en equipo.
4. Prevención del acoso escolar y la violencia: La educación socioemocional desempeña un papel importante en la prevención del acoso escolar y la violencia, al promover la empatía, la resolución pacífica de conflictos y la construcción de relaciones saludables. Esto

contribuye a crear una cultura escolar basada en el respeto mutuo y la tolerancia.

5. Mejor rendimiento académico: Está comprobado que la educación socioemocional tiene un impacto positivo en el rendimiento académico de los estudiantes. Al fortalecer sus habilidades emocionales y sociales, se crea un ambiente propicio para el aprendizaje, se reduce el estrés y se mejora la concentración y la motivación.

Esto nos ayuda a generar un impacto en el bienestar individual de los estudiantes, la educación socioemocional también tiene repercusiones significativas en el rendimiento académico, además de promover la empatía, el respeto mutuo y la resolución pacífica de conflictos, se crea un ambiente escolar seguro y libre de violencia. Los estudiantes adquieren la capacidad de comprender las emociones de los demás, lo que fomenta la empatía y la solidaridad, reduciendo así los casos de agresión y discriminación

Planificación

ÁREAS DE DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL		
ORGANIZADOR CURRICULAR 1	ORGANIZADOR CURRICULAR 2	APRENDIZAJE ESPERADO
Autorregulación	Expresión de las emociones	Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo, y expresa lo que siente.
Colaboración	Inclusión	Convive, juega y

		trabaja con distintos compañeros
--	--	----------------------------------

ACCIONES	RECURSOS	EVALUACIÓN
Actividades y/o juegos que ayuden a conocer e identificar las emociones	<ul style="list-style-type: none"> ● Cuentos ● Canciones ● Dibujos ● Memoramas ● Loterías ● Imágenes ● Videos ● Bailes 	<ul style="list-style-type: none"> ● Rúbrica ● Diario de la educadora ● Escala estimativa
Actividades y/o juegos que ayuden a autorregular las diferentes emociones		

ÁREA DE DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL (NOMBRE DE LA ACTIVIDAD)	ORGANIZADOR CURRICULAR	APRENDIZAJE ESPERADO	EVALUACIÓN
Educación socioemocional "Las emociones"	1 Autorregulación 2 Expresión de las emociones	Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría,	Escala estimativa

		seguridad, tristeza, miedo o enojo, y expresa lo que siente	
Educación socioemocional "Mi álbum de emociones"	1 Autorregulación 2 Expresión de las emociones	Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo, y expresa lo que siente	Escala estimativa
Educación socioemocional "Receta para..."	1 Autorregulación 2 Expresión de las emociones	Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo, y expresa lo que siente	Escala estimativa
Educación socioemocional	1 Autorregulación 2 Expresión de	Reconoce y nombra situaciones que	Escala estimativa

"Botella de la calma"	las emociones	le generan alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo, y expresa lo que siente	
Educación socioemocional "Me relajo y me divierto"	Colaboración Inclusión	Convive, juega y trabaja con distintos compañeros	Rúbrica de evaluación

Planteamiento de plan acción

Mi tema "El trabajo socioemocional autorregulando la alegría, tristeza y enojo con los alumnos de 3 "B" de preescolar" tiene relación académica ya que, como menciona el libro de aprendizajes clave "La educación socioemocional favorece al desarrollo del potencial humano, ya que provee los recursos internos para enfrentar las dificultades que pueden presentarse a lo largo de la vida" (SEP, p.304).

A través de este documento podemos ver la manera en que se desarrolló, la planificación y acción, junto con las observaciones que se tuvieron, las evaluaciones y sin olvidar la reflexiones a las que se llegó. Con este plan acción se mostraron los conocimientos obtenidos por parte del docente en formación a lo largo de su estadía en la BECENE, esto fue puesto en práctica durante el periodo de prácticas profesionales, ya que como nos menciona la Subsecretaría de Educación Superior (2014) "El plan de acción articula Intención, Planificación, Acción, Observación,

Evaluación y Reflexión en un mecanismo de espiral permanente que permitirá al estudiante valorar la relevancia y la pertinencia de las acciones realizadas" (p.16).

Es así, como podemos ver que en Aprendizajes clave en su área de Educación Socioemocional en el apartado de propósitos generales se destaca el siguiente:

- Aprender a autorregular las emociones y generar las destrezas necesarias para solucionar conflictos de forma pacífica, a partir de la anticipación y la mediación como estrategias para aprender a convivir en la inclusión y el aprecio por la diversidad. (SEP, 2017 p.305)

Los propósitos en específico a los que se les busca dar énfasis son los siguientes: (estos pertenecen a educación preescolar en la misma área de educación socioemocional):

- Desarrollar un sentido positivo de sí mismos y aprender a regular sus emociones.
- Trabajar en colaboración
- Valorar sus logros individuales y colectivos
- Resolver conflictos mediante el diálogo
- Respetar reglas de convivencia en el aula, en la escuela y fuera de ella, actuando con iniciativa, autonomía y disposición para aprender. (SEP,2017 p. 306)

Los puntos mencionados con anterioridad sirvieron como referencia para tener en claro lo que se planeaba en el comportamiento de los alumnos de 3er año. Como ya sabemos estos criterios se deben de saber gestionar al término de la educación

básica, por lo que es muy importante comenzar a trabajar con ellas desde una temprana edad como lo es en la etapa de preescolar.

Las actividades que se llevaron a cabo se plantearon en diferentes planeaciones, ya que como lo sabemos la planeación es fundamental para el desarrollo de actividades en una escuela, ya que en esta se plantean las acciones, la manera en que se llevará a cabo, los recursos necesarios, entre otros, es así como se menciona en la SEP (2017):

La preparación didáctica premeditada y reflexiva aspira a maximizar recursos y aplicar múltiples estrategias con el objetivo de armonizar una variedad de elementos (como el tiempo, el espacio, las particularidades y necesidades del grupo, los materiales y recursos al alcance, la experiencia profesional del educador, los principios pedagógicos del Modelo Educativo, entre otros) que aseguren el mayor éxito en el aprendizaje de los estudiantes. (SEP, 2017, p. 6)

Además de la planeación algo indispensable es el espacio en el que se desarrolla el alumno, para esto asumí gran responsabilidad, ya que si buscaba que los alumnos mostrarán sus emociones yo también debía de hacerlo. cuando tenía oportunidad les hacía comentarios como: "El día de hoy me siento muy contenta porque todos vinieron a clase", "hoy me siento un poco triste porque me siento mal, me duele mi estomago", "me siento muy feliz porque noté que les gustó el experimento que realizamos", esto con la finalidad de demostrar a los alumnos que todos sentimos diferentes emociones y no tiene nada de malo reconocerlas y compartirlas. respaldando esto nos podemos basar en la SEP (2017):

El ambiente de aprendizaje es un conjunto de factores que favorecen o dificultan la interacción social en un espacio físico o virtual determinado, implica un espacio y un tiempo donde los participantes construyen conocimientos y desarrollan habilidades, actitudes y valores (SEP, 2017, p.20).

En el ámbito de las emociones en la educación preescolar, es importante tener en cuenta algunas estrategias y enfoques, a continuación algunas que pueden ser útiles para fomentar el desarrollo emocional de los niños,

1. Validación y empatía: Los educadores deben validar las emociones de los niños y mostrar empatía hacia ellos. Esto implica reconocer y aceptar sus emociones, sin juzgarlas ni minimizarlas. Al validar las emociones de los niños, se les enseña que sus sentimientos son legítimos y se les brinda un ambiente de apoyo emocional.
2. Identificación y etiquetado emocional: Los educadores pueden ayudar a los niños a identificar y etiquetar sus emociones. Pueden enseñarles el vocabulario emocional, proporcionando palabras para describir cómo se sienten. Esto les permite desarrollar una mayor conciencia emocional y una mejor capacidad para comunicar sus sentimientos.
3. Modelado emocional: Los educadores pueden servir como modelos positivos al expresar y manejar sus propias emociones de manera saludable. Al demostrar habilidades de regulación emocional y mostrar cómo expresar emociones de manera adecuada, los niños aprenden a través de la observación y la imitación.
4. Enseñanza de estrategias de regulación emocional: Es fundamental enseñar a los niños estrategias efectivas para manejar y regular sus emociones. Esto puede incluir técnicas de respiración, el uso de palabras para expresar sus sentimientos, contar hasta diez, buscar apoyo de un adulto de confianza, o participar en actividades calmantes como el dibujo o la música.
5. Incorporación de las emociones en las actividades diarias: Las emociones pueden integrarse en las actividades cotidianas del aula. Por ejemplo, se pueden realizar actividades de dramatización donde los niños representen diferentes emociones, se pueden leer cuentos que aborden temas emocionales y se pueden realizar conversaciones

grupales para discutir cómo se sienten los niños en diferentes situaciones.

6. **Colaboración con las familias:** La educación preescolar debe involucrar a las familias en el desarrollo emocional de los niños. Los educadores pueden compartir estrategias y recursos con los padres para que también puedan apoyar el desarrollo emocional en el hogar. La comunicación abierta y constante entre los educadores y las familias es clave para crear un enfoque integral en el manejo de las emociones de los niños.

Es de gran importancia destacar que las recomendaciones mencionadas con anterioridad se llevaron a cabo a lo largo del periodo de mis prácticas profesionales, algunas se fueron reforzando cada vez más conforme pasaba el tiempo

Desarrollo, reflexión y evaluación de la propuesta de mejora

Actividad 1: “Las emociones”

Área:	Educación	socioemocional
Organizador	curricular	1: Autorregulación
Organizador curricular 2: Expresión de las emociones		

Aprendizaje esperado: Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo y expresa lo que siente.

Propósito de la actividad: Que los alumnos logren reconocer y compartir aquellas situaciones que se le presenten en donde sientan diferentes emociones, tales como: alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo, además de que exprese el como se siente ante ellas.

Recursos: Tapetes, cuento: el monstruo de las emociones, hoja de trabajo: reporte de lectura, memorama.

Organización: Individual y en parejas.

Siglas en los diálogos: **DT:** docente titular **DF:** docente en formación **RG:** resto del grupo **A1:** alumno 1 **A2:** Alumno 2 **A3:** Alumno 3

DF: ¡Hola! Buenos días! ¿Cómo se siente en el día de hoy?

RG: Bien Maestra

Df: Me alegro escuchar eso, ahora vamos a pasar, ya sabes debes estar calladito para que el puedas escuchar tu nombre, cuando lo escuches que palabra debes de decir?

RG: ¡Presente!

Df: ¡Muy bien! (Lleve a cabo el pase de lista con los alumnos)

Una vez que haya hecho el pase de lista me pongo de pie para poder hacer el registro de la cantidad de alumnos que se presentaron a la clase

Df: Vamos a ver cuántos vinieron el día de hoy, vamos a contar, con quién te gustaría comenzar, niños o niñas?

RG: Niños porque son más poquitos

DF: ¡Muy bien!

Se llevó a cabo el conteo de los alumnos y se clasificó por la cantidad de niños y niñas que se presentaron ese día de clases

DF: Ahora que sabemos cuántos vinieron a clases prosigamos con la fecha, sabes qué día es hoy?

RG: Lunes !!

DF : Muy bien y sabes cuál es el mes en el que estamos?

RG: Octubre

Df: ¡Bien! Ahora dime ¿sabes lo que son las? , ¿Cuáles conoces?

Rg: Si, enojo, felicidad tristeza calma amor

Df: ¿Y todas las has llegado a sentir alguna vez?

Rg: Sí, muchas veces

Df: Muy bien, ahora necesito que de manera ordenada vayas por tu tapete y formes un medio círculo.

Los alumnos fueron por sus tapetes y realizaron el medio círculo que se les había pedido una vez que estaban todos acomodados se les mostró el cuento que se les leyó, el cual lleva por título: el monstruo de las emociones

Df: ¿Conoces este libro? ¿Ya lo has leído? ¿Sabes de lo que trata?

Rg: Si, de monstruos

Df: Muy bien, algunos ya lo conocen pero hay otros compañeros que no, vamos a guardar silencio y a poner atención

El libro se fue leyendo y conforme se iba desarrollando los alumnos mostraban más interés, a pesar de que algunos ya lo conocían y ya se los había leído antes. personalmente creo que obtuve esta reacción por la manera en la que leí el libro, siempre traté de que todos alcanzarán a ver las imágenes y realice varios cambios de voz.

Al terminar de leerlo se les hicieron preguntas relacionadas con el cuento

Df : ¿recuerdas el título del libro?,¿Qué personajes aparecen?,¿qué emociones mencionaba?,¿ya las conocías?,¿cómo podemos saber cuándo alguien está enojado, triste, feliz, etc.?

Las preguntas las respondieron con bastante facilidad.

Df: Ya me di cuenta de qué si prestaste atención al cuento porque toda la respuestas las obtuviste. Ahora nos regresamos a nuestro lugar y dejaremos el tapete donde corresponde

Una vez que todos estaban en su lugar se les mostró el memorama de las emociones

Df: ¿Sabes lo que tengo en mis manos?

A1: Son tarjetas maestra

Df: Así es, pero que ves en estas tarjetas? De las ir entregando para que las observes cuidadosamente, las tarjetas las vamos a utilizar pon mesas, es decir, tú y tu compañero de enfrente las utilizarán

Comencé a repartirles los juegos por mesas para que pudieran observar mejor las imágenes

Df: Ahora que tienes las tarjetas más cerca me puedes decir lo que ves en ellas?

A3: Un niño enojado

A1: Un niño tranquilo

A2: Un niño triste

A1: Un niño feliz

Df: Todo lo que me estás mencionando a qué crees que corresponde?

RG: A las emociones

DF: Así es! Y ya sabes qué juego es?

RG: Memorama!!

Df: Sí, es un memorama. Ya conoces las reglas del juego, observa bien las imágenes, presta mucha atención y a jugar!

El juego con el memorama se realizó aproximadamente tres minutos, en esos tres minutos lo terminaron de una a dos veces por parejas.

Fase 1, Descripción: Para esta actividad se leyó un cuento de emociones, titulado "el monstruo de las emociones", en seguida se realizó un reporte de lectura en el cual se debía de escribir el título del cuento, nombre del alumno, dibujos de los personajes y un dibujo de su parte favorita.

Fase 2, Inspiración: Desde mi punto de vista para poder tener un control sobre nuestras emociones primero las debemos de conocerlas, esto nos podría generar mayor comprensión del tema durante este proceso.

Fase 3, Confrontación: Yo llegué a pensar que tal vez no iba a llamar la atención de los alumnos, ya que era un tema que conocían, sin embargo, ellos me demostraron lo contrario, ya que observé interés al querer participar.

Fase 4, Reconstrucción: Noté que la mayoría de los alumnos ya conocían los personajes y por ende las emociones, las reconocían con facilidad y se emocionaban por participar, esto me facilitó las actividades próximas.

Gracias a la planeación podemos observar que la actividad se realizó según lo que se tenía planeado (**ANEXO E**), los alumnos contribuyeron y se realizó rápido gracias a que contaban con buenos aprendizajes previos, para esto, recordemos que son alumnos de 3er grado, el tema de las emociones no es algo nuevo para ellos, aunque tampoco es algo que conozcan en su totalidad.

Para la evaluación tome en cuenta el aprendizaje esperado (Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo y expresa lo que siente). El instrumento de evaluación que utilicé fue una escala estimativa, en dicho instrumento los resultados obtenidos fueron los siguientes: 5 alumnos se encuentran en sobresaliente, 7 en satisfactorio, 6 en básico y 5 en insuficiente. (**ANEXO F**)

Actividad 2: “Mi álbum de emociones”

Área:	Educación	socioemocional
Organizador	curricular	1: Autorregulación
Organizador curricular 2: Expresión de las emociones		

Aprendizaje esperado: Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo y expresa lo que siente.

Propósito de la actividad: Que los alumnos logren reconocer y compartir aquellas situaciones que se le presenten en donde sientan diferentes emociones, tales como: alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo, además de que exprese el como se siente ante ellas.

Recursos: fotos de los alumnos, pegamento en barra, colores, hojas de trabajo: portada y espacio para las fotos (**ANEXO H**).

Organización: Individual

Siglas en los diálogos: **DT:** docente titular **DF:** docente en formación **RG:** resto del grupo **A1:** alumno 1 **A2:** Alumno 2 **A3:** Alumno 3

Después de regresar de la clase de música se dio un momento para que los alumnos se hidraten, una vez que cada alumno lo hizo se les pidió que se regresaran a su lugar, cuando todos estaban donde correspondía se les pidió que sacaran su material.

DF: Muy bien mis niños, quien ya tomó agua pase por su material a su caja y se lo lleva a su lugar, lo pondrán sobre la mesa

A1: Las fotos maestra?

DF: Si, las fotos que te tomaron en casita

A2: Maestra, mi mamá me pidió que hiciera caras muy graciosas, me divertí mucho

DF: Ahora hablaremos de los gestos que hiciste, ¡pero que bueno que te divertiste!

DF: Muy bien, ya todos tienen su material, ¿verdad?

RG: Siii! (Algunos de ellos me lo mostraban señalándole o levantándolo)

DF: ¡Perfecto! Ahora, dime ¿para qué crees que las necesitaremos?

A1: Para enseñárselas a nuestros compañeros

DF: Si las podemos mostrar a nuestros compañeros, pero esa no es la idea principal.

A2: ¿Para pegarlo en nuestra libreta?

DF: Si las vamos a pegar, pero no en nuestra libreta. ¿Sabes lo que es un álbum de fotos?

RG: Siii!

A1: Es donde se pegan muchas fotos de cuando eres un bebé

A2: Yo tengo un álbum de fotos de mi bebé (su hermanita)

DF: Bueno, un álbum de fotos puede ser de cuando éramos bebé, también puede ser de un viaje, o de tu estancia en el jardín de niños

A1: Maestra, entonces para que sirve un álbum?

DF: Un álbum te ayuda a tener recuerdos de manera física y también nos ayuda para coleccionar o guardar fotos, estampas, entre otras cosas.

A1: ¿Entonces cómo haremos el de nosotros maestra?

DF: Primero necesito que me muestres la foto en la que te represente a ti cuando estés enojado

RG: Levantan su mano con la foto que cumple con las características solicitadas

DF: ¡Excelente! ¿Cómo reconocer cuando una persona está molesta?

A2: Cuando le hacen así (frunce sus cejas y gruñe)

DF: Muy bien, cuando una persona está molesta frunce sus cejas (procedo a fruncir mis cejas y poner manos en la cintura mientras me encorvo y los veo fijamente)

A3: Maestra, las personas enojadas también golpean cosas

DT: Pero eso no está bien !!!

DF: Hay muchas personas que cuando están molestas suelen golpear cosas, pero tú crees que está bien?

RG: ¡Nooo!

DF: ¿Qué pasaría si golpearas cosas cuando estás molesto? Tal vez las romperías, la parte de tu cuerpo que hayas utilizado para golpear probablemente te dolerá después de dar el golpe, incluso, te podrías lastimar

A2: Sí maestra, se te puede romper la mano

A3: Maestra, entonces no nos debemos de enojar?

DF: Mira, el enojo es una emoción y todas las emociones son válidas, ¡todas las podemos sentir! Pero algo muy importante es que debes de saber controlarlas. Algunas veces van a pasar cosas que nos molesten y no podamos hacer algo al respecto más que calmarnos.

RG: Está bien maestra

DF: ¿Recuerdan de qué emoción estábamos hablando?

RG: Del enojo maestra

DF: ¡Exacto! Ahora buscaremos el espacio para pegar esa foto, donde dice enojo?

A3: Me enseña espacio donde dice alegría

DF: ¿Seguro? Escucha la palabra y dime con qué letra empieza (les menciono la palabra enojo lentamente para que escuchen el sonido de las letras).

A1: Empieza con la letra "E", de elefante

DF: ¡Muy bien! Y como es esa letra?

En ese momento todos observan a su hoja de trabajo en búsqueda de la palabra que comience con la letra e, algunos la encuentran fácilmente, sin embargo, otros tardan un poco más y se guían preguntándoles a sus compañeros u observando la palabra que señalen al momento en que me lo muestran.

Una vez que identificaron el espacio cada alumno pegó su foto donde debía

DF: Ahora buscaremos el de lugar en el que va alegría, con qué letra empieza?

A:4 Con la "A" de Ariadne (su nombre)

Con la palabra alegría no tuvieron dificultad para, ya que se les facilitó demasiado reconocer la letra "a", esto gracias a que la mayoría de los nombres la llevan, además que es una de las letras con los que cuenta la palabra mamá (siendo esta una palabra muy utilizada principalmente por los niños). Una vez que identificaron la palabra pegaron su foto en el espacio en el que correspondía.

Para continuar con la actividad preguntó acerca de las fotos que les quedaban y cuáles eran las emociones que representaban.

DF: Ahora me podrías decir cuáles emociones tiene representada en las fotos que aún no pegas?

RG: Quedan de tristeza y calma.

DF: ¡Excelente! Con cuál te gustaría continuar

RG: Con tristeza

DF: Sabes la letra con la que inicia la palabra tristeza

A1: Sí!! Con la "t" de Toño y se escucha así (el alumno realizó el sonido de la letra y bajó un poco su cubrebocas para que todos pudieran notar cómo es que se realizaba)

DF: Muy bien, la letra "t" es con la que empieza la palabra tristeza y también Toño , Pero recuerda que utilizar nuestro cubrebocas.

Me percaté de que varios de los alumnos aún no lograban reconocer la letra por lo que decidí escribirla en el pizarrón y cuestionar acerca de la letra que seguía buscando que ellos se basa en el sonido al momento de escuchar la palabra pronunciada de una manera más lento

DF: Mira, aquí te escribí la letra "t" , ¿me puedes ayudar a completar la palabra? ¿Qué letra crees que sigue? Presta mucha atención y escucha. (se les dijo la palabra de una manera lenta para que pudieran escuchar la siguiente). Tras realizar esta acción la mayoría de los alumnos respondieron rápidamente

RG: La letra "t" Maestra

De esta manera logramos escribir la palabra completa en el pizarrón, fue un trabajo en equipo ya que yo les cuestionaba ellos analizaban pensaban y respondían. Para la última imagen no tuvieron problemas ya que era el único espacio que sobraba, aún así se les preguntó sobre la emoción que era

DF: Ya sabes cual nos falta?

A2: Sí maestra, la última foto

DF: Y esa foto de qué de qué emoción es?

A1: De La calma Maestra

DF: Muy bien, ahora dejaremos que nuestras fotos se sequen, déjalas a un lado de tu mesa, ahora de pasar a entregar esta hoja, ¿qué crees que es?

A2: Dónde vamos a poner nuestro nombre

DF: Sí! Vas a poner tu nombre pero también el título del trabajo, ¿sabes cuál es el título de trabajo?, ¿Recuerdas lo que estamos haciendo?

A1: Un álbum de fotos

DF: Así es! Pero estas fotos de qué son?

A2: De las emociones

DF: ¡Muy bien! Esta es la portada y te la vas a decorar a tu gusto, en ella viene el título, ¿ya lo viste? (Procedo a señalar el título con mi dedo mientras les muestro la hoja) aquí dice mi álbum de emociones y en la parte inferior el espacio para que pongas tu nombre, tienes alguna duda?

RG: No maestra

Una vez que hayan terminado de iluminar su portada, se les cuestionó acerca de lo que los hace sentir con las emociones que trabajamos el día de hoy.

DF: Quiero que me menciones una cosa que te haga sentir sumamente feliz! A mí por ejemplo me hace muy feliz poder ver a mi mamá, comer nieve y salir a pasear

Varios alumnos quisieran participar ya que rápidamente levantar un su mano

A1: A mí me pone feliz que me lleven al cine

A2: A mí me gusta cuando me llevan a bodega aurrera

Tras la participación de esta alumna varios de sus compañeros se rieron, en este momento aproveché para explicarles lo siguiente

DF: No tienes porque reírte, a cada quien le hacen feliz cosas diferentes, así como a ti te hace feliz ir al parque, Abraham no le guste, por otro lado, hay quienes les pone muy feliz otro tipo de actividades, no debes de burlarte por qué no te gustaría que te hicieran lo mismo, que alguien se riera de lo que te hace feliz, recuerda que la felicidad de todos puede variar, lo que te haga feliz a ti no va a hacer feliz a todos.

A3: Está bien maestra

Para finalizar la actividad tras la participación de varios alumnos me parece importante validar las emociones

DF: Recuerda que todas las emociones son válidas, es normal que haya momentos en los que te sientas muy contento, habrá momentos en los que te sientas un poco triste, un poco molesto y está bien, no tiene nada de malo sentirse así porque son nuestras emociones, sólo recuerda que debes de controlarlas.

. (ANEXO E).

Fase 1, Descripción: Para esta actividad se utilizaron fotos de cada alumno para realizar un álbum de emociones, primero debían de identificar una emoción, después buscar su foto y por último compartir lo que los hacía sentir de tal modo.

Fase 2, Inspiración: Quería que los alumnos identificaran como es que se presentan las emociones en ellos, como es que se ve la alegría, la tristeza, etc.

Fase 3, Confrontación: Una de las cosas que pensé por un momento fue que los alumnos se apenarían al momento de mostrar sus fotos, sin embargo, resultó todo lo contrario, esto les ayudó a pasar un momento divertido y lleno de aprendizaje.

Fase 4, Reconstrucción: Me gustó la actividad y los alumnos se divirtieron realizándola al ver las caras de ellos y sus compañeros, sin embargo, me hubiera gustado registrar de manera textual las cosas que cada alumno me comentaba.

Actividad 3: “Receta para...”

Área: Educación socioemocional
Organizador curricular 1: Autorregulación
Organizador curricular 2: Expresión de las emociones

Aprendizaje esperado: Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo y expresa lo que siente.

Propósito de la actividad: Que los alumnos logren reconocer y compartir aquellas situaciones que se le presenten en donde sientan diferentes emociones, tales como: alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo, además de que exprese el como se siente ante ellas.

Recursos: Monstruos impresos, pinzas con nombres, carteles de receta, recetas en un tamaño más pequeño, tijeras

Organización: Individual

Siglas en los diálogos: **DT:** docente titular **DF:** docente en formación **RG:** resto del grupo **A1:** alumno 1 **A2:** Alumno 2 **A3:** Alumno 3

Para recordar el tema de las emociones se les mostrarán monstruos impresos y se les cuestionó sobre ellos

DF: ¿recuerdan a estos monstruos? de qué son? qué emoción corresponde cada monstruo?

RG: si los recordamos Maestra, son de tristeza, enojo y calma

DF: ya viste que tienen un listón colgando?

RG: sii!

DF: ¿para qué crees que sirve?

RG: no sabemos maestra, mejor dinos

Df: lo que pasa es que aún no te he terminado de mostrar el material que vamos a utilizar con esos monstruos. ¿Veces estás pinzas? ¿Qué es lo que tienen aquí pegado? (Señale los nombres que se encontraban en las piezas)

A1: Maestra, tienen letras

DF: ¿qué letras tiene? Mira, para que las observes mejor las dejaré sobre esta mesa, te puedes acercar.

A2: ¡son nuestros nombres!

DF: muy bien, son los nombres de todos los integrantes de este grupo, ahora, busca la pinza que tenga tu nombre pegado.

Uno a uno fueron encontrando la pinza con su nombre, la tomaban y se iban a sentar a su lugar esperando las indicaciones.

DF: ahora que todos tienen la pinza con su nombre, ¿sabes para qué sirve el listón que tienen los monstruos?

A1: para poner nuestra pinza

RG: sii, para eso

Df: pero cómo vas a saber en cuál monstruo ponerla? ¿Recuerdas cuál es la emoción a la que corresponde cada monstruo?

RG: sii

DF: a ver, dímelas!

A1, el azul es tristeza, el amarillo alegría y de los otros no me acuerdo

Df: alguno de los demás recuerda cuál es emociones le pertenecen a los monstruos faltantes

A2: el rojo está enojado y el azul está tranquilo

DF: ¡muy bien! Pon mucha atención en lo que vamos hacer, todos los días al llegar, buscarás la pinza con tu nombre y la pondrás en el monstruo que tenga la emoción con la que tú te presentas, tienes alguna duda?

A1: Entonces si yo vengo triste la voy a poner en el azul?

Df: así es, si vienes enojado la pondrás en el monstruo de color...

RG: rojo!!!

DF: ¡exacto! Y así con todas las emociones, recuerda que es válido si no todos los días vienes felices.

Por ahora lo iremos a poner de manera ordenada, pero no olvides que esta actividad se llevará todos los días por la mañana cuando tú llegues

Rápidamente los alumnos ubicaron suspensas en el monstruo con el que se sentían identificados, ese día todos los alumnos se sentían felices o tranquilos.

DF: ahora que ya pusiste tu pinza junto con el monstruo, te quiero mostrar algo con lo que jugaremos.

¿Sabes qué es esto? (en mis manos tenía un cubo el cual en sus seis caras tenía representadas diferentes emociones)

RG: un cubo!!

Df: ¿ya viste lo que tienen las caras del cubo ? No son puntos como lo vemos normalmente

A1: si , son caras

A2: son emociones !! Por qué mira , esa está contenta y la de abajo está triste (señalando el cubo que yo tenía en mis manos)

Df: Así es , tienen rostros , pero en cada uno de ellos se representa una emoción , ahora, cómo lo vamos a jugar ? cada uno tendrá la oportunidad de tirar una vez al cubo, tú me deberías de decir la emoción que te salió y yo te mostraré una receta que tengo para que controles esa emoción.

A1: (tira el dado y le sale enojo) mira Maestra, me salió enojo

Df: la receta para controlar el enojo se hace llevando a cabo los siguientes pasos: (estaba sosteniendo el cartel de la receta para el enojo) respirar profundamente, contar hasta 10 antes de actuar, practicar un deporte, tranquilizarnos y hablar sobre y perdonar.

Recuerdas alguno de los que te acabo de mencionar (pregunta para todo el grupo en general)

A3: respirar tranquilos

DF: cómo podemos respirar tranquilos?

A3: así, (se baja un poco su cubrebocas y respira lentamente mientras sube sus hombros y los baja muy despacio)

Df: muy bien, que les parece si lo practicamos?

Rg: si! (Todo se pusieron de pie y comenzaron a respirar profundamente)

Df: ¿Recuerdas otro paso de la receta para el enojo?

A2: jugar Basket!

DF: jugar Basket nos ayuda, pero recuerda que puede ser cualquier otro ejercicio, ¿cuáles conoces?

RG: fútbol, carreritas, voleibol, natación.

DF: muy bien, recuerdas otro paso?

Rg: no

Df: se te está olvidando uno muy importante, perdonar!

A1: ah si! Yo siempre perdono a mi primo chiquito cuando no me presta sus juguetes

A2: yo perdoné a mi hermano porque me pegó pero fue un accidente

DF : muy bien, no podemos estar siempre enojados con las demás personas, debemos de saber perdonar, de esta manera nos sentiremos más tranquilos con nosotros mismos.

El alumno pasa a sentarse a su lugar y se pone de pie el siguiente participante, toma el dado y lo lanza.

Df: ¿Qué emoción es?

A1: cuando estamos tristes

DF: exacto, la receta para calmar la tristeza se conforma de los siguientes pasos, pon mucha atención porque te voy a preguntar.

Si tenemos muchas ganas de llorar, lo podemos hacer sin problema, podemos hablar con alguien de confianza y hablar sobre lo que nos hace sentir así.

A1: yo cuando me siento triste abrazo fuerte a mi mamá

A3: yo a mi gatito

Df: muy bien, el dejarse consolar por un ser querido en quien confiemos también nos ayuda.

El alumno regresó a su lugar, se pone de pie el siguiente compañero y a él le vuelve a tocar enojo.

A1: Maestra, ya viste que volvió a salir enojó?

Df: si, ahora te voy a preguntar sobre los pasos de la receta para el enojo, los recuerdas? los acabamos de ver

A1: sii, respirar

A2: perdonar

A3: contar lento

DF: exacto, esos son algunos de los pasos que podemos seguir para controlar nuestro...

RG: enojo!!!

Así fuimos pasando de uno por uno, había algunos casos en las que las emociones se repetían y ahí se les cuestionaba para ver si estaban prestando atención.

Hubo una emoción que no salió en los tiros del dado y esta fue la emoción de miedo.

DF: ¿te has dado cuenta que el miedo no ha salido?

A1: no Maestra, no ha salido, entonces qué hacemos cuando tengamos miedo?

Df: (mientras muestra el cartel les digo) cuándo tengas miedo debes de respirar hondo, confiar en ti mismo, dar y recibir muchos abrazos!!!

¿Sabes respirar hondo ?

RG:si

DF: sabes confiar en ti mismo?

RG:sii

DF: y sabes dar abrazos?

RG: (con pequeñas risas) sii

DF: Bueno, ahora quiero que observes lo que tengo en mis manos (muestro una hoja que contiene los pasos para tranquilizarnos pero en un tamaño más pequeño).

A1: Son como estos !! (señala los carteles que utilizamos con anterioridad).

DF: Si,son los pasos para...

A2: para que no nos enojemos mucho, o para poder respirar mejor.

DF: Son los pasos para poder controlar tus emociones, es lo que debes de hacer para que tu solito regules el cómo te sientes. Ahora, retomando las imágenes puedes notar que están un poco más... (señalo el tamaño de las imágenes)

RG: más pequeñas

DF: Así es, pero, ¿por qué crees que están más pequeñas?

RG: Porque son para nosotros.

DF:Si! y son para que te las lleves a tu casa, las pongas en un lugar visible y se las expliques a tu mamá, papá, tíos, abuelitos, hermanos, primos, a quien tu quieras.

(ANEXO F)

Fase 1, Descripción: En esta actividad nuevamente se abarcaron los monstruos de las emociones, al llegar cada alumno ponía una pinza con su nombre en el monstruo con el que se sentía identificado, para estas actividades se utilizaron diferentes materiales como imágenes, dado, carteles, etc.

Fase 2, Inspiración: Mi propósito en esta actividad era que los alumnos se dieran cuenta de que hay maneras en las que podemos moderar nuestras emociones, al mismo tiempo ofrecerles algunas que ellos lo pueden hacer.

Fase 3, Confrontación: Algunos alumnos no recordaban bien los pasos para tratar cada emoción, esto hizo que la actividad por un momento fuera poco favorable, pero un punto bueno de esto, es que entre compañeros se ayudaban a recordar, la participación de sus compañeros hizo que lo mencionaran más y por ende lo recordaban mejor.

Fase 4, Reconstrucción: Para que se les facilitara más, me hubiera gustado agregar más imágenes, para que fueran más descriptivas, porque muchos alumnos si recordaban lo de cada imagen y si lo mencionaban, sin embargo, muchos no.

Actividad 4: “Botella de la calma”

Área:	Educación	socioemocional
Organizador	curricular	1: Autorregulación
Organizador curricular 2: Expresión de las emociones		

Aprendizaje esperado: Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo y expresa lo que siente.

Propósito de la actividad: Que los alumnos logren reconocer y compartir aquellas situaciones que se le presenten en donde sientan diferentes emociones, tales como: alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo, además de que exprese el como se siente ante ellas.

Recursos: Botella de plástico, agua y diamantina del color de su preferencia

Organización: Individual

Siglas en los diálogos: **DT:** docente titular **DF:** docente en formación **RG:** resto del grupo **A1:** alumno 1 **A2:** Alumno 2 **A3:** Alumno 3

Regresando de la clase de música se les cuestionó acerca de las emociones anteriormente

DF: ¿Me podrías decir las emociones que recuerdes?

RG: Recuerdo tristeza, alegría, enojo calma y amor falta

DF: ¿Sabes cómo se llama la emoción en la que nos sentimos tranquilos?

A1: Es la calma

DF: Exacto esa es, dime ¿qué es lo que haces para sentir la calma?

A1: Yo cuando nadie hace ruido

A2: Yo cuando me acuesto en el piso

A3: Yo cuando mi abuelita me abraza

DF: Cómo te puedes dar cuenta hay muchas situaciones que no se hacen sentir la calma, y aunque existen varias no todos nos relaja la misma situación, algunos de tus compañeros ya compartieron sus opiniones y a lo mejor coinciden con las tuyas o a lo mejor no y eso es completamente normal y está bien

Tras haber aclarado estas dudas se les pidió que sacaran su material

DF: Necesito que vayas por tu material y lo pongas sobre tu mesa.

Cuando todos estaban listos para comenzar con su material sobre la mesa proseguir a cuestionarnos acerca del material

EF: ¿Cuál es el material que utilizaremos?

A1: Una botella chiquita (fue la medida que se les pidió para no desperdiciar tanta agua, además de qué se pensó en la comodidad de los alumnos al momento de manipularla

EF: ¿Qué podemos hacer con nuestro material?

A3: Podemos poner el agua en la botella y aventarnos la Diamantina

A1: También p podemos utilizar la Diamantina para hacer un dibujo

DF: Pero recuerda que necesitamos utilizar todos los materiales en la misma actividad, que podemos hacer entonces? Observa bien los materiales que tienes

A2: Podemos vaciar el agua y la Diamantina en la botella

Df: Así es, de esa manera podemos utilizar todos nuestros materiales y es justo lo que vamos a hacer

Rápidamente los alumnos llenaron su botella de agua y le pusieron la Diamantina, para no generar un desastre con la Diamantina en el salón de clases se propuso lo siguiente:

DF: Ya vi que vaciaste el agua, ahora sigue ponerla Diamantina, pero para evitar que se te caiga por los bordes de la botella vamos a hacer un cono

Aquí un rectángulo de papel de hoja reciclable con la cual deberían de formar su cono para verter la Diamantina en su botella

DF: El papel que te estoy dando te va a ayudar a formar un cono, este te va a servir para que no tires Diamantina sobre tu mesa y mantengas limpio tu espacio de trabajo. Alguna vez has hecho un cono?

RG: ¡Noo!

DF: Entonces necesito que preste mucha atención, primero debes de sujetar el papelito de una esquina como te estoy mostrando(yo lo hice junto con ellos Ava realizando cada paso mientras en los explicaba) vas a girar un poco pero va a dejar un espacio pequeño en la parte de abajo y debe de haber un espacio más grande por la parte de arriba, ya que por la parte de arriba verterá es la Diamantina y esta saldrá por la parte de abajo

A1: Así Maestra?

DF: ¡Así! Ya viste que no es nada complicado hacer un cono, así mantenemos limpio en su salón de clases

Aquí noté que la mayoría de los alumnos logró realizar el cono con facilidad y a los alumnos que llegaron a tener complicaciones rápidamente la resolvieron ya que los demás compañeros sin dudarlo brindaban apoyo

DF: Ya vi que todos tienen su botella lista, alguien te imaginas el nombre de esta botella?

A1: ¡Botella brillante!

DF: Sin duda es un buen nombre, pero el nombre de esta actividad se llama botella de la calma, ¿quieres saber por qué?

RG: ¡Siiii!

DF: Agita la con todas tus fuerzas, no olvides sostener fuerte la botella para evitar accidentes. ¿Ya viste cómo se ve la diamantina?

A1: Se ve bien padre maestra!

DF: ¿Por qué crees que se ve así?

A3: Porque estamos moviendo el agua y la diamantina está en el agua

DF: ¿Qué va a pasar si dejamos de mover la botella? Muévela nuevamente muy rápido y la pones sobre tu mesa, observa qué es lo que pasa.

RG: (Agitan rápidamente sus botellas y las dejan sobre su mesa, mientras el agua se calmaba todos veían su botella sorprendidos)

A1: Maestra, mira, sé está calmando!

DF: ¿Se está qué?

A1: Calmando !!!

DF: Me acaba de decir la palabra clave, ¡calmando! Imagina que tus emociones son el agua con la Diamantina, cuando tú le estás agitando es cuando te pones muy enojado, así como la botella expresas con movimientos fuertes y rápidos. ¿Pero qué debes de hacer para controlar tu enojo?

A1: Quedarme quieto como la botella

DF: Sí y además de eso vas a respirar profundamente, la respiración si lo puedes hacer tú, ¿la botella también?

RG: ¡Nooo!

DF: Pero tú sí, no lo olvides,

Descripción: Para esta actividad se pondría en una botella de plástico agua y un poco de diamantina, se aguaría y representaría el enojo, cuando nos sentimos desesperados, que no estamos tranquilos, pero... ¿qué pasa si mantenemos la calma, si esperamos solo un poco? La diamantina se calma, lo mismo debemos hacer, junto con ejercicios de respiración.

Inspiración: La idea surgió a raíz de que quería representar esta emoción de una manera más dinámica y tras buscar diferentes actividades esta me pareció muy didáctica, pues ya había utilizado diferentes recursos como imágenes, dibujos, etc.

Confrontación: No todos los alumnos llevaron su material, por lo que no realizaron la actividad, sin embargo, sus compañeros les prestaban su botella para que ellos también lo intentaran.

Reconstrucción: Me gustó llevarla a cabo ya que la emoción de mis alumnos era bastante notoria, además de que les ayudo a ver la importancia que tiene el calmarse. Algo que me hubiera gustado cambiar sería haber agregado una carita o algo similar a la botella, no solo dejarla así tal cual.

Esta actividad es una que disfruten mucho hacer, ya que yo estaba emocionada y los niños también, noté el entusiasmo desde que comenzamos a platicar sobre el material, creo que esto se debe a que casi nunca trabajan con la Diamantina, al principio tenía miedo de utilizar este material por la cantidad de accidentes que han ocurrido con anterioridad (no necesariamente en mi jardín, ni mi grupo), sin embargo, considero que se llevó un buen control de grupo, por lo que la actividad tuvo un buen resultado.

Esta actividad fue un aprendizaje significativo sin duda alguna para mis alumnos, ya que el manipular el material los entusiasmó demasiado y estuvieron participando

durante toda la clase y aún al finalizar. Me gustó ver que conviven entre ellos y dialogaban sobre su trabajo, cosas tan simples como el color de la diamantina, el tamaño de la botella y el cómo la agitaban.

Actividad 5: “Me relajo y me divierto”

Área: Educación socioemocional
Organizador curricular 1: Colaboración
Organizador curricular 2: Inclusión.

Aprendizaje esperado: Convive juega y trabaja con distintos compañeros

Propósito de la actividad: Que los alumnos logren

Recursos: Bocina, música, tapetes, calendario.

Organización: Individual

Siglas en los diálogos: **DT:** docente titular **DF:** docente en formación **RG:** resto del grupo **A1:** alumno 1 **A2:** Alumno 2 **A3:** Alumno 3

Para comenzar la actividad se pondrá música de relajación con la finalidad de ambientar el salón de clase como un lugar de descanso y relajación.

DF: (Comencé a caminar de manera muy despacio mientras me agachaba un poco para llamar su atención y con mi mano hacia la señal de silencio llevando mi dedo índice a mi boca y produci sonido de silencio) Shhhhhhh...

sin levantar la voz obtuve la atención de todos mis alumnos, cuando noté que estaban integrados por lo que pasaba decidí comenzar.

DF: Para esta actividad necesitamos estar en silencio, como si no hubiera nadie aquí, ¿sale?

RG: ¡Siiii!

DF: Recuerda que debemos de tratar de no hacer mucho ruido, puedes hablar, pero muy despacio.

RG: Sí maestra (con un tono muy despacio)

DF: Primero, iremos por nuestro tapete y nos acomodaremos en un espacio, trata de no ponerte muy cerca de algún otro compañero, y recuerda! en silencio...

Algunos de los alumnos para no hacer ruido comenzaron a caminar de puntitas, los demás, al ver lo que sus compañeros hacían decidieron hacer lo mismo, junto con esto, si alguien intentaba hablar o hacía un ruido fuerte entre ellos mismos se recordaban que no debían de hacer ruido.

DF: Aquí tengo una ruleta, pero, ¿qué dibujos tiene?

A1: Son personas acostadas y paradas con un pie.

A2: Es yoga, yo sé porque mi mamá hace en la tarde

DF: ¡Exacto! son posiciones de yoga, giraré la ruleta y realizaremos la posición que salga, para esto deberás de durar 10 segundos en esa posición, tienes alguna duda?

RG: Noo!

DF: (Giré la ruleta y la primer posición que salió fue en la que se debían de acostar boca abajo). observa como es la posición, esta no está nada complicada o sí?

RG: Noo!

DF: Estira tu cuerpo, cierra tus ojos y concéntrate en la música, cada quien se encargará de contar en su mente, ¿cuantos segundos eran?

A1: 10 minutos

A2: Noo! 10 segundos

DF: Por ahora lo haremos contando 10 segundos, recuerda que serán en tu mente porque si lo hacemos todos en voz alta no podrás escuchar la música.

Así fuimos realizando las posiciones de yoga con música de fondo y al terminar se les pidió que recogieran su material y regresaran a su lugar.

DF: Ahora que hemos terminado debes de ir a dejar tu tapete a su lugar, ve de manera ordenada y regresa a tu lugar.

Tras unos segundos los alumnos habían dejado su tapete y volvieron a su lugar, cuando ya estaban todos sentados proseguí a cuestionarlos sobre lo que habíamos realizado.

DF: ¿Cómo te sientes? notas algo diferente en tu cuerpo?

A1: A mí ya me dio sueño

A2: A mí también, ya me quiero dormir (se acomoda con sus brazos cruzados sobre la mesa y se recuesta)

DF: Tal vez sientas sueño, pero es porque los ejercicios ayudaron a que tu cuerpo se relaje, se encuentre en calma, pero recuerda que estamos en la escuela y aquí no podemos dormir. Ahora, ¿para qué nos sirve hacer yoga?

A1: Para que nos de sueño y dormimos

DF: Para que tu cuerpo se relaje! lo puedes hacer para dormir mejor, para mantenerte saludable o cuando te sientas muy estresado, o muy enojado.

DF: continuando con las preguntas, ¿Me puedes decir cuál fue el ejercicio que más se te facilitó?

A3: En el que estábamos acostados.

DF: Eso tiene sentido, porque es algo que hacemos muy seguido y ahora, ¿cuál se te dificultó más?

RG: ¡La del puente!

DF: A todos se les hizo difícil la posición del puente?

A1: A mi me dolieron mi brazos maestra y me caía

A2: Yo no me podía parar.

DF: Bueno, es valido, sabes cómo podemos mejorar eso? Si realizamos ejercicios de yoga más seguido

A3: Maestra, podemos hacer estos ejercicios más seguido? es que me gustó

RG: Si, hay que hacerlos todos los días!

DF: Si los hacemos más seguido, pero no los podemos hacer todos los días, al menos en la escuela no, en tu casa si, los puedes hacer tu solo o con compañía de tu familia.

Enseguida se les mostrará el calendario de las emociones y se les explicara lo siguiente:

DF: ya viste lo que tengo aqui?, Que es?

RG: un calendario

DF: Así es, es un calendario que vamos a llenar durante todo el mes de febrero, pero ya viste lo que tienen estos pequeños recuadros (señaló el espacio de cada día en donde se encuentran monstruos sin cara) estos monstruos no tienen cara, ya viste? ¿Por qué crees que es así?

RG: por qué nosotros les vamos a dibujar la cara

DF: si, tú te encargas de dibujar la carita, pero... esta será dependiendo de cómo te sientas ese día a la hora de la salida.

¿Sabes por cuánto tiempo haremos esta actividad ?

A1: ¿Un día?

DF: no, durante un mes, cuál mes? Ya te lo había mencionado

A1: febrero?

DF: Si! Este lo realizaremos a la hora de la salida.

Descripción: Para esta actividad se realizó yoga, en el salón ya se encuentran tapetes que se les solicitaron desde el principio del ciclo, estos se utilizan en momentos que se hacen actividades en el piso y se busca que no se vayan a enfermar. Junto con esto utilizamos música y un espacio para poder estar todos.

Inspiración: Durante mi practica busqué que las actividades no fueran repetitivas para mantener el interés de los alumnos, es por esto, que buscaba actividades que se relacionaran con lectura, dibujos, fotos, juegos y movimiento corporal, esté ultimo lo vemos en esta actividad.

Confrontación: Una dificultad que creí que tendría era la participación de los alumnos, temía que les pareciera aburrido, tedioso o incluso que tuvieran pena o pereza de realizar los ejercicios, tuve una gran sorpresa al ver la manera en que respondieron, pues estaban interesados y ansiosos por conocer la nueva postura que vendría.

Reconstrucción: La actividad les gustó porque al terminarla me preguntaban que cuando la haríamos de nuevo, que había estado "muy chida", sin embargo, algo que sé que pude mejorar es relacionado con el espacio, por el espacio de los tapetes, de que

algunas posturas eran acostados, ocupaban más espacio, siento que hubiera estado mejor hacerlo al aire libre, o adaptar de mejor manera el salón de clases.

Durante la realización de este calendario pude ver que la mayoría de los alumnos se iban contentos de la escuela , al preguntarles el por qué me decían que era por las actividades que habían realizado, ya fuera conmigo, con el maestro de educación física, con la Teacher de inglés o con el maestro de música. En algunos casos los alumnos registraban una carita triste, las respuestas que más obtenían, tras preguntar el por qué eran las siguientes: " ya me quiero ir a mi casa porque me siento cansado", " es que tengo hambre", " es que hoy no jugué en receso", " es que hoy no vino x compañero".

CONCLUSIONES

Durante este estudio, hemos enfatizado reiteradamente la importancia crucial de la educación preescolar en el desarrollo holístico de los niños en sus primeros años. Crea un entorno de aprendizaje donde los niños pueden explorar, experimentar y cultivar habilidades cognitivas, emocionales, sociales y físicas. El valor de la educación preescolar reside en que establece los cimientos para el futuro rendimiento académico y fomenta el desarrollo de habilidades vitales para la vida.

En el ámbito de las emociones en la educación preescolar, es fundamental comprender que los niños en esta etapa están experimentando y aprendiendo a manejar una amplia gama de emociones. A medida que crecen y se desarrollan, los niños se enfrentan a situaciones nuevas y desafiantes que pueden generar emociones como la alegría, la tristeza, el enojo, el miedo y la frustración.

La educación preescolar desempeña un papel crucial en el desarrollo emocional de los niños al proporcionar un entorno seguro y de apoyo donde pueden explorar y comprender sus emociones. Los educadores en preescolar desempeñan un papel fundamental al ayudar a los niños a identificar y nombrar sus emociones, enseñándoles a expresarlas de manera apropiada y brindándoles estrategias para regular y manejar sus emociones de manera saludable.

La importancia del contexto en la educación preescolar no puede subestimarse cuando se trata del desarrollo emocional de los niños. El entorno en el que los niños aprenden y crecen desempeña un papel fundamental en su capacidad para comprender, expresar y regular sus emociones de manera saludable. El contexto proporciona la base para establecer relaciones significativas, brinda apoyo emocional y modela habilidades emocionales adecuadas.

Además, al integrar las emociones en las actividades diarias y ser sensibles a las diferencias culturales, el contexto preescolar se convierte en un espacio propicio para el desarrollo integral de los niños, para esto debemos de buscar actividades innovadoras y que llamen la atención de nuestros alumnos.

Los educadores pueden establecer vínculos afectivos sólidos con los niños, lo que les permite comprender mejor sus necesidades emocionales y proporcionarles el apoyo adecuado. Al mismo tiempo, las interacciones positivas con los compañeros promueven la empatía, la colaboración y el respeto mutuo. Estas relaciones enriquecedoras fomentan un entorno en el que los niños se sienten seguros para expresar sus emociones y aprender de las experiencias emocionales compartidas.

El contexto de la educación preescolar también desempeña un papel fundamental en el modelado de habilidades emocionales.

Los educadores y el personal de la escuela pueden servir como modelos positivos al expresar y manejar sus propias emociones de manera saludable. Al presenciar adultos que comprenden y regulan sus propias emociones, los niños aprenden a hacer lo mismo. Los educadores pueden enseñarles estrategias efectivas para expresar sus sentimientos y manejar situaciones emocionales de manera constructiva. Este modelado activo permite a los niños desarrollar habilidades para reconocer, comprender y regular sus propias emociones.

Asimismo, el contexto de la educación preescolar proporciona un espacio propicio para la integración de las emociones en las actividades diarias. Las rutinas y las actividades planificadas pueden incluir momentos dedicados a hablar sobre las emociones, expresarlas y reflexionar sobre ellas. Al hacer de las emociones un tema recurrente y normalizado, se fomenta la conciencia emocional en los niños y se les da la oportunidad de practicar y aplicar habilidades emocionales en un entorno estructurado y de apoyo.

El contexto en la educación preescolar desempeña un papel integral en el desarrollo emocional de los niños. Proporciona un ambiente seguro y de apoyo, establece relaciones significativas, modela habilidades emocionales, integra las emociones en las actividades diarias y es sensible a las diferencias culturales.

Las actividades presentadas dieron un buen resultado, ya que fue un trabajo colaborativo entre padres, alumnos y la docente en formación. La investigación realizada con el grupo de alumnos de 3 "B" de preescolar ha permitido obtener valiosas conclusiones acerca de la relevancia del trabajo socioemocional autorregulado enfocado en las emociones de alegría, tristeza y enojo.

Se ha constatado que los niños que recibieron formación en autorregulación emocional mostraron una notable mejora en su capacidad de reconocer y manejar estas emociones tanto en sí mismos como en sus compañeros. Este aprendizaje no solo propició un ambiente escolar más armónico y positivo, sino que también repercutió en su rendimiento académico y en su capacidad para enfrentar problemas y conflictos de manera asertiva.

Se evidenció que la alegría, bien canalizada, potencia la motivación y el interés por el aprendizaje. La tristeza, adecuadamente gestionada, puede ser una oportunidad para cultivar la empatía y fortalecer lazos de apoyo mutuo entre los alumnos. En cuanto al enojo, su correcta regulación contribuyó a minimizar comportamientos disruptivos y conflictos en el aula, promoviendo la resolución pacífica de discrepancias.

Esta investigación ha demostrado que la autorregulación emocional es una habilidad fundamental que puede y debe ser cultivada desde la educación temprana. La escuela juega un papel fundamental en este aprendizaje, al proporcionar a los niños las herramientas necesarias para comprender y manejar sus emociones de manera constructiva. Es de esperar que estos conocimientos y

habilidades les acompañen en su crecimiento, contribuyendo a su bienestar personal y social a largo plazo.

Recomendamos la implementación de programas sistemáticos y continuos de educación socioemocional en el currículo de preescolar y en etapas posteriores, y esperamos que esta investigación sirva como un valioso punto de partida para futuros estudios en esta área esencial de la educación.

Este trabajo me ayudó a darme cuenta que los alumnos a pesar de tener una edad pequeña son capaces de lograr algo tan significativo como poder controlar sus emociones, pues aún que no lo hacían siempre, me llenaba de orgullo cuando veía que ante una situación de enojo o tristeza entre sus compañeros se apoyaban con las técnicas vistas en clase.

"El objetivo principal de la educación en las escuelas debería ser la creación de hombres y mujeres que sean capaces de hacer cosas nuevas, no simplemente repetir lo que otras generaciones han hecho; hombres y mujeres que sean creativos, inventivos y descubridores, que puedan ser críticos y verificar, y no aceptar, todo lo que se les ofrece". Jean Piaget

Algo de lo que también me percaté fue la importancia de siempre estar observando a nuestros alumnos.

La observación de los alumnos fue esencial por diversas razones:

1. **Identificación de las emociones:** Al observar a los alumnos, se pudo identificar cuáles eran las emociones más frecuentes y cómo las manifestaban. Además, se pudo evaluar cómo estas emociones afectaban su comportamiento, su rendimiento escolar y sus relaciones con los demás.
2. **Evaluación del impacto de la intervención:** La observación permitió evaluar el impacto del trabajo socioemocional autorregulado. Se pudo ver si los alumnos habían aprendido a reconocer y manejar sus emociones de

alegría, tristeza y enojo de una manera más efectiva como resultado de la intervención.

3. **Apreciación de las diferencias individuales:** Cada alumno es único y puede experimentar y expresar sus emociones de manera diferente. La observación permitió apreciar estas diferencias individuales y ajustar la intervención para satisfacer mejor las necesidades de cada niño.
4. **Desarrollo de estrategias pedagógicas más eficaces:** La observación de los alumnos en acción proporcionó información valiosa para mejorar las estrategias pedagógicas. Por ejemplo, se pudo identificar qué técnicas de enseñanza funcionaban mejor para ayudar a los alumnos a autorregular sus emociones.

En cuanto a lo que se pudo percatar, se observó una mejora significativa en la capacidad de los alumnos para manejar sus emociones después de la intervención. También se notó un cambio positivo en la atmósfera del aula, con menos conflictos y más colaboración entre los alumnos. Además, los profesores reportaron que los alumnos parecían más comprometidos y motivados en sus actividades escolares. En resumen, la observación fue una herramienta esencial para evaluar el éxito de la intervención y para identificar áreas de mejora en el futuro.

Una vez culminada este trabajo me pude dar cuenta que he crecido como docente, si noté mucha diferencia con las prácticas realizadas con anterioridad, la figura del docente es fundamental. Un buen maestro no sólo instruye en temas académicos, sino que también desempeña un papel crucial en el desarrollo socioemocional de los niños.

Los docentes proporcionan un modelo a seguir en cuanto a la gestión de las emociones, la resolución de conflictos y la interacción social. Además, su capacitación en este campo les permite detectar y responder adecuadamente a las necesidades socioemocionales de sus alumnos, fomentando un ambiente de aprendizaje seguro, respetuoso y emocionalmente saludable.

"Los maestros, creo, son los más responsables de equipar a nuestros niños con las herramientas intelectuales necesarias para vivir vidas felices, productivas y exitosas." (Caldicott,1996).

La idea de que los maestros juegan un papel vital en el desarrollo integral de los niños, no sólo en el aspecto académico, sino también en la adquisición de habilidades socioemocionales que contribuirán a su éxito y bienestar en la vida. Un buen maestro, capacitado en el trabajo socioemocional y su autorregulación, puede marcar una gran diferencia en la vida de los alumnos de preescolar.

Estoy muy feliz con todo lo que he crecido, ya que obtuve buenos resultados al desarrollar las actividades con mis alumnos ya que sé que ayude al desarrollo emocional de mis niños y esto los ayudará en el futuro ya que los niños que desarrollaron habilidades de inteligencia emocional fueron capaces de interactuar de manera más efectiva con sus compañeros y maestros.

Este desarrollo resultó en relaciones más sólidas y saludables, además de mejorar la armonía y el respeto dentro del aula. Al mismo tiempo, la capacidad de autorregular sus emociones permitió a los alumnos mantener una mayor concentración y disposición para aprender, traducándose en un notable incremento en su rendimiento académico.

Otro aspecto destacado fue el papel de la inteligencia emocional en la promoción de la resiliencia. Al entender y manejar eficazmente sus emociones, los niños exhibieron una mayor capacidad para manejar situaciones de estrés, enfrentar desafíos y adaptarse a los cambios. Esta habilidad es fundamental para navegar a través de la vida con mayor confianza y equilibrio.

Además, se observó que la inteligencia emocional fomentaba la autonomía de los niños. Al comprender mejor sus emociones, se encontraban en mejor disposición

para tomar decisiones que reflejaban sus sentimientos de una manera saludable y constructiva, mostrando mayor asertividad y autodeterminación.

Finalmente, uno de los beneficios más significativos de la inteligencia emocional fue su contribución al bienestar personal de los niños. Al aprender a gestionar sus emociones de manera más efectiva, experimentaron menos ansiedad y estrés, lo que resultó en una mayor satisfacción, felicidad y, en última instancia, una mejor calidad de vida.

Todos estos beneficios remarcan la importancia de incorporar la enseñanza de la inteligencia emocional en las primeras etapas educativas, sentando así las bases para un desarrollo saludable y equilibrado.

Finalmente incluyo algunas recomendaciones útiles basadas en los resultados obtenidos:

1. **Incorporación de la educación socioemocional en el currículo:** Los resultados evidenciaron el impacto positivo de la educación socioemocional en los niños en edad preescolar. Por lo tanto, es recomendable incorporar la educación socioemocional en el currículo preescolar de manera sistemática y continuada.
2. **Formación del personal docente:** Para implementar con éxito la educación socioemocional, es fundamental que los docentes reciban formación adecuada en este área. Deberían aprender estrategias efectivas para enseñar la autorregulación emocional y cómo adaptar estas técnicas a las necesidades individuales de cada niño.
3. **Participación de los padres:** El aprendizaje socioemocional no debe limitarse al aula. Es importante involucrar a los padres en este proceso y proporcionarles estrategias y herramientas para apoyar el desarrollo socioemocional de sus hijos en casa.

4. **Implementación de herramientas de seguimiento:** Será útil establecer herramientas de seguimiento y evaluación para monitorizar el progreso de los alumnos en términos de autorregulación emocional. Estas herramientas pueden ayudar a identificar áreas de mejora y ajustar el enfoque de enseñanza si es necesario.
5. **Investigación adicional:** Esta investigación ha aportado evidencia sólida del valor de la educación socioemocional en el preescolar. Sin embargo, se necesitan más estudios para explorar otros aspectos de la autorregulación emocional y su impacto en diferentes contextos y grupos de edad. Además, sería beneficioso investigar cómo estas habilidades adquiridas en preescolar influyen en el comportamiento y el rendimiento académico en etapas educativas posteriores.
6. **Promoción de un entorno seguro y de apoyo:** Los niños deben sentirse seguros y apoyados para expresar y manejar sus emociones. Fomentar un ambiente donde los niños se sientan valorados, respetados y comprendidos es crucial para el éxito de la educación socioemocional.

Estas recomendaciones, si se implementan de manera efectiva, pueden ayudar a maximizar el impacto de la educación socioemocional en los alumnos de preescolar y más allá.

REFERENCIAS

1. Academia Colombiana de Ciencias Exactas, Físicas y Naturales, 35(134), 97-103.
2. Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2004). Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications. Guilford Press.
3. Bisquerra, R. y Pérez, N. (2007), Las competencias emocionales, Educación XXI, Departamento MIDE, facultad de pedagogía, Universidad de Barcelona. Recuperado de: <http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/AutorregulacionEmocional.pdf>
4. Bisquerra-Alzina, R. (2003) Educación emocional y competencias básicas para la vida. Revista de Investigación Educativa, Vol 21, no 1, págs.7-43. Recuperado de: https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/3955/Cebria_Alegre_Noelia.pdf
5. CNDH, C. N. (2021). Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes. Obtenido de: https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/documentos/2021-01/Ley_GDNNA.pdf
6. Denham, S. A. (1998). Emotional development in young children. Guilford Press.
7. Denham, S. A. (2006). Social-Emotional Competence as Support for School Readiness: What Is It and How Do We Assess It? Early Education and Development, 17(1), 57-89.
8. Díaz, F. Y Barriga, A. (2002) Estrategias Docentes para un Aprendizaje Significativo: una interpretación constructiva. Recuperado de: https://desfor.infed.edu.ar/sitio/upload/diazbarrigacap8_EVALUACION.pdf
9. Díaz-Aguado, M. J. (2007). La educación emocional en la infancia. Alianza Editorial.

10. "Educación socioemocional en la Nueva Escuela Mexicana" - Revista Mexicana de Investigación Educativa. Enlace: [\[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-66662019000300037\]](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-66662019000300037)
11. Fernández-Berrocal, P., & Ramos-Díaz, N. (2008). Cómo educar las emociones. Ediciones Pirámide.
12. González-Pineda, J. Á. (2012). Inteligencia emocional en educación infantil y primaria: Programa de intervención. Editorial EOS.
13. Gross, J. J. (2015). Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1-26.
14. Gross JJ. Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. In: Gross JJ, editor. *Handbook of emotion regulation*. 2nd ed. New York, NY, US: The Guilford Press; 2014. p. 3-20.
15. Hoskins, D. H. (1988). Use of the Song "If You're Happy and You Know It" to Teach Emotion Identification Skills to Preschool Children. *Psychology in the Schools*, 25(4), 342-345.
16. "La importancia de la educación socioemocional en el contexto educativo" - Revista Iberoamericana de Educación. Enlace: [\[https://rieoei.org/RIE/article/view/2565\]](https://rieoei.org/RIE/article/view/2565)
17. "La Nueva Escuela Mexicana: una educación integral para el siglo XXI" - Secretaría de Educación Pública (SEP) de México. Enlace: [\[https://www.gob.mx/sep/documentos/la-nueva-escuela-mexicana-una-educacion-integral-para-el-siglo-xxi-197102\]](https://www.gob.mx/sep/documentos/la-nueva-escuela-mexicana-una-educacion-integral-para-el-siglo-xxi-197102)
18. Leal, A., & TUTORIAL, O. Y. A. (2011). La inteligencia emocional. *Digital Innovacion y experiencias educativas*, 39, 1-12.
19. Llenas, A. (2018). *The Color Monster: A Pop-Up Book of Feelings*. Sterling Children's Books
20. Méndez, M. (1 de septiembre del 2017). La importancia de la educación socioemocional en el colegio y cómo se puede abordar. *El definido*. Recuperado de: [\https://eldefinido.cl/actualidad/mundo/8958/La-

[importancia-de-la-educacion-socioemocional-en-el-colegio-y-como-se-puede-abordar.](#)

21. Mendoza, A. (2013), "¿Dónde habitan las emociones?", Especial: tu máquina perfecta, Revista QUO. México, pp.63-67. Recuperado de: <http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/AutorregulacionEmocional.pdf>
22. Muslera, M. (2016). Educación Emocional en niños de 3 a 6 años.
23. Raver, C. C. (2002). Emotions Matter: Making the Case for the Role of Young Children's Emotional Development for Early School Readiness. SRCD Social Policy Report, 16(3), 3-18.
24. Raver, C. C. (2004). Placing emotional self-regulation in sociocultural and socioeconomic contexts. Child development, 75(2), 346-353.
25. Rey, L., & Extremera, N. (2011). Inteligencia emocional en educación. Editorial Síntesis.
26. Saarni, C. (2007). Las emociones de los niños: Desarrollo, aprendizaje, salud. Ediciones Morata.
27. Serwacki, M. L., & Cook-Cottone, C. (2012). Yoga in the Schools: A Systematic Review of the Literature. International Journal of Yoga Therapy, 22(1), 101-110.
28. Sistema de Información de Tendencias Educativas en América Latina. (14 de Abril de 2020). UNESCO. Obtenido de La educación en América Latina y el Caribe ante la COVID-19: <https://es.unesco.org/fieldoffice/santiago/covid-19-education-alc/respuestas>
29. Versión impresa ISSN 0370-3908 Rev. acad. colombo. cienc. exacto. fis. nacional vol.35 no.134 Bogotá Ene./Mar.2011. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-39082011000100009
30. Zins, J. E., Bloodworth, M. R., Weissberg, R. P., & Walberg, H. J. (2004). The Scientific Base Linking Social and Emotional Learning to School Success. In J. E. Zins, R. P. Weissberg, M. C. Wang, & H. J. Walberg

(Eds.), Building Academic Success on Social and Emotional Learning: What Does the Research Say? (p. 3–22). Teachers College Press.

31. Zamora, M.; Vega, L.; Poncelis, F. (2011). Manual para promover el desarrollo de habilidades sociales en niños y niñas preescolares. Recuperado de: http://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/publicaciones/Manual_desarrollo_habilidades_sociales_Zamora_Vega_Poncelis.pdf

INDICE DE ANEXOS

ANEXO A: UBICACIÓN DEL JARDÍN DE NIÑOS “LUIS G MEDELLÍN NIÑO”

ANEXO B: INFRAESTRUCTURA DEL JARDÍN DE NIÑOS.

ANEXO C: GRÁFICAS DE DESARROLLO POR CAMPOS

ANEXO D: CICLO REFLEXIVO DE SMYTH (1991)

ANEXO E: PLANEACIÓN ACTIVIDAD 1.

ANEXO F: ESCALA ESTIMATIVA DE ACTIVIDAD 1.

ANEXO G: RECURSOS UTILIZADOS EN LA ACTIVIDAD 1.

ANEXO H: RECURSOS UTILIZADOS EN ACTIVIDAD 2.

ANEXO I: PLANEACIÓN ACTIVIDAD 2

ANEXO J: ESCALA ESTIMATIVA ACTIVIDAD 2.

ANEXO K: RECURSOS UTILIZADOS ACTIVIDAD 3

ANEXO L: PLANEACIÓN ACTIVIDAD 3

ANEXO M: ESCALA ESTIMATIVA 3

ANEXO N: RECURSOS UTILIZADOS ACTIVIDAD 4

ANEXO Ñ: PLANEACIÓN ACTIVIDAD 4

ANEXO O: ESCALA ESTIMATIVA 4

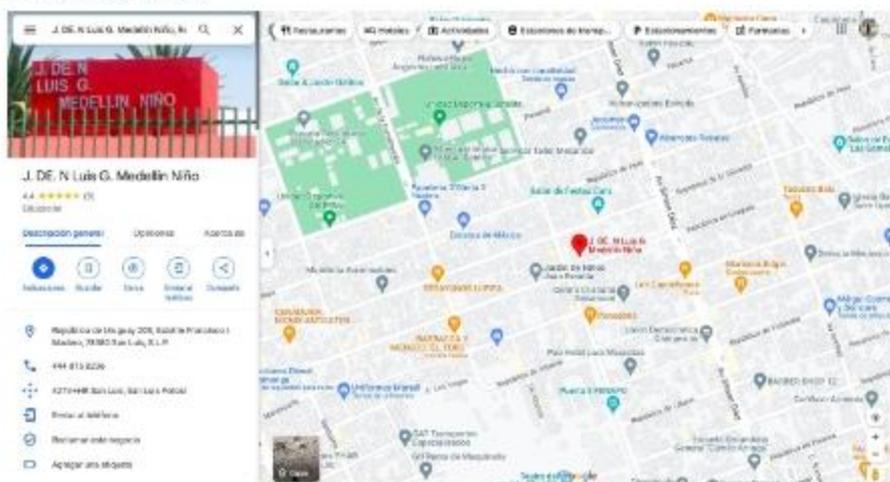
ANEXO P: RECURSOS UTILIZADOS ACTIVIDAD 5

ANEXO Q: PLANEACIÓN ACTIVIDAD 5

ANEXO R: RÚBRICA DE EVALUACIÓN 5

Anexo a: Ubicación del Jardín de niños "Luis G Medellín Niño"

Fuente: Google maps



Anexo b: Infraestructura del Jardín de niños.

Fachada de la institución



Anexo C: Gráficas de desarrollo por campos

La primera gráfica pertenece al campo de pensamiento matemático, en la cual 5 alumnos se encuentran en logrado, 6 en proceso y 12 en no logrado.

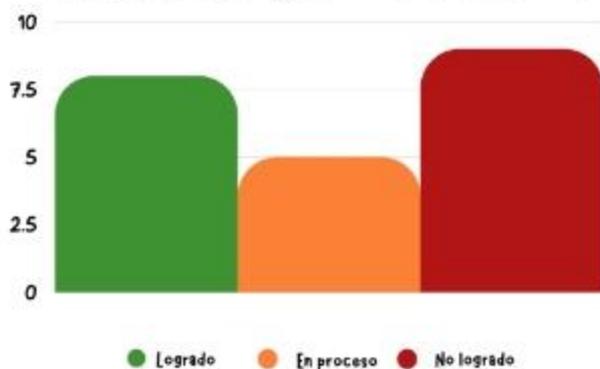


La siguiente gráfica es del campo de exploración y comprensión del mundo natural y social, los resultados que se obtuvieron son los siguientes: 9 en logrado, 6 en proceso y 8 en no logrado.



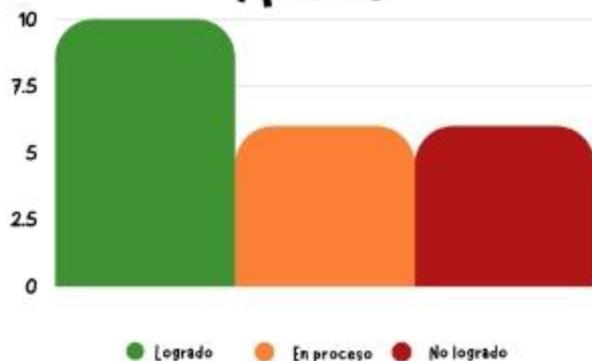
En el campo de lenguaje y comunicación notamos que existen un mayor porcentaje en no logrado, contando con 10 alumnos, en proceso se contemplan 4 y 7 en proceso.

Lenguaje y comunicación



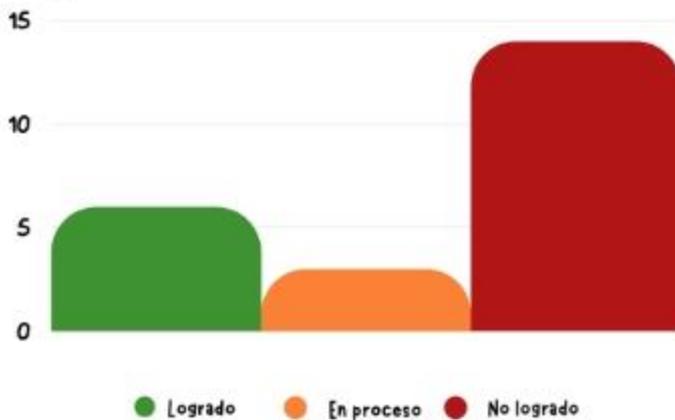
Para artes se nota que a la mayoría de los alumnos se les facilita y les llama la atención las actividades que se realizan en relación a este campo, en logrado hay 12 mientras que en proceso y no logrado se encuentran con la misma cantidad de alumnos (5 y 5).

Artes



Por último tenemos la gráfica del campo de educación socioemocional, donde notamos que hay una gran cantidad de alumnos en no logrado, mientras que en proceso se encuentran 3 alumnos y en logrado únicamente 6 alumnos.

Educación socioemocional



ANEXO D: CICLO REFLEXIVO DE SMYTH (1991)



La fase de descripción se basa en escribir todo lo que consideremos importante durante el proceso de enseñanza.

La segunda fase nos ayuda a sustentar las actividades y el comportamiento del docente llevado a cabo desde el punto de vista de diferentes teóricos, es así que si se necesita realizar algún cambio, este también debe de justificarse ante teóricos.

La tercera fase; confrontación busca encontrar aquellas acciones que se tengan dentro de práctica en relación al contexto, esto desde un punto de vista social, cultural y político.

Y por último la fase de reconstrucción la cual nos dice que tras haber analizado nuestra práctica y encontrar aquellos puntos negativos o aquellos puntos que no nos ayuden a obtener un buen resultado, se deben de realizar cambios para llegar a un mejor proceso de enseñanza.

ANEXO E: PLANEACIÓN ACTIVIDAD 1.

Día: 23 noviembre de 2022		situación: Las emociones	
CAMPO:	ORGANIZADORES CURRICULARES:	APRENDIZAJE ESPERADO:	
Educación socioemocional.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Autorregulación 2. Expresión de Las emociones 	Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, serenidad, tristeza, miedo e ansia y expresa lo que siente.	
Inicio	DESARROLLO	Cierre	
Se comenzará la clase con el saludo como se lleva a cabo regularmente, en seguida pase de lista, contes de alumnos y revisión de fecha. A continuación se las cuestionara acerca de Las emociones ¿sabes lo que son Las emociones? ¿cuales conoces? ¿que emociones has LLegado a sentir? una vez que hayan respondido Las Preguntas se Las Pedira que de manera vayan Por sus tapetes y hallan un medio círculo.	A continuación se Leera el cuento titulado EL monstruo de Las emociones. AL finalizar La Lectura se Las cuestionara ¿recuerdas el título del Libro? ¿que Personajes aparecieron? ¿que emociones mencionabas? ¿que Las conoces? ¿cómo Podrias saber cuando alguien está enojado, triste, feliz, etc? En seguida se realizara un reperte de Lectura.	Para finalizar: Por Pares se Jugará al Juego tradicional de memoria, este será el de Las emociones.	
RECURSOS	ESPACIO/TIEMPO	ACTIVIDAD PERMANENTE	
<ul style="list-style-type: none"> • Tapetes • Cuento EL monstruo de Las emociones • Hoja de trabajo Reperte de Lectura • Memoria 	Salón de clases 50 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Saludo • Pase de Lista • Fecha • Música • Juegos 	

Planeación de la actividad titulada "las emociones", esta actividad fue de las primeras que se realizaron en el grupo y de las primeras de este campo, sin embargo, fue la primera con la que se vio el tema de las emociones.

ANEXO F: ESCALA ESTIMATIVA DE ACTIVIDAD 1.

EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL

JN: LUIS C MEDELLIN NINO.

GRADO Y GRUPO: 3 - "A"

ACTIVIDAD: "LAS EMOCIONES"

NOMBRE DEL ALUMNO	CE 1: AUTOREGULACION	CE 2: EXPRESION DE LAS EMOCIONES	APRENDIZAJE ESPERADO: RECONOCI Y NOMBRA SITUACIONES QUE LE GENERAN ALEGRIA, SEGURIDAD, TRISTEZA, MIEDO O ENOJO Y EXPRESA LO QUE SIENTE.		
		SOBRESALIENTE	SATISFACTORIO	BASICO	INSUFICIENTE
1.					x
2.	x				
3.				x	
4.				x	
5.				x	
6.			x		
7.	x				
8.			x		
9.	x				
10.			x		
11.				x	
12.			x		
13.			x		
14.					x
15.			x		
16.				x	
17.					x
18.				x	
19.	x				
20.					x
21.					x
22.			x		
23.	x				

Los resultados obtenidos tras evaluar la actividad 1, titulada: "Las emociones", fueron los siguientes:

5 alumnos se encuentran en sobresaliente, 7 en satisfactorio, 6 en básico y 5 en insuficiente.

ANEXO G: RECURSOS UTILIZADOS EN LA ACTIVIDAD 1



Memorama de las emociones que utilizaron los alumnos, este se llevó a cabo en parejas; el memorama consta de 30 tarjetas (15 pares).

ANEXO I: PLANEACIÓN ACTIVIDAD 2

Día: 17 de febrero del 2023		Situación: Mi álbum de emociones	
CAMPO:	ORGANIZADORES CURRICULARES:	APRENDIZAJE ESPERADO:	
Educación socioemocional.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Autoconciencia 2. Expresión de las emociones 	Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, serenidad, tristeza, miedo e ira, y expresa lo que siente.	
Inicio	Desarrollo	Cierre	
Al ingresar de la clase de música se les pedirá que saquen el material que se les pide previamente (Fotos de ellos haciendo éstos sean las diferentes emociones) Una vez que tengan su material, sobre la mesa se les cuestionará sobre esto: ¿sabes para qué utilizamos las fotos? ¿Qué es lo que representaste en cada una de ellas? ¿Qué se les pedirá que me muestren la foto se les sea el caso, es decir: ve les pedirá que me muestren la foto de ellos donde estén tristes, enojados, etc.)	A continuación de manera grupal se irán identificando las emociones que vienen en el álbum para posteriormente pegar las fotos sean correspondientes. Conforme vayamos viendo cada emoción se les cuestionará acerca de lo que les hace sentir de tal modo: ¿Qué es lo que te hace feliz? ¿Qué te pone triste? ¿Qué es lo que te genera tristeza?	Para finalizar se entregará la plantilla de su álbum, ellos deberán llamarla en lo que el momento de sus fotos se sea. En grupal se les explicará que todas las emociones son válidas, que es normal, que haya momentos en los que estemos felices, tristes e enojados.	
Recursos	Espacio/Tiempo	Actividad Permanente	
<ul style="list-style-type: none"> • Fotos de los alumnos • Plantilla • Colores • Hojas de trabajo plantilla y espacio para las fotos. 	Salón de clases 50 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Música • Paso de lista • Póster • Música 	

Planeación de la actividad "Mi álbum de las emociones", realizada el día 17 de febrero del 2023 en el salón de clases.

ANEXO J: ESCALA ESTIMATIVA ACTIVIDAD 2.

EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL

DR. LUIS C. MEDALLIN NINO.

GRADO Y GRUPO: 3 – "A"

ACTIVIDAD: "MI ALBERNIEROS"

NOMBRE DEL ALUMNO	APRECIACIÓN EXPRESANDO SENTIMIENTOS Y NOMBRANDO SITUACIONES QUE LE GENERAN ALGUNOS SENTIMIENTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS EN SU VIDA			
	DE 3 (Sobresaliente)	DE 2 (Básico)	DE 1 (Satisfactorio)	DE 0 (Insuficiente)
	Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, seguridad, tranquilidad, amor o orgullo y otras.	Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, tristeza, miedo o orgullo.	Reconoce pocas situaciones que le generan alguna emoción.	No reconoce o nombra situaciones que le generan emociones o sentimientos que sean.
1.			X	
2.	X			
3.			X	
4.			X	
5.		X		
6.		X		
7.	X			
8.		X		
9.	X			
10.		X		
11.			X	
12.		X		
13.		X		
14.			X	
15.	X			
16.			X	
17.				X
18.			X	
19.	X			
20.				X
21.			X	
22.		X		
23.	X			

Instrumento de evaluación utilizado para la actividad 2, en ella se obtuvieron los siguientes resultados: insuficiente: 2, básico: 8, satisfactorio: 7, sobresaliente: 6.

ANEXO K: RECURSOS UTILIZADOS ACTIVIDAD 3





Aquí podemos ver los letreros que se utilizaron en el salón de clases para realizar la actividad, junto con las tarjetas que los alumnos se llevaron a casa. (estas eran iguales a las presentadas en la clase, pero con un tamaño más pequeño).

ANEXO L: PLANEACIÓN ACTIVIDAD 3

DÍA: 24 de febrero del 2023		SITUACIÓN: RECETAS PARA...	
CAMPO:	ORGANIZADORES CURRICULARES:	APRENDIZAJE ESPERADO:	
Educación socioemocional.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Autoconciencia 2. Expresión de las emociones 	Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, tranquilidad, tristeza, miedo o enojo, y expresa lo que siente.	
Inicio	Desarrollo	Cierre	
<p>Para recordar el tema de Las Emociones se les mostrarán manzanas impresas y se les cuestionará según el las preguntas de estas manzanas que tendrán que responder cada uno.</p> <p>Se les explicará que todas las personas tienen por lo tanto de otras formas un corazón, el cual, servirá para pensar nuestros nombres, cómo como los humanos se mostrarán las niñas con su nombre y cada día al entrar terminan la Prueba con su nombre y la Prueba con el manzanas que corresponden al, como se abren los, el nombre puede ser: triste, etc.</p>	<p>A continuación se mostrarán el, cubo de Las Emociones cada alumno podrá girarlo 1 vez, según la emoción que salió se mostrará y leerá la receta. Para controlar tal emoción en algunas cosas se mostrará y en ese caso el, los deberán de decirle lo que deberán de hacer para controlar dicha emoción.</p>	<p>Para finalizar la actividad se les entregará una hoja donde usen todos los pasos de seguir para poder controlar una emoción de los cartules mostrados anteriormente. Pero más pequeños deberán de escribirlos y llevarlos a casa para mostrar y explicar a su familia. Junto con esto deberán de pensar en un lugar donde.</p>	
Recursos	Espacio/Tiempo	Actividad Permanente	
<ul style="list-style-type: none"> Manzanas impresas Pinzas con nombres Cartules de receta Recetas en un tamaño más pequeño Tijeras 	<p>Sala de clases</p> <p>1 hora</p>	<ul style="list-style-type: none"> Solución Pase de lista Pacha Muro 	

Planeación de la actividad titulada: receta para... aplicada en el mes de febrero, el día 24 del 2023.

ANEXO M: ESCALA ESTIMATIVA ACTIVIDAD 3

EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL
INSTITUCIÓN EDUCATIVA: LUIS G. MEDELLIN NINO **ACTIVIDAD: "RECETA PARA..."** **GRADO Y GRUPO: 3 - "A"**

CE 3 INTERPRETACIÓN	AFECTIVIDAD: ESPERANZA, DECEPCIÓN Y RECHAZO SITUACIONES QUE LE GENERAN ALEGRÍA, SORPRESA, TRISTEZA, MIEDO O ENOJO Y EXPRESA LO QUE SIENTE.			
	DE 2 EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES SUFICIENTEMENTE	SATISFACTORIO	BÁSICO	INSUFICIENTE
INDICADOR DEL ALUMNO:	Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo y expresa lo que siente.	Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, tristeza, miedo o enojo.	Reconoce pocas situaciones que le generan alguna emoción.	No reconoce o nombra situaciones que le generan emociones o expresiones que siente.
1.			X	
2.	X			
3.			X	
4.		X		
5.	X			
6.	X			
7.	X			
8.	X			
9.	X			
10.	X			
11.			X	
12.	X			
13.				
14.		X		
15.	X			
16.		X		
17.	X			X
18.			X	
19.	X			
20.	X			X
21.		X		
22.	X			
23.	X			

En este instrumento de evaluación los resultados obtenidos fueron los siguientes: insuficiente: 2, básico: 4, satisfactorio: 4 y satisfactorio: 14.

ANEXO N: RECURSOS UTILIZADOS ACTIVIDAD 4



Alumno mostrando su botella de la calma después de culminar la actividad.

ANEXO Ñ: PLANEACIÓN ACTIVIDAD 4

Día: 8 de marzo del 2021		Situación: Botella de la calma	
CAMPO:	ORGANIZACIONES CURRICULARES:	APRENDIZAJE Y EVIDENCIA:	
Educación socioemocional,	1. AUTOCONCIENCIA 2. CONCIENCIA DE LOS OTROS	Reconoce y nombra situaciones que lo generan al sentir ansiedad, tristeza, miedo o ira y expresa lo que siente	
inicio	desarrollo	Cierre	
Reconociendo de nuevas palabras relacionadas con emociones reconocidas, cual es aquella en la que nos sentimos tranquilos, que nos ayuda para sentir la calma?	La actividad consiste en realizar una botella de la calma. Primero se les cuestiona que es la calma, si reconocen que calma es en el cuerpo y en la canción que les voy a enseñar / enseñales del video con colores el agua que lo decoraremos	Esta botella hará la representación de momentos en que sentimos la botella y se mezcla la disonancia y el agua de nuestras emociones como estamos mezclados con micas, cristales, pedras que son con frías que nos ayudan a que sentimos por los cambios de clima, calma, pensar, respirar etc. Para que todo vuelva a la normalidad.	
recursos	espacio tiempo	actividad permanente	
<ul style="list-style-type: none"> Botella de plastico Agua Decoración del color de su preferencia 	Según de clases 30 minutos	<ul style="list-style-type: none"> SELVA POES DE LARA POES MUSICA VIDEOS 	

Planeación del primero de marzo del año 2021, de la actividad titulada "botella de la calma".

ANEXO O: ESCALA ESTIMATIVA 4

EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL

39: LUIS C. MEDELLIN NIÑO.

GRADO Y GRUPO: 3 – "A"

ACTIVIDAD: "BOTELLA DE LA CALMA"

OC 3: AUTOREGULACION	OC 2: EXPRESION DE LAS EMOCIONES	APRENDIZAJE ESPERADO: RECONOCE Y NOMBRA SITUACIONES QUE LE GENERAN ALEGRIA, SEGURIDAD, TERNURA, MIEDO O ENJOJO Y EXPRESA LO QUE SIENTE.		
		SOBRESALIENTE	SATISFACTIVO	BASICO
NOMBRE DEL ALUMNO:	Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo y expresa lo que siente	Reconoce y nombra situaciones que le generan, alegría, tristeza, miedo o enojo.	Reconoce pocas situaciones que le generan alguna emoción.	No reconoce ni nombra situaciones que le generan emociones ni expresa lo que siente
	1.		X	
	2.	X		
	3.			X
	4.		X	
	5.	X		
	6.	X		
	7.	X		
	8.	X		
	9.	X		
	10.	X		
	11.			X
	12.	X		
	13.	X		
	14.	X		
	15.	X		
	16.		X	
	17.			X
	18.		X	
	19.	X		
	20.			X
	21.		X	
	22.	X		
23.	X			

Instrumento de evaluación el cual obtuvo los siguientes resultados: insuficiente: 2, básico: 3, satisfactorio: 4 y sobresaliente 14.

ANEXO P: RECURSOS UTILIZADOS ACTIVIDAD 5



Alumnos realizando ejercicios de yoga de la actividad titulada "me relajo y divierto."

ANEXO Q: PLANEACIÓN ACTIVIDAD 5

Día: 14 de marzo del 2023		SITUACIÓN: ME RELAJO Y ME DIVIERTO	
CAMPO:	ORGANIZADORES CURRICULARES:	APRENDIZAJE ESPERADO:	
Educación socioemocional.	1. Colaboración 2. Inclusión	Conoce, juega y trabaja con distintos compañeros	
Inicio	Desarrollo	Cierre	
Para comenzar la actividad los niños harán de relajación y los preguntare ¿cómo escuchan este tipo de música? ¿cómo se llama? ¿cómo se siente al escuchar esta música? En seguida les explicare que la música de relajación es la que están escuchando y les ayudo a que recuerden cuando y donde se sientan tranquilos.	A continuación les mostrare la música ¿cómo se llama? ¿cómo se siente al escuchar esta música? ¿cómo se llama? ¿cómo se siente al escuchar esta música? En seguida les explicare que la música de relajación es la que están escuchando y les ayudo a que recuerden cuando y donde se sientan tranquilos.	Al finalizar repasaran el material a su lugar y se les mostrare un calendario de actividades que en el seboran de llevar un registro sobre como se sientan el día que correspondan. Esto se realizará todos los días durante un mes antes de irse a casa. Conforme lo vayan realizando se les cuestionara el por que de su respuesta.	
Recursos	Espacio/Tiempo	Actitud permanente	
<ul style="list-style-type: none"> Música Escoba Tarjetas Calendario Lápiz 	salón de clases 1 hora minutos	<ul style="list-style-type: none"> soluce Post de lista Poco Mucha Infra 	

Planeación aplicada el día 14 de marzo de 2023, titulada :Me relajo y me divierto.

ANEXO R: RÚBRICA DE EVALUACIÓN 5

EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL
 DE LUIS C. HINELLIN RIVERA GRUPO Y CURSO: 3 - 5º
 ACTIVIDAD: "ME RELAJO Y ME DIVIERTO"

NOMBRE DEL ALUMNO	EC 1 COLABORACIÓN	EC 2 INCLUSIÓN	APRENDIZAJE ESPERADO: CONOCE, JUEGA Y TRABAJA CON DIFERENTES COMPAÑEROS
	Conoce, juega y trabaja con distintos compañeros del mismo salón, de otros salones, etc.	Conoce, juega y trabaja con los mismos compañeros	Conoce, juega y trabaja con distintos compañeros
1.		X	
2.	X		
3.	X		
4.	X		
5.		X	
6.		X	
7.	X		
8.		X	
9.		X	
10.	X		
11.	X		
12.		X	
13.	X		
14.		X	
15.		X	
16.	X		
17.			X
18.	X		
19.	X		
20.			X
21.		X	
22.	X		
23.	X		

Rúbrica de evaluación de la actividad 5, la cuál obtuvo como resultado:2 en requiere apoyo, 9 en proceso y en 12 en logrado.