



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

TITULO: La implementación de la autorregulación emocional dentro de un centro de atención múltiple con alumnos de quinto grado.

AUTOR: Evelyn Viridiana Monreal Padilla

FECHA: 07/26/2024

PALABRAS CLAVE: Autorregulación, Emociones, Bienestar social y personal, Respeto y trabajo colaborativo

SECRETARIA 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

2020



2024

**“LA IMPLEMENTACIÓN DE LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL
DENTRO DE UN CENTRO DE ATENCIÓN MÚLTIPLE CON ALUMNOS DE
QUINTO GRADO”**

**INFORME DE PRÁCTICAS PROFESIONALES
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA EN INCLUSIÓN
EDUCATIVA**

PRESENTA:

EVELYN VIRIDIANA MONREAL PADILLA

ASESOR:

DR. VICTOR HUGO VÁZQUEZ REYNA

SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P

JULIO 2024



**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 EVELYN VIRIDIANA MONREAL PADILLA
autorizo a la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí, (BECENE) la
utilización de la obra Titulada:

**LA IMPLEMENTACIÓN DE LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL DENTRO DE UN CENTRO DE
ATENCIÓN MÚLTIPLE CON ALUMNOS DE QUINTO GRADO**

en la modalidad de: Informe de prácticas profesionales para obtener el
Título en Licenciatura en Inclusión Educativa

en la generación 2020-2024 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 04 días del mes de julio de 2024.

ATENTAMENTE.

EVELYN VIRIDIANA MONREAL PADILLA.

Nombre y Firma
AUTOR DUEÑO DE LOS DERECHOS PATRIMONIALES



POTOSÍ
PARA LOS POTOSINOS
GOBIERNO DEL ESTADO 2021-2027

SEER
SISTEMA EDUCATIVO
ESTATAL REGULAR



BENEMÉRITA Y CENTENARIA
ESCUELA NORMAL DEL ESTADO
SAN LUIS POTOSÍ

BECENE-SA-DSE-RT-PO-01-05

Revisión 1

Administrativa

Dictamen Aprobatorio del
Documento Recepcional

San Luis Potosí, S.L.P.: a 03 de Julio del 2024

Los que suscriben, tienen a bien

DICTAMINAR

que el(la) alumno(a): C. MONREAL PADILLA EVELYN VIRIDIANA
De la Generación: 2020 - 2024

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

Titulado:

LA IMPLEMENTACIÓN DE LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL DENTRO DE UN CENTRO DE ATENCIÓN MÚLTIPLE CON ALUMNOS DE QUINTO GRADO.

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 INCLUSIÓN EDUCATIVA

ATENTAMENTE COMISIÓN DE TITULACIÓN

DIRECTORA ACADÉMICA



DIRECTOR DE SERVICIOS ADMINISTRATIVOS

MTRA. MARCELA DE LA CONCEPCIÓN
MEDINA

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR
BENEMÉRITA Y CENTENARIA
ESCUELA NORMAL DEL ESTADO
SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.

DR. JESÚS ALBERTO LEYVA ORTIZ

RESPONSABLE DE TITULACIÓN

ASESOR DEL DOCUMENTO RECEPCIONAL

MTR. GERARDO JAVIER GUEL CABRERA

DR. VÍCTOR HUGO VÁZQUEZ REYNA



AGRADECIMIENTOS:

A lo largo de este difícil pero honorable camino hacia la culminación de este gran logro en mi vida, me encuentro profundamente agradecida por el apoyo incondicional y el cariño de muchas personas que hicieron posible este logro. Es con gran satisfacción y amor que dedico este trabajo a aquellos que, con su ayuda, orientación, motivación y aliento, han sido fundamentales en cada paso para poder llegar hasta aquí.

A Dios y a la Virgen de San Juan de los Lagos:

Por permitirme llegar aquí, gracias por darme fuerzas en los días que no encontraba mi camino, gracias por no dejarme desistir, gracias por darme la fé y devoción para continuar con mis estudios y poder perseguir mis metas, ustedes fueron el impulso más grande en mi vida para poder cumplir mis sueños.

A mí misma:

Por la perseverancia incansable y el compromiso inquebrantable. A lo largo de este viaje académico enfrenté desafíos, aprendí lecciones y crecí de maneras que nunca imaginé posibles. Este trabajo no solo representa el fruto de mi esfuerzo y dedicación, sino también un testimonio de mi pasión por el conocimiento y mi búsqueda constante de excelencia.

Quiero dedicar este logro a la persona que ha superado obstáculos, ha celebrado pequeñas victorias y ha mantenido la llama de la motivación encendida incluso en los momentos más oscuros. A mí mismo, por creer en mis capacidades, por no rendirme cuando las dificultades parecían insuperables y por perseverar hasta alcanzar este logro significativo.

Que este logro sirva como recordatorio de que, con determinación y dedicación, ningún objetivo es demasiado grande. Aquí termina un capítulo, pero sé que mi búsqueda de

conocimiento y crecimiento continuará, impulsada por la misma pasión que me ha guiado hasta aquí.

A mi asesor:

Víctor Hugo, quiero expresar mi profunda gratitud por tu guía experta, tu paciencia incansable y tu dedicación durante todo este proceso académico. Tu sabiduría y experiencia han sido fundamentales para el desarrollo de este trabajo de investigación.

Gracias por creer en mí, por alentarme a explorar nuevas ideas y por motivarme a alcanzar estándares más altos. Tu apoyo constante y tus valiosas sugerencias han sido muy importantes en este proyecto, este logro es un testimonio de nuestra colaboración y de todo lo que he aprendido bajo tu tutela. Tu influencia positiva en mi formación académica y profesional perdurará en mi carrera, lo quiero mucho maestro Hugo.

A mi madre:

Olga Leticia tú has sido mi luz y mi inspiración a lo largo de este arduo camino académico. Tu amor incondicional y tu apoyo constante han sido la fuerza que me ha impulsado a alcanzar mis metas. Cada logro que he alcanzado es también tuyo, porque has sido mi guía, mi consejera y mi motivación más profunda, este sueño no habría sido posible sin tu constante apoyo, paciencia y amor incondicional. Cada logro alcanzado es el resultado de tus sacrificios y tu eterna fe en mí, te amo mamá.

A mi padre:

José Heriberto gracias por creer en mí incluso cuando yo dudaba de mis propias capacidades. Tu sacrificio y tu ejemplo han sido el motor que me ha llevado a esforzarme más cada día. Este documento es un testimonio de todo lo que he aprendido gracias a ti, de la disciplina que me has inculcado y del amor por el conocimiento que me has

transmitido, gracias por impulsarme y motivarme en este trayecto, ahora comprendo qué todo lo que tuve que pasar para poder llegar aquí valió completamente la pena, sin ti mucho de esto no habría sido posible ¡gracias por ser mi ejemplo! Te amo papá.

A mis queridos hermanos:

Antonio, Itzae y Pedro este logro no hubiera sido posible sin ustedes a mi lado, cada paso que he dado en este camino ha sido guiado por su amor y aliento, este trabajo está dedicado a ustedes, mis eternos compañeros y confidentes. Gracias por ser mi inspiración, por creer en mí y por ser parte fundamental de cada éxito que hoy celebro, los amo.

A mi abuela:

Catalina Saavedra quien me guio desde lo más bonito del cielo, gracias por cuidar de mí en los días que no quería existir, gracias por tu crianza y valores que me diste, gracias por enseñarme a ser una mujer de bien y gracias porque desde el cielo creíste en mí y me diste toda la fuerza que necesité, te amo y te extraño mucho cati te mando muchos abrazos y besos hasta el cielo.

A mi abuelo:

Fidel Padilla gracias por todo el amor que me ha dado, este trabajo es un tributo a tu sabiduría, tu paciencia y tu constante inspiración. Desde pequeña, has sido mi guía y mi ejemplo de perseverancia. Tus historias, tus consejos y tu amor por el conocimiento han dejado una huella indeleble en mí, gracias por creer y confiar en mí; te amo abuelo polla.

A mi tía:

Rosario Padilla quien ha sido mi acompañante desde que llegue a este mundo, gracias por darme todo tu amor, gracias por creer y confiar en mí a lo largo de toda mi vida, gracias por ser mi segunda madre; te amo Chayito, ¡¡gracias por todo!!

A mi tía:

Alejandrina quiero dedicarte este trabajo con profundo cariño y gratitud por ser una inspiración constante en mi vida, quien estuvo acompañándome en días de trabajo, tareas, planeaciones, material; gracias porque con cada locura me hiciste más ameno este trayecto; te quiero jandris.

A mis tíos:

Enrique y María de la Paz, aunque la distancia nos separa físicamente, nuestro amor y apoyo han estado siempre cerca en mi corazón y en mis pensamientos. Su presencia en mi vida ha sido una inspiración constante, y su sabiduría ha guiado mis pasos desde la distancia.

Este logro no habría sido posible sin su apoyo desde lejos, sus palabras de ánimo y su creencia en mis capacidades; gracias por todo los quiero mucho.

A mis primas:

Abigail, Andrea y Lucía gracias por ser mi segunda familia, gracias por su amor, gracias por ver en mí muchas de las cosas que nadie más veía, gracias por hacerme sentir valorada, gracias por su apoyo y por ayudarme a llegar hasta aquí, las quiero con todo mi corazón.

A mi primo y su familia:

Cesar, Yessika y Nayeli por su tiempo, apoyo y esfuerzo que me brindaron para poder concluir con éxito este logro tan importante, sin ustedes esto no habría sido posible; los quiero mucho.

A mi querida cuñada:

María José quiero agradecerte por ser mucho más que una cuñada; has sido una fuente constante de apoyo y motivación en mi vida. Tu sabiduría, tu bondad y tu ejemplo de perseverancia han sido inspiradores para mí durante este camino académico, gracias por creer en mí sin importar nada; te quiero mucho mari.

A mi querida perrita:

Bonnie, eres más que una mascota; eres mi compañera fiel, mi alegría constante y mi inspiración silenciosa. Durante este camino académico, tu presencia amorosa ha sido mi refugio y mi consuelo en los momentos de estudio intenso y desafío.

Este documento es un fruto a nuestra conexión especial y a la felicidad que traes a mi vida cada día. Tu lealtad incondicional y tu energía juguetona han sido mi equilibrio en este viaje, gracias por llegar a rescatarme y darme toda esa compañía y amor que alguna vez anhelé, esto es por ti y para ti porque te mereces el mundo entero, te amo mi bonita.

A mi novio:

Jairo Fernando que este trabajo sea también un testimonio de nuestro camino compartido y de los sueños que construimos juntos. Gracias por estar siempre a mi lado, impulsándome hacia adelante con amor y cariño, gracias por confiar y creer en mí pues sin ti mucho de esto no habría sido posible, te amo Fer.

A la familia Gómez Tavera:

Señor José Luis, señora María Rita y José de Jesús por abrirme las puertas de su casa y darme una segunda familia, gracias por su apoyo y cariño, gracias por creer en mí pues ese logro también es por y para ustedes, los quiero mucho.

A mis queridos amigos:

Alejandra Loredo, Iveth Quiroz y Rodrigo Bravo, este logro no habría sido posible sin ustedes a mi lado. Su amistad, apoyo incondicional y motivación constante han sido la fuerza que me impulsó a seguir adelante en este viaje académico. Cada momento compartido y cada sonrisa compartida han enriquecido mi vida de manera inimaginable.

Este logro es de ustedes también, porque cada uno de ustedes ha dejado una huella imborrable en mi camino hacia el conocimiento y el crecimiento personal. Gracias por creer en mí, por estar ahí en los buenos y en los difíciles momentos; gracias por ser mi salvación los quiero mucho.

¡GRACIAS POR TODO, GRACIAS POR HACER REALIDAD ESTE SUEÑO!

INDICE

I. INTRODUCCIÓN	12
1.1 Descripción del lugar donde se desarrolló la práctica profesional y las características de los participantes.	12
1.1.1 Contexto externo:	12
1.1.2 Contexto interno:	16
1.1.3 Organización y administración interna	19
1.1.4 Funcionamiento escolar	20
1.1.5 Contexto áulico:	21
1.1.6 Características organizativas:	22
1.1.7 Características del alumnado:	25
1.2 Justificación de la relevancia del tema:	27
1.3 Interés personal sobre el tema y responsabilidad asumida como profesional de la educación:	27
1.4 Contextualización de la problemática planteada:	28
1.5 Planteamiento de los objetivos de elaboración del documento:	29
1.6 Competencias que se desarrollaron durante la práctica:	30
1.6.1 Competencias Genéricas:	30
1.6.2 Competencias Profesionales:	32
1.7 Descripción de contenido del documento	33
II. PLAN DE ACCIÓN	35
2.1 Diagnóstico y análisis de la situación educativa describiendo características contextuales:	35
2.2 Descripción y focalización del problema:	41
2.3 Planteamiento de los propósitos considerados para el plan de acción:	42
2.4 Revisión teórica que argumenta el plan de acción (presupuestos psicopedagógicos, metodológicos y técnicos):	43
2.5 Planteamiento del plan de acción donde se describen el conjunto de acciones y estrategias que se definieron como alternativas de solución:	48
2.6 Descripción de las prácticas de interacción en el aula:	56
2.7 Utiliza referentes teóricos y metodológicos para explicar situaciones relacionadas con el aprendizaje:	57
III. DESARROLLO, REFLEXIÓN Y EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA DE MEJORA .	58

3.1 Pertinencia y consistencia de la propuesta:	58
3.2 Identificación de enfoques curriculares y su integración en el diseño de las secuencias de actividades y/o propuestas de mejora:	59
3.3 Competencias desplegadas en la ejecución del plan de acción:	60
3.4 Definición de los elementos que complementa la planeación de acuerdo a la NEM:	61
3.5 Análisis del nivel de logro y transformación de la práctica	61
ACTIVIDAD 1: “EL EMOCIONÓMETRO”	62
ACTIVIDAD 2: EL MONSTRUO DE COLORES.	68
ACTIVIDAD 3: EL DADO DE LAS EMOCIONES.	72
ACTIVIDAD 4: CUENTO EL MONSTRUO DE COLORES	77
3.6 Resultados	82
IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	97
V. REFERENCIAS	100
VI. ANEXOS	106

I. INTRODUCCIÓN

1.1 Descripción del lugar donde se desarrolló la práctica profesional y las características de los participantes.

1.1.1 Contexto externo:

El Centro de Atención Múltiple “Manuel López Dávila” es un Centro Educativo Escolarizado con clave de centro de trabajo (CCT): 24DML0005K, adscrito a la Secretaría de Educación del Gobierno del Estado (SEGE) con un turno matutino de 8:00 am a 2:00 pm, ubicado en San Luis Potosí, S.L.P. Se especializa en la educación especial, ofreciendo servicios de educación preescolar multigrado, primaria, secundaria y capacitación laboral.

La institución fue fundada el 6 de septiembre de 1999. El centro está situado en la Colonia Virreyes, en la calle Fray Alonso de la Veracruz Núm. 410 C.P 78240 (IMAGEN 1. Entrada del CAM), entre calle Fernando Torres (IMAGEN 2. Calle Fernando Torres esquina con calle Fray A. de la Veracruz) y calle Luis de Velasco posterior a calle Juan Luis de Alarcón (IMAGEN 3. Calle Luis de Velasco esquina con calle Fray A. de la Veracruz).

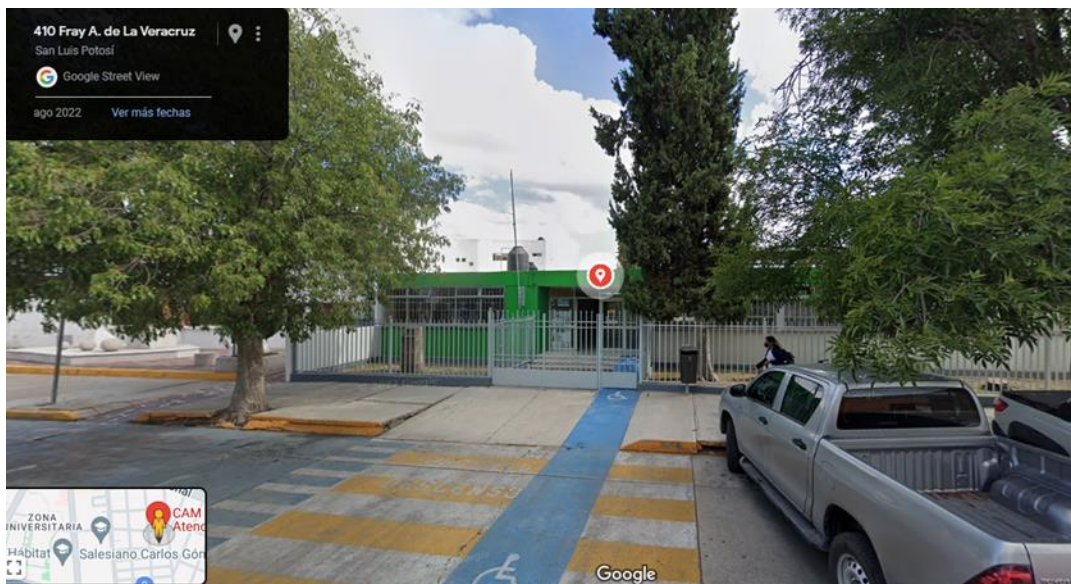


IMAGEN 1. Entrada del CAM

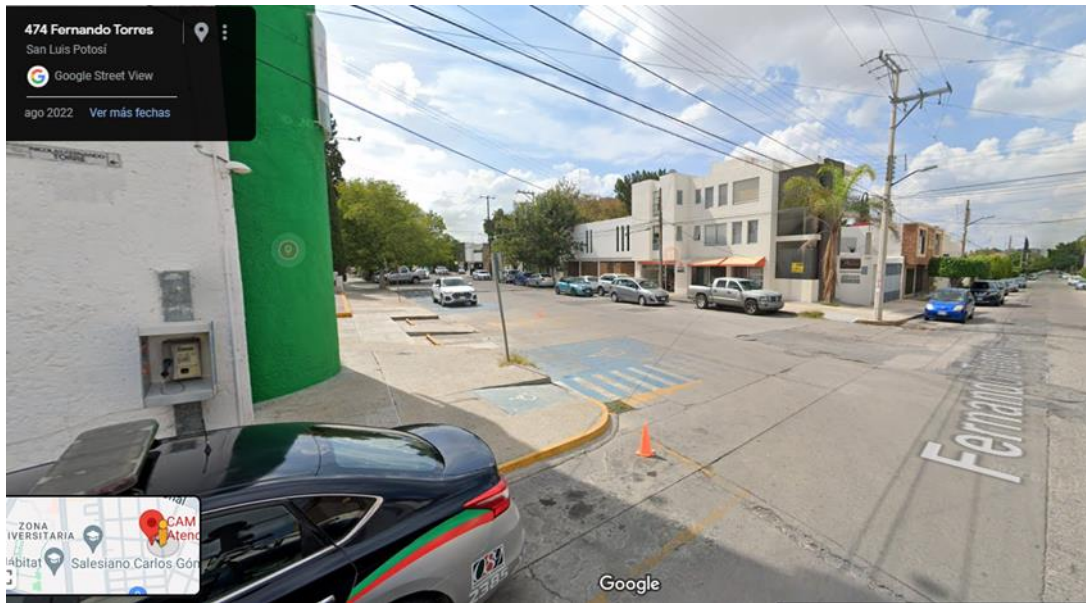


IMAGEN 2. Calle Fernando Torres esquina con calle Fray A. de la Veracruz



IMAGEN 3. Calle Luis de Velasco esquina con calle Fray A. de la Veracruz

La comunidad cuenta con los servicios básicos como es la electricidad, agua, internet, drenaje, parques, varias instituciones educativas, incluyendo la Universidad Autónoma de

San Luis Potosí, el Instituto Salesiano Carlos Gómez; también se encuentra el Hospital Central Dr. Ignacio Morones Prieto y también con comercios como es las tiendas OXXO.

El alumnado está complementado de diversidad familiar que es palpable y enriquecedora. Aquí, conviven familias nucleares tradicionales con parejas del mismo sexo que crían a sus hijos con amor y dedicación. También se encuentran niños provenientes de hogares monoparentales, casa hogar y de albergues, cada uno aportando una perspectiva única y valiosa a la comunidad escolar. Esta variedad de estructuras familiares no solo refleja la realidad moderna, sino que también promueve la aceptación, el entendimiento y el respeto entre los estudiantes, quienes aprenden desde temprana edad a valorar la diversidad y a celebrarla como un componente esencial de la sociedad actual.

Dentro de la escuela, aunque se imparte una educación laica, es notable que la mayoría de los estudiantes profesan la religión católica, esto se refleja en la participación activa en celebraciones y actividades relacionadas con festividades religiosas como la Semana Santa y la Navidad, las cuales son observadas con respeto por toda la comunidad estudiantil. A pesar del enfoque del currículo educativo, la fe católica juega un papel importante en la vida cotidiana de muchos alumnos, manifestándose en momentos de reflexión compartida entre compañeros, alumnos y profesores.

La hora de entrada es a las 8:00 am, la maestra que hace guardia abre la puerta 10 minutos antes de las 8:00 am y deja ingresar a los alumnos al centro educativo, la salida para alumnos de preescolar y primaria es a las 12:00 pm mientras que para los alumnos de secundaria y capacitación laboral es a la 1:00 o 2:00 pm pues algunos días tienen taller, los padres de familia pasan al salón a recoger a sus hijos o bien el servicio de transporte pasa a su salón por ellos. Los días lunes se lleva a cabo la ceremonia de honores a la bandera, el receso está dividido en dos partes; se suspenden actividades a las 10:00 am.

Posteriormente se les pide a los alumnos que se formen para ir a lavarse las manos y desayunan, a las 10:30 salen al área indicada que es el espacio que está frente al salón y

cada maestra y docente en formación salen a vigilar que no se vayan a otro espacio fuera al que se les indica, se les pide a los alumnos regresar al salón 10 minutos antes de las 11:00 para relajarse y poder continuar con las actividades.

Los servicios públicos con los que cuenta la institución son: agua potable, energía eléctrica, internet, limpieza de espacios, drenaje, siendo así cada una de ellas para satisfacer las necesidades del equipo de trabajo y alumnos del CAM. Dentro de esta institución se cuenta con la red social de Facebook, así como también se encuentra en Google y Google maps (IMAGEN 4. Ubicación geográfica del CAM) y así logra proporcionar datos como: dirección, número telefónico del CAM, clave, niveles de educación que proporciona, horarios y ubicación exacta.

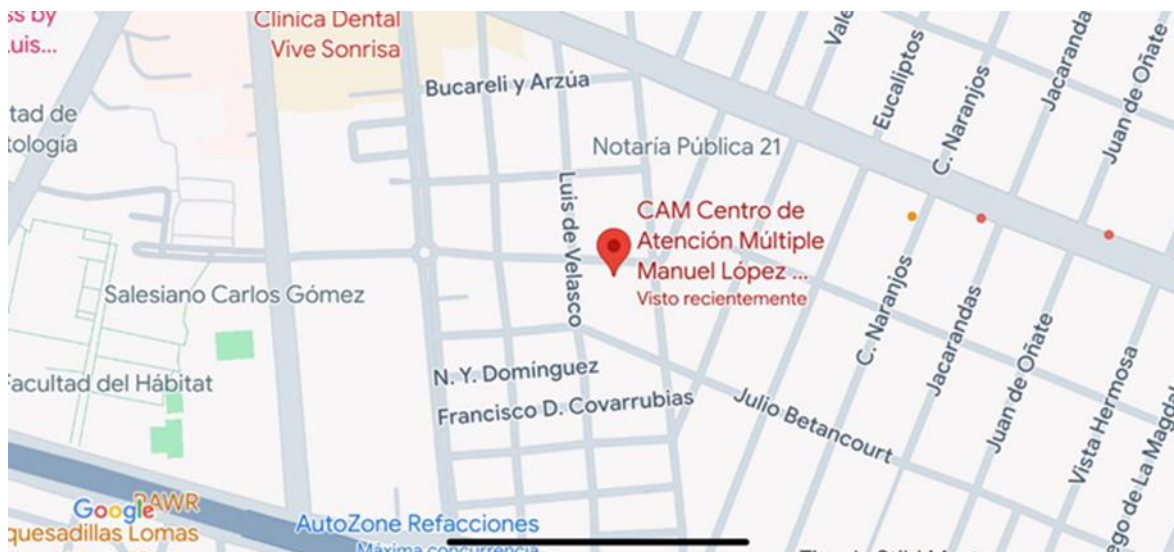


IMAGEN 4. Ubicación geográfica del CAM

Se considera que relación de la comunidad con el CAM y los padres de familia es muy buena, hemos logrado observar que la escuela logra satisfacer las necesidades que cada uno de los alumnos dando como resultado un mejor aprendizaje y conocimiento en los alumnos, es por ello que los padres de familia y la comunidad en general están satisfechos con el trabajo de la escuela.

1.1.2 Contexto interno:

El objetivo del CAM Prof. Manuel López Dávila es fortalecer las actividades de sus estudiantes con un acompañamiento sólido, favoreciendo el aprendizaje de menores y jóvenes con discapacidad y diversos trastornos del desarrollo. De esta manera, buscan promover su autonomía e independencia, así como su inclusión en los diversos ámbitos del desarrollo humano, educativo, social y laboral.

La dirección esta institución está a cargo del Licenciado en Educación Especial, el profesor Luis Fernando Morales Trejo cuenta con 37 años de servicio, 20 años siendo director del CAM Manuel López Dávila, de la mano con el supervisor de zona.

Aproximadamente la escuela se conforma con alrededor de 180 alumnos en total entre edades de los 3 a los 19 años de edad siendo así desde preescolar hasta capacitación laboral.

Dentro del Centro de Atención Múltiple el personal está capacitado en licenciatura, maestría o diplomados, en la estructura organizativa de la escuela, el supervisor coordina las actividades diarias y el cumplimiento de los objetivos educativos, trabajando estrechamente con el director de la escuela, quien lidera la visión educativa y la administración general del plantel. Los doce maestros titulares de grupo se encargan de impartir clases y guiar el aprendizaje de los estudiantes en sus respectivos cursos, mientras que los cuatro asistentes de grupo apoyan en el manejo del aula y en la atención individualizada de los alumnos. Además, las cinco maestras de taller complementan el currículo con enseñanzas especializadas, enriqueciendo la experiencia educativa con habilidades prácticas y creativas, también dentro de este equipo se encuentra una psicóloga, cuya labor es fundamental en el apoyo emocional y psicológico de los alumnos, mientras que la trabajadora social se encarga de fortalecer los lazos comunidad-escuela y proporcionar asistencia a familias en situación de vulnerabilidad.

Además, la maestra de comunicación contribuye a mejorar las habilidades lingüísticas y de expresión de los estudiantes, mientras que el fisioterapeuta ofrece atención especializada para el bienestar físico de los alumnos. En el ámbito administrativo, una secretaria facilita la comunicación y la gestión de recursos, asegurando el funcionamiento eficiente de la escuela. Por otro lado, dos intendentes en el personal de limpieza mantienen un entorno seguro y ordenado para el aprendizaje, asegurando que las instalaciones estén en condiciones óptimas para todos los que forman parte de la comunidad educativa. Esta organización integral refleja el compromiso de la escuela en proporcionar un ambiente de aprendizaje que promueve el bienestar integral de sus estudiantes.

Las condiciones de la escuela son buenas, se cuenta con amplio espacio tanto fuera como dentro de las aulas, sin embargo, algo que se observa es que a los baños les hace falta mejoras para que puedan estar en mejores condiciones y accesibilidad.

Las instalaciones escolares están en óptimas condiciones, proporcionando un entorno propicio para el aprendizaje y el desarrollo integral de los estudiantes. El área techada centraliza las actividades escolares, rodeada por aulas dedicadas a diferentes disciplinas como lenguaje, psicología y computación. Los grados y grupos se distribuyen de manera organizada: desde preescolar multigrado hasta sexto grado en primaria, y primero a tercer grado en secundaria. Además, la escuela ofrece programas de capacitación laboral en computación, cocina, manualidades y carpintería, ampliando así las oportunidades educativas para los estudiantes. Es notable también la atención dedicada a niños con discapacidades intelectuales, motrices y visuales, así como aquellos que presentan trastornos del espectro autista, asegurando un ambiente inclusivo y de apoyo para todos los estudiantes dentro de la comunidad educativa.

La escuela cuenta con dos patios grandes donde los alumnos pueden disfrutar de actividades al aire libre; sin embargo, la cancha techada presenta un desafío debido a su piso de piedra, que genera desequilibrios y aumenta el riesgo de accidentes, además de

limitar el acceso para alumnos que utilizan sillas de ruedas, andaderas o tienen dificultades para caminar. En cuanto a las instalaciones sanitarias, se dispone de baños separados para preescolar, primaria, secundaria y para el personal docente. Dos pasillos adicionales albergan más salones, así como la cocina y el aula de manualidades. Uno de estos pasillos está cercado y alberga el salón de preescolar y el segundo grado de primaria, creando un ambiente seguro y organizado para facilitar el aprendizaje y la movilidad dentro del plantel educativo.

La accesibilidad dentro de la escuela es adecuada, con rampas tanto en la entrada principal como dentro de las instalaciones, permitiendo a todos los alumnos moverse sin dificultades (IMAGEN 5. Croquis de instalaciones del CAM). Sin embargo, al observar detenidamente cada aula, se identifican áreas de mejora. Algunos salones aún tienen distractores como materiales decorativos de festividades, equipo de educación física u objetos en desuso, lo cual podría afectar el ambiente de aprendizaje. Además, en los patios y pasillos se podrían realizar mejoras para nivelar el piso y eliminar desniveles que puedan causar accidentes.

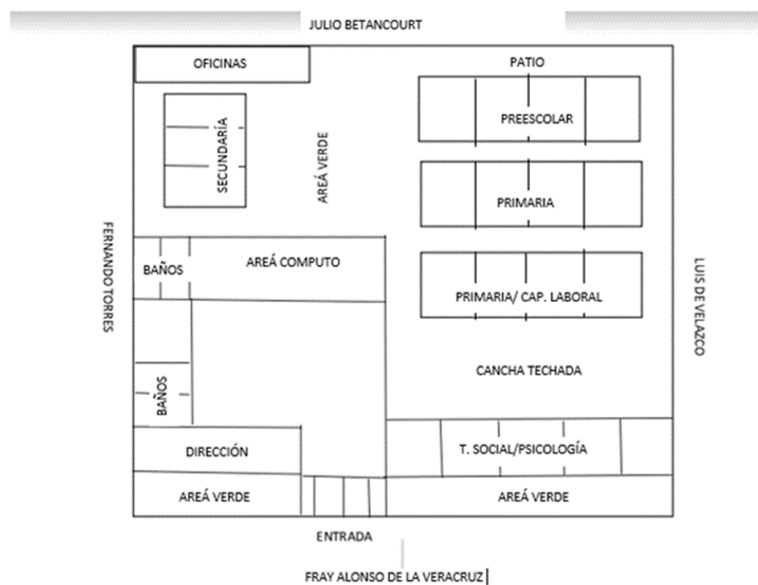


IMAGEN 5. Croquis de instalaciones del CAM

En cuanto a los talleres, sería beneficioso contar con aulas dedicadas exclusivamente para cada uno, ya que actualmente comparten espacios con salones de clase, lo que puede ocasionar interferencias cuando los grupos están en sesión o los talleres están en uso. Esto optimizaría el uso de los recursos y proporcionaría un entorno más adecuado para el aprendizaje práctico en áreas como computación, cocina, manualidades y carpintería.

1.1.3 Organización y administración interna

Dentro de las aulas, se dispone de suficientes pupitres, mesas y sillitas para cada alumno, asegurando condiciones adecuadas para el aprendizaje. El material necesario para las actividades escolares está completamente abastecido, gracias a la colaboración de los padres al inicio del ciclo escolar, quienes proporcionan todo lo necesario para el año académico. Los libros, juguetes y muebles de almacenamiento están en óptimas condiciones, permitiendo un ambiente organizado y propicio para el aprendizaje diario.

Todos los elementos dentro del aula se mantienen en buen estado y están disponibles para su uso en cualquier momento. Los materiales didácticos son diversos y están bien conservados, muchos de ellos son donados entre maestros o son recursos que se han utilizado en ciclos escolares anteriores. Asimismo, los padres contribuyen con materiales específicos que figuran en la lista de útiles escolares, enriqueciendo el entorno educativo con recursos que apoyan el desarrollo académico y creativo de los estudiantes

Se fomenta entre los alumnos la práctica de compartir el material escolar, promoviendo así su cuidado y durabilidad hasta el final del ciclo escolar. En cuanto a la organización escolar, la función directiva está encabezada por el director, quien ejerce como máxima autoridad durante el turno matutino. Este cargo está supervisado por el supervisor, quien también opera dentro de la misma institución educativa, asegurando una coordinación efectiva y un ambiente de aprendizaje ordenado y funcional para todos los miembros de la comunidad escolar.

Él tiene un rol con todo el personal docente, administrativo además de establecer un trabajo de una sana convivencia; él cuida que el personal educativo se rige bajo las normas y leyes vigentes, se encarga de lo administrativo en el centro y de atender los problemas del día, se encarga de exigir calidad a su personal y velar por la integridad de los niños, además de buscar una serie de apoyos.

1.1.4 Funcionamiento escolar

Esta institución se rige bajo la ley emitida por el Gobierno del Estado (ley de Educación del Estado de San Luis Potosí), política de comunicación efectiva al igual que la política social (atención al público) que es para los padres de familia. La escuela trabaja con el Programa Escolar de Mejora Continua elaborado a partir de la capacitación de lo que se llamó la Nueva Escuela Mexicana y trabajada en los consejos técnicos tiene juntas de Consejo Técnico Escolar.

Así mismo, se realiza colegiado de casos los miércoles con cada maestra de grupo en conjunto con el equipo interdisciplinario, en donde se exponen los casos de algunos alumnos que mantiene mayor grado de dificultad para relacionarse con su contexto al igual que la participación durante la clase, aunque de ser necesario el colegiado se realiza en una brevedad.

Luego de compartir la información, las especialistas conforme a su área brindan propuestas de mejora o llegan a un acuerdo del trabajo a realizar en colaboración y fortaleciendo las áreas de oportunidad que muestra el niño, brindando estrategias o consejos de mejora para docentes y padres de familia, todos los acuerdos se firman para tener un amparo.

Gracias a la guía del supervisor se cuida que los docentes trabajen de acuerdo con el artículo tercero constitucional la Ley General para la inclusión de personas con discapacidad, y lleven una bitácora diaria que es valorada y sellada por el supervisor cada

cierto tiempo. Cada docente maneja su propio formato de planeación, pero es importante presentar avances de sus alumnos y tener en orden la carpeta de seguimiento de cada uno, realizar la evaluación psicopedagógica y evaluar el contexto.

1.1.5 Contexto áulico:

El grupo en el que desarrollo mis prácticas profesionales es el nivel de primaria 5to año grupo A, la maestra titular es la docente Alma Fabiola Arriaga Aguilar quien cuenta con una formación académica de licenciada en Educación Especial, cuenta con 17 años de servicio en Educación Especial trabajando así en CAM.

El salón cuenta con 2 mesas grandes con 7 sillas cada mesa, cuenta con 2 pizarrones 1 blanco y otro verde, tiene 2 muebles para material y un locker, 1 cambiador de pañales, cuentan con 3 mesas pequeñas en las cuales se tiene material, 4 ventanas y 1 puerta, el espacio es bueno pues es amplio y da la oportunidad de poder trasladarte con facilidad por el salón, la ventilación es buena pues las 4 ventanas se abren, la iluminación es perfecta pues de ambos lados del salón entran iluminación y también cuenta con 2 lámparas.

Dentro del salón se cuenta diferentes tipos de materiales y recursos didácticos esto así para atender las necesidades de los alumnos y poder fomentar un aprendizaje significativo, la distribución del salón es organizada, se separan en ambas mesas a los alumnos que asisten para que así no todos queden en una sola mesa y logren trabajar todos en equipo.

El acceso al aula es correcto, se cuenta con una rampa para poder acceder a la banqueta y llegar al salón, no hay objetos que bloqueen el paso para que los alumnos pasen entonces la accesibilidad es buena. Algunos de los distractores que se presentan es que nuestro salón está frente a la cancha principal por lo cual todos los días hay clases de educación física y al momento de escuchar que hay personas trabajando en la cancha los alumnos tienden a levantarse y estar observando por la ventana.

1.1.6 Características organizativas:

Dentro del grupo el tipo de competencia curricular que ponen en práctica es competencia personal, social y aprender a aprender, la comunicación e integración del grupo se encuentra de manera buena, se trata de que los alumnos tengan el mayor contacto posible para así poder relacionarse unos con otros en todo momento pero sin embargo existen momentos en los cuales los alumnos al final de la jornada en consecuencia de esto los alumnos terminan muy agobiados que comienzan a pelear entre ellos mismos ocasionando así un desorden grupal.

Dentro del tiempo real de aprendizaje podemos observar que los alumnos aprenden de una manera muy lenta pues las condiciones y capacidades de cada alumno varía de muchas formas pero no sé alcanza el nivel adecuado a su grado, para poder trabajar los criterios de evaluación se evalúa a los alumnos trabajando la convivencia, el trabajo colaborativo, el buen comportamiento y las evidencias que pueden presentar una vez terminada cualquier actividad y así es como se logra evaluar con una guía de observación así logrando observar los objetivos y metas durante la clase y si fue posible lograr alcanzarlos.

Para poder trabajar con los alumnos se lleva a cabo una planeación o bien ahora como lo dice la NEM se trabaja por proyecto los cuales son:

1: Aprendizaje basado en proyectos comunitarios: Esta metodología permite la reconstrucción de significados a partir de diversos escenarios pedagógicos y de acciones transformadoras del entorno, el trabajo con esta metodología busca diversificar las experiencias de aprendizaje de los alumnos mediante diferentes modos y formatos de expresión y comunicación, como el oral, escrito, corporal, háptico, alternativo o aumentativo, pictórico, escultórico, dancístico, teatral, literario, cinematográfico,

arquitectónico, musical, videográfico, fotográfico, del performance y de la instalación artística, entre otros.

2: Aprendizaje basado en indagación:

- Indagación de la enseñanza de las ciencias: Se hace referencia a las diferentes formas en las que los científicos estudian el mundo natural y proponen explicaciones basadas en la evidencia, las actividades de los alumnos les permiten desarrollar conocimiento y comprensión de ideas científicas, así como entender cómo los científicos estudian el mundo natural.
- Desarrollo progresivo de ideas clave, que favorezca aprender a investigar, comprender y construir el conocimiento: Comprometer a los alumnos con preguntas o problemas de orientación científica o tecnológica, incitar la planificación y realicen indagaciones o diseños tecnológicos en el campo, aula o laboratorio, sensibilizar en priorizar la evidencia conseguida de los diseños experimentales para validar o decidir una solución.

3: Aprendizaje Basado en Problemas (ABP): Dicha metodología es pertinente, en primer lugar, porque orienta la solución de problemas reales que hacen del proceso de aprendizaje una experiencia de aprendizaje para la vida más allá del aula. En segundo lugar, al convocar distintas perspectivas interrelacionadas en la naturaleza de los objetos de estudio (problemas) que parecieran inconexos en los criterios y métodos de las diferentes disciplinas (biología y ética), pero que guardan relación factorial exógena, que conlleva a generar distintas propuestas de solución. En tercer lugar, porque lo anterior contribuye al desarrollo del pensamiento crítico que forma sujetos solidarios con su comunidad y responsables de la naturaleza.

4: Aprendizaje Servicio (AS): Contrario a la vieja tradición de acumulación de aprendizaje, la metodología de trabajo as, es útil por el alcance que tiene para fomentar e impulsar los fines de la NEM, al integrar el servicio a la comunidad con el estudio académico y a su vez

crear comunidad y red social para que los alumnos desarrollen sentido de responsabilidad y compromiso con la comunidad, por lo que contribuye a que el alumnado aprenda a desarrollarse y participar en proyectos que relacionan su interés personal y el de la comunidad.

Una vez estudiado se diseña cada una de las actividades en base a las características y habilidades de cada uno de los alumnos así impulsando para que puedan alcanzar cada uno de sus habilidades, objetivos y conocimientos, el estilo de enseñanza se basa principalmente en las competencias curriculares de cada alumno, es importante observar las aptitudes y debilidades, así como sus cualidades para así poder diseñar de acuerdo a su estilo de aprendizaje y características.

Se trabaja con una metodología didáctica y flexible abierta a la innovación para cada una de las clases así pudiendo ofrecerles a los alumnos una mejor enseñanza, la planeación se lleva a cabo tal y como lo marca la NEM, se procede a ir dando seguimiento para poder asegurarse de ir cumpliendo con cada requisito, para trabajar por proyectos como lo solicita la NEM.

La NEM pide añadir: Nombre de la escuela, grado y grupo, fase, nivel educativo, responsable, nombre del proyecto y duración, propósito, campos formativos, eje articulador, contenido, metodología, Procesos de Desarrollo del Aprendizaje (PDA), actividades, organización, recursos y evaluación; la planeación se basa en los contenidos que nos brindan los docentes, los propósitos y contenidos se basan en el nivel de aprendizaje de cada uno de los alumnos y el dominio que se le pueda dar de acuerdo a las características y condiciones del grupo.

Se comienza la clase trabajando el tema del día por fases: inicio, desarrollo y final; para finalizar se acomodan los alumnos y se despiden para poder salir, algunas de las actividades que comúnmente se realizan es el baile a la hora de receso y la salida, siempre

se trabaja de la manera adecuada a cada uno de los estilos de aprendizaje de cada alumno priorizando así su conocimiento y bienestar.

1.1.7 Características del alumnado:

El grupo de 5to año tiene una totalidad de 20 alumnos, el alumno con mayor edad es de 12 años y el menor es de 9 años (IMAGEN 6. Gráfica de total de alumnos), dentro del grupo se encuentra una población muy diversa encontrando así diferentes tipos de discapacidad o condiciones que presentan los alumnos como:

- **Discapacidad Intelectual:** la discapacidad intelectual (DI) implica una serie de limitaciones en las habilidades que permiten a una persona desenvolverse en su entorno, dando respuestas eficaces a diferentes situaciones y ambientes. Es decir, cuando hablamos de personas con discapacidad intelectual nos referimos al conjunto de personas que presentan dificultades para adaptarse al medio, en las condiciones esperadas para su edad, debido a una limitación de sus capacidades cognitivas.
- **Trastorno del espectro Autista:** los trastornos del espectro autista (TEA) son un grupo de trastornos neurológicos y del desarrollo que afectan la forma en que las personas interactúan con los demás, se comunican, aprenden y se comportan.
- **Trastorno por déficit de atención e hiperactividad:** el trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) es una afección crónica que afecta a millones de niños y a menudo continúa en la edad adulta. El TDAH incluye una combinación de problemas persistentes, tales como dificultad para mantener la atención, hiperactividad y comportamiento impulsivo.
- **Densidad Mineral Ósea:** medida de la cantidad de minerales (por lo general, calcio y fósforo) que contiene cierto volumen de hueso. Las mediciones de la densidad mineral ósea se usan para diagnosticar la osteoporosis, determinar si los tratamientos contra la osteoporosis son eficaces y calcular la probabilidad de que los huesos se rompan.

La totalidad de alumnos se divide en que 14 alumnos son del sexo masculino y 6 alumnas son del sexo femenino, dentro de la población la mayor cantidad de alumnos presentan discapacidad intelectual mientras que el resto de alumnos presentan Trastorno del espectro autista, Densidad Mineral Ósea y Trastorno por déficit de atención e hiperactividad (IMAGEN 7. Gráfica de características del alumnado)

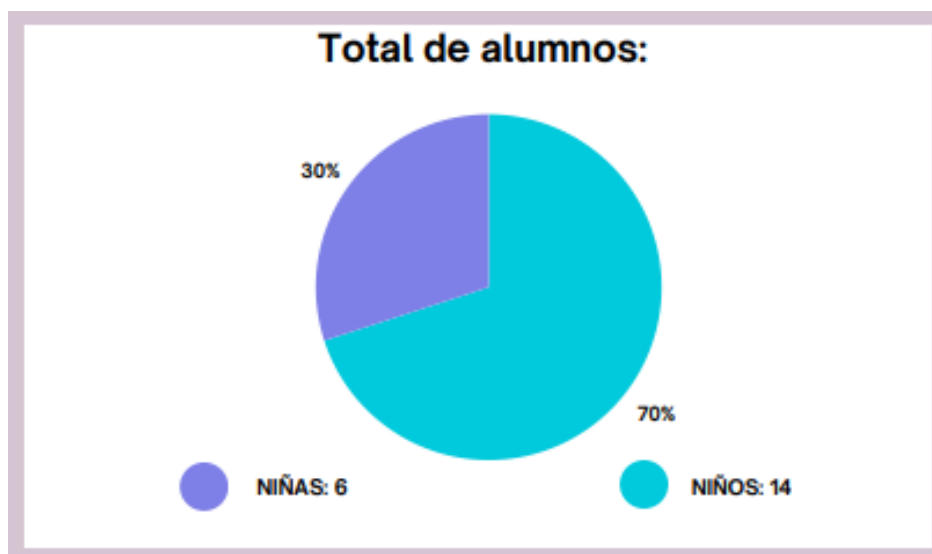


IMAGEN 6. Gráfica de total de alumnos

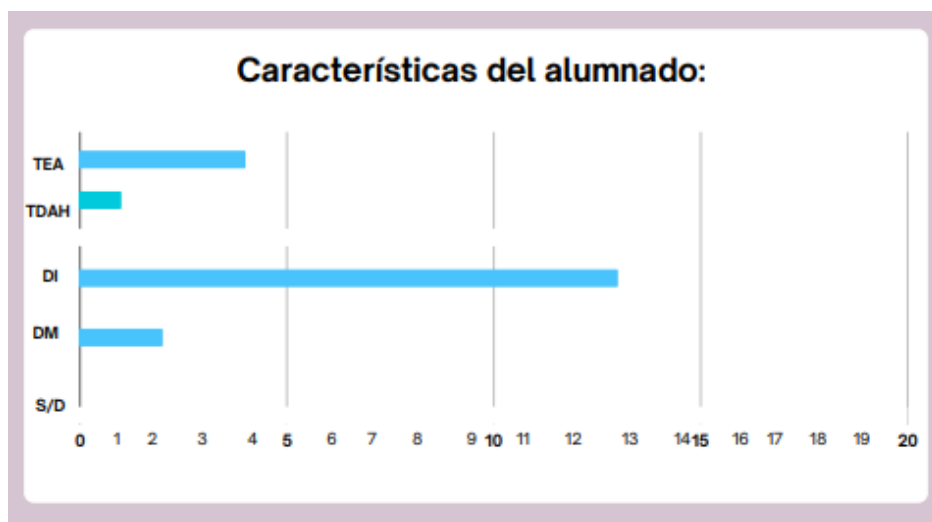


IMAGEN 7. Gráfica de características del alumnado

1.2 Justificación de la relevancia del tema:

Las emociones tienen un impacto importante en nuestra vida, en el día a día se vive con ellas y es importante aprender a saber cómo y cuándo manejarlas de la mejor manera posible, dentro del CAM Manuel López Dávila en el grupo 5 A se logró observar que la mayor problemática es el impulso y descontrol de las emociones, la convivencia entre ellos no es sana, día con día se viven líos entre compañeros, así como golpes, gritos, llanto, etc.

Es por ello que decidí trabajar este tema de la autorregulación de las emociones para así poder ayudar a que se cree una mejor convivencia y ambiente áulico así beneficiando a todos y cada uno de ellos, el impacto que tienen las emociones en los niños es completamente importante pues bien de ello depende su manera de ser así como su estado de ánimo, para que un niño pueda trabajar y sentirse bien en todos los sentidos necesita saber de qué manera se siente día con día y como es lo que sucede con cada una de las emociones cuando se siente de tal manera, se espera con este proyecto poder generar un impacto positivo en ellos y así aprender el manejo de sus emociones

1.3 Interés personal sobre el tema y responsabilidad asumida como profesional de la educación:

Desde el punto de vista de la NEM se dice que la educación socioemocional busca promover la formación integral y armónica de las diversas dimensiones que conforman a la persona desde lo biológico hasta la sociocultural, se basa en el desarrollo del alumno y es importante en la vida diaria, bien, nosotros como docentes es algo importante a lo cual debemos de implementar en la vida diaria de ellos.

Es por ello que mi interés personal sobre este tema se basa en ayudar a entender y comprender el manejo de las emociones y de qué manera es su impacto en la vida diaria. Se busca promover el compañerismo, la autorregulación, el compromiso, el respeto, la empatía y la independencia así logrando que cada uno de ellos logre su objetivo dentro de

esta actividad y no solo en la actividad que sirva para su vida diaria día con día; Es importante mencionar que como docente en formación me comprometo a mostrar interés, brindar los apoyos y recursos necesarios para cada uno de ellos de acuerdo a sus necesidades e intereses y así lograr concluir esta actividad satisfactoriamente.

1.4 Contextualización de la problemática planteada:

Investigando e indagando más a fondo logré observar que a partir de los 6 años los niños van aprendiendo y comprendiendo el uso y manejo de las emociones más complejas como sentir vergüenza o culpa y poco a poco entender cuál es su impacto o reacción de cada una, si bien se logró observar que dentro del grupo los niños no tienen esos hábitos de compartir, trabajar en equipo, saber ser compañeros.

Según Bonamind (2023) en la conciencia emocional es a partir de los 6 años cuando niños y niñas van aprendiendo a comprender emociones más complejas como la vergüenza o la culpa y poco a poco a entender que pueden aparecer al mismo tiempo emociones ambivalentes o contradictorias (entre los 7 o los 8 años). Las fases de desarrollo podrían ser de la siguiente forma:

1. Entre los tres y los cinco años los niños no entienden como una misma situación puede provocar emociones distintas, o están contentos o enfadados o tristes.
2. A los 6-7 años comienzan a admitir que algunas situaciones pueden provocar más de una emoción, aunque éstas siempre siguen un orden secuencial. Me enfado porque no me dejan ver mis dibujos, pero estoy contento si mi hermano comparte conmigo su juguete preferido.
3. Es a partir de los 7-8 años cuando empiezan a comprender que ciertos acontecimientos pueden provocar la aparición simultánea de emociones parecidas o contradictorias: me enfado si mis padres no me dejan ver los dibujos y me siento

triste por ello y al mismo tiempo contento si mi hermano quiere jugar conmigo con su videoconsola.

Y bien la comprensión emocional nos dice que durante toda esta etapa de los 6 a los 12 años los niños y las niñas pasan por una etapa de cierta serenidad. Ya dejaron atrás la época de los porqués o de las turbulencias emocionales donde el miedo, la labilidad o la incertidumbre los acompañaba. Ahora se encuentran frente al reto de su progresiva adaptación a la escuela y sobre todo al descubrimiento de la relación con sus iguales.

La adquisición de normas y de valores son una fuente de interés y aprendizaje y su progresivo desarrollo cerebral permitirá también la comprensión de los procesos emocionales y algo muy importante, su regulación, poco a poco aprenderán a conocerse, a hacer frente a sus miedos con una actitud optimista y segura de sí mismos. También aprenderán a afrontar sus temores y sus fobias y a interesarse por el mundo intelectual. Sus referentes son sus padres, maestros e iguales y en ese mundo inician su adaptación al entorno social y cultural.

Al analizar y observar el comportamiento de los alumnos, se nota claramente que sus actitudes son mayormente negativas. Existe un ambiente en el que se producen frecuentes conflictos entre ellos, lo que dificulta el control de sus impulsos y emociones repentinas. Este contexto áulico se percibe como tedioso y pesado, ya que los alumnos parecen estar acostumbrados a que las peleas y la desobediencia sean parte cotidiana de su experiencia diaria.

1.5 Planteamiento de los objetivos de elaboración del documento:

- Identificar estrategias efectivas: Recopilar y analizar diversas estrategias y técnicas utilizadas para la autorregulación emocional, con el fin de determinar cuáles son más efectivas para el aprendizaje de los alumnos.

- **Crear un plan de intervención:** Desarrollar un conjunto de recomendaciones y acciones prácticas para promover la autorregulación emocional, tanto a nivel individual como grupal, en el entorno educativo, familiar o comunitario.
- **Evaluar impacto y resultados:** Establecer criterios de evaluación para medir el impacto de las intervenciones propuestas en la mejora de la autorregulación emocional, tanto a corto como a largo plazo.
- **Promover la conciencia:** Sensibilizar a padres, alumnos y docentes sobre la importancia de la autorregulación emocional y proporcionar recursos formativos para su implementación efectiva.

1.6 Competencias que se desarrollaron durante la práctica:

Las siguientes que mencionaré a aquellas habilidades, destrezas y conocimientos que se ponen en juego durante la elaboración de este documento recepcional a continuación, las competencias genéricas y profesionales son las siguientes:

1.6.1 Competencias Genéricas:

- **Soluciona problemas y toma decisiones utilizando su pensamiento crítico y creativo:**

En un entorno dinámico y cambiante, es fundamental que las personas puedan enfrentar problemas de manera afectiva y tomar decisiones informadas. El pensamiento crítico les permite analizar la situación, evaluar diferentes opciones y prever posibles consecuencias. Por otro lado, el pensamiento creativo les permite generar ideas innovadoras y encontrar soluciones originales a problemas complejos. Ambas habilidades combinadas capacitan a las personas para ser proactivas y efectivas en la resolución de problemas tanto en ámbitos personales como profesionales.

- Colabora con diversos actores para generar proyectos innovadores de impacto social y educativo:

En la sociedad, los problemas complejos y los desafíos sociales requieren soluciones que puedan abordarse de manera colaborativa y multidisciplinaria. Colaborar con diversos actores (como profesionales de diferentes áreas, comunidades locales, instituciones educativas, etc.) no solo enriquece la diversidad de ideas y perspectivas, sino que también aumenta la capacidad de generar proyectos innovadores y de impacto. Esta competencia fomenta el trabajo en equipo, la empatía y la capacidad de adaptación, habilidades esenciales para abordar problemas complejos de manera efectiva.

- Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación de manera crítica:

En la actualidad el dominio de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) es fundamental para participar plenamente en la sociedad. Sin embargo, no basta con solo saber utilizar estas herramientas; es fundamental utilizarlas de manera crítica y reflexiva. Esto implica evaluar el impacto y la relevancia de la información obtenida, entender los impactos éticos y sociales, y adaptarse a los cambios tecnológicos constantes. Utilizar las TIC de manera crítica capacita a las personas para ser creadores de contenido responsable y efectivo.

- Aplica sus habilidades lingüísticas y comunicativas en diversos contextos:

Las habilidades lingüísticas y comunicativas son fundamentales en todas las interacciones humanas, tanto personales como profesionales. Saber adaptar el tono, el estilo y la claridad de la comunicación según el contexto y la audiencia es importante para transmitir ideas de manera efectiva y construir relaciones positivas. Esta competencia no solo se refiere a la capacidad de hablar y escribir correctamente, sino también a la habilidad de escuchar activamente, entender perspectivas diversas y ayudar en diferentes situaciones.

Estas competencias son esenciales en un mundo globalizado y dinámico, donde la capacidad de adaptarse, resolver problemas, colaborar y comunicarse efectivamente son clave para el éxito personal y profesional.

1.6.2 Competencias Profesionales:

- Detecta las necesidades de aprendizaje de los alumnos con discapacidad, con dificultades severas de aprendizaje, de comportamiento o de comunicación, o bien con aptitudes sobresalientes para favorecer su desarrollo cognitivo y socioemocional:

Los alumnos tienen diferentes necesidades educativas y es indispensable que los docentes estén capacitados para identificar y comprender estas necesidades de manera individualizada. Los estudiantes con discapacidades, dificultades severas de aprendizaje, problemas de comportamiento o comunicación, así como aquellos con aptitudes sobresalientes, requieren enfoques educativos adaptados y personalizados para alcanzar su máximo potencial. Detectar estas necesidades permite diseñar y aplicar estrategias pedagógicas efectivas que promuevan su desarrollo cognitivo y socioemocional, facilitando así su inclusión y participación activa en el proceso educativo.

- Aplica el plan y programas de estudio para alcanzar los propósitos educativos y contribuir al pleno desenvolvimiento de las capacidades de todos los alumnos:

Los planes y programas de estudio establecen los objetivos y contenidos educativos que los alumnos deben alcanzar, es responsabilidad del docente aplicar estos planes de manera efectiva, adaptándolos según las necesidades individuales de los estudiantes y considerando sus estilos de aprendizaje y ritmos de desarrollo. Al hacerlo, se contribuye al desarrollo integral de las capacidades de todos los

alumnos, asegurando que reciban una educación equitativa y de calidad que los prepare para enfrentar los retos académicos y sociales.

- Desarrolla estrategias de apoyo para favorecer la inclusión de todos los alumnos en la educación básica:

La inclusión educativa implica asegurar que todos los estudiantes, independientemente de sus diferencias y necesidades, tengan acceso a oportunidades educativas de calidad. Desarrollar estrategias de apoyo adecuadas es fundamental para promover un ambiente inclusivo en el que cada alumno se sienta valorado y pueda participar activamente, estas estrategias pueden incluir modificaciones en el currículo, uso de tecnologías de apoyo, adaptaciones metodológicas, y un ambiente escolar respetuoso y colaborativo, favorecer la inclusión no solo beneficia a los estudiantes, sino que enriquece la experiencia educativa de todos los estudiantes al fomentar el respeto a la diversidad y la colaboración entre ellos.

1.7 Descripción de contenido del documento

El objetivo principal de este documento recepcional es investigar, desarrollar y proponer estrategias efectivas para la implementación de la autorregulación emocional en alumnos de quinto grado dentro de un Centro de Atención Múltiple (CAM). Se buscará identificar las necesidades específicas de los estudiantes en términos de autorregulación emocional y diseñar un plan de acción que promueva el desarrollo de habilidades para gestionar emociones de manera efectiva.

El presente documento se centra en un diagnóstico grupal enfocado en las áreas socioafectiva y socioemocional, integrando los principios de la Nueva Escuela Mexicana (NEM). Este enfoque es fundamental para la ejecución de un plan de acción que aborda de

manera detallada la problemática identificada, junto con sus propósitos y objetivos específicos.

Se describe de manera precisa el plan de acción, destacando su importancia y el impacto esperado. Se detallan las estrategias y herramientas utilizadas para la implementación efectiva de las actividades planificadas. Además, se proporciona una narrativa detallada de cada actividad, evaluada mediante el ciclo reflexivo de Smyth, que permitió una reflexión profunda sobre el proceso, los resultados obtenidos, la efectividad de las estrategias empleadas, el uso de los materiales utilizados y la consecución de los objetivos planteados.

Este proceso no solo contribuyó al desarrollo profesional y personal, sino que también proporcionó aprendizajes valiosos sobre la práctica educativa en el contexto del CAM.

Las conclusiones y recomendaciones resultantes de estas actividades se presentan detalladamente, resumiendo los hallazgos generales, las áreas de mejora identificadas y las oportunidades para fortalecer el camino profesional como docente.

Finalmente, se incluyen referencias bibliográficas, así como anexos que complementan el contexto del CAM, evidencias de las intervenciones realizadas y los instrumentos de evaluación utilizados.

Este documento refleja un enfoque reflexivo y estructurado hacia la implementación de la autorregulación emocional en estudiantes de quinto grado dentro de un entorno educativo diverso y desafiante como es el Centro de Atención Múltiple.

II. PLAN DE ACCIÓN

2.1 Diagnóstico y análisis de la situación educativa describiendo características contextuales:

El presente diagnóstico se llevó a cabo en el Centro de Atención Múltiple Manuel López Dávila, específicamente en el grupo de quinto año, este grupo se caracteriza por tener una gran diversidad, al contar con alumnos que presentan diversas discapacidades y trastornos, como discapacidad intelectual (DI), discapacidad motriz (DM), trastorno del espectro autista (TEA), así como trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH).

La problemática que enfrenta el grupo de quinto grado se presenta en el descontrol y la falta de comprensión de sus emociones, esto se manifiesta en rebeldía, inseguridad, desequilibrio emocional y conflictos, siendo así que la ausencia de la maestra titular ha generado una rotación constante de personal para cubrir su puesto, lo cual ha resultado en la entrada diaria de diferentes maestros al aula. Esta situación ha llevado a los alumnos a sentirse inseguros, frustrados, nerviosos y desequilibrados, ya que cada maestro tiene un estilo de trabajo y relacionarse de manera distinta, como respuesta a esta situación confusa los alumnos muestran rebeldía, peleas, conflictos, frustraciones y nerviosismo, buscando protegerse dentro del ambiente educativo que les resulta imposible debido a la falta de continuidad con la maestra de grupo, la enseñanza y en la relación con los maestros.

Se propuso un plan de acción para fortalecer esta área, enfocándose en fomentar la confianza, la valentía, el conocimiento de las emociones y su autorregulación. El objetivo del plan se basa en las observaciones realizadas dentro de la población del alumnado, considerando sus intereses individuales y grupales, así como sus características en general.

La ausencia de los docentes obliga a reorganizar la escuela para cubrir espacios vacíos, interrumpe la enseñanza y desmotiva a los alumnos. El ausentismo docente es un problema para la calidad y continuidad pedagógicas (OEI, 2015 p. 1)

Para realizar este diagnóstico, se utilizaron las siguientes herramientas:

1. Diario de prácticas profesionales: Este documento registra diariamente las actividades realizadas, incidentes relevantes y cualquier dato significativo que ocurra durante el proceso de observación.
2. Guía de observación: Instrumento diseñado para observar y analizar específicamente los aspectos que se investigan. Permite recopilar apuntes e información relevante sobre los temas de interés durante el estudio.

Para el cuidado de identidad y privacidad de los alumnos se utilizará el siguiente código: alumno A, alumno B, alumno C, etc.

A continuación, se muestran los resultados de las herramientas que se utilizaron para la detección de este diagnóstico.

1. Diario de prácticas profesionales:

Durante las siguientes fechas se registraron las siguientes observaciones:

- El jueves 7 de septiembre de 2023, se llevó a cabo una actividad de convivencia con la maestra de educación física, que consistía en que los alumnos formaran parejas y caminaran juntos sosteniendo una pelota con las manos. La actividad resultó problemática cuando los alumnos A y B se negaron a trabajar, lo que desencadenó un conflicto donde ambos se mordieron, resultando en lesiones en la piel, al regresar al aula, frustrados, golpearon y rompieron el ventilador de velocidad, causando un descontrol de grupo, posteriormente al comenzar otra actividad el

alumno C mostró nerviosismo y se negó a participar al ver a una maestra diferente, lo que afectó su rendimiento.

- El lunes 2 de octubre de 2023, se abordó el tema de los animales ovíparos, durante la clase, los alumnos H y J volvieron a pelear, esta vez por material escolar, resultando en arañazos y llanto.
- El jueves 12 de octubre de 2023, durante la lección sobre sumas, los alumnos F y G se pelearon por unas imágenes, lanzando sus lapiceras y tijeras, lo que causó un rasguño a la maestra de comunicación.
- El jueves 23 de noviembre de 2023, se trató el tema de los animales en peligro de extinción, nuevamente, los alumnos A y B pelearon, resultando en heridas en los brazos debido a los arañazos, impidieron la conclusión de la actividad, con gritos y desorden, además de la negativa de compartir y la destrucción del material escolar.

Estas observaciones fueron escritas en el diario de prácticas profesionales, destacando cada incidente o situación para investigar y abordar los problemas que surgieron en el aula.

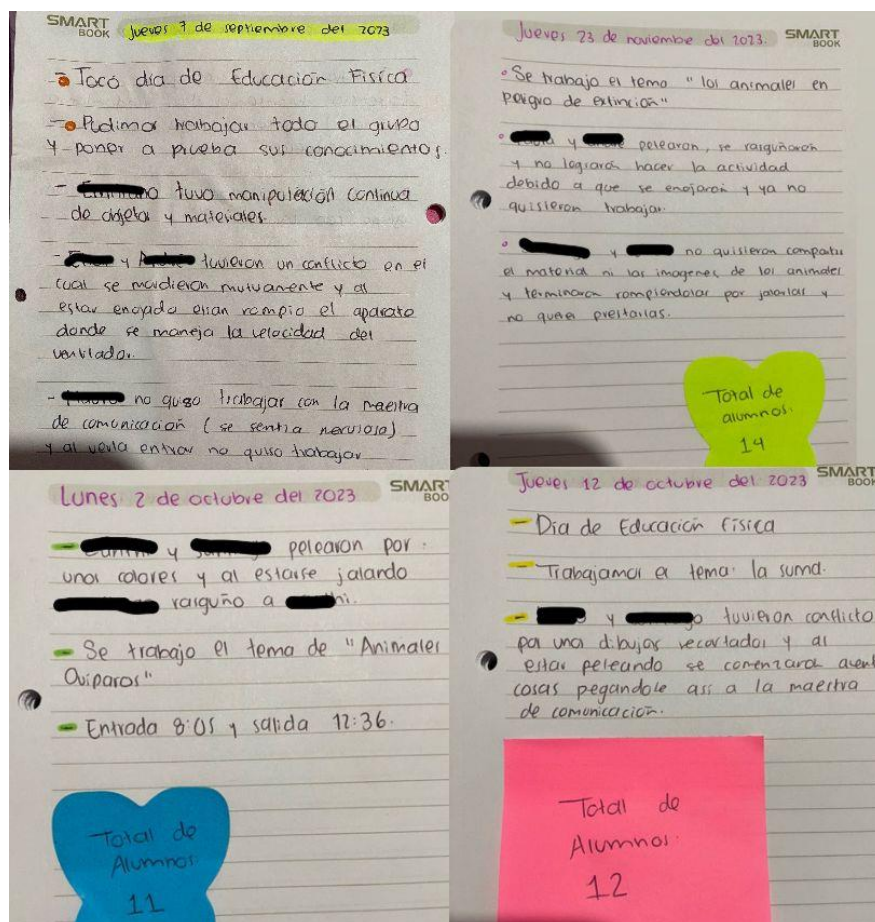


Imagen 8. Evidencias del diario de prácticas

1. Guía de observación-maestra titular:

Los resultados de la guía de observación durante la actividad del "Día de la Gastronomía Mexicana", realizada por la maestra titular el 16 de noviembre de 2023, resultaron lo siguiente:

Durante la actividad, que consistió en una demostración de platillos mexicanos donde cada alumno llevó una comida para recrearla con materiales proporcionados en el aula y compartir luego los platillos, se observó que la mayoría de los alumnos tuvieron dificultades para trabajar de manera colaborativa, en los intentos de colaboración resultaron conflictos entre los alumnos y problemas para compartir el material ya que algunos se adueñaban los recursos y materiales sin compartirlos equitativamente.

Aproximadamente la mitad de los alumnos siguieron las instrucciones correctamente, mientras que el resto no acató las órdenes dadas y se dedicaron a actividades diferentes a las que se solicitaron; para finalizar, la presencia de varios maestros durante la muestra gastronómica llevó a que los alumnos se aislaran y experimentaran frustración en lugar de disfrutar de la actividad.

Diagnostico Grupal 16-Nov-23		Alumnos	1	2	3	4
1. Logra trabajar colaborativamente.	[Redacted]	[Redacted]	X	V	X	X
	[Redacted]	[Redacted]	X	X	X	X
2. Logra compartir material con sus compañeros.	[Redacted]	[Redacted]	✓	✓	✓	X
	[Redacted]	[Redacted]	X	X	X	X
3. Obedece al decirle alguna indicación o acción.	[Redacted]	[Redacted]	✓	X	✓	X
	[Redacted]	[Redacted]	X	X	X	V
4. Logra relacionarse con personal de la escuela, docentes u compañeros.	[Redacted]	[Redacted]	X	X	✓	X
	[Redacted]	[Redacted]	✓	✓	✓	X
	[Redacted]	[Redacted]	X	X	X	X
	[Redacted]	[Redacted]	X	X	X	X
	[Redacted]	[Redacted]	X	X	✓	X
	[Redacted]	[Redacted]	X	X	X	X
	[Redacted]	[Redacted]	X	X	✓	X
	[Redacted]	[Redacted]	X	X	X	X
	[Redacted]	[Redacted]	✓	✓	✓	X
	[Redacted]	[Redacted]	X	✓	X	X
	[Redacted]	[Redacted]	X	X	✓	X

IMAGEN 9. Resultados de guía de observación-maestra titular

2. Guía de observación-docente en formación:

Los resultados de la guía de observación durante la actividad de "los animales en peligro de extinción", dirigida por mi como docente formación el día 23 de noviembre de 2023, resultaron lo siguiente:

Al explicar las instrucciones, los alumnos comenzaron a trabajar de manera autónoma, momento en el cual inicié la observación detallada, durante la actividad, proporcioné

indicaciones y observé de cerca si los alumnos las cumplían, también observé cómo se comportaban mientras manipulaban objetos y trabajaban en parejas.

Los resultados de esta guía de observación mostraron que los alumnos no convivieron ni compartieron información sobre el animal que eligieron, además, no utilizaron ni permitieron el uso del material proporcionado a los demás compañeros, mostrando resistirse a la colaboración y trabajar en equipo o en parejas, lo que de igual manera ocasiono conflictos y finalmente solo una parte del grupo demostró interés en el tema y expresó el deseo de aprender más sobre los animales en peligro de extinción.

Actividad Animales 23/Nov/23
En peligro de extinción

Se observara la actividad para poder ver cual es el comportamiento de los alumnos al trabajar pues tendran que compartir material, hacer equipos, trabajar en binas, interactuar y compartir informacion.
Se observara grupalmente y se registraran los resultados.

1° Comparten o muestran informacion de el animal en peligro de extincion que eligieron. = ✓✓ 2

2° Comparten y utilizan el material que se les brindo = ✓✓✓ 3

3° Logran juntarse a trabajar en binas o equipo sin problema alguno. = ✓✓ 2

4° Logran interactuar o convivir de manera respetuosa y colaborativa. = ✓✓ 2

5° Muestran interes por querer saber mas informacion o datos por los demas animales que eligieron sus compañeros. = ✓✓✓✓✓ 5

Total de Alumnos: 14

IMAGEN 10. Resultados guía de observación docente en formación

En conclusión, observando los resultados de cada una de las herramientas se observó que la mayor problemática que enfrenta el grupo es en la falta de habilidades para controlar

emociones e impulsos, lo cual resulta en conflictos, peleas, actitudes rebeldes y confusiones persistentes dentro del aula, estas dificultades afectan no solo el ambiente de aprendizaje, sino también el bienestar emocional de los alumnos y la efectividad de las actividades educativas.

Es importante implementar estrategias efectivas de desarrollo socioemocional para promover la autorregulación y el manejo adecuado de emociones, creando así un entorno escolar más amistoso y propicio para el aprendizaje.

2.2 Descripción y focalización del problema:

Según Goleman (1995), la inteligencia emocional es nuestra capacidad para entender y manejar correctamente nuestras emociones y las de los que nos rodean, de manera que sus enfoques se basan en las relaciones con los demás, el poder conseguir nuestras metas y la superación de obstáculos de una manera más fácil.

En el grupo de quinto año se enfrenta una problemática significativa relacionada con el uso y manejo inadecuado de las emociones, esta situación se refleja a través de comportamientos como agresividad, rebeldía e inseguridad entre los estudiantes, la falta de habilidades para entender y procesar sus emociones lleva a un ambiente escolar donde el compañerismo y el trabajo colaborativo están ausentes. Esta situación no solo afecta el rendimiento académico, sino también el bienestar emocional de los estudiantes y el grupo en general, es importante abordar esta problemática con estrategias efectivas que promuevan y potencien el desarrollo de la inteligencia emocional y fomenten un ambiente escolar seguro, respetuoso y colaborativo para todos los alumnos.

2.3 Planteamiento de los propósitos considerados para el plan de acción:

Es importante considerar la relevancia e impacto que se busca generar por medio de este plan de acción, es por ello que se busca promover y e indagar más a fondo sobre la autorregulación emocional priorizando así el bienestar y conocimiento de cada uno de los alumnos por medio de interacción en las actividades, así como la innovación que logre captar u brindar la información tal y como se espera en los propósitos.

1: EMOCIONOMETRO: El propósito de esta actividad es lograr conocerse mejor aprendiendo a identificar y medir las emociones así logrando regularlas a partir de unas recetas y tomar en cuenta el bienestar propio y el de los demás. La importancia de la identificación dentro de las emociones es importante, es válido decir hoy me siento triste pero pronto estaré bien, es saber aceptar la situación por la que pasas, pero saber que todo tiene una solución y pronto estarás bien es por eso por lo que se considera implementar la identificación de las emociones y los estados de ánimo.

2: EL MONSTRUO DE LOS COLORES: El propósito de esta actividad es ayudar a identificar cada una de las emociones dándole a cada una un color, de esta manera ayudar a comprenderlo de una manera más concreta y así ejercitar y propiciar el conocimiento del vocabulario emocional.

Como lo menciona el Centro de Enseñanza Técnica y Superior (2021) la psicología del color, que fue estudiada ampliamente por Goethe, toma gran relevancia en el interiorismo, ya que nos permite conocer cómo influyen los colores en las emociones y conductas del ser humano.

La percepción de la información fluye de distintas maneras en las personas, en algunas personas el uso de colores e imágenes es una mejor manera de percibir y comprende la información de mejor manera es por eso por lo que en la parte de las emociones se trabaja con colores así generando un mayor impacto para los alumnos que aún no logran leer, pero sin embargo observando el color se puede percibir que tipo de emoción se refleja.

3: DADO DE LAS EMOCIONES:

El propósito de esta actividad es que a través de un juego con el dado de las emociones ellos logren expresar todos aquellos sentimientos y emociones que les surgen en diferentes situaciones, así como también fomentar la participación, el trabajo colaborativo y el compañerismo para mejora de todas y cada uno de ellos.

4: CUENTO EL MONSTRUO DE COLORES:

El propósito de esta actividad es proporcionar a los estudiantes las habilidades necesarias para comprender y explicar los diferentes tipos de emociones, esto incluye desarrollar su capacidad para identificar emociones básicas como alegría, tristeza, miedo, ira, entre otras, y entender cómo se manifiestan y afectan el comportamiento humano.

Además, la actividad está diseñada para fomentar la participación activa de los estudiantes y el trabajo colaborativo. A través de actividades prácticas y ejercicios de reflexión, se busca crear un ambiente donde los alumnos puedan compartir sus experiencias emocionales y aprender unos de otros, esto no solo fortalece sus habilidades sociales, sino que también promueve un sentido de comunidad y apoyo mutuo dentro del aula.

2.4 Revisión teórica que argumenta el plan de acción (presupuestos psicopedagógicos, metodológicos y técnicos):

Partiendo desde varias investigaciones sobre diferentes autores, libros, ensayos, etc. logré entender que comprender nuestras emociones y aprender sobre ellas, nos ayudará a llevar una vida más satisfactoria, a sentirnos mejor, tener una buena autoestima y no solo eso, también nos resultará útil para conocer nuestros puntos fuertes y aquellos a mejorar, algunos factores clave a la hora de marcarnos y lograr nuestros objetivos. Además, la inteligencia emocional también engloba una gran cantidad de habilidades sociales, que facilitarán nuestra relación con los demás.

Según los Aprendizajes Clave para la Educación Integral (2017) nos dice que los tiempos actuales demandan enfocar la educación desde una visión humanista, que se coloque en el centro del esfuerzo formativo, tanto a las personas como a las relaciones humanas y al medio en el que habitamos. Ello implica considerar una serie de valores para orientar los contenidos y procedimientos formativos y curriculares de cada contexto y sistema educativo. “Los valores humanistas que deben constituir los fundamentos y la finalidad de la educación son el respeto a la vida y a la dignidad humana, la igualdad de derechos y la justicia social, y la diversidad cultural y social, así como el sentido de solidaridad humana y la responsabilidad compartida de nuestro futuro común”.

Esta visión educativa requiere un planteamiento dialógico del aprendizaje, que considere que “la educación puede ser transformadora y contribuir a un futuro sostenible para todos”. Para ello, es necesario adoptar una perspectiva integral de la educación y el aprendizaje, que incluya tanto aspectos cognitivos como emocionales y éticos. Esto implica ir más allá del aprendizaje académico convencional, con los retos que este esfuerzo presenta.

De esta definición se desprende que la educación emocional debe ser un proceso intencional y sistemático, sin embargo, en la actualidad por lo general se deja al azar la educación emocional de los ciudadanos, con consecuencias más o menos desastrosas.

Goleman (1996) propone como una posible solución forjar una nueva visión acerca del papel que deben desempeñar las escuelas en la educación integral del estudiante, reconciliando en las aulas emoción y cognición. En tal sentido, la educación debe incluir en sus programas la enseñanza de habilidades tan esencialmente humanas como el autoconocimiento, el autocontrol, la empatía y el arte de escuchar, así como el resolver conflictos y la colaboración con los demás.

¿Cómo puede influir la autorregulación emocional dentro de un aula para llevar una sana convivencia, el bienestar social y personal?

Daré respuesta a mi pregunta de investigación y es así que la autorregulación emocional es fundamental en un aula porque puede tener un impacto significativo en la convivencia, el bienestar social y personal de los alumnos, a continuación, explicaré los puntos que apliqué y favoreció a los alumnos el trabajar la autorregulación de las emociones en los alumnos:

1. Mejora del ambiente emocional del aula: Cuando los estudiantes practicaron la autorregulación emocional, fueron capaces de gestionar sus propias emociones de manera efectiva. Esto llevo a un ambiente más positivo y tranquilo en el aula, donde los conflictos se manejaron de manera constructiva, se fomentó la empatía y el respeto entre los compañeros.
2. Fomentar la empatía y la colaboración: La autorregulación emocional enseñó a los estudiantes a entender y respetar las emociones de los demás. Esto facilito la creación de relaciones entre compañeros y familia más afectivas, donde los alumnos se apoyaron mutuamente y trabajaron juntos hacia el respeto y la convivencia.
3. Reducción del estrés y la ansiedad: Al aprender a regular sus emociones, los estudiantes pudieron manejar mejor el estrés y la ansiedad que surgieron en el entorno escolar. Esto contribuyó a un mayor bienestar personal y les permitió concentrarse mejor en el aula.
4. Mejora del rendimiento académico: Un ambiente de aula positivo y emocionalmente seguro puedo tener un impacto positivo en el rendimiento escolar. Los alumnos pudieron concentrarse más en las actividades y participar activamente en todas las actividades escolares cuando se sintieron cómodos y seguros emocionalmente.
5. Desarrollo de habilidades para la vida: La autorregulación emocional no solo fue beneficiosa durante el ambiente escolar, sino que también preparó a los alumnos

para enfrentar desafíos en sus vidas personales. Les proporcionó herramientas para manejar situaciones difíciles y tomar decisiones correctas.

En resumen, la autorregulación emocional dentro del aula no solo contribuye a la sana convivencia y el bienestar social de los estudiantes, sino que también les proporciona habilidades fundamentales para su desarrollo personal y éxito escolar. Es un componente importante para cultivar un ambiente educativo donde todos los alumnos puedan crecer, aprender y prosperar.

Para autores como Steiner y Perry (1997) la educación emocional debe dirigirse al desarrollo de tres capacidades básicas: “la capacidad para comprender las emociones, la capacidad para expresarlas de una manera productiva y la capacidad para escuchar a los demás y sentir empatía respecto de sus emociones”.

Por su parte Greeberg (2000) sostiene que si queremos enseñar las habilidades necesarias para la inteligencia emocional será necesario que en las escuelas y, también, en los hogares, se fomente el tipo de entorno emocional que ayude a las personas a desarrollarse emocionalmente, del mismo modo en que se han creado entornos físicos que fomentan el desarrollo corporal e intelectual.

Según los Aprendizajes Clave para la Educación Integral (2017) nos dice que la convivencia constituye el marco en el que se despliegan las tareas de aprendizaje y se desarrollan las relaciones interpersonales. Es decir, las formas de convivencia que tienen lugar en el aula y en la escuela influyen en la manera en que los estudiantes aprenden. En ocasiones se cree que atender los asuntos relacionados con la convivencia en las escuelas consiste en resolver situaciones que entorpecen la disciplina, con lo cual se desaprovecha el potencial formativo de la convivencia escolar, al reducirlo a un instrumento para minimizar los comportamientos disruptivos.

Sin embargo, se sabe y reconoce cada vez más que la convivencia contribuye no solo a consolidar las relaciones entre los estudiantes y los docentes, sino a desarrollar las

habilidades socioemocionales necesarias para el aprendizaje en grupo y para la conformación de una visión compartida del trabajo escolar. El sentido de pertenencia que los estudiantes generan hacia su grupo de compañeros y hacia la secundaria se ve afectado o favorecido por la calidad de convivencia que tiene lugar en la escuela.

Bisquerra (2001) advierte sobre la necesidad de diferenciar lo que podría llamarse educación afectiva y educación del afecto. Al respecto afirma: La educación emocional supone pasar de la educación afectiva a la educación del afecto. Hasta ahora la dimensión afectiva en educación o educación afectiva se ha entendido como educar poniendo afecto en el proceso educativo. Ahora se trata de educar el afecto, es decir, de impartir conocimientos teóricos y prácticos sobre las emociones.

Los Aprendizajes Clave para la Educación Integral (2017) nos dice que el bienestar tiene múltiples dimensiones. No se limita a una sensación o estado de ánimo; más bien, el bienestar es una habilidad relacionada con el ser y estar, así como con el hacer y el convivir, y como tal, se aprende a vivir. Existen muchas maneras de clasificar las dimensiones del bienestar, algunos autores destacan que para el bienvivir los individuos deben poseer una educación integral, sustento vital suficiente y digno, vida en comunidad, cuidar la diversidad cultural y ambiental; así como ser resilientes, contar con un buen gobierno, salud física, y mental.

En el contexto de la Educación Socioemocional es esencial destacar las dimensiones del bienestar que se relacionan con factores externos y estímulos, pero también hay una dimensión profunda de bienestar que depende del individuo. En particular, depende de su capacidad para calmar su mente y de regular sus emociones; de crear vínculos saludables con otros y con su entorno; de llevar una vida ética; de dotar a su vida de significado y dirección; y de contribuir al bienestar de los demás.

Esta habilidad de bienestar, que depende del estudiante y de su relación con los demás, que trasciende factores externos o estímulos, está íntimamente relacionada con las cinco

dimensiones que definen la Educación Socioemocional: el “Autoconocimiento”, la “Autorregulación”, la “Autonomía”, la “Empatía” y la “Colaboración”. Es esencial que el estudiante reconozca, desde su propia experiencia, cómo cada una de estas dimensiones impacta directamente en el bienestar individual y social a corto, mediano y largo plazo.

2.5 Planteamiento del plan de acción donde se describen el conjunto de acciones y estrategias que se definieron como alternativas de solución:

ACTIVIDAD 1. EL EMOCIONÓMETRO:

Propósito: El propósito de esta actividad es lograr conocerse mejor aprendiendo a identificar y medir las emociones así logrando así regularlas a partir de unas recetas, expresándolas y tomar en cuenta el bienestar propio y el de los demás. La actividad se llama “el emocionometro” el cual consiste en identificar el cómo se sienten y su estado de ánimo en ese día, así como aprender a conocer y experimentar qué tipo de acciones o soluciones nos pueden ayudar o sobrellevar mis emociones.

Se les mostrará un cartel en cual vendrán 5 tipos de emociones que son las más comunes:

- Alegría
- Miedo/Temor
- Tristeza
- Furia/ Ira
- Desagrado/Asco

Dentro de la actividad se harán 3 espacios para poder trabajar:

1: Para esta actividad trabajaré con papás y alumnos lo cual me permitirá un avance más fácil y con mejores resultados, en el pizarrón pegaré el emocionómetro el cual les explicaré de que trata y cómo impactaría en ellos y sus hijos, vendrá en cada emoción una receta la cual explica que cosas podemos hacer para mejorar ese estado de ánimo y el manejo de nuestras emociones.

2: Les pediré a los papás que se junten con sus hijos esto para poder trabajar en equipo, les brindaré a los papás e hijos una hoja blanca, pintura y un lapicero; les explicaré que tendrán que redactar o dibujar cómo se sienten el día de hoy, alumnos dibujarán y papás escribirán cómo es que está su estado de ánimo el día de hoy y de qué manera impacta eso en su día. Les daremos unos minutos para que puedan expresarse y así poder obtener resultados. Una vez que ya hayan terminado les pediré a los papás que pasen al frente a explicar cómo es que ellos se sienten el día de hoy y como notan el estado de ánimo de sus hijos, así irán pasando papá por papá con sus hijos hasta finalizar.

3: Una vez terminado esto les entregaré unas pinzas con un papelito en el cuál tendrán que escribir su nombre y de acuerdo con cómo es su estado de ánimo lo colocarán en la emoción que corresponda. Para finalizar les explicaré la importancia acerca de cómo sobrellevar y mejorar nuestros impulsos y emociones, también hablaremos acerca de qué consejos dan para poder tener un mejor estado de ánimo.

Instrumento de evaluación:

A continuación, se mostrará una escala de valoración que diseñé para poder valorar a los alumnos y papás de manera grupal y saber si lo logro, está en proceso o necesita algún tipo de apoyo:

Tabla 1. Instrumento de evaluación grupal actividad “El emiconómetro”

Indicador:	Lo lograron:	En proceso:	Necesitan apoyo:
Logran identificar las 5 emociones por medio de dibujos, colores o sonidos.			
Identifican cómo se sienten cada una de las emociones en diversas			

situaciones de la vida diaria.			
Reconocen que acciones o cosas hacen sentir ese estado de ánimo y como poder controlarlo o solucionarlo.			
Logran reconocer cómo se sienten las personas cuando pasan por distintas emociones.			

ACTIVIDAD 2. EL TENDEDERO DE LAS EMOCIONES:

Propósito: El propósito de esta actividad es ayudar a identificar cada una de las emociones dándole a cada una un color, de esta manera ayudar a comprenderlo de una manera más concreta y así ejercitar y propiciar el conocimiento del vocabulario emocional.

La actividad se llama “el tendedero de las emociones” la cual consiste en lograr identificar que, así como las emociones son diferentes cada una tiene un color el cual la identifica, les explicaré que de acuerdo al color se refleja la emoción, por ejemplo: color rojo es enojo, color rosa es amado, color amarillo es feliz, etc.

Dentro de la actividad se harán 3 espacios para poder trabajar:

1: Les mostraré que hay un tendedero con cada una de las emociones y ellos tendrán que identificar qué color le corresponde a cada una, a un costado de la imagen del monstruo pegaré una acción de cómo se siente al estar en esa emoción, por ejemplo: cuando mamá

me abraza me siento amado, cuando estoy feliz salto de alegría, etc. Leeré las acciones y ellos tendrán que identificar que emoción es y cuál color le corresponde.

2: Para continuar les pondré un mandil a cada uno de los alumnos y les daré pintura y pinceles, está actividad la trabajaremos en parejas. Los alumnos tendrán que ir pintando la emoción que les tocó y pasaré con ellos para preguntar cómo se sienten el día de hoy y cuáles son las cosas que los hacen sentir felices, tristes, enojados, etc.

3: Para finalizar la actividad haremos una retroalimentación sobre la actividad sin olvidar que la importancia de esto es las emociones, les explicaré cómo es que podemos llevar una mejor convivencia y colaboración entre ellos mismos y explicaré como es que trabajar en equipo resulta de manera divertida y fomentamos el compañerismo.

Instrumento de evaluación:

A continuación, se mostrará una escala de valoración que diseñé para poder valorar a los alumnos de manera grupal y saber si lo logro, está en proceso o necesita algún tipo de apoyo:

Tabla 2. Instrumento de evaluación grupal actividad “El monstruo de colores”

Indicador:	Lo lograron:	En proceso:	Necesitan apoyo:
Logran recordar e identificar las 5 emociones por medio de imágenes, colores o sonidos.			
Logran recordar cómo se sienten cada una de las emociones y cómo se manifiestan en la persona.			

Reconocen el color de cada una de las emociones o la imagen de cada una de ellas.			
Logran trabajar y colaborar en compañeros y trabajar en equipo.			

ACTIVIDAD 3. EL DADO DE LAS EMOCIONES:

Propósito: El propósito de esta actividad es lograr identificar las emociones y los sentimientos principales para así lograr reconocer y reflexionar sobre cada una de las emociones. La actividad se llama “El dado de las emociones” la cual consiste en jugar con el dado y dar características de cada una de las emociones logrando así un mejor concepto de cada una e implementar la participación y el compañerismo.

Dentro de la actividad se harán 3 espacios para poder trabajar:

1: Les explicaré que retomaremos el tema de las emociones, pero esta vez finalizamos con esta actividad. Comenzaremos la actividad enseñándoles el dado y hablándoles de cada emoción, les brindaré información que me permita explicarles la utilidad de cada emoción en nuestras vidas y cómo es importante que no evitemos sentir alguna y que en lugar de reprimir nuestras emociones lo que debemos hacer es gestionarlas de una forma adecuada.

2: Posteriormente nos sentaremos en círculo y poco a poco, cada alumno lanzará el dado, en cada resultado, el alumno tendrá que imitar una cara o gesto que exprese esa emoción y poner ejemplos. Una vez que los alumnos ya estén familiarizados con las

emociones básicas y con las situaciones en las que éstas aparecen, añadiremos preguntas acerca de la comprensión de las emociones.

Por ejemplo: ¿Cómo notas tu cuerpo cuando aparece el miedo? (mi corazón late más deprisa, empiezo a sudar, mis músculos se tensan), ¿Qué te gustaría hacer en ese momento? (huir, esconderme, salir corriendo), ¿Qué haces habitualmente?, ¿Qué otras formas se te ocurren de solucionarlo o tranquilizarte?, etc.

3: Para finalizar les pediré que realicen expresiones para imitar las emociones que sentimos nosotros como seres humanos, por ejemplo: “Mi tía se sintió muy, muy triste. A ver, ¿cómo es nuestra cara cuando estamos tristes?”, al terminar nuevamente tirarán el dado y por ejemplo si nos sale la emoción “alegre”, preguntaré ¿Qué te hace sentir alegre? y por qué, así es como finalizamos la actividad y daremos las gracias por su participación.

Instrumento de evaluación:

A continuación, se mostrará una escala de valoración que diseñé para poder valorar a los alumnos de manera grupal y saber si lo logro, está en proceso o necesita algún tipo de apoyo:

Tabla 3. Instrumento de evaluación grupal actividad “El dado de las emociones”.

Indicador:	Lo lograron:	En proceso:	Necesitan apoyo:
Logran trabajar y convivir de manera sana y colaborativa dentro del aula y espacios de la escuela.			
Identifican qué acciones o situaciones llevan a cada			

emoción y cómo se puede manejar o controlar.			
Reconocen la importancia de cada una de las emociones y cómo mantener la calma cuando se presenta alguna de ellas.			

ACTIVIDAD 4. “CUENTO EL MONSTRUO DE COLORES”

Propósito: Esta actividad tiene como propósito interpretar y explicar los diferentes tipos de emociones que sentimos, así como también dar a conocer las acciones o momentos que nos hacen sentir en cada emoción.

Esta actividad se llama “el títere de las emociones” el cual tiene como finalidad poder aprender a expresarnos e interpretarlo por medio del arte, la actividad es basada en un cuento llamado “el monstruo de colores” el cual nos ayudará a poder crear seguridad en cada uno de nosotros para poder expresarse.

Dentro de la actividad se harán 3 espacios para trabajar.

1: Les explicaré a los alumnos que con esta actividad cerraremos el tema que hemos estado trabajando sobre nuestras emociones, comenzaremos la actividad explicando que al frente del pizarón pondremos 2 pupitres los cuales tendrán encima de ellos un teatro de tamaño pequeño, esto nos ayudará a poder actuar y contar el cuento de mejor manera. Les pediré que nos pongamos todos al frente y escuchemos con atención.

2: Retomando así comenzaré a leer el cuento “el monstruo de colores”, iremos recorriendo cada color de acuerdo al orden de las emociones.

3: Una vez que hayamos terminado de contar el cuento les pediré a los alumnos que ahora será su turno de ellos en poder expresar y platicar qué es lo que ellos sienten en cada emoción y porque es así. Para finalizar se les pedirá a los alumnos que por favor todos y cada uno de nosotros nos demos un enorme abrazo lleno de amor.

Instrumento de evaluación:

A continuación, se mostrará una escala de valoración que diseñé para poder valorar a los alumnos de manera grupal y saber si lo logro, está en proceso o necesita algún tipo de apoyo:

Tabla 4. Instrumento de evaluación grupal actividad “Cuento el monstruo de colores”.

Indicador:	Lo lograron:	En proceso:	Necesitan apoyo:
Logran interactuar con respeto entre compañeros y trabajar en binas o grupal de forma adecuada y colaborativa.			
Respetan su turno para participar y expresar su opinión con respeto.			
Interpretan, hablan o gesticulan cómo se siente cada una de las emociones.			

2.6 Descripción de las prácticas de interacción en el aula:

En el inicio de mi investigación, decidí realizar un diagnóstico de investigación para explorar más a fondo la problemática a la que se enfrentaba el grupo. A través de esta etapa inicial, observé cómo los alumnos percibían la información y así detecté sus fortalezas, debilidades e intereses individuales y grupales. Con estos datos, investigué cómo la autorregulación podría impactar más positivamente en ellos, seleccionando cuidadosamente el material y diseñando actividades adaptadas a sus características y necesidades.

Durante la implementación de mi plan de acción, enfatice en actividades dinámicas y colaborativas para fomentar el compañerismo y el trabajo en equipo, posteriormente observé detalladamente cómo respondían los alumnos a estas actividades, evaluando constantemente su efectividad y haciendo ajustes según los resultados que se obtuvieran. Al concluir cada actividad y analizar los resultados de la investigación, se pudo reflejar una notable mejora no solo en el ámbito emocional, sino también en lo académico y social del grupo. Este resultado demostró que las actividades fueron efectivas, aunque la asistencia irregular de algunos alumnos pudo limitar aún más su progreso, sin embargo, queda claro que este grupo posee un potencial significativo y que, con el apoyo continuo y las oportunidades adecuadas, pueden alcanzar logros aún mayores y mejorías.

La interacción y comunicación entre docente-alumno es un punto muy importante dentro de la formación y desarrollo emocional del alumno, es decir, el poder escuchar, entender, acompañar y aconsejar a un alumno ayuda bastante en su formación y sus pensamientos, dentro esta parte se ayuda al alumno a poder centrarse y estabilizarse si es que en algún momento ocurriera alguna desviación dentro de su vida y así poder a encontrar la solución.

Las interacciones positivas incorporan relaciones cálidas y afectuosas, comunicación abierta, transmitiendo la sensación de que el docente es una eficaz

fuerza de apoyo para el alumnado y que lo utiliza efectivamente como un recurso relevante para el aprendizaje. (Pianta, Gallucci, 2014).

2.7 Utiliza referentes teóricos y metodológicos para explicar situaciones relacionadas con el aprendizaje:

Bisquerra (2000) define la educación emocional como un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral.

Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con el objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se planten en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social (p.3).

Retomándolo desde otro punto sabemos que la familia es un punto muy importante que influyen en el conocimiento y crecimiento del niño es por ello que se considera favorable y pertinente trabajar con los padres de familia dando, así como pláticas, actividades, acercamiento e interacción cada uno de sus hijos, esto favoreciendo el comportamiento y la manera de percibir las emociones en cada uno de los alumnos.

Por su parte Greeberg (2000) sostiene que si queremos enseñar las habilidades necesarias para la inteligencia emocional será necesario que en las escuelas y, también, en los hogares, se fomente el tipo de entorno emocional que ayude a las personas a desarrollarse emocionalmente, del mismo modo en que se han creado entornos físicos que fomentan el desarrollo corporal e intelectual (p.4).

La empatía y la manera de lograr entender lo que el otro siente es importante para poder trabajar las emociones, el lograr ponerte en el lugar de otra persona permitirá entender que todas las personas sentimos y tenemos emociones por lo cual es importante no reprimir tus emociones ni las de los demás así esto logrará formar un mejor vínculo con cada una de las personas y te permitirá lograr sentir y comprender “estar en el lugar de otra persona”.

III. DESARROLLO, REFLEXIÓN Y EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA DE MEJORA

3.1 Pertinencia y consistencia de la propuesta:

Para autores como Steiner y Perry (1998) la educación emocional debe dirigirse al desarrollo de tres capacidades básicas: “la capacidad para comprender las emociones, la capacidad para expresarlas de una manera productiva y la capacidad para escuchar a los demás y sentir empatía respecto de sus emociones” (p.4).

Por ello mismo se considera que es pertinente que cada uno de nosotros como docentes busquemos e implementemos favorecer la regulación emocional en cada uno de los alumnos, pues bien, la SEP dice que:

Dentro de esta etapa escolar se favorece el poder reconocer, apreciar y fomentar todo aquello que contribuye al bienestar personal y colectivo, así como a desarrollar una plena autoestima para conducirse con consciencia de sí mismo, seguridad, respeto y robustecer con ello el sentido de autoeficacia y el ejercicio de la autonomía a través de la participación, colaboración y la comunicación asertiva. (SEP, 2017, p. 441)

Las actividades diseñadas e implementadas en este plan de acción se realizaron de manera en la cual se cumpla el objetivo de poder implementar y desarrollar la autorregulación de las emociones en los alumnos y con ello favorecer el manejo de sus emociones, el compañerismo y el trabajo colaborativo; esto se realizó partiendo desde las características de la población así como detectando sus fortalezas y debilidades para así ser diseñado un plan de acción el cual me permita lograr alcanzar las metas y propósitos de este plan priorizando el aprendizaje e impacto en los alumnos.

3.2 Identificación de enfoques curriculares y su integración en el diseño de las secuencias de actividades y/o propuestas de mejora:

Partiendo desde este punto se considera que es importante que los alumnos logren desarrollar la autorregulación ya que al no lograr ello los alumnos pueden tener diferentes comportamientos y actitudes negativas que ponen en riesgo su integridad y la de los demás, además de afectar la toma de decisiones.

“Cultivar la autorregulación forma personas reflexivas, capaces de escuchar tolerantes y respetuosas con, lo cual se favorece el aprendizaje, y la prevención y manejo asertivo de conflicto” (SEP, 2017, p. 253)

De acuerdo con la reforma educativa aplicada a partir de este 2023 y considerándose así el tema del presente informe de prácticas profesionales fue necesario trabajar y aplicarse el nuevo plan de estudios “NEM 2023” ya que de acuerdo con lo investigado e indagado este nuevo plan define la educación socioemocional como:

“Un proceso de aprendizaje mediante el cual los niños y adolescentes desarrollan e integran conceptos, actitudes y habilidades que les permiten entender y manejar sus propias emociones, construir su identidad personal, mostrar empatía, colaborar, establecer relaciones positivas y tomar decisiones responsables” (NEM, 2023)

En la búsqueda de responder a este plan de acción fue formada una estrategia implementando así la materia de: Lenguajes, de lo humano y lo comunitario y ética naturaleza y sociedades de las cuales pasan percibidas de ser materias a áreas de desarrollo las cuales nos permitirán un mayor aprendizaje e impacto así generando la comprensión del tema más a fondo.

Estas áreas “aportan el desarrollo integral del educando y especialmente, al desarrollo de las capacidades de aprender a ser y aprender a convivir” (SEP, 2017, p.112) es por ello por lo que la educación socioemocional es el área que se eligió para el plan de acción.

3.3 Competencias desplegadas en la ejecución del plan de acción:

El impacto deseado de este plan de acción se centra primordialmente en desarrollar habilidades efectivas de regulación emocional entre los alumnos, esta habilidad es importante para su desarrollo integral, ya que les permite procesar de manera adecuada y constructiva sus emociones en diversas situaciones y momentos, para lograr este objetivo, se han diseñado y aplicado diversas estrategias y actividades específicas que están diseñadas para fortalecer la autorregulación emocional.

Al implementar estas estrategias, el objetivo es profundizar en la comprensión individual de las emociones de cada alumno, esto implica no solo identificar y reconocer las emociones que experimentan, sino también entender cómo estas emociones impactan en su comportamiento y bienestar personal.

A través de actividades prácticas y dinámicas, se busca que los alumnos adquieran un mayor autoconocimiento emocional, lo cual les permitirá manejar mejor sus reacciones emocionales y mejorar su bienestar personal y social, también se busca potenciar el trabajo colaborativo y el compañerismo dentro del aula para así propiciar un el respeto, la convivencia y la comprensión para crear un aula con respeto y mayor comprensión.

Además, al fomentar el autoconocimiento emocional, se propiciará un ambiente de aprendizaje que promueva y potencie la autorreflexión y el desarrollo personal, los alumnos no solo aprenderán a regular sus propias emociones, sino que también se sentirán más preparados para comprender emocionalmente a sus compañeros y a cualquier otra persona.

En conclusión, este plan de acción buscó ayudar y cambiar positivamente el ambiente emocional y social del aula, proporcionando a los alumnos las habilidades necesarias para comprender y procesar sus emociones, promoviendo así un desarrollo social y personal que ayude a mejorar su éxito académico y personal.

3.4 Definición de los elementos que complementa la planeación de acuerdo a la NEM:

A continuación, se presenta la definición de los elementos que conforman la planeación:

- **Propósito:** Los propósitos son enunciados generales de los logros deseados. En general, los objetivos se pueden definir como resultados o productos específicos, medibles que se obtendrán en un periodo dado de tiempo.
- **Campo formativo:** Los campos formativos permiten identificar en qué aspectos del desarrollo y del aprendizaje se concentran y constituyen los cimientos de aprendizajes más formales y específicos que los alumnos estarán en condiciones de construir conforme avanzan en su trayecto escolar, y que se relacionan con las disciplinas en que se organiza el trabajo en la educación primaria y la secundaria.
- **Eje articulador:** Los ejes articuladores constituyen un componente que permite desarrollar el currículo desde una perspectiva ética para aprender y enseñar en, desde y para la comunidad.
- **PDA (procesos de desarrollo de aprendizaje):** Es un conjunto de estrategias de planeación y coordinación interinstitucional, formuladas y ejecutadas con el objeto de lograr la armonización integral de los recursos, y la implementación de esquemas eficientes y sostenibles en la prestación de los servicios públicos domiciliarios de agua potable y saneamiento.

3.5 Análisis del nivel de logro y transformación de la práctica

En este apartado se logra encontrar la descripción y resultado de las actividades con las cuales se favoreció la autorregulación de las emociones.

Por ello, se logró observar en que la mayor parte de las actividades los alumnos lograron cumplir el objetivo dando, así como resultado una respuesta favorable y positiva a este plan.

Cada una de las actividades se realizó en una sola sesión y es así como se pretende dar respuesta a la pregunta de investigación.

ACTIVIDAD 1: “EL EMOCIONÓMETRO”

Propósito: El propósito de esta actividad es lograr conocerse mejor aprendiendo a identificar y medir las emociones así logrando regularlas a partir de unas recetas y tomar en cuenta el bienestar propio y el de los demás.

Campo Formativo:

- De lo humano y lo comunitario.

Eje Articulador:

- Inclusión
- Pensamiento crítico
- Igualdad de género

Procesos de desarrollo de aprendizaje (PDA):

- Reflexiona acerca de los valores heredados de la familia, para el desarrollo de una sana convivencia en la escuela y la comunidad.
- Reflexiona sobre los conflictos que tiene en la escuela y la familia, para valorar las posibles alternativas de solución.
- Valora la pertinencia del diálogo, para solucionar los conflictos interpersonales.

Sesiones: 1

Fecha de aplicación: 1 de diciembre del 2023.

Tiempo: 1 hora

Asistencia: 11 niños y 2 niñas

Esta actividad comenzó dando así los buenos días a padres de familia y alumnos, preguntando ¿cómo se encuentran?, ¿cómo están?, expliqué a los padres que me era muy agradable ver su apoyo y compromiso por haber asistido a esta actividad la cual tendría como objetivo identificar los tipos de emociones y cómo poder identificarlas (ANEXO 1.

Planeación actividad 1 “El emociómetro”), explique que obtendría un mayor impacto en sus hijos y en ellos pues el trabajar de manera familiar logra generar un mayor conocimiento y afecto.

Para poder generar un mejor ambiente de confianza entre docente-alumno y docente-padre de familia les pedí a cada uno de los padres que él y su hijo mencionaran su nombre y como les gusta que les llamen, siendo así cada uno de los padres participó respondiendo cual era su nombre y su manera favorita de cómo le gustaba que lo llamaran (IMAGEN 10. Imagen de participación de padres de familia).



IMAGEN 10. Imagen de participación de padres de familia

Para entrar un poco más en contexto sobre lo que trataría la actividad me fue útil investigar un poco acerca de lo relacionado que era "el uso de las emociones y el impacto que generan", les expliqué a los padres que a lo largo de las primeras jornadas de prácticas profesionales logré observar a los alumnos que su mayor problemática eran los impulsos agresivos por no saber controlar o conocer sus emociones.

Los alumnos al sentirse frustrados, enojados o tristes su primera reacción era golpear, no lograban tener el control de sus emociones pues en una evaluación que la docente titular aplicó con ellos logré observar que no lograban identificar cuál era cada una de las emociones y cómo se manifestaba en nosotros.

Al platicar con los padres su reacción fue un poco asustada pues, les comenté que no es lo mismo el comportamiento que se tiene en casa como el comportamiento que se genera en la escuela, les expliqué a los padres que por ello yo había decidido trabajar la autorregulación de las emociones para así poder generar un ambiente áulico más inclusivo, respetuoso, lleno de compañerismo, empático y sobre todo lleno de amor, pues enseñando con amor todo es posible.

Una vez que ya había contextualizado a los padres, procedí a explicar el material con el que se trabajaría y si ellos estaban de acuerdo en que esto favorecería el aprendizaje y conocimiento de sus hijos o de igual manera si no era así ellos pudieran dar ideas de qué tipo de cambios hacer, la respuesta de los padres fue muy buena y entonces ahora sí procedimos a iniciar la actividad.

Para continuar con la actividad les expliqué a los padres que el "emocionómetro" tenía como finalidad medir día con día el estado de ánimo en el que se encontraban sus hijos cada día, también dentro de este emocionómetro contendría unas recetas de cada emoción, las cuales tenían acciones o mensajes con los cuales nosotros podríamos hacerlas y así mejorar nuestro estado de ánimo.

Les entregué a los padres una hoja blanca y un lapicero, expliqué que en esa hoja blanca ellos tendrían que anotar su nombre y cómo se siente en ese día, así también el porqué de ese estado de ánimo, para los alumnos les entregué una hoja blanca y colores lo cuales ellos tendrían que hacer una cara representando su estado de ánimo.

La respuesta de los padres fue rápida y eficaz, les pedí que por favor pasara cada uno al frente para poder expresar cómo se sentía el día de hoy, siendo así me lleve una gran

sorpreza pues es verdad que muchas veces pasamos por momentos muy difíciles, sin embargo, tener que salir día con día a seguir adelante y mostrar una sonrisa, tocó el turno de pasar al papá del alumno O y esto fue lo que leyó:

"Hola buenos días mi nombre es M y soy papá del alumno O, el día de hoy me siento triste y decaído pues la vida no siempre sale como uno quisiera a veces se gana a veces se pierde, hoy me tocó perder, pero sin embargo tengo que seguir adelante porque mi hijo O me necesita y es mi mayor impulso para seguir adelante, yo no puedo ponerme triste pues mi hijo necesita verme feliz y estar fuerte para seguir a su lado muchos años más".

La respuesta de este padre nos dejó en sorprendidos a todos, pues muchas veces son situaciones o momentos en los que te quedas sin palabras pero ahí es donde entre yo y en general di unas palabras para todos, les expliqué que es muy valiente de nuestra padre poder aceptar y abrazar nuestro sentir, el poder expresar sin miedo lo que tú siento es algo tan liberador y sanador pues no hay nada mejor que hablar las cosas para así no sentir que nos hagamos sin embargo comenté que todos pasamos por situaciones difíciles en algún momento de nuestras vidas pero el darnos un abrazo a nosotros mismos es lo más maravilloso que hay y entender que tanto se vive un día a la vez.

Así fue como cada uno de los padres paso a explicar cómo sentían, algunos estaban felices, tristes, enojados, angustiados y algunos otros no sabían ni cómo se sentían, les pedí que por favor en un papelito escribieran su nombre y el de sus hijos pasarán a colocarlo al emocionometro de acuerdo en cuál emoción se encontraban el día hoy.

Una vez que ya cada uno de los padres y alumnos habían pasado al frente y escrito su nombre procedí a leer cada una de las recetas que venían ahí, logré observar que la mayor parte de los padres se sentían "angustiados-tristes" y comenzamos leyendo esas recetas, en la receta de la tristeza venía una acción la cual era brindarse un abrazo muy sincero y lleno de cariño, y fue así que les pedí que se dieran un abrazo muy grande ellos con sus

hijos, fueron muchos choques de emociones pero al final de esto después de un abrazo se logró observar cómo los padres e hijos sonreían y seguían abrazándose.

La mayor parte de los alumnos se sentían felices y ahora se les pidió que le brindarán una sonrisa llena de amor a sus padres.

Para finalizar la actividad se les pidió a los padres que brindarán algunas palabras o consejos en los cuales a ellos les ha sido útil cuando sienten que ya no tienen ganas de continuar, y efectivamente cada uno de los padres dio un consejo tanto como para ellos adultos como para los pequeños, les pedí que por favor si ellos pudieran me dieran una retroalimentación sobre esta actividad que habíamos hecho y si les fue favorable o al menos logré hacerlos sentir mejor o sacarles una sonrisa (IMAGEN 11. Asistencia y participación de alumnos).



IMAGEN 11. Asistencia y participación de alumnos

Cada uno de los padres me comentó que fue una buena actividad, que hacía mucho tiempo que nadie les preguntaba cómo se sentían y el porqué, y también me comentaron que ellos confiaban plenamente en mí para poder generar un muy buen aprendizaje en sus hijos y estaban felices de que ellos felices al llegar a la escuela y lo primero que hicieran fuera abrazarme, eso hacía referencia a qué yo estaba haciendo bien mi trabajo.

Ya por último les agradecí su compromiso y tiempo brindado, así como también les dije que tenían completamente mi confianza para cualquier duda que surgiera con gusto yo les respondería.

Aquí fue donde logré darme cuenta que la actividad realmente había funcionado pues muchas veces nosotros como personas dejamos pasar desapercibido nuestras emociones y nos consolamos con solo decir “mañana será otro día”, el compromiso como docente en formación no solo es con los alumnos si no también con los padres de familia pues el manejo de las emociones muchas veces viene desde casa y siendo así yo debo de estar preparada por y para ellos, dejando así un impacto de aprendizaje significativo y aprender a priorizar nuestro bienestar.

Con esta conclusión logré observar que he logrado desempeñar mi rol como docente en formación de la licenciatura en Inclusión educativa pues logre llevar a cabo dentro de la intervención diferentes estrategias de aprendizaje diversificadas e inclusivas para el alcance de todos, así como también llevar la práctica inclusiva.

Por su parte, Ohm (1998) a partir de la revisión documental de investigaciones y de experiencia prácticas, afirma que es posible enseñar las habilidades sociales y emocionales a partir de un ambiente educativo. Formula sugerencias acerca de cómo crear un ambiente escolar seguro, cálido y cuidadoso, que conduzca tanto al aprendizaje académico como al desarrollo de habilidades emocionales. También explora la relación entre las habilidades emocionales y personales y el rendimiento académico (p. 18).

Como observación para mis próximas intervenciones rescate que dentro de mis áreas de oportunidad estaría poder hablar y decir las cosas de manera más fluida y con más precisión pues logré observar que muchas veces me ponía muy nerviosa y olvidaba de un momento a otro lo que estaba diciendo, aunado a esto también mejoraría mi manera de expresión corporal pues el movimiento corporal ayudaba muchas veces a comprender las

cosas y puesto que yo me ponía nerviosa en momentos lo olvidaba por completo y no lograba transmitir lo que deseaba.

ACTIVIDAD 2: EL MONSTRUO DE COLORES.

Propósito: El propósito de esta actividad es ayudar a identificar cada una de las emociones dándole a cada una un color, de esta manera ayudar a comprenderlo de una manera más concreta y así ejercitar y propiciar el conocimiento del vocabulario emocional.

Campo Formativo:

- De lo humano y lo comunitario

Eje Articulador:

- Inclusión
- Pensamiento crítico
- Igualdad de género

Procesos de desarrollo de aprendizaje (PDA):

- Reflexiona sobre los conflictos que tiene en la escuela y la familia, para valorar las posibles alternativas de solución.
- Valora la pertinencia del diálogo, para solucionar los conflictos interpersonales.

Sesiones: 1

Fecha de aplicación: 5 de diciembre del 2023

Tiempo: 1 hora

Asistencia: 8 niños y 1 niña.

Esta actividad comenzó dando así los buenos días a los alumnos, preguntando ¿Cómo se encuentran?, ¿Cómo amanecieron?, para poder iniciar les expliqué a los alumnos que nuevamente trabajaríamos las emociones (ANEXO 2. Planeación actividad 2 “El monstruo de colores”), pero ahora seríamos pintores de cada una de ellas, el explicar que

trabajaríamos con pintura y pinceles incentivó mucho a los alumnos para poder trabajar (IMAGEN 12. Inicio de la actividad con los alumnos).



IMAGEN 12. Inicio de la actividad con los alumnos

Para poder comenzar a trabajar fue importante preguntar a los alumnos acerca de las emociones por ejemplo: ¿Recuerdan los tipos de emociones que tenemos?, ¿Recuerdan que colores tienen cada una de ellas?, ¿Cuál emoción tienen ustedes en este momento?, esto con el fin de poder tener un conocimiento previo antes de y así poder observar si los alumnos lograban recordar algo o no, la respuesta por parte de ellos fue buena pues la mayor parte respondió correctamente y no siendo así yo también expliqué y di nuevamente una introducción de cada una de ellas y cómo se manifiesta en nosotros.

Les dije a los alumnos que ellos tendrían que escoger el monstruo de la emoción que sintieran en ese día, pues estaba el monstruo feliz, triste, enojado, miedoso, amado y tranquilo así que ellos tendrían que escoger cuál pintarían. Se colgaron los carteles en un tendedero a lo largo del salón, les brindé pintura de cada color de las emociones y les puse un mandil para así evitar mancharse.

Los alumnos comenzaron a trabajar, 2 alumnos eligieron el color rojo que era el monstruo enojado, 2 alumnos eligieron el color amarillo que era el monstruo feliz, 1 alumno eligió el color azul que era el monstruo triste, 2 alumno eligió el color verde que era el

monstruo tranquilo, 1 alumno eligió el color morado que el monstruo miedoso o temeroso y 1 alumno eligió el color rosa que era el monstruo amado (IMAGEN 13. Alumnos trabajando y manipulando material).



IMAGEN 13. Alumnos trabajando y manipulando material

Al lado de cada dibujo del monstruo dependiendo de la emoción que tuviera tenía un mensaje o una acción que podía ayudarnos a mejorar nuestro estado de ánimo dependiendo del tipo de emoción que tuviera, continúe pasando por su lugar y preguntando cuál era la razón del por qué sentían esa emoción; la mayor parte de los alumnos respondían que no sabían por qué se sentían así así que continúe leyendo la acción o consejo que tenía cada una de la emoción para así poder lograr sacarles una sonrisa y explicarles que todo estaría bien.

Una vez que los alumnos terminaron de pintar completamente su monstruo les pedí que por favor dieran algún consejo o alguna acción que nos ayudara a mejorar nuestro estado de ánimo dependiendo de cada una de la emoción que eligieron, algo que logré observar fue que los alumnos lograron comprender mejor la información estando pintando y escuchando acerca de lo que yo hablaba de la emoción (IMAGEN 14. Alumnos terminando la actividad).



IMAGEN 14. Alumnos terminando la actividad

De esta manera yo fui logrando recabar cada una de las respuestas para poder ir construyendo la evaluación que se haría, dentro de las respuestas que se obtuvieron fue un alumno que eligió el monstruo de la felicidad y él dijo:

"Yo soy feliz porque me gusta bailar y jugar con mis amigos, algunas veces me pongo triste cuando me quedo solo en casa, pero me pongo a bailar y soy feliz como una lombriz".

En esta parte fue donde logré reflexionar y observar que la actividad había funcionado pues siendo la segunda actividad y ellos aprendiendo a relacionar las emociones con los colores dio un resultado exitoso, siendo así que también el compromiso y la motivación por parte mía como docente en formación ayudo mucho a que ellos logran realizar la actividad y cumplir su propósito.

Por medio de esta reflexión logré entender que todo se puede, cada una de las cosas que se proponga se puede pues logre crear un vínculo de compañerismo dentro del aula, sin golpes, gritos, peleas y trabajando todos en equipo, es impresionante pues los alumnos no podían trabajar en binas o parejas porque al ser así ellos ya estarían golpeándose, esto fue un logro y un gran paso pues eso y su comportamiento reflejaba que las actividades estaban cumpliendo su objetivo y propósito.

Bisquerra (2012) menciona que:

La conciencia emocional consiste en conocer las propias emociones y las emociones de los demás. Esto se sigue a través de la observación del propio comportamiento, así como del de las personas que nos rodean. Ello supone saber distinguir entre pensamientos, acciones y emociones; comprender las causas y consecuencias de las últimas; evaluar su intensidad; y reconocer y utilizar su lenguaje, tanto comunicación verbal como no verbal, p. 5.

Como observación para mis próximas intervenciones observe que dentro de mis áreas de oportunidad aplicaría la precisión y explicación más clara, fueron días muy difíciles para mí por situaciones personales y sinceramente estaba por rendirme, aún con todo esto no me rendí y trate de dar mi máximo esfuerzo para poder llevar a cabo la actividad.

ACTIVIDAD 3: EL DADO DE LAS EMOCIONES.

Propósito: El propósito de esta actividad es lograr identificar las emociones y los sentimientos principales para así lograr reconocer y reflexionar sobre cada una de las emociones.

Campo Formativo:

- De lo humano y lo comunitario.

Eje Articulador:

- Inclusión
- Pensamiento crítico
- Igualdad de género

Procesos de desarrollo de aprendizaje (PDA):

- Reflexiona acerca de los valores heredados de la familia, para el desarrollo de una sana convivencia en la escuela y la comunidad.

- Reflexiona sobre los conflictos que tiene en la escuela y la familia, para valorar las posibles alternativas de solución.

Sesiones: 1

Fecha de aplicación: 7 de marzo del 2024

Tiempo: 1 hora

Asistencia: 7 niños y 2 niñas.

Esta actividad comenzó dando los buenos días a los alumnos y preguntando ¿Cómo están? ¿Cómo amanecieron?, para iniciar les expliqué que nuevamente retomáramos el tema de las emociones diseñando así nuestro propio dado (ANEXO 3. Planeación actividad 3 “El dado de las emociones”). Para entrar en contexto les pregunté a los alumnos si ellos recordaban los tipos de emociones que tenemos, Su respuesta fue buena pues unos días antes habíamos hablado sobre los valores de los niños y así de esa manera ellos relacionaron que cuando están enojados no deben de pegar, ellos respondieron de manera correcta a la pregunta y así fue como logramos continuar.

Comencé a explicar que durante este día trabajaríamos con nuestro dado de las emociones para dar una pequeña introducción apunté en el pizarrón los nombres de cada una de las emociones y así mismo la imagen de cada una de ellas, posteriormente les pedí que relacionáramos el nombre con la imagen por ejemplo si leía enojado ellos tendrían que señalar con cuál imagen iba y así sucesivamente hasta terminar cada emoción.

Para continuar les expliqué a los alumnos que trabajaríamos creando nuestro dado de las emociones siendo así que decorarían cada lado de la emoción con su color, continúe entregando una hoja en la cual venía el molde exactamente del dado y así también entregué material de distintos colores como: plumas azules, amarillas y rosas, pinturas verde, amarilla, rosa, roja, gris y morada, les entregué un poco de cada material a cada uno y procedieron a cortar y pintar su dado (IMAGEN 15. Alumnos trabajando y decorando con material)



IMAGEN 15. Alumnos trabajando y decorando con material

Logré observar que a lo largo de este tiempo ha sido muy útil y efectivo dentro de su regulación el poder trabajar con distintos material y texturas pues el descubrir e interactuar con nuevas texturas y colores ayuda mucho a que ellos se motiven a seguir aprendiendo y observando. Retomando así los alumnos terminaron de decorar su dado y así les pedí de favor poder ponerlo cerca de la ventana para poder secarse.

Ya para finalizar les pedí a los alumnos que se reunieran en un círculo y siendo así me senté con ellos para poder explicarle las instrucciones de la última actividad (IMAGEN 16. Docente en formación dando indicaciones), expliqué que la actividad consistía en tirar el dado y dependiendo del lado que cayera y la emoción que fuera tendrían que explicar qué cosas les hacen sentir esa emoción, continuamos trabajando y llegó el turno de un compañero que cayó en el lado temeroso/miedo y le pedí que por favor dijera alguna acción o cosa que lo hace sentir de esa manera (IMAGEN 17. Maestra-alumno dialogando).



IMAGEN 16. Docente en formación dando indicaciones



IMAGEN 17. Maestra-alumno dialogando

El alumno respondió:

"Cuando veo una cucaracha o una rata me hace sentir mucho miedo y grito mucho" así fue que los demás niños escucharon y una alumna dijo: "también cuando veo una víbora yo me

asusto y lloro", estas respuestas me hicieron saber que cada vez comprendían un poco más y más sobre el sentir de las emociones y en qué situaciones se presentan, así fue como paso el turno de todos y si embargo como algunos alumnos no logran hablar su manera de expresarse fue mediante gestos haciendo referencia a la emoción que sentían.

Una vez terminado de pasar todos les di las gracias y nuevamente les expliqué que era importante poder observar y comprender en qué momento se presentan todas las emociones y también que siempre debemos de guardar la calma.

Aquí fue donde realmente logré reflexionar que la actividad había sido buena sin embargo hizo falta un poco más de organización, muchas veces se comprende que los alumnos están estresados y quieren salir, ahora bien, con las altas temperaturas que se han reflejado es imposible mantenerlos tranquilos, sin embargo, esto me ayuda a poder entenderlo y prepararme de mejor manera para mis próximas actividades y saber cuales mejorías puedo hacer para concluir satisfactoriamente la actividad.

Según Goleman (2012) nos dice que:

Las emociones aportan gran sentido e importancia a nuestras vidas, a partir de la correcta regulación de nuestras emociones es que podemos decretar puntualmente la medida de nuestros éxitos o fracasos en todos los ámbitos en los que nos desempeñemos. Es importante prestar atención en la regulación de nuestras emociones para lograr ser una persona emocionalmente inteligente. Actualmente en las escuelas se da especial importancia a la inteligencia emocional al ser un factor cada vez más conocido y respetado para así lograr diversos objetivos que buscan en las instituciones, ejecución correcta de las habilidades sociales, evaluación de competencias y una mayor calidad en el aprendizaje, centrándose verdaderamente en el alumno.

Es importante considerar el proceso que tienen los alumnos día con día pues es ahí donde se refleja cual es avance y la mejoría que ellos han tenido y saber desde donde retomar para seguir avanzando y aprendiendo.

ACTIVIDAD 4: CUENTO EL MONSTRUO DE COLORES

Propósito: Esta actividad tiene como propósito interpretar y explicar los diferentes tipos de emociones que sentimos, así como también dar a conocer las acciones o momentos que nos hacen sentir en cada emoción.

Campo Formativo:

- De lo humano y lo comunitario.

Eje Articulador:

- Inclusión
- Pensamiento crítico
- Igualdad de género

Procesos de desarrollo de aprendizaje (PDA):

- Reflexiona acerca de los valores heredados de la familia, para el desarrollo de una sana convivencia en la escuela y la comunidad.
- Reflexiona sobre los conflictos que tiene en la escuela y la familia, para valorar las posibles alternativas de solución.

Sesiones: 1

Fecha de aplicación: 7 de marzo del 2024.

Tiempo: 1 hora

Asistencia: 8 niños y 1 niña.

Esta actividad comenzó dando los buenos días y preguntando a los alumnos ¿Como están?, para iniciar les expliqué que el día de hoy trabajaríamos con el cuento del monstruo de colores retomando nuevamente nuestras emociones (ANEXO 4. Planeación actividad 4

“Cuento el monstruo de colores”). Les pedí que por favor se pusieran de pie para hacer un calentamiento y comenzar bien el día para ello puse una canción que es la favorita de la mayoría del grupo (Tasa-tetera/Tatiana) y nos pusimos a bailar todos, una vez que ya habíamos terminado de bailar les pedí que por favor juntáramos nuestras bancas en forma de medio círculo frente al pizarrón, los alumnos lograron acomodarse de manera correcta y comenzamos la actividad.

Al frente se puso un teatro pequeño, pasé al frente y les mostré a los alumnos los diferentes títeres de las emociones para así ponerme detrás del teatro (IMAGEN 18. Maestra mostrando material de trabajo). Continué leyendo el cuento, en cada una de las emociones mostraba cuál era el títere y su color para que así ellos lograran irlo relacionando, al momento de estar leyendo les preguntaba acerca de cada emoción, por ejemplo: ¿ustedes que sienten cuando están tristes? Y muchos de ellos respondían que lloraban, algunos gritaban u otros dormían, de esta manera se obtenían diferentes respuestas (IMAGEN 19. Alumnos observando y escuchando el cuento).



IMAGEN 18. Maestra mostrando material de trabajo



IMAGEN 19. Alumnos observando y escuchando el cuento

Una vez que había terminado de leer el cuento les expliqué que ahora sería el turno de cada uno para poder pasar al frente y por medio de nuestros títeres explicar cómo nos sentíamos en cada emoción y por qué; comenzamos conforme estaban sentados. Dentro de estas actividades es difícil poder escuchar las palabras sin que toquen el fondo de tu corazón, en una ocasión le toco pasar a una alumna la cual al escuchar su participación me dejo impactada, habíamos llegado a la emoción de la tristeza y decidí indagar un poco más a fondo pues muchas veces al llegar la alumna se notaba un poco angustiada y descuidada en cuestión de higiene, entonces le pregunto a la alumna:

Maestra Evelyn: ¿cómo te sientes el día de hoy?

Y responde la alumna:

-Bien maestra, solo que tengo mucha hambre.

A lo que yo respondo:

-Tú mami no te envió nada de lonche?

Y la alumna me contesta:

-Mi mami me echo una torta de jamón.

Procedo yo a checar su mochila y me doy cuenta que era un bolillo que tenía ahí en su mochila desde varios días atrás.

Regreso nuevamente a su lugar y le digo:

- ¿Porque tú mamá no te envió un lonche nuevo?

Y ella responde:

-Mi mami me dijo que hasta que no me coma ese lonche ella no me enviara uno nuevo.

Y así la alumna procede a llorar, pero sin antes decirme:

-Maestra a mí me da mucha tristeza que mi mamá no me mande lonches ricos, yo también siento mucha hambre.

Fuente: Diario de prácticas (Monreal, 2024).

Esta actividad yo la había aplicado antes de receso, pero logré observar algo importante y es que si no pregunto a la alumna porque se sentía así ella se hubiera quedado sin comer y hubiera tenido que comer un lonche feo de hace muchos días, aquí fue donde identifiqué la importancia de ser muy observadora pues muchas veces de cualquier cosa pequeña suelen salir más y más situaciones.

Para finalizar procedí a tener la atención de todos alumnos y explicar que en cualquier tipo de situación que sea así ellos deben de informar a su maestra titular o a cualquier personal de la institución pues muchas veces los alumnos asisten sin lonche o agua a la escuela o inclusión en situaciones muy vulnerables por falta de atención de los padres de familia.

Una vez que habíamos terminado la actividad procedí acercarme a la alumna e invitarle de mis tacos que llevaba de lonche, la alumna con un gesto muy amable me abrazo y al terminárselos me dijo: “muchas gracias maestra, mi pancita ya tenía hambre”.

Estar dentro de la docencia hace ver la realidad hacia muchas cosas, en la vida no todo es como parece y esta vez me tocó observarlo, es por ello que entendí que realmente es

una profesional realmente valiosa, pues no solo es será maestro, algunas veces toca ser doctor, animador, escuchar a los alumnos o simplemente ser como su hogar; llegué a la conclusión de que realmente me siento feliz y preparada para emprender este largo viaje hacia la docencia, mi alma y mi corazón estaban destinados a esto y me siento muy feliz de estar aquí.

Este enunciado se sustenta con el aporte de Rangel y Valdés (2017, p. 105) al considerar que “La familia es la unidad fundamental y primaria donde el ser humano se va haciendo persona, es la primera institución donde descubre las formas básicas de la vida social y en la que aprende a relacionarse con los otros”.

Con esta conclusión he logrado observar y comprender que sin importar la situación nosotros siempre debemos de priorizar nuestro bienestar personal, así como el de los demás, me siento muy satisfecha pues algunos resultados fueron buenos, otros malos, pero, sin embargo, se logró una misión importante y priorizar el bienestar del alumno.

3.6 Resultados

El verdadero maestro no es el que dice “hazlo como yo”, sino quien te propone “hazlo conmigo”. En última instancia, lo que nos desafía es ser llamados, ser convocados, ser elegidos. Que alguien nos dedique un tiempo de su vida irrepetible, que considere que es interesante que crezcamos, que mejoremos, sólo puede inscribirse, sea cual fuera el estado de ánimo o su disposición inicial, en una suerte de afecto, que puede llegar a ser de afectuoso amor. (Gabilondo, A. 2009)

En este apartado se tiene como objetivo dar a conocer los resultados de cada uno de los logros y habilidades que los alumnos lograron desarrollar y llevar a cabo a través de las actividades aplicadas dentro de plan de acción.

Los resultados que se obtuvieron fueron a través de las actividades que se implementaron dentro del plan de acción buscando así la “Autorregulación de las Emociones”, las cuales fueron implementadas en los meses de diciembre 2023 y marzo 2024 las cuales me permitieron mejora la autorregulación emocional, el autoconocimiento, el trabajo colaborativo y el bienestar personal, así como el de los demás.

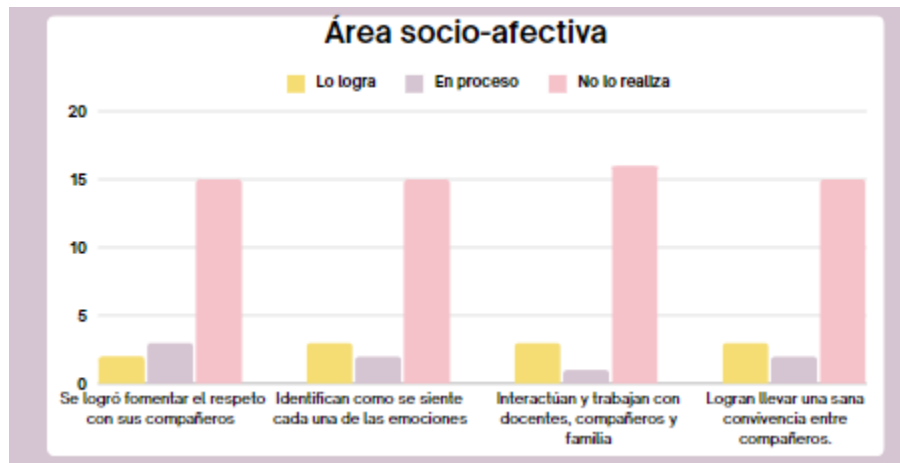
Dentro de cada una de las actividades utilicé una escala de valoración grupal que me permitiera identificar lo que han logrado y avanzado dentro del área socioafectiva y socioemocional, favoreciendo así su bienestar social y personal. A continuación, se muestra la gráfica en donde se logra observar cuantos alumnos logran, en proceso o no realiza.

Resultados de evaluación inicial del diagnóstico:

Al inicio de la investigación se realizaron unas evaluaciones iniciales de diagnóstico esto así con el objetivo de poder identificar la problemática planteada dentro del alumnado.

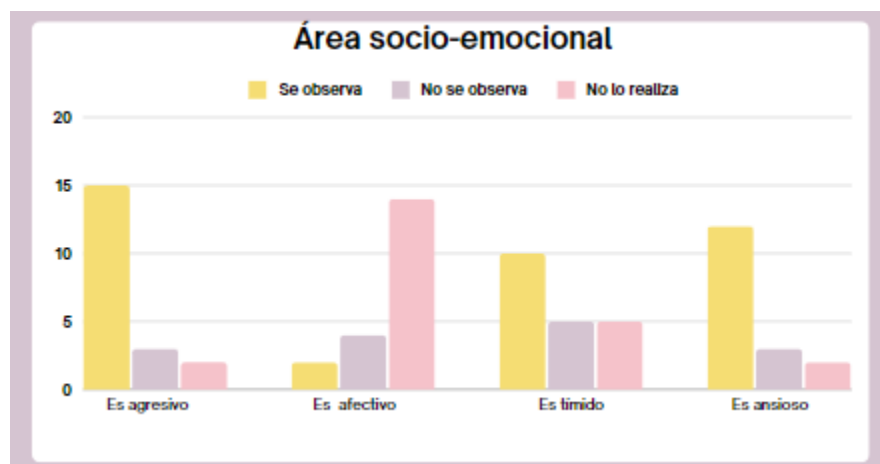
De acuerdo a los resultados obtuvimos que la mayor parte de los alumnos no lograban desarrollarse en el área socioafectiva siendo así que no lograban fomentar el respeto, identificar las emociones, interactuar y trabajar colaborativamente, ni llevar una sana

convivencia entre compañeros y docentes, mientras que la otra parte estaba en proceso o no lo realizaba. A continuación, se muestran los resultados:



Gráfica 1. Resultados de acuerdo a la evaluación inicial de diagnóstico del área socioafectiva.

Retomando los resultados que se obtuvieron nos indica que la mayor parte de los alumnos no lograban desarrollarse en el área socioemocional siendo así que eran agresivo, no eran afectivos, eran tímidos y ansiosos mientras que la otra parte no se observaba o no realizaba. A continuación, se muestran los resultados:

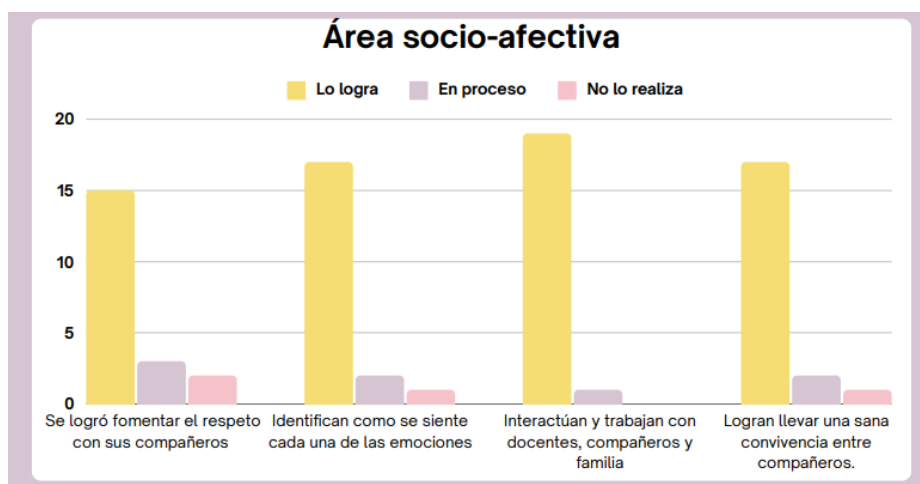


Gráfica 2. Resultados de acuerdo a la evaluación inicial de diagnóstico del área socioemocional.

Resultados finales de la evaluación inicial del diagnóstico:

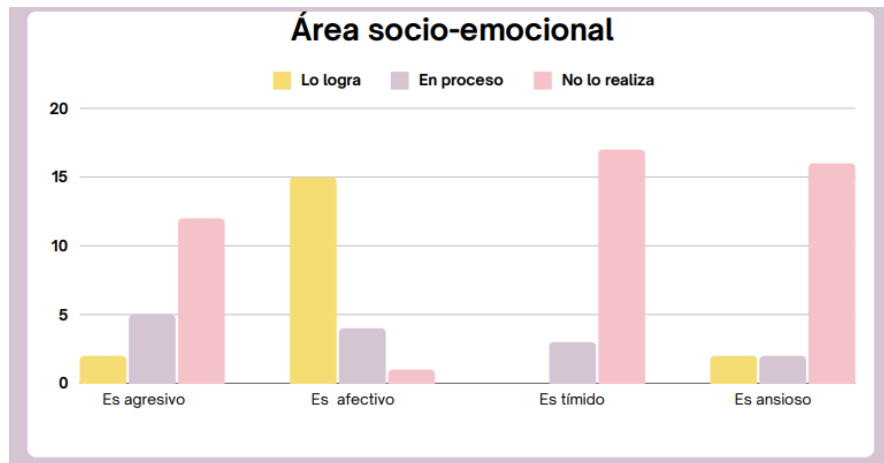
Los resultados que se obtuvieron fueron de acuerdo a la evaluación por medio de las actividades, reflejando así los resultados finales.

Los resultados fueron excelentes, se logró fomentar y potenciar el área socioafectiva en cada uno de los alumnos siendo así que la mayor parte de los alumnos logró desarrollarse de manera correcta, se logró fomentar el respeto, lograron identificar cada una de las emociones, se logró la interacción el trabajo colaborativo, así como una sana convivencia dentro del aula, mientras que el resto del grupo sigue en proceso o no realiza.



Gráfica 3. Resultados finales de la evaluación inicial del diagnóstico.

Retomando los resultados que se obtuvieron nos indica que el mayor número de alumnos logró disminuir o controlar su agresividad, se fomento la afectividad y el amor, se disminuyó la timidez, así como la ansiedad, mientras que la otra parte sigue en proceso o no realiza.



Gráfica 4. Resultados finales de la evaluación inicial del diagnóstico

Como se logra observar la mayor parte del grupo logran los indicadores que se mencionan, mientras que la otra parte sigue en proceso, cabe mencionar que alrededor de 3 alumnos no se sabe nada de ellos desde el inicio del ciclo escolar.

Dentro de la investigación se tenía muy claro el propósito el cual era fomentar la autorregulación de las emociones en los alumnos, sin embargo, no se logró poder identificar el avance de todos los alumnos pues su asistencia era muy irregular y esto no permitía poder llevar un seguimiento continuo.

Al analizar los resultados observé que 5 de los 20 alumnos lograron cumplir la mayoría de los indicadores, ello refleja que las actividades generaron un aprendizaje significativo en los alumnos; en este tipo de temas se debe dar continuidad y seguimiento pues algunas veces resulta que lo olvidan rápido y es por ello que debe de ser importante mantenerlo presente en el día a día.

Sinceramente me hubiera gustado mucho contar con la asistencia de todos los alumnos para así haber observado el avance completamente de todo el grupo. A continuación, se muestran los instrumentos de evaluación en los cuales viene el resultado de cuál fue el avance que se obtuvo en cada actividad evaluando grupalmente.

Actividad 1:

En los resultados de la actividad 1 “El emociómetro” se observa que de acuerdo a la asistencia que fueron 14 de 20 alumnos, el 70% de los alumnos lograron identificar las emociones, el 70% de los alumnos lograron identificar cómo se siente cada emoción, el 70% de los alumnos reconocieron acciones que generan los estados de ánimo y el 60% de los alumnos logran reconocer como se sienten las personas al pasar por distintas emociones, siendo así se logra cumplir el propósito de la actividad. A continuación, se muestran los resultados:

Tabla 5. Instrumento de evaluación grupal con resultados de la actividad “El emociómetro”.

Indicador:	Lo lograron:	En proceso:	Necesitan apoyo:
Logran identificar las 5 emociones por medio de imágenes, colores o sonidos.	X		
Identifican cómo se sienten cada una de las emociones en diversas situaciones de la vida diaria.	X		
Reconocen que acciones o cosas hacen sentir ese estado de ánimo y cómo	X		

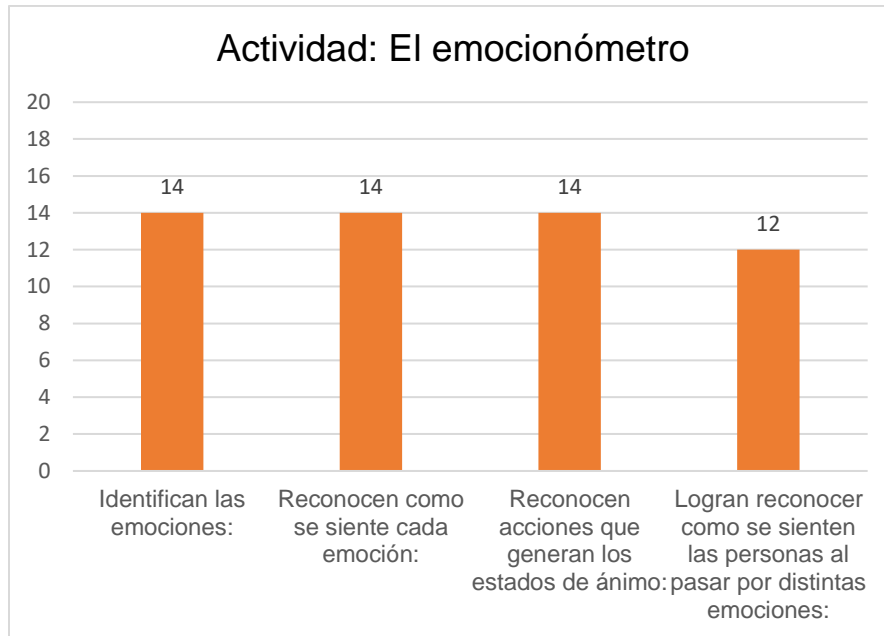
poder controlarlo o solucionarlo.			
Logran reconocer cómo se sienten las personas cuando pasan por distintas emociones.		X	

Para poder obtener estos resultados se trabajó por medio de una tabla y gráficas las cuales me permitieron saber el resultado del avance dentro de esta actividad.

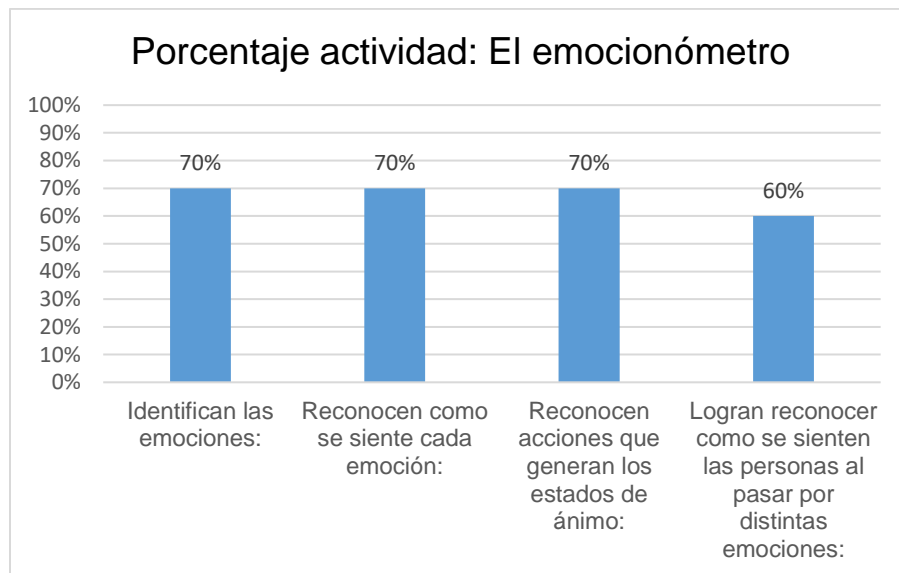
A continuación, se muestran los resultados:

INDICADORES	LOGRO	PORCENTAJE
Identifican las emociones:	14	70%
Reconocen cómo se siente cada emoción:	14	70%
Reconocen acciones que generan los estados de ánimo:	14	70%
Logran reconocer como se sienten las personas al pasar por distintas emociones:	12	60%

Tabla 6. Puntajes y porcentajes de actividad “El emociómetro”



Gráfica 5. Resultados de avance en actividad “El emociómetro”.



Gráfica 6. Porcentaje de resultados que se obtuvieron en actividad “El emociómetro”.

Actividad 2:

En los resultados de la actividad 2 “el monstruo de colores” se observa que de acuerdo a la asistencia que fue 9 de 20 alumnos el 45% logró recordar e identificar las emociones,

el 45% logró recordar cómo se siente cada emoción, el 35% reconoció cada color de las emociones y el 45% lograron trabajar y colaborar en equipo, siendo así refleja que se logra cumplir el propósito de la actividad sin embargo, los porcentajes obtenidos pueden mejorar pues la irregularidad de la asistencia se ve reflejada en los resultados. A continuación, se muestran los resultados:

Tabla 7. Instrumento de evaluación grupal con resultados de la actividad “El monstruo de colores”.

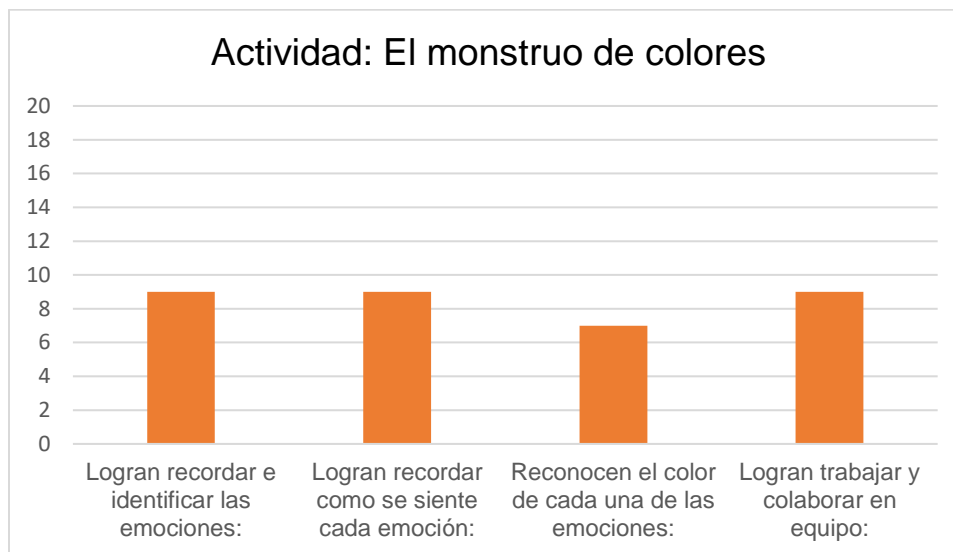
Indicador:	Lo lograron:	En proceso:	Necesitan apoyo:
Logran recordar e identificar las 5 emociones por medio de imágenes, colores o sonidos.	X		
Logran recordar cómo se sienten cada una de las emociones y cómo se manifiestan en la persona.	X		
Reconocen el color de cada una de las emociones o la imagen de cada una de ellas.		X	
Logran trabajar y colaborar en compañeros y trabajar en equipo.	X		

Para poder obtener estos resultados se trabajó por medio de una tabla y gráficas las cuales me permitieron saber el resultado del avance dentro de esta actividad.

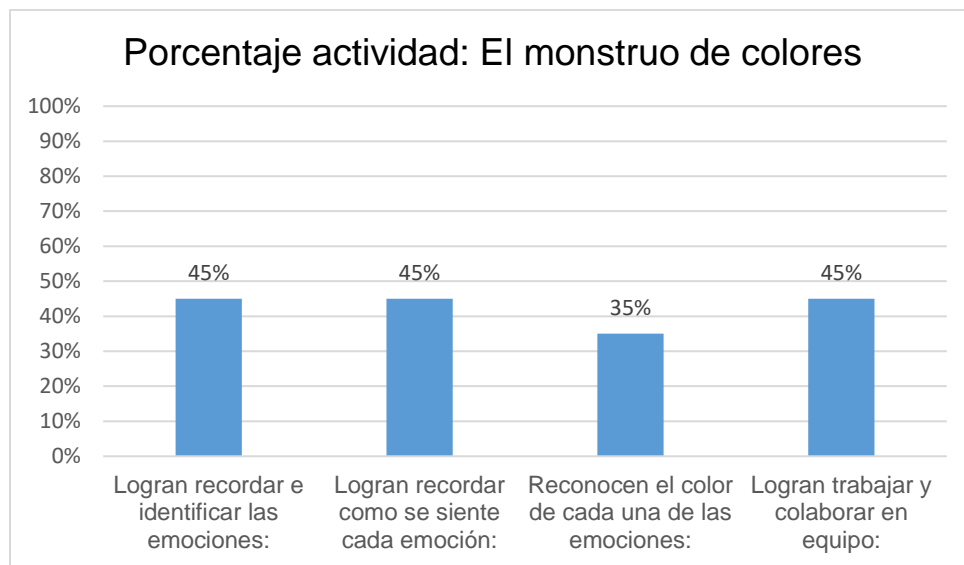
A continuación, se muestran los resultados:

INDICADORES	LOGRO	PORCENTAJE
Logran recordar e identificar las emociones:	9	45%
Logran recordar cómo se siente cada emoción:	9	45%
Reconocen el color de cada una de las emociones:	7	35%
Logran trabajar y colaborar en equipo:	9	45%

Tabla 8. Puntajes y porcentajes de la actividad “El monstruo de colores”



Gráfica 7. Resultados de avance en actividad “El monstruo de colores”.



Gráfica 8. Porcentaje de resultado que se obtuvo en la actividad “El monstruo de colores”.

Actividad 3:

En los resultados de la actividad 3 “el dado de las emociones” se observa que de acuerdo a la asistencia que fue 9 de 20 alumnos, el 45% de los alumnos logró trabajar y convivir de manera sana, el 35% de los alumnos identificó qué acciones llevan a cada emoción y el 45% reconoció la importancia de cada una de las emociones, siendo así que se logra cumplir el propósito de la actividad, sin embargo los porcentajes obtenidos puede mejorar esto debido a la irregularidad de asistencias de los alumnos. A continuación, se muestran los resultados:

Tabla 9. Instrumento de evaluación grupal con resultados de actividad “El dado de las emociones”.

Indicador:	Lo lograron:	En proceso:	Necesitan apoyo:
Logran trabajar y convivir de manera sana y colaborativa dentro del	X		

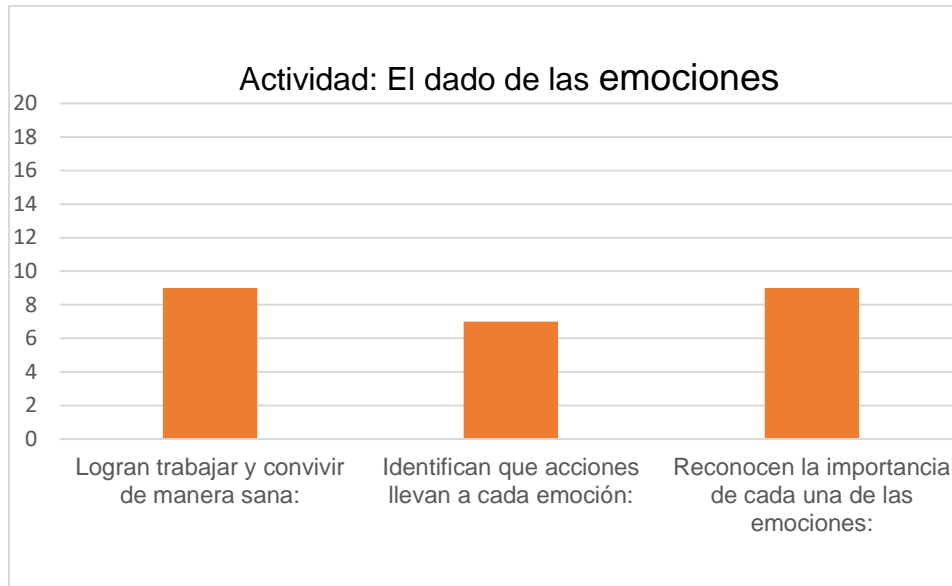
aula y espacios de la escuela.			
Identifican qué acciones o situaciones llevan a cada emoción y cómo se puede manejar o controlar.		X	
Reconocen la importancia de cada una de las emociones y cómo mantener la calma cuando se presenta alguna de ellas.	X		

Para poder obtener estos resultados se trabajó por medio de una tabla y gráficas las cuales me permitieron saber el resultado del avance dentro de esta actividad.

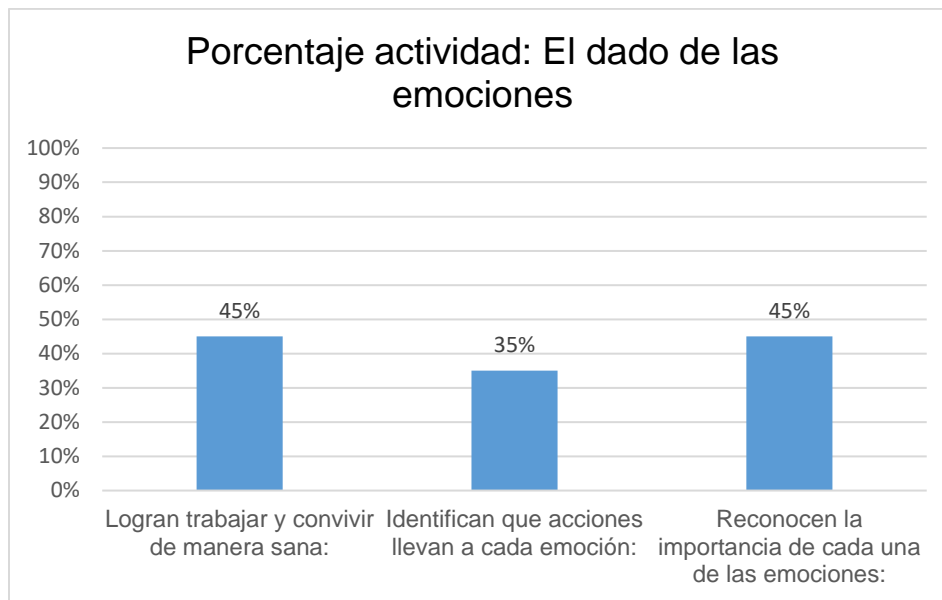
A continuación, se muestran los resultados:

INDICADORES	LOGRO	PORCENTAJE
Logran trabajar y convivir de manera sana:	9	45%
Identifican que acciones llevan a cada emoción:	7	35%
Reconocen la importancia de cada una de las emociones:	9	45%

Tabla 10. Puntajes y porcentajes de la actividad “El dado de las emociones”



Gráfica 9. Resultados de avance en actividad “El dado de las emociones”.



Gráfica 10. Porcentaje de resultado que se obtuvo en la actividad “El dado de las emociones”.

Actividad 4:

En los resultados de la actividad 4 “Cuento el monstruo de colores” se observa que de acuerdo a la asistencia que fue 9 de 20 alumnos, el 45% de los alumnos logró interactuar con respeto, el 35% de los alumnos respetó su turno para participar y el 45% interpretó, habló, y gesticuló como se sienten las emociones, siendo así que se logra cumplir el propósito de la actividad, sin embargo, los porcentajes obtenidos pueden mejorar esto debido a la irregularidad de asistencia de los alumnos. A continuación, se muestran los resultados:

Tabla 11. Instrumento de evaluación grupal con resultados actividad “Cuento el monstruo de colores”.

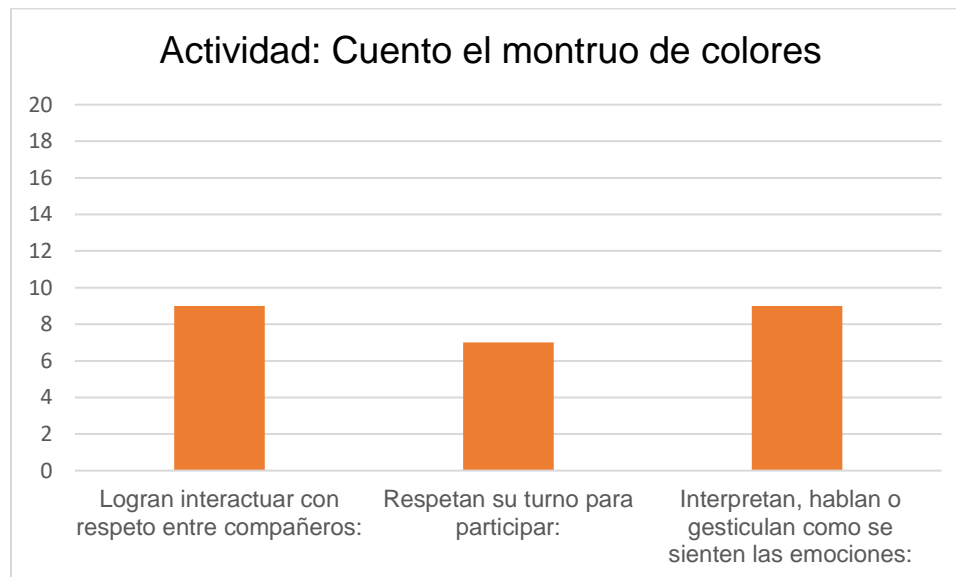
Indicador:	Lo lograron:	En proceso:	Necesitan apoyo:
Logran interactuar con respeto entre compañeros y trabajar en binas o grupal de forma adecuada y colaborativa.	X		
Respetan su turno para participar y expresar su opinión con respeto.		X	
Interpretan, hablan o gesticulan cómo se siente cada una de las emociones.	X		

Para poder obtener estos resultados se trabajó por medio de una tabla y gráficas las cuales me permitieron saber el resultado del avance dentro de esta actividad.

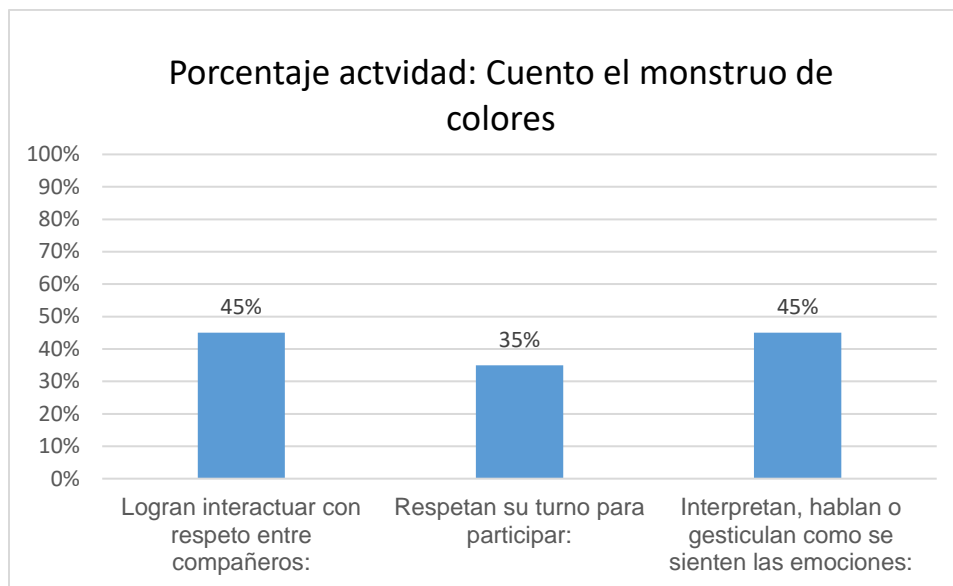
A continuación, se muestran los resultados:

INDICADORES	LOGRO	PORCENTAJE
Logran interactuar con respeto entre compañeros:	9	45%
Respetan su turno para participar:	7	35%
Interpretan, hablan o gesticulan como se sienten las emociones:	9	45%

Tabla 12. Puntajes y porcentajes de actividad "Cuento el monstruo de colores".



Gráfica 11. Resultados de avance en actividad "Cuento el monstruo de colores".



Gráfica 12. Porcentaje de resultado que se obtuvo de la actividad “Cuento el monstruo de colores”.

En conclusión y observando los resultados me siento feliz y satisfecha de observar cómo comenzó el grupo al inicio de ciclo escolar y el avance que lleva hasta ahora me da satisfacción observar que siempre se puede, la mayor parte del grupo lograron un avance y una mejoría significativa, se que aún hay mucho potencial por poner en práctica y que muchas cosas tal vez pudieron salir mejor sin embargo, mucho de esto requería la asistencia de todos los alumnos pues la inasistencia e irregularidad de muchos de ellos afectaba el avance, sin embargo se logró concluir con satisfacción.

IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Después de completar el informe de prácticas profesionales en el Centro de Atención Múltiple Manuel López Dávila, enfocado en la autorregulación de las emociones en alumnos de quinto grado, los resultados obtenidos fueron significativos y demostraron cumplir efectivamente muchos de los propósitos esperados.

El enfrentar la diversidad dentro del aula representó un desafío complejo y profundamente enriquecedor, pues requirió una atención precisa y sensible para abordar las características únicas y las necesidades individuales de cada alumno.

Superando los retos, fue especial presenciar cómo la investigación y la aplicación de estrategias concretas rindieron buenas respuestas en el desarrollo emocional de los alumnos. Los materiales fueron exitosos, un ejemplo de ello fue trabajar con materiales de tamaño adecuado y llamativos es decir con colores, dibujos, trabajar con pinturas, pegamento, decoraciones (plumas, pompones, diamantina, etc.) y sin embargo un punto muy importante de acorde a las necesidades del alumnado, pues esto permitió que pudieran realizar las actividades sin problemas y obtener buenos resultados.

Comparando los resultados que se obtuvieron en la evaluación inicial a los resultados finales se logró observar el resultado dentro del área socioemocional y socioafectiva pues, al inicio la mayor problemática en los alumnos era el descontrol y desconocimiento total de sus emociones y esto se manifestaba en rebeldía, problemas, desobediencia, desconfianza, frustración, etc. todo esto llevaba a un ambiente áulico y escolar sin respeto, empatía y compañerismo sin embargo después de todo este procedimiento se logró observar que los objetivos generales y específicos se lograron concluir con satisfacción, para poder minimizar y eliminar la problemática a la que se presentaban se implementaron actividades dentro de un plan de acción que especialmente fue diseñado acorde a cada una de las características y necesidades del alumnado para poder trabajar la

autorregulación de sus emociones, fueron actividades dinámicas, conscientes y reflexivas en las cuales nos permitía observar el avance del alumno y de qué manera impactaban en él, al culminar con las actividades para trabajar dentro de la problemática a la que se enfrentaba el grupo fue una completa sorpresa pues jamás habría imaginado que los alumnos tuvieran ese gran avance de poder trabajar juntos, convivir, trabajar en equipo y colaborativamente, compartir, dialogar y jugar entre ellos mismos; estos resultados hacen reflejo que de que no únicamente fueron avances en el área emocional como se pretendía en esta investigación, pues impactaron en el área académica logrando así trabajar en equipo y llevar una sana convivencia, se espera que esto no solo les sirva en la escuela si no también en lo social a lo largo de su vida, el aprender a relacionarse con las personas de manera sana y pacífica podrá llevarlos a que tengan una buena vida social.

Los propósitos del proyecto en cada uno de ellos no solo fueron motivo de satisfacción, sino también de orgullo por los avances alcanzados. Sin embargo, es importante reconocer que la irregularidad en la asistencia de los alumnos pudo haber limitado el alcance completo de los resultados esperados.

Este grupo destacó por su potencial y una notable capacidad de aprendizaje, al inicio del ciclo escolar los alumnos no sostenían ni siquiera un lápiz o una crayola, al dejarles material en el mesabanco rompían las hojas o tiraban los colores sin embargo, al observar el avance que tuvieron del inicio hasta ahora es una enorme satisfacción, el ponerles una actividad y darles indicaciones ellos lograron seguirlas y trabajar por sí mismos, poner atención y acatar las órdenes ya no fue ninguna dificultad pues por sí mismos lograron centrar su atención y hacer lo que se les pedía. A pesar de los desafíos y la complejidad durante el proceso, lograr cerrar este capítulo con éxito es una fuente de alegría y una inspiración para seguir avanzando en el camino hacia una educación inclusiva y el desarrollo integral de cada alumno.

“Caminamos juntos por esta vía y no dirigimos exhortaciones a nadie. Aprender significa ajustar nuestro obrar y no obrar a lo que en cada caso se nos atribuye como esencial. Pero el enseñar es más difícil que aprender porque enseñar significa dejar aprender. Más aún, el verdadero maestro no deja de aprender nada más que el aprender. Por eso, también su obrar produce a menudo la impresión de que propiamente no se aprende nada de él, si por ‘aprender’ sólo se entiende la obtención de conocimientos útiles (...). De ahí que siga siendo algo sublime llegar a ser maestro, cosa enteramente distinta de ser un docente afamado”.

(Gabilondo, 2009)

V. REFERENCIAS

Bonamind. (s.f.). *La educación emocional en los niños: etapa de 6-12 años*. Recuperado el 26 de junio de 2024, de <https://www.bonamind.com/la-educacion-emocional-en-los-ninos-etapa-de-6-12-anos/>

Bisquerra, R. (2011). Educación emocional. *Propuestas para educadores y familias*. Bilbao: *Desclée de Brower*, 100-105. Recuperado 13 de febrero de 2024 de: <https://www.redalyc.org/pdf/410/41040202.pdf>

Bisquerra, R. (2012). De la inteligencia emocional a la educación emocional. *Cómo educar las emociones*, 1, 24-35. Recuperado 20 febrero de 2024 de: <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927006.pdf>

Bisquerra, R. (2000). Educación emocional y bienestar. Barcelona: Praxis. Recuperado 20 abril de 2024 de: <https://www.redalyc.org/pdf/410/41040202.pdf>

Bisquerra, R. (2000). Educación emocional y bienestar. Barcelona: Praxis. Recuperado 23 febrero de 2024 de: <https://www.redalyc.org/pdf/410/41040202.pdf>

Claudio, M. L. (18 de febrero de 2020). La Nueva Escuela Mexicana (NEM), nueva reforma educativa. Obtenido de <https://udlondres.com/la-nueva-escuelamexicananem-nueva-reforma-educativa/>

https://ade.edugem.gob.mx/bitstream/handle/acervodigitaledu/62594/MITRPT108_Educaci%C3%B3n%20socioemocional%3A%20Estrategias%20y%20orientaciones%20para%20el%20aprendizaje%20y%20la%20ense%C3%B1anza.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=El%20NME%20de%20M%C3%A9xico%20define,%2C%20mostrar%20empat%C3%ADa%2C%20colaborar%2C%20establecer

Gabilondo, Á. (2009). El buen maestro. *Tendencias pedagógicas*, (14), 59-62. Recuperado 15 marzo de 2024 de:

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3002729.pdf>

Gabilondo, Á. (2009). El buen maestro. *Tendencias pedagógicas*, (14), 59-62. Recuperado 16 marzo de 2024 de:

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3002729.pdf>

Gallucci, J. (2014). Investigating the effect of increasing positive teacher-student interactions on adolescent behavior and teacher student relationships. (Doctoral dissertations, Universidad de Connecticut, Estados Unidos). Recuperado 20 enero de 2024 de:

<https://www.redalyc.org/journal/2431/243158860003/243158860003.pdf>

Greenberg, L. (2000). Emociones: una guía interna. Bilbao: Desclée De Brouwer.

Recuperado 14 diciembre de 2023 de:

<https://www.redalyc.org/pdf/410/41040202.pdf>

Greenberg, L. (2000). Emociones: una guía interna. Bilbao: Desclée De Brouwer.

Recuperado 13 febrero de 2024 de:

<https://www.redalyc.org/pdf/410/41040202.pdf>

Goleman, D. (1996). La inteligencia emocional. Buenos Aires: Javier Vergara Editor.

Recuperado 20 diciembre de 2023 de:

<https://www.redalyc.org/pdf/410/41040202.pdf>

Goleman, D. (1996). La inteligencia emocional. Buenos Aires: Javier Vergara Editor.

Recuperado 20 diciembre de 2023 de:

<https://www.redalyc.org/pdf/410/41040202.pdf>

Goleman, D. (2012). Inteligencia emocional. Editorial Kairós

<https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ixtlahuaco/article/view/3677>

González, J. (2019). Goethe y el origen de la psicología del color. Recuperado 12 marzo de

2024 de:

<https://www.ttamayo.com/2019/08/psicologia-del-color/>

OEI, (2015) “Estrategias para prevenir el ausentismo docente y fortalecer la enseñanza”, directores que Hacen Escuela., Buenos Aires. Recuperado 14 noviembre de 2023 de:

https://portaldelasescuelas.org/wp-content/uploads/2016/03/4_Estrategias_para_prevenir_el_ausentismo_docente.pdf

Ohm, P. (1998). Emotional Intelligence. A different kind of smart. Teaching for success through an emotion-based mode. Trabajo de Maestría no publicado. Prescott College. Digital Dissertations, Publicación N° AAT 1391459.

<https://www.redalyc.org/pdf/410/41040202.pdf>

Rangel, Y. R., y Valdés, M. D. L. Á. G. (2017). Un acercamiento a la función educativa de la familia. Revista Cubana de Medicina General Integral, 33(1), 100-114.

http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2616-79642020000400010

Steiner, V. y Perry, R. (1998). La educación emocional. Buenos Aires: Javier Vergara

Editor. Recuperado 24 febrero de 2024 de:

<https://www.redalyc.org/pdf/410/41040202.pdf>

SEP. (2017), Aprendizajes Clave para la Educación Integral. Educación Primaria 2°. Plan y programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación. México: SEP.

Recuperado 14 marzo de 2024 de:

https://educacionbasica.sep.gob.mx/wp-content/uploads/2022/12/C2_26que-debe-aprender-mi-hija-o-hijo.pdf

SEP (2017), Aprendizajes Clave para la Educación Integral. Educación Primaria 2°. Plan y programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación. México: SEP.

Recuperado 10 marzo de 2024 de:

https://educacionbasica.sep.gob.mx/wp-content/uploads/2022/12/C2_26que-debe-aprender-mi-hija-o-hijo.pdf

SEP. (2017), Aprendizajes Clave para la Educación Integral. Educación Primaria 2°. Plan y programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación. México: SEP.

Recuperado 22 marzo de 2024 de:

https://educacionbasica.sep.gob.mx/wp-content/uploads/2022/12/C2_26que-debe-aprender-mi-hija-o-hijo.pdf

Steiner, V. y Perry, R. (1998). La educación emocional. Buenos Aires: Javier Vergara Editor.

Recuperado 11 marzo de 2024 de:

<https://www.redalyc.org/pdf/410/41040202.pdf>

VI. ANEXOS

ACTIVIDAD 1.

ANEXO 1. Planeacion de actividad 1 “El emocionómetro”

Nombre de la escuela: CAM “Manuel López Dávila”		Fase: 5	
Responsable: LEE. Alma Fabiola Arriaga Aguilar Docente en formación: Evelyn Viridiana Monreal Padilla		Grado: 5to año	Nivel educativo: Educación Especial
Nombre de la actividad: EL EMOCIONÓMETRO.			
Propósito: El propósito de esta actividad es lograr conocerse mejor aprendiendo a identificar y medir las emociones así logrando regularlas a partir de unas recetas y tomar en cuenta el bienestar propio y el de los demás.			
Campo o Campos Formativos: ° De lo humano y lo comunitario	Eje Articulador: ° Inclusión ° Pensamiento crítico ° Igualdad de genero	Contenido: ° La familia como espacio para el desarrollo del sentido de pertenencia y autonomía, para una sana convivencia. ° Alternativas ante conflictos y problemas de la vida en la comunidad.	Metodología: ° Aprendizaje basado en competencias.
PDA (Procesos de desarrollo de aprendizaje): ° Reflexiona acerca de los valores heredados de la familia, para el desarrollo de una sana convivencia en la escuela y la comunidad. ° Reflexiona sobre los conflictos que tiene en la escuela y la familia, para valorar las posibles alternativas de solución. ° Valora la pertinencia del diálogo, para solucionar los conflictos interpersonales.			
ACTIVIDAD: Para iniciar la actividad comenzaré explicando lo importante que son las emociones en la vida diaria, de qué manera impactan y como es que podemos identificarlas en nosotros mismos, para esta actividad trabajaré con papás y alumnos lo cual me permitirá un avance más fácil y con mejores resultados, en el pizarrón pegaré el emocionometro el cual les explicaré de que tratara y			

como impactará en ellos y sus hijos, el emocionometro tendrá en cada emoción una receta la cual explicará que cosas podemos hacer para mejorar ese estado de ánimo.

Les pediré a los papás que se junten con sus hijos esto para poder trabajar en equipo, posteriormente les brindaré a los papás y alumnos una hoja blanca para los alumnos les entregaré pintura y para los papás será un lapicero; les explicaré que dentro de este día ellos tendrán que redactar o dibujar como se sienten el día de hoy, es decir, alumnos dibujarán y papás escribirán como es que está su estado de ánimo el día de hoy y de qué manera impacta eso en su día.

Les daremos unos minutos para que pueda expresarse y así poder obtener resultados.

Una vez que ya hayan terminado les pediré a los papás que pasen al frente a explicar cómo es que ellos se sienten el día de hoy y como notan el estado de ánimo de sus hijos, así irán pasando papá por papá con sus hijos hasta finalizar.

Una vez terminado esto les entregaré unas pinzas con un papelito en el cuál tendrán que escribir su nombre y de acuerdo a cómo es su estado de ánimo lo colocarán en la emoción que corresponda.

Para finalizar les explicaré la importancia acerca de cómo sobrellevar y mejorar nuestros impulsos y emociones, también hablaremos acerca de que consejos dan ellos que les han servido en su vida para poder tener un mejor estado de ánimo, una vez terminado todo esto se les darán las gracias a los papás por haber asistido y cumplir

Organización: ° Trabajo grupal- individual.	Tiempo: 1 hora	Recursos: ° Nombres, hojas blancas, lapicero, pintura, pinzas, recetas y cartel.	Evaluación: Instrumento de evaluación grupal
--	--------------------------	---	---

ACTIVIDAD 2.

ANEXO 2. Planeación de actividad 2 “El monstruo de colores”

Nombre de la escuela: CAM “Manuel López Dávila”		Fase: 5	
Responsable: LEE. Alma Fabiola Arriaga Aguilar Docente en formación: Evelyn Viridiana Monreal Padilla		Grado: 5to año	Nivel educativo: Educación Especial
Nombre de la actividad: EL MONSTRUO DE COLORES.			
Propósito: El propósito de esta actividad es ayudar a identificar cada una de las emociones dándole a cada una un color, de esta manera ayudar a comprenderlo de una manera más concreta y así ejercitar y propiciar el conocimiento del vocabulario emocional.			
Campo o Campos Formativos: ° De lo humano y lo comunitario	Eje Articulador: ° Inclusión ° Pensamiento crítico ° Igualdad de genero	Contenido: ° Alternativas ante conflictos y problemas de la vida en la comunidad.	Metodología: ° Aprendizaje basado en competencias.
PDA (Procesos de desarrollo de aprendizaje): ° Reflexiona sobre los conflictos que tiene en la escuela y la familia, para valorar las posibles alternativas de solución. ° Valora la pertinencia del diálogo, para solucionar los conflictos interpersonales.			
ACTIVIDAD: Para iniciar la actividad comenzaré explicando que retomaremos el tema que habíamos trabajado de las emociones de acuerdo al emocionometro explicaré que, así como las emociones son diferentes cada una tiene un color el cual la identifica, les explicaré que de acuerdo al color se refleja la emoción, por ejemplo: color rojo es enojo, color rosa es amado, color amarillo es feliz, etc. Les mostraré que hice un tendedero con cada una de las emociones y ellos tendrán que identificar qué color le corresponde a cada una, a un costado de la imagen del monstruo pegaré una acción de cómo se siente al estar en esa emoción, por ejemplo: cuando mamá me abraza me siento amado, cuando estoy feliz salto de alegría, etc. Leeré las acciones y ellos tendrán que identificar que emoción es y cuál color le corresponde. Para continuar les pondré un mandil a cada uno de los alumnos y les daré pintura y pinceles, está actividad la trabajaremos en parejas.			

Los alumnos tendrán que ir pintando la emoción que les tocó y yo pasare con ellos para preguntar cómo se sienten el día de hoy y cuáles son las cosas que los hacen sentir felices, tristes, enojados, etc.

Una vez que ya hayan terminado sus monstruos de las emociones les pediré que vayan a lavarse las manos y quitarse los mandiles.

Para finalizar la actividad haremos una retroalimentación sobre la actividad sin olvidar que la importancia de esto es las emociones, les explicaré como es que podemos llevar una mejor convivencia y colaboración entre ellos mismos y explicaré como es que trabajar en equipo resulta de manera divertida y fomentamos el compañerismo.

Organización: ° Trabajo grupal- individual.	Tiempo: 1 hora	Recursos: ° Cartulinas, pinturas, pinceles, Mandiles, acciones, imágenes de monstruos.	Evaluación: ° Instrumento de evaluación grupal
--	--------------------------	---	---

ACTIVIDAD 3.

ANEXO 3. Planeación de actividad 3 “El dado de las emociones”

Nombre de la escuela CAM “Manuel López Dávila”		Fase: 5	
Responsable: LEE. Alma Fabiola Arriaga Aguilar Docente en formación: Evelyn Viridiana Monreal Padilla		Grado: 5to año	Nivel educativo: Educación Especial
Nombre de la actividad: EL DADO DE LAS EMOCIONES.			
Propósito: El propósito de esta actividad es lograr identificar las emociones y los sentimientos principales para así lograr reconocer y reflexionar sobre cada una de las emociones.			
Campo o Campos Formativos: ° De lo humano y lo comunitario.	Eje Articulador: ° Inclusión ° Pensamiento crítico ° Igualdad de genero	Contenido: ° Alternativas ante conflictos y problemas de la vida en la comunidad. ° La familia como espacio para el desarrollo del sentido de pertenencia y autonomía, para una sana convivencia.	Metodología: ° Aprendizaje basado en competencias.
PDA (Procesos de desarrollo de aprendizaje): ° Reflexiona acerca de los valores heredados de la familia, para el desarrollo de una sana convivencia en la escuela y la comunidad. ° Reflexiona sobre los conflictos que tiene en la escuela y la familia, para valorar las posibles alternativas de solución.			

ACTIVIDAD: Comenzaremos la actividad enseñándoles el dado y hablándoles de cada emoción, les brindaré información que me permita explicarles la utilidad de cada emoción en nuestras vidas y cómo es importante que no evitemos sentir alguna y que en lugar de reprimir nuestras emociones lo que debemos hacer es gestionarlas de una forma adecuada. Posteriormente realizada la explicación, nos sentaremos en círculo y poco a poco, cada alumno lanzará el dado, en cada resultado, el alumno tendrá que imitar por un lado una cara o gesto que exprese esa emoción y por otro, poner ejemplos “yo me siento alegre cuando...”, “me siento triste si...”, así todos tendrán la oportunidad de expresarse.

Una vez que los alumnos ya estén familiarizados con las emociones básicas y con las situaciones en las que éstas aparecen, añadiremos preguntas acerca de la comprensión de las emociones, por ejemplo:

¿Cómo notas tu cuerpo cuando aparece el miedo? (mi corazón late más deprisa, empiezo a sudar, mis músculos se tensan), ¿Qué te gustaría hacer en ese momento? (huir, esconderme, salir corriendo), ¿Qué haces habitualmente?, ¿Qué otras formas se te ocurren de solucionarlo o tranquilizarte? pediremos la participación de todos los compañeros y haremos una lluvia de ideas. Para finalizar contaremos una historia donde los personajes sentirán las seis emociones básicas, conforme vaya contando la historia les pediré que realicen expresiones para imitar las emociones que sienten nuestros personajes, por ejemplo: “este personaje se sintió muy, muy triste. A ver, ¿cómo es nuestra cara cuando estamos tristes?”

Al terminar la historia nuevamente tirarán el dado y por ejemplo si nos sale la emoción “alegre”, preguntaré qué personaje sentía esa emoción y por qué, así es como finalizamos la actividad y daremos las gracias por su participación

Organización: ° Trabajo grupal-individual.	Tiempo: 1 hora	Recursos: ° Dado, información de emociones y cuento de emociones.	Evaluación: Instrumento de evaluación grupal
--	--------------------------	---	--

ACTIVIDAD 4.

ANEXO 23. Planeación de actividad 4 “Cuento el monstruo de colores”

Nombre de la escuela: CAM “Manuel López Dávila”		Fase: 5	
Responsable: LEE. Alma Fabiola Arriaga Aguilar Docente en formación: Evelyn Viridiana Monreal Padilla		Grado: 5to año	Nivel educativo: Educación Especial
Nombre de la actividad: CUENTO EL MONSTRUO DE COLORES.			
Propósito: Esta actividad tiene como propósito interpretar y explicar los diferentes tipos de emociones que sentimos, así como también dar a conocer las acciones o momentos que nos hacen sentir en cada emoción.			
Campo o Campos Formativos: ° Lenguajes ° De lo humano y lo comunitario.	Eje Articulador: ° Inclusión ° Pensamiento crítico ° Igualdad de genero	Contenido: ° Análisis de cuentos y poemas para su disfrute y comprensión. ° Comparación y producción de documentos que regulan la convivencia. ° Formas de ser, pensar, actuar y relacionarse.	Metodología: ° Aprendizaje basado en competencias.
PDA (Procesos de desarrollo de aprendizaje): ° Analiza cuentos y poemas, y expresa oralmente sus interpretaciones de estos. ° Organiza y participa en un recital literario en el que lee en voz alta cuentos y poemas para la comunidad escolar. ° Comprende y explica la función de los reglamentos. ° Reflexiona acerca de las formas de ser, pensar, actuar y relacionarse que tienen las personas y los factores que las originan para propiciar el entendimiento mutuo.			
ACTIVIDAD: Para comenzar explicaré que retomaremos el tema de las emociones, pero esta vez finalizamos el tema con esta actividad. Les pediré a los alumnos que se pongan de pie para poder hacer un calentamiento y comenzar bien el día, pondré la canción “tasa-tetera”- Tatania y nos pondremos a bailar. Posteriormente les pediré que acomodemos sus mesabancos en formas de medio circulo frente al pizarrón, esto así que todos pueden observar la obra.			

Al frente del pizarrón se pondrá un teatro y una vez que ya esté listo se mostrarán los títeres a los alumnos siendo así que identifiquen cada una de las emociones.

Comenzaré a leer el cuento de las emociones, por medio de los títeres se interpretará la redacción del cuento.

Conforme vaya avanzando el cuento y de acuerdo a la emoción que vaya pasando se les harán preguntas a los alumnos como:

¿Cómo te sientes cuando estas triste?, ¿Qué te hace sentir feliz?,

¿Cuándo comes tu comida favorita que emoción sientes?, etc.

Para finalizar les explicare que será turno de que cada uno de ellos pasen al frente detrás del teatro y así ellos tendrán que explicarme como se sientes en ese día, si están felices, tristes o enojados y el porqué, por medio de los títeres de las emociones.

Al final se les dará una pequeña retroalimentación a cerca de como poder manejar las emociones que sienten en ese día y que hacer para mejorarlas.

Organización: ° Trabajo grupal- individual.	Tiempo: 1 hora	Recursos: ° Teatro, títeres, cuento.	Evaluación: Instrumento de evaluación grupal
--	--------------------------	---	---