



BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO DE SAN LUIS POTOSÍ

TITULO: Desarrollar la inteligencia emocional de la autorregulación para mejorar el trabajo colaborativo en un grupo de sexto de primaria.

AUTOR: Clara Monserrat Mexquitic Ortiz

FECHA: 7/4/2019

PALABRAS CLAVE: Autorregulación, Emociones, Estrategias didácticas, Inteligencia emocional, Trabajo cooperativo.

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

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

GENERACIÓN

2015



2019

**“DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LA
AUTORREGULACIÓN PARA MEJORAR EL TRABAJO COLABORATIVO
EN UN GRUPO DE SEXTO DE PRIMARIA”**

**INFORME DE PRÁCTICAS PROFESIONALES
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA EN EDUCACIÓN
PRIMARIA**

PRESENTA:

CLARA MONSERRAT MEXQUITIC ORTIZ

ASESOR:

DR. ELBA EDITH DÁVALOS AVILA

SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.

JULIO DEL 2019



**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 Clara Monserrat Mexquitic Ortiz
autorizo a la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí, (BECENE) la
utilización de la obra Titulada:

“Desarrollar la Inteligencia Emocional de la Autorregulación para mejorar el Trabajo Colaborativo en
un Grupo de Sexto de Primaria”

en la modalidad de: Informe de prácticas profesionales para obtener el
Título de: Licenciatura en Educación Primaria

en la generación 2015- 2019 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 20 días del mes de Junio de 2019.

ATENTAMENTE.

Clara Monserrat Mexquitic Ortiz

Nombre y Firma

AUTOR DUEÑO DE LOS DERECHOS PATRIMONIALES



**BENEMÉRITA Y CENTENARIA
ESCUELA NORMAL DEL ESTADO
SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.**

BECENE-DSA-DT-PO-01-07

REVISIÓN 7

OFICIO NÚM: Administrativa

DIRECCIÓN:

ASUNTO: Dictamen

San Luis Potosí, S.L.P., a 20 de junio del 2019.

Los que suscriben, integrantes de la Comisión de Exámenes Profesionales y asesor(a) del Documento Recepcional, tienen a bien

DICTAMINAR

que el(la) alumno(a): **CLARA MONSERRAT MEXQUITIC ORTIZ**

De la Generación: **2015-2019**

concluyó en forma satisfactoria y conforme a las indicaciones señaladas en el Documento Recepcional en la modalidad de: () Ensayo Pedagógico () Tesis de Investigación (✓) Informe de prácticas profesionales () Portafolio Temático () Tesina titulado:

"DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LA AUTORREGULACIÓN PARA MEJORAR EL TRABAJO COLABORATIVO EN UN GRUPO DE SEXTO DE PRIMARIA"

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

ATENTAMENTE COMISIÓN DE TITULACIÓN

DIRECTORA ACADÉMICA

DIRECTOR DE SERVICIOS ADMINISTRATIVOS

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

MTRA. NAYLA JIMENA TURRUBIARTES CERINO

DR. JESÚS ALBERTO LEYVA ORTIZ.

JEFA DEL DEPARTAMENTO DE TITULACIÓN

ASESOR(A) DEL DOCUMENTO RECEPCIONAL

MTRA. MARTHA IBÁÑEZ CRUZ.

DRA. ELBA EDITH DÁVALOS ÁVILA

AL CONTESTAR ESTE OFICIO SIRVASE USTED CITAR EL NÚMERO DEL MISMO Y FECHA EN QUE SE GIRA, A FIN DE FACILITAR SU TRAMITACIÓN ASÍ COMO TRATAR POR SEPARADO LOS ASUNTOS CUANDO SEAN DIFERENTES.

Dedicatoria.

A Dios, por darme la perseverancia y la salud suficiente para culminar esta carrera permitiéndome conocer increíbles personas con las que pase maravillosas experiencias, pero sobre todo por enfocar mi vocación en esta bella profesión.

A mis padres Elodia y Jorge, por brindarme todo su apoyo para que pudiera cumplir mis con mis metas; por guiarme a ser una persona de bien y sobretodo una docente con ética. Nada me enorgullece más que culminar este proceso y se vea reflejado que todos sus esfuerzos en conjunto del mío han rendido frutos. Los amo infinitamente.

A mis hermanas Stephania y Guadalupe, por estar como un apoyo incondicional, además de soportarme en cada momento en el que me sentía estresada, escuchar cada una de mis anécdotas escolares y motivarme a ser siempre la mejor además de ser el mejor ejemplo a seguir que pude tener. Las amo siempre.

A mi sobrino Raphael por venir a darme luz y alegría justamente en este proceso, demostrándome que no importa lo complicado que parezca un momento siempre habrá un motivo para salir adelante. Te quiero mucho mi gordito.

A mi Mamá Facunda, por estar cada sábado a la punta de cañón apoyándome y escuchando cada ocurrencia mía es la mejor abuelita que cualquier persona pueda tener.

A mi asesora Dr. Elba Edith Dávalos, por creer en todo momento que yo podía, jamás soltarme, siempre escucharme, pero sobretodo brindarme de todos sus conocimientos tanto de la materia como de la vida lo cual permitió que este documento fuera posible. En todo momento supe que no podía tener mejor asesora que usted, ya que además de guía, es una confidente y amiga. Dios la bendiga siempre.

A Alexia Bañuelos por ser mi fuerza y mi calma durante toda mi formación en la normal. Gracias por siempre confiar en mí y nunca soltarme, sin ti hace mucho tiempo que me hubiera rendido. Como siempre lo mencioné tu amistad fue lo más valioso que obtuve de nuestra alma mater, aunque escribiera miles de palabras no podría expresarte lo agradecida que esto de que estés en mi vida. Dios nos permita estar juntas toda la vida. Te amo mucho mejor amiga.

A mis amigos María Eugenia, Isabel, Berenice, Jessy, María Guadalupe, Adriana, Darían, Daniela, Alejandro, Pablo, Efraín. Por hacer este paso por la normal una experiencia única e inolvidable, llena de risas y momentos lindos. Si pudiera volver a pasar por esta etapa los volvería a elegir porque fueron la compañía perfecta.

A mis amigos de Teatro por mostrarme que no importa si somos de diferentes licenciaturas, una pasión puede unirnos. Ojalá todos logren sus metas y en un futuro volvamos a actuar, pero ahora como todos unos profesionistas

A mis alumnos, por recibirme siempre con una sonrisa y la mejor actitud, por llenarme de recuerdos memorables y hacerme confirmar que esto es lo que quiero para mi vida dentro de un futuro cercano. Además, esto no hubiera sido posible sin sus contribuciones.

A mis profesores por ayudarme a desarrollar mis competencias, con el mayor de sus esfuerzos y formar un buen lazo de comunicación y confianza a lo largo de cuatro años.

Pero, sobre todo, aquellos que pensaron que no podía, que quisieron interferir para que no cumpliera mi meta, porque no hay impulso que aquellos que te retan, porque me dieron la fuerza de salir adelante y poderles decir ¡Lo logré!

INTRODUCCIÓN	
I. PLAN DE ACCIÓN	6
1.1 Descripción y características contextuales	6
1.2 Diagnóstico y análisis de la situación educativa	11
1.3 Descripción y focalización del problema	13
1.4 Revisión teórica que argumenta el plan de acción	13
1.5 Metodología y análisis del informe	25
1.6 Propósitos y planteamiento del plan de acción	27
II DESARROLLO, REFLEXIÓN Y EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA DE MEJORA	31
2.1 Pertenencia y consistencia de la propuesta	31
2.2 Identificación de enfoques curriculares y su integración en el diseño	32
2.3 Competencias desplegadas en la ejecución del plan de acción	32
2.4 Descripción y análisis detallado de las secuencias de actividades consideradas para la solución del problema	33
III CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	71
REFERENCIAS	
ANEXOS	

INTRODUCCIÓN

Honorables lectores, mi nombre es Clara Monserrat Mexquitic Ortiz he llegado a culminar mi formación como docente, principal meta que me establecí al entrar a la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí, y que pude cumplir gracias a todas las competencias que desarrollé dentro de esta institución. Durante estos años de formación fui parte del grupo “B” de la Licenciatura en Educación Primaria en la Generación Escolar 2015-2019.

Exhibo ante ustedes el informe que lleva por título “Desarrollar la inteligencia emocional de la autorregulación para mejorar el trabajo colaborativo en un Grupo de Sexto De Primaria”, en dónde se presenta un análisis de mis prácticas profesionales realizadas durante el ciclo escolar 2018-2019 y el cual será base para poder recibir el título de Licenciada en Educación Primaria

Para la selección de la modalidad de mi titulación tomé en consideración las propuestas dadas en el plan de estudios 2012, optando por el informe de prácticas ya que es un documento analítico-reflexivo en dónde se pueden plasmar las estrategias y métodos que llevé a cabo con la finalidad de poder reflexionar, transfigurar y optimizar mi práctica, teniendo en cuenta que esta es una de las tareas principales del docente, encontrarse en continua evolución para y por la educación.

Este documento surge a partir de mi interés sobre la temática de la inteligencia emocional, ya que está tomando gran importancia en nuestra sociedad actual pues favorece de primera mano nuestro auto-concepto además de mejorar las relaciones con otros individuos, mismas que se han vuelto complejas debido a la falta de comprensión, tolerancia, respeto y

empatía entre las personas, aspectos que son una barrera para lograr un trabajo colaborativo efectivo.

El campo emocional se encuentra en un periodo dónde está tomando fuerza y más si nos situamos en la educación ya que en el nuevo modelo educativo “Aprendizajes clave” puesto en marcha en el 2018 le abren un espacio agregando el componente curricular de la educación socioemocional, en la que se pretende ayudar al estudiante para que desarrolle habilidades de las dimensiones del autoconocimiento, autorregulación, autonomía, empatía y la colaboración.

Este modelo le otorga al docente la tarea y posibilidad de traer a primer plano el desarrollo emocional a la par del desarrollo cognitivo de los educandos. En el pasado se procuró por el bienestar de las emociones de los pupilos, de una manera silenciosa e implícita, debido a las exigencias a las que estaba sujeto el docente en referencia a la entrega de resultados, ahora se reconoce la importancia que tiene formar a ciudadanos conscientes de sus sentimientos y con un sentido de bienestar consigo mismos y con los demás ya que esto potencializa su desempeño como estudiantes y agentes de la sociedad.

Retomo el trabajo colaborativo ya que es una modalidad propuesta por el plan y programas 2011, que permite que los alumnos conozcan cómo piensan otras personas, qué reglas de convivencia se requieren para que el trabajo se desarrolle de manera eficaz, cómo deben expresar sus ideas y argumentos además de permitirles escuchar opiniones, socializar y compartir conocimientos para con ellos retomar ideas para reconstruir las propias. El trabajo colaborativo permitirá a los alumnos que desarrollen y potencialicen sus distintas competencias.

Mis prácticas se llevaron a cabo en la Escuela Primaria Agustín Domínguez B. ubicada en la calle Agustín Melgar No. 300, en el 6to grado grupo "A" integrado por una población de 29 alumnos (14 mujeres y 15 hombres) entre los 11 y 12 años de edad, los cuales están pasando por una gran cantidad de cambios físicos y emocionales. Como es evidente se aproximan a la adolescencia, la cual será una etapa fundamental para su desarrollo dentro de la sociedad, por ello es necesario que la vivan de la mejor manera y con las mejores experiencias y esto se puede ver favorecido conforme tengan desarrollada su inteligencia emocional.

El objetivo principal de este escrito es desarrollar la inteligencia emocional de la autorregulación para mejorar el trabajo colaborativo en un Grupo Sexto "A" de Primaria de la Escuela "Agustín Domínguez B." del Ciclo Escolar 2018-2019. Para poder cumplir con él se establecieron los siguientes objetivos específicos:

- Identificar el nivel de desarrollo de la inteligencia emocional de autorregulación en la que se encuentran el grupo.
- Diseñar secuencias didácticas que desarrollan la inteligencia emocional de la autorregulación.
- Evaluar las secuencias didácticas para desarrollar la inteligencia emocional de la autorregulación.
- Analizar los resultados de las secuencias didácticas aplicadas en el grupo.
- Reflexionar los resultados del desarrollo de la inteligencia emocional de la autorregulación para las mejoras del trabajo colaborativo.

Se buscó cumplir con estos objetivos a través de la aplicación de secuencias didácticas, las cuales fueron adaptadas a las características del

grupo para facilitar esa tarea y realizar actividades que fueran atractivas para mis alumnos. El desarrollo de estas secuencias permitió desarrollar diversas competencias favoreciéndose más las dos que a continuación mencionó.

Profesional:

Diseña planeaciones didácticas, aplicando sus conocimientos pedagógicos y disciplinares para responder a las necesidades del contexto en el marco del plan y programas de estudio de la educación básica

Genérica:

Aplica habilidades comunicativas en diversos contextos.

El informe que aquí presento está dividido en tres secciones, de comienzo se describe las características contextuales, el diagnóstico y análisis de la situación educativa, el planteamiento del plan de acción que se llevó a cabo, así como los propósitos de éste, los cuales están dirigidos al aprendizaje en el campo en que se trabajó, así como las actividades y materiales que se utilizaron en ellas, todo esto está bajo el marco teórico que permitió fundamentar este trabajo.

En la segunda sección se encuentra la pertinencia y consistencia del tema en cuestión, la identificación de los enfoques curriculares y su integración en el diseño, las competencias desplegadas en la ejecución del plan de acción, así mismo el desarrollo de la propuesta, siendo una descripción de las actividades y el proceso que se llevaron a cabo con ellas, dando a conocer la funcionalidad, así como los imprevistos existentes y la forma en que se emplearon los materiales. Incluida una reflexión, reestructuración de las actividades y evaluación de las mismas mediante el ciclo de Smith.

En el último apartado se presentan las conclusiones que se obtuvieron de este trabajo de investigación y acción, que recaen en la importancia de poder

desarrollar la autorregulación en los alumnos de sexto grado, así como las recomendaciones para una futura intervención como docente. Para finalizar se encuentran los anexos que dan prueba de la realización de las intervenciones y evaluaciones realizadas, así como la referencia bibliográfica que conformó este documento, esperando que sea de su agrado dejo ante ustedes un documento que ha marcado el final de una etapa increíble y que da inicio a lo que será una nueva fase en mi vida.

I PLAN DE ACCIÓN

1.1 Descripción y características contextuales

En este capítulo, como se menciona anteriormente, se describe el plan de acción que se implementó para la realización de este documento, pero para poder comprender las acciones que en él considero, es necesario que describa a profundidad el contexto en el que fueron aplicadas, para ello retomo las seis dimensiones de Cecilia Fierro (1999) las cuales permiten analizar las diversas relaciones que surgen durante la práctica docente.

- Dimensión institucional.

La escuela “Agustín Domínguez B.” perteneciente al SEER con la clave de centro de trabajo 24EPR0045B de la zona escolar 05 se encuentra ubicada en la calle Agustín Melgar No. 300 en la localidad de San Luis Potosí, como se muestra en el croquis (Anexo A), es una institución de organización completa ya que cuenta con directora, subdirector, una planta de 13 docentes frente a grupo, 6 docentes que atienden las asignaturas extracurriculares de física, artísticas, música, computación e Inglés, una secretaria y tres intendentes.

En cuestión de su organización, la escuela cuenta con acuerdos de convivencia que permiten una sana relación entre los mismos docentes y padres de familia, relación que discrepa entre los alumnos y docentes titulares, los cuales son reafirmados y reorientados en las juntas de consejo técnico. Los integrantes de la institución tienen designado un rol de uniformes el cual les permite remarcar su identidad como parte de esta comunidad escolar además de unificar el estilo y presencia que pueda proyectar a los alumnos.

Adentrándome un poco en la gestión directiva, se puede remarcar la excelencia en este ámbito en la primaria donde realicé las prácticas pues los directivos

distribuyen las actividades “comisiones” de manera equitativa, procurando promover la comunicación entre sus trabajadores y alentarlos al cumplimiento de la misión y la visión de esta institución además de apegarse a los programas en los que se encuentran inscritos y sus objetivos de la ruta de mejora. Los directivos se han encargado de gestionar distintos programas que han innovado y permitido que la institución destaque entre las mejores de la zona escolar hablando únicamente de los aspectos académicos.

- Dimensión interpersonal

El docente se desenvuelve entre una serie de relaciones generadas entre los actores de la educación, como lo mencioné anteriormente los directivos de esta institución permiten que exista una comunicación óptima entre los maestros y ellos, lo cual ha quedado demostrado con la eficacia en resultados áulicos y generalmente la buena convivencia fuera del aula. Esta relación se mantiene también con los docentes en formación lo cual me ha permitido adquirir conocimientos de la cultura perteneciente del gremio.

El grupo en donde realicé las prácticas profesionales lleva muy bien las relaciones entre padres de familia, se efectúan juntas cada dos meses y medio, además de que han mostrado compromiso con las actividades que efectúan sus hijos, manteniendo una gran comunicación con la docente titular para aclarar dudas o monitorear los avances de sus hijos. Como parte de este proceso educativo, he realizado algunas actividades cuya finalidad ha intentado continuar con este ritmo de comunicación e integración de los padres.

Finalizo el aspecto de las relaciones intrapersonales con la que a mi parecer es aún más fundamental para el desempeño del docente. La relación alumno-docente, ha sido de comunicación y confianza tras un año de trabajo juntos se ha podido establecer un diálogo el cual ha permitido la transformación de la práctica para ajustarla y poder atender a la diversidad de los estudiantes.

- Dimensión social.

La escuela pertenece a un contexto urbano por su ubicación dentro de la capital potosina, en ella se puede ver una buena dinámica de trabajo gracias al gran compañerismo y muestras de empatía que hay entre los estudiantes, las cuales hacen que las diferencias económicas sean completamente nulas, pues bien, a los niños no les interesa la posición económica para relacionarse entre ellos.

Sin embargo, aunque los alumnos no hagan comparaciones con los estilos económicos de vida, comparten características de contextos familiares conflictivos en los cuales se puede encontrar problemas como violencia familiar, padres divorciados o incluso algunos familiares con enfermedades delicadas, factores que han mostrado repercutir en el comportamiento de los estudiantes, datos recabados en los expedientes de cada alumno elaborados por la docente titular

Desde una perspectiva más positiva los alumnos también rescatan las igualdades culturales, en donde se pueden mencionar aquellas festividades y costumbres que los definen como comunidad así mismo el carnaval del Barrio de San Juan de Guadalupe, la Procesión del Silencio (en el barrio de San Juan de Guadalupe se hace la representación viviente de La Pasión de Cristo) así mismo el 1º y 2 de noviembre se conmemora a los fieles difuntos, el 12 de diciembre, fiesta tradicional de la Virgen de Guadalupe. El docente es absorbido por la cultura haciéndose parte de todo aquello que le da sentido de pertenencia social a sus alumnos.

- Dimensión didáctica

La población con la que estoy trabajando como lo mencioné anteriormente está integrada por 29 alumnos 14 mujeres y 15 varones los cuales se encuentran entre los 11-12 años, las características que se pueden rescatar del grupo en el

cual se intervino es su dinamismo al momento de participar y gran curiosidad que se puede observar durante las clases, además de su afinidad por el deporte y por la actuación ya que durante los distintos periodos de prácticas son actividades en las que los educandos han destacado y por lo mismo suelen pedir las en repetidas ocasiones además de ser un grupo sumamente creativo y en su generalidad son desinhibidos.

Durante la observación en las jornadas de prácticas previas se pudo identificar que los pupilos responden positivamente a las clases más lúdicas y con diversas estrategias, ya que cursan su último año, demostrando a lo largo de su formación durante la primaria diferentes competencias, sin embargo han dejado de lado la regulación de su conducta; por tanto como futura docente está bajo mi cargo reafirmar y continuar generando estrategias que permitan al alumno el desarrollo de estas competencias y atiendan aquellas que han dejado abandonadas.

Otro aspecto detectable del grupo de prácticas son los problemas de comunicación cuando se realizan trabajos colaborativos pues aunque entre docentes existe muy buena relación, los docentes y los alumnos no tienen buena comunicación e incluso entre los mismos alumnos hay esta deficiencia, debido a las grandes diferencias de carácter y personalidad que figuran entre ellos, volviendo difícil la toma de decisiones por consecuencia remarcando las segmentaciones que se han ido realizando a lo largo de los cinco años de primaria previos, y haciéndose notorias las exclusiones de algunos alumnos.

- Dimensión valoral:

Debido a la dinámica del mismo es necesario que el docente rescate los valores de respeto y empatía para que estos puedan ser replicados por los alumnos. Es necesario que el profesor ponga el ejemplo sobre aquellas actitudes que deben de sobresalir para mantener un ambiente de aprendizaje adecuado, como es la cooperación y la disposición al trabajo, ya que el docente más que ser

palabras debe de ser acciones que sirvan de ejemplo. Estos valores y actitudes se sustentan en la ética y moral a la que debe estar sujeta un trabajador de la educación que se dedicara formar ciudadanos.

Después de algunas observaciones me pude percatar que los alumnos suelen ser explosivos e impulsivos y muy poco mesurados con sus comentarios lo cual demuestra su poca autorregulación, las acciones que llevé a cabo atendían a estas necesidades, actuando de primera mano en mi persona pues comprendo las implicaciones sociales que se tiene cuando se está frente a un grupo.

Las metas establecidas son siempre ser un factor de cambio, que con base a sus ideologías pueda crear un impacto en las sociedades, por tanto una de mis metas es formar personas con un pensamiento crítico y hábiles en cuanto a la toma de decisiones que puedan favorecer a su comunidad, pues esto atiende a la necesidad social de tener ciudadanos críticos y competentes que impulsen al crecimiento de todos los sectores del país, dicha necesidad la vemos reflejada en uno de los principales propósitos de la educación.

Remarco con gran importancia la resiliencia, capacidad que se debe desarrollar en los alumnos ya que es fundamental que podamos superar y transformar aquellas experiencias u obstáculos que nos aparten del camino del éxito. Cuando nos referimos a esta capacidad y la situamos en 6º grado podemos percibir que será fundamental para su desempeño, ya que se encuentran definiendo su personalidad y carácter. No se debe de olvidar que, si formamos personas que sean recipientes, tendremos individuos preparados para cualquier adversidad.

Es importante crear a niños resilientes pues como se puede ver reflejados en las investigaciones de Kotliarenco et. Al.(1997) estos alumnos suelen contar como las siguientes características: una relación emocional estable con al menos uno de sus padres, o personas significativas, tiene un ambiente educativo abierto, contenedor y con límites claros; apoyo social; modelos sociales que motiven el

afrontamiento constructivo; tener responsabilidades sociales dosificadas, a la vez, que exigencias de logro; competencias cognitivas y, al menos, un nivel intelectual promedio; características temperamentales que favorezcan un afrontamiento efectivo, autoconfianza y contar con una autoimagen positiva además de asignar significación subjetiva y positiva al estrés y al afrontamiento ante situaciones o factores estresantes.

- Dimensión personal

En las líneas anteriores me he permitido describir todas aquellas dimensiones que rodea y conforma el contexto donde pude realizar mis prácticas dejando para concluir este apartado la dimensión personal, la cual puede dar un panorama de mi ser como un integrante del magisterio, abarca todo lo que me impulsa a seguir desempeñando mi papel como una docente ejemplar que pueda realizar los proyectos profesionales que me plantee y funja como un ejemplo dentro de mi sociedad.

Con antecedentes de familiares dentro de este magisterio encuentro esta profesión como un universo de oportunidades para mantenerme en un crecimiento continuo en referencia a mis conocimientos, valores y actitudes además de ser una profesión que tiene como tarea permanente ser un factor de cambio para la sociedad, aspecto que me alienta a siempre dar lo mejor de mí transmitiendo una ideología de libertad con valores de respeto y empatía.

1.2 Diagnóstico y análisis de la situación educativa

Durante el primer año de estancia en la Escuela Agustín Domínguez B. comprendido en el ciclo escolar 2017-2018, observé las diversas actitudes de mis alumnos en distintos tipos de actividades, las cuales fueron registradas en mi diario de práctica, entre ellas resaltaban la falta de tolerancia, la poca organización en trabajos colaborativos, problemas con las relaciones

intrapersonales de los alumnos además de algunos casos que pude observar en donde se mostraba su poco control con distintas emociones, como alegría, la ira, la tristeza y el enojo.

Orientada por mi análisis sobre estas observaciones, las cuales me dirigieron al desarrollo en cuanto a las emociones de mi grupo apliqué el test de inteligencia emocional y comunicación (Anexo B) elaborado por Jorge Oriza Vargas (2014) cuyo propósito es realizar un análisis sobre el nivel de inteligencia emocional que se muestra a través del comportamiento y la estrecha relación que existe con la comunicación y el diálogo. Los resultados reflejan el coeficiente de dicha inteligencia en una escala del 0 al 100 en porcentaje.

En la tabla de datos “inteligencia emocional y comunicación” (anexo C) se observan que el promedio grupal en cuanto inteligencia emocional es de 72.62% y en cuanto a su nivel de comunicación se obtuvo un 71.44%. Sin embargo, cuando se analizó a los alumnos de manera individual, mostraban actitudes totalmente diferentes al resultado del test, ya que por ejemplo algunos seleccionaban las opciones más orientadas al diálogo en cuanto a la resolución de conflictos, y realmente reaccionaban de manera agresivas ante esas situaciones. Uno de los aspectos que resalta Oriza de esta herramienta, es debe de existir una relación entre las dos variantes para poder aseverar que los resultados son correctos y en los estudiantes identificados no existía esta congruencia.

Debido a que el ámbito emocional y de comunicación es cualitativo y subjetivo realicé una reflexión sobre lo observado y con lo registrado en el diario de observación del ciclo anterior pude hacer la siguiente reflexión: los alumnos manipularon algunas de sus respuestas ya que el test contenía un puntaje y consideraban que esta puntuación determinaría su calificación con base a los números que indicaban cada respuesta sin considerar que las acciones que se seleccionaban se contraponían a su actuar y a sus actitudes mismas que fueron

observadas durante distintos periodos de prácticas además de encontrarse algunos cuyo coeficiente de inteligencia emocional no empata al de comunicación.

1.3 Descripción y focalización del problema

Durante mis jornadas de prácticas en la Escuela Agustín Domínguez B. mediante las observaciones y al diagnóstico se detectó que los alumnos tienen dificultades con la regulación de sus emociones, lo cual modifica el ritmo y flujo del trabajo, pero sobretodo dificulta el trabajo colaborativo, con base a esto se pudo plantear el siguiente problema: ¿Cómo desarrollar la inteligencia emocional de la autorregulación para mejorar el trabajo colaborativo en un Grupo Sexto “A” de Primaria de la Escuela Agustín Domínguez B. en el Ciclo Escolar 2018-2019?

El ámbito emocional como mencioné en la introducción de este documento está adquiriendo importancia pues es necesario tener alumnos desarrollados cognitivamente y con un buen desarrollo físico y emocional, por ello fue agregada la educación socioemocional. El nuevo modelo educativo retoma la importancia que tiene este ámbito incluyendo al currículo dicha área curricular. Álvarez (cit. por Dueñas, 2002) menciona que esta área surge como una respuesta educativa a una serie de necesidades que se dan en la sociedad actual: ansiedad, depresión, problemas de disciplina, violencia, drogadicción, trastornos de la alimentación, etc.

Visto desde el ámbito educativo ésta contribuye a que los estudiantes alcancen sus metas, estableciendo relaciones sanas entre ellos, con su familia y comunidad, así mismo, de mejorar su rendimiento académico. Se ha observado que este tipo de educación provee de herramientas que previenen conductas de riesgo, además está asociada con el éxito profesional, la salud y la participación social (SEP, 2017, p. 343)

1.4 Revisión teórica que argumenta el plan de acción.

El trabajo presentado se fundamentó con base a diversos teóricos y documentos rectores a los cuales está sujeto un docente. Me es pertinente comenzar abordando el **Artículo 3** de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos que de manera detallada nos menciona el derecho y obligatoriedad para todo ciudadano a recibir educación básica comprendiendo los niveles de preescolar, primaria y secundaria. Además, con la finalidad de formar ciudadanos íntegros y con un desarrollo saludable, establece que:

La educación que imparta el Estado tenderá a desarrollar armónicamente, todas las facultades del ser humano y fomentará en él, a la vez, el amor a la Patria, el respeto a los derechos humanos y la conciencia de la solidaridad internacional, en la independencia y en la justicia. (DOF, 2018, p.5)

Para su cumplimiento fue diseñado el Plan de Estudios 2012 de la Licenciatura en Educación Primaria cuyo sustento es la Reforma Integral de Educación Básica(**RIEB**) pactada en el **Acuerdo 592** que busca la construcción de:

Una escuela mexicana que responda a las demandas del siglo XXI, caracterizada por ser un espacio de oportunidades para los alumnos de preescolar, primaria y secundaria, cualquiera que sea su condición personal, socioeconómica o cultural; de inclusión, respeto y libertad con responsabilidad por parte de los integrantes de la comunidad escolar, donde se reconozca la capacidad de todos para aportar al aprendizaje de los demás, mediante redes colaborativas de conocimiento que generen las condiciones para lograrlo; un espacio agradable, saludable y seguro para desarrollar fortalezas y encauzar oportunidades en la generación de valores ciudadanos; abierto a la cultura, los intereses, la iniciativa y el compromiso de la comunidad; una escuela de la comunidad donde todos crezcan individual y colectivamente: estudiantes, docentes, madres y padres de

familia o tutores, comprometiéndose íntegramente en el logro de la calidad y la mejora continua. (DOF, 2011, p. 10)

Para poder cimentar esta nueva escuela es necesario un compromiso autentico del docente el cual debe estar en actualizaciones continuas por ello el Plan de Estudios de la Licenciatura en Educación Primaria se centra en las dimensiones: social, filosófica, epistemológica institucional, profesional y psicopedagógica. Retomo esta última ya que enfoca su expectativa a que el docente:

Promueva en sus estudiantes la adquisición de saberes disciplinares, el desarrollo de habilidades y destrezas, la interiorización razonada de valores y actitudes, la apropiación y movilización de aprendizajes complejos para la toma de decisiones, la solución innovadora de problemas y la creación colaborativa de nuevos saberes, como resultados de su participación en ambientes educativos experienciales y situados en contextos reales (DOF, 2012, p. 4)

Estas dimensiones fueron abordadas durante los cuatro años de formación normalista, en las cuales se emplearon diversas modalidades de trabajo, brindándome diversas estrategias que se pudieron ver reflejadas durante los distintos periodos de práctica **profesional**

“ya que esta sintetiza y articula las diversas acciones que el estudiante de la escuela normal realiza en ámbitos reales de desempeño a partir de ellos integra los conocimientos y los utiliza para resolver las tareas que la profesión de la enseñanza le plantea”. (DGESPE, 2012, p. 8)

Como modalidad de titulación se seleccionó el informe de prácticas profesiones ya que como mencioné anteriormente es un documento que permite la reflexión sobre la práctica, acción que considero necesaria en mi formación como docente; Para poder realizar la reflexión de este contexto utilicé las siguientes seis

dimensiones propuestas por Fierro et al. (1999) las cuales permiten analizar aquellas relaciones en las que se ve inmerso el docente.

- **Dimensión Institucional:** donde el “quehacer docente es una tarea colectivamente construida y regulada además centra la atención en los asuntos que ponen en manifiesto el tamiz que la institución escolar presenta en la práctica de cada maestro, y que imprime una dimensión colectiva al quehacer individual” (p.30) viéndose reflejadas aquellas normas de comportamiento, comunicación y costumbres propias del gremio.
- **Dimensión intrapersonal:** es resultado de la actuación individual y colectiva en el seno de la escuela y que se produce de cara al quehacer educativo institucional, reconociendo que individuos y grupos tienen diversas perspectivas y propósitos (...) Se hace alusión a la manera en que se entretajan las relaciones interpersonales, que dan por resultado un ambiente relativamente estable de trabajo. (p.31)
- **Dimensión social:** recupera un conjunto de relaciones que se refieren a la forma en que cada docente percibe y expresa su tarea como agente educativo cuyos destinatarios son diversos sectores sociales: asimismo, procura analizar la forma que parece configurarse una demanda social determinada para el quehacer docente. (p.33)

El docente no puede ser un agente que se mantenga externo a la cultura y diversidad en la cual está inserto ya que una de las principales tareas del quehacer educativo es tener un impacto que trascienda del aula teniendo un alcance social, y no haciendo referencia a un cambio o modificación de la misma sino a una transformación que adapte lo que se tiene, con lo innovador desde una perspectiva equitativa y esto solo se puede lograr si se conoce cuál es el contexto social en donde se trabaja. En el caso de la

Escuela Agustín Domínguez B. el docente debe comprender el valor cultural potosino por el cual está rodeado.

- **Dimensión didáctica:** hace referencia al papel del maestro como agente que, a través de los procesos de enseñanza, orienta, dirige, facilita y guía la interacción de los alumnos con el saber colectivo, culturalmente organizado, para ellos, los alumnos construyan sus propios conocimientos. (p.34)
- **Dimensión valoral:** “Cada maestro de manera intencional o inconsciente está comunicando continuamente su forma de ver y entender el mundo, de valorar y entender las relaciones humanas” (p.35) por tanto es necesario hacer mención de esta dimensión pues el docente repercutirá en la formación de la ideología, las actitudes y el modo de interpretar la realidad de sus alumnos, en base a los valores e ideales que como docente proyecte.
- **Dimensión personal** permite al docente plantearse como ser histórico capaz de analizar su presente y construir su futuro, a recuperar la forma en la que se enlazan su historia personal y su trayectoria profesional, su vida cotidiana y su trabajo en la escuela: quien es fuera del salón de clases que representa su trabajo en su vida privada y de qué manera ésta se hace presente en el aula. (p.29) Ya que esta como mencionan los autores permite que nos replantemos todas aquellas motivaciones que nos orientaron a elegir la profesión y aquello que nos alienta a seguir desarrollándonos en ella.

Durante este periodo de prácticas, se abordaron diversos contenidos, cuyo propósito fue desarrollar en los alumnos distintas competencias de manera integral. En referente a mi practica se utilizaron **secuencias didácticas** para observar estos contenidos las cuales pueden definirse como “conjuntos

articulados de actividades de aprendizaje y evaluación que, con la mediación de un docente, buscan el logro de determinadas metas educativas, considerando una serie de recurso” (Tobón, et. al. 2010 p. 10)

La elección de las secuencias didácticas es con base a “la intención de abordar el estudio de un asunto determinando, con un nivel de complejidad progresivo en tres fases: inicio, desarrollo y cierre, presentan una situación problematizadora de manera ordenada, estructurada y articulada.” (SEP, 2011, p. 256), mismo motivo por el cual hago su uso para el plan de acción con el que se buscó cumplir el objetivo de este documento.

Para la elaboración las secuencias didácticas fue necesario obtener un **diagnóstico**, el cual Scarón de Quintero (1985) define como “un juicio comparativo de una situación dada con otra situación dada pues se busca definir una situación actual que se debe modificar” (p. 26), en el caso de este documento el diagnóstico permitirá hacer un juicio sobre una problemática a la cual se le buscará dar una solución, siendo importante realizar este en primera instancia, pues visto desde la perspectiva de Espinoza(1987) realizar un “diagnóstico consiste en reconocer sobre el terreno , donde se pretende realizar la acción, los síntomas o signos reales y concretos de una situación problemática lo que supone una elaboración de necesidades o recursos” (p. 55).

Con base al análisis del contexto y el diagnóstico se obtuvo una problemática en donde destacan algunos terminos fundamentales que son necesarios aclarar. El **área de desarrollo personal y social** ya que en base a ella se consideraron las asignaturas que permitieron elaborar las acciones, pues esta tiene la finalidad de

que los estudiantes logren una formación integral de manera conjunta con los Campos de Formación Académica y los Ámbitos de Autonomía Curricular. En estos espacios curriculares se concentran los aprendizajes

clave relacionados con aspectos artísticos, motrices y socioemocionales (SEP, 2017, p. 400)

Apartir de ahí se pudo profundizar en la asignatura de Educación Socioemocional la cual es:

Un proceso de aprendizaje a través del cual los niños y los adolescentes trabajan e integran en su vida los conceptos, valores, actitudes y habilidades que les permiten comprender y manejar sus emociones, construir una identidad personal, mostrar atención y cuidado hacia los demás, colaborar, establecer relaciones positivas, tomar decisiones responsables y aprender a manejar situaciones retadoras, de manera constructiva y ética (SEP, 2017, p. 434)

Todos los humanos poseemos **emociones** “las cuales son estados biológicos que de manera natural nos mueven hacia algo o nos alejan de algo; son la esencia de la naturaleza humana” (Oriza, 2014, p. 40). Bisquerra (2009) las define como “un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a la acción. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno.

La propuesta curricular de los Aprendizajes Clave para la educación integral menciona que las emociones “se conforman de elementos fisiológicos que se expresan de forma instintiva y de aspectos cognitivos y socioculturales conscientes e inconscientes” (SEP, 2017, p. 437), con base a lo anterior se puede definir que las emociones son estados generados como respuestas ante algunas acciones o acontecimientos de carácter fisiológico y natural.

Es importante que concibamos la idea de un modelo que se preocupe por la parte emocional de los alumnos pues en el pasado el modelo solo se preocupaba por la parte cognitiva. Garcia,R. (2012, p. 4) menciona que este modelo educativo

insiste en la construcción de una educación que privilegia los aspectos intelectuales y académicos, considerando que los aspectos emocionales y sociales correspondían al plano privado de los individuos.

Según Loroño (2011) modelo educativo involucra el aspecto socioemocional y para reconocerlas pueden implementarse diversas estrategias como el uso de música ya que, de esta forma, cuando las personas reaccionan ante este estímulo experimentan en el cuerpo diferentes sensaciones, ello dado que la música produce un cambio tanto fisiológico como psicológico, reacción conocida como biomúsica

Basados en los estudios realizados en el ámbito emocional podemos encontrar el término de **inteligencia emocional** sin embargo antes de poder abordarlo es necesario establecer su precedente, las **inteligencias múltiples**, cuyo exponente principal es Howard Gardner (cit. por Luca, 2004, p.12) refiere que una inteligencia es la "capacidad de resolver problemas o de crear productos que sean valiosos en uno o más ambientes culturales". Según Silvia Luca (cit. Por Luján, et. al.,2011) lo sustantivo de su teoría consiste en reconocer la existencia de ocho inteligencias diferentes e independientes, que pueden interactuar y potenciarse recíprocamente.

Retomo dos de las ocho inteligencias rescatadas por Gardner (cit. por Luca, 2004) quien menciona que: Inteligencia intrapersonal es la que nos permite entendernos a nosotros mismos mientras que la Inteligencia interpersonal, la que nos permite entender a los demás, y la solemos encontrar en los buenos vendedores, políticos, profesores o terapeutas. Estas dos inteligencias conforman la Inteligencia Emocional y juntas determinan nuestra capacidad de dirigir nuestra propia vida de manera satisfactoria.

Las siguientes tres conceptualizaciones emocionales permiten clarificar lo que es la inteligencia emocional; Según Daniel Goleman (1995) es la capacidad para

reconocer los sentimientos propios y los de los demás, motivarnos a nosotros mismos, para manejar acertadamente las emociones, tanto en uno como en nuestras relaciones humanas.

Robert K Cooper (cit. por Jimenénez,2017) menciona que es la capacidad de sentir, entender y aplicar eficazmente el poder y la agudeza de las emociones como fuente de energía humana, información, conexión e influencia”. Por su parte Peter Salovey mencionan que “es un subconjunto de la inteligencia social que comprende la capacidad de controlar los sentimientos y emociones propios, así como las de los demás, de discriminar entre ellos y utilizar esta información para guiar nuestro pensamiento y nuestras acciones”. (cit. por Jiménez, 2017,)

Para este trabajo se definió la inteligencia emocional como aquella capacidad para manejar nuestras emociones con el fin de una toma de decisiones en nuestras acciones que aseguren nuestro bienestar y mejoren nuestras relaciones interpersonales. El plan y programas “Aprendizajes Clave” (SEP, 2017) dentro el área de Desarrollo personal y social, en la asignatura de Educación Socioemocional, en la cual se busca el desarrollo de la inteligencia emocional se distinguen 5 dimensiones: autoconocimiento, autorregulación, autonomía, empatía y colaboración.

La dimensión de la **autorregulación** con base al diagnóstico es necesaria de abordar. La cual es definida como:

Un proceso comportamental, de carácter continuo y constante, en el que la persona es la máxima responsable de su conducta. Para que el individuo presente este comportamiento, es necesario que conozca las variables externas e internas que influyen en él mismo y que las manipule siempre que sea necesario para conseguir los objetivos deseados. (SEP 2017, p. 148).

Para Bisquerra (2009) ésta “es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas, etc.” (p.36)

Por su parte para Thompsom (cit por. Company,et. al 2012, p.7) “regulación emocional hace referencia a la intención y capacidad de modificar los componentes de la experiencia emocional (experiencia subjetiva, respuesta fisiológica, expresión verbal y no verbal, así como a las conductas manifiestas) respecto a su frecuencia, forma, duración e intensidad”. Puedo inferir con referencia a los autores que la autorregulación es el conocimiento de las emociones y la capacidad para poder manipularlas con estrategias convirtiéndolas en positivas.

Para la movilización de estos aprendizajes el docente cuenta con una flexibilidad en cuanto a sus modalidades de trabajo entre las que figura el **aprendizaje colaborativo** la cual según el acuerdo 649 (2012, p. 7) funge como una estrategia de enseñanza y aprendizaje en donde los estudiantes trabajan en grupos para maximizar el aprendizaje requiriéndose un esfuerzo equitativo de todos por lo cual interactúan de forma positiva y mutuamente.

Hago mención del aprendizaje cooperativo, ya que debido a su demasiada similitud con el ya mencionado aprendizaje colaborativo. Johnson y Holubec, (cit. por Barriga & Hernández, 2001) indican que:

La cooperación consiste en trabajar juntos para alcanzar objetivos comunes, en una situación cooperativa los individuos procuran obtener resultados que son benéficos para sí mismos y para todos los demás miembros del grupo. El aprendizaje cooperativo es el empleo didáctico de grupos reducidos en los en trabajar juntos para alcanzar objetivos comunes (p.90).

Atendiendo a lo que ya comenté sobre las notorias similitudes que tienen estos dos modelos de aprendizaje encontramos la comparativa que realiza María Osalde Rodríguez (2015) en donde concluye que:

En ambos el enfoque radica en que el conocimiento es descubierto por los alumnos y transformado a través de la interacción con el medio, para posteriormente reconstruirlo y ampliarlo con nuevas experiencias de aprendizaje. Por lo tanto, ambos modelos de aprendizaje comparten aspectos, que en esencia tienden a que el aprendizaje surja de una correlación activa entre el profesor y los estudiantes, y entre los estudiantes. (p.7)

En cuanto a mi perspectiva ambos aprendizajes se atienden en grupos reducidos lo que genera que entre pares potencialicen su aprendizaje al máximo, distando únicamente la intervención que tenga el docente y el fin que persigan los alumnos, pero enfocados en la socialización y la interacción.

Para poder complementar porque es importante el aprendizaje colaborativo es necesario abordar el enfoque sociocultural del cual podemos desprender la interacción entre los individuos como forma de potenciar su aprendizaje y favorecer su autorregulación como lo podemos ver en el trabajo de Vygotsky retomado por Carrera & Mazzarella (2001, p.43) afirmando que:

El aprendizaje estimula y activa una variedad de procesos mentales que afloran en el marco de la interacción con otras personas, interacción que ocurre en diversos contextos y es siempre mediada por el lenguaje. Esos procesos, que en cierta medida reproducen esas formas de interacción social, son internalizadas en el proceso de aprendizaje social hasta convertirse en modos de autorregulación.

Otro de los teóricos que hacen aporte a este documento es Bronfenbrenner (cit. por Meece, 2001 p. 25) identificó diferentes sistemas contextuales los cuales tienen una relación con el desarrollo del niño:

- El microsistema es un patrón de actividades, roles y relaciones personales cara a cara dentro de un entorno, tal como el hogar en el que el niño funciona de manera cotidiana cara a cara.
- El mesosistema es la interacción de dos o más microsistemas es decir las conexiones entre el hogar y la escuela. Se ven las diferencias en las formas en que el niño actúa en diferentes entornos.
- El exosistema, es una conexión entre dos o más entornos. No contiene al niño en desarrollo y lo afecta solo de manera indirecta.
- El macrosistema, es la interacción que engloba a los patrones culturales generales; los valores, creencias y costumbres, así como los sistemas político, económico y social.

Y con fines de cotejo es necesario que se hable un poco de conductismo en el cual “individuo es sometido a un contexto al que irremediamente responde, no porque él decida hacerlo, sino que estimulado por factores externos a él, se ve obligado a hacerlo” (Alcauter, 2011, p. 51-54) .Según Skinner (Cit. por Plazas, 2006) el gran descubrimiento del condicionamiento operante es que la conducta de un organismo cualquiera cae bajo el control de ciertos estímulos debido a sus consecuencias, y los programas de reforzamiento, de los cuales pueden existir positivos y negativos.

Haciéndose el contraste del modelo conductista al constructivista propuesto por Vygotsky con un enfoque sociocultural del cual se rescata la zona de desarrollo próximo, que “implica que el nivel de desarrollo no está fijo; es decir, hay una diferencia entre lo que puede hacer el niño solo y lo que puede hacer con la ayuda de un compañero más apto o de un adulto” (cit. por Klingler, 2000, p.31).

Relacionándolo con la temática de este documento pues para que el alumno aprenda y desarrolle las habilidades emocionales y afectivas relacionadas con el uso inteligente de sus emociones necesita ser orientado a través de un Educación emocional, “los profesores son un modelo adulto a seguir por sus alumnos en tanto son la figura que posee el conocimiento, pero también la forma ideal de ver, razonar y reaccionar ante la vida.” (Extremera & Berrocal, 2005, p. 6)

Para consolidar los propósitos del plan de acción es necesario valorar como ha sido el avance en cuestión de la investigación. Duque (cit. por. Vargas, 2004) menciona que la evaluación es una “fase de control que tiene como objeto no sólo la revisión de lo realizado sino también el análisis sobre las causas y razones para determinados resultados” (p.2) Debido a ser un ámbito emocional la evaluación se convierte en un tenor cualitativo es por ello que en esta ocasión se hará uso de las **escalas de valoración y la observación.**

Esta última definida como “mirar, oír, intentando prestar atención selectiva hacia determinados aspectos importantes y relevantes de una situación, o de la conducta o de un sujeto o grupo” (García, 1999, p. 67). Julio Pimienta (2008) menciona que la observación participativa constituye por sí misma un método de investigación cualitativa, pues este tipo de estudio se incluye en el diseño de investigación cualitativa de las ciencias sociales. Pero para ello es necesario contar con una guía de observación pues “permiten tomar registro de situaciones individuales y grupales (descriptivos y anecdóticos) para valorar la consecución de los objetivos de aprendizaje.” (SEP, 2017, p. 471)

Las escalas de valoración permiten ponderar los indicadores de logro de los aprendizajes alcanzados (por ejemplo: logro alcanzado o en proceso); este tipo de instrumento puede ser utilizado para valorar los logros grupales o individuales (SEP, 2017, p.471).

1.5 Metodología y análisis del informe.

Este documento fue elaborado con base a la metodología de **investigación-acción**, según Lewin (Cit. por Restrepo, 2014) esta investigación consistente en una práctica reflexiva social en la que interactúan la teoría y la práctica con miras a establecer cambios apropiados en la situación estudiada y en la que no hay distinción entre lo que se investiga, quién investiga y el proceso de investigación.

Lomax (cit. por Latorre, 2005, p.24-25) la define como una intervención en la práctica profesional con la intención de ocasionar una mejora. La intervención se basa en la investigación debido a que implica una indagación disciplinada y para Bartolomé es un proceso reflexivo que vincula dinámicamente la investigación, la acción y la formación, realizada por profesionales de las ciencias sociales, acerca de su propia práctica.

Retomando los conceptos de los autores se puede entender la investigación acción como un proceso de intervención en la práctica de carácter reflexivo el cual basado en la investigación y el autorreflexión se puede mejorar la práctica del profesorado. Por ello es apropiada la metodología para el documento que a fin de cuentas es un análisis analítico reflexivo sobre mis prácticas profesionales.

Para poder completar el proceso de la misma hago uso del ciclo reflexivo de Smyth. “Es un proceso de reflexión sobre la práctica que comporta desarrollo profesional que consta de cuatro fases que se ponen en marca cíclicamente a lo largo de la práctica docente “ (Domingo & Fernández, 2016). A continuación, se menciona cada una de las fases.

- **Fase de descripción:** en esta fase el profesorado responde a la pregunta ¿qué y cómo lo hago? (...) en el que reflexionan acerca de las acciones que caracterizan su práctica, su contexto, su clase (...) se trata de una fase de aproximación a la realidad ya que implica un nivel de argumentación. (p. 28)

- **Fase de información / explicación:** en ella se encuentran los principios teóricos y prácticos que posee el profesor y que inspiran su práctica diaria. Se pretende contestar a la siguiente cuestión ¿qué significa estoy y por qué y para qué lo hago? (p. 29)
- **Fase de confrontación:** se trata de ver, en un debate abierto, como se ha llegado a ser así, qué hay detrás de eso, que consecuencias comporta, que grado de coherencia tiene con las tendencias actuales o con las de la propia institución. Es una Fase de cuestionamiento de prácticas y teorías implícitas. (p. 30)
- **Fase de reconstrucción:** es una fase de planificación de la mejora estipulada. Es un proceso por el que el profesorado inmerso en el ciclo de reflexión reestructura (recompone, altera o transforma) su práctica docente, sus visiones (percepciones, sus puestos básicos, etc.) y/o los argumentos alegados para justificarlas estableciendo un nuevo marco de acción. (p. 30)

1.6 Propósitos y diseño del plan de acción.

Para la elaboración de este proyecto se llevó a cabo un plan de acción, los cuales “recogen la secuencia de actividades y recursos que debemos invertir para conseguir cumplir los planes de acción. Esta se debe formular de manera que podamos establecer un adecuado seguimiento sobre la misma, detectar retrasos o incumplimientos, y establecer acciones correctoras” (Carretero, 2013, p.25)

A continuación, se presenta el plan de acción diseñado para el trabajo que se realizará durante el periodo de prácticas 2018-2018, el cual busca cumplir con los siguientes propósitos.

General:

- Diseñar secuencias didácticas que permitan desarrollar la inteligencia emocional de la autorregulación para mejorar el trabajo colaborativo en Sexto Grado Grupo “A” de la Escuela Agustín Domínguez B.

Específicos:

- Diseñar secuencias didácticas que permitan desarrollar la inteligencia emocional de la autorregulación
- Implementar secuencias didácticas que desarrollan la inteligencia emocional de la autorregulación
- Analiza la intervención docente por medio del ciclo de Smyth
- Evaluar los resultados de las secuencias didácticas implementadas en Sexto grado grupo “A”

Fases	Actividades	Fechas	Responsables	Evaluación
I Secuencia didáctica	“Test” e “implicaciones de las relaciones sexuales.” (diagnóstico)	Agosto – octubre 2018	Docente en formación	Rubrica.
II Secuencia didáctica	“Lo que siento”	Octubre 2018	Docente en formación	Rúbrica
III Secuencia didáctica	“Ten, esto te sirve”	Noviembre 2018	Docente en formación	Rúbrica
IV Secuencia didáctica	“En los zapatos de otro”	Diciembre 2018	Docente en formación	Lista de cotejo
V Secuencia didáctica	“Encuentra el tesoro”	Febrero 2018	Docente en formación	Lista de cotejo

El plan de acción está compuesto de cinco secuencias didácticas con base al Plan y Programa de Sexto Grado dichas secuencias implementadas con la estructura de Inicio, desarrollo y cierre.

- Secuencia didáctica I.

Se realizará el test propuesto por Jorge Oriza Vargas “inteligencia emocional y comunicación” con la finalidad de detectar cual es el nivel de desarrollo de la inteligencia emocional en la que se encuentra el grupo, el cual será una tarea individual con un acomodo de los alumnos de manera auditorio. El test está elaborado con 50 reactivos que plantean situaciones de la vida cotidiana. (Anexo B)

Para colaborar al resultado del diagnóstico se realizará la secuencia didáctica “implicaciones de las relaciones sexuales” (anexo D) la cual me permitirá observar cómo se autorregulan los alumnos en una clase de un tema un tanto delicado. En la secuencia se rescatan dos actividades nucleares que permiten dicha observación son el cuidado de un huevo en la cual la distribución del grupo será en binas. Y la segunda actividad, un juego de preguntas sobre métodos anticonceptivos con el grupo distribuido en equipos de cinco integrantes. Los materiales utilizados en esta secuencia didáctica serán: huevos frescos creando actas de nacimiento para los huevos, cartulinas e imágenes de métodos anticonceptivos.

La secuencia didáctica II “Lo que siento” se conforma por un inicio en el cual los alumnos harán un reconocimiento general de las emociones a través de la actividad tengo miedo, se realizará de manera grupal sentados en círculo en el salón, como materiales se utilizará música que genera distintas emociones, paliacates. Al término de cada ejercicio los alumnos socializaran las mismas.

El desarrollo consistirá en un ejercicio en la que los compañeros darán una breve opinión de sus compañeros. Se realizará dentro del salón. El grupo estará organizado por equipos que cambiarán lo largo de la actividad. El material a ocupar será una caja pequeña para cada alumno y hojas de papel. Esta actividad servirá para ver en qué manera se autorregulan los alumnos cuando reciben críticas positivas o negativas sobre ellos. (Anexo E)

En la secuencia didáctica III “Ten, esto te sirve”, la actividad a realizar será una rueda de los sentimientos, la cual permitirá que ellos mencionen cuales estrategias utilizan para calmarse y regularse ante sus diversas emociones, para esto en equipos dibujarán un pastel hecho en una cartulina y en cada porción del pastel se colocarán dichas estrategias de control. Para el cierre el grupo se dividirá en equipos de tres integrantes los cuales rolaron turno para ser el enfadado, sus compañeros buscarán cómo hacerlo enfadar para después de la mejor manera proporcionarle un elemento que le permita relajarse para así poder resolver sus problemas de una manera más consiente y autorregulada. (Anexo H)

La secuencia IV “En los zapatos de otro” estará compuesta por la dinámica del nudo humano comisionando a dos o tres alumnos para desatarlo. Esta secuencia permitirá que los estudiantes busquen soluciones en conjunto a otros compañeros y puedan comunicarse. Y la dinámica del cuadro perfecto con cuerdas, se dividirá a los alumnos en equipos de cuatro estudiantes; de materiales se ocupará serán paliacates y cuerdas. Su objetivo se centra en el fomento de unas buenas habilidades de comunicación y liderazgo. (Anexo K)

En la última secuencia de nombre “Encuentra el tesoro” los alumnos se dividirán en equipos para realizar una serie de actividades que los llevarán a encontrar un tesoro con el propósito de organizarse y lidiar con algunas limitantes como de tener un compañero que interprete tener una discapacidad. En ella debieron emplear todas las estrategias aprendidas para autorregularse y trabajar de manera colaborativa. (Anexo N)

II DESARROLLO, REFLEXIÓN Y EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA DE MEJORA

2.1 Pertenencia y consistencia de la propuesta

Para la educación en la actualidad ya no es suficiente solo enfocarse en el desarrollo cognitivo de sus alumnos, también es necesario que tengan un desarrollo físico y emocional adecuado, es por ello que la nueva propuesta de Modelo Educativo incluye la materia de educación socioemocional en la cual se realizaron las siguientes secuencias didácticas con la finalidad de atender la problemática planteada en este documento.

Es pertinente que como docentes nos ocupemos de este desarrollo emocional durante el periodo de primaria debido a que durante esta etapa escolar

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 conciencia de sí mismo, seguridad, respeto, y robustecer con ello el sentido de autoeficacia y el ejercicio de la autonomía a través de la participación, la colaboración y la comunicación asertiva (SEP, 2017, p. 441)

En específico es necesario que los alumnos desarrollen la autorregulación ya que de no ser así las personas pueden recaer en comportamientos y actitudes que ponen en riesgo su integridad además de afectar la toma de sus decisiones y por ende la relación con sus pares, se requiere “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).

Las actividades diseñadas en este plan de acción, buscan poder desarrollar en los alumnos la inteligencia emocional de la autorregulación y con ello favorecer el trabajo colaborativo; las cuales al analizarlas mediante el ciclo de Smyth permitirán la reconstrucción de la intervención docente con el objetivo de alcanzar los propósitos de las mismas. Como se ha venido planteando desde ya varios años el docente debe ayudar al alumno a desarrollarse en todos sus aspectos, como son el físico, cognitivo y emocional, fungiendo como un guía que le permita alcanzar sus metas y vencer sus obstáculos.

2.2 Identificación de enfoques curriculares y su integración en el diseño

Debido a la reforma educativa aplicada a partir de este 2018 y considerando la temática del presente informe fue necesario tomar de base el nuevo plan y programa de Aprendizajes Clave, ya que el currículo propuesto por este plan atiende el “desarrollar la razón y la emoción, reconociendo la integralidad de la persona, es decir, que en el proceso educativo hay que superar la división tradicional entre lo intelectual y lo emocional” (SEP, 2017, p. 95).

En la búsqueda de responder a esta necesidad fue formado el componente curricular de “Desarrollo Personal y Social” en donde se agrupan Educación Física, Educación Artística y Educación socioemocional las cuales pasan de ser percibidas de asignaturas a áreas de desarrollo ya que requieren de enfoques pedagógicos y evaluaciones distintas a las demás asignaturas. Estas áreas “aportan al desarrollo integral del educando y, especialmente, al desarrollo de las capacidades de aprender a ser y aprender a convivir” (SEP, 2017, p. 112); por lo que la educación socioemocional es el área que se retomó para la aplicación del plan de acción.

2.3 Competencias desplegadas en la ejecución del plan de acción

A través de las actividades planteadas en el plan de acción se busca desplegar en los alumnos las competencias para la vida del manejo de situaciones y competencia para la convivencia. Estas deben ser desarrolladas según el plan de estudios 2011.

Por su parte el plan de acción permitió que desarrollar diversas competencias sobre saliendo la competencia profesional de diseñar planeaciones didácticas, aplicando mis conocimientos pedagógicos y disciplinares para responder a las necesidades del contexto en el marco del plan y programas de estudio de la educación básica y la competencia genérica de aplicar habilidades comunicativas en diversos contextos.

2.4 Descripción y análisis detallado de las secuencias de actividades consideradas para la solución del problema

A continuación, se encuentra el análisis de las secuencias didácticas realizadas sujetas a las cuatro fases del ciclo de Smyth: descripción, explicación, confrontación y por último la reestructuración.

2.4.1 Secuencia didáctica I. “Test” e “Implicaciones de las relaciones sexuales”

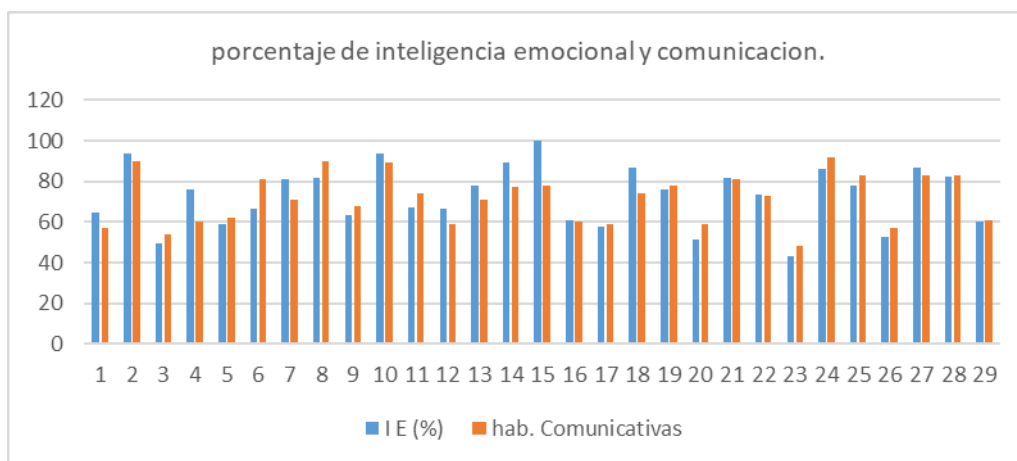
La primera acción que llevé a cabo se dividió en dos actividades con la finalidad de poder obtener un diagnóstico, la primera fue la aplicación del test “inteligencia emocional y comunicación” (anexo B) además de la observación y registro de la clase “implicaciones de las relaciones sexuales”.

El test creado por Orizaba está compuesto por 50 reactivos los cuales reflejan cual es el nivel de inteligencia emocional y las habilidades comunicativas en una escala del 1 a 100 en porcentajes, estos incluían situaciones de comportamiento en la vida cotidiana, para su aplicación se les dio un tiempo de 30 minutos ya que se debía analizar cada uno de los reactivos, los alumnos no presentaron ningún

inconveniente a la hora de realizarlo, sin embargo al observar que algunos habían terminado rápido comenzaron a acelerar su ritmo de respuesta queriendo finalizarlo también.

La clase “implicaciones de las relaciones sexuales fue seleccionada ya que debido a la sensibilidad que implica abordar un tema sexual con alumnos que se encuentran en la pubertad permitió observar su comportamiento y el nivel de regulación que presentaban en cuanto a comentarios que consideraban incómodos. Compuesta con dos sesiones de 50 minutos, la primera llevada a cabo en el aula y la segunda fusionando el trabajo dentro y fuera del aula. Los alumnos estaban acomodados por filas y la dinámica de preguntas y respuestas tuvo muy buen resultado presentándose algunas situaciones en donde se reflejó un descontrol en la autorregulación de alguno de los alumnos.

Para obtener un diagnóstico y afirmar si realmente era necesario enfocarme al trabajo con las emociones de primer momento se realizó el test propuesto por Orizaba (2014). Atendiendo a la sugerencia del autor se consideraron únicamente los reactivos del 25 al 40 para poder obtener los resultados se aplicó la siguiente fórmula inteligencia emocional (%)= (suma del valor de los reactivos) x (4/5). En la siguiente gráfica se muestran los resultados arrojados con base a las respuestas de los alumnos.



Gráfica 1. “porcentaje de nivel de inteligencia emocional y comunicación”. Elaboración propia.

Antes de realizar el análisis de los resultados cabe mencionar que para este escrito se hizo uso de un código de nombres; para los alumnos se utilizó la letra “A” agregando un número para asignado conforme la lista de asistencia debido a la protección de su información y con el fin poder representar algunos diálogos presentados en las actividades, así como el uso de las iniciales “DF” (Docente en formación) hacer mención de mis participaciones y “DT” para la docente titular.

Volviendo a los resultados de la aplicación del test, la mayoría de los alumnos obtuvieron cantidades arriba del 60 únicamente 6 de los alumnos se han encontrado por debajo de esta marca. Sin embargo, lo observado y registrado durante el ciclo escolar anterior es incongruente a los resultados de determinados alumnos quienes obtuvieron una calificación alta lo cual se contrapone a las actitudes que muestran dentro y fuera del aula, dejando ver que la percepción que tienen sobre sus actitudes en diversas situaciones cotidianas son muy distintas a sus verdaderas conductas.

Una de las explicaciones viables ante esta irregularidad en los resultados con las observaciones cotidianas se orienta hacia la percepción que tiene el alumno al saber que se les está evaluando en algo, pues únicamente busca obtener valores altos y en el caso del test aplicado las opciones de respuestas contenían puntajes que los alumnos relacionaron con respuestas mejores. Así como el alumno antepone sus ideas de obtener un puntaje alto ignorando la intención de la actividad.

Las sesiones de ciencias naturales “implicaciones de las relaciones sexuales” (anexo C) dio un indicio que confirmaba que presentaban actitudes muy diferentes a las plasmadas en las respuestas del test, ya que a lo largo de la sesión se mostraban impulsivos, poco respetuosos, excesivamente inquietos. De comienzo los alumnos se mostraban inhibidos únicamente escuchando e incluso sus miradas mostraban incomodidad. La valentía y confianza del alumno 18 motivo a

sus compañeros a hacer más participativa la clase debido a que realizó la siguiente pregunta.

A18: - ¿A qué edad puede ser madre una mujer?

DF: - A partir que tiene su primera menstruación se considera que la mujer ya es fértil y esto como lo vimos en 5to año ocurre generalmente en un periodo de los 11 a los 14 años, sin embargo, debemos pensar que el cuerpo no ha alcanzado la madurez necesaria ni tampoco se ha alcanzado esa madurez emocional que es necesaria para criar a un hijo.

Este pequeño diálogo generó la apertura a que los pupilos se animaran a realizar toda clase de preguntas, comenzando mayormente por participación masculina que femenina, todo en un tono de seriedad e interés por parte de los mismos. Una de las preguntas que sobresalió durante la sesión hacía referencia a por qué existían condones de sabores y de colores, con serenidad me dispuse a responder apoyada de la docente titular.

Sin embargo, se suscitó una situación que rompió con el ambiente, el alumno 5 respondió simultáneamente a la explicación que yo le daba al alumno 26 mencionando que se debía al sexo oral y con un tono de reproche le mencionó que como era posible que no supiera. Esto trajo consigo una discusión entre los dos alumnos haciéndose necesaria mi intervención para frenar lo sucedido, concluyendo la explicación se continuó con la ronda de preguntas.

Entre más serenidad mostraba al responder los alumnos más se animaban a cuestionar sus dudas sobre esta temática tan compleja, sin embargo, surgió otra interrupción semejante a la pasada nuevamente por parte del alumno cinco, pero ahora involucrando a la alumna 24 a la cual le había surgido una duda, lo cual se tornó de la siguiente manera:

A5: - Maestra mi compañera tiene una duda ¿Qué si se puede tener relaciones en los días de la regla?

DF: - A un no he cedido la palabra por favor respeta los turnos para que podamos entendernos.

A24: (con lágrimas en los ojos)- No maestra yo no pregunté nada. (dirigiéndose a su compañero) - ¡Cállate! eres un Metiche

A5: (dirigiéndose a su compañera)- A qué si tu dijiste en bajito, pero ya como sea.

El diálogo de los dos alumnos comenzó una discusión entre todos los estudiantes dividiéndose el grupo en los que aprobaban y rechazaban la acción de su compañero y después de mi intervención para tranquilizar los ánimos a diferencia de la primera situación en donde se pudo continuar con un el ritmo de preguntas y respuestas que ya se había generado y el ambiente de confianza y desinhibición está interrupción género que las alumnas en particular ya no quisieran participar.

Durante la segunda clase se pudo observar que en base al conflicto de la sesión anterior se logró ver una fractura al momento de trabajar de manera colaborativa ya que alumnos que habían discutido no querían estar juntos, además de existir otras riñas con problemas del pasado, esto ocasionó distintas discusiones en una carrera de preguntas organizada evidenciando que es un punto de mejora.

La realización de un diagnóstico como menciona Espinoza (1987) nos ayudara a reconocer el sitio donde se realizaran acciones para resolver una problemática desde el punto mas objetivo pues se conoce la situacion real. En el caso particular de este documento realizar una accion diagnóstica me ayudo a delimitar cual era la dimensión emocional con prioridad a desarrollar en el grupo de sexto grado.

Con base a los resultados de la acción diagnóstica se realizó la elección de la área curricular de desarrollo personal y social como el medio para el desarrollo de acciones posteriores ya que este tiene como prioridad “que los estudiantes logren una formación integral de manera conjunta con los Campos de Formación Académica y los Ámbitos de Autonomía Curricular. En estos espacios curriculares se concentran los aprendizajes clave relacionados con aspectos artísticos, motrices y socioemocionales” (SEP, 2017, p. 400) .

Ya que a través del análisis realizado por medio de la tabla de datos (Anexo C) y los registros realizados durante las observaciones de las clases es necesario que los alumnos continúen desarrollando su inteligencia emocional en específico la dimensión de la autorregulación. Para ello fue pertinente realizar las futuras actividades por medio del curso de Educación Socioemocional “los niños y los adolescentes trabajan e integran en su vida los conceptos, valores, actitudes y habilidades que les permiten comprender y manejar sus emociones” (SEP, 2017, p. 434) y con esto se puede buscar dar resolución del problema detectado.

La importancia del desarrollo de la inteligencia emocional surge a partir de que esta influye directamente en el crecimiento cognitivo, social y además de favorecer diversas competencias en los alumnos. La educación socioemocional es un complemento indispensable para favorecer el desarrollo cognitivo además de ser una herramienta de prevención ya que muchos problemas tienen su origen en el ámbito emocional sin dejar de lado que puede orientar al estudiante a que tenga una vida plena llena de logros y satisfacciones.

Debido a las actitudes poco reguladas que presentaron los alumnos es necesario que se focalicen las actividades en un rumbo que se permita atender a la dimensión de la autorregulación, la cual es:

Un proceso comportamental, de carácter continuo y constante, en el que la persona es la máxima responsable de su conducta. Para que el individuo

presente este comportamiento, es necesario que conozca las variables externas e internas que influyen en él mismo y que las manipule siempre que sea necesario para conseguir los objetivos deseados. (SEP. 2017, p. 532).

Con base en los resultados obtenidos y el análisis de la importancia del papel de la inteligencia emocional las actividades tienen como enfoque poder desarrollar la autorregulación con la finalidad de que esta habilidad pueda favorecer el trabajo colaborativo y mejore las relaciones entre los además que los preparé para una etapa compleja de diversos cambios emocionales, para que puedan hacer frente a ello y la vivan de la mejor manera.

Es necesario implementar estrategias de primer momento que permitan que el alumno reconozca sus emociones para por consecuencia puedan regularlas y las transforme de manera positiva, ya que si el alumno reconoce que es un ser con diversas emociones podrá encontrar medidas que le permitan autorregularse y con ello poder interactuar de mejor manera con sus pares.

2.4.2 Secuencia didáctica 2 “Lo que siento”

Para la segunda actividad se llevó a cabo la secuencia “lo que siento” (anexo E) cabe mencionar que a partir de esta se hizo uso de la materia de educación socioemocional como espacio para la implementación de las actividades. En esta ocasión fue necesario adecuar algunos aspectos de la planeación realizada con anterioridad debido a petición de la docente, uno de ellos fue la organización de los alumnos dentro del aula ya que se tenía pensado realizar un círculo pues es una estructura en la que tanto los alumnos como yo podemos visualizarnos de mejor manera y rompe con la monotonía diaria de estar acomodados en filas.

Sin embargo, la docente con el temor de que hubiera descontrol y poca autorregulación por parte de los alumnos solicito que se permaneciera la

organización de filas. Como materiales se ocupó música que ambientara a diversas emociones, una bocina, paliacates, una hoja por alumno, un porta-hoja por alumnos.

Como introducción a la clase se le entregó un paliacate para que cubrieran sus ojos, se les pidió que no retiraran éste hasta que se les diera la indicación, de igual manera se les dijo que estarían en modo “mimo” estrategia en la que los alumnos no pueden hablar únicamente se pueden comunicar mediante señas. Se colocó la música ambientadora mientras comencé a decir la frase “tengo miedo” teniendo una respuesta de los alumnos.

Con el termino descubrieron sus ojos y se realizó una reflexión sobre la actividad, lo que permitió nos introdujéramos en el tema de las emociones destacando las que comunican mensajes de alguna manera negativos, Oriza (2014) nos menciona que tal es el caso del enfado. La burla, la agresividad y en determinados caso la tristeza y el miedo injustificados.

Para el desarrollo los alumnos cortaron su hoja en 32 pedazos y se explicó la dinámica que se llevaría a cabo, cada tendría la libertad de escribir un comentario a cada uno de sus compañeros, sobre algo que sintieran o pensaran de él, teniendo toda la libertad, especificando únicamente que no queríamos malas palabras o a lo que ellos conocen como “maldiciones”. En modo ordenado cada uno se hizo de sus papeles.

Por motivos de la tardanza de hacer un papel para cada uno de los alumnos, el cierre se tuvo que realizar el día siguiente a primera hora; en este tiempo los alumnos leyeron los comentarios de sus compañeros, además de haber intervenciones por parte de la docente titular. Generando al final una socialización de cierre. El incidente de los papeles me hizo reflexionar sobre la importancia de valorar el tiempo que se tiene designado para cada actividad, así como lo

conveniente que es encontrar soluciones que permitan prever estas situaciones para con ello aprovechar mejor el tiempo.

Con base en el diagnóstico realizado una de las principales observaciones a tener en cuenta era la de realizar actividades que permitieran fomentar la autorregulación de los alumnos por tanto el propósito de esta actividad era orillar a los alumnos a reconocer sus emociones y poder observar si intentaban regularlas todo esto con base a una situación que implicaba críticas tanto positivas como negativas sobre su persona.

Se comenzó con un ejercicio de reconocimiento de emociones mediante una ambientación, la respuesta de los alumnos fue demasiado orgánica ya que al tener los ojos vendados no podían imitar las actitudes de sus compañeros y únicamente dejaban demostrar lo que sentían a través de la estimulación por medio de una experiencia auditiva.

Durante la aplicación pudieron apreciarse gritos por parte de los alumnos, risa, e incluso su postura inicial fue cambiando a través de los diversos tipos de sonidos, modificando su postura neutra a cruzar los brazos o cerrar los puños en el caso de la música que propiciaba emociones negativas y un cuerpo más suelto en el caso de las emociones positivas como la alegría.

Cuando concluyó esta parte de la actividad fue necesario realizar una socialización para poder ver que externaban los alumnos sobre sus compañeros con ella se comprendió a mayor profundidad que habían sentido pues si bien hay cosas que se pueden observar corporalmente también es necesario que la persona lo externe. Durante el diálogo los alumnos comentaron que habían experimentado alegría, angustia, miedo, frustración, ansiedad, desconfianza y molestia. (anexo G)

También mencionaron cual era el factor que creían que había propiciado que experimentaran esas emociones. A continuación, presento uno de los diálogos suscitados en ese momento

A19: - Maestra yo considero que el tener los ojos vendados no hace débiles

DF: - Quizá al decir que nos hace débiles te refieres a que nos encontramos vulnerables.

A18: - Ándele maestra sí, eso mero que tal si alguno de mis amigos me hacía algo o una broma yo me sentía frustrado.

DF: - ¿A alguien le pasó algo semejante como a su compañero? (siete de los alumnos levantaron la mano.

A25: - A mí no me preocupaba eso maestra porque nomas me hicieran algo y no se la acaban (señaló el alumno mirando a sus compañeros y haciendo un gesto con el puño cerrado).

DF: - Alumno, tranquilo, nadie le iba hacer nada a nadie porque tengo alumnos muy buenos que obedecen muy bien las instrucciones (terminó la frase con una sonrisa y un poco de risa)

Alumnos: (riéndose) – ¡Aaaaayyy maestra!

Mediante este diálogo pude comprender por qué en muchas de las ocasiones como lo mencioné anteriormente, los alumnos transformaban su postura, confirmando estos sentimientos de temor, frustración y en ocasiones un poco de relajamiento. La actividad sirvió para poder abordar con ellos las emociones positivas y después las negativas.

Paso siguiente fue indicar el desarrollo de la secuencia, en la cual se especificó claramente a los alumnos que tendrían la libertad de expresar lo que les guste siempre y cuando no tuviera las palabras que dentro de la escuela se consideraban como malas o como coloquialmente conocemos “maldiciones” fuera de eso podrían externar lo que quisieran. Los alumnos preguntaron si esto sería anónimo, a lo que aproveché y mencioné que sí, que aprovecharan la

oportunidad. Con la finalidad oculta de que fueran lo más honestos y poder tener diversas emociones en ellos.

En ese momento ocurrió una intervención de la docente titular la cual pedía a que consideraran qué ponían en sus escritos. Esto pudo causar un poco de confusión ya que una de las maestras indicaba pensar bien que ponían y otra les daba la oportunidad de poner lo que quisieran. Estos procedieron a escribir lo que opinaban. Como podría esperarse tuvieron más dificultades externando cosas para los compañeros que no figuran en su círculo de amigos.

Debido a que el tiempo se había acabado y con la posibilidad nula de extendernos debido a que la siguiente hora era dedicada para los talleres y cambian de aula, hubo la necesidad de dar un espacio al día siguiente para que pudieran realizar el cierre de la actividad. Estos mostraron mucha curiosidad e incertidumbre sin embargo se tomó la decisión de leerlos en el salón pues era necesario ver la reacción de estos.

Cuando se iba a comenzar a leer los papelitos ocurrió una segunda intervención de la docente titular, ella mencionó constantemente las siguientes frases: - No los quiero ver tristes ni enojados, saben que nada de lo que está escrito es enserio, además no deben tomarse las cosas personales. – si veo a alguien así paramos la actividad y comenzamos con otra clase. Esto predispuso a los alumnos pues tenían que acatar esa indicación lo cual a diferencia de la introducción dejaron de ser reacciones orgánicas.

Únicamente se distinguió a cinco de ellos con un cambio de actitud, cabe mencionar que estos han tenido problemas de autorregulación lo cual hace un contraste con su test debido a que paradójicamente tres de ellos han salido con altos resultados en el test de Oriza. Las emociones demostradas en los pupilos fue ira y tristeza, incluso a una de las alumnas le escurrieron lágrimas, y uno de

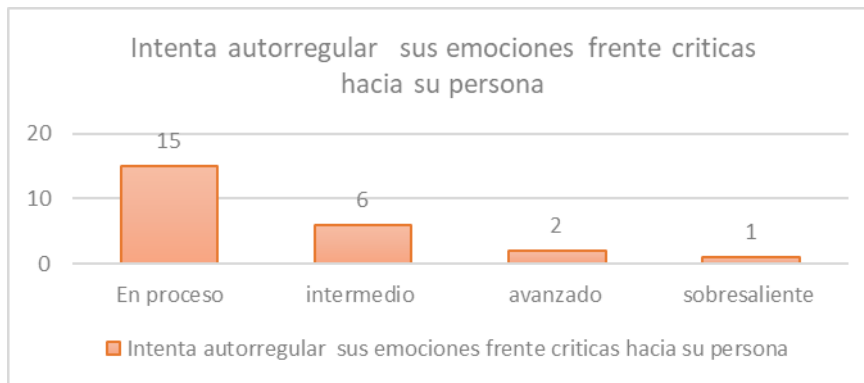
los alumnos pregunto de manera muy insistente quien le había escrito uno de los papeles.

Al observar esto se realizaron reflexiones finales en las cuales se les pidió a alumnos al azar y, con intención oculta a estos alumnos explicaran como se sintieron. En este momento de culminación se rescata la participación del número 14 que de manera serena quien mencionó, que lo mejor era respirar considerar que si lo que te decían era verdad si no era verdad no importaba, en cambio si algo tenia de cierto siempre se podían aclarar las cosas mediante el diálogo.

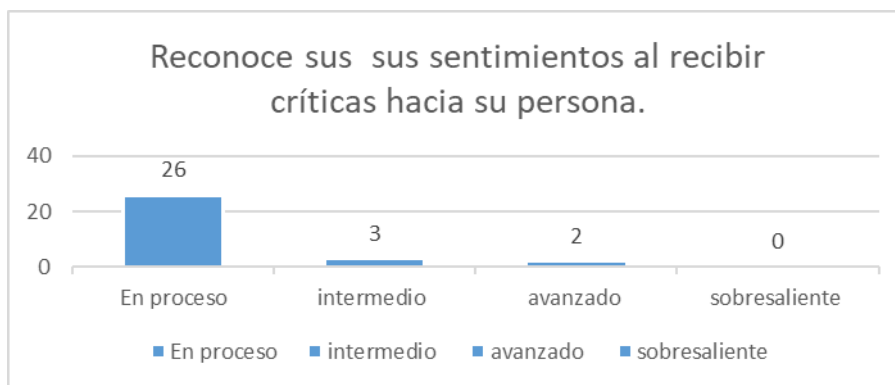
Analizando los papelitos de cada uno se ven reflejadas algunas cosas impactantes, de manera positiva es grato decir que tres cuartas partes de los papelitos en total tienen mensajes positivos donde realzan cualidades de sus compañeros e incluso una que otra confesión muy propia en la pubertad, sin embargo, se encontró 1/4 del total de los papeles con mensajes muy negativos, de los cuales se pueden observar los que a mi parecer fueron los más impactantes y que contienen frases de:

- Te odio, eres asquerosa.
- Eres un poco hipócrita.
- Te súper odio.
- Eres un tonto te odio ojalá te mueras imbécil.

Estas frases denotan que aprovecharon el espacio para liberar un poco de emociones negativas hacia algunos de sus compañeros pese a las advertencias que la docente titular había hecho. Para evaluar esta actividad se utilizó una escala de valoración (anexo F). A continuación se presentan los resultados de dicha evaluación en donde se ve reflejado que la mayor parte de los alumnos a un se encuentran en proceso al intentar regular sus emociones.



Grafica 2. Resultados del indicador 1 de la segunda intervención



Grafica 3. Resultados del indicador 2 de la segunda intervención.

La segunda actividad sirvió como introducción ya en forma a esta serie de intervenciones que tienen la finalidad de desarrollar la inteligencia emocional de la autorregulación, para ello fue necesario orillarlos principalmente a que reconozcan que son poseedores de emociones y que estas orientan mayormente su comportamiento pues son un elemento nato que forma parte de la constitución del ser humano. Las emociones son definidas por Oriza (2014) como “estados biológicos que de manera natural nos mueven hacia algo o nos alejan de algo; son la esencia de la naturaleza humana” (p. 40).

En esta sesión se utilizó la música como recurso para este reconocimiento pues según Loroño (2011) “las personas reaccionan ante el estímulo de la música experimentan en el cuerpo diferentes sensaciones, ello dado que la música produce un cambio tanto fisiológico como psicológico, reacción conocida como biomúsica” en en este caso fueron experimentando diversas sensaciones por las

diversas tonadas y ambientalizaciones de las canciones modificando su comportamiento.

Este cambio tiene una explicación muy viable ya que en el ámbito emocional aparte de la reacción de la biomúsica pues como menciona Juslin (cit. por Mosquera, 2013, p. 36) el comportamiento de una persona, por causa de la música, puede ser influenciado también por algún episodio del pasado, ya que la emoción inducida por la música podría ayudarle a evocar recuerdos personales de algún evento específico en su vida, pudiendo ser recuerdos con fuertes conexiones emocionales.

El uso de esta estrategia permitió comenzar con un diálogo en el cual pudieron expresar las emociones que presentaron. Es importante generar un espacio en el que se comuniquen de forma emocional ya que ésta “implica tener claro que emociones estamos sintiendo y que van a sentir los demás cuando se las estamos transmitiendo” (Gutiérrez & García, 2015, p.401). Una de las principales claves para el desarrollo de la inteligencia emocional y más enfocada a la autorregulación.

Como lo mencioné anteriormente en la actividad nuclear los resultados se vieron alterados en cierta medida, debido a la intervención de la docente titular pues las frases que mencionó en un tenor conductista predispusieron a modificar y mostraron un comportamiento adecuado para estar en el aula y con ello poder evitar que cancelara la actividad pues lo ha hecho a modo de indicación.

El pensamiento de que un buen profesor es el que tiene a sus alumnos callados y con la mejor conducta, orienta a muchos de los docentes a recaer en prácticas conductistas, las cuales se contraponen a la idea del desarrollo de una inteligencia emocional ya que como menciona García, R. (2012) este modelo educativo insiste en la construcción de una educación que privilegia los aspectos

intelectuales y académicos, considerando que los aspectos emocionales y sociales que correspondían al plano privado de los individuos.

Mediante el conductismo el “individuo es sometido a un contexto al que irremediamente responde, no porque él decida hacerlo, sino que estimulado por factores externos a él, se ve obligado a hacerlo” (Alcauter, 2011) en el caso de la intervención de la docente se puede notar una inclinación a un conductismo operante; según Skinner (Cit. por Plazas, 2006) el gran descubrimiento del condicionamiento operante es que la conducta de un organismo cualquiera cae bajo el control de ciertos estímulos debido a sus consecuencias, y los programas de reforzamiento, de los cuales pueden existir positivos y negativos.

En este caso en particular hablamos de la implementación de los reforzadores negativos ya que estos se caracterizan por la eliminación de algo, y las frases utilizadas (-No los quiero ver tristes ni enojados, saben que nada de lo que está escrito es enserio, además no deben tomarse las cosas personales. Y – si veo a alguien así comenzamos clase) orientaban a los alumnos a modificar su conducta con el fin de que no fuera suspendida la actividad.

Mediante el análisis de los resultados es percibirle que, como se tenía diagnosticado, existen alumnos que no logran autorregular sus emociones, una de las principales causas es que se sienten cohibidos de expresar sus emociones y más en un sistema donde generalmente el docente únicamente es quien tiene la razón.

Es importante que les enseñemos a comunicar sus emociones ya que como menciona Pau Navarro (cit. Gutiérrez & Garcia, 2015). para comunicar de forma emocional implica tener claro qué emociones estamos sintiendo y qué van a sentir los demás cuando se las transmitamos. Las emociones se contagian, se propagan, existen cuatro razones para aprender a comunicarse emocionalmente (p.9):

1. Evitar conflictos y discusiones.
2. Nuestro interlocutor empatizará mejor con nosotros y sentirá que nos conoce más. Hablar de nuestras emociones permite que el otro nos conozca más.
3. La comunicación emocional expone y a la vez protege nuestros sentimientos.
4. Justificaremos más nuestros actos. Al hablar de nuestras emociones, podremos legitimar mejor lo que hagamos.

Si nosotros logramos generar en los alumnos esta comunicación de las emociones partiendo por el reconocimiento de lo que sentimos se podrá comenzar a fortalecer varias de las dimensiones de la inteligencia emocional sobre todo la de la autorregulación, la cual se busca favorecer en este grupo.

Estamos desarrollándonos en una sociedad que no sabe reconocer sus emociones, que no sabe expresarlas y mucho menos regularlas. Nuestros alumnos se están llenando de emociones negativas que, por no saber llevar a cabo todo lo anterior van reprimiéndolas, acto que a la larga va perjudicando al mismo individuo.

A través de la actividad implementada es importante reconstruir varios aspectos, uno de los principales es: la comunicación con el docente titular para poder realizar un trabajo en conjunto y en los momentos pertinentes para no propiciar modificaciones en los resultados o acciones que pudieran ser perjudiciales para los alumnos. Es necesario eliminar todos aquellos reforzadores negativos y emplear únicamente los positivos, para poder generar un ambiente de confianza y que los alumnos estén más dispuestos a comunicar y reconocer qué es lo que sienten y con ello desarrollen su inteligencia emocional de autorregulación.

La actividad implementada los orilló a mostrar lo que sentían de una forma profunda, esta situación en particular les dio la oportunidad de demostrar algunos de sus sentimientos más guardados, sin embargo, reafirmé que el alumno no sabe cómo comunicar esto, por ello es necesario en la siguiente actividad que los alumnos tengan un mejor diálogo y comuniquen sus ideas además de ser pertinente implementar algunas estrategias que directamente lo ayuden a poder autorregularse.

Esta intervención generó en mi un sentimiento de frustración haciéndome pensar que no había sido una actividad muy fructífera para este trabajo pues había estimado otros resultados los cuales evidentemente se vieron modificados por la intervención de la docente, sin embargo, me permitió analizar mis propias acciones durante la prácticas dándome cuenta que en algunos momentos yo también recaía en ese tipo de acciones que no permitían a los alumnos comunicar sus emociones, resultándome útil no solamente para este escrito sino para transformar realmente transformar mi práctica.

2.4.3 Secuencia didáctica 3 “Ten, esto te sirve”

La tercera actividad fue dividida por dos sesiones. La primera sesión tenía como propósito que los alumnos compartieran las estrategias que suelen utilizar o que creen convenientes para poder regular las emociones negativas que presentan. El acomodo del aula fue en herradura para poder tener un mejor diálogo al momento de compartir las estrategias.

De comienzo se realizó un ejercicio de respiración para centrar la atención de los mismos. Logrado esto se planteó una situación personal que había desencadenado emociones negativas como la ira y la frustración, a partir de ellos se comenzó con un diálogo en donde mencionaban cual sería su postura y qué harían al encontrarse durante esa situación.

Debido a la practicidad y los elementos disponibles ese día se entregó una hoja de papel y se les dio la encomienda de anotar alguna estrategia que utilizarían para calmarse en situaciones como la que había sido planteada, al término uno de los alumnos dibujó un pastel de tres pisos, pegaron su estrategia en el pizarrón, se leyeron en voz alta y se dio un espacio para poder reflexionar su utilidad. Al final de la sesión seleccionaron la estrategia que más les llamó la atención y se acordó que en la siguiente sesión de socioemocional se continuaría con la actividad para dar cierre.

Durante la segunda sesión, retomé una de las estrategias propuestas por los alumnos para poder dar el inicio a la misma, para ello se reprodujo la canción de “optimista” del cantante Caloncho. Con la técnica de la papa caliente al término de la canción se abordó un poco sobre el mensaje de la letra de esta melodía además de dialogar sobre la sesión anterior.

Se dio un espacio para que realizaran su estrategia de relajación dando total libertad para que se acomodaran como quisieran incluso pudieran charlar y apoyarse. Al término expusieron sus productos finales. Mediante una socialización se determinaron dos estrategias que se implementarían dentro del aula. Para finalizar se conversó con los alumnos sobre sus sentimientos en esta actividad. (anexo H)

Considerando los resultados obtenidos de la segunda actividad y con la finalidad de cumplir con el objetivo principal de este documento se diseñó una planeación de dos sesiones en la cual los alumnos pudieran compartir sus estrategias de autorregulación, de primer momento a los alumnos se les planteó una situación generándose el siguiente diálogo:

DF: “Yo recuerdo, un momento en la preparatoria cuando mi grupo y yo habíamos tomado la decisión de no entregar un trabajo, y pese a que yo sí lo había realizado, no quería que perjudicaran a la mayor parte de mis

compañeros. Esta idea, fue propuesta por una de mis compañeras, de la cual, la verdad yo no era amiga, me caía mal (mencioné con una sutil risa), sin embargo, accedí por mis amigos y porque siempre he considerado que es importante la unión grupal. Sin embargo, la chica que les mencioné que lo propuso, fue la única que entregó el trabajo, por tanto, la única que tuvo la calificación”

A24: “No manche maestra, yo si me la hubiera agarrado a golpes por rajona”

A18: La traición maestra, L-a t-r-a-i-c-i-ó-n

DF: ¿Ustedes como hubieran reaccionado o que hubieran hecho en mi lugar?

A13: -Sí maestra como dice mi compañero yo me la hubiera agarrado a golpes por rajar.

DF: - ¿A qué te refieres con rajar?

A13: Pues a que entregó el trabajo, si ella lo propuso no es justo.

A19: Maestra ¿y usted qué fue lo que hizo?

A24: A pues se la agarró a golpes, verdad maestra.

DF: No hijos, lo primero que hice fue respirar profundo porque la verdad es que tenía demasiado coraje, no les voy a mentir ganas no me faltaron, pero no podía hacer nada porque para empezar yo había accedido a algo que no era lo correcto, entonces respiré y le dije que no lo consideraba justo.

A14: Fue como hacerse responsable verdad maestra.

Ciertamente reinciden con repuestas agresivas e incluso persuaden un poco en las respuestas que en murmullos demuestran sus compañeros. Continuando con la sesión hice hincapié a mi estrategia para no sentirme tan enojada, pregunté a los alumnos qué lo que yo había hecho como podríamos llamarle, la mayoría de los alumnos lo mencionó como “calmarse” o “relajarse”.

Sorpresivamente el alumno 24 mencionó que lo que había hecho yo era “regularme” aproveché la oportunidad y le pregunté que consideraba que

significaba esa palabra, él mencionó que lo mismo que sus compañeros habían mencionado, era poder controlarse o que eso pensaba porque su maestra del año pasado siempre le decía- “educando, debes regularte ya andas demasiado intenso”. Con esta oportunidad aproveché y abordé el concepto de **Autorregulación**. Uno de ellos más sobresalientes académicamente sin ningún problema mencionó:

A18: Autorregulación, pues si separamos la palabra seria auto: De automóvil y regulación: que es controlar, pues controlar automóviles.

DF: Pues la lógica es buena pero no, haber considerado la clase en la que estamos ¿Qué puede ser autorregulación?

A18: ¡Ay maestra! Pues claro que es broma, como va ser de autos, yo creo que autorregulación es el uno mismo poderse controlar y ya que dice que en clase estamos pues... poderse controlar uno mismo de si está enojado o triste o contento.

DF: Esa es una respuesta muy buena; Alguien más que quiera decir para ustedes que significa autorregularse.

El diálogo continuo variando muy pocas palabras, pero permaneciendo bajo un concepto semejante. Se les entregó a los alumnos una hoja y se le pidió que escribieran en ella una estrategia que podrían utilizar para autorregularse y la pudieran compartir con sus compañeros, el alumno 24 preguntó si es que se podía poner lo que realmente utilizaba a lo que se le contesto de forma positiva.

Los alumnos pasaron a pegar sus estrategias (anexo J) en las cuales se podían destacar algunas como: escuchar música, hacer manualidades, hablar con los peluches. Otras respuestas llamativas fueron “daño físico” “le pego a la pared” “llorar en el baño” “cerrar los ojos y retirarse del lugar” mencionó como llamativas las primeras tres debido a que tienen una connotación muy negativa a diferencia de la última, la cual demuestra ser de una persona con muy buena autorregulación.

Continuando No con la sesión durante la socialización pregunté a los alumnos por qué habían puesto esa estrategia cómo es que la llevaban a cabo mencionando lo siguiente:

A6: - ¿Cómo que como maestra? Pues cuando estoy bien enojado, le doy de golpes a la pared y así ya voy sacando el coraje.

A24: - (Lo mira y sonrío) ¡Ey! Yo también lo hago y sirve bien bonito.

DF: - ¿Consideran que esa sea una buena estrategia?

A16: - No creo maestra porque pues te lastimas tú mismo y seguro duele mucho.

DF: - Yo tampoco considero que sea buena

A19: - Yo por eso mejor respiro y me voy y ya al rato se me pasa.

DF: Ahora que vimos algunas estrategias debemos rescatar las positivas y que no afecten a nuestra persona o a otras. La próxima clase queda de tarea que traigan material o lo que requieran para que muestren la estrategia que más les haya llamado la atención, la explicaran y seleccionaremos las más útiles así ya no se me dañan.

A24: - Me va a servir ningún, yo prefiero seguir con mi técnica de la pared

DF: - Hijo, pues para saber hay que probarlas y hay que buscar algo que no te dañe.

A24: - (molesto y en un tono agresivo) Maestra con todo respeto dudo mucho que usted haya vivido lo que yo, así que no sabe, a mí solo me funciona lo de la pared.

D: - (con un poco de molestia) ¿Y tú como sabes que la maestra no ha vivido lo que tú? Ella quizá ha vivido cosas peores así que mídete a la hora de hablar. (el alumno 24 hace un gesto de no con la cabeza y se muestra cabizbajo lo restante del día)

En el transcurso de este diálogo, pude percatarme que algunos alumnos canalizan de manera inadecuada sus emociones, además de mostrarse un poco reprimidos. Como docentes debemos considerar que nuestra tarea no solo se

lleva a cabo dentro del aula cuando impartimos clases, en este caso y debido a lo suscitado con el alumno a la mañana siguiente antes de clases converse con él. En ese momento mostró una actitud mucho más tranquila y accedió a intentar poner en prácticas otras estrategias.

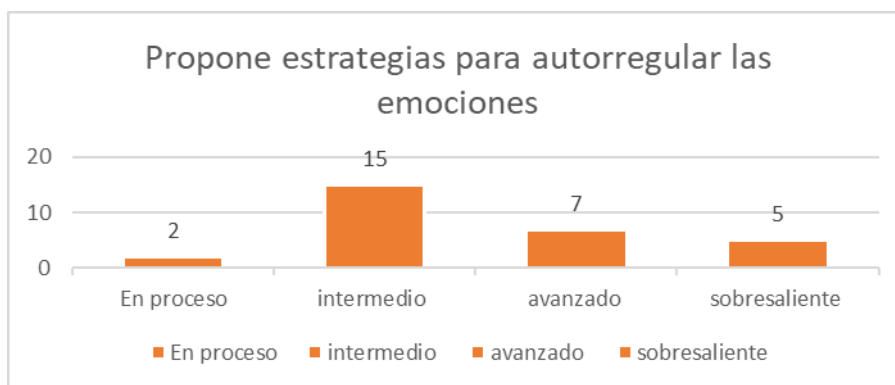
El día que se aplicó la segunda sesión de esta intervención ocurrió un conflicto con una madre de familia, la cual se quejó de mis prácticas en sentido del peso que yo tenía al momento de evaluar, este incidente crítico aconteció antes de la clase de educación socioemocional, no me encontraba con mi estado de ánimo de siempre, me sentía con angustia y frustración.

Comenzó la clase de socioemocional con lo que se tenía planeado. Inicié con la clase utilizando una estrategia propuesta por los alumnos, escuchar una canción, en la intervención pasada se implementó una estrategia semejante que mostró ser fructífera, es por ello que decidí para esta sesión seguir implementándola. En esta ocasión la canción seleccionada fue la “optimista” de Caloncho, la cual deja un mensaje de ver la vida desde un punto positivo y agradecerle a la vida todo lo que tenemos.

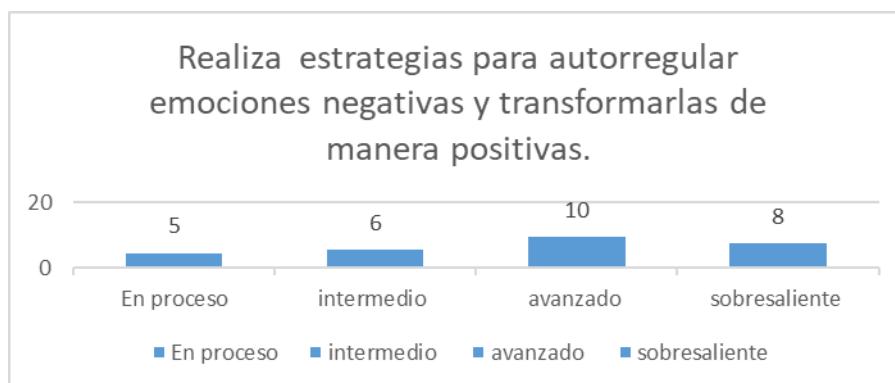
Esta estrategia no solo tuvo resultados en los alumnos que se mostraron mucho más serenos después del receso, sino que personalmente me ayudó a regular mis emociones permitiéndome continuar con mi ritmo de trabajo y no afectar la actividad. Se hizo una socialización donde mencionaron como se sentían, todos de mejor ánimo comenzaron a realizar sus estrategias explicaron cuál era la utilidad y como construyeron su estrategia. Se seleccionaron para la implementación continua el uso de “globos con harina” y el uso de canciones para relajación”.

Cabe mencionar que construyeron globos de harina y fueron depositados en un bote y fueron utilizados con libertad cada que un alumno sentía frustración o alguna emoción excesiva ya que esto representó una técnica efectiva y del

agrado de los educandos, además de utilizarse canciones al comienzo del día. A continuación se presentan los resultados de la intervención donde es visible que los alumnos han transitado de un nivel en proceso a intermedio, proponiendo estrategias que autorregulan sus emociones.



Grafica 4. Resultados de la tercera intervención. Indicador 1.



Grafica 5. Resultados de la tercera intervención. Indicador 2.

Pese a la diferencia de indicadores atendiendo a la intervención programada se ve reflejado que los alumnos están teniendo un avance ya que muchos de ellos han pasado de un nivel en proceso e intermedio a un avanzado y tienen disposición en querer desarrollar su inteligencia emocional de la autorregulación.

Una de las propuestas del nuevo modelo educativo es no solo atender la parte cognitiva del estudiante, sino también enfocarse en su desarrollo social y emocional incluyendo al currículo la asignatura de educación socioemocional. Esta asignatura esta subdividida en dimensiones que permiten atender diversas inteligencias emocionales.

La dimensión autorregulación es la parte de la inteligencia emocional que podemos definir como “la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas, etc.” (Bisquerra, 2009, p. 148), es importante que se desarrolle esa dimensión en alumnos de sexto grado debido a la etapa de la vida a la cual están por ingresar: la “adolescencia” en ella las competencias emocionales como mencionan Rosenblum y Lewis (cit. por Bauzá, 2009 p. 239) experimentan un gran desarrollo debido al cambio que se experimenta en la capacidad intelectual, pasando del pensamiento operacional concreto a las operaciones formales, lo que supone adquirir una mayor complejidad de pensamiento, por lo que se ven incrementadas las habilidades del procesamiento de la información.

Antes esto se reflexiona que al tener una mayor capacidad para la introspección permite en ellos sentir y examinar diversas emociones presentadas y a diversos niveles. Por medio de la experiencia propia aquel que ya haya pasado por esta etapa de la vida comprende lo difícil.

Para poder favorecer la autorregulación en los estudiantes es conveniente aplicar estrategias que nos permitan regular distintas emociones. En esta actividad se buscó que mediante la socialización proporcionaran estrategias que fueran útiles para esto. Se realizó de esta manera que los alumnos con mayor nivel de autorregulación podían mencionar sus estrategias útiles recurriendo así a la zona de desarrollo próximo propuesta por Vygotsky, la cual “implica que el nivel de desarrollo no está fijo; es decir, hay una diferencia entre lo que puede hacer el niño solo y lo que puede hacer con la ayuda de un compañero más apto o de un adulto” (cit. por Klingler, 2000, p.31).

Para que el alumno aprenda y desarrolle las habilidades emocionales y afectivas relacionadas con el uso inteligente de sus emociones necesita ser

orientado a través de un educador emocional, “los profesores son un modelo adulto a seguir por sus alumnos en tanto son la figura que posee el conocimiento, pero también la forma ideal de ver, razonar y reaccionar ante la vida.” (Extremera & Berrocal, 2005)

El profesor, sobre todo en los ciclos de enseñanza primaria, llegará a asumir el rol de éste un modelo de inteligencia emocional insustituible por ello es necesario que el docente también haya desarrollado su inteligencia emocional. No se debe tener el pensamiento de que las estrategias son únicamente para los alumnos, nosotros también podemos hacer uso de ellas, como en el caso de esta actividad en la cual yo como docente en formación fui una de las principales beneficiarias de la estrategia de la música misma que fue empleada y argumentada en la intervención anterior.

Durante esta intervención se destacaron tres estrategias, la música la cual ya se había utilizado con anterioridad y había resultado beneficiosa, además de emplearse ejercicios de respiración y manipulación de objetos como globos con harina o bolitas de hidrogel, estas dos últimas son catalogadas como ejercicios de relajación la cual según Weinberg & Gould es una “herramienta que permite al individuo controlar sus estados de ansiedad y activación” (cit. por Mármol, 2009, p. 35).

Como se ha mencionado con anterioridad la autorregulación tiene sus pilares en saber reconocer cuales son las emociones que se están experimentando y tratar de convertirlas en aspectos positivos además de poder comunicar su sentir, con ello se podrá favorecer el trabajo colaborativo, el cual dentro del aula suele dificultarse por incidentes que mayormente surgen por mala comunicación o poca regulación de algunos alumnos.

En la intervención pasada se logró constatar que algunos alumnos no sabían cómo expresar sus emociones y no saben cómo actuar ante situaciones que los

descolocan de su zona de confort como lo fue la situación de la crítica de sus compañeros por ello fue necesario replantear una actividad en donde por medio de la socialización los alumnos pudieran compartir estrategias eficaces que los ayudaran a hacer uso de su inteligencia emocional fortaleciéndose la dimensión de la autorregulación.

Teniendo una respuesta positiva en la mayoría de los casos y viendo la disposición de los alumnos para la implementación de dichas estrategias es necesario enfrentar a los estudiantes a situaciones en las cuales puedan poner en práctica por iniciativa propia las estrategias que ya han sido propuestas y así puedan demostrar cual ha sido el avance en el desarrollo de su autorregulación además de que se pueda hacer un análisis de cuanto favorece al trabajo colaborativo el tener alumnos con una mejor autorregulación.

Por su parte de manera personal me di cuenta de la importancia de comenzar por autorregular mis emociones, pues esto afecta directamente a la enseñanza de los alumnos. Esta intervención me permitió ver como los alumnos utilizaban estrategias erróneas de autorregulación, además de valorar que más de los alumnos que yo consideraba empleaban estrategias con muy buenas demostrando que ellos ya comenzaban a autorregularse.

2.4.4 Secuencia didáctica 4 “En los zapatos de otro”

Para la cuarta intervención (anexo K) se hizo uso únicamente de una sesión de educación socioemocional. Se comenzó con un ejercicio de respiración a la par de reproducirse una canción de Green Valley llamada “Escribe tu historia” con la finalidad de relajar a los estudiantes de la euforia del recreo, se destinó un tiempo para socializar el mensaje y las emociones que evocó esta canción.

En la primera actividad que se desarrolló en el patio, se hizo uso de paliacates, y cuerdas. Primero se realizó el juego del “nudo humano”, ésta consiste en formar

un círculo y entrelazarse lo más posible de forma que dos estudiantes designados deshagan el nudo formado. Una de las reglas principales es que ninguno de los integrantes del nudo podrá hablar, únicamente los desatadores quienes entre sí deben mantener un diálogo que les permita tomar decisiones y lograr el propósito. El juego se realizó por varias rondas.

La segunda actividad que se realizó fue “el cuadrado perfecto” en esta actividad se dividió al grupo en 4 equipos de 6 integrantes y 1 equipo de 5 integrantes. A cada equipo se les entregó 4 cuerdas y 4 paliacates. Las actividades consistían en que 4 de los integrantes debían vendarse los ojos y los restantes debían dar instrucciones a sus compañeros de que armaran un cuadrado, como regla los estudiantes que podían ver no podían tocar a sus compañeros ni los elementos. Al término de la actividad se socializó sobre la experiencia de los alumnos y se realizó una reflexión sobre la importancia del diálogo para la resolución en situaciones de trabajo colaborativo y la importancia de regular las emociones.

En esta intervención se siguió implementando la estrategia musical y de respiración, las cuales ayudaron a los alumnos a regular su euforia muy característica del regreso de recreo y la clase de educación física. La canción utilizada en esta ocasión, contiene un mensaje sobre la importancia de tomar decisiones y aprovechar las oportunidades que te da la vida. La respuesta ante este ejercicio fue favorable ya que los alumnos se encontraban serenos y participativos ante la socialización. Los alumnos son muy buenos rescatando los mensajes positivos.

Durante la primera actividad “el nudo humano” (anexo M) se mostraron contentos y dinámicos, ya que ellos son muy afines a realizar actividades fuera del aula, únicamente se presentó un poco de frustración con una de las alumnas ya que no lograba concretar la actividad pues no se comunicaba con su compañera llegando al punto de gritarles, la intervención de uno de sus

compañeros detuvo esto, ya que le mencionó que ya se calmara que solo era un juego. Lo cual me permitió observar que algunos de los alumnos ya habían desarrollado en mayor medida su autorregulación y mediante el diálogo buscaban solucionar una situación.

Al inicio de la aplicación de la actividad del cuadrado perfecto, los alumnos mostraron interés pues es una actividad que nunca habían realizado, siguieron las indicaciones y se vendaron los ojos. Al cabo de 5 minutos ningún equipo había realizado por completo la actividad cuando se empezaron a presentar algunos conflictos movidos por la desesperación y la frustración de no saber cómo guiar a sus compañeros.

En uno del equipo la discusión se orientó a los gritos, por lo cual me vi orillada a intervenir, ya que uno de los estudiantes ya no quería jugar, se sentía demasiado molesto pues a su percepción los demás integrantes no ponían de su parte, les aconsejé que para poder entenderse debían tranquilizarse y buscar otras estrategias que les permitieran lograr la misión otorgada. Decidí dejar mi intervención únicamente en ese consejo para que ellos buscarán sus alternativas.

Terminado el plazo designado para esa actividad, solo uno de los equipos logró concretar la actividad, nos reincorporamos al salón para poder socializar su experiencia. Comencé por dialogar con los integrantes de los equipos que no habían realizado el cuadrado preguntando ¿por qué consideraban que no habían podido realizar el cuadrado? Entre los comentarios sobresalientes mencionaban la dificultad y el poco tiempo asignado. A lo que me llevó a preguntar ¿entonces porque si un equipo lo había logrado? Tornándose el siguiente diálogo:

A10: -Ay pues seguro hicieron trampa porque era imposible maestra

A19: - No es cierto maestra no hicimos trampa solo que mis amigos sí escucharon mis instrucciones, por eso pudimos.

A1: - Sí maestra, primero no podíamos y mi compañera se estaba enojando y ya nos íbamos a rendir...

A16: ¡Siiiiii! Pero maestra yo le dije a mi compañera que se relajara porque ya nos estaba hablando más fuerte entonces ella nos pidió que guardamos silencio mientras respiraba y pensaba como podíamos hacerle. Se le ocurrió dividirse con la otra guía y nomas así ya salió

A19: Sí maestra, yo ya me sentía desesperada, pero respiré y ya me puse a pensar y supe como guiarlos con ayuda de mi amiga.

En ese momento se pudo comprobar que los alumnos hacían uso de su inteligencia emocional de la autorregularon en una situación de estrés permitiéndose una mejor comunicación y algunos estudiantes aceptaron que eso les había faltado en su equipo, relajarse un poco ante tanta angustia y poder entablar un diálogo que permitiera la toma de decisiones.

Entre las preguntas realizadas se destinó una a los alumnos que tuvieron vendados los ojos, para intentar saber cómo habían sentido, ya que no podían hacer uso de uno de sus sentidos, dándose a conocer que el sentimiento de miedo y angustia había predominado en casi todos los estudiantes ya que se sentían vulnerables argumentando que necesitaban confiar más en sus compañeros.

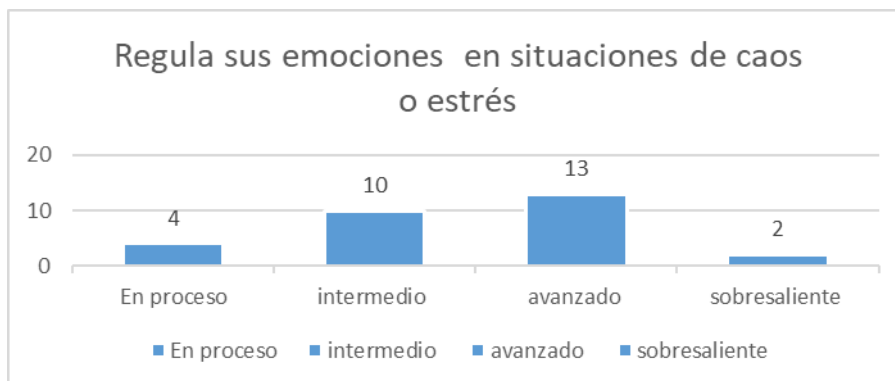
Por último, se hizo una reflexión sobre la importancia de regular sus emociones para poder trabajar de forma colaborativa, partiendo de la pregunta si consideraban importante regular sus emociones cuando se trabajaba en equipo. Los alumnos coincidieron en que sí ya que muchas de las ocasiones se exaltan demasiado y no piensan con claridad, pelándose frecuentemente.

Los resultados de esta intervención (anexo L) reflejaron que han avanzado en la regulación de sus emociones ya que de la totalidad de alumnos 13 se encuentran en el nivel de avanzado sin embargo hace falta mejorar la

comunicación porque la mayor parte de los alumnos se encuentran en un nivel intermedio lo cual se muestra en las siguientes gráficas.



Grafica 5. Resultados de la cuarta intervención. Indicador 1.



Grafica 5. Resultados de la cuarta intervención. Indicador 2.

Uno de los retos fundamentales de la educación es impulsar el aprendizaje a través del trabajo colaborativo este como menciona el acuerdo 649 (SEP. 2012, p. 7) funge como una estrategia de enseñanza y aprendizaje en donde los estudiantes trabajan en grupos para maximizar el aprendizaje requiriéndose un esfuerzo equitativo de todos por lo cual interactúan de forma positiva y ser mutuamente.

Por su parte Holubec (1999) menciona que el trabajo colaborativo conduce a manifestar un rendimiento más elevado por parte de los integrantes, mayor motivación para lograr un alto rendimiento, más tiempo dedicado a las tareas, un nivel superior de razonamiento y pensamiento crítico además de que la

cooperación produce mayor integración social, mejora la autoestima individual y refuerza la capacidad para enfrentar la adversidad y las tensiones”. (p. 7)

Para poder llevar a cabo un trabajo colaborativo eficaz es necesario que exista excelente organización, y esta únicamente se puede concretar mediante una buena comunicación, Ríos (2015) menciona que una comunicación eficaz entre los miembros de un grupo de trabajo, será fundamental para hacer frente con mayor solvencia a las situaciones críticas, y encontrar soluciones más adecuadas, permitiendo el paso de experiencias, habilidades, capacidades y puntos de vista diversos

El uso de esta estrategia es pertinente para el desarrollo de la dimensión de la autorregulación en cuanto a la inteligencia emocional ya que al ser un trabajo donde se da la relación entre alumnos se pueden provocar aspectos positivos y negativos generándose diversas emociones, sentimientos y estados de ánimo, lo cual permite al alumno “mostrarse empático, saber identificar sus emociones y sentimientos y los de los demás, aumentar su comprensión emocional y regular reflexivamente las emociones negativas y otros estados de ánimo que suelen estar presente “ (Vallés, 2007, p. 35)

Es necesario fomentar el trabajo colaborativo ya que éste permite al alumno socializar y aumentar su sentido de pertenencia a su grupo además de que ayuda a mejorar sus relaciones. El trabajo colaborativo puede impulsarse a través de una buena comunicación y esta se puede tornar en un sentido más positivo si logran autorregularse y estar abiertos al diálogo.

En esta cuarta intervención se logró ver que los alumnos reconocieron en mayor medida sus emociones además de reconocer sus errores y tener empeño para cambiarlos, si bien no se ha podido tener un avance del 100% algunos alumnos han logrado autorregularse, sin embargo, es necesario seguir

estimulando con refuerzos positivos para que aumenten el nivel de esta inteligencia emocional

Los alumnos han pasado por un proceso de varias fases donde han reconocido cuáles son sus emociones, compartido estrategias para la autorregulación identificado la importancia de la autorregulación y comunicación para el trabajo colaborativo. Es necesario que para la última intervención se proponga una situación en la cual se vea reflejado su desempeño al trabajar de forma colaborativa y su nivel de autorregulación.

Para ello es pertinente diseñar una actividad que sea atractiva para los estudiantes más sin embargo que tenga un grado elevado de dificultad y con ello experimente diversas emociones y pongan en juego sus niveles de autorregulación, comunicación y su desempeño cooperativo para poder concretar con el propósito establecido.

Durante esta intervención, mi papel fue únicamente el de orientador ya que buscaba observar que hacían los alumnos para solucionar una situación que les iba generar estrés de manera colaborativa. Además de permitirme abrir un diálogo que les permitió a los alumnos autoevaluarse y encontrar aquellas fallas que tienen al trabajar de forma colaborativa, dándome oportunidad para replantear la siguiente intervención con la intención de que ellos puedan realizar un trabajo colaborativo de forma exitosa.

2.4.5 Secuencia didáctica 5 “busquemos el tesoro”

La última secuencia didáctica (anexo N) consistió en la búsqueda de un tesoro, en la cual los alumnos mostraron el nivel de su autorregulación al trabajar de manera colaborativa y presentárseles situaciones de estrés. Para ello el salón se dividió en equipos de cinco integrantes de los cuales cuatro poseían una discapacidad, lo cual dificultaba el logro algunas misiones.

De cada equipo se asignó a un cuidador, el cual tuvo la encomienda de vigilar las intervenciones de otro de los equipos con la finalidad de que ningún equipo hiciera trampa al usar los sentidos que fueron prohibidos y vigilar si discutían de mala manera al entrar en estrés, estos comisionados solo tenían la encomienda de vigilar y apuntar todas aquellas faltas consideradas ya que tampoco podían intervenir, siendo seleccionados los alumnos que ya habían mostrado buenos niveles en el desarrollo de su inteligencia emocional de la autorregulación pues eran capaces de percibir la ausencia de esta dimensión en los otros.

En las canchas de la institución se elaboraron estaciones con actividades que ponían en juego destrezas acorde a las discapacidades asignadas a los alumnos. Para poder ganar la competencia, los alumnos debían acudir a cada una de estas estaciones y lograr cumplir con la actividad, de tal modo que se enfrentarían al reto final, lo cual le daría acceso a el tesoro. Los materiales que se utilizaron materiales como aros, objetos con texturas, globos, tela negra.

La aplicación de esta actividad provocó que los alumnos mostrarán una actitud de entusiasmo ya que pocas veces suelen salir de la rutina de las clases que ya tienen establecida. Por ello estuvieron realizando preguntas como ¿a qué hora lo vamos a hacer maestra? ¿ya merito realizamos lo de la búsqueda del tesoro? ¿maestra ya casi? Es que ya quiero salir lo cual denotaban su desesperación por realizar la actividad.

Para dar comienzo con la actividad se organizó al grupo por equipos y se asignó cada uno de ellos una discapacidad, entre las que figuraban la auditiva, visual, afonía y motriz, además de asignarse a un cuidador, el hacer esta organización dio un indicio a los alumnos de que ya se comenzaría con la actividad lo cual, provocó un momento de euforia entre los alumnos, de tal modo que ya no se escuchaban las siguientes indicaciones.

Para poder continuar con la explicación fue necesario realizar la estrategia de la respiración para poder regular un poco esa euforia, misma estrategia que ha sido funcional en el grupo. Los alumnos respiraron en una serie de 8 tiempos, relajándose y centrando de nuevo su atención, esto permitió, que se terminaran de dar las explicaciones, consiguiente se les pregunto a los alumnos cual pensaban era la clave para poder completar esta con todo el circuito a lo que los alumnos respondieron.

A20: - Pues ser muy veloces maestra, así como los del exatlón

A19: - Yo creo que organización maestra, si nos organizamos pues podemos hacer todo más rápido.

DF: - ¿Y cómo pueden lograr organizarse?

A19- Pues escuchándonos y proponiendo ideas.... Ah y sin gritarnos.

A3: -Sí maestra como mi compañero qué siempre grita y se aloca todo y termina echándonos la culpa.

A26: -Esta bien maestra prometo que me voy a relajar y voy a intentar no gritarles, ¡aaaaay! Es que a veces me desesperan.

Esto me permitió observar que el alumno tenía la intención de autorregularse en la actividad, pues suele ser un niño que ante comentarios así de su persona se exalta y contesta de manera agresiva como se vio en la segunda intervención, mostrándose así que su avance en el desarrollo de la inteligencia emocional abordada, aunque no era demasiado había tenido una modificación favorable, pues comenzó por reconocer sus emociones y prosiguió intentando regularlas.

Después del diálogo generado los alumnos acordaron organizarse y trabajar de la mejor manera para evitar alguna situación que orillaré el fin de la actividad. Los alumnos pasaron al patio y de manera colaborativa entre todos armamos cada estación, y con todo listo se dio inicio con todos los alumnos alegres.

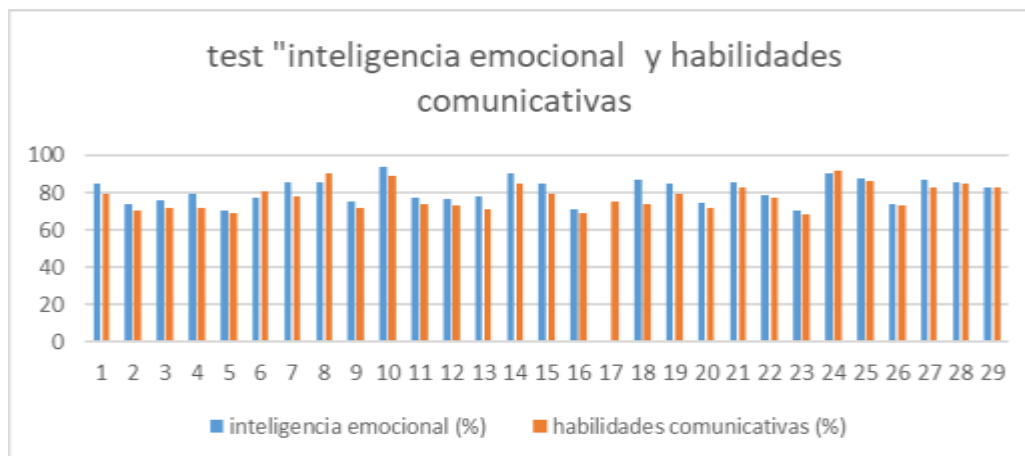
Los alumnos pasaron a cada estación correspondiente (anexo O) a medida que realizaban las actividades se iban presentando situaciones de estrés y de conflicto. Es importante resaltar que en dos de los equipos con los alumnos con su habilidad de autorregulación menos desarrolladas en determinado momento lograron identificarse sus sentimientos de frustración y lograron comunicárselo a sus compañeros.

Como fue el caso del alumno 26 el cual al sentirse agobiado decidió mencionárselo a su equipo, esto sorprendió mucho a sus compañeros dado a que conocen cual suele ser su comportamiento ante el estrés. Uno de ellos le sugirió que se calmara y que intentara cantar una canción, acción que el niño aceptó realizar y esto permitió que continuaran con el circuito.

La competencia avanzó y se obtuvo al equipo ganador. Al momento de realizar un pequeño diálogo en el cual los alumnos externaron su opinión sobre toda la actividad, mencionando a grandes rasgos que, a diferencia de la cuarta intervención, en esta habían tenido una mejor organización y por ende mejores resultados al trabajar en equipo, ya que se habían sabido comunicar.

Entre otras reflexiones los alumnos felicitaron a aquellos que lograron controlarse un poco más, pues consideraban que esto generó que la actividad fuera mucho más divertida, además de remarcar que era importante autorregularse pues esto les permitió llevarse mejor. En cuanto a las reflexiones generadas por los niños que no suelen autorregularse, mencionaron que se sintieron mucho mejor y que se sentían felices.

Por último, para poder hacer el análisis del desarrollo de esta inteligencia socioemocional que tuvieron los alumnos a lo largo de la investigación fue necesario la aplicación del test de Oriza el cual permitió de un comienzo realizar un diagnóstico sobre la misma obteniéndose los siguientes resultados:



Gráfica 6. "Segunda aplicación del test de Oriza". Elaboración propia.

Esta nueva aplicación mostró el incremento en el desarrollo de la inteligencia emocional en los alumnos, además de dar resultados más apegados a la realidad a diferencia de la primera aplicación en la cual algunos de los resultados no concordaban con lo observado durante las clases. Siendo el promedio de inteligencia grupal de la primera aplicación de 72.62% pasando a un 80.85% y en habilidades comunicativas se pasó de un 71.44% a un 77.68% (Anexo P).

Como se había mencionado en la intervención pasada, el trabajo colaborativo es uno de los principales retos dentro del aula, en gran medida debido a los conflictos que se generan entre los estudiantes por la poca regulación de los integrantes del equipo, sin embargo, es una modalidad de trabajo que no puede ser abandonada pues otorga diversos beneficios en nuestros estudiantes además de ser indispensable ya que como menciona Oriza (2014)

Somos seres sociales y necesitamos sostener relaciones satisfactorias con nuestros semejantes, relaciones que pueden ser sumamente enriquecedoras si se considera que todas las partes que se interrelacionan son altamente emotivas, que pueden experimentar buenos y malos sentimientos, pero con diversas circunstancias tanto culturales como Biopsicologicas. (p.51)

En el caso de mi grupo de prácticas muchos de los problemas generados durante los trabajos en colaborativo se debían a la falta de empatía hacia los semejantes, el pensamiento individualista pero sobretodo a la falta de regulación de emociones negativas, lo cual impedía la comunicación y el avance del grupo, esto fué mejorando de forma gradual atendiendo así a las recomendaciones dadas por la SEP(2018) en donde mencionan que “el trabajo colaborativo precisa desarrollar la inteligencia emocional y favorecer aquellas emociones que faciliten la búsqueda colectiva de la satisfacción de las necesidades de todos” (p. 1) con diversas estrategias.

Es necesario seguir incrementando nuestro nivel de autorregulación de las emociones, ya que éstas tienen un papel importante en cuanto a nuestras relaciones interpersonales, generando que demos respuestas favorables en diversos contextos, no se trata de eliminar los trabajos colaborativos por los conflictos que pueda generar sino más bien orientar a través de estrategias a los estudiantes a mejorar su manera de trabajar y de comunicarse, enseñarse a ser tolerantes y altruistas para que llegara a mejorar tanto individual como grupal.

La educación actual ha decidido apostar a un enfoque humanista y socio-constructivista debido a que los grandes beneficios que le aportan a los educandos de manera directa en cuanto a su desarrollo dentro de la sociedad por ello fomenta el trabajo colaborativo y da una mirada hacia el lado emocional. La autorregulación entonces se convierte en uno de los pilares, ya que los individuos que puedan hacer uso de ella tienden a tener mejor comunicación y relaciones más satisfactorias con las personas que lo rodean.

Las diversas intervenciones permitieron hacer un avance progresivo a la mayoría de los estudiantes, en el caso de la última intervención ha permitido evaluar dicho progreso, es necesario que se sigan implementando diversas actividades como los ejercicios de respiración, el uso de música, el uso de objetos

relajantes para que se continúen con el desarrollo de la autorregulación pues con ello se podrá simultáneamente mejorar el trabajo colaborativo.

Es necesario que en las actividades posteriores sigan fomentando el diálogo y el reconocimiento de las emociones, lo cual en muchas de las ocasiones se va dejando de lado además de agregar espacios donde los alumnos puedan expresarse, seguir organizando trabajos en colaborativo, rotando a los estudiantes, pues reincidimos en la agrupación habitual y esto no permite que los alumnos recuperen diversos aprendizajes de sus compañeros ni que se conozcan del todo. El desarrollo de ésta o cualquier otra inteligencia emocional es gradual, por tanto, no es un proceso que se realice de un día para otro, debe de alentarse todos los días, sin olvidar que un buen desarrollo personal no solo refiere al físico y al cognitivo sino también al emocional, lo cual brinda un completo equilibrio que nos acerca al éxito.

III CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

El proceso y elaboración de este documento fue arduo y fructífero, la elección de un informe de prácticas profesionales como modalidad de titulación me ha permitido observar, analizar, evaluar y transformar mi práctica docente, un aspecto fundamental para mejora de mi formación, así como para la educación en general.

El hecho de poder hacer una reflexión sobre mis intervenciones dentro de la práctica me permitió replantearme mis metas y reforzar mi amor por esta carrera, la cual sin temor puedo asegurar es una de las más hermosas y actualmente poco valoradas.

El objetivo principal de este documento fue desarrollar la inteligencia emocional de la autorregulación para mejorar el trabajo colaborativo en mi grupo de prácticas y para ello tuve que identificar el nivel de desarrollo de esta inteligencia emocional en la que se encontraba el grupo, por lo cual el test aplicado fue un acierto, principalmente por la claridad en la que maneja los indicadores y su practicidad además de brindarme el punto del cual podía partir para concretar mi objetivo.

Fue necesario que hiciera conciencia de algunas cosas como: el hecho de que un docente no es un psicólogo, ya que con la propuesta de la educación socioemocional, muchos docentes supusieron se trataba de asumir el rol de los psicólogos sin embargo, debemos entender que únicamente somos guías emocionales como lo mencionan diversos autores y por ello es necesario que nos apoyemos de instrumentos que estén atendidos por expertos para poder obtener un diagnóstico sobre la temática que desea realizar, en mi caso el test de Oriza dio una dirección a mi trabajo, la autorregulación.

Es importante que el docente no se asuma como psicólogo o un experto si no se cuenta con los estudios pertinentes, y realice diagnósticos sin apoyos teóricos

ya que los aspectos socioemocionales suelen ser subjetivos y muy complejos pudiéndose caer en falsos resultados o diagnósticos que alteren o en su defecto no beneficien al grupo con el que se está trabajando.

Trazada mi línea de inicio en base a mi diagnóstico diseñé secuencias didácticas que permitieron el desarrollo de esta inteligencia emocional. Durante mi formación profesional se me indicó que es imprescindible que un docente diseñe sus planeaciones para concretar sus propósitos y los de la educación, aseveración que mediante la práctica puedes comprobar, pues un buen docente no puede dejar al azar el trabajo que realizará con sus alumnos, para ello es necesario llevar a cabo distintas investigaciones que permitan obtener las estrategias que propicien el desarrollo de las competencias de manera óptima.

La realización de las intervenciones y los incidentes presentados me enseñaron a ser más flexible con mis planeaciones, pues en algunas ocasiones de tuvo que adaptar las actividades a las necesidades del grupo. En este sentido también entra la importancia de la reflexión de la práctica ya que ésta te llevará a modificar tus secuencias didácticas con la finalidad de que tus alumnos se desarrollen en su máxima expresión.

El ciclo reflexivo de Smyth me ha sido de mucha utilidad pues con él pude realizar el análisis de los resultados de las actividades además apoyada de las escalas de valoración, instrumento pertinente para temáticas que no son del todo cuantificables, logré hacer algunas evaluaciones que me permitieron ver el avance gradual de los alumnos en cuanto a el desarrollo de su autorregulación. Como lo mencionaba anteriormente se debe transformar nuestra práctica y esto lo podemos hacer analizando, confrontando y reestructurando nuestras intervenciones lo cual implica crear esa conexión entre la teoría y la práctica, comprender lo que hice y lo que debo de hacer estar en una continua mejora.

Este documento, de carácter investigación-acción me permitió concluir que la autorregulación es necesaria para el trabajo colaborativo ya que favorece a la comunicación entre los participantes haciendo que los alumnos disminuyan sus discusiones y mal entendidos, factores que generalmente se presentan dentro del aula y por lo cual los docentes han preferido dejar de lado los trabajos en equipo o colaborativos, ignorando que son propicios para la adquisición del conocimiento, el desarrollo de un pensamiento crítico así como habilidades sociales como lo han demostrado autores como Vygotsky .

Todo este trabajo me ha permitido empaparme sobre los aspectos socioemocionales viviendo en carne propia algunas situaciones que me llevaron a reflexionar la importancia de esta nueva mirada que se orienta hacia una educación completamente integral en donde se le da el mismo peso al desarrollo cognitivo, social y emocional, propuesto por el nuevo plan de estudios, es imprescindible que echemos un vistazo a nuestros alumnos pues las sociedades están cambiando y se están teniendo nuevas necesidades.

Nuestra sociedad enfrenta un gran problema, pues cada vez más tenemos jóvenes que no saben expresar sus sentimientos, que son reprimidos y están comenzando a alejarse del mundo que les rodea volviéndose apáticos e insensibles por ello es necesario que la educación redirija su mirada para atender esta problemática ayudando a que sus niños no solo sean seres humanos competentes en conocimientos, sino que también tengan un buen desarrollo físico y emocional.

Concibo normal que los docentes vean como un gran reto e incluso hasta atemorizante involucrarse en el desarrollo emocional del alumno ya que para ello se requiere una estabilidad emocional que no en todos los casos se tiene, pero no debemos dejar de lado que la escuela no únicamente nos lleva a enseñar sino también a aprender y esta es una oportunidad inigualable para ayudarnos a conseguir dicha estabilidad. En mi caso ha sido motivante ver como algunos

alumnos han avanzado un poco en cuanto a su nivel de autorregulación, a la par que yo, de igual manera aumentaba un poco esta habilidad, demostrándome que podemos ayudarnos mutuamente, además de poder asumir el ser una guía emocional para ellos.

Debemos reflexionar cuales son nuestros actos y bajo qué enfoque pedagógico estamos enseñando, ya que muchas de las ocasiones los docentes son los que ponen una barrera para que los estudiantes puedan expresar sus sentimientos, y quizá de manera inconsciente recaemos en viejas costumbres educativas como lo es el conductismo. Aseguro que existen situaciones en las que no se pueden eliminar del todo, simplemente que hay que tomar lo positivo de estos modelos y aplicarlos, como el uso de reforzadores motivantes como ocurrió en una de mis intervenciones.

Debemos tener conciencia de la responsabilidad que tenemos con la sociedad, que, a diferencia de otras profesiones, en nuestras aulas se encuentran los ciudadanos del futuro, y no tenemos margen de error, lo que hagamos o implementemos tendrá repercusiones directas con el futuro de los alumnos. En nuestras manos está, el formar alumnos destinados al éxito o al fracaso.

Debemos aprender que no está mal que el alumno exprese cómo se siente además de no restar importancia a los sentimientos y problemas que presenten nuestros estudiantes, ya que debemos entender que cada persona se encuentra en una etapa y por ello dimensionamos las cosas de diversa manera. Hace falta que tanto docentes como alumnos aprendamos a ser empáticos en referencia al sentir de nuestros semejantes y en cuanto a nuestra labor no olvidar que somos **guías emocionales**.

De manera general puedo decir que este trabajo me permitió conocer la importancia de la inteligencia emocional de la autorregulación en los alumnos, ya que poder consolidarla en un grupo facilitará su comunicación y por ende

mejorará el trabajo colaborativo lo que a su vez favorece el aprendizaje de cada uno de los individuos, es prudente que en el campo educativo se sigan realizando estudios sobre este tema ya que debido a la temporalidad y temática del mismo únicamente se ha enfocado la investigación a la autorregulación.

Hace falta que se amplíen investigaciones hacia las demás dimensiones de la inteligencia emocional ya que queda mucho por descubrir, la influencia que tiene ésta en la vida de las personas es demasiada ya que somos seres constituidos por las emociones y el poder enfocarnos de manera positiva va a orientarnos al éxito, y el campo es exorbitante pues no solo se limita a los niños de primaria sino que se puede analizar en cualquier etapa de la vida e incluso hacer un seguimiento para descubrir cuáles son las estrategias más óptimas para desarrollar esta inteligencia en cada una de estas etapas.

Termino este documento con la frase de Shannon L. Alder “Toda persona que - finalmente descubre su valor, ha recogido sus maletas del orgullo y se ha subido a un vuelo hacia la libertad, que ha aterrizado en el valle del cambio”... ya que desde mi perspectiva como persona muchas de las ocasiones nos volvemos presos de nuestros propios sentimientos y emociones dejándonos gobernar por ellos, siendo que tenemos el poder de liberarnos de esas cadenas, cambiar y transformar todas aquellas barreras que nos impiden el éxito en aspectos positivo

Referencias

- Alcauter, A. M. (2011). El condicionamiento operante y su. *Temas de Ciencia y Tecnología*, 51-54. Consultado de http://www.utm.mx/edi_anteriores/temas43/2NOTAS_43_4.pdf
- Bauzá, J. C. (2009). ADOLESCENCIA Y DESARROLLO EMOCIONAL EN LA SOCIEDAD ACTUAL. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*,(1), 236-240. | Consultado de http://infad.eu/RevistaINFAD/2009/n1/volumen1/INFAD_010121_235-242.pdf
- Bisquerra, R. A. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis. Consultado de <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Psicopedagogia%20de%20las%20emociones%20-%20Rafael%20Bisquerra%20Alzina-1.pdf>
- Carrera , B., & Mazzarella, C. (2001). Vygotsky: Enfoque sociocultural. *Educere*, 5(13), 41-44.
- Carretero, L. (2013). Dirección estratégica y planes de acción. *UNED* , 1-30 . Consultado de http://espacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:500694/n9.10_Direcci__n_estrat__gica_y_planes_de_acci__n.pdf
- Company, R., Oberst, U., & Sánchez, F. (2012). Regulación emocional interpersonal de las emociones de ira y tristeza . *Boletín de Psicología*(104), 7-36. Consultado de <https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N104-1.pdf>
- DGESPE. (2012). *El trayecto de la Práctica profesional: orientaciones para su desarrollo*. México: Argentina 28.
- Díaz Barriga, F., & Hernández, G. (2001). Aprendizaje cooperativo y colaboración. En *ESTRATEGIAS DOCENTES PARA UN APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO. Una interpretación constructivista*. México: Mc Graw Hill.
- DOF. (2011). *Acuerdo 592 por el que se establece la articulación de la educación*. México: Secretaria de Educación Pública. Consultado de <http://basica.sep.gob.mx/ACUERDO%20592web.pdf>
- DOF. (2012). *Acuerdo 649 por el que se establece el Plan de Estudios para la Formación de Maestros de Educación Primaria*. México. Consultado de http://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5264718&fecha=20/08/2012

- DOF. (2018). *Artículo 3° de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos*. México. Consultado de http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/1_270818.pdf
- Domingo, J., & Fernández, M. (2016). Ciclo de profundización reflexiva desde el enfoque biográfico-narrativo. en técnicas para el desarrollo personal y formación del profesorado. *Cuadernos Monograficos del ICE*(10), 27-30. Consultado de www.benu.edu.mx/wp-content/uploads/2016/03/Domingo-y-Fernandez.pdf
- Dueñas, M. (2002). Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa. *Educación XX1*(5), 77-96. Consultado de <http://www.redalyc.org/pdf/706/70600505.pdf>
- Espinoza, M. .. (1987). *Programacion: manual para trabadores sociales*. Argentina: humanitas.
- Extremera, N., & Berrocal, P. (2005). LA IMPORTANCIA DE DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL. *Revista Iberoamericana de Educación*, 1-6.
- Fierro, C.; Fortoul, B.; Rosas, L. (1999). *Transformando la práctica docente: una propuesta basada en la investigación-acción*. México: Paidós.
- García Renata, J. A. (2012). la educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Educación*, 36(1), 1-24.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional. Por qué es más importante que el cociente intelectual*. Barcelona : B, S.A.
- Gutiérrez, M., & García, J. (2015). LA COMUNICACIÓN EMOCIONAL, UNA NECESIDAD PARA UNA SOCIEDAD EN CRISIS. *I Congreso Internacional de Expresión y Comunicación Emocional. CIECE.*, 1-12.
- Gutiérrez, T. M., & García, J. L. (2015). congreso internacional de expresión y comunicación Emocional. CIECE. . *Prevención de dificultades Socio-Educativas*, (págs. 397-407). Sevilla.
- Holubec, J., Johnson, R., & Johnson, D. (1999). *El aprendizaje cooperativo en el aula*” Síntesis del D.O. del IES “Cinco Villas”. Buenos Aires: Paidós.
- Jiménez, A. (2017). Taller: Inteligencia Emocional. *Inteligencia Emocional* (págs. 479-491). Madrid: Lúa. Obtenido de https://www.aepap.org/sites/default/files/479-492_inteligencia_emocional.pdf

- Kotliarenco, M. A., Cáceres, I., & Fontecilla, M. (1997). *Estado del arte en resiliencia*. Washington: Organización Panamericana de la Salud.
- Klingler, C. (1997). *Psicología cognitiva*. México : Mc Graw Hill.
- Latorre, A. (2005). *La investigación-acción: conocer y cambiar la practica educativa*. España: Grao.
- Loroño, A. (15 de 08 de 2011). *Biomúsica*. Consultado de EspacioLogopédico: https://www.espaciologopedico.com/articulos/articulos2.php?Id_articulo=2275
- Luca, S. (2004). El docente y las inteligencias múltiples. *Revista Iberoamericana*, 31(1), 2-11. Consultado de <https://rieoei.org/RIE/article/view/2884/3817>
- Luján, I., Rodriguez, M., Hernández, G., Torresillas, A., & Machargo, S. (2011). Autorregulación emocional y éxito. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 81-88. Consultado de <http://www.redalyc.org/pdf/3498/349832329007.pdf>
- Mármol, A. G. (2009). La relajación en niños: Principales Métodos de Aplicación . *Emásf*, 35-42.
- Meece, J. (2001). *Desarrollo del niño y del adolescente:comprendio para educadores*. México: Mc Graw Hill. Consultado de <http://www.sigeyucatan.gob.mx/materiales/1/d1/p1/4.%20JUDITH%20MEECE.%20Desarrollo%20del%20nino.pdf>
- Mosquera, I. (2013). influencia de la música en las emociones. *Realiatas, Revista de Ciencia Sociales, Humanas y Artes*, 1(2), 34-38.
- Oriza, J. V. (2014). *Relaciones Humanas. Valores personales, inteligencia emocional y social*. México: Trillas.
- Osalde Rodríguez , M. (2015). "el aprendizaje colaborativo y el aprendizaje cooperativo en el ambito educativo. *Universidad Mexicana*, 1-10. Consultado de http://unimex.edu.mx/Investigacion/DocInvestigacion/EI_aprendizaje_colaborativo_y_el_aprendizaje_cooperativo_en_el_ambito_educativo.pdf
- Pimienta, J. (2008). *Evaluación de los aprendizajes. Un enfoque basado en competencias*. México: PEARSON EDUCACIÓN.
- Plazas, E. A. (2006). B. F. SKINNER: LA BÚSQUEDA DE ORDEN. *Valledupar* , 2, 371-383,. Consultado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v5n2/v5n2a13.pdf>

- Quinteros, S. d. (1985). *El diagnóstico social*. Argentina : humanitas .
- Restrepo, B. (2014). Una Variante Pedagógica de la InvestigaciónAcción. *OEI-Revista Iberoamericana de Educación*, 93-114. Consultado de <http://www.rieoei.org/deloslectores/370Restrepo.PDF>.
- Ríos, G. (2015). *Trabajo colaborativo y comunicación en el equipo docente de la sección secundaria del Colegio Fray Luis de León*. Trabajo de obtención de grado, Maestría en Gestión Directiva de Instituciones Educativas. Tlaquepaque, Jalisco: ITESO
- SEP. (2018). Lección 5 El papel de la mente y de las emociones en el proceso colaborativo. En *Construye T* (págs. 1-3). México: Universidad iberoamericana.
- SEP. (2017). *Aprendizajes Clave para la Educación Integral . Plan y programa. 6to grado*. México: Argentina. Consultado de https://www.aprendizajesclave.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/primaria/6grado/1LpM-Primaria6grado_Digital.pdf
- SEP. (2011). *Plan y Programas. Sexto Grado*. México .
- Tobón, S., Pimienta, J., & Garcia, J. (2010). *Secuencias didácticas: aprendizaje y evaluación de competencias*. México: PEARSON EDUCACIÓN .
- Vallés, A. (2007). *PROPUESTAS EMOCIONALES PARA LA CONVIVENCIA ESCOLAR. EL PROGRAMA PIECE* . España : EOS instituto de orientacion psicológica asociados.
- Vargas, A. I. (2004). La evaluación Educativa: Concepto, periodos y modelos. *Actualidades investigativas en Educación*, 4(2), 2. Consultado de <http://www.redalyc.org/pdf/447/44740211.pdf>

ANEXOS

Anexo A

Croquis de la ubicación y fotografía de la escuela “Agustín Domínguez B.”



Anexo B.

Test de evaluación de inteligencia emocional y comunicación humana (Oriza 2014)

Nombre: _____

N= NADA MP=MUY POCO P=POCO CF=CON FRECUENCIA CS=CASI SIEMPRE

Muestra de comportamiento	N	MP	P	CF	CS
1.- Sé reconocer mis emociones, es decir cuando estoy enojado, triste y temeroso.					
2.-Entiendo e identifico el origen de esas emociones.					
3.- Si estoy triste, trato de comentarlo o buscar la forma de exteriorizarlo.					
4.-Reconozco ante las personas de mi confianza, mis temores y angustias, busco comprensión.					
5.- Cuando me enojo trato de no agredir o lastimar a mis semejantes.					
6.-Pienso las cosas aun cuando estoy enojado, me domino para no cometer errores, o decir cosas ofensivas.					
7.- En general tengo capacidad para responder asertivamente ante presiones es decir, sé que hacer y decir lo correcto no obstante la presión					
8.-Soy sociable tengo buenas relaciones con los demás.					
9.-No me considero tímido y miedoso; por lo general tengo carácter para enfrentar problemas y situaciones ante los demás para decir lo que tengo que decir.					
10.- Por lo general soy optimista, positivo, suelo encontrar formas de auto motivarme.					
11.- Me aceptó como soy; conozco mis fuerzas y debilidades; soy realista, tengo seguridad de mí mismo y comunicó confianza los demás.					
12.- Me considero honesto, tengo sentido ético y congruente con mis principios, valores y con lo que digo; cumplo con lo que ofrezco.					
13.- No me cuesta trabajo aceptar los cambios; por lo general me esfuerzo con adaptarme, soy persistente y prudente.					
14.- Sé reconocer mis fallas y errores trato de ser autocrítico, no importa que reconozca ante los demás; incluso pido disculpas.					
15.- Por lo general me esfuerzo en cumplir con lo que se espera de mí Soy dedicado responsable no pongo excusas					
16.- En mis relaciones personales y familiares no soy celoso; Confío en Quién es no muestran afecto o amor.					
17.- Otorgó amistad con facilidad; suelo ser amistoso y mostrar afectos a los demás; amo a mis seres queridos cercanos, se los digo.					
18.- Me esfuerzo por comprender a las personas y entender sus sentimientos; trato de ser empático, es decir, de ponerme en el lugar del otro, en circunstancias para realmente comprenderlo.					
19.- No me cuesta trabajo servir a los demás, lo hago con gusto.					
20.- Soy respetuoso de las personas y de su dignidad, de su forma de ser y pensar, de su tiempo, sus preferencias y gustos; no me importa quién sean.					
21.- Se me facilita decir mis ideas, aunque difiera de los demás, pues se Cómo controlarme y manejarme equilibradamente en la comunicación con los demás.					
22.- Acuso de recibido las emociones y sentimientos de quienes me buscan para dialogar o abrirse conmigo; se los digo y se los respeto; me abstengo de hacer juicios; comprendo					

23.- Trato de convencer, explicar, razonar, antes de usar mi autoridad o influencia ante los demás; no me desespero soy prudente y trató de dialogar.					
24.- Cuando trató de dialogar, procuro no estar enojado y buscó el lugar y momento oportuno. Y cuando estoy enojado y no puedo serenarme trató de buscar otro momento para reiniciar la comunicación.					
25.- Generalmente creo que doy confianza en mí comunicación con los demás; las personas suelen en abrirse conmigo					
26.- Si el que me habla duda, le doy las causas y el tiempo que necesité, aunque yo hablé menos. No interrumpo.					
27.- Cuando requieren que los escuche, dejé de hacer lo que estaba haciendo busco cuanto antes acercarme para escucharlo.					
28.- Me concentro en lo que me dicen miro a los ojos a mí interlocutor, lo animo a que me.					
29.- Trato de ser objetivo y claro en mis comunicaciones con los demás; me apoyó en una información veraz, y en hechos no en juicios o en suposiciones o en rumores.					
30.- Por lo general pongo atención y muestra interés cuando platicó con los demás, aunque esté molestó o preocupado.					
31.- Cuando platicó o diálogo, me esmero en escuchar, por entender ampliamente lo que me quieren decir y luego comprender a las personas escucho activamente (hago preguntas, redondo parafraseó) y hasta después habló.					
32.- Cuando estoy dialogando, pongo atención a cómo reaccionar las personas para buscar la mejor forma de comunicar les mis mensajes, sin generar enojoso respuestas emocionales que provoquen conflictos o bloquen en la comunicación.					
33.- Me abstengo de decir cosas que hieran a los demás, no soy irónico o sarcástico.					
34.- Cuando estoy en un diálogo, Sí siento que hirieron mis sentimientos, me controlo y lo aclaró respetuosamente, procurando no enojarme o comprar un conflicto.					
35.- Ofrezco disculpas cuando hiero los sentimientos de los demás; aceptó sus reclamos sin enojo, con humildad.					
36.- Soy respetuoso de las ideas, asuntos o experiencias que me comunican, no me burlo, ni menosprecio, ni crítico y menos juzgo					
37.- Busco negociar, busco el ganar-ganar (consensos, acuerdos) en mi diálogo con las personas cercanas a mí (jefes, clientes, amigos, familiares etcétera)					
38.- No me molestó sin mis interlocutores están en desacuerdo conmigo, con mis ideas o puntos de vista, busco formas para dialogar mejor o encontrar un momento oportuno.					
39.- Si las otras personas les cuesta trabajo comunicarse dialogar, No sacó ventaja, las animo expresarse o involucrarse en un diálogo.					
40.- Cuando estoy en un equipo, busco la comunicación, soy cooperador y no me cuesta trabajo participar o comprometerme con los demás o darles apoyo					

Anexo C.

Tabla del diagnóstico “test inteligencia emocional y comunicación”

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y COMUNICACIÓN HUMANA	COLUMNA 1	COLUMNA 2
ALUMNO	Inteligencia emocional (I E %)	Habilidades Comunicativas (%)
01	64.8	57
02	93.6	90
03	49.6	54
04	76	60
05	59.2	62
06	66.4	81
07	80.8	71
08	81.6	90
09	63.2	68
10	93.6	89
11	67.2	74
12	66.4	59
13	77.6	71
14	89	77
15	100	78
16	60.8	60
17	57.6	59
18	87	74
19	76	78
20	51.2	59
21	81.6	81
22	73.6	73
23	43.2	48
24	86.4	92
25	77.6	83
26	52.8	57
27	87	83
28	82.4	83
29	60	61
promedio :	72.62	71.44

Anexo D.

Planeación “Implicaciones de las relaciones sexuales”



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL GOBIERNO DEL ESTADO
 SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR
 ESCUELA PRIMARIA “AGUSTÍN DOMÍNGUEZ B.”
 C.C.T: 24EPR0045B ZONA ESCOLAR: 05
 CALLE: AGUSTÍN MELGAR #300
 DOCENTE EN FORMACIÓN: CLARA M. MEXQUITIC ORTIZ



Fecha:	08-12 de octubre del 2018	Grado y grupo:	6°A
Asignatura:	Ciencias	Ámbito :	Desarrollo humano y cuidado de la salud.
Enfoque:	Formación Científica Básica.		
Propósito:	Analizar críticamente las implicaciones de los embarazos en la adolescencia y argumentar a favor de las conductas sexuales responsables que inciden en la prevención de infecciones de transmisión sexual.		

Aprendizajes esperados:

Describir los cambios que suceden durante el desarrollo humano.

Identificar y explicar cómo se lleva a cabo el proceso de reproducción en los seres humanos.

Competencias que se favorecen: Toma de decisiones informadas para el cuidado del ambiente y la promoción de la salud orientadas a la cultura de la prevención.

SECUENCIA DIDÁCTICA

N° de sesión: 01 Fecha: 09/10/2018 Tiempo estimado: 50 minutos

Propósito de la sesión: el alumno conoce las implicaciones de las relaciones sexuales en la adolescencia.

Inicio:

Conversar con los alumnos sobre cómo afectaría un embarazo en la vida de un adolescente, y preguntar que entienden infección de transmisión sexual y que implicaciones tendría en un adolescente contraer una ITS.

Leer la historieta página. 37 del libro de ciencias y realizar reflexiones sobre las acciones de los actores.

Desarrollo:

Pedir a los alumnos que saquen su material que quedo de tarea

pedir a los alumnos que decoren su huevo y al termino pasen por su acta de nacimiento. (anexo 1) explicar la dinámica, los alumnos deberán realizar relatorías breves sobre el cuidado de su huevo.

Pedir a los alumnos que saquen su investigación encargada de tarea y en binas realicen un cartel en media cartulina en el cual informen a sus compañeros sobre todas las implicaciones que tiene tener relaciones sexuales a temprana edad (embarazos y ITS)

Cierre:

Pasar algunas binas a exponer su trabajo.

Pedir a los alumnos que respondan su página 180 del libro MDA

Pedir a los alumnos que expresen su opinión sobre el tema.

Tarea:

Realizar una investigación sobre métodos anticonceptivos, cuales existen y uso y descripción

Evaluación: Analiza críticamente las implicaciones de las relaciones sexuales en la adolescencia

N° de sesión: 02 Fecha:11/10/18

Tiempo estimado: 50 minutos

Propósito de la sesión:

~Conoce la conducta sexual responsable del uso de métodos anticonceptivos

Inicio:

Comentarles a los alumnos que tener relaciones sexuales implica una serie de conductas responsables, como el uso de métodos anticonceptivos, mantenerse informado de las infecciones de transmisión sexual. Mencionarles que en esta ocasión se verán los métodos anticonceptivos.

Desarrollo:

Proyectar imágenes de los métodos anticonceptivos (anexo 2) en cada imagen detenerse y por medio de sus investigaciones

rescatar las características y el uso que tiene el método.

En base a su investigación y los aportes grupales pedir a los alumnos que realicen un organizador gráfico de sol, con el título "métodos anticonceptivos".

Cierre:

En un espacio abierto y en equipos de 4 entregar imágenes de los métodos anticonceptivos y realizar un concurso de preguntas, en donde se hará mención de sus características y usos. Al término de la pregunta el equipo que primero levante la imagen del método anticonceptivo correcto será el ganador.

Evaluación: Conoce la conducta sexual responsable del uso de métodos anticonceptivos y sus características

Recursos y materiales didácticos:

29 actas de nacimiento del huevo (anexo 1)

Cartulinas

Imágenes de los métodos anticonceptivos (anexo 2) para proyectar y para el juego de preguntas.

Libro MDA pág. 180

Anexo E

Planeación “Lo que siento”



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL GOBIERNO DEL ESTADO
 SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR
 ESCUELA PRIMARIA “AGUSTÍN DOMÍNGUEZ B.”
 C.C.T: 24EPR0045B ZONA ESCOLAR: 05
 CALLE: AGUSTÍN MELGAR #300
 DOCENTE EN FORMACIÓN: CLARA M. MEXQUITIC ORTIZ



Fecha:	17 de octubre	Grado y grupo:	6°A
Asignatura:	socioemocional	Dimensión :	Autorregulación
Bloque:	I	habilidad	Expresión de las emociones
Enfoque:	desarrollar e integrar conceptos, valores, actitudes y habilidades para comprender y manejar las emociones		
Propósito:	Reconoce el apoyo que le brindan personas de su comunidad, agradece y aprecia su trabajo		
Indicador de logro : Responde con tranquilidad, serenidad y aceptación ante una situación de estrés, caos o conflicto.			
SECUENCIA DIDÁCTICA			
Tiempo estimado: 50 minutos			
Propósito: que los alumnos reconozcan e intenten regular sus emociones al recibir una crítica hacia su persona			
Inicio:			
<ul style="list-style-type: none"> Organizar a los alumnos en un círculo dentro del salón y realizar la actividad “tengo miedo” en la cual los alumnos deberán tapar sus ojos, se ira colocando música que ambiente la frase “tengo miedo” a diferentes emociones como tristeza, enojo, miedo, alegría. Al termino socializar lo que sintieron entre cada canción con la finalidad de retomar cuales son las emociones. 			
Desarrollo:			
<ul style="list-style-type: none"> Entregar a los alumnos 29 pedazos de hoja en los cuales los alumnos deberán escribir algo que los describa que piensen de cada uno de sus compañeros con mucha sinceridad, especificar que no se quieren frases básicas como “eres chido” o malas palabras. Pedir a los alumnos que depositen la hojita doblada en cada caja de sus compañeros 			
Cierre:			
<ul style="list-style-type: none"> Dar un espacio a los compañeros para que lean los comentarios que les han hecho. Dialogar sobre cómo se sintieron al leer lo que les escribieron sus compañeros 			
EVALUACIÓN			
Técnicas/Instrumento:			
Rubrica de evaluación			
Observación:			
El comportamiento de los alumnos durante la lectura de las críticas de sus compañeros			

Anexo H.

Planeación "Ten esto te sirve"



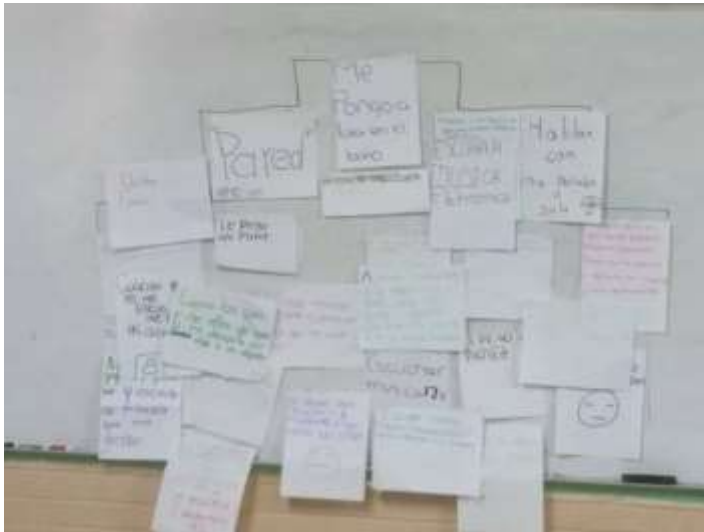
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL GOBIERNO DEL ESTADO
SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR
ESCUELA PRIMARIA "AGUSTÍN DOMÍNGUEZ B."
C.C.T: 24EPR0045B ZONA ESCOLAR: 05
CALLE: AGUSTÍN MELGAR #300
DOCENTE EN FORMACIÓN: CLARA M. MEXQUITIC ORTIZ



Fecha:	21 de noviembre del 2018 28 de noviembre del 2018	Grado y grupo:	6°A
Asignatura:	socioemocional	Dimensión :	Autorregulación
Bloque:	III	habilidad	Autogeneración de emociones para el bienestar
Enfoque:	desarrollar e integrar conceptos, valores, actitudes y habilidades para comprender y manejar las emociones.		
Propósito:	Auto gestionar recursos emocionales no aflictivos (como la alegría, el amor y el humor, entre otros) para una mejor calidad de vida y no sucumbir ante la adversidad		
Indicador de logro:	<ul style="list-style-type: none">Evoca emociones positivas para contrarrestar los estados aflictivos y alcanzar el bienestar.		
SECUENCIA DIDÁCTICA			
N° de sesión: 01	Fecha: 20/11/2018	Tiempo estimado: 50 minutos	
Propósito: que los alumnos proponen sus estrategias para autorregular emociones negativas y las transformen en positivas			
Inicio:			
<ul style="list-style-type: none">Realizar un ejercicio de respiración para centrar la atención de los estudiantes.Formar un círculo en el salón y plantear a los alumnos una situación personal donde se ha sentido mucho coraje, cuestionando a los alumnos como se hubieran sentido ellos y como hubieran actuado.Permitir la participación de algunos estudiantes.			
Desarrollo:			
<ul style="list-style-type: none">Indicar a los estudiantes que se realizara una rueda de los sentimientos, en la cual en un círculo grande de papel craft cada alumno deberá apuntar alguna estrategia que utilizaría para calmarse en esa situaciones , en esta pueden entrar objetos que quiten el estrés . Al momento de colocarlo si así lo desea podrá compartir alguna experiencia donde lo haya utilizado o donde le hubiese gustado usarla.Juntar a el grupo en equipos, pedirles que se organicen para realizar alguno de estas estrategias.			
Cierre:			
<ul style="list-style-type: none">Dialogar con los alumnos cual es la estrategia que más les llama la atención y cual es la que quisieran implementar.			
N ° de sesión: 02	Fecha: 20/11/2018	Tiempo estimado: 50 minutos	
Propósito: que los alumnos realicen materiales (estrategias) para autorregular emociones negativas y transformarlas de manera positivas.			
Inicio:			
<ul style="list-style-type: none">Poner a los alumnos la canción de "optimista" de caloncho, mencionar a los alumnos que esa es una estrategia en situaciones donde predomina la nostalgia o la tristeza.Con la técnica de la papa caliente retomar lo acontecido en la sesión anterior.			
Desarrollo:			
<ul style="list-style-type: none">Permitir a los alumnos que trabajen elaborando su estrategia de relajación.Indicar a los alumnos que deberán de exponer su estrategia como si estuvieran vendiendo un producto.Exponer todas las estrategias realizadas.Permitir que los alumnos utilicen las que les llamen la atención y que sean posible utilizarlas en ese momento.			
Cierre:			
<ul style="list-style-type: none">En un papel craft elaborar una lista con las estrategias finalistas para emplearlas durante las próximas clases, en caso de ser necesarias.Dialogar con los alumnos sobre cómo se sintieron con la actividad.			

Anexo J.

Evidencias de la secuencia didáctica “Ten esto te sirve”



En las evidencias se muestra las estrategias propuestas por los alumnos, así como su elaboración.

Anexo K .

Planeación “En los zapatos de otros”



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL GOBIERNO DEL ESTADO
SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR
ESCUELA PRIMARIA “AGUSTÍN DOMÍNGUEZ B.”
C.C.T: 24EPR0045B ZONA ESCOLAR: 05
CALLE: AGUSTÍN MELGAR #300
DOCENTE EN FORMACIÓN: CLARA M. MEXQUITIC ORTIZ



Fecha:	08 de febrero del 2019	Grado y grupo:	6°A
Asignatura:	socioemocional	Dimensión :	Autorregulación
habilidad	Expresión de las emociones		
Enfoque:	desarrollar e integrar conceptos, valores, actitudes y habilidades para comprender y manejar las emociones.		
Propósito:	Que los alumnos regulen sus emociones y logren comunicarse para resolver una situación de estrés de manera colaborativa		
Indicador de logro :	<ul style="list-style-type: none">Se comunica con sus compañeros para resolver situación de estrés, caos o conflicto .		
SECUENCIA DIDACTICA			
Tiempo estimado: 2 horas 30 minutos			
Propósito:	Que los alumnos demuestren que pueden trabajar de forma colaborativa para resolver una situación de estrés con apoyo de su autorregulación		
Inicio:	<ul style="list-style-type: none">Iniciar la clase con la canción https://www.youtube.com/watch?v=ZbZSe6N_BXsDialogar con los alumnos sobre cómo se sienten ese día.		
Desarrollo:	<ul style="list-style-type: none">Indicar a los alumnos que realizarán que la actividad “encuentra el tesoro” para ello se dividirán en equipos de 4 integrantes quienes deberán seguir un rol de una discapacidad y quedaran como designados como guardias 4 todo mediante un sorteo.Se especificarán los acuerdos del juego y se indicaran las misiones a cumplir por parte de todos los integrantes para que puedan llegar al tesoro. Habrá una misión para cada uno de los integrantes <p>Para el rol de invidente tendrá que realizar una actividad de adivinar un objeto, el sordo deberá adivinar una canción. El mudo deberá adivinar una frase y una persona deberá romper un globo a través de un mini circuito</p> <ul style="list-style-type: none">Llevar a cabo la actividad		
Cierre:	<ul style="list-style-type: none">Conversar con los alumnos sobre sus sentimientos en la actividad Que fue lo más complicado y que fue lo mejor de la actividad. Preguntar si se sintieron estresados y que hicieronRealizar un el test inteligencia emocional.		
Evaluación:	trabaja de forma colaborativa para resolver una situación de estrés,		
EVALUACIÓN			
Técnicas/Instrumento:	Escala estimativa		
Observaciones y/o adecuaciones:			

Anexo I.

Instrumento de evaluación: Escala de valoración “En los zapatos de otro”

Niveles de logro:

Ep: En proceso I: Intermedio A: Avanzado S: Sobresaliente

Alumnos	Se comunica con sus compañeros para resolver una situación de estrés				Muestra que puede autorregularse en situaciones de estrés				Participa de manera activa durante la actividad.			
	EP	I	A	S	EP	I	A	S	EP	I	A	S
1				S				S				S
2				S				S				S
3		I						S				S
4		I						S				S
5				S				S				S
6	I							S				S
7				S				S				S
8		I						S				S
9		I						S				S
10		I						S				S
11		I						S				S
12				S				S				S
13				S				S				S
14				S				S				S
15				S				S				S
16		I						S				S
17		I						S				S
18		I						S				S
19				S				S				S
20				S				S				S
21		I						S				S
22				S				S				S
23				S				S				S
24		I						S				S
25		I						S				S
26	I							S				S
27				S				S				S
28				S				S				S
29				S				S				S

Anexo M.

Evidencias de la secuencia didáctica “En los zapatos de otro”



En las evidencias se muestra a los alumnos participando en la actividad “El cuadrado perfecto”

Anexo N.

Planeación “Encuentra el tesoro”



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL GOBIERNO DEL ESTADO
SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR
ESCUELA PRIMARIA “AGUSTÍN DOMÍNGUEZ B.”
C.C.T: 24EPR0045B ZONA ESCOLAR: 05
CALLE: AGUSTÍN MELGAR #300



DOCENTE EN FORMACIÓN: CLARA M. MEXQUITIC ORTIZ

Fecha:	08 de febrero del 2019	Grado y grupo:	6°A
Asignatura:	socioemocional	Dimensión :	Autoregulación
Habilidad	Expresión de las emociones		
Enfoque:	desarrollar e integrar conceptos, valores, actitudes y habilidades para comprender y manejar las emociones.		
Propósito:	Que los alumnos regulen sus emociones y logren comunicarse para resolver una situación de estrés de manera colaborativa		

Indicador de logro : Se comunica con sus compañeros para resolver situación de estrés, caos o conflicto .

SECUENCIA DIDÁCTICA

Tiempo estimado: 2 horas 30 minutos

Propósito: Que los alumnos demuestren que pueden trabajar de forma colaborativa para resolver una situación de estrés con apoyo de su autorregulación

Inicio:

- Iniciar la clase con la canción https://www.youtube.com/watch?v=ZbZSe6N_BXs
- Dialogar con los alumnos sobre cómo se sienten ese día.

Desarrollo:

- Indicar a los alumnos que realizarán que la actividad “encuentra el tesoro” para ello se dividirán en equipos de 4 integrantes quienes deberán seguir un rol de una discapacidad y quedarán como designados como guardias 4 todo mediante un sorteo.
- Se especificarán los acuerdos del juego y se indicarán las misiones a cumplir por parte de todos los integrantes para que puedan llegar al tesoro. Habrá una misión para cada uno de los integrantes Para el rol de invidente tendrá que realizar una actividad de adivinar un objeto, el sordo deberá adivinar una canción. El mudo deberá adivinar una frase y una persona deberá romper un globo a través de un mini circuito
- Llevar a cabo la actividad

Cierre:

- Conversar con los alumnos sobre sus sentimientos en la actividad Que fue lo más complicado y que fue lo mejor de la actividad. Preguntar si se sintieron estresados y que hicieron
- Realizar un el test inteligencia emocional.

Evaluación: trabaja de forma colaborativa para resolver una situación de estrés,

EVALUACIÓN

Técnicas/Instrumento:

Escala estimativa

Anexo Ñ .

Instrumento de evaluación: Escala de valoración “Encuentra el tesoro”

Niveles de logro:
 Ep: En proceso I: Intermedio A: Avanzado S: Sobresaliente

Alumnos	Se comunica con sus compañeros para resolver una situación de estrés				Muestra que puede autorregularse en situaciones de estrés				Participa de manera activa durante la actividad.			
	EP	I	A	S	EP	I	A	S	EP	I	A	S
1				S				S				S
2			A				A					
3			A				A					
4			A				A					
5			A				A					
6			A				A					
7			A				A					
8			A				A					
9			A				A					
10			A				A					
11			A				A	S				
12			A				A					
13			A				A					
14				S				S				
15			A				A					
16			A				A					
17			A				A					
18			A				A					
19				S				S				
20				S				S				
21			A				A					
22			A				A					
23			A				A					
24			A				A					
25			A				A					
26			A				A					
27			A				A					
28				S				S				
29			A				A					

Anexo O.

Evidencias de la secuencia didáctica “Encuentra el tesoro”



En las evidencias se muestra a los alumnos participando en las diversas estaciones simulando algunas discapacidades en la actividad “Encuentra el tesoro”

Anexo P.

**Tabla de evaluación final “Test inteligencia emocional y comunicación”
(Oriza, 2015)**

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y COMUNICACIÓN HUMANA	COLUMNA 1	COLUMNA 2
ALUMNO	Inteligencia emocional (I E %)	Habilidades Comunicativas (%)
01	84.8	79
02	73.6	70
03	75.6	72
04	79	72
05	70.2	69
06	77.4	81
07	85.8	78
08	85.6	90
09	75.2	72
10	93.6	89
11	77.2	74
12	76.4	73
13	77.6	71
14	90	85
15	84.8	79
16	70.8	69
17	77.8	75
18	87	74
19	84.8	79
20	74.2	72
21	85.6	83
22	78.6	77
23	70.2	68
24	90	92
25	87.6	86
26	73.6	73
27	87	83
28	85.4	85
29	82.4	83
promedio :	80.85	77.68