



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

TITULO: Educación socioemocional : el autoconocimiento en  
niños de edad preescolar

---

AUTOR: Jannet Guadalupe Espinoza Hernández

---

FECHA: 06/11/2021

---

PALABRAS CLAVE: Educación socioemocional,Auto-conocimiento,  
Emociones, Auto-conocerse,Autorregulación

---

GOBIERNO DEL ESTADO DE SAN LUIS POTOSÍ  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL GOBIERNO DEL ESTADO  
SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR  
BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO  
DIVISIÓN DE ESTUDIOS DE POSGRADO

GENERACIÓN

2018



2020

**TÍTULO**

**EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL: EL AUTOCONOCIMIENTO EN  
NIÑOS DE EDAD PREESCOLAR**

PORTAFOLIO TEMÁTICO

que presenta:

**Jannet Guadalupe Espinoza Hernández**

PARA OBTENER EL GRADO DE MAESTRA EN EDUCACIÓN  
PREESCOLAR

TUTORA: DRA. MA. DEL SOCORRO RAMÍREZ VALLEJO

SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P. NOVIEMBRE DE 2020



**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 Jannet Guadalupe Espinoza Hernández  
autorizo a la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí, (BECENE) la  
utilización de la obra Titulada:

**EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL: EL AUTOCONOCIMIENTO EN NIÑOS DE EDAD  
PREESCOLAR.**

en la modalidad de: Portafolio temático

para obtener el

Título de:  
Grado en  Maestría en Educación Preescolar

en la generación 2018-2020 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 26 días del mes de Enero de 2021.

ATENTAMENTE.

Jannet Guadalupe Espinoza Hernández

Nombre y Firma

**AUTOR DUEÑO DE LOS DERECHOS PATRIMONIALES**



BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA  
NORMAL DEL ESTADO  
DIVISIÓN DE ESTUDIOS

Autorización de Portafolio Temático.

San Luis Potosí, S.L.P., 02 de noviembre de 2020

DRA. ÉLIDA GODINA BELMARES  
DIRECTORA DE LA DIVISIÓN DE ESTUDIOS DE POSGRADO  
P R E S E N T E

En atención a la función que se me confirió como Tutor (a) del Portafolio Temático **Educación Socioemocional: El Autoconocimiento en Niños de Preescolar** que sustenta **Jannet Guadalupe Espinoza Hernández**, para obtener el grado de *Maestra en Educación Preescolar*, comunico a usted que dicho documento ha sido revisado bajo las orientaciones y sugerencias realizadas por los Lectores.

Por lo anterior, considero que el Portafolio Temático se encuentra en condiciones de ser presentado en la fase de Conversación Pública.

Atentamente

Ma. Del Socorro Ramírez Vallejo

Nombre y firma del Tutor (a)



BENEMÉRITA Y CENTENARIA  
ESCUELA NORMAL DEL ESTADO  
DIVISIÓN DE ESTUDIOS  
DE POSGRADO  
SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.

San Luis Potosí, S.L.P., noviembre 18 de 2020.

Los que suscriben, integrantes de la Comisión de Conversaciones Públicas y Tutor(a) del Portafolio Temático, tienen a bien

## DICTAMINAR

Que el(la) alumno(a): **JANNET GUADALUPE ESPINOSA HERNÁNDEZ**

Concluyó en forma satisfactoria, y conforme a los lineamientos técnicos y académicos, el documento de portafolio temático titulado:

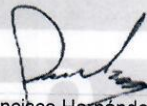
### EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL: EL AUTOCONOCIMIENTO EN NIÑOS DE EDAD PREESCOLAR.

A resolución de los suscritos, y una vez llevada a cabo la fase de lectura del portafolio temático, así como su presentación en la conversación pública, se determina que reúne los requisitos para la obtención del grado de **Maestra en Educación Preescolar**.

Atentamente

LA COMISIÓN



  
Dr. Francisco Hernández Ortiz  
Director General

  
Dra. Elida Godina Belmares  
Directora de Posgrado

  
Dra. Ma. del Socorro Ramírez Vallejo  
Tutor(a) de Portafolio Temático

“2020, año de la cultura para la erradicación del trabajo infantil”.

# ÍNDICE

CARTA AL LECTOR .....	9
2. HISTORIA DE VIDA.....	15
2.1 Mis primeros años de vida.....	16
2.2 Mi adolescencia .....	17
2.3 Quiero ser educadora.....	19
2.4 Historia profesional.....	20
3. FILOSOFÍA DOCENTE .....	26
3.1 Mi concepción de la enseñanza .....	26
3.2 Mi concepción del aprendizaje .....	27
3.3 Ambiente de aprendizaje inclusivo .....	29
3.4 Mis objetivos de enseñanza .....	29
3.5 Mi concepción de evaluación del aprendizaje.....	30
3.6 Relación entre mis concepciones y mis acciones en el aula.....	31
4. CONTEXTO ESCOLAR .....	32
4.1 Contexto externo .....	33
4.1.1 Ubicación geográfica.....	33
4.1.2 Servicios y tipos de habitantes en la comunidad.....	34
4.1.3 Situación socioeconómica de la comunidad.....	35
4.1.4 Contexto interno.....	37
4.1.5 Mi grupo.....	39
5. CONTEXTO TEMÁTICO.....	41
5.1 Justificación del tema de estudio.....	41

5.2 Descripción del problema .....	44
5.3 Factores que intervienen para que se dé la problemática. ....	55
5.4 Pregunta y objetivos de investigación .....	56
5.5 Referentes teóricos .....	56
5.5.1 Teorías constructivas.....	57
5.5.2 La teoría psicogenética de Jean Piaget.....	57
5.5.3 La teoría sociocultural de Lev Vygotsky.....	58
5.5.3.1 El lenguaje.....	59
5.5.3.2 La mediación.....	60
5.5.3.3 Zona de Desarrollo Próximo.....	60
5.5.4 La teoría de Jerome Bruner.....	61
5.5.5 La teoría de David Ausubel.....	62
5.5.6 La corriente constructivista.....	62
5.5.7 Las Neurociencias y las habilidades socioemocionales.....	64
5.5.8 El autoconocimiento.....	69
5. 6 Rasgos deseables de acuerdo con el tema de estudio.....	72
5.7 Participación y compromiso en la solución de la problemática.....	73
6. RUTA METODOLÓGICA.....	75
6.1. La identificación de la problemática.....	75
6.2 Tipo de investigación.....	76
6.3 El proceso de construcción del portafolio temático.....	78
6.3.1 Planteamiento del problema.....	79
6.3.2 Diseño de actividades.....	79
6.3.3 Recolección de artefactos.....	80
6.3.4 Selección de artefactos.....	80

6.3.5 Análisis y reflexión de la práctica con base en los artefactos.....	81
6.3.5.1 Descripción.....	81
6.3.5.2 Información.....	81
6.3.5.3 Confrontación.....	82
6.3.4 Reconstrucción.....	83
6.3.5 Proyección.....	83
6.4 Papel que desempeñó el equipo de cotutoría .....	83
6.5 Relación entre la investigación formativa, el portafolio temático y la profesionalización docente .....	84
7. ANÁLISIS Y REFLEXIÓN DE MÍ PRÁCTICA.....	85
7.1. Jugando a conocerme .....	85
7.1.2 ¿Qué sé hacer?.....	86
7.1.3 Lo que me gusta y disgusta.....	91
7.1.4 Reconozco mis emociones.....	93
7.2 Qué me hacen sentir las fiestas decembrinas .....	103
7.2.1 ¿Qué es la navidad?.....	104
7.2.2 Los "quien" de "villa quien".....	106
7.2.3 Poniéndole un corazón más grande al Grinch.....	109
7.2.4 ¡El Grinch se llevó los regalos!.....	111
7.3 Respiro y me concentro.....	120
7.3.1 ¿Qué es estar en calma?.....	122
7.3.2 Trasladando a la abeja Reyna.....	125
7.3.3 Trasladando tarritos de miel.....	129
7.3.4 Dibujo colaborativo.....	132
7.3.5 ¡Sonido de las abejas, para estar en calma!.....	134



7.4 Respirando me siento mejor.....	139
7.4.1 “Qué haría yo” .....	140
7.4.2 ¡Respirando y exhalando!.....	144
7.4.3 ¡Rescatando la letra A y la O!.....	147
7.4.4 ¡Dibujo y me concentro!.....	152
7.4.5 ¡Postura de montaña!.....	154
7.4.6 Prestando atención.....	156
8. CONCLUSIONES .....	160
9. VISIÓN PROSPECTIVA.....	168
REFERENCIAS .....	171

### **ÍNDICE DE TABLAS**

Tabla 1. Ciclos de vida profesional del docente .....	23
Tabla 2. Información de la localidad .....	33
Tabla 3. Organización del personal docente .....	38
Tabla 4. Evaluación de los aprendizajes de los alumnos .....	98
Tabla 5. Indicadores de logro del desempeño de los alumnos con base a la situación de aprendizaje. ....	117

### **ÍNDICE DE FIGURAS**

Figura 1. Economía de la Población.....	36
Figura 2. Infraestructura del Jardín de Niños. ....	37
Figura 3. Proceso de construcción del portafolio.....	79

## CARTA AL LECTOR

Estimado/a lector/a:

A lo largo de este portafolio temático usted podrá encontrar la evidencia de la investigación formativa que realicé durante mi paso por la maestría en educación preescolar. Las razones que me llevaron a realizar esta investigación fueron la búsqueda de la profesionalización de mi actuar en el aula, además de mejorar en la educación que les brindo a mis alumnos día con día, no sólo en el ámbito cognitivo sino también emocional. Es decir, lograr que mis alumnos comiencen a conocerse, con base en las habilidades socioemocionales que representaban mayor área de oportunidad.

Otra de mis grandes motivaciones que me llevaron a realizar esta maestría fueron que pude observar cómo la labor del docente fue decayendo y el respeto hacia nuestra profesión se devaluó. Considero que todo ello es porque en muchas ocasiones nosotros los docentes no enseñamos con el corazón y no buscamos ser mejores cada día para nuestros alumnos y no sólo por ellos, sino para nosotros mismos, y esto quizás sea por falta de vocación por la educación y por entender que no estamos trabajando con máquinas receptoras de conocimientos si no con seres humanos cargados de emociones.

Elegí el tema del autoconocimiento porque lo considero sumamente importante para un desarrollo óptimo del ser humano. Para lograr esta habilidad, es necesario tener conocimiento de nuestra esencia, de lo que somos realmente y, aunque éste continúa desarrollando a lo largo de la vida, es necesario que nos vayamos reconociendo desde la edad preescolar. Además, uno de los principales motivos que me llevó a elegir este tema, fue que, a lo largo de mi paso por las diversas instituciones, jamás se me enseñó a desarrollar mis habilidades socioemocionales. Esto considero que influyó en mi persona, porque siempre fui una persona un tanto seria y muy penosa, me costaba demasiado expresar lo que sentía.

Ahora que se me presentó la oportunidad de poder cursar una maestría donde pude identificar las necesidades de mis alumnos y recordar lo que viví, decidí desarrollar con mis alumnos el autoconocimiento para que sean capaces de reconocerse. Desarrollar las habilidades emocionales desde edades tempranas permite que los alumnos sean más autónomos, seguros de sí mismos, capaces de opinar y sugerir ideas en diversas actividades, y esto no solo influirá en el área emocional sino en su desarrollo cognitivo. Es así como podremos formar alumnos capaces de reconocerse, y que esta habilidad a su vez tendrá un impacto en el nivel intelectual.

Es fundamental que los alumnos desde el preescolar comiencen a reconocer sus emociones, logren autorregularlas en diversas circunstancias que se les presenten, así como que reconozcan lo que les gusta o disgusta. Además, fue necesario que yo también cambiara mi actuar docente y transformara actitudes directivas que me separaban de mis alumnos, para así generar un clima más cálido en mi aula y lograr un cambio en mi labor docente y en los aprendizajes de los alumnos, no sólo cognitivos, sino emocionales.

Los propósitos que plateé en mi investigación fueron enfocados a las necesidades de mis alumnos y mi actuar docente. En primer lugar, definí mi problema de investigación, el cual fue el desarrollo del autoconocimiento en mis alumnos, porque era el área de mayor oportunidad en mi grupo, por lo que vi fundamental que mis alumnos logran reconocer sus emociones y lo que éstas les provocan ante diversas situaciones, de tal forma que poco a poco fueran desarrollando su autoconocimiento. Fue durante el análisis de mi problemática que me di cuenta de que era necesario mejorar mi intervención docente, si quería impactar en el aprendizaje de los alumnos, particularmente en el desarrollo del autoconocimiento.

Durante mi paso por la maestría fui construyendo y deconstruyendo mi conocimiento pedagógico de manera sistemática, todo esto gracias a las unidades académicas que cursé. Todas las unidades me ayudaron a llevar a cabo esta investigación, pero considero que las que más impactaron fueron: Desarrollo y Aprendizaje e Indagación de los Procesos Educativos. La primera porque me ayudó a conocer más a

profundidad las características personales, sociales, económicas y culturales de mis alumnos, lo cual fue la base para diseñar situaciones didácticas contextualizadas y acordes a la edad y a sus características. Por otro lado, Indagación de los Procesos Educativos fue clave para la elaboración de este portafolio temático. Fue esta unidad académica la que me permitió exponer mis experiencias docentes al equipo de tutoría y recibir retroalimentación por medio del protocolo de focalización del aprendizaje. Este recurso fue clave para mi autoconocimiento porque logré identificar mis fortalezas y debilidades como persona y profesional.

La elaboración de mi portafolio fue un proceso arduo y riguroso, el cual fui contrastando con un enfoque socio-constructivista en el que participé a lo largo de las unidades académicas. Éste me brindó un aprendizaje más realista que generó aprendizajes, porque gracias a ello pude reflexionar más sobre mi actuar docente y así poder enriquecer mis competencias profesionales. Esto se vio evidenciado en el diseño de mis estrategias didácticas y las modalidades que apliqué para ir favoreciendo el autoconocimiento en mis alumnos.

Una de las teorías que fundamentó mi intervención para la innovación de mi práctica es la sociocultural de Vygotsky porque me orientó para el diseño de situaciones contextualizadas que fueran más significativas para los alumnos. Además, me permitió integrar estrategias de intervención innovadoras, como el uso del dibujo colaborativo, la aplicación de técnicas de mindfulness para la atención plena, el uso de mediadores, entre otras que me ayudaron al logro de los propósitos establecidos.

Mi investigación también se sustenta en las Neurociencias (Neuroeducación), porque estas han permitido comprender cómo funciona el cerebro y ver el importante papel que la curiosidad y la emoción tienen en la adquisición de nuevos conocimientos. Y es que gracias a las investigaciones de las neurociencias en la actualidad se ha podido ver como en las aulas o en la vida, no se consigue un conocimiento al memorizar, ni al repetirlo una y otra vez, sino al hacer, experimentar y, sobre todo, emocionarnos. Las emociones, el aprendizaje y la memoria están estrechamente relacionadas.

También me basé en los planteamientos de Batalloso (2019), para comprender que es el autoconocimiento y la importancia de su desarrollo. Este autor se fundamenta en la teoría psicológica, la cual proporciona modelos para entender comportamientos, pensamientos y emociones humanas. También pude entender que es un proceso que no logra concretarse a lo largo de la vida, sino que se va desarrollando con base a las experiencias que vivimos a lo largo de la vida. Lo anterior me permitió ir diseñando actividades donde los alumnos pudieran poner en juego sus emociones ante diversas situaciones que se les presentaban.

En este portafolio temático se muestra y se hace evidente la realidad educativa que viví y reconstruí en mi paso de formación por la maestría, de la mano de las experiencias que fui obteniendo durante la aplicación de mis estrategias en la práctica. Mi documento está conformado por los siguientes apartados: Historia de vida, contexto escolar, contexto temático, filosofía docente, ruta metodológica, análisis y reflexión de la práctica, conclusiones y visión prospectiva.

El primer apartado es el de mi historia de vida, en este doy a conocer quién soy como persona y que es lo que me llevo a ser quien soy. Narro mi vida personal y profesional y lo que me ha impulsado a llegar hasta aquí. Considero que esto le permitirá a usted lector/a conocerme no sólo en el ámbito profesional, sino en el personal y así poder crear un vínculo conmigo y conocerme un poco más. Además, muestro las razones que me impulsaron a ser docente y lo que me llevo a realizar esta investigación.

Mi filosofía docente constituye el segundo apartado. En el describo mis concepciones personales en relación con el proceso de enseñanza-aprendizaje que consideraba adecuado y que poco a poco se fue reconstruyendo en mi paso por la maestría. Además, analizo el impacto que tuvieron mis concepciones en mi actuar docente y la evolución de estas.

En el tercer apartado describo el contexto escolar en el cual desarrollé la investigación. Doy a conocer las características del contexto externo, las características de las familias, costumbres y tradiciones, economía, entre otros que influyen en la educación.

Además, describo el contexto institucional: infraestructura, servicios con los que cuenta el Jardín de Niños, materiales, equipo de trabajo, entre otros. Conocer el contexto me permitió entender la influencia que tiene en los aprendizajes de los niños y diseñar situaciones didácticas más cercanas a su realidad.

El contexto temático es el cuarto apartado. Aquí describo algunos hechos de mi práctica donde que me ayudaron a identificar la problemática de estudio. Defino mi pregunta y propósitos de la investigación, así como la justificación del tema de estudio, la importancia de realizar esta investigación y los referentes teóricos que me ayudaron a conocer más sobre el autoconocimiento para poder argumentar mi problemática y buscar solución.

El quinto apartado de mi portafolio es la ruta metodológica. Este apartado tiene la finalidad de mostrar el proceso seguido en mi investigación. Describo cuáles son las etapas que llevé a cabo para la construcción de los apartados de mi portafolio, así como las fases que me permitieron ir analizando y reflexionando en mi práctica, con el propósito de poder reconstruirla. Además, señalo el tipo de investigación que realicé como las características de ésta, que me guiaron para dar respuesta a mi pregunta de investigación.

El sexto apartado es la parte fundamental de mi portafolio temático, podría decirse que es el corazón del portafolio, porque es donde se incluyen los análisis de mi práctica docente. El primer análisis: “Jugando a conocerme”, tenía como propósito que los alumnos comenzaran a reconocer aspectos básicos sobre ellos como: que saben hacer con o sin ayuda, que les gusta o disgusta y que lograran reconocer algunas emociones básicas. En el segundo análisis: “Qué me hacen sentir las fiestas de sembrina”, los alumnos comenzaron a reconocer sus emociones básicas y o que éstas les hacen sentir ante diversas situaciones que se les presentan. El tercer análisis: “Respiro y me concentro”, los alumnos lograron reconocer cuando necesitaban estar en calma y que reconocieran algunas técnicas que permiten sentirnos mejor. Finalmente, en el cuarto análisis: “Respirando me siento mejor”, se fortalece desarrollo

de la atención plena, empleando diversas estrategias, así como la autorregulación de sus emociones para sentirse tranquilos.

El penúltimo apartado corresponde a las conclusiones, en éste doy respuesta a mi pregunta de investigación y hago una valoración del nivel de logro de los propósitos que me planteé en este estudio. Además, doy a conocer los principales hallazgos que obtuve respecto al autoconocimiento, y defino los aportes que pude integrar al campo de la pedagogía con mi investigación.

El octavo apartado y último lo conforma la visión prospectiva. En este apartado doy a conocer las áreas de oportunidad que aún tengo y lo que vislumbro hacer después de esta investigación. Además, doy a conocer las acciones que pretendo realizar a futuro con base en mi investigación, como una oportunidad para seguir con mi profesionalización docente.

Cabe resaltar querido/a lector/a que el proceso para la construcción de mi portafolio temático fue arduo y sistemático, En este trayecto fui enfrentando un sinnúmero de obstáculos, desde el diseño de mis situaciones de aprendizaje, hasta tener la madurez necesaria para reconstruir mi práctica, porque no es nada fácil abrir las puertas del aula para que otras personas observen mi actuar. Sin embargo, es muy reconfortante reconocer la mejora de mi actuar en el aula y todo esto no fue solo gracias a mí, sino al apoyo de mi tutora y mi equipo de cotutoría que siempre estuvieron para levantarme cuando sentía que no podía más y para brindarme siempre palabras de aliento que me ayudaron a seguir con mi investigación.

## 2. HISTORIA DE VIDA

La historia de vida es una herramienta metodológica que permite recoger el testimonio de la experiencia vital de los profesores, por un lado, para mostrar los acontecimientos que han marcado un hito en su vida personal y profesional, y, por otro, las valoraciones que hacen de su propia existencia, ya que el conocimiento de la trayectoria social comienza necesariamente con las valoraciones acerca de la importancia de su evolución (Anguera y Elder, citados en López, 2010)

En este apartado doy a conocer mi historia de vida, y cuáles fueron algunos de los acontecimientos y experiencias que influyeron en mí, para que yo pudiera ser la docente que soy, y es que como menciona Singh (2004), en la metáfora del árbol:

Una diminuta semilla lleva en su corazón un potente roble, que puede desarrollarse en toda su plenitud con alimento y protección adecuados. [...] Con el tiempo el árbol crece hasta alcanzar completa madurez, proporcionando sombra y abrigo a los caminantes y llegando a ser para otros una fuente de ayuda e inspiración (p.139).

Como señala la metáfora del árbol, todos podemos llegar a ser fuente de ayuda e inspiración, aún más estando inmersos en el ámbito de la docencia, por ser formadores de vida y carácter, y por tener en nuestras manos la admirable tarea de inspirar a los educandos.

En este apartado doy a conocer mi historia de vida, y cuáles fueron algunos de los acontecimientos y experiencias que influyeron en mí para que yo pudiera ser la docente que soy, y es que como menciona Singh (2004), en la metáfora del árbol:

El hombre y los grupos sociales construyen una historia con su existencia a través del tiempo. El estudio, el análisis y la explicación de los acontecimientos o procesos que una sociedad protagonizó en el pasado permiten comprenderlo. Esto es fundamental para entender el presente y para actuar sobre el futuro (Simpson, 2010, p.15).



En este apartado expongo mi historia de vida personal y escolar y profesional, donde manifiesto algunas experiencias positivas y negativas que me llevaron a ser la persona, hija, compañera, amiga y docente que hoy en día soy.

## **2.1 Mis primeros años de vida**

Mi nombre es Jannet Guadalupe Espinoza Hernández, tengo 26 años, soy la hija menor de mis padres: Ma. Guadalupe Hernández Valencia e Hipólito Espinoza Arriaga, quienes se conocieron en el año de 1979, mientras mi madre cursaba la secundaria en la ciudad de San Luis Potosí y mi padre cursaba la preparatoria. Él se desempeñó toda su vida laborando desde muy joven, siendo agricultor en Villa de Arista, San Luis Potosí.

Mis padres se casaron y vivieron sus primeros años de matrimonio en un rancho llamado “San José de Guadalupe” perteneciente al municipio de Moctezuma, donde concibieron a mis dos hermanos, el mayor Edgar Hipólito Espinoza Hernández y tres años más tarde al mediano, Oscar Arcadio Espinoza Hernández. Posteriormente, cuando estaban a la espera de mi llegada, mis papás decidieron mudarse a la comunidad de Villa de Arista, porque no querían que yo creciera en el rancho.

Años después ingresé al preescolar, fue una experiencia muy agradable, estuve en el Jardín de Niños “Francisco I. Madero”, en la comunidad de Villa de Arista, S.L.P. Durante estos años, recuerdo a una docente que se mostraba siempre afectiva, paciente y dinámica hacia los demás, ella se llamaba Esperanza, la cual fue mi inspiración para ser educadora, porque cuando yo la veía me visualizaba algún día en llegar a ser como ella. Además, aún recuerdo numerosas actividades en el Jardín de Niños, como los maratones, ferias de matemáticas e incluso el campamento final en donde ella se encargó de brindarme la confianza y seguridad de quedarme a dormir en el Jardín de Niños, y fue aquí donde comenzó mi gusto por la docencia.

Considero que mi paso por el preescolar fue una etapa fundamental para que yo generara ese gusto por la docencia, porque tuve el apoyo incondicional de mis padres y, sobre todo, mi madre, al dedicarse al hogar, le permitía estar totalmente atenta a mi

cuidado. Su paciencia, compromiso y todo el amor con el que me enseñó la maestra Esperanza, porque hasta ahora muchos de los valores que tengo y hábitos en que destaco son gracias a su apoyo y la manera en que me enseñó.

Posteriormente, inicié mi educación primaria. Esta etapa fue un episodio de muchos cambios en mi vida, ya que mi mamá entró a trabajar porque estábamos pasando por una situación económica complicada, esto hizo que no estuviera mucho tiempo conmigo y que fuera más complicado para mí este proceso.

En cuanto a la educación primaria se refiere, mis padres decidieron inscribirme en la escuela federal “Emiliano Zapata”, en Villa de Arista. Los primeros años fueron para mí una etapa difícil de adaptación, debido a que me costó mucho trabajo integrarme a mis compañeros y maestros. Fueron demasiados los cambios, debido a la situación económica de mi familia. El cursar los próximos años de primaria fueron complicados, pero entendí que no era porque mi mamá no me quisiera, sino por lo contrario, porque me quería, tenía que trabajar para sacarnos adelante.

## **2.2 Mi adolescencia**

“Trata de descubrir quiénes son, lo que existe alrededor y hacia dónde van en la vida. A los adolescentes se les debe permitir explorar diversos caminos para lograr una identidad sana”. (Erikson, como se citó en Santrock, 2006. p.71). Dentro de la etapa de la adolescencia, como lo menciona el autor, tuve la oportunidad de explorar diversos caminos. Mi educación secundaria fue en la “Secundaria Técnica No. 30”, debido a que era la única que había en el municipio. En la secundaria las actividades eran variadas, motivadoras y en lo personal considero que, como todo, había docentes que tenían una gran experiencia y conocimiento del nivel y otros que mostraban poco compromiso, pero como siempre me lo inculcaron mis padres, no era la responsabilidad del maestro, sino la mía lo que correspondía al aprendizaje.

Es importante destacar que en toda mi educación nunca tuve una llamada de atención por conducta, actos violentos, reportes, etc., por lo contrario, considero que en esta

etapa fui más reservada, tímida e insegura, tenía pocos amigos, que hasta la fecha aún frecuente. El estar en diferentes instituciones, además de dejarme un gusto e inspiración por la docencia, me dejó un alto grado de conocimiento en los primeros años de formación, resaltando valores en mí como el compañerismo, tolerancia, amor, amistad, responsabilidad y equidad. El valor de equidad, sobre todo de género, en mi familia, es muy valorado, debido a que vemos “normal” que tanto mis hermanos, mis papás y yo apoyemos en todo tipo de quehaceres domésticos independientemente del sexo, esto porque mi mamá siempre nos trató a todos como iguales con derechos y obligaciones.

Otra etapa muy importante, y que marcó mi vida, fue la elección de la preparatoria donde estudiaría ya que decidí salir de mi municipio e irme a estudiar a San Luis Potosí, en el Instituto Particular “Gabriel Aguirre”, lo cual fue un cambio radical, ya que dejé a mi familia y me fui a vivir a un internado, en el que me quedaba toda la semana y sólo salía el fin de semana para ver a mi familia. Fue una etapa muy difícil en la parte emocional, porque tuve que alejarme de mis papás, de los cuales nunca me había separado, así como dejar mi casa y mis cosas para continuar con mi trayecto de formación. Fue también una etapa de muchos aprendizajes, ya que valoré todo lo que tenía en casa y le aprendí a dar sentido, a disfrutar de los pequeños o grandes momentos que compartía con mi familia.

De acuerdo con la autora Simpson (2010):

A través de un proceso interactivo que se logra durante el desarrollo, el sujeto construye con la cultura y la historia del ambiente al que pertenece una identificación cultural. Con esta identidad cultural incorpora costumbres, valores, lenguajes danzas, etc. Que se transforman en inherentes al individuo y al grupo, y le otorgan un sentido de pertenencia y mismidad que le permite afrontar y elaborar las culturas ajenas, invasoras o no. (p.15).

Hasta ahora, como menciona la autora, en esta etapa del desarrollo me he enfrentado a situaciones que me han permitido lograr la identificación cultural; sin embargo, al

verme incluida en un nuevo contexto con otras costumbres, formas de pensar, me ayudó a realmente darme cuenta de “mi vocación”, porque en el instituto que estudié la preparatoria por la tarde, estudiaban las licenciaturas para preescolar y primaria y, como yo vivía en el internado, conviví con compañeras que estudiaban para maestras, esto hizo crecer mis ganas por ser docente.

### **2.3 Quiero ser educadora**

Decidí presentar examen para la Licenciatura en Educación Preescolar, en la Normal Particular Incorporada “Gabriel Aguirre”, donde quedé en las listas de aceptados y continué con mis estudios. En esta etapa tuve gran apoyo de maestros que me ayudaron a crecer como persona y también en el ámbito profesional, porque me fui formando de la mejor manera y apropiándome de aprendizajes y valores que me ayudaron a ser cada día mejor.

Mis primeros acercamientos a grupos fueron algo que me marcó, porque lo que observaba no era nada parecido con lo que yo me imaginaba que era estar en un salón dando clases, porque yo me imaginaba que era jugar con los niños, cantar, enseñarles, y que todo el tiempo estuvieran poniendo atención y estuvieran interesados en lo que la docente les planteaba. Toda esa percepción cambió cuando asistí a las observaciones de los Jardines de Niños. Ahí me di cuenta de que eran mundos muy distintos, que en el aula había diversas problemáticas, que había niños que lloraban todo el tiempo, que pegaban, otros que no hablaban y que la docente debería de ayudarlos para mejorar.

El año de mi servicio fue bajo la asesoría de la maestra Myriam Ortiz de la cual aprendí un sin fin de cosas, porque era una maestra entregada a su trabajo, siempre buscaba la manera de que las actividades que presentara a sus niños fueran las mejores y de su agrado. Ella fue una de mis más grandes motivaciones para ser cada día mejor.

Como estudiante de la maestría tuve la oportunidad de reflexionar sobre la formación de la Licenciatura y considero que es poca la importancia que se le brinda al estudio

de las habilidades socioemocionales, sobre todo al autoconocimiento desde edades tempranas. Educar a los alumnos en su reconocimiento para que en un futuro puedan tomar decisiones llevar a cabo acuerdos en situaciones adversas o de oportunidad para afrontar diferentes puntos de vista, siempre defendiendo el suyo.

Al elegir ser docente, siempre tuve gusto e interés por la indagación, estudio y práctica en temas de convivencia y problemas de conducta, por lo que desde que conformé mi tesis para la obtención de grado de Licenciatura elegí el tema de la conducta en preescolar; sin embargo, el estudio fue menor por las pocas oportunidades que tenía de intervención con el grupo como practicante.

Considero que, desde mis primeros años hasta la actualidad, me he interesado por seguir aprendiendo cosas nuevas. Para mí no existe algún grado que marque la finalización de mis estudios, por lo que cada que me encontraba frente a una prueba de cualquier índole o examen, trataba de prepararme lo mejor posible. Y ahora que me encuentro frente a grupo soy consciente de la responsabilidad que tengo en mis manos de prepararme y actualizarme continuamente para siempre brindar lo mejor de mí a mis alumnos.

## **2.4 Historia profesional**

Al elegir ser docente, siempre tuve gusto e interés por la indagación, estudio y práctica en temas de convivencia y problemas de conducta, por lo que desde que conformé mi tesis para la obtención de grado de Licenciatura elegí el tema de la conducta en preescolar; sin embargo, el estudio fue menor por las pocas oportunidades que tenía de intervención con el grupo como practicante.

De acuerdo con Freire (citado por López, 2010):

Por lo general, cuando se interroga a alguien sobre su preparación profesional, el interrogado al responder tiende a comenzar por enumerar las actividades escolares, resaltando su formación académica, su tiempo de experiencia en la profesión. Difícilmente se toma en consideración, por no rigurosa, la experiencia

existencial mayor. La influencia a veces casi imperceptible, que recibimos de tal o cual persona con que convivimos, o de tal o cual profesor o profesora, a quien jamás le faltó coherencia, así como de la competencia juiciosa de personas humildes y serias (p.2).

En muchas de las circunstancias, no sabemos contestar de la mejor manera sobre nuestra profesión y no porque no sepa sobre ella, sino porque la docencia ha sido tan desvalorizada que ha perdido su valor ante la sociedad y, en muchas ocasiones, evitamos hablar de ella por miedo a ser criticados.

Una forma de hacer ver la importancia de nuestro trabajo es investigar a los buenos profesores puesto que sus prácticas y las teorías que manejan pueden revitalizar los planes y programas de la formación inicial de profesores y la formación permanente y de esta manera darle un nuevo significado a la docencia y poder entregar información relevante y pertinente a los profesores de aula para la reflexión personal y la toma de conciencia sobre el rol profesional.

La identidad profesional es un proceso evolutivo de construcción y reconstrucción, que se conforma a través de las experiencias durante la vida laboral, considero que mi identidad como docente es una mezcla entre experiencias de mi vida personal y laboral. De esta forma puedo interpretar que “como soy” es el resultado de mis experiencias, por lo tanto, admito que mi identidad de educadora es sustantiva y lo sustento con lo que menciona Bernal, et. al, (citado por Argos, 2013) “Como la vocación o el compromiso que va tomando forma con el paso del tiempo y sin la cual será difícil superar las situaciones tan difíciles que, a veces, plantea la docencia” (p.30). El fenómeno de la identidad profesional se concibe como un proceso, el cual se va conformando a través de nuestras experiencias personales y profesionales en las aulas.

Por ejemplo, en mi caso, a los dos meses de haberme graduado comencé a trabajar satisfactoriamente en Soledad de Graciano Sánchez, en un jardín particular. Posteriormente me incorporé a una comunidad de Villa de Arriaga, llamada San Luis

Gonzaga, de bajos recursos. Allí me enfrenté a un sin fin de experiencias que me hicieron madurar, como el hecho de trabajar sin material, de pedir raite para llegar a dar clases, fueron circunstancias que me marcaron.

Enfrentar diversas circunstancias me llevó a adaptarme a las diferentes culturas que tenían los Jardines en los que estuve. Puedo deducir que no cambiaría nada de ello, porque me hizo crecer, madurar, humanizarme y sensibilizarme al ver otras necesidades e intereses de mis alumnos, compañeros de trabajo y algunas otras en las que tuve el honor de poder apoyar a la comunidad, como solicitar ayuda a la presidencia municipal, debido a la facilidad de redacción además de otorgar a las personas de la comunidad algunos consejos para hacer peticiones de recursos a gobierno, mediante el diálogo.

Después trabajé medio ciclo en el Jardín de Niños “Simón Bolívar”, ubicado en la Av. San José de Gálvez, en San Luis Potosí. Mi estancia en ese Jardín de Niños fue muy grata y llena de aprendizajes, ya que todas las docentes tenían más de 25 años de servicio lo que me sirvió para adquirir experiencia de ellas, porque eran maestras muy capaces y dedicadas a su labor.

Posteriormente fui reubicada en el Jardín de Niños “Niño Artillero”, en la comunidad de Alberto Carrera Torre, en el municipio de Villa de Reyes. Ahí estuve un ciclo escolar completo, trabajando cómo maestras con pocos años de servicio, pero con una gran vocación lo cual hizo que realizáramos un excelente trabajo, en este Jardín de Niños me llene de nuevas experiencias y pude aprender muchísimo de las demás maestras.

Al siguiente ciclo escolar me reubicaron al Jardín de Niños “Ignacio Manuel Altamirano”, en la comunidad de Las Rusias, perteneciente al mismo municipio de Villa de Reyes. Ahí laboré un ciclo escolar trabajando como maestra unitaria, atendiendo los tres grados. En esta etapa de mi vida me llené de grandes aprendizajes, porque tuve el cargo de la dirección y esto me ayudó a conocer más el área administrativa, pero también pude gestionar ayudas para mejorar la infraestructura del Jardín de Niños.

Actualmente me encuentro laborando en la comunidad del Pozo de Guardarraya, en el municipio de Villa de Arista. Atendiendo al grupo de primero y segundo grado de preescolar. De igual manera, estoy haciendo realidad una de mis metas más grandes personal y profesionalmente cursando la Maestría en Educación Preescolar en la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado. Durante esta etapa profesional en la que me encuentro trabajando me doy cuenta de otras cuestiones del sistema educativo y de mi actuar docente que al haber continuado estudiando sin trabajar me hubiera sido muy difícil detectar.

Los ciclos de vida profesional del docente no necesariamente refieren una serie de pasos sistemáticos por los que todos tienen que pasar, como menciona Huberman (citado por Torres, 2005), la existencia de un ciclo profesional de la carrera de los docentes, que muestran características particulares, y que dan origen a establecer los modelos siguientes:

**Tabla 1. Ciclos de vida profesional del docente**

Ciclo profesional de la carrera de los maestros.
La introducción en la carrera.
La fase de estabilización.
Experimentación y diversificación.
Nueva evaluación (revaloración).
Serenidad y distanciamiento en las relaciones.
Conservadurismo y quejas.

Fuente: Huberman (citado por Torres, 2005, p.238).

De acuerdo con la tabla anterior yo me ubico en la fase de Experimentación y diversificación. En esta etapa, los profesores abordan una serie de experimentos personales y diversifican materiales de enseñanza, formas de evaluación, manejo de grupos, organización de actividades, etc.; ya que en este momento de mi vida y con la influencia que ha tenido la maestría lo que quiero es que mis prácticas causen un



impacto en el aula, y para ello busco la manera de conocer los factores que bloquean mi objetivo.

Reconozco que a pesar de que los conocimientos que adquirí en mi preparación académica fueron excelentes, nunca son suficientes para resolver cada situación de conflicto, y es por ello por lo que decidí documentarme con la maestría y gracias a eso estoy en este proceso donde quiero cada día ser mejor en el ámbito profesional y llevarlo a la práctica para ir cursando a las siguientes etapas.

Considero que he logrado ir encontrando áreas de oportunidad que me hacen mejorar mi práctica, y todo esto gracias a que decidí estudiar esta maestría, la cual identifico que es una parte fundamental, que me ayuda a indagar mi práctica y, sobre todo, la docente que soy.

Sobre mi identidad docente me considero una maestra preocupada por atender los intereses y necesidades de mis alumnos, las inquietudes y, sobre todo, propiciar constantemente las dudas e indagación que de alguna manera se puedan resolver mediante métodos de investigación en diversas fuentes, esto porque en lo personal mis mayores aprendizajes me los ha dejado una duda y no una razón.

Considero que, para poder apoyar a mis alumnos, requiero identificar mis propias necesidades y de esta manera pueda ayudar a mis estudiantes a identificar las suyas. Un maestro capaz de reflexionar de manera permanente sobre su sentido personal toma conciencia y esto le permite a comprender a los niños en el plano de sus vivencias para brindarles la orientación adecuada y desarrollar un sentido de vida.

Es por lo que me considero un docente que quiere mejorar en su profesionalización docente y en sus competencias profesionales, para así poder mejorar la calidad de la educación que les brindo a mis alumnos día con día en el aula, pero además mejorar no solo en el ámbito laboral si no personal.

Si logro todo lo anterior llegaré a ser una docente capaz de enfrentar cualquier situación que se le presente en su práctica educativa, una docente capaz de innovar

constantemente para el logro de los aprendizajes en los alumnos y seguir siendo una docente actualizada, que busque el bienestar de sus alumnos.

### **3. FILOSOFÍA DOCENTE**

Hablar de la filosofía de un docente no es una tarea fácil, ya que, para lograrlo, éste debe ser capaz de interiorizarla en su actuar, en la forma de atender diferentes circunstancias y después de esto poder crear nuevas concepciones de su quehacer. La filosofía de enseñanza es la forma de pensar de cada docente que lo lleva a ejecutar acciones, expresar pensamientos y a declarar sus propias creencias, que se han ido formando a través de la experiencia y la participación de diversas personas, a lo largo de su vida.

La filosofía docente se basa en diversos conceptos que he cada docente ha ido construyendo sobre la enseñanza aprendizaje. Mis primeras concepciones sobre educación se construyeron en el acercamiento al aula. En las experiencias docentes iniciales trataba de alguna manera, imitar a mis profesores. La elaboración de mi portafolio temático me ayudó poco a poco a ir cambiando algunas concepciones y a reafirma otras. Estoy consciente de mi filosofía docente seguirá cambiando, evolucionando, lo cual me ayudará a mejorar en mi quehacer docente.

Mi filosofía docente que declaro en este apartado se ve reflejada en las concepciones sobre la enseñanza, el aprendizaje, la evaluación, los valores, la inclusión educativa, entre otros conceptos que integran el proceso educativo. Así como también las habilidades socioemocionales que he ido desarrollando a lo largo de mi vida.

#### **3.1 Mi concepción de la enseñanza**

La educación es un elemento fundamental en el desarrollo y formación de un individuo, es el medio que nos define como individuos, y lo reflejamos mediante nuestra personalidad, en la manera en que nos dirigimos a las personas y a nuestros alumnos. El ser educado es un privilegio que todos deberíamos de tener como personas y debe ser aprovechado porque es una herramienta muy poderosa para crecer como personas dentro de la sociedad.

Es por ello por lo que yo concibo la enseñanza, como el medio para que los alumnos aprendan algo nuevo y se llenen de conocimientos. Considero que mi papel es fundamental para que mis alumnos aprendan, yo soy el medio que les facilita el aprendizaje. Esto lo hago mediante la implementación de actividades innovadoras que presenten un reto a mis alumnos. Así como buscando diversas estrategias para que los niños se involucren en su propio aprendizaje y sean capaces de explorar e indagar.

Mi función como docente no es llenar a mis alumnos de temas o conocimientos, si no de guiarlos para que sean ellos quienes vayan descubriendo sus propios aprendizajes. Ser solo un mediador entre ellos y el aprendizaje, porque ahora no se trata de quién sabe más, sino de las habilidades que mis alumnos logren desarrollar.

Hablar de enseñanza no sólo se refiere a la acción de un docente hacia sus alumnos, sino que también, en muchas ocasiones, son los alumnos los que enseñan a los docentes, de formas distintas o indirectas. Entonces yo puedo definir la enseñanza como las acciones que se manifiestan cuando compartimos diversas experiencias, habilidades y estrategias con un grupo de personas para aprender de ellas.

Para enseñar se requiere de una buena actitud, de paciencia, y el compromiso de indagar para mejorar la enseñanza que les brindaremos a nuestros alumnos para que logren aprender. Para enseñar requiero adaptarme a las diferentes formas de pensar de mis alumnos, encontrar las estrategias para ganarme su confianza y lograr establecer una conexión de empatía, a fin de que sean ellos quienes decidan continuar aprendiendo, y asistan a la escuela para compartir sus aprendizajes.

### **3. 2 Mí concepción del aprendizaje**

Yo concibo el aprendizaje como las habilidades que los alumnos van desarrollando a lo largo de su vida, pero que es fundamental que en el preescolar se forjen las primeras bases con buenos cimientos para que sean ellos capaces de que ese aprendizaje vaya aumentando a lo largo de su vida. Los estudiantes aprenden mejor cuando se les brinda espacios cómodos y se les da la libertad de elegir lo que quieren aprender y

quizá, cómo podrían aprenderlo, porque, si son ellos los que despiertan el interés por aprender, será más fácil guiarlos.

Los alumnos aprenden mejor cuando socializan entre pares, ya que entre iguales suelen aprender unos de otros y apoyarse para lograr metas en común. Aunque en la edad preescolar los alumnos aun no logran autorregularse del todo, es un medio para que poco a poco lo vayan logrando, ya que van adquiriendo confianza y seguridad con los que los rodean, compañeros y docentes.

La educación preescolar es el espacio en donde se les brinda a los niños la oportunidad de indagar, explorar y descubrir el mundo que los rodea y esto les va permitiendo ser parte de un nuevo ambiente de convivencia y socialización, distinto al de su casa. El Jardín de Niños es el inicio de un ciclo de estudios, es donde los pequeños construyen los pilares de su desarrollo académico, ya que en este espacio se promueve el desarrollo de capacidades de pensamiento y se favorece la construcción de aprendizajes de forma integral.

El docente debe motivar a los alumnos a aprender. Para esto, requiere diseñar actividades novedosas y que planteen un reto a nuestros estudiantes, a fin de que ellos desarrollen su pensamiento crítico reflexivo y busquen solucionar cualquier conflicto al que se enfrenten a lo largo de su vida.

El aprendizaje es un proceso que se hace presente de una forma u otra en todos los seres humanos y da la posibilidad de que modifiquemos nuestros conocimientos, creencias y aptitudes a través de diversas habilidades como la reflexión y el razonamiento, e incluso, también a través de la propia experiencia. Es decir, el aprendizaje no necesariamente se construye en las aulas, también lo podemos aprender en cualquier lugar y en cualquier circunstancia, siempre y cuando tengamos la disposición para hacerlo y la capacidad de interpretarlo.

### **3.3 Ambiente de aprendizaje inclusivo**

Los alumnos en esta edad tienen características específicas por la edad con que cuentan y las experiencias que han vivido. Por esto los describo como personas curiosas, que les gusta estar explorando e indagando constantemente sobre lo que los rodea. A pesar de su corta edad cuentan con grandes conocimientos e incluso pueden lograr argumentar sus puntos de vista. Sin embargo, aunque cuentan con muchos conocimientos, nuestra sociedad está en constante cambio y las familias también. Es por esto, que muchos de nuestros niños no cuentan con los valores suficientes para la convivencia y la vida en sociedad.

Por todos estos cambios que presentan nuestros alumnos, yo considero que un ambiente de aprendizaje inclusivo es el espacio, donde nuestros niños se sientan seguros y cómodos para aprender. Es el lugar donde se les incluye a todos sin importar circunstancias, ya sean físicas o sociales.

### **3.4 Mis objetivos de enseñanza**

Mis objetivos de enseñanza con mis alumnos es brindarles la oportunidad de poner en práctica sus saberes previos en diversas circunstancias para que estos evolucionen o se modifiquen. En el caso de los alumnos de escasos conocimientos previos mi objetivo es generar las condiciones y el ambiente necesario para que logren incorporar a sus estructuras mentales los nuevos conocimientos a través de un proceso de construcción significativa.

Pretendo que mis alumnos sean capaces de desarrollar las competencias, en cualquier ámbito en el que se desenvuelvan. Además, que sean personas capaces de brindar su apoyo a los compañeros que lo necesiten y logren y sentir empatía con las personas que los rodean, así como logren resolver cualquier tipo de conflicto que se les presente en su vida cotidiana, para poder convivir en sociedad de manera armónica.

En particular y referente a mi problema de estudio mi objetivo es que comiencen a conocerse, porque esto los ayudará a reconocerse como parte de una sociedad, en la

cual podrán tomar decisiones para su bienestar. El autoconocimiento no se enseña, porque es un proceso que se va dando a lo largo de toda la vida. Se puede ir desarrollando de manera que los niños identifiquen diversas situaciones en las que tienen que estar en calma, así como lo que les gusta o disgusta. De igual manera que logren reconocer sus emociones y las autorregulen para una mejor integración en la sociedad.

Si logro que mis alumnos comiencen su autoconocimiento, podré influir también en su aprendizaje, no sólo emocional sino cognitivo, ya que serán más autónomos y capaces de expresarse. Esto hará que sus aprendizajes se vayan dando de manera permanente.

Un docente ideal es aquel que se da el tiempo de conocer a sus alumnos, que se preocupa por el bienestar de ellos, que pone todo su esfuerzo profesional para lograr guiarlos al conocimiento y que lo vayan construyendo de manera significativa para que éste se vuelva permanente, y los pueda ayudar a enfrentar los problemas que se les presenten a lo largo de su vida cotidiana.

### **3.5 Mi concepción de evaluación del aprendizaje**

Considero que mi intervención en cuanto a la evaluación no es la adecuada, ya que en lo personal aún me falta mejorar en cuanto a la forma de llevarla a cabo con mis alumnos porque en muchas ocasiones sólo lo veo como un mero requisito y no le brindo la importancia que merece. Debo buscar diversas estrategias de evaluación que me permitan tener resultados auténticos del logro de los aprendizajes en mis alumnos.

Para mí la evaluación es el medio que da cuenta si los alumnos están aprendiendo o no, y se debe de realizar en cada situación de aprendizaje. Para esto, cada docente es responsable de elegir el instrumento que considere adecuado para lograr obtener información real del aprendizaje de sus alumnos.

### **3.6 Relación entre mis concepciones y mis acciones en el aula**

En muchas de las ocasiones evalué a los alumnos mediante la observación y notas de clase. Para esto me baso en analizar lo que los alumnos no podían hacer y que ahora ya lo han logrado llevar a cabo, no sólo en conocimientos empíricos sino en el desarrollo de diversas habilidades. Quizá aún me falta mejorar en el diseño de instrumentos de evaluación y en darle la importancia que ésta tiene en la medición del aprendizaje de los alumnos.

Por todo esto, considero que no ha sido fácil formarme una filosofía docente, ya que ha sido una lucha constante el conformar mi idea de enseñanza y aprendizaje, contra cómo yo fui educada. Admito que en muchas ocasiones consideraba que el docente debe ser estricto, mantener callados a los alumnos, que todo el tiempo estuvieran trabajando, sentados en sus lugares, pero ahora con las experiencias que he ido teniendo a lo largo de mi labor docente, he ido transformando mis concepciones.

En muchas ocasiones no les daba la libertad a mis alumnos de que exploraran, por tener una práctica mecanizada, pero al pasar del tiempo y las experiencias que he ido adquiriendo, me doy cuenta de que no influye la organización que tomen mis alumnos durante el trabajo, no importa si en ocasiones se paran, platican e incluso juegan, pues todos aprenden de manera diferente y para algunos el movimiento es necesario durante su proceso de aprendizaje. Para otros, hablar y escuchar a los demás los brinda de aprendizajes.



## 4. CONTEXTO ESCOLAR

En este apartado describo el contexto del Jardín donde laboro, con la finalidad de generar una idea más cercana al ambiente de trabajo que rodea tanto a mis alumnos, como el contexto en el que me desenvuelvo como docente, y de esta manera lograr una mejor comprensión sobre la cultura, tradiciones, valores, situación socioeconómica que enmarca la institución, así como la relación del contexto interno y externo con mi temática de estudio.

De acuerdo con el Nuevo Modelo Educativo Aprendizajes Clave:

La cultura escolar es las prácticas y convicciones sobre los modos de vida y los sistemas de valores presentes en el ámbito escolar. Abarcan las formas de organizar a las comunidades escolares y las funciones que conciernen a cada actor en relación con otros y en relación con el currículo mismo. Sin embargo, estas relaciones no son estáticas: dan lugar a la reflexión y a la búsqueda de nuevas significaciones (SEP, 2017, p.353).

Por todo esto considero que el autoconocimiento es parte de esta cultura escolar, porque si los alumnos logran reconocerse y autorregularse en diversos espacios y con el resto de las personas que lo rodean se logrará un aprendizaje adecuado. Como menciona el programa de Aprendizajes Clave para Preescolar:

En estos espacios se pone especial atención en promover relaciones de convivencia que fortalezcan el autoconocimiento para comprender el entorno en el que se desenvuelven, interactuar con empatía en grupos heterogéneos, resolver conflictos de manera asertiva y establecer vínculos positivos con el mundo. De esta manera, se pretende que los estudiantes sean capaces de afrontar los retos que plantea la sociedad actual, desarrollen un sentido de

pertenencia a diversos grupos y valoren la diversidad cultural (SEP, 2017, p.277).

Según Elías (2015) los elementos que conforman la cultura son la construcción de tipologías que catalogan las culturas escolares de acuerdo con la posesión de ciertos rasgos y que organiza los elementos culturales en diversos niveles, según su grado de accesibilidad y visibilidad. De esta manera se favorece el propósito de la educación preescolar:

El reconocimiento de la diversidad social, lingüística y cultural que existe en nuestro país, así como de las características individuales de los niños, son el fundamento para establecer los propósitos de la educación preescolar cuyo logro será posible mediante la intervención sistemática de la educadora. (SEP, 2017, p.157)

#### **4.1 Contexto externo**

##### **4.1.1 Ubicación geográfica**

El plantel escolar en el cual laboro actualmente es el Jardín de Niños: “Librado Rivera”, ubicado en calle Miguel Hidalgo s/n, en la localidad el Pozo, en el municipio de Villa de Arista, San Luis Potosí.

*Tabla 2. Información de la localidad*

Clave INEGI	240560022
Clave de la entidad	24
Nombre de la Entidad	San Luis Potosí
Clave del municipio	056
Nombre del Municipio	Villa de Arista
Grado de marginación municipal 2010	Medio

Clave de la localidad	0022					
Nombre de la localidad	El Pozo					
Estatus al mes de octubre 2015	Activa					
Año	2005			2010		
Datos demográficos	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres	Total
Total, de población en la localidad	208	187	395	272	225	497
Viviendas particulares habitadas	78			108		
Grado de marginación de la localidad	Alto			Alto		
Grado de rezago social localidad	3 medio			Medio		

Fuente: INEGI (2009)

La localidad “El Pozo” está situada en el Municipio de Villa de Arista (en el Estado de San Luis Potosí). Tiene 497 habitantes, ocupa la posición número 7 en el número de población de todo el municipio. El Pozo está a 1600 metros de altitud. Se encuentra a 74.4 kilómetros en dirección Sur de la localidad de Villa de Arista, que es la que más habitantes tiene dentro del municipio.

El Jardín de Niños se localiza a una cuadra de la carretera principal y cuenta con una matrícula de 33 alumnos, es el único preescolar de la comunidad. Funciona en turno matutino con horario de 9:00 A.M. a 12:00 P.M. Para los alumnos y media hora más temprano y posterior al horario para las docentes. Es un preescolar público perteneciente al sistema federal.

#### **4.1.2 Servicios y tipos de habitantes en la comunidad.**

En la localidad hay 272 hombres y 225 mujeres. Del total de la población, el 3,02% proviene de fuera del Estado de San Luis Potosí. El 13,28% de la población es

analfabeta (el 13,97% de los hombres y el 12,44% de las mujeres). El grado de escolaridad es del 4.47 (3.89 en hombres y 5.11 en mujeres).

En el Pozo hay 126 viviendas. De ellas, el 91,67% cuentan con electricidad, el 0,00% no tiene agua entubada, el 81,48% tiene excusado o sanitario, el 38,89% radio, el 62,96% televisión, el 28,70% refrigerador, el 22,22% lavadora, el 25,93% automóvil, el 0,93% una computadora personal, el 2,78% teléfono fijo, el 16,67% teléfono celular, y el 0,93% Internet.

La comunidad se identifica como una comunidad con creencias católicas muy arraigadas que impactan de forma directa en las tradiciones y festividades que se realizan a lo largo del año, así como las peregrinaciones, visitas a santuarios y/o templos. También tienen como tradición, la visita de la “Virgen María” que es la imagen que llevan a todas las casas de la comunidad y toda la gente va cada día a la casa correspondiente a rezar.

Es una comunidad en donde los padres de familia se muestran participativos para los que ellos consideran autoridades como son los sacerdotes que van a darles misa y catecismo a los niños, las enfermeras o doctores que puedan llegar a su centro de salud, y los maestros de las diferentes instituciones educativas de la comunidad, primaria, secundaria y preescolar.

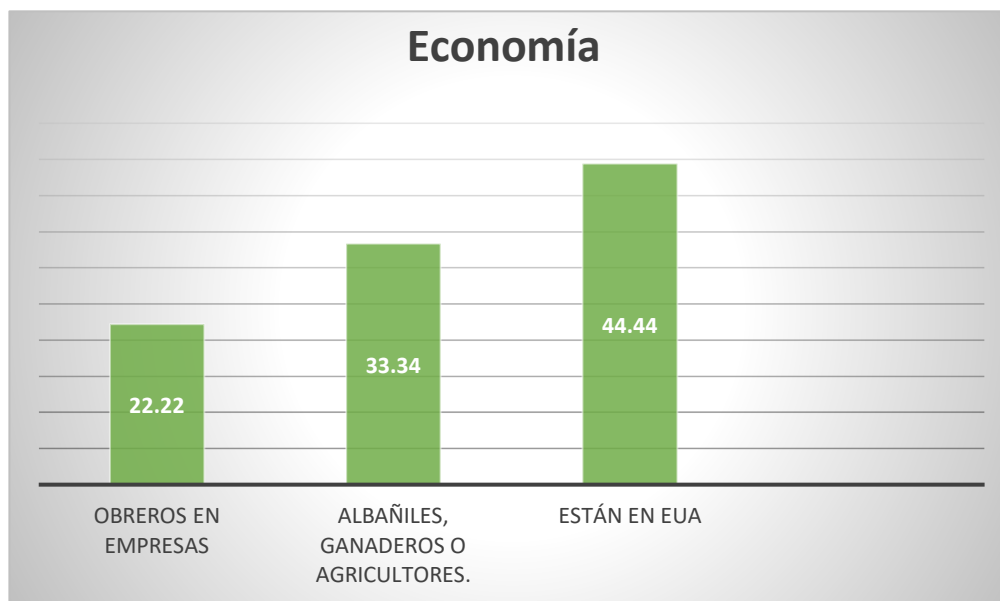
#### **4.1.3 Situación socioeconómica de la comunidad**

En cuanto a la situación económica de la comunidad, todos los padres de familia son económicamente activos, se dedican a la ganadería y la agricultura en su mayoría, aunque en los últimos años, después de terminar la secundaria, los hombres emigran a Estados Unidos de América para trabajar y mandar dinero, en algunos casos se juntan con alguna joven y forman una familia que no constituyen ante la ley. Considero que estas cuestiones familiares influyen en los niños en su desarrollo emocional, porque la mayor parte del tiempo la pasan con la mamá o abuelitos. Además de que la figura paterna considero que proporciona estabilidad en el área personal y familiar,

y que tanto la madre como el padre se complementan y contribuyen en la socialización y el desarrollo del niño.

El 22.22% de los padres de familia son empleados de diversas empresas o dependencias particulares o de gobierno, el 33.34% son albañiles, ganaderos o agricultores, y el 44.44% migraron a Estados Unidos. En cuanto a las mamás, todas son amas de casa, por lo que el nivel socioeconómico de la mayoría es medio o bajo. Y esto puede influir en las habilidades socioemocionales de los alumnos porque están inmersos en un núcleo familiar en el que solo conviven con mamá o sus abuelos.

*Figura 1. Economía de la Población*



Fuente: Elaboración propia

En la comunidad la mayoría de las familias cuentan con vehículos para trasladarse y, por lo que se puede observar, la mayoría está en buen estado, ya que la mayor parte de los hombres se va para Estados Unidos y mandan los vehículos con los cuales se trasladan a la cabecera e incluso mencionan que también va a San Luis Potosí.

#### **4.1.4 Contexto interno**

El Jardín de Niños es de sostenimiento público. Se busca estimular a los alumnos para que sigan estudiando con el fin de promover la movilidad social. Para ello, el Jardín de Niños implementa diversas actividades con padres de familia en las cuales se les explica la importancia de asistir al preescolar y de seguir estudiando. También se realizan talleres con las madres de familia en los cuales se les enseña a elaborar algún producto, el cual puedan vender y así obtener recursos económicos. De igual manera, se busca la formación de competencias básicas que configuran el derecho a la educación y que le corresponden a todo ciudadano. Cada Institución en su conjunto, como comunidad educativa, elabora un Proyecto Educativo con Responsabilidad Social, con base en su Misión y Visión.

En el Jardín de Niños se da una educación de calidad, cumpliendo con la normalidad mínima y por ello se pretende que los alumnos logren los aprendizajes esperados y alcancen el perfil de egreso, para poder cursar la educación básica y de esta manera se conviertan en personas competentes que puedan enfrentarse a las adversidades de la vida.

En cuanto la infraestructura, el plantel cuenta con un terreno aproximado de 1520 m<sup>2</sup> rodeado por una malla, son tres aulas en buenas condiciones, dos canchas sin techado, dos baños y área de juegos (dos pares de columpios). También existe un área destinada como cancha de futbol y otra más delimitada por árboles, y llantas pintadas de colores. El mobiliario es suficiente para cada uno de los niños. Dentro de la biblioteca se cuenta con material didáctico adquirido por programas federales, como pantalla, bocina y un acervo bibliográfico de más de 100 libros.

Algunos de los materiales con los que cuenta el Jardín de Niños para potenciar el aprendizaje son: Impresos como libros, fotocopias, periódicos, documentos, tableros didácticos como la pizarra, manipulables como laminas, cartulinas, materiales de ensamble, material didáctico, computadora, cañón, bocina, imágenes fijas proyectables, como las diapositivas y fotografías.

Figura 2. Infraestructura del Jardín de Niños



Fuente: Archivos fotográficos personales

Para la evaluación del proceso de enseñanza y aprendizaje se toma en cuenta los conocimientos y actitudes de los alumnos, sus avances, no sólo en el ámbito cognitivo, sino también emocional. Con base en ellos, se diseñan estrategias que permitan mejorar y seguir avanzando en su proceso de aprendizaje y su evolución personal.

Considero que el enfoque de evaluación que se nos pide a nivel institucional va de la mano con mis concepciones con respecto a la evaluación, porque yo menciono en mi filosofía docente que la evaluación es la forma de ver si los alumnos realmente están aprendiendo y cuáles son las áreas de oportunidad.

Tabla 3. Organización del personal docente

Grado y Grupo	Responsable	Alumnos atendidos
1ºA y 2ºA	JANNET GUADALUPE ESPINOZA HERNÁNDEZ	17
3ºA DIRECTIVO	ODALYS PÉREZ ROCHA	13

Actualmente se atiende una población total de 30 alumnos organizados en dos grupos. Se brinda servicio según marca el calendario escolar los 190 días del año con turno matutino para los niños y niñas de 9:00 a.m. 12:00 p.m. y el personal docente. El horario laboral es de 8:30 am a 12.30 pm de lunes a viernes. Acudimos fuera de horario cuando se nos solicita a cursos de actualización que se nos llegan a proporcionar por parte de algunas instituciones como el DIF o CRIE, con la finalidad de proseguir nuestra preparación continua para atender a la diversidad educativa y dar cumplimiento a las necesidades de nuestros alumnos.

En la escuela hay un ambiente de trabajo armónico y estamos en constante comunicación para el logro de los aprendizajes de nuestros alumnos. Mi participación es activa para que el trabajo se realice de la mejor manera posible, siempre cumpliendo con el fin de una educación de calidad.

#### **4.1.5 Mi grupo**

El grupo de 1º y 2ºA está conformado por 13 alumnos, 9 niñas y 4 niños, de entre tres y cuatro años. La mayoría de los papás trabajan en EUA. por lo que sólo conviven la mayor parte del tiempo con la mamá. Esto hace que en la cultura escolar permeen determinadas tradiciones, como señalan Deal y Peterson (citados por Elías, 2015):

La cultura escolar está compuesta de reglas y tradiciones no escritas, normas y expectativas que permean todo: la manera en que gente actúa, cómo se visten, de qué hablan, si buscan o no ayuda en sus colegas y cómo se sienten los docentes acerca de su trabajo y de sus estudiantes (p.287).

Trabajar el autoconocimiento con mis alumnos como tema de investigación, fue fundamental en mi grupo porque no logran reconocerse y como la mayoría sólo vive con su mamá o abuelos, están un tanto consentidos y muestran la dificultad de reconocerse.

El grupo está conformado por niños de diversas características, por ejemplo, tengo alumnos muy serios que aún les cuesta trabajo expresarse, otros que son muy



participativos, alumnos que son muy sociables y otros un poco más reservados. Considero que yo como docente soy una persona que le gusta escuchar a sus alumnos sobre sus inquietudes, sus emociones, sus dudas, así como conocer sus intereses. Me gusta brindarles la confianza necesaria para que se expresen, sin perder de vista mi autoridad, les doy la confianza de acercarse a mí, pero siempre con respeto.

Como menciona el Programa de Preescolar Aprendizajes Clave (2017): “Un clima afectivo requiere que los alumnos perciban que su maestra es paciente, tolerante; que les presta atención, los apoya, alienta y estimula; que pueden contar con ella para estar seguros y resolver los conflictos que enfrentan” (p.160).

Mi grupo está compuesto en su mayoría por niñas, es un grupo muy participativo, respetuoso y sobre los padres de familia se muestran interesados por el aprendizaje de sus hijos y apoyan constantemente con lo que se les solicita. Cuenta con un clima afectivo y respetuoso. Los niños se muestran interesados por lo que le pasa el resto de sus compañeros, aunque aún muestran la necesidad de reconocerse.

## **5. CONTEXTO TEMÁTICO**

### **5.1 Justificación del tema de estudio**

Mi interés por el tema de estudio sobre el autoconocimiento es que los alumnos puedan gradualmente ir reconociendo lo que les gusta y disgusta, lo que pueden hacer con y sin ayuda, que reconozca sus emociones básicas y comience a autorregularlas, así como que logre reconocer cuando tiene que estar en calma, para que de esta manera puedan enfrentarse a los conflictos que se les presenten a lo largo de su vida. Considero que con apoyo de las unidades académica que cursé durante mi paso por la maestría, pude identificar la importancia de desarrollar las habilidades socioemocionales desde la edad preescolar y con apoyo principalmente de la unidad académica de indagación de los procesos educativos.

Es fundamental que los niños desarrollen sus habilidades socioemocionales, en particular su autoconocimiento, ya que será una parte fundamental en su forma de ver y afrontar la vida. Afirma Blanco (2014): “Nos conocemos mejor, nos relacionamos mejor” (p. 45). Si logramos un mayor conocimiento de nuestras emociones, seremos capaces de gestionarlas.

Además, menciona la misma autora:

Saber conocer y reconocer lo que sentimos es fundamental, en muchas ocasiones los alumnos no pueden reconocer sus sentimientos ni emociones porque no las conocen. Enseñarles a decir algo más que bien o mal es el primer paso, identificar en su cuerpo los cambios que se producen cuando se activan diferentes emociones es fundamental para que lo reconozcan y puedan intervenir (Blanco, 2014, p. 45)

Es por ello la importancia de trabajar desde la edad preescolar el reconocimiento de sus emociones con el fin de formar personas más seguras de sí mismas y lograr así su autoconocimiento, para que puedan ser capaces de enfrentarse a los problemas que se les presenten a lo largo de su vida cotidiana.

El autoconocimiento es muy importante porque, de acuerdo con Benett (2008): “éste nos conduce a conocernos globalmente y nos permite que podamos vivir mejor con nosotros mismos y con los demás, y que podamos alimentar nuestras propias capacidades y transformar los errores y fallos en triunfos” (p.9)

De acuerdo con lo que menciona el autor, considero que el autoconocimiento es muy importante y necesario desarrollarlo desde edades tempranas, para que de este modo los alumnos sean capaces de reconocerse y de reconocer lo que les gusta y disgusta. De igual manera, que puedan enfrentar diversas situaciones que se les presenten a lo largo de la vida.

Desde el nivel preescolar es fundamental que los niños desarrollen sus habilidades socioemocionales para que logren ser capaces de adaptarse a la sociedad y es que “Si somos capaces de tener la atención sobre lo que sucede en nuestro interior y de lo que sucede en el exterior, seremos capaces de avanzar decisivamente en el autoconocimiento” (Bennett, 2008, p.28)

Asimismo, resulta primordial fortalecer las habilidades socioemocionales que les permitan a los estudiantes ser felices, tener determinación, ser perseverante y resilientes, es decir, que puedan enfrentar y adaptarse a nuevas situaciones, y ser creativos. Se busca que los alumnos reconozcan su propia valía, aprendan a respetarse a sí mismos y a los demás, a expresar y autorregular sus emociones, a establecer y respetar acuerdos y reglas, así como a manejar y resolver conflictos de manera asertiva (SEP, 2017, p.34)

Considero que, si los docentes logramos que nuestros alumnos se reconozcan, estos podrán integrarse mejor a la sociedad y serán capaces de enfrentarse a las adversidades de la vida, así como se lograr la convivencia escolar de manera positiva

dentro de las aulas. Como menciona Blanco (2014): “Vivimos en grupos desde que nacemos y es bueno conocer cómo son, cómo se organizan, sus dinámicas internas, solo así podremos encontrarnos a gusto en ellos y saber cómo posicionarnos en determinadas situaciones” (p. 46).

Para el análisis de las características de mi grupo fue esencial la información que me brindaron los padres de familia en las entrevistas, así como el diagnóstico que realicé al inicio del ciclo escolar. A través de la información obtenida, me di cuenta de que mis alumnos necesitaban desarrollar su autoconocimiento y para ello requería de trabajar la autorregulación, su autoestima, el aprecio y la gratitud, para lograr integrarse en un grupo determinado, y se reconozcan. De acuerdo con el Programa de Educación Preescolar vigente, en el área de habilidades socioemocionales en la dimensión del “Autoconocimiento”, una de las necesidades en mis alumnos es que: logren reconocer diversas situaciones en las que necesiten estar en calma.

El interés por trabajar sobre este tema surge de manera personal al ver que es una necesidad que enfrentan mis alumnos al no lograr identificar cuáles son sus gustos y sus emociones. Considero que esto puede afectarlos a largo plazo en su desarrollo, de manera que sean personas incapaces de elegir lo que mejor les convenga a lo largo de su vida. Si de alguna manera logro contribuir en esa búsqueda de su identidad, podré contribuir al desarrollo integral de mis alumnos y así lograré un impacto en el logro de aprendizajes.

Otro de mis intereses personales es ampliar mi conocimiento con respecto a este tema y mejorar mis estrategias en cuanto a mi intervención, para fortalecer mi práctica educativa y de esta manera poder crecer profesionalmente. Así como también esta investigación considero es una manera de auto conocerme y esto es favorable para mi crecimiento, no sólo en el ámbito profesional sino también en lo personal.

En general, lo que llamó más mi atención y me interesó desarrollar en mis alumnos fue la habilidad socioemocional del Autoconocimiento. Esta habilidad es primordial para que los alumnos desde el preescolar comiencen a darle nombre a sus emociones y

gestionarlas, a conocer sus características como personas, saber lo que les gusta y disgusta, etc. El autoconocimiento es una habilidad básica para desarrollarnos como personas para desenvolvemos mejor en los diferentes ámbitos, principalmente en la sociedad. Los niños necesitan ser capaces de conocer sus gustos e intereses para que así puedan alcanzar aprendizajes que les sirvan a lo largo de su vida.

Mi interés por el tema coincide con uno de los propósitos generales del área Desarrollo socioemocional que es “Lograr el autoconocimiento a partir de la exploración de las motivaciones, necesidades, pensamientos y emociones propias, así como su efecto en la conducta y en los vínculos que se establecen con otros y con el entorno” (SEP 2017, p.305). El autoconocimiento es una de las necesidades en el currículum oficial. Como docente he de buscar las estrategias para brindarle esos espacios a mis alumnos donde se sientan seguros de sí mismos y con confianza a las personas que los rodean.

## **5.2 Descripción del problema**

Comienzo con esta frase de Alejandro Magno, porque al analizarla puedo darme cuenta de que el conocerse a uno mismo implica identificar sensaciones y emociones, algo que no se logra culminar, aunque pasen los años. Desarrollar esta habilidad en edades tempranas como lo es el preescolar no es tarea fácil, pero tampoco imposible. Considero que, si mis alumnos desarrollan su autoconocimiento, lograrán ser personas capaces de entender a los demás y enfrentarse a los problemas a lo largo de su vida.

Dentro del programa de aprendizajes clave, el autoconocimiento es una dimensión socioemocional, y lo que se propone y se presenta dentro de este portafolio, es el desarrollo de habilidades asociadas a esta dimensión:

- Necesita estar en calma.
- Conciencia de las propias emociones: Reconoce las emociones básicas (alegría, miedo, enojo, tristeza) e identifica cómo se siente ante distintas situaciones.

- Autoestima: Identifica y nombra características personales: ¿cómo es físicamente?, ¿qué le gusta?, ¿qué no le gusta?, ¿qué se le facilita?, ¿qué se le dificulta?
- Bienestar: Reconoce distintas situaciones que lo hacen sentir bien.

(SEP, 2017, p.312)

Se trabajaron estas habilidades socioemocionales con diversas estrategias, no se tomaron todas las habilidades porque el grupo es de primero y segundo grado de nuevo ingreso y por esto sólo se fueron seleccionando algunas a lo largo de la investigación.

El programa de estudios de la educación preescolar 2017 menciona que al término del nivel preescolar los alumnos deberán identificar sus cualidades y reconocer las de otros, mostrar autonomía al proponer estrategias para jugar y aprender de manera individual y en grupo. Experimentar satisfacción al cumplir sus objetivos. De acuerdo con el Programa de Educación Preescolar vigente algunas de las experiencias que debemos propiciar a los niños para lograr su autoconocimiento son:

- Compartir intereses personales y opiniones con sus compañeros y educadora.
- Hablar de sí mismo, su familia y sus vecinos.
- Describirse a sí mismo destacando cualidades y fortalezas.
- Proponer juegos y actividades que les gustan y en los que se consideran buenos. (SEP, 2017, p. 319).

Por esto para indagar sobre el tema del autoconocimiento en mi grupo de 1º y 2º de preescolar de nuevo ingreso, utilicé diversos recursos en los cuales pude observar la problemática de falta de autoconocimiento. Las técnicas que utilicé para recabar información fueron las siguientes: la observación de clase, la videograbación, las entrevistas a padres de familia y alumnos, notas de diario de trabajo, entre otros.

De igual manera llevé a cabo el diseño de un diagnóstico, el cual incluía diversas actividades basadas en las habilidades socioemocionales como “El dado de las

emociones”, con el propósito de analizar si los niños reconocían emociones básicas y situaciones que las provocaban.

Otra actividad que implementé fue “Expreso mis emociones”, con la finalidad de analizar si los alumnos lograban expresar lo que producía en ellos la música. Finalmente apliqué la actividad “Entrevistando, a...”, con el propósito de que mis alumnos lograran contestar a diversos cuestionamientos que les hicieran sus compañeros con referencia a ellos mismos, con el propósito de observar si mis alumnos lograban identificar datos personales.

Para la elaboración del diagnóstico diseñé una situación de aprendizaje donde los alumnos pudieran expresar sus emociones, así como hablar de lo que ellos sabían que eran y lo que les hacían sentir. Entre los resultados que obtuve en el diagnóstico me encontré con la dificultad de los niños para darle nombre a sus emociones y una pobre intervención de mi parte para ayudar a los alumnos a comprenderlas, como se muestra en el siguiente diálogo:

*Mtra.: ¿Quién me quiere decir qué son los sentimientos?*

*Reily: ¡Yooooo!*

*Mtra.: Haber Reily que son los Sentimientos*

*Mtra.: Christopher (le llamo la atención, porque estaba platicando con una compañerita)*

*Reily.: Cuando lloran*

*Mtra.: Cuando lloran. ¡Muy bien Reily! Vamos a poner a Reily una carita feliz. Porque Reily ya sabe que un sentimiento es cuando....*

*Todos: Lloran (a coro) (...)*

*Mtra.: chicos y díganme ¿cómo está este monito? (Señalando la tarjeta) ¿Cómo ven ustedes a este monito? ¿Está feliz?*

*Algunos Aos.: síííí*

*Mtra.: Sí, ¿está feliz? ¿Tiene cara de feliz?*

*Alan.: Triste*

*Mtra.: No, está (Expresión de miedo) ¿Cuándo les sale un fantasma como se sienten? Asustados, y este monito ¿está?*

*Algunos Aos.: asustados*

*Mtra.: ¿Ustedes cuándo se han sentido asustados chicos?*

*Alan.: Yo no me he asustado, cuando mi mami se duerme conmigo muchos días*

*Mtra.: ¿Quién sí se ha sentido asustado?*

*Reily.: Yo sí*

*Mtra.: Yo sí me he sentido asustada. ¿Tú si Reily? ¿Cuándo te has sentido asustado?*

*Reily.: Cuando vi un changuillo grande me sentí asustado*

*Mtra.: A ver Fany usted ¿Cuándo se ha sentido asustada?*

*Fany.: (solo observa a la maestra y no logra contestar la pregunta)*

*Mtra.: Darley usted ¿Cuándo se ha sentido asustado?*

*Darley.: porque estaba un changuillo ahí (repite lo que dice Reily)*

*Mtra.: (continúo cuestionándolos de la misma manera con el resto de las tarjetas)*

(Transcripción de videograbación 05/Septiembre/2019)

Al cuestionar a mis alumnos: ¿Saben qué son las emociones? En su mayoría no lograron contestar a mi pregunta. Al guiarlos un poco, sólo Reily y Alan lograron identificar algunas. El resto de mis alumnos sólo repetían lo que estos niños decían o mencionaban cosas que no tenían que ver con el tema. Además, pude darme cuenta de que ellos no lograban identificar situaciones en las cuales habían manifestado alguna emoción. Por ejemplo, al preguntarle a Christopher ¿Cómo te sientes cuando te regañan?, el niño respondió: — feliz. Es aquí donde me percató que aún no entiende la noción de lo que siente y en qué momento le pasa.

Otro elemento que rescato de esta transcripción es cuando los niños ya no saben qué decir, sólo repiten las respuestas de los demás. Esto se puede observar en el fragmento donde Reily da una respuesta y Darley repite la misma respuesta, pareciera



que ella ya no sabe qué decir y sólo le queda repetir. Pero esto quizás se deba a que no tuve una intervención adecuada, pues no le di ningún ejemplo que la guiara a dar respuesta a mi pregunta.

Un aspecto que influye también en la manera como los niños responden la información que solicito a los alumnos y las preguntas que les planteo. Por ejemplo, al preguntarles: ¿qué son los sentimientos?, los niños no dan la respuesta porque es una pregunta conceptual difícil de responder que, aunque yo la tenía planeada, considero que no fue adecuada y es algo en lo que iré mejorando por mi paso en la maestría.

Reflexionando en la pregunta sobre los sentimientos me puse a pensar, si nosotros como adultos tampoco sabemos darles nombre a nuestras emociones, y por ello nos cuesta trabajo dar alguna respuesta ¿Por qué hacer este tipo de preguntas directas con los niños preescolares? Mi intención solo era saber qué tanto conocían ellos sobre las emociones, pero considero que no fue una pregunta adecuada y ahora entiendo que es necesario replantear mis preguntas y ser más analítica a la hora de elaborar mis actividades.

Se observa también que realizo preguntas poco claras y otras en donde induzco la respuesta, por ejemplo, cuando les digo: "Piensa cómo te sentirías cuando estas tri..." Esta forma de intervención didáctica ocasiona que los niños respondan de manera automatizada, sin pensar en las situaciones que le provocan determinada emoción. En este sentido, considero que en este fragmento se observa que mi práctica no está siendo del todo la más adecuada y que en ocasiones no guío a mis alumnos, sino que les doy las respuestas haciéndolos ver como incapaces de dar una respuesta acertada.

En la actividad "El dado de las emociones" el propósito era analizar si los niños reconocían emociones básicas y situaciones en las que se hacían presentes. Para iniciar, puse un video a mis alumnos, sobre "Mimo y las emociones". Al terminar de verlo, los cuestioné sobre ¿Todo lo que le pasaba a mimo en el video qué era? ¿Cómo se llamaba? ¿Sus... qué?: — Narices, respondieron algunos. A lo que yo respondí: —

No, pero él dice todo lo que le pasó en su sueño, ¿qué era?, ¿cómo se llamaban?, ¿las... qué? En ese momento Alan respondió: — las emociones. Muy bien — ¡Sus emociones!, confirmé su respuesta. ¿Y cuáles eran las emociones de mimo en el video?, les pregunté. Alan nuevamente respondió: — se quedó dormido. Sucesivamente planteé diversos cuestionamientos a los alumnos y no lograron mencionar las emociones que señalaba el video hasta que recibieron ayuda de mi parte.

Posteriormente en el juego “El dado de las emociones”, inicié mostrando al grupo la imagen de una de las caras del dado, acompañada de la pregunta: ¿Esa emoción cuál es? Algunos alumnos respondieron: — ¡feliz! ¡Exacto! está contento, feliz. Les mostré otra carita y les pregunté: ¿Ésta cómo está? Algunos alumnos dijeron que asustado. Continué así mostrando todas las caras del dado.

Para iniciar con el juego formamos un círculo. El primer turno de lanzar el dado le tocó a Vicente. ¿Qué carita te tocó Vicente?, le pregunté. El niño ve la carita y respondió: — Está ¡oooh! (muestra la imagen), está triste. A lo que yo le respondí: — No, ve la carita, está ¿cómo? oooh, está asombrado. Le pedí a Vicente que se sentara y que nos contara cuándo se había sentido asombrado. Él mencionó: — cuando mi papá se fue al circo, a lo que yo le respondí: —¿Y te sentiste asombrado por eso? El niño se queda pensando y finalmente respondió que sí.

El segundo turno fue el de Keydelin. Después de que lanzó el dado, le pregunté cómo se llamaba la emoción que le tocó. Alan se adelantó a la respuesta diciendo — feliz. Ante esta situación, intervine diciendo: ¡dije que Keydelin chicos! Me dirigí a Keydelin y le pedí que nos contara una situación donde se hubiera sentido feliz, ella respondió: — Cuando se va mi papá. Cuándo se va tu papá ¿te sientes feliz?, le pregunté. — ¡sí!, respondió.

Al analizar otras actividades me percaté, que cuando se les pide a los niños que definan la emoción, su respuesta es “Feliz”. Esto sucede de manera recurrente, asocian la emoción con felicidad, porque posiblemente es la que ellos tienen más

presente. Por otro lado, cuando les pregunto qué los hace sentir felices, lo aluden a algo material. Por ejemplo, cuando le pregunté a Judith cómo se siente cuando le compran algo, ella respondió: — Feliz. Por su parte Reily mencionó: — cuando mi mamá me compra una pistolita de juguete me siento feliz. Alan menciona: — yo me siento feliz cuando mi papá me compró un robot. Ante estas respuestas yo me pregunto ¿acaso mis alumnos no deberían de sentirse felices cuando hacen una obra buena, cuando reciben un abrazo o un beso, cuando están con mamá o papá? ¿por qué solamente aluden a cosas materiales.

También identifiqué en mi práctica que yo soy un factor que está influyendo en las situaciones de mi aula. Me hace falta trabajar la manera en que doy las consignas y la forma en que les planteo las preguntas a mis alumnos, porque éstas tienen un gran impacto en el desarrollo de las actividades. Si no las planteo correctamente, no logro que mis alumnos identifiquen qué es lo que quiero que realicen o hagan. En los fragmentos anteriores se observa que en la mayoría de mis actividades realizo algunos cuestionamientos que no son claros para mis alumnos y esto hace que se pierda la intención de la actividad, ya que ellos no responden lo que yo espero, porque no entienden la pregunta.

En otra de las actividades denominada, “Entrevistando a...”, la cual tenía como propósito analizar si los alumnos logran identificar algunas características personales y familiares como: su comida favorita, su juguete, el nombre de su papá, mamá, entre otros. Esta actividad consistía en un programa de TV y los alumnos tenían un personaje. La llevan a cabo en dos partes la primera fue la presentación del programa donde yo les realicé algunos cuestionamientos y la segunda una organización en pares para que se entrevistaran entre ellos.

En esta actividad se puede observar que los niños nuevamente muestran dificultades para reconocer lo que es una emoción y de igual manera algunos aspectos personales y familiares como se puede observar en el siguiente extracto de video.

*Mtra.: buenos días, estamos al aire entrevistando a los famosos más recurrentes del Jardín de Niños “Librado Rivera” en TV Kids para el mundo. Estamos, primeramente. Se los voy a presentar esta con nosotros la modelo Mayte, la actriz Mariel, el cantante Reily, estamos aquí con un reportero famoso Alan, la modelo Britany, el cantante Christopher y con otro de los reporteros muy importantes Vicente. Bueno estamos aquí para hacer esta entrevista y hablar ¿Sobre las?*

*Vicente.: emociones*

*Mtra.: Sobre las emociones, muy bien. Pues ahora vamos a ver ¿Quién sabe que son las emociones cantantes famosos? ¿Quién sabe que son las emociones? (Nadie responde) ¿Alguien sabe de nuestros famosos?*

*Reily.: (levanta la mano)*

*Mtra.: Aquí está el cantante Reily (Alan levanta la mano) escuchamos al cantante Reily*

*Reily.: Las emociones son, mmm niños*

*Mtra.: ¿Los niños son las emociones?*

*Alan.: No*

*Mtra.: ¿Qué son las emociones Alan? Reportero Alan*

*Alan.: Feliz*

*Mtra.: Ha el reportero Alan nos dice que una emoción, es cuando ¿Algo nos hace sentir?*

*Todos Aos.: Feliz (a coro)*

(Transcripción de extracto de video, 27/Septiembre/19)

En la segunda parte de la actividad los alumnos se cuestionaban unos con otros diversos aspectos personales como ¿Cuál era su comida favorita? ¿Cómo se llama tu papá? Entre otros. Alan y Reily lograron llevar a cabo esta entrevista sin apoyo. Mariel y Maite lograron realizar dos o tres preguntas con mi apoyo y el resto no logró realizar la actividad, sólo se quedaban viendo, pero no se cuestionaban nada.

En otra de las actividades que realicé con mis alumnos llamada: “Me presento”, tenía como propósito que los niños logran nombrar diversas características personales, por ejemplo: ¿cómo son físicamente? ¿qué les gusta? ¿qué no les gusta? ¿qué se les facilita hacer? ¿qué se les dificulta hacer? Para ello les di un ejemplo de cómo nos presentaríamos ante los demás. Comencé diciendo mi nombre, como soy, etc. Un ejemplo de cómo respondieron los alumnos se puede observar en las siguientes notas de clase:

Judith: muestra dificultad para presentarse, solo se ríe y aunque le trate de apoyar guiándola con preguntas, no logra dar respuesta solo se ríe.

Mariel: al cuestionarla como se llama da respuesta con dificultad y ganas de llorar (hace pucheros), tarda mucho tiempo para poder presentarse y solo lo hace apoyada de algunas preguntas que le fui haciendo.

Christopher: solo se ríe y contestaba similar a lo que le pregunte, por ejemplo, preséntate, Christopher, respondió preséntate sí.

Notas de clase, 20/Septiembre/2019

Con esta actividad pude percatarme que la mayoría de mis alumnos aun no logran definirse como son físicamente, lo que les gusta o disgusta, ya que no logran expresarlo y cuando los cuestioné en cuanto a qué podían realizar sin ayuda, sólo me observaban, pero no lograban contestar. Considero fundamental que mis alumnos logren reconocerse como seres capaces de elegir lo que les gusta y de expresar lo que les disgusta, así como lo que pueden hacer con o sin ayuda de los demás.

Otra actividad que apliqué en mi grupo tenía como finalidad que los niños reflexionaran y se dieran cuenta que necesitaban la ayuda de algunos compañeros para llevarla a cabo y qué, además, logran agradecer el apoyo recibido. A partir de los resultados de la observación pude identificar algunos elementos importantes para mi problemática, los cuales muestro a continuación:

El día de hoy mediante la actividad de realizar la construcción de una casa usando diversos materiales de ensamble, me pude percatar que, al dar la consigna, que fue: deberán de construir una casa con el material de ensamble antes de que suene la alarma y los que logren hacerlo podrán tomar su rompecabezas. Me di cuenta de que solo Reily y Alan se juntaron en equipo para elaborarla e integraron a Vicente, y entre ellos comentaban, así acabamos más rápido y podremos jugar con el rompecabezas.

Al sonar la alarma solo estos tres niños habían logrado casi terminar su casa, el resto no. Al cuestionarlos ¿porque creen que no terminaron? Genesis contestó: porque solos tardamos más. Y los lleve a reflexionar, sobre la importancia de trabajar con otros para lograr un objetivo esto mediante cuestionamientos como: ¿Qué hubiera pasado si lo hubieras echo con más compañeros? A lo que Alan respondió, acabarían más rápido como yo, ¿Por qué? Porque es más fácil, ¿es importante pedir ayuda y dar las gracias? Genesis: Si para hacer las cosas mejor, y dar gracias para que nos vuelvan ayudar ¿por qué? Pa que nos ayuden.

Diario de trabajo, 01/Octubre/2019

Con este registro del diario, identifiqué que mis alumnos aun necesitan entender, que en ocasiones es importante pedir apoyo para llevar a cabo diversas tareas que se nos encomiendan y que el dar las gracias es fundamental para una buena integración en sociedad.

Otro elemento donde pude observar que la mayoría los alumnos no se conocen fue en las entrevistas personales que les realicé. Al plantearles preguntas como: ¿Qué les gusta? ¿Que no les gusta? ¿Qué los pone tristes, felices, enojados?, etc.

Algunas de las respuestas que dieron en la entrevista a Christopher fueron las siguientes:

*Mtra.: ¿Qué es lo que más te gusta?*

*Christopher.: Me pega mi pá.*

*Mtra.: ¿Qué te da miedo?*  
*Christopher.: Porque sí*  
*Mtra.: ¿Cuál es tu comida favorita?*  
*Christopher.: Está en la casa*  
*Mtra.: ¿Qué es lo que más te gusta de la escuela?*  
*Christopher.: Churros*  
*Mtra.: ¿Qué te hace sentir triste?*  
*Christopher.: (No logra responder)*  
*Mtra.: ¿Qué te hace feliz?*  
*Christopher.: Porque sí*  
*Mtra.: ¿Qué es lo que más te gusta de ti?*  
*Christopher.: Churros*  
*Mtra.: ¿Hay algo que no te guste de ti?*  
*Christopher.: Si me gustan*  
*Mtra.: ¿Te gusta estar solo o acompañado?*  
*Christopher.: Sí, con mi mamá en la escuela*  
*Mtra.: ¿Qué te hace enojar?*  
*Christopher.: No me hace enojar. (EC-23/09/19).*

Éste es sólo un ejemplo de muchos que reflejan la dificultad de mis alumnos para identificar lo que es una emoción y cuáles son las situaciones que las provocan. De igual manera me doy cuenta de que no reconocen lo que les gusta o les disgusta. Observé que sólo cuatro de trece alumnos lograron responder algunas de las preguntas de manera asertiva; seis dan respuesta a dos o tres preguntas con dificultad respecto a lo que ellos les gusta; y tres no lograron responder ninguna en cuanto a lo que les gusta o disgusta.

Con la entrevista que hice a algunas madres y padres de familia me di cuenta de que algunos de ellos no conocen en realidad a sus hijos, ya que al realizarles preguntas como: ¿Cuál es la comida favorita de su hijo? Respondían: — este..., mmm..., todo le gusta, no tienen una comida favorita, o ¿Qué pone triste a su hijo? Y respondían: —

no casi no se pone triste. ¿Cómo se comporta su hijo cuando se enoja? — normal, era la respuesta que daban. Esto hizo percatarme que a los padres de familia les cuesta trabajo describir a sus hijos en relación con cómo es su carácter y qué es lo que los pone tristes y contentos. De igual manera, no reconocen cuáles son las acciones que llevan a cabo ante dichas situaciones.

Al realizar el diagnóstico pude darme cuenta del nivel en que se encontraba la problemática del autoconocimiento. Es por ello por lo que surgió mi interés por buscar diversas estrategias que ayudaran a que mis alumnos mejoraran en este aspecto y que a lo largo de esta investigación pudieran ir obteniendo resultados favorables en cuanto al autoconocimiento, para lograr un óptimo desarrollo tanto en su área emocional como en la cognitiva.

### **5.3 Factores que intervienen para que se dé la problemática.**

Al estar analizando las evidencias que me arrojó el diagnóstico y las entrevistas realizadas a padres de familia y alumnos, considero que uno de los principales factores para que los alumnos no logren reconocerse es que la mayoría son hijos únicos y esto influye en el autoconocimiento, porque por lo que mencionan los papás en las entrevistas, la mayor parte del tiempo ellos les hacen todo, no les dan la libertad de ser un poco autónomos y ellos puedan tomar decisiones tan simples como, su comida favorita, su deporte favorito, etc.

Además de que los papás aceptan y reafirman que para ellos son sus bebés y por eso aún los tratan como tal, les cuesta mucho dejarlos ser más autónomos, y esto considero yo que ha influido en la actitud que tienen los niños, porque son alumnos un tanto inseguros, muestran mucha dificultad para realizar las actividades sin ayuda, y en especial no logran expresar emociones básicas frente a sus compañeros, así como lo que les gusta o disgusta.

Otro de los factores para que se de esta problemática considero que es el contexto en el que se desenvuelven los alumnos, por los tipos de familias, porque aunque la mayoría aparentemente son familias nucleares, muchos de los papás están en



Estados Unidos y las que se hacen cargo de los niños son sus mamás y esto también tiene impacto en mi problemática, por que como viven esta situación las mamás en muchas de las ocasiones tratan de llenar el vacío porque no está el papá con cosas materiales y es por lo que en mi diagnóstico también se observa como ellos asocian la felicidad con algo material.

Otro factor relevante que influye en esta problemática en mi aula fui yo, porque al principio de esta investigación para mí era muy complicado trabajar el autoconocimiento con mis alumnos, en especial algunos de los indicadores de logro que esta habilidad socioemocional marca. Porque si para mí era complicado llevarlos a cabo, sentía que para mis alumnos era mucho más. Aunque a lo largo de la investigación fuimos creciendo todos en el aula, y yo no solo profesionalmente si no de manera personal.

#### **5.4 Pregunta y objetivos de investigación**

Con base en lo anterior, la pregunta de investigación que me planteo es: ¿Cómo puedo favorecer el autoconocimiento en mis alumnos de preescolar?

Los objetivos que pretendo lograr son los siguientes:

- Favorecer el desarrollo del autoconocimiento en mis alumnos de preescolar.
- Fortalecer mis competencias profesionales mediante el diseño, la aplicación y la evaluación de diversas estrategias didácticas, para influir en el desarrollo del autoconocimiento en los alumnos.

#### **5.5 Referentes teóricos**

En este apartado voy a hablar sobre las teorías que sustentan mi investigación y orientan mi intervención docente, para lograr el autoconocimiento en mis alumnos de primero y segundo de preescolar. Así como la influencia que tienen estas teorías en mi practica para llegar realizar prácticas socio constructivistas.

### **5.5.1 Teorías constructivas**

Las teorías constructivistas son una corriente pedagógica que se basan principalmente en la teoría del conocimiento constructivista, que tiene como prioridad la necesidad de entregar al estudiante herramientas necesarias que les permitan construir su propio aprendizaje por medio del andamiaje. Este paradigma se basa en el proceso de enseñanza aprendizaje mediante un proceso dinámico, participativo e interactivo del sujeto.

### **5.5.2 La teoría psicogenética de Jean Piaget**

En su teoría, Piaget describe cómo los seres humanos conocen, reúnen y organizan toda la información que van adquiriendo del medio donde viven, a través de un constante intercambio. Menciona que “es a través de una interacción activa que las personas aprenden” (González, 2012, p. 11). Esto lo podemos ver, por ejemplo, cuando manipulamos algún objeto, que es cuando realmente aprendemos, porque nos volvemos actores y protagonistas de nuestro propio aprendizaje.

De acuerdo con la teoría Psicogenética de Piaget, “todas estas experiencias de aprendizaje se agrupan de manera organizada formando estructuras, que se conectan con otras que ya existían. De esta forma la estructura mental está en constante construcción” (González, 2012, p.11). Esta teoría nos menciona que el conocimiento se produce a través de la relación que se da, entre el sujeto y el medio y se construye gracias a la actividad física e intelectual de la persona que aprende.

En este sentido, si el docente no facilita a los alumnos estas relaciones, ya sean físicas e intelectuales, se considera que no están aprendiendo solo están memorizando algunos contenidos. El aprendizaje es un “proceso activo, que se construye constantemente, a través de la experiencia que la persona tiene con la información que recibe.” (González, 2012, p.12)

### **5.5.3 La teoría sociocultural de Lev Vygotsky**

Vygotsky es contemporáneo a Piaget y ambos coinciden en la forma de explicar la organización de pensamiento para la adquisición de nuevos aprendizajes, sin embargo, Vygotsky le agrega un elemento muy importante y es la necesidad de una mediación para que se logren modificar las estructuras mentales, así como la interacción social. (González, 2012, p.13)

Para este psicólogo la cultura juega un papel primordial, porque él señala que es la herramienta fundamental para poder modificar el ambiente. Él sostiene que dependiendo del estímulo social y cultural así serán las habilidades y destrezas que desarrollen los niños. La diferencia entre la teoría Piaget y Vygotsky es que para Piaget la persona aprende por sí misma, es decir es el actor de su propio aprendizaje, en cambio para Vygotsky es fundamental la interacción con las personas y la cultura para lograr el aprendizaje y en ellas se van modificando las estructuras mentales y se va construyendo nuevos aprendizajes, así como desarrollando nuevas habilidades y destrezas.

La actividad sociocultural se le considera mediante los aspectos como los signos y las herramientas ya que estos tienen influencia directa con la psicología, pedagogía y en las demás actividades cognitivas, metacognitivas y su adhesión en los procesos sociales, teniendo en cuenta que la actividad cerebral está continuamente trabajando. (Ayora, 2014, p.11)

Para Vygotsky la persona es capaz de ir reconstruyendo su propio aprendizaje, a través de las experiencias que le brinda la relación con otras personas que lo rodean. Uno de los conceptos fundamentales en la teoría sociocultural es la mediación la cual se puede entender como el puente que le permite a una persona llegar a un nuevo conocimiento.

De acuerdo con Vygotsky (1983):

Todas las funciones psicológicas superiores aparecen dos veces en el curso del desarrollo del niño: La primera vez en las actividades colectivas, en las actividades sociales, o sea, como funciones Inter psíquicas; la segunda, en las actividades individuales, como propiedades internas del pensamiento del niño, o sea, como funciones intrapsíquicas. (Guitar, citado por Ayora, 2014, p.13).

Es por ello por lo que yo realizo los diseños de mis situaciones de aprendizaje fundamentadas en la teoría socio constructivista, con la cual busco que lo que les planteo a mis alumnos tenga un sentido y que le ayude para poder enfrentar los problemas que se le presentan en la vida cotidiana. Por ello, trato de elaborar mis diseños contextualizados para que mis alumnos se motiven, y sen ellos los que guíen y construyan su propio aprendizaje, mientras que yo solo me convierto en un guía para ellos.

#### **5.5.3.1 El lenguaje**

El lenguaje para Vygotsky es un instrumento fundamental para el desarrollo del pensamiento y su evolución, desde luego “[...] el pensamiento es una construcción del lenguaje” (García, citado por Ayora, 2014, p.22). Siendo así el lenguaje, el instrumento como un medio de comunicación. Por eso, el pensamiento y lenguaje son la clave para comprender la naturaleza de la conciencia humana.

Para Vygotsky (1981), “el empleo de símbolos, primordialmente el lenguaje, recrea y reorganiza la composición mental del mismo modo en que un instrumento físico recrea y reestructura la actividad laboral” (Medina, citado por Ayora, 2014, p.24). Así que a todo esto la comprensión del lenguaje es una cadena de asociaciones que surgen en la mente, mediante imágenes de las palabras.

Lo fundamental del enfoque de Vygotsky consiste en considerar al individuo como el resultado del proceso histórico y social donde el lenguaje desempeña un papel esencial. Para Vygotsky, el conocimiento es un proceso de interacción entre el sujeto y el medio, pero el medio entendido social y culturalmente, no solamente físico.

### **5.5.3.2 La mediación**

Es por ello por lo que Vygotsky hace énfasis en la mediación, la cual “Tiene como objetivo construir habilidades en el mediado para lograr su plena autonomía” (Tébar, citado por Ayora 2014, p.31), esto quiere decir que la mediación es construir juntamente con una persona o grupo de personas, esquemas para potenciar sus capacidades.

Construir aprendizajes en base a operaciones mentales es la fuente de poder entre el estudiante y mediador, estas permiten la oportuna mediación pedagógica para alcanzar los objetivos de la educación, busca integrar elementos anhelados que servirán para la vida presente y futura del estudiante, representando construcciones para el compartir y solucionar problemas. (Ayora, 2014, p.40)

Para Vygotsky aprender es construir y por ello “señalaba enfáticamente la circunstancia de que casi todo el aprendizaje humano se gesta con la mediación de otras personas más versadas, situación que se torna más evidente y esencial en el ámbito escolar, en la interacción entre alumno y maestro” (Medina, citado por Ayora, 2014, p. 44).

### **5.5.3.3 Zona de Desarrollo Próximo**

Regularmente los docentes hablamos de la zona de desarrollo próximo, en la cual decimos que es el momento en que el estudiante aprende. Medina cita a Vygotsky, en su definición de zona de desarrollo próximo, con sus propias palabras:

No es otra cosa que la distancia entre el nivel real de desarrollo, determinado por la capacidad de resolver independientemente un problema, y el nivel de desarrollo potencial, determinado a través de la resolución de un problema bajo la guía de un adulto o en colaboración con otro compañero más capaz (Medina, citado por Ayora, 2014, p.45).

Por eso los docentes debemos de convertirnos en mediadores para poder de esta manera, desarrollar la zona de desarrollo próximo en nuestros alumnos y así poder

lograr los aprendizajes, siendo nosotros ese puente entre lo que ya saben y la reconstrucción de los nuevos conocimientos.

Al igual que en las demás posturas constructivistas, se considera que todos los niños ya poseen conocimientos previos sobre el mundo que los rodea, pero el reto del docente es trabajar la zona de desarrollo próximo, que Vygotsky la define como “aquellas funciones que todavía no han madurado, pero que se hallan en proceso de maduración, funciones que un mañana no lejano alcanzarán su madurez”. (González, 2012, p.16)

#### **5.5.4 La teoría de Jerome Bruner**

Bruner señala la importancia de la acción, del hacer y del descubrir con apoyo del maestro. El igual que Vygotsky señala la importancia de una mediación en el aprendizaje de los alumnos.

Bruner parte que para construir nuevos aprendizajes se debe pasar por un proceso de tres sistemas:

- El primer sistema se da a través de la manipulación y la acción. Bruner le llama “modo en activo” que se refiere a la “inteligencia práctica, que se desarrolla como consecuencia del contacto del niño con los objetos y con los problemas de acción que el medio le da”.
- El segundo sistema es la concepción de una imagen mental. Bruner la denomina “modo icónico que es la representación de cosas a través de imágenes libres de acción.” Esto también se refiere al uso de imágenes mentales que representan objetos.
- El tercer sistema se da a través del instrumento simbólico. “Modo simbólico que es cuando la acción y las imágenes se dan a conocer, o más bien dicho se traducen a un lenguaje.” (González, 2012, p. 18)

Para Bruner la enseñanza se da mediante la acción, que lleve a los alumnos a desarrollar un nuevo aprendizaje mediante el uso de la curiosidad, la mente y el

conocimiento, para que a través del interés los alumnos construyan nuevos aprendizajes. En conclusión, puedo definir el aprendizaje por descubrimiento como aquel que le permite a los alumnos ir organizando la información de lo que van descubriendo.

### **5.5.5 La teoría de David Ausubel**

Ausubel decía: “El factor más importante que influye en el aprendizaje es lo que el aprendiente ya sabe. Averígüese esto y enséñese consecuentemente.” (González, 2012, p.19), para Ausubel es primordial tomar en cuenta los saberes previos de los alumnos, no sólo teóricos si no en general del mundo que lo rodea.

De acuerdo con Ausubel los docentes somos los encargados de elaborar estrategias metodológicas adecuadas, para poder construir el aprendizaje de nuestros alumnos, activando los conceptos de los saberes previos que ya poseen ellos.

El alumno debe manifestar [...] una disposición para relacionar sustancial y no arbitrariamente el nuevo material con su estructura cognoscitiva, como que el material que aprende es potencialmente significativo para él, es decir, relacionable con su estructura de conocimiento sobre una base no arbitraria (Ausubel citado por González, 2012, p.20)

### **5.5.6 La corriente constructivista**

El constructivismo es una corriente filosófica, la cual incluye a todas las teorías constructivistas antes mencionadas, las cuales coinciden en que el niño llega con conocimientos, viene con significados y los reconstruye a través de las experiencias. Así como también en que el conocimiento no está dado si no que el conocimiento se construye.

El constructivismo es una corriente que se compone de diversas teorías, que coinciden en que los aprendizajes se construyen, no se transmiten, trasladan o se copian. Es la reunión de varios pensamientos teóricos, éste nos da los principios en base a los

cuales nosotros como docentes vamos a facilitar el proceso educativo a nuestros alumnos.

Domínguez (citado por González, 2012), señala que la corriente constructivista facilita:

- Convertir la clase tradicional en una moderna, lo que supone transformar una clase pasiva en una clase activa. Desde el punto de vista del proceso de enseñanza – aprendizaje, significa transformar el quehacer docente de una clase centrada en la enseñanza en una clase enfocada en el aprendizaje.
- Pasar, de una clase planificada y realizada desde una perspectiva conductista a una clase cognitivista, en la que se ponen en ejecución los principios constructivistas y el desarrollo de destrezas intelectuales superiores. Se consideran también los componentes socio afectivos que participan en un aprendizaje más completo, así como las variables contextuales donde se desarrolla el acto de aprender profundo. (p.21)

Esta corriente es muy interesante porque reunió aportes de diversas teorías para enriquecer la labor de la educación, en donde los docentes somos los mediadores del aprendizaje y facilitadores de este para que nuestros alumnos puedan adquirir los aprendizajes.

De esta corriente han surgido varios enfoques, que se inclinan por una u otra de las teorías que alimenta al Constructivismo. En este sentido, Moshman (citado por González, 2012) elaboró una clasificación de las principales aproximaciones constructivistas:

- Enfoque Endógeno: en donde “El aprendizaje es una actividad solitaria”. Los sujetos construyen sus propios conocimientos mediante la transformación y reorganización de las estructuras cognitivas.
- Enfoque Exógeno: el cual menciona que “Con amigos se aprende mejor”. El conocimiento es una reconstrucción de estructuras que existen en la realidad exterior. Teoría del procesamiento de la información.



- Enfoque Dialéctico: menciona que “Sin amigos no se puede aprender”. El conocimiento se desarrolla a través de la interacción de factores internos (cognitivos) y externos (entorno biológico y sociocultural). (p.22).

De acuerdo con lo que menciona Moshman en la clasificación de las aproximaciones constructivistas, yo sustentó mi trabajo en un enfoque dialéctico, porque considero que para que se logren los aprendizajes en los alumnos es necesario que tomemos en cuenta el contexto que los rodea para de ahí partir al diseño de nuestras situaciones, con la finalidad de que sean contextualizadas y los alumnos se interesen en ellas.

González (2012), señala que en el constructivismo social la persona puede sentir, imaginar, recordar o construir un nuevo conocimiento si tiene conocimientos previos sobre ello. Para esta corriente, los conocimientos previos determinan los aprendizajes y los docentes solo somos mediadores de este. El Constructivismo Social plantea la importancia de la mediación para que los alumnos construyan los aprendizajes y nosotros como docente debemos de ser esos mediadores que utilicemos toda clase de recursos para de ahí poder establecer puentes entre nuestros alumnos y el nuevo conocimiento.

En conclusión, para esta corriente lo primordial para lograr el aprendizaje es mediante la interacción de la persona con su ambiente, con los suyos, porque el contexto es el entorno donde suceden estas interacciones, en sí el contexto influye en todo. Es por ello por lo que yo me baso en estos autores para sustentar mi trabajo de investigación, porque encaminada con sus teorías, fui realizando algunas estrategias en mi práctica para lograr mejores aprendizajes en mis alumnos.

### **5.5.7 Las Neurociencias y las habilidades socioemocionales**

En la actualidad los docentes no solo debemos de realizar nuestros diseños basados en la teoría, si no también tomar en cuenta la práctica que llevamos a cabo y lo que consideramos de nuestros alumnos. Un factor importante son las funciones ejecutivas aplicadas a los alumnos, porque en ellas están inmersas las emociones y procesos cerebrales que permiten brindar experiencias a nuestros alumnos. Esto hará que se

logre un aprendizaje basado en los circuitos neuronales mediante estrategias dentro y fuera de las aulas.

La Educación Socioemocional se fundamenta en hallazgos de las neurociencias y de las ciencias de la conducta, los cuales han permitido comprobar la influencia de las emociones en el comportamiento y la cognición del ser humano, particularmente en el aprendizaje (SEP, 2017).

De acuerdo con el programa de preescolar, Aprendizajes clave (2017) las habilidades socioemocionales son:

Herramientas mediante las cuales las personas pueden entender y regular las emociones; establecer y alcanzar metas positivas; sentir y mostrar empatía hacia los demás; establecer y mantener relaciones positivas; y tomar decisiones responsablemente. Entre ellas se encuentran el reconocimiento de emociones, la perseverancia, la empatía y el asertividad (p.357).

De acuerdo con Booth (2017) “Todo aprendizaje es aprendizaje socioemocional. Los niños no aprenden habilidades de forma aislada, sino por medio de la conexión social y la interconexión con el mundo real: su mundo.” (p.7)

La Educación Socioemocional 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.304)

“Los estudios están demostrando que los niños son más capaces de aprender habilidades escolares básicas cuando sus habilidades sociales y emocionales son sólidas y positivas” (Booth, 2017, p.10), por esto es muy importante que nosotros los docentes trabajemos con estas habilidades socioemocionales desde la edad

preescolar, esto ayudará a que nuestros estudiantes sean capaces de enfrentar los retos que se les presentan en la vida cotidiana, y sean capaces de tomar decisiones para su bienestar.

Para esta problemática que es parte de las habilidades socioemocionales, me apoyé de Booth (2017), la cual menciona que:

El aprendizaje social y emocional puede ser descrito como el desarrollo de las habilidades que los niños necesitan para comprender y gestionar sus emociones, ser conscientes de ellos mismos y estar autorregulados, y a la vez, ser capaces de comprender a los demás, crear relaciones positivas y resolver problemas. (p.6).

De acuerdo con la autora, la primera infancia es fundamental para que los alumnos logren desarrollar estas habilidades, para poder desarrollar su aprendizaje de manera óptima, ya que como menciona un informe de la Child Mental Health Foundatios and Agencies Network, citado por Booth (2017): “la clave para el éxito en el parvulario en la escolarización posterior no es si los niños conocen las letras del alfabeto y cuenta hasta diez, sino la calidad de sus habilidades personales” (p.6). Por ello es primordial que se desarrollen las habilidades socioemocionales en mis alumnos de preescolar.

Pero para poder lograrlo es fundamental que los ayude a reconocer sus emociones, las cuales Según Griffiths (citado por Milicic, Alcalay, Berger y Torretti, 2014): “Experiencias complejas que están relacionadas con lo que nos ocurre y lo que percibimos, y se expresan en una gran variedad de gestos y actitudes. Constituyen procesos multidimensionales, y por lo mismo resulta muy difícil expresarlas mediante palabras”. (p.22).

Es por ello por lo que considero fundamental que mis alumnos logren reconocer sus emociones, para que logren ir controlando poco a poco como les afectan estas en su vida cotidiana y puedan ir poco a poco irse autorregulándolas para que no les afecten ante diversas situaciones a las que se enfrenten.

Y es que la autorregulación es vista como “un proceso activo en el cual los sujetos establecen los objetivos que nortean su aprendizaje intentando monitorear, regular y controlar sus cogniciones, motivaciones y comportamientos con la intención de alcanzarlos” (Fuentes y Rosario, 2012, p. 24). Es por ello por lo que es muy importante que se logre desde edades tempranas y así poder alcanzar un equilibrio emocional y cognitivo.

De acuerdo con Milicic, et al (2014):

Las emociones no son ni buenas ni malas, sino que constituyen un ámbito central de las experiencias del cual las personas no son siempre plenamente conscientes. En este sentido, las emociones permiten al individuo un reconocimiento más significativo de lo que sucede y por lo mismo una vivencia plena. (p.24).

En este sentido considero que yo como docente debo guiar a mis alumnos al reconocimiento de sus emociones, para que logren reconocer la influencia que estas tienen en su bienestar, y logren reconocer que para cada reacción ahí una consecuencia y por ello debemos de reconocerlas y comprenderlas, para poder actuar de la manera más adecuada ante ellas.

Mi principal objetivo es hacer que mis alumnos logren el reconocimiento de estas emociones para que de este modo puedan tener una mayor percepción de control sobre aquellos que les ocurre, y así poder influir en su autoconocimiento, para mejorar en su bienestar emocional.

De acuerdo con Labrador (citado por Milicic et al, 2014), “las emociones positivas como el orgullo, la felicidad, la alegría o el amor inducen a un procesamiento más superficial de la información, en contra posición con las emociones negativas que inducen a un análisis más acucioso de estas” (p.36). Este mismo autor señala que las emociones positivas pueden facilitar la creatividad en los niños y esto se relaciona así con un mayor desarrollo cognitivo en ellos, en su toma de decisiones más eficientes y así

pueden muestran mayor tolerancia al fracaso y mayor motivación intrínseca. (Labrador, citado por Milicic et al, 2014)

Bisquerra (2016) “señala que las emociones positivas son las que se experimentan cuando se logran objetivos. Sobre todo, si se logran antes de lo esperado o si los logros son mejores de lo previsto” (p.38). por esto considero que nosotros como docentes en las escuelas debemos de crear las condiciones apropiadas para mejorar los vínculos sociales, entre nuestros alumnos.

Este mismo autor señala que:

Las emociones positivas promueven estrategias cognitivas específicas: aumentan los recursos intelectuales; promueven pensamientos más creativos; facilitan la solución de problemas; la toma de decisiones: generan soluciones innovadoras ante situaciones problema; aumentan el rendimiento cognitivo: aumentan el uso de categorías inclusivas; aumentan la persistencia ante las dificultades; incrementan la motivación intrínseca; impulsan a asumir mayores retos, etc. (Bisquerra, 2016, p.61)

De acuerdo con este autor considero que es fundamental que desde el preescolar logremos desarrollar esas emociones positivas en nuestros alumnos, ya que estas aportan en su desarrollo no solo emocional si no también cognitivo, lo que les permitirá ser personas capaces de auto conocerse y enfrentar los problemas que se les presenten. Además de que Bisquerra también señala que las emociones también tienen efectos positivos en la salud.

Considero que en la edad preescolar es primordial que los alumnos logren desarrollar de manera adecuada las dimensiones socioemocionales como, el autoconocimiento, la autorregulación, la autonomía, la empatía y la colaboración, para que sean personas emocionalmente equilibradas y que a lo largo de su vida puedan ir enfrentando de manera asertiva los retos que les presente la vida.

### 5.5.8 El autoconocimiento

“Sólo el autoconocimiento puede traer tranquilidad y felicidad al hombre, porque el autoconocimiento es el principio de la inteligencia y de la integración. La inteligencia no es un simple ajuste superficial; no es el cultivo de la mente, ni la adquisición de conocimientos. La inteligencia es la capacidad para entender los procesos de la vida; es percepción de los verdaderos valores”. (Krishnamurti, citado por Bataloso, 2019, p.13)

Coincido con Krishnamurti en que el autoconocimiento es primordial para que las personas vivamos en plenitud y si es verdad que este no se logra del todo a lo largo de la vida, pero se va trabajando en ello a medida que vamos creciendo, por esto considero es fundamental que desde la edad preescolar lo comencemos a trabajar en nuestros alumnos.

Según Bataloso (2019), el autoconocimiento:

Es en definitiva un proceso de autoobservación y de adquisición de responsabilidad sobre nuestras acciones, de cómo éstas influyen y condicionan toda nuestra armonía interior y todo nuestro ambiente exterior, o de cómo estas contribuyen al desarrollo o al deterioro de nuestra conciencia, de nuestra responsabilidad y a nuestro crecimiento y maduración personal, de aquí la trascendental importancia que tiene el autoconocimiento, para aprender a tomar decisiones. (p.18)

De acuerdo con Villeneuve (2015): “El autoconocimiento es un camino que lleva al empoderamiento, al bienestar psicológico y a la felicidad de la persona, lo que repercute, a su vez, en mayor salud”. Por otro lado, Bennett (2008), plantea que el autoconocimiento es un proceso constante de acción sobre uno mismo que conlleva un efecto al reconocerse a sí mismo. Para dirigirse hacia este conocimiento hay tres pasos ineludibles:

- ✓ Tener conciencia de uno mismo.

- ✓ Descubrir y explorar el propio pensamiento, los sentimientos y los actos.
- ✓ Observar y estudiar las experiencias pasadas para que nos sirvan en el presente y, por tanto, en el futuro.

De acuerdo con los autores, el autoconocimiento es la forma de conocernos a nosotros mismos a profundidad, y aunque no es un proceso fácil de lograr, yo considero que, si éste se comienza a desarrollar desde la edad preescolar, podemos crear personas capaces de enfrentar los conflictos que se le presenten a lo largo de su vida.

Batalloso (2019), señala que conocerse a nosotros mismos supone:

1. Ser capaz de obtener información sobre uno mismo para autodescribirse.
2. Desarrollar un autoconcepto equilibrado como base de una sana autoestima.
3. Reconocer los propios sentimientos, deseos, motivos, razones y valores.
4. Imaginar el propio futuro y anticipar las consecuencias de nuestras decisiones.
5. Integrar el yo pasado y relacionar el pasado con el presente proyectándolo hacia el futuro. (p.4)

De acuerdo con el autor para poder lograr que mis alumnos se conozcan considere importante desarrollar ambientes propicios para que ellos poco a poco fueran conociéndose, y todo esto lo realice mediante la implementación de diversas estrategias que les permitieron a mis alumnos irse conociendo poco a poco.

El autoconocimiento implica conocerse y valorarse a sí mismo. Implica desplegar la capacidad de identificar diversos factores personales y del contexto que conforman la identidad, así como formular metas personales y reconocer las fortalezas y debilidades que pueden favorecer u obstaculizar su logro. (Cherincoff y Rodríguez, 2018, p.33)

De acuerdo con Batalloso (2019), las personas que no son capaces de lograr su autoconocimiento son más vulnerables al fracaso y no solo por las relaciones que establecen con su medio social y natural, sino también por sus impulsos primarios, o por aquellas emociones destructivas que cargan de energía negativa no sólo todo

nuestro mundo interior sino todo el clima psicosocial de los ambientes en los que actuamos.

Según Puig (citado por Batalloso, 2019):

El abordaje educativo del autoconocimiento implica al menos dos tareas permanentes. Por un lado, favorecer el conocimiento de sí mismo de modo que cada uno pueda hacer su propio y autónomo proyecto de vida y por otro ayudarnos unos a otros, educadores y educandos, a conocernos mediante la reflexión autónoma y crítica, reconociendo las propias posibilidades y limitaciones, los deseos y la realidad, los hechos y las opiniones. (p.4)

Cherincoff et al. (2018) señalan que: “el desarrollo del autoconocimiento es progresivo y precisa de la articulación de tres pilares fundamentales: la identidad y las metas, el desarrollo de la atención, y la conciencia de las emociones”

De acuerdo con el programa de Educación preescolar 2017, en el área socioemocional, el autoconocimiento está considerado como una dimensión, que a su vez está compuesta por cinco habilidades socioemocionales:

- Atención: Reconoce cuando necesita estar en calma.
- Conciencia de las propias emociones: Reconoce las emociones básicas (alegría, miedo, enojo, tristeza) e identifica cómo se siente ante distintas situaciones.
- Autoestima: Identifica y nombra características personales: ¿cómo es físicamente?, ¿qué le gusta?, ¿qué no le gusta?, ¿qué se le facilita?, ¿qué se le dificulta?
- Aprecio y gratitud: Agradece la ayuda que le brindan su familia, sus maestros y sus compañeros.
- Bienestar: Reconoce distintas situaciones que lo hacen sentir bien. (p.312)

Tomando en cuenta estas habilidades, yo me fundamenté para realizar mis diseños y poder lograr en mis alumnos el desarrollo de su autoconocimiento, aunque, como ya



mencioné, éste se va dando a lo largo de la vida, pero es necesario que se comience desde la edad preescolar para el desarrollo emocional del alumno.

Considero que el trabajar de manera colaborativa ayuda a que se desarrollen las habilidades socioemocionales, y a su vez el autoconocimiento porque en la medida en que mis alumnos trabajaban con el otro se comienzan a reconocer a sí mismos, aunque los autores no lo mencionan esta es una teoría que yo he constituido a lo largo de mi investigación.

Y es que el autoconocimiento no solo es respirar, relajarse, expresar emociones, va más allá de eso, este implica el desarrollo personal, pero social también social, porque logramos conocernos en la relación con el otro. Un ejemplo de ello es que, aunque uno considere que ya no se enoja, que sabe estar tranquilo ante diversas situaciones, pero en la interacción con otras personas, no somos tolerantes nos damos cuenta de que aún no logramos esa autorregulación ante diversas circunstancias y es ahí cuando logramos irnos conociendo, con la relación con otros.

De acuerdo con Fuentes y Rosario (2013), respecto a la autorregulación:

Asume que inicialmente un estudiante necesita de mayor presencia y apoyo del docente mediador y pares más expertos que él, con el fin de ayudarlo a determinar las características y condiciones de las tareas o actividades a enfrentar, pero gradualmente, el estudiante debe ir asumiendo el dominio de estos procesos hasta llegar a ser quien los controle sin necesidad de guía externa, es decir, se convierta en su propio mediador. (p.13)

Pero para poder ir conociéndonos decidí trabajar actividades donde mis alumnos logran autorregularse, por medio de la meditación, el dibujo colaborativo, la vivencia de diversas situaciones donde pusieron en juego las emociones, para que poco a poco fueran logrando su autoconocimiento.

## **5. 6 Rasgos deseables de acuerdo con el tema de estudio**

Con esta investigación pretendo que mis alumnos:

- Sean capaces de identificarse como individuos únicos con cualidades que los hacen diferentes al resto y que de igual manera logren reconocer las de los demás.
- Que sean personas más autónomas a la hora de realizar las actividades que se les indican y sean capaces de plantear estrategias con los demás para cumplir metas y objetivos en común.
- Logren reconocer cuando necesita estar en calma, en diversas circunstancias a las que se enfrenten
- Sean capaces de reconocer las emociones básicas como la alegría, el miedo, el enojo y la tristeza.
- Logren identificar y nombrar características personales como, ¿cómo es físicamente?, ¿qué le gusta?, ¿qué no le gusta?, ¿qué se le facilita?, ¿qué se le dificulta?, esto para que ellos poco a poco vayan logrando su autoconocimiento.
- Sean capaces de agradecer cuando alguien le brinda su ayuda, para de ahí lograr el bienestar
- Sean capaces de reconocer situaciones que los hacen sentir bien.

De igual manera los rasgos que pretendo alcanzar yo como docente con esta investigación son:

- Fortalecer mis competencias profesionales.
- Diseñar situaciones que me ayuden en mi intervención.
- Implementar de diversas estrategias didácticas, para influir en el desarrollo del autoconocimiento en los alumnos.
- Lograr mi propio autoconocimiento

### **5.7 Participación y compromiso en la solución de la problemática**

A través de esta investigación adquirí el compromiso con mis alumnos y el desarrollo de sus habilidades socioemocionales, especialmente el autoconocimiento. Esto se vio reflejado en la expresión de sus emociones, así como en la identificación de sus gustos

y disgustos con la finalidad de que fueran capaces de solucionar los problemas que se les presenten a lo largo de su vida cotidiana, de manera asertiva y con la mayor tranquilidad posible, y esto lo pueden lograr mediante la autorregulación.

Además de que ellos tengan en claro que el autoconocimiento influye en todos los sentidos de su vida y que el que ellos lo vayan desarrollando de manera favorable mediante actitudes abiertas a la escucha y comprensión de las ideas de los otros, para que puedan ser escuchadas las propias, y de este modo puedan lograr ese equilibrio emocional para su bienestar.

## **6. RUTA METODOLÓGICA**

En este apartado, daré cuenta del proceso que lleve a cabo para la elaboración de mi portafolio temático, así como la metodología que implemente en el diseño de las acciones para la mejora de mi problema de investigación y el tipo de investigación que lleve a cabo, siendo el recurso más importante para el analizar mi práctica y llevar a cabo la profesionalización docente.

### **6.1. La identificación de la problemática**

Para lograr la profesionalización docente debemos de estar en constante reflexión, porque esta será la herramienta más importante de información que nos permita construir y reconstruir nuestra labor docente y así poder transformar la práctica. La investigación es la fuente más importante de información para descubrir, definir y transformar la práctica. Navarro (2017) la define como “Un proceso sistemático de resolución de interrogantes y búsqueda de conocimientos que tienen unas reglas propias, es decir, método” (p.15).

Para profundizar en la problemática al inicio del ciclo escolar observe a mis alumnos para ver las áreas de oportunidad que presentaban y de ahí partir en la búsqueda de diversas estrategias que me pudieran indicar cuál era la problemática del grupo. A lo largo de esta observación comencé a identificar que mis alumnos no lograban reconocer sus emociones básicas, así como expresar lo que les gustaba o disgustaba y fue de ahí que partí a relacionar estas acciones con el área de desarrollo socioemocional en el ámbito de autoconocimiento.

Decidí tomar algunos indicadores de logro para diseñar algunas actividades encaminadas al autoconocimiento y que estas mismas me pudieran arrojar si en realidad esta era una problemática en mi grupo. Los resultados de mi diagnóstico fueron que en realidad si era una problemática que necesitaba atender en mi grupo.

## 6.2 Tipo de investigación

Apoyada de diversos autores que hablan sobre la investigación educativa en mi portafolio temático llevé a cabo una investigación formativa, que como la plantea Cerda (citado en Ramírez, 2014) “parte de un hecho educativo concreto que emerge del contexto en el que se realiza la acción docente, en la escuela, en el aula; acotada a los procesos de enseñanza-aprendizaje” (p.8.) que me permitió, mejorar mi quehacer docente y de este modo pude lograr innovar mi práctica educativa, para lograr el autoconocimiento en mis alumnos.

La investigación formativa, en el ámbito de educación me sirvió para reconstruir mi práctica y transformarla, para poder brindar mejores oportunidades de aprendizaje a mis alumnos en el aula.

Navarro (2017) señala que existen tres tipos de paradigmas de los cuales para esta investigación solo me base en el siguiente:

- Pragmático o sociocrítico: Su objetivo es la solución práctica de los problemas educativos. En este método se sitúa la metodología de investigación acción, busca la solución a los problemas a través de la acción o intervención educativa. Este enfoque es una investigación de la reflexión sobre la práctica educativa con la finalidad principal de transformarla.

Es en este último paradigma que se encuentra la investigación acción educativa. Este tipo de investigación la que llevamos a cabo los docentes, para analizar nuestra propia práctica, y de esta manera poder realizar cambios en nuestra intervención en el aula, mediante el diseño innovador de diversas estrategias, que nos den pauta al análisis y la mejora continua.

Según Rosales (2016) la investigación acción nos ayuda a reconstruir la práctica y permite:

- Mejorar y/o transformar la práctica social y/o educativa, a la vez que procurar una mejor comprensión de dicha práctica.
- Articular de manera permanente la investigación, la acción y la formación.
- Acercarse a la realidad: vinculando el cambio y el conocimiento.
- Convertir a los prácticos en investigadores. (p.57).

Esta investigación es la que me brindó más elementos para llevar a cabo la elaboración de mi portafolio temático porque, como menciona Restrepo (2006), el docente debe de ser crítico reflexivo, para poder analizar su propia práctica docente y antes de presentarse con sus alumnos debe planear sus actividades de manera crítica y reflexiva, y empleando estrategias innovadoras dentro del aula. Y al salir de ella observar y analizar lo que no le fue funcional y replantar estrategias en cuanto a sus debilidades y limitaciones para proponer acciones de cambio.

Según Restrepo (2004), la investigación formativa es una variante pedagógica de la investigación acción educativa. Aunque tiene similitud con este tipo de investigación, combina enfoques, métodos y formas de trabajo diferentes, estableciendo sus propios criterios de validez, credibilidad y legitimidad. (p.6). Este autor plantea tres acepciones dentro de la investigación formativa (Restrepo, 2007):

- La exploratoria: es la que da forma y estructura a la metodología de un proyecto de investigación, esta no da forma al sujeto es abierta a otras posibilidades.
- Formación en y para la investigación: Está busca dar forma al alumno, se enseña investigar y se utiliza como recurso pedagógico.
- La investigación para la transformación de la práctica: En esta acepción lo principal es dar forma a la práctica para así poder aplicar los hallazgos sobre la marcha e ir construyendo y reconstruyendo para mejorar los programas que se están desarrollando.

Esta última acepción es la que llevé a cabo mediante el portafolio temático. La investigación me llevó a analizar mi propia práctica docente para realizar innovaciones

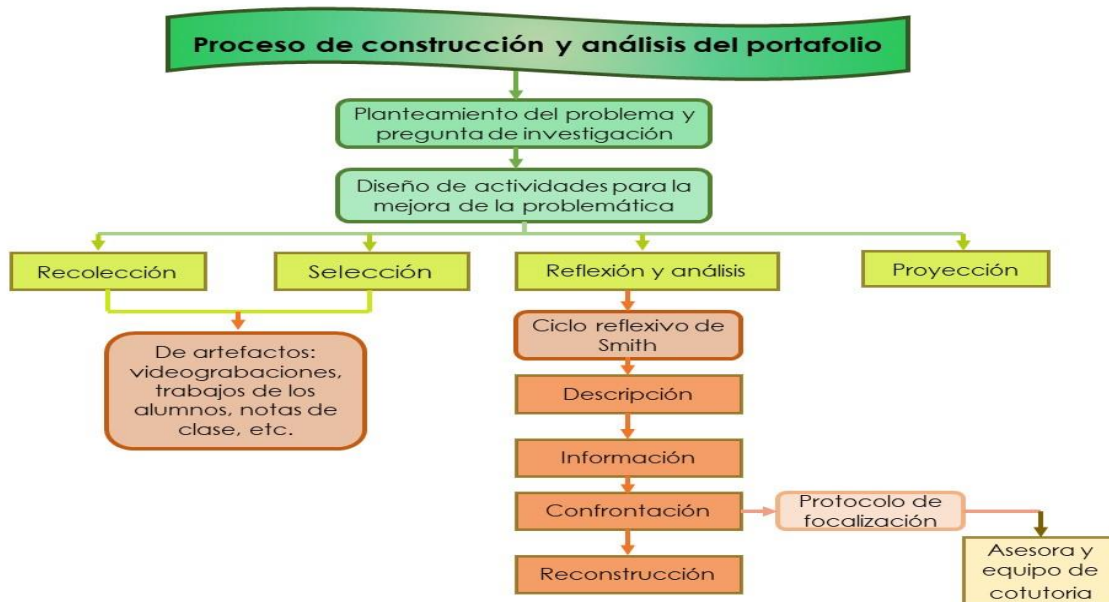
dentro de mi aula, las cuales hicieron que mi enseñanza se fortaleciera y mejorara, con esto pude ir recabando información relevante que me permitió construir mi portafolio temático.

El hecho de investigar mi propia práctica me llevó a encontrar hallazgos, problemas e incluso dudas sobre las acciones que estoy llevando a cabo en mi aula, lo cual me permitió innovar en mi actuar docente tratando de encontrar respuestas o estrategias que guiaron el trabajo hacia la mejora continua. Logré avanzar en la profesionalización de la enseñanza, analizando constantemente mi actuar en el aula para propiciar el aprendizaje de mis alumnos. Al mismo tiempo que fortalecía mis competencias docentes, me hizo una docente más analítica y reflexiva para mejorar mi enseñanza.

### 6.3 El proceso de construcción del portafolio temático

Para la construcción de conocimiento pedagógico seguí una ruta metodológica la cual muestro en el siguiente esquema:

Figura 3. Proceso de construcción del portafolio



Fuente: Elaboración propia

Considero que mi papel en esta investigación fue primordial para llegar a los resultados que obtuve, ya que fui yo la que decidió como se llevaría a cabo la investigación como fue su desarrollo y la evaluación más pertinente, además de que mi investigación estuvo guiada con el apoyo de mi tutora y mi equipo de cotutoría.

El portafolio temático es el recurso más completo de la investigación formativa, debido a que “El portafolio es un reflejo de lo que sucede en la práctica del docente ubicado en una realidad social institucional que le da sentido y favorece su transformación” (Ramírez, 2014, p.36).

### **6.3.1 Planteamiento del problema**

Para iniciar la construcción del portafolio temático me planteé una pregunta de investigación. “Las preguntas están orientadas a la búsqueda y aplicación de acciones del docente para resolver el problema detectado en su práctica con sus alumnos” (Ramírez, 2014, p.41). Dicha pregunta fue: ¿Cómo puedo favorecer el autoconocimiento en mis alumnos de 1º y 2º de preescolar? En este planteamiento me involucré en la búsqueda de estrategias para dar solución a mi problemática y de este modo mejorar en mi actuar docente y en el desarrollo de las habilidades socioemocionales en mis alumnos.

Posteriormente cuando tuve clara la pregunta de investigación me planteé dos objetivos que guiaron mi investigación, que, como señala Navarro (2017) son: “acciones que se pretenden llevar a cabo con la puesta en marcha de la investigación, son sus metas o propósitos y se pueden formular con verbos en infinitivo” (p. 56).

### **6.3.2 Diseño de actividades**

Posteriormente me di la tarea de analizar y reflexión sobre las diversas estrategias y metodologías que podía implementar en mi aula para poder dar respuesta a la pregunta de investigación. De ahí partí al diseño de situaciones de aprendizaje que se enfocaran en dar solución a mi problemática. Considero que el estar diseñando



situaciones de aprendizajes diversificadas y contextualizadas me ayudó a recabar información que me brindó elementos muy importantes en mi investigación. De aquí partí para la realización de las etapas de construcción de mi portafolio, las cuales menciono a continuación:

### **6.3.3 Recolección de artefactos**

En esta primera etapa se recolectan los artefactos (evidencias). Un artefacto es “La evidencia tangible de la práctica docente a través de objetos que hacen visible el proceso de enseñanza y aprendizaje como base para la reflexión, el análisis, la potenciación, la comprensión y mejora de lo que el profesor hace en el aula”. (Ramírez, 2014, p.46)

Es por ello en esta etapa yo recolecté artefactos como: fotografías, videograbaciones, notas de clases, producciones de los alumnos, diario de clases, instrumentos de evaluación, entre otros, que dieron cuenta de lo que estaba realizando para la mejora de mi problemática.

Durante esta etapa trate de recolectar una gran variedad de artefactos que me permitieran poder analizar más a profundidad la problemática de mi aula, y así poder evitar juicios personales sin antes haber analizado lo sucedido, para de ahí poder partir a buscar nuevas alternativas que me ayudaran a crecer en mi práctica docente.

### **6.3.4 Selección de artefactos**

La siguiente etapa en mi investigación fue la selección específica de los artefactos que dieran mayor cuenta de la problemática en mi aula. En esta fase no sólo seleccioné artefactos que dieran cuenta del avance que se había tenido en cuanto a mi problemática, sino que también seleccione artefactos que dieron paso a algún incidente crítico (IC), que algunos autores como Monereo y Monte (2011), los definen como algún evento o suceso destacado ya sea negativo o positivo, que se da en alguna actividad en cierto contexto. Estos autores lo mencionan así (2011), “En cuanto es

problemático y desestabilizador y pone en “crisis” a quien lo recibe, promoviendo algún tipo de reacción, sea enroscarse, protegerse, defenderse o, en el mejor de los casos, repensar la propia actuación” (p. 26).

### **6.3.5 Análisis y reflexión de la práctica con base en los artefactos**

Para continuar con mi investigación lleve a cabo la etapa de análisis y reflexión, la cual me permitió reflexionar sobre la influencia que tengo en el aula y esto me ayudo en el desarrollo de mi problemática, porque me di cuenta de que si yo lograba transmitirles a mis alumnos situaciones, donde ellos pudieran vivenciar y expresar sus emociones mejoraría mi labor docente y podría impactar en el logro de los aprendizajes de mis alumnos.

Para esta fase retomé la figura No. 1 del Diagrama de Proceso de construcción del Portafolio Temático que presenté con anterioridad, el cual muestra el Ciclo Reflexivo de John Smyth, (citado por Villar, 1995). Este comprende cuatro fases las cuales son: descripción, información, confrontación y reconstrucción, las cuales menciono a continuación:

#### **6.3.5.1 Descripción**

En esta fase se debe de describir la propia práctica, retomando los artefactos que recabamos, así como se deben de analizar las experiencias que surgieron a lo largo de la aplicación de las situaciones educativas. La descripción da respuesta a las preguntas: ¿Quién?, ¿Qué?, ¿Cuándo? y ¿Dónde?, Es un proceso fenomenológico en el cual se rescatan los significados de mi práctica para la mejora de la problemática.

#### **6.3.5.2 Información**

En esta fase se da respuesta a la pregunta ¿Qué teorías sustentan mi practica? Aquí traté de explicar mis propias concepciones docentes, donde lleve a cabo una confrontación conmigo misma donde expongo por qué hago lo que hago y lo contrasto con las declaraciones que realicé en mi filosofía docente sobre mi actuar en el aula.

Como menciona Ramírez (2014), esta fase:

supone un esfuerzo importante de reflexión y un compromiso con la justificación y coherencia de la acción al contrastar la experiencia con los principios que están presentes de manera implícita en la práctica, aquello que se desea como tendencia, lo que se piensa y lo que orienta realmente a la forma de enseñanza (p.57).

### **6.3.5.3 Confrontación**

Para mí esta fue la fase que más trabajo me costó porque se trata de confrontar mis propias concepciones con las percepciones de otros, en este caso, fue con mis pares o equipo de cotutoría. En esta fase me adentré en aquellos aspectos que yo no veía y los que en realidad estaban visibles para los que me observaban, En esta fase se requiere de un mayor nivel de madurez personal y autorregulación de las emociones, porque las aportaciones de mis compañeras de cotutoría y mi asesora en muchas de las ocasiones no eran tan agradables para mí, pero me ayudaron a crecer no solo profesionalmente sino de manera personal.

En esta fase se trabajó con el Protocolo de focalización de David Allen, donde “cada miembro del equipo asume distintos tipos de tareas, y lo más importante, comparte experiencias respecto del funcionamiento de las estrategias implementadas en su aula para resolver la problemática planteada en su portafolio temático.” (Allen, citado por Ramírez, 2014, p.62).

Mediante este protocolo el equipo de cotutoría y la tutora, me dieron aportaciones al exponer el análisis de mi experiencia docente. Siempre se trató de que fuera de manera armónica y con mucho respeto para la compañera que estaba al frente. Esto para que todo lo que se sugiriera en este espacio fuera benéfico para la mejora de la práctica docente. Considero que el equipo de cotutoría y mi tutora fueron muy importantes en esta fase para mí, porque me ayudaron a crecer no solo en mi práctica educativa si no también en el ámbito profesional y esta fue una experiencia muy gratificante para mí, en esta investigación.

### **6.3.4 Reconstrucción**

En esta fase que es la última del Ciclo Reflexivo de Smyth analicé mi propia práctica, reflexioné en cuanto a las acciones que llevo a cabo, cómo las implemento y de ahí poder reflexionar y ver cómo podía reconstruir mi práctica docente, para lograr una mejora continua en mi actuar docente. En esta fase tuve que darme cuenta de que debía de comenzar conmigo misma en cuanto a la autorregulación de mis emociones, para de ahí poder transmitirle a mis niños la tranquilidad que necesitaban para irse reconociendo poco a poco. Porque esto fue un factor que influía de manera muy notoria en mi actuar docente y en los resultados que obtenía de mis análisis.

### **6.3.5 Proyección**

Esta es la última etapa de la construcción del portafolio, es en la cual daré a conocer los resultados de mi investigación y como esto me ayudo a mejorar practica educativa y a implementar nuevas estrategias para el logro de los aprendizajes de mis alumnos.

## **6.4 Papel que desempeñó el equipo de cotutoría**

Considero que mi equipo de cotutoría y mi tutora fueron una herramienta fundamental en la construcción del portafolio, porque fueron ellos los que me ayudaron a reflexionar sobre lo que yo creía que hacía y lo que en verdad llevaba a cabo en mi aula.

Primero que nada, mi tutora fue un elemento clave porque como menciona Ramírez (2014), la función del tutor es: “seleccionar las experiencias que sean promisorias y ofrezcan nuevos problemas potenciales que estimulen nuevas formas de observación y juicio amplio de experiencias” (p.25). En realidad, esto es lo que hacía mi tutora me llevó a desarrollar mi pensamiento reflexivo, así como la motivación por seguir aprendiendo e indagando sobre mi tema de estudio.

Otro de los elementos que me ayudó en mi investigación fue el diálogo con mi equipo de cotutoría, porque con sus aportaciones hacia mi trabajo pude reflexionar y mejorar en aspectos que yo no me daba cuenta de que llevaba a cabo. Esto permitió que mi

desempeño dentro del aula fuera mejorando. El diálogo con los pares sirve para mejorar la observación permanente del propio profesor y de su práctica, y a partir de ella reflexionar y analizar la forma en que el propio desempeño docente influye en el rendimiento de los alumnos” (Ramírez, 2014, p.36).

### **6.5 Relación entre la investigación formativa, el portafolio temático y la profesionalización docente**

Finalmente puedo concluir, que gracias a esta investigación he ido construyendo una gran relación entre la investigación formativa, el portafolio temático y la profesionalización docente, todo encaminada al logro de los aprendizajes de mis alumnos. Estos tres conceptos se relacionan prioritariamente con la enseñanza del conocimiento disciplinar, así como el conocimiento pedagógico y la capacidad para indagar la realidad educativa, que he desarrollado a lo largo de mi vida profesional y que se enriquecieron al cursar la Maestría en educación preescolar.

Los resultados de esta investigación considero que me ayudaran a reconocer la importancia de la investigación en las aulas para mejorar en la práctica docente. Además, me ayudó a mejorar mi práctica docente, porque el hecho de estar en un constante análisis y reflexión de lo que realizo me brindó la oportunidad de poder reconstruir mi práctica dentro del aula y de ahí partir a la mejora continua.

Otro de los elementos que abonó en mi investigación el ciclo reflexivo de John Smyth y el protocolo de focalización, porque me brindaron elementos relevantes para mi problemática y de ahí pude reflexionar sobre mi actuar docente. Estos recursos fueron primordiales en la construcción de mi portafolio temático, y la mejora de mi profesionalización docente, porque fue un gran cambio en la manera de ver mi practica educativa y poder transformarla. Considero que el diseñar actividades, aplicarlas y atreverme a realizar cosas nuevas asumiendo un constante riesgo en mi actuar docente fue muy enriquecedor, porque me ayudo a ir dejando atrás algunas actitudes tradicionalistas que llevaba a cabo en la práctica.

## **7. ANÁLISIS Y REFLEXIÓN DE MÍ PRÁCTICA**

Considero que este apartado es el corazón de mi portafolio temático, porque en el daré a conocer cuáles fueron los diseños que realicé para comenzar a desarrollar el autoconocimiento en mis alumnos y los artefactos que evidencian el trabajo realizado dentro de mi aula. A continuación, doy a conocer los cuatro análisis que se llevaron a cabo durante la investigación.

### **7.1. Jugando a conocerme**

Diseñé esta situación didáctica que consta de cuatro actividades centradas en la atención a la problemática identificada en los alumnos de 1º y 2º grados. El diseño de esta situación didáctica traté de que fuera de una manera adecuada y novedosa para todos los niños lograran participar en las actividades.

Como se señala en el programa de Aprendizajes clave:

La planeación didáctica consciente y anticipada busca optimizar recursos y poner en práctica diversas estrategias con el fin de conjugar una serie de factores (tiempo, espacio, características y necesidades particulares del grupo, materiales y recursos disponibles, experiencia profesional del docente, principios pedagógicos del Modelo Educativo, entre otros) que garanticen el máximo logro en los aprendizajes de los alumnos. (SEP, 2017, p.125)

Por ello, la planeación es una herramienta fundamental para el docente para organizar su trabajo dentro del aula, de manera que le permita el logro de los aprendizajes a fortalecer en los alumnos, y de este modo buscar las mejores estrategias de enseñanza. Es por lo que para esta planeación tomé en cuenta las siguientes habilidades socioemocionales y sus indicadores de logro la dimensión que se está trabajando, el autoconocimiento:

HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES	INDICADORES DE LOGRO
<b>Atención</b>	Reconoce cuando necesita estar en calma.
<b>Conciencia de las propias emociones</b>	Reconoce las emociones básicas (alegría, miedo, enojo, tristeza) e identifica cómo se siente ante distintas situaciones.
<b>Autoestima</b>	Identifica y nombra características personales: ¿cómo es físicamente?, ¿qué le gusta?, ¿qué no le gusta?, ¿qué se le facilita?, ¿qué se le dificulta?
<b>Aprecio y gratitud</b>	Agradece la ayuda que le brindan su familia, sus maestros y sus compañeros.
<b>Bienestar</b>	Reconoce distintas situaciones que lo hacen sentir bien.

### 7.1.2 ¿Qué sé hacer?

La primera actividad de la planeación didáctica la titulé: “¿Qué sé hacer?” La diseñé con el propósito de rescatar los conocimientos previos de los niños sobre el concepto que tienen de ellos mismos en cuanto a lo que pueden hacer con o sin ayuda. Para esta actividad me basé en la habilidad socioemocional de la autoestima, y es que como señala Suanes (2009):

El autoconocimiento y la autoestima juegan un importante papel en la vida de las personas. Los éxitos y los fracasos, la satisfacción de uno mismo, el bienestar psíquico y el conjunto de relaciones sociales llevan su sello. Tener un autoconocimiento y una autoestima positivos es de la mayor relevancia para la vida personal, profesional y social. El autoconocimiento, influye en el rendimiento, condiciona las expectativas y la motivación, y contribuye a la salud, así como al equilibrio psíquico. (p.3)

Por ello el indicador de logro que tome en cuenta es: Identifica y nombra características personales: ¿cómo es físicamente?, ¿qué le gusta?, ¿qué no le gusta?, ¿qué se le facilita?, ¿qué se le dificulta?

Para comenzar les proyecté a mis alumnos el cuento: ¿Quién soy?, el cual trata de que un personaje se pregunta: ¿Quién soy? ¿Cómo me llamo? ¿Cómo soy? ¿Qué me gusta? ¿Qué me disgusta?, etc., y una voz le responde todas sus preguntas y de este modo él va logrando reconocerse. Tomé el video para guiar a mis alumnos a que reflexionaran en quiénes son ellos, y se fueran reconociendo además de que esta actividad la usé para introducir a mis alumnos a mi situación de aprendizaje.

Posteriormente les indiqué que jugaríamos a las estatuas, y les pregunté si alguien sabía cómo se jugaban. Después de escuchar sus aportaciones les platiqué cómo realizaríamos la actividad. En esta actividad reflexioné sobre la importancia de dar las consignas claras a los alumnos para que no se perdieran a la hora de realizar la actividad, porque considero que los alumnos no lograron identificar del todo lo que tenían que hacer y fue por lo que tuve que intervenir nuevamente para dar las consignas claras y pudieran realizar la actividad.

Esto lo menciono porque para comenzar mi actividad les dije a los alumnos que jugaríamos a las estatuas, no hubo necesidad de explicarles cómo era el juego porque ya lo conocían. Les mencioné que cuando parara la música, se deberían quedar quietos y sin moverse, y el que se moviera debería decir algo que sabía hacer solito. Al poner la música vi que los niños sólo me veían y algunos se movían. En ese momento la detuve porque no todos bailaban. ¿Saben lo que vamos a hacer?, les pregunté. La mayoría de los niños respondió que no. Entonces me paré y les expliqué nuevamente, pero esta vez poniéndome yo de ejemplo para que vieran lo que hacía y cómo sería la dinámica del juego.

Les di a conocer nuevamente la consigna: “haber chicos voy a poner la música y ustedes van a bailar, cuando yo pare la música, sé que darán quietecitos, no pueden moverse, porque el que se mueva deberá de decir algo que puede hacer solito”



Posteriormente para ver si les había quedado claro le pedí a Alan que me digiera que íbamos hacer, y el nuevamente repitió lo que yo les dije.

Considero que la consigna que presenté no fue la más adecuada, porque en ella mis alumnos debían llevar a cabo tres acciones a la vez y esto fue un poco confuso para ellos. Esto me llevó a reflexionar sobre la forma en que planteo mis consignas, como señala el Programa de Aprendizajes clave (SEP, 2017): “es necesario prever consignas claras, cómo y en qué sentido se propiciarán la reflexión y los intercambios (p.172), para que de este modo los alumnos la puedan entender con claridad.

Posteriormente, al llevar a cabo mi actividad comencé a identificar que no todos los niños lograban reconocer lo que sabían hacer sin ayuda o lo que no sabían hacer con ayuda de alguien más, ya que en ocasiones los alumnos sólo repetían lo que otro compañero había dicho con, como se observa en el siguiente artefacto:

Maestra: Kamila, ¿Qué cosas sabe hacer solita?

Kamila: tortillas

Maestra: ¡muy bien! (Seguí con el juego)

Maestra: Ya perdió. Judith dígame: ¿Qué sabe hacer solita en casa?

Judith: tortillas

Maestra: No, pero no se vale repetir, Judith dígame ¿qué sabe hacer usted solita?

Judith: (solo se me queda viendo se ríe y ya no me responde).

Artefacto 7.1 Transcripción de la videograbación. Los niños expresan lo que saben hacer. (12/09/2019).

En este primer momento, los niños expresaron lo que sabían hacer y algunos comenzaron a repetir lo que el resto mencionaba, aunque en esta actividad la mayoría concibió lo que sabía hacer como el hecho de dibujar, escribir, números, pero aún no en general. Elegí este artefacto porque muestra las concepciones que tienen los niños del grupo en un inicio, sobre lo que saben hacer con y sin ayuda.

No obstante, al analizar esta situación, con mi equipo de cotutoría y mi tutora, me doy cuenta de que no me involucro del todo en la actividad, que constantemente les digo: ¡bailen chicos!, ¡muévase por todo el salón! y yo sólo permanezco en el mismo sitio y no lo llevo a cabo con ellos para brindarles mayor confianza y seguridad de realizar la actividad. Y esto contradice mi filosofía docente donde menciono que el docente debe ser un guía para los alumnos, porque en esta actividad, yo no fui guía porque no me involucre con ellos para brindarles esa seguridad de realizar la actividad, si no que por lo contrario solo los mandaba, pero no los guiaba con mi ejemplo.

Medina (2015) menciona que la “necesidad de que el docente adquiriera tacto es que éste le permite percatarse de que es necesario que flexibilice su práctica y que establezca con sus alumnos una interacción afectiva”. (p.4). Considero que mis acciones contradicen mi filosofía docente en cuanto al aprendizaje, porque en ella yo reflexiono que el docente debe ser flexible y transmitir confianza a sus alumnos y por lo contrario en mi actuar se puede observar todo lo contrario.

Después de volver a dar la consigna identifiqué que los alumnos mostraban entusiasmo por comenzar con la dinámica, esto ayudó a amenizar un poco la parte de indagación de conocimientos. Con la actividad me di cuenta cómo algunos de mis alumnos lograban identificar lo que sabían hacer con y sin ayuda, pero otros aún no.

Aunque también puedo darme cuenta de que mis actividades no están articuladas y en ocasiones sólo son actividades aisladas, para tratar de cumplir con mis indicadores de logro. En muchas de las ocasiones me doy cuenta de que solo realizó actividades aisladas que rompen con la secuencia de mis propósitos de aprendizaje y esto hace que no sean actividades secuenciadas con un propósito en común. Con mi equipo de cotutoría y mi tutora puedo entender que para lograr influir en mi grupo con respecto al autoconocimiento debo de planear de manera articulada y con un propósito en todas mis actividades.

Hasta este momento puedo rescatar que los conocimientos previos de mis alumnos son que la mayoría asoció lo que sabe hacer con hechos relevantes a la escuela,

solamente, y con esto me toca a mí abonar al concepto que ellos tienen para encaminarlos con sus saberes previos a que construyan nuevos aprendizajes, en base a lo que ya conocen. Esto lo realicé mediante la aplicación de diversas actividades encaminadas al autoconocimiento.

De acuerdo con lo que observé, me di cuenta de que algunos de los niños respondían inconscientemente acerca de lo saben o no hacer, por lo que decidí volver a plantear cuál era el fin de la actividad, cuestionando a Judith: — ¿Tú qué sabes hacer solita?, indagando la disposición de la niña para recibir ayuda de un mediador. Sin embargo, en esta segunda respuesta, Judith sólo se me quedó viendo y yo seguí con la dinámica. Con ello reflexioné que mi intervención no fue la adecuada, ya que ignoré la situación y no brindé una alternativa para apoyar a Judith a que contestara. Considero que en este momento ella no reconocía lo que sabe hacer con o sin ayuda, pero creo que conforme vaya avanzando en la investigación, ella y el resto de los niños irán construyendo poco a poco sus concepciones de “quién son”.

Con mi intervención anterior, me doy cuenta de que soy incoherente con lo que plasmo en mi filosofía docente, donde menciono que yo considero que un ambiente de aprendizaje inclusivo es el espacio, donde nuestros niños se sientan seguros y cómodos para aprender. Sin embargo, mi actuación no permitió que los niños se sintieran así, porque mis preguntas no les daban seguridad, además, no me involucré del todo con ellos y no generé ese ambiente de confianza al decirles: ¡no, eso no!

Al indagar los conocimientos previos y obtener estas respuestas de mis alumnos, considero que ha comenzado a cambiar mi perspectiva acerca de lo que yo creía que mis alumnos reconocían de sí mismos, ya que cuando diseñé esta actividad di por hecho de que ellos entenderían mis consignas y expresarían lo que saben hacer con o sin ayuda. Ahora puedo darme cuenta de que en realidad mis alumnos aun muestran dificultades para reconocerlo y por ello debo buscar diversas estrategias para convertirme en un guía, y así ellos poco a poco se comiencen a conocer y yo pueda mejorar en el diseño de mis situaciones de aprendizaje.

### 7.1.3 Lo que me gusta y disgusta

Para diseñar esta actividad me basé en la anterior donde los alumnos hablaban de lo que podían hacer solos. Decidí elegir esta actividad donde ahora identificaran lo que les gusta y lo que no, esto para que de alguna manera llevaran relación en el reconocimiento de quiénes son. Elegí la fotografía como recurso didáctico, ya que en otras actividades los niños han mostrado mucho interés por realizarlas porque se están observándose y diciéndole a sus compañeros diversas cosas con referencia a ella. Además, como señala (Bem, citado por Laney, 2005):

A partir del segundo año, los niños comienzan a reconocer su propia imagen, por ejemplo, en el espejo, o en una fotografía. Aparecen en su vocabulario con frecuencia las palabras “yo” y “mío”, lo que indica que comienzan a desarrollar la autopercepción, o percepción de sí mismo, y a ver la diferencia entre ellos mismos y los demás. (p.12).

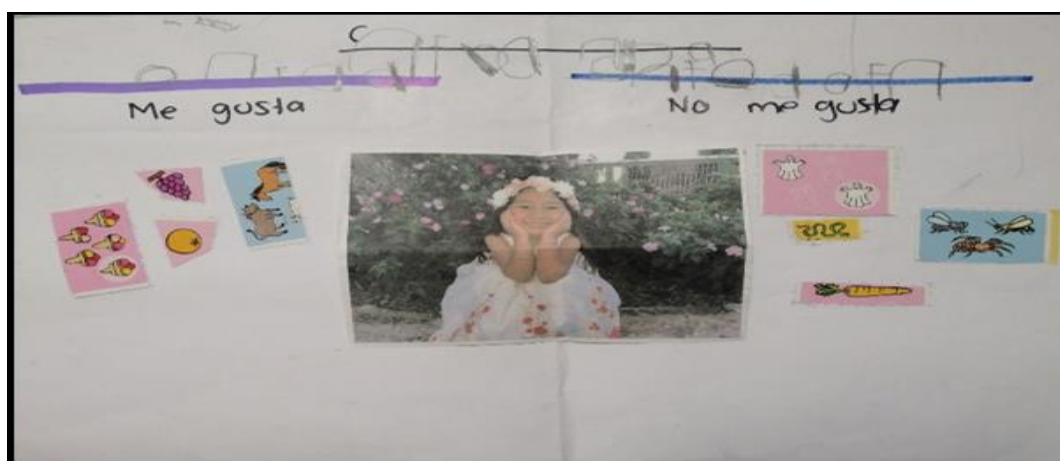
En esta actividad los alumnos debían clasificar y expresar por medio de recortes lo que les gusta y disgusta en dos columnas y ellos irían al centro de las dos columnas, para que, al terminar la clasificación, lograran presentarse al resto de sus compañeros. Para llevarla a cabo, les repartí revistas, tijeras, pegamento y un trozo de cartulina, en la cual debían realizar la clasificación. Realicé la repartición de material, porque como son un grupo de primero y segundo de nuevo ingreso, decidí apoyarlos. Los alumnos comenzaron a realizar la actividad y en lo que ellos buscaban los recortes en las revistas, que expresaban lo que les gusta o disgusta, yo pasaba por las mesas y les pedía me platicaran acerca de lo que les gustaba y lo que no y les preguntaba el porqué, para indagar más a profundidad sus respuestas. Esto lo realicé porque, como menciona Piñeiro (2015), “El niño va tomando consciencia de la existencia de los demás mediante el proceso de socialización y los intercambios con el otro — cada vez más complejos — donde intervienen su maduración orgánica y su desarrollo intelectual y afectivo” (p.12) por ello decidí comenzar a estimular su socialización mediante algunas preguntas sobre lo que realizaban. Porque si estimulaba su socialización

mediante preguntas, ellos lograrían poco a poco ir expresando gustos y disgustos, que forman parte de la dimensión del autoconocimiento.

Al pasar por los lugares me percaté cómo Mariel, una alumna de primero, clasificaba las imágenes en lo que le gustaba y lo que no, de manera muy evidente, por ello le pregunté: — ¿Por qué no te gustan las arañas?, porque era una de las imágenes que tenía en ese apartado. Su respuesta fue: — ¡porque pican! Esta respuesta me ayudo a ver que Mariel ya lograba argumentar porque no le gustan las arañas. Esta respuesta me llenó de alegría porque para el grado en que ella está, reconoció por qué le gustan o disgustan algunas cosas, aunque las arañas no pican propiamente, pero si muerden.

Cuando terminaron todas sus producciones llevamos a cabo una exposición de trabajos en la cual expresaron ante sus compañeros de manera voluntaria lo que habían elaborado, y por qué lo clasificaron de esa manera. Alumnos como Reily, Alan y Vicente lo expusieron con entusiasmos y fluidez.

Otros niños como Christopher, Maite y Judith no lograban expresar gráficamente sus gustos y disgustos, pero hubo casos como el de Vicente y Mariel que si lograron expresar por qué les gustaba o no cierto objeto. Esto se muestra en el siguiente artefacto de su producto terminado:



Artefacto 7.1. 3 producción de los alumnos. Expresan con recortes lo que le gusta y disgusta. (13/Noviembre/2019)

Elegí este artefacto porque muestra cómo algunos de los alumnos logran recortar clasificar lo que les gusta y disgusta, esto para mí fue muy enriquecedor porque, da cuenta que poco a poco comienzan a conocerse, un claro ejemplo es que clasifican por gustos y en plenaria lograron expresar por qué les gustaba y porque les disgustaban ciertas cosas. Por ejemplo, decían: — Me gusta el helado porque es rico; No me gustan los fantasmas porque me dan miedo; Me gustan los osos porque son bonitos; No me gustan las arañas porque pican, entre otras respuestas más que dan cuenta de que comenzaron a identificar por qué les gusta o disgusta algo.

Es por ello por lo que consideré muy importante trabajar esta investigación sobre el autoconocimiento con los niños para que logren reconocerse, y así puedan tomar decisiones sobre ellos. Este artefacto a la hora de estarlo realizando me permitió ver cómo mis alumnos platicaban entre ellos y decían por qué les gustaban o disgustaban algunas cosas. Con esta actividad se ve reflejado un aspecto de la autorregulación, el “Compartir con otros sus necesidades; lo que les gusta y disgusta, y sus emociones”. (SEP,2017)

#### **7.1.4 Reconozco mis emociones**

De acuerdo con Rodríguez (2012):

Una emoción es algo que una persona siente que la hace reaccionar de cierta manera; esto refleja el hecho de que las emociones son experimentadas de forma individual, ya que no todas las personas sienten o reaccionan de la misma manera (p.9).

Considero que las emociones de los alumnos son muy significativas para que dentro del aula los alumnos logren autorregularse, ya que, si no logran reconocerlas, sería muy complicado trabajar con la diversidad de alumnos en las aulas, por ello que si no se autorregulan no podrán prestar la atención necesaria para el logro de las actividades.

Como señala Molina (2013):

Las emociones son la respuesta que aparece después de la percepción de la sensación. Se manifiestan de manera abrupta y en ellas no interviene la parte racional. Podríamos decir que se trata de la primera reacción frente a una situación antes de actuar tras haber generado un pensamiento asociado. (p.15).

Para esta actividad solo tuve seis alumnos de 13 que conforman mi grupo. Comencé preguntándoles: ¿Qué sentirían si vieran a un viejito en un hospital? Dos niños levantaron la carita de enojada y cuatro de triste. Reily comentó: —yo me sentiría enojado porque me dolería verlo ahí. Algunos otros comentaron: — tristes y con ganas de llorar. Esto me alegró porque considero que mis alumnos lograron expresar lo que les provocaría estar ante esta situación, a pesar de que era algo que quizás ellos no habían vivido o nunca habían observado y, aun así, levantaron la carita de la emoción que les provocaba, con el simple hecho de imaginarlo.

Y es que como menciona Giménez, Fernández y France (2013): “Cuando los niños son capaces de entender que recibir un regalo nos hace sentir contentos o que cuando un amigo nos empuja nos sentimos tristes, están adquiriendo una pieza clave dentro del puzle de las habilidades socioemocionales” (p.85). Esto para mí fue enriquecedor porque a pesar de que fue la mitad del grupo la que participó en esta actividad, la mayoría lograba expresarse de acuerdo con la situación que se les planteaba.

Para continuar con la actividad, les mostré a los alumnos diversas imágenes como: changuitos, payasos, niños jugando, niños pegando, niños abrazados de mamá, etc. Para cada una de las imágenes los niños iban levantando una carita según la emoción que sentían al verlas, y yo les preguntaba por qué se sentían así.

El siguiente artefacto que elegí fue una imagen congelada donde se observa como todos los alumnos levantan la carita de la emoción que sienten al ver un payaso:



Artefacto 7.1.4 Imagen congelada de video. Los alumnos levantan la carita de feliz y expresan que fue la emoción que les provoco la imagen. (14/11/2019)

Esto para mí fue muy significativo ya que me permitió darme cuenta de que identificaron la emoción que les provoco la imagen, porque al cuestionarlos porque habían elegido dicha carita lograban expresarlo. Con el artefacto puedo evidenciar cómo los alumnos logran expresar la emoción que sienten en el momento y esto ayuda a “Favorecer la capacidad de identificar y poner nombre a la emoción que se está sintiendo permitirá a los estudiantes comunicarse en forma coherente, y consistente, disminuyendo las probabilidades de malentendidos por problemas de lenguaje” (Milicic et al., 2014, p. 45)

Elegí este artefacto porque, aunque fueron pocos los alumnos que estuvieron en la actividad pude darme cuenta de que por ejemplo al poner la imagen del payaso, todos subieron la carita de feliz excepto Alan él levanto la carita de enojado, al preguntarle por qué levanto esa carita él expresa porque no le gustan los payasos. Otra de las situaciones que me evidencia este artefacto es cómo mis alumnos logran levantar la emoción que les provoca a la imagen y mencionarla.



Al respecto Malaisi (2020) menciona:

Enseñándoles las emociones y entablando una conversación respecto de cada una de ellas, verás cómo los niños aprenden a expresar lo que sienten por medio de las palabras (en forma asertiva, como veremos más adelante). Entenderán que es normal sentir vergüenza, enojo, tristeza o miedo, y así aprenderán a identificar los signos y sensaciones de éstas y otras emociones. Además, desarrollarán más y mejores formas de responder ante cada una de ellas. (p.15),

El artefacto anterior lo relaciono con lo que menciona el autor, porque al estar interactuando con mis alumnos en esta actividad pude darme cuenta cómo ellos poco a poco han logrado reconocer gustos y disgustos, además de que comienzan a reconocer las emociones básicas y lo que éstas los hacen sentir, lo cual impactó en mi práctica porque da cuenta de lo que he logrado avanzar con mis alumnos, aunque considero que tengo muchas áreas de oportunidad aun para aprovechar al máximo mis actividades.

De igual manera otro artefacto que da cuenta de lo que mencionaba en la imagen congelada de la videograbación, es el siguiente:

*Mtra.: ¿Cómo se sienten si ven ese changito?, levanten una carita*

*Reily: feliz*

*Mtra.: levántenla no hablen, solo levanten una carita, ¿Cuándo vez ese changuito como te sientes?*

*Algunos alumnos: feliz*

*Mtra.: arriba su carita. Alan ¿Cómo te sientes cuando vez ese changuito?*

*Alan: enojado*

*Mtra.: ¿Por qué?*

*Alan: porque no me gustan los changuillos*

*Mtra.: porque no le gustan los changuillos, muy bien. ¿tú cómo te sientes Mariel cuando lo ves?*

*Mariel: feliz*

*Mtra.: ¿Por qué?*

*Mariel: porque me gustan*

Artefacto 7.1.5 Transcripción de la videograbación. Los niños expresan la emoción que sienten al ver la imagen. (19/11/2019)

Este artefacto me permitió observar cómo la mayoría de los alumnos que estuvieron en la actividad lograban contestar de manera más fluida a lo que les preguntaba, y considero que esto confirma lo que menciono en mi filosofía docente en cuanto a la forma de enseñanza aprendizaje, porque en ella menciono que el proceso de aprendizaje se facilita al implementar actividades innovadoras que presenten un reto a los niños y de igual manera que este aprendizaje se facilita cuando se plantean diversas estrategias para que los niños se involucren en su propio aprendizaje, y considero que en esta actividad fue lo que yo realice con mis alumnos aunque aún considero que mi intervención tiene que mejorar para lograr mayores aprendizajes.

Al analizar este artefacto que forma parte de una videograbación, percibo con apoyo de mi equipo de cotutoría y mi tutora, que la idea de la actividad era buena, pero no la aproveché al máximo. Me hizo falta buscar una estrategia mediante la cual mis alumnos se autorregularán y así sólo levantarán la carita, sin necesidad de que dijeran de manera oral la emoción que les provocaba la imagen. La regulación emocional 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.” (Bisquerra, citado por Rodríguez, 2012, p.13).

De igual manera me doy cuenta de que los cuestioné demasiado, a la hora de levantar las caritas, y no fui analítica y observadora para preguntarles a algunos alumnos y no a todos, para hacer la actividad más atractiva y fluida. También reflexiono, a partir de la retroalimentación de mi equipo de cotutoria, que las actividades se deben empezar

de lo sencillo a lo complejo, y en este caso yo realicé lo contrario y les compliqué a mis alumnos el aprendizaje, ya que los puse a imaginar cosas que quizá jamás habían visto, y a esto le sumé que sintieran una emoción, al cuestionarlos como se sentirían ustedes.

Creo que pude haber comenzado primero con una situación de su contexto para que fuera más significativa para ellos y más fácil de identificar, y luego con las imágenes que trabajamos. Es por eso por lo que considero que no se cumplió del todo con el objetivo de mi situación de aprendizaje porque mis actividades no eran secuenciales y esto hizo que se perdiera el propósito. A continuación, hago una valoración en cuanto a lo que lograron mis alumnos en cada uno de los indicadores de logro con base en la observación de la videograbación:

*Tabla 4. Evaluación de los aprendizajes de los alumnos*

INDICADORES DE LOGRO	ALUMNOS	EJEMPLO
Atención: Reconoce cuando necesita estar en calma.	Ninguno	Considero que este indicador no se logró porque en la situación de aprendizaje no hubo donde lo aplicaran.
Conciencia de las propias emociones: Reconoce las emociones básicas (alegría, miedo, enojo, tristeza) e identifica cómo se siente ante distintas situaciones.	Reily Alan Mariel Darley Kamila Monse Vicente	Logran expresar lo que les da miedo, lo que los pone felices, lo que los pone tristes, y expresan por qué. Por ejemplo: Vicente: a la hora de mostrar la imagen del payaso levanta la carita de feliz y al preguntarle porque levanto esa carita, el menciona porque me gustan mucho los payasos.

		Alan: levanta la cara de enojado en la del payaso y dice porque a mí no me gustan.
Autoestima: Identifica y nombra características personales: ¿cómo es físicamente?, ¿qué le gusta?, ¿qué no le gusta?, ¿qué se le facilita?, ¿qué se le dificulta?	Reily Alan Maite Montse Camila Mariel Vicente Darley	Identifica si son altos, chaparros flaquitos, gorditos, si tienen ojos grandes o chicos de color o cafés  Por ejemplo: Maite: menciona yo soy Maite, soy chaparrita, de ojos grandes y verdes. Monse: yo soy chinita, blanca, de ojos grandes y flaquita.
Aprecio y gratitud: Agradece la ayuda que le brindan su familia, sus maestros y sus compañeros.	Ninguno	Este indicador no muestra avance ya que la situación de aprendizaje no se plantearon actividades donde los alumnos pudieran agradecer la ayuda de sus maestros o compañeros
Bienestar: Reconoce distintas situaciones que lo hacen sentir bien.	Alan Reily Vicente Judith Kamila Mariel Monse Darley Keydelin Fanny	Reconocen lo que los pone felices, por ejemplo, los payasos en las fiestas.

Esta experiencia sobre la aplicación del diseño de actividades me ayudó a darme cuenta de lo que yo considero adecuado dentro de mí aula y lo que realmente llevo a

la práctica. Identifico de primer momento que tiendo a desesperarme y doy las respuestas de lo que pregunto a mis alumnos. Considero que ésta es una dificultad, porque cuando los alumnos tardan en contestar o cuando siento que no van a contestar lo que yo quiero escuchar, les doy pistas que dan prácticamente la respuesta, y esto no les permite a mis alumnos reflexionar o indagar.

De igual manera, me doy cuenta de que durante todas las actividades suelo dar mayor veces instrucciones que consignas, esto no permite que mis actividades de alguna manera les generen un reto a mis alumnos. Además de que suelo ser demasiado conductista y los guío a realizar las actividades, no los dejo que ellos busquen la solución a los retos que les planteo.

Lo anterior considero que no se relaciona con lo que menciono en mi filosofía docente, porque como yo veo la enseñanza requiero adaptarme a las diferentes formas de pensar de mis alumnos, encontrar las estrategias para ganarme su confianza y lograr establecer una conexión de empatía, a fin de que sean ellos quienes decidan continuar aprendiendo, y asistan a la escuela para compartir sus aprendizajes, lo cual debo de volver a replantear para que mi filosofía concuerde con mi forma de enseñanza.

Y es que como menciona Piñeiro (2015), “la capacidad de cooperar en un “nosotros” y unirse a los otros en un futuro, dependerá de la calidad de las relaciones afectivas que tenga con sus seres más allegados (padres, familiares cercanos, maestros, educadores y otras personas importantes) (p.17). Es por lo que yo debo de buscar que mis alumnos se sientan conectados afectivamente conmigo.

Es importante reconstruir lo sucedido en la situación para de esta manera poder aprender de ella, aspectos que me han quedado más claros, gracias a las aportaciones y observaciones que me realizaron mi equipo de cotutoría y mi tutora. Primero que nada, identifico como dificultad el diseñar situaciones de aprendizaje que sean retadoras para los niños, ya que en la que realice no mostré gradualidad en las actividades, sino que se ven de alguna manera solo actividades sin secuencia ni ilación.

Otra de las problemáticas en el diseño de mi situación es que no se puede observar el enfoque de la educación, porque en mis actividades en su mayoría las participaciones son entre docente y alumnos, por lo que no se aprecia la interacción entre pares. Esto a su vez considero que se debe a que solo manejo dos formas de trabajo la individual y la grupal, y esto repercute en el ambiente de aprendizaje que se da en el salón que no permite el logro de los aprendizajes esperados.

Por otro lado, reconozco que no doy consignas a mis alumnos, la mayor parte del tiempo me la paso dando indicaciones y esto hace que mi práctica se vuelva muy conductista. Sin embargo, en la aplicación de mi situación didáctica también se reconocen algunas fortalezas, como la mejora en mi tono de voz, que fue una de las sugerencias que se me hicieron en las actividades del diagnóstico, así como la forma en que dejo que mis alumnos me apoyen para organizar el salón, para llevar las actividades; además les di mayor autonomía, por ejemplo, en el trabajo con la fotografía.

Por otro lado, reflexiono sobre mis limitaciones y desaciertos y puedo reconocer que muchas de las ocasiones suelo ser muy autoritaria con los alumnos y marco un límite entre ellos y yo con el simple hecho de llamarlos de usted lo estoy haciendo ver de manera inconsciente. Otro elemento de mi practica que no apoya al logro de los aprendizajes es que la mayor parte del tiempo estoy guiando a mis alumnos con indicaciones y dándoles las respuestas a lo que pregunto.

Ante todo, esto, puedo reconocer que mis principales retos como docente son: en primer lugar, dejar de dar indicaciones en mis actividades, permitiéndoles que con las consignas sean ellos quienes guíen su aprendizaje y busquen soluciones a lo que se les plantea. Otro de los retos que tengo es dejar de darles las respuestas a los cuestionamientos que les realizo a mis alumnos, para que sean ellos los que logren reflexionar y den respuesta de forma asertiva. Y, por último, diseñar situaciones didácticas innovadoras encaminadas al autoconocimiento, y con menos indicadores de logro para que se cumpla con los aprendizajes esperados.

Al reconocer todo lo anterior para ser un mejor docente y acercarme a la profesionalización docente adecuada, es necesario que en mi práctica diaria, rompa el esquema de “yo soy el docente y ustedes los alumnos” y me involucre más en las actividades con ellos, así como el estar implementando actividades diversas que presenten retos para los alumnos y no solo sea la participación constante docente alumnos.

Considero que mi principal reto es mejorar en dar mayor número de consignas y dejar de lado las indicaciones en las actividades, para así de esta manera generar un mayor reto cognitivo en mis alumnos, para el siguiente análisis mi reto primordial será mostrar una situación donde haya consignas claras, que hagan reflexionar a mis alumnos y así guíen al logro de aprendizajes permanentes en los alumnos a lo largo de la aplicación de las diversas situaciones didácticas.

Gracias a la reflexión a la que puedo llegar, me permite avanzar en el logro de los objetivos de mi portafolio temático, porque gracias a ellos podre ir diseñando estrategias adecuadas para mis alumnos, encaminadas a brindarles mayor autonomía y confianza para irse conociendo poco a poco, sin ser yo la que les de la respuesta a todo.

## 7.2 Qué me hacen sentir las fiestas decembrinas

Esta situación didáctica fue especialmente interesante para mí, debido a que desde el momento de la planeación me conflictué un poco en cuanto a cómo vincular mi problemática con los intereses de mis alumnos, que en ese momento era “La Navidad”. Por otro lado, quería mejorar mi diseño apoyándome de las fortalezas y debilidades que tuve en mi análisis anterior.

Primero que nada, tomé en cuenta lo que es una consigna, como señala el Programa de Educación Preescolar (2017), es la “Intervención pedagógica que sugiere qué, cómo y de acuerdo con qué condiciones hay que ejecutar determinada actividad o acción.” (SEP, p.353). Con esta interpretación pude guiarme para ver cómo tenía que plantear a los alumnos las actividades.

La situación didáctica la diseñé con una duración de seis días. El objetivo principal de las actividades era que los alumnos reconocieran lo que les gustaba de la navidad, que identificaran algunas emociones básicas y que logaran expresar cómo se sentían ante diversas circunstancias, con el propósito de ayudar a que los alumnos poco a poco fueran desarrollando las habilidades socioemocionales, enfocadas en el autoconocimiento.

Para diseñar la situación de aprendizaje tomé en cuenta las siguientes habilidades socioemocionales con sus correspondientes indicadores de logro (SEP, 2017):

HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES	INDICADORES DE LOGRO
<b>Atención</b>	Reconoce cuando necesita estar en calma.
<b>Expresión de las emociones</b>	Reconoce las emociones básicas (alegría, miedo, enojo, tristeza) e identifica cómo se siente ante distintas situaciones.
<b>Autoestima</b>	Reconoce y expresa características personales: su nombre, cómo es físicamente, qué le gusta, qué no le gusta, qué se le facilita y qué se le dificulta.
<b>Inclusión</b>	Convive, juega y trabaja con distintos compañeros.



### 7.2.1 ¿Qué es la navidad?

Para desarrollar la situación didáctica coloqué un dibujo de Grinch en el pizarrón antes de que llegaran mis alumnos al salón, con el fin de que cuando entraran lo vieran y comenzaran a cuestionarse qué es lo que hacía ahí. Eran las 9:00 a.m. cuando empezaron a llegar uno a uno de mis alumnos. Al entrar al salón se quedaban viendo al pizarrón haciendo cara de sorprendidos, y otros me decían: — ¡Mira maestra!

Al entrar Reily al salón puso cara de asustado y se volvió a salir, cuando me acerqué a preguntarle qué pasaba, únicamente me vio y me dijo: — nada, y se volvió a meter al salón observando al Grinch. Una vez que se ubicaron en sus lugares, puse la canción “Es malvado el señor Grinch”, esto para que fueran contextualizándose sobre lo que trabajaríamos. Al terminar la canción pedí al grupo que formara un círculo y les pregunté: —¿no ven algo raro en el salón? Unos niños dijeron: — ¡El mono verde! Con esta respuesta me pude dar cuenta que no conocían al personaje del Grinch y que esto haría más interesante mi situación de aprendizaje.

Les expliqué que ese “Mono verde”, como ellos lo llamaron, era el señor Grinch. Les comenté que estaría en nuestro salón durante unos días y por este motivo deberíamos de no hacer mucho ruido para no despertarlo, porque estaba dormido. En plenaria les comenté que durante esos días les contaría un cuento que se llama “El Grinch se roba la navidad”.

Antes de iniciar les pregunté: ¿saben que es la navidad?, ¿qué significa navidad? Los alumnos mencionaron: — “es cuando les dan regalos” — “cuando les dan muchos juguetes” — “que les dan calcetines”, etc., Esto llamó mucho mi atención porque los alumnos asocian la navidad con algo material y esto lo muestro en el siguiente artefacto:

*Maestra: ¿quién sabe qué Es la Navidad?*

*Alan: yo*

*Maestra: a ver qué es la Navidad Alan*

*Alan: qué Santa Claus nos traiga muchos regalos*

*Maestra: Aaa muy bien vamos a anotar Alan dice, que la navidad es que santa Claus nos de muchos ...*

*Alumnos: regalos (a coro)*

*Maestra: ¿quién más sabe que es la navidad?*

*Genesis: yo*

*Maestra: quien dijo yo, Genesis... ¿qué es la navidad Genesis?*

*Genesis: que nos de santa Claus muchas muñecas*

*Maestra: aaa que nos den muñecas. ¿qué más es la navidad? ¿quién más sabe que es la navidad? Tu Britany ¿qué es la navidad?*

*Britany: que den muchos monos*

*Maestra: que te den monos*

Artefacto 7.2.1 Transcripción de la Videograbación. Concepciones de los niños sobre la navidad. (09/11/2019)

En este artefacto se observa cómo rescaté los saberes previos de mis alumnos en cuanto a lo que es la navidad para ellos, y las concepciones que expresaron. Además, da cuenta de lo que menciono sobre mi problemática en el diagnóstico, en cuanto a que los alumnos asocian que las cosas materiales son las que los hacen sentir bien.

Como menciona Malaisi (2020):

A menudo los niños experimentan emociones de las que no pueden hablar porque no conocen las palabras necesarias para expresarlas. Pueden llorar por tristeza o bien por miedo y hasta por enojo, pero si no pueden nombrar o verbalizar sus estados afectivos, no podrán saber qué es lo que sienten. Difícilmente identificarán las causas de su estado emocional, y menos aún podrán resolver sus problemas o apreciar el para qué de las emociones. (p.15)

Por esto la necesidad de enseñarles las emociones básicas a mis alumnos, a fin de que logran reconocer lo que las emociones los hacen sentir ante diversas circunstancias a las que se enfrenten y así entender que no sólo se siente una emoción cuando reciben cosas materiales.

Para continuar, les platicué que se contaría un cuento por partes y en cada parte irían participando para que se sintieran parte del. Leí dos páginas del cuento y cuando terminé les pregunté: ¿a quiénes les gusta mucho la navidad? La respuesta fue unánime, a todos les gustaba la navidad. En seguida les propuse una divertida actividad de caracterización, en la cual nos convertiríamos en "quienes" los personajes del cuento a los que les gustaba demasiado la Navidad y modelaríamos los atuendos y peinados de estos divertidos personajes.

Para esto elegí plantearles esta actividad, para que se metieran en el papel y pudieran reconocer con mayor facilidad la importancia de la Navidad. Los alumnos se mostraron muy motivados e interesados por llevar a cabo la actividad, para esto se solicitó el apoyo de los padres de familia para que a la mañana siguiente llevaran caracterizados a sus hijos en los "quien".

### **7.2.2 Los "quien" de "villa quien"**

Al día siguiente estaba muy emocionada por recibir a mis alumnos porque consideraba que sería una gran actividad. Como cada mañana, pasé por mi sobrina a su casa para trasladarnos al Jardín, y ¡oh sorpresa con la que me encontré! La niña estaba muy molesta por asistir disfrazada y peinada de la manera que les solicité a las mamás. Al preguntarle qué le molestaba, me dijo que se veía fea. En el camino al Jardín iba pensando cuál sería la actitud de los demás niños ante esta situación.

Al llegar al Jardín y comenzar a recibir a mis alumnos pude percatarme que la gran mayoría iba molesta por la forma en que iban peinados, pero a medida que veían a sus demás compañeros se tranquilizaban, y se comenzaban a reír unos con otros. Al entrar al salón decidí llevar a cabo una actividad en donde los niños pudieran lucir sus

disfraces y peinados. Para esto pedí a mis alumnos que se acomodaran en dos filas, porque nuestro salón sería una pasarela de peinados.

Les expliqué que deberían modelar su peinado y platicarnos un poco sobre lo que les gustaba o disgusta del mismo. La mayoría de los alumnos a la hora de pasar a modelar su peinado y compartir porque les gustaba o disgustaba, mencionaban que les gustaba su peinado porque se los había hecho su mamá. Considero que, como ha sucedido en otras ocasiones, los niños sólo repetían lo que los demás decían, pero en realidad no expresaban lo que sentían, si les gustaba o no les gustaba y por eso decidí cuestionarlos y esto lo muestro en el siguiente artefacto:

*Maestra: chicos y ¿él quién es?*

*Alumnos: el Grinch*

*Maestra: ¿y cómo se siente el Grinch?*

*Alumnos ¿enojado?*

*Maestra: enojado. ¿porque está enojado el Grinch?*

*Reily: porque no le gusta la Navidad*

*Maestra: porque no le gusta la navidad y nosotros nos gusta mucho la...*

*Alumnos: navidad*

*Maestra: oigan chicos y ¿si les gustan sus peinados?*

*Alumnos: sí (coro)*

*Maestra: haber en la mañana que los peinaron ¿cómo se sentían?*

*Britany: bien*

*Maestra: ¿porque se sentían bien? O estaban enojadas, o tenían miedo de venir así peinadas*

*Judith: sí*

*Maestra: si tenían miedo ¿por qué?*

*Mariel: no*

*Maestra: puede que sí, porque Mariel si estaba enojada, verdad Mariel en la casa estabas enojada, porque no querías venir así verdad que no ¿porque no querías venir Mariel? Te daba...*

*Mariel: feliz*

*Maestra: No, pero en la mañana no estabas feliz en la casa, ¿cómo te sentías en la mañana?*

*Mariel: enojada*

*Maestra: ¿porque te sentías enojada?*

*Mariel: ¿porque no me gusta mi peinado?*

*Maestra: ha ya vieron, ella en la mañana estaba muy enojada, porque no le gusta su peinado, pero ya en la mañana cuando ya llegaste aquí y viste a las demás peinadas así ¿cómo te sentiste Mariel?*

*Mariel: feliz*

Artefacto 7.2.2. Transcripción de la videograbación. Los alumnos expresan cómo se sintieron al estar peinados como los "Quien" de "Villa quien". (10/XII/2019)

Seleccioné este artefacto porque me permite reflexionar sobre los sentimientos de mis alumnos al asistir al Jardín peinados de esta manera. Yo sabía que Mariel estaba molesta por la mañana y decidí indagar sobre cómo se sentía el resto de los alumnos, poniéndola de ejemplo ante los demás para darles la confianza de expresarse y que de este modo pudieran decir cómo se sentían.

Al escuchar a mis alumnos me di cuenta de que lograron expresarse con seguridad y podían decir la razón por la cual no les gustaban sus peinados y cómo se sentían en casa cuando sus mamás los estaban alistando para llevarlos al Jardín. Esto para mí fue muy enriquecedor porque poco a poco estoy logrando que mis alumnos expresen lo que les gusta, lo que no les gusta y reconozcan el por qué.

Según Stryker (citado por Bericat, 2012):

Todas las emociones funcionan como mensajeros para el yo, que cumplen una función de señal, y que por tanto son adaptativas y útiles en el largo plazo de la

evolución y en el corto plazo de la interacción. Pero además de cumplir una función de señal, las experiencias emocionales también causan un impacto y dejan una marca, a veces indeleble, que condiciona las futuras disposiciones del sujeto. (p.2).

El artefacto da cuenta de cómo al propiciar ciertas situaciones donde los alumnos viven y sienten diversas emociones, señala de manera negativa o positiva, pero, si enseñamos a nuestros alumnos a ser más expresivos podremos mejorar en la condición en que afectan su vida.

Este artefacto lo elegí porque a pesar de que les cuesta trabajo expresar sus emociones, considero que con mi ayuda poco a poco van mostrando más seguridad y aunque ellos aún imitan las respuestas del resto de sus amigos, hay quienes ya expresan lo que en realidad sienten, porque mencionan cosas que no se habían dicho.

### **7.2.3 Poniéndole un corazón más grande al Grinch**

Para mi siguiente actividad leí otra parte del cuento en la cual mencionaba el Grinch, quizás tenía un corazón muy pequeño, para lo cual les pedí a mis alumnos que me ayudaran a colocarle un corazón más grande al Grinch. Ellos se mostraron muy emocionados porque mencionaban que, si le ponemos un corazón más grande al Grinch, ya le iba a gustar la Navidad.

En esta actividad les dije a mis alumnos que le íbamos a colocar el corazón, pero íbamos a tener los ojos vendados. Les mencioné a mis alumnos que para poder llegar al Grinch y ayudarlo, teníamos que elegir a un amigo que nos guiara y sería él quien nos iba a decir hacia dónde caminar. Los niños realizaron la actividad muy emocionados, eligieron a su compañerito que los guiara y el resto de los compañeros sólo observaba. Esta actividad para mí fue muy buena porque mis alumnos pudieron autorregularse y dieron oportunidad solamente de hablar al que estaba guiando al compañero hacia el Grinch.

Después de realizar la actividad, coloqué a mis alumnos en medio círculo y realizamos una plenaria en la cual les pregunté: cómo veían al señor Grinch, lo cual se observa en el siguiente artefacto:

*Maestra: que creen, todavía tiene cara de...*

*Alan: enojado*

*Maestra: creo que no lo logramos, ¿no hicimos que le gustara la?*

*Alumnos: navidad*

*Maestra: porque sigue...*

*Alumnos: enojado (coro)*

*Maestra: ¿cómo se sienten ustedes ahora? ¿porque no pudimos hacer que le gustara la navidad? ¿cómo se sienten?*

*Alan: tristes*

*Maestra: ¿porque tristes Alan?*

*Alan: porque está enojado*

*Maestra: Alan se siente triste porque está enojado, ¿cómo se sienten porque está enojado? ¿cómo se sienten porque no logramos hacer que al Grinch le guste la navidad?*

*Reily: yo*

*Maestra: ¿cómo te sientes Reily?*

*Reily: triste*

*Maestra: ¿porque triste?*

*Reily: porque no pudimos...*

*Maestra: A Reily se siente triste porque no pudimos hacer que el Grinch le gustara la Navidad ¿cómo se sienten los demás?*

*Judith: yo, enojada*

*Maestra: por qué enojada*

*Judith: en la casa me enoje*

*Maestra: Ha, pero muy bien Judith en su casa se enojó, pero ¿aquí cómo te sientes porque no pudimos hacer que al Grinch le gustara la Navidad? ¿aquí cómo te sientes?*

*Judith: enojada*

Artefacto 7. 2.3. Transcripción de la videograbación. Los alumnos expresan sus emociones al no lograr que al Grinch le gustara la Navidad. (11/XII/2019)

Elegí este artefacto porque da cuenta de cómo poco a poco mis alumnos están expresando lo que sienten ante diversas situaciones que se les presentan, y la mayoría logra expresar por qué se sienten de esa manera, "Favorecer la capacidad de identificar y poner nombre a las emociones que se está sintiendo permitirá a los estudiantes comunicarse de forma más coherente y consistente" (Milicic, Alcalay, Berger y Torretti, 2014). De acuerdo con los autores, considero que el preescolar es fundamental para que los alumnos vayan reconociendo y nombrando las emociones que van identificando en las diferentes situaciones que se les vayan presentando.

Según Malaisi (2020):

La contención que ofrece el poner en palabras lo que sentimos nos permite pensar, reflexionar y así focalizarnos en resolver el problema, eligiendo una mejor solución y evitando el impulso por el cual la emoción se saltea el momento de pensar y uno pasa directamente a la acción. (p.16)

#### **7.2.4 ¡El Grinch se llevó los regalos!**

Para continuar con la aplicación de mis actividades, leí la siguiente parte del cuento. Para esto coloqué a mis alumnos en círculo y en medio puse el árbol de Navidad de nuestro salón cada uno de los alumnos tenían sus manos una carta y un detalle que habían elaborado para las mamás.

Comencé a leer la parte del cuento la cual mencionaba cómo el Grinch entró a las casas de los "quien" y se llevó los juguetes, los árboles de Navidad, e incluso la comida, y, a pesar de eso, seguían siendo felices. Cuando terminé de leer el cuento,



cuestioné a mis alumnos sobre lo que había sucedido y posteriormente lo llevé a reflexionar cómo a pesar de que el Grinch se robó los regalos, "Los quién" seguían siendo felices como se observa en el siguiente artefacto:

*Maestra: Haber piensen, quien sabe porque si ya no tienen juguetes, ya no tienen árbol, ya no tienen monas....*

*Reily: porque nos gusta*

*Maestra: porque les gusta verdad ¿porque más creen que sigan siendo felices?*

*Reily: porque nos gusta la navidad*

*Maestra: aaa, pero los "quien" siguen siendo felices, porque les gusta la navidad y no importa que no haya juguetes entonces o ¿sí?*

*Vicente: nooo*

*Maestra: no, no importa que no haya juguetes verdad. ¿qué es lo que importara de la navidad chicos? ¿qué creen que importara?, Maite ¿qué crees que sea lo que importe? Si ya n ahí juguetes, ya no hay comida, ya no hay botas, calcetines*

*Judith: ni monas*

*Maestra: ni monas, pero siguen siendo felices ¿porque crees que crees? ¿qué crees que sea lo que importe en la navidad?*

*Maite: celebrar la navidad*

*Maestra: celebrar la navidad y ¿con quién celebrar la navidad? ¿con quién creen que sea importante celebrar la navidad?, más que tener cosas ¿con quién creen que sea importante celebrar nuestra navidad?*

*Judith: porque nos gusta*

*Maestra: eso ya lo dijimos, pero escuchen, ¿con quién creen que sea importante celebrar la navidad?, aunque no tengamos regalos, aunque no tengamos comida, ni monas, ni calcetines ¿con quién crees que sea importante pasar la navidad? ¿con quién les gustaría pasar su navidad?*

*Vicente: porque caí nieve*

*Maestra: pero eso es porque les gusta, porque cae nieve....*

*Maestra: ¿a ustedes con quien les gustaría pasar su navidad?*

*Reily: con las mamás*

*Maestra: con sus mamás ¿con quién más?*

*Alumnos: con sus papás*

*Maestra: con sus papas, ala entonces los quien ¿Porque eran felices? ¿porque estaban con? ¿con quién estaban?*

*Reily: con sus mamas*

*Maestra: con sus mamas, con sus papás y por eso seguían siendo feliz*

Artefacto 7.2.4. Transcripción de videograbación. Los alumnos logran reflexionar que la navidad no sólo son cosas materiales. (16/XII/2019)

Elegí este artefacto porque da cuenta de cómo algunos de mis alumnos, logran reconocer que la Navidad no sólo son cosas materiales, sino que por lo contrario la Navidad es estar con las mamás, los papás y las personas que ellos consideran parte de su familia. Para mí esta actividad fue muy enriquecedora porque a pesar de que yo guiaba a mis alumnos con las preguntas, ellos fueron reflexionando, y dieron con que la navidad no solo son cosas materiales.

Para continuar, les pedí a mis niños que colocaran sus regalos abajo del árbol de navidad. Cuando todos lo colocaron, les pedí que me acompañaran a la biblioteca a buscar un libro de Navidad, esto hizo que se mostraran muy interesados y motivados por buscar un libro que hablara sobre la Navidad. Después de un rato que estuvimos buscando un libro y no lo encontramos, les pedí a los niños que fuéramos al salón y quizás en la biblioteca de ahí encontraríamos el libro de Navidad.

Al llegar al salón, los alumnos destellaron su sorpresa al ver que el pino estaba tirado. Lo más sorprendente para ellos fue que ya no había regalos. Sus caras eran de total asombro y se volteaban a ver unos como buscando una respuesta a esa situación. Se preguntaban entres sí dónde estarían sus cartas, sus regalos, no sabían qué había sucedido.

Entre todos nos pusimos a recoger el pino y los adornos. Al colocar nuevamente los adornos en el pino, los alumnos se cuestionaban: —¿qué pasó? — ¿quién se llevó los regalos? Ante sus cuestionamientos les pregunté: ¿Qué creen que haya pasado?, pero

los niños no tenían respuesta. Posteriormente los cuestioné: ¿cómo se sintieron al hallar el pino tirado? Y su respuesta fue: — Tristes, porque nos robaron los regalos. Sus caritas expresaban las emociones que estaban sintiendo, tristeza, sorpresa y algunos incluso angustia.

Los alumnos estaban conflictuados, aunque supusieron con un poco de mi ayuda, que el que había robado los regalos era el señor Grinch, porque descubrieron que tenía pintada media sonrisa en su cara y las huellas del piso llegaban hasta él. Vicente comentaba que se había robado todos los regalos, incluso hasta el de Alan, para lo que Reily caminó hacia su lugar muy molesto y expresó: —¡me hacen enojar!, indicando con sus manos y cara su molestia, lo cual muestro en el siguiente artefacto:



Artefacto 7.2.5. Imagen congelada. Reily expresa su enojo con su cuerpo. (16/XII /2019)

Como menciona Giménez et al. (2013):

La expresión de emociones mediante la cara, el cuerpo y las posturas resulta un aspecto importante para poner de manifiesto adecuadamente nuestros sentimientos y estado de ánimo. La expresión correcta ayuda a que los demás puedan interpretar adecuadamente cómo estamos (p.48).

Fue por medio de la expresión corporal de Reily por la cual me pude percatar que se encontraba muy molesto, por la situación que estábamos enfrentando en el salón.

De acuerdo con Bisquerra (2001):

La ira es una reacción de irritación, furia o cólera desencadenada por la indignación y el enojo de sentir vulnerados nuestros derechos” y según este autor se genera cuando tenemos la sensación de haber sido perjudicados, la ira exige una respuesta urgente. (citado por Rodríguez, 2012, p.10)

Es por lo que seleccioné este artefacto porque me sorprendí cómo Reily logró expresar que se sentía molesto y, al preguntarle por qué se sentía así, Maite también mencionó que a ella la hizo enojar. Cuando volví a cuestionar a Reily por qué estaba molesto, Vicente interrumpió diciendo: — porque se comió los regalos. Nuevamente le pregunté qué sentía, si estaba muy molesto, Reily movió su cabeza en señal de afirmación. Vicente, Maite y Judith también expresaron que ellos le querían pegar.

Continuando con las actividades, les dije que debíamos estar tranquilos, y para ello debíamos, antes de terminar, dar la sugerencia, Maite respiró profundo e inhaló. Eso me dio la pauta para pedirle que les dijera a sus compañeros lo que podíamos hacer para estar tranquilos. En ese momento los alumnos y yo realizamos algunas inhalaciones. Eso permitió que alumnos se tranquilizaran y se relajaran un poco, reflejando sus caras una mayor tranquilidad.

Al terminar de respirar les pregunté a los alumnos sobre lo que podíamos regalarles a las mamás que no costara dinero, porque ya no teníamos tiempo de elaborar otro regalo, esto para que ellos reflexionaran que las cosas materiales no son lo más importante en la navidad. Para esto les mencioné que recordáramos qué pasó en el cuento y por qué “Los quien” seguían siendo felices, a pesar de que les robaron sus regalos.

Los alumnos expresaron que seguían siendo felices porque tenían a sus mamás y a sus papás. Continué preguntando qué les podíamos regalar a sus mamás que no

costara dinero, para lo que Monse respondió: —yo le daría un globo. A lo que yo respondí, pero no tenemos globos, ni fotos, ni cartas, entonces ¿qué les podríamos dar si ya no tenemos dinero para comprar otro obsequio? Los alumnos expresaron algunas ideas, pero todo lo relacionaban con cosas materiales.

Después de algún tiempo de estarlos cuestionando sobre lo que se les podía regalar, si ya no teníamos cosas materiales, los guie un poco a reflexionar cuál sería un buen regalo. Para ello les pregunté: ¿Qué les gusta a ustedes que les hagan cuando están tristes? Alan dijo: — que me prendan la tele; Vicente: — que nos dejen estar acostado, y Reily mencionó: — que me den un abrazo. Con esta respuesta, puede orientar a los niños para proporcionar el regalo adecuado a sus mamás que sería darle un abrazo.

Posteriormente les pedí a mis alumnos que me acompañaran a buscar los regalos, quizás el Grinch los había dejado en algún lugar del Jardín. Recorrimos el Jardín y no encontramos nada, pero al regresar al salón los regalos estaba nuevamente abajo del pino, los niños se mostraban verdaderamente sorprendidos, y sus caras estaban llenas de felicidad y esto lo muestro en el siguiente artefacto:






Artefacto 7. 2.6. Imagen congelada. Los alumnos expresan con su rostro y cuerpo sus emociones. (17/XII/2019)

Elegí este artefacto porque muestran las emociones que sintieron mis alumnos al encontrar los regalos, sus caras llenas de asombro felicidad, por experimentar esta situación. Considero que esta situación de aprendizaje para mí fue muy enriquecedora porque en ella pude hacer que mis alumnos a través de diversas situaciones vivieran y expresaran sus emociones.

Para dar cuenta de lo que se logró en mis alumnos muestro una tabla en la cual señalo los avances que pude observar de acuerdo con mis indicadores de logro:

*Tabla 4. Indicadores de logro del desempeño de los alumnos con base a la situación de aprendizaje*

Logrado (L):  No logrado (NL):  En proceso (EP): 

	Indicadores de logro											
	Reconoce cuando necesita estar en calma			Reconoce las emociones básicas (alegría, miedo, enojo, tristeza) e identifica cómo se siente ante distintas situaciones			Reconoce y expresa características personales: su nombre, cómo es físicamente, qué le gusta, qué no le gusta, qué se le facilita y qué se le dificulta.			Convive, juega y trabaja con distintos compañeros		
Alumnos	L	NL	EP	L	NL	EP	L	NL	EP	L	NL	EP
Mariel			EP	L					EP	L		
Maite		NL				EP			EP			EP
Keydelin			EP	L			L			L		
Christopher		NL			NL			NL				EP
Alan	L			L			L			L		
Montserrat			EP			EP			EP			EP
Darley			EP	L			L			L		
Estefany			EP	L			L			L		

Reily			Yellow	Green			Green			Green		
Vicente			Yellow			Yellow	Green			Green		
Kamila			Yellow			Yellow			Yellow			Yellow
Judith		Red				Yellow			Yellow			Yellow
Britany			Yellow			Yellow			Yellow	Green		

En esta tabla se observan los avances que tuvieron mis alumnos a lo largo de esta segunda aplicación, es la manera en cómo pude observar los logros que han ido obteniendo mis alumnos. Sé que aún hay un largo camino por recorrer, para mí la actividad fue muy exitosa y me lleno de satisfacciones al ver como mis alumnos se involucraron demasiado en las actividades y con estas lograron vivir y expresar diversas emociones.

Gracias a la retroalimentación de mi equipo de cotutoría y mi tutora puedo identificar que una de las fortalezas de mi situación de aprendizaje, fue que mejoré en la forma de plantear mis consignas, porque se pudo observar que fueron más retadoras e implicaron retos cognitivos y emocionales en mis alumnos, además de que mi situación de aprendizaje fue contextualizada y partió del interés de los alumnos.

Pero, así como tuve fortalezas, también hay áreas de oportunidad en las cuales aún es necesario trabajar con mis alumnos mediante la búsqueda de diversas estrategias que permitan avanzar en esos aspectos, es por ello por lo que me doy cuenta de que aun debo de mejorar en el diseño de mis planeaciones para que estas cumplan con mis objetivos y así pueda dar respuesta a mi pregunta de investigación.

Además, aún necesito mejorar en el diseño de las actividades y no perder el objetivo de ellas, porque en ocasiones aún lo dejo de lado y suelo perderme y guiar a mis alumnos a otros conocimientos que no tenía planeados y esto hace que se pierda el objetivo de mi actividad.

En este segundo análisis puedo reconocer que uno de mis principales retos es no perder mi objetivo de vista. Así como el diseño de actividades que cumplan mi propósito. Otro de los retos es planear actividades que sean interesantes para mis niños, pero les ayuden a ir logrando desarrollar su autoconocimiento.



### 7.3 Respiro y me concentro

Para este tercer análisis decidí trabajar el aprendizaje “reconocen cuando deben estar en calma con mis alumnos”, para poder diseñar tuve muchas dudas porque no sabía cómo trabajarlo con mis alumnos. Además de que otro de mis conflictos fue que en el segundo análisis pese a lo que yo considero y a las observaciones que medio mi equipo de cotutoria y mi tutora, fue un análisis con muchos logros y que considero me fue muy bien, es por lo que también me costó trabajo diseñar este tercer análisis porque tenía el temor de no superar los logros del análisis anterior.

Con este análisis pretendo lograr que mis alumnos conozcan diversas técnicas que los hagan sentirse tranquilos y en calma en diversas circunstancias a las que se enfrenten, así como lograr que los niños puedan estar en calma y tranquilos.

Este diseño en especial es uno de los que más trabajo me ha costado realizar, porque no sabía cómo trabajar con los alumnos el reconocimiento de estar en calma y la importancia de ello, por eso me puse a investigar en diversas fuentes y encontré las técnicas de mindfulness.

Un autor que indagué y que nos habla acerca de Mindfulness es Prince (2019), el cual hace mención que:

El mindfulness puede ser definido como el estado mental que se alcanza cuando nos centramos en el momento presente, aceptando nuestros sentimientos, pensamientos y sensaciones corporales. Los estudios han demostrado que emplear el mindfulness durante el desarrollo infantil tiene numerosos efectos positivos, incluyendo: alivio del estrés, mayor concentración, descubrimiento de un equilibrio vital, mejora de las habilidades de toma de decisiones y desarrollo de las competencias matemáticas. (p.8)

Otro autor fue Enríquez, el cual sostiene que:

Mindfulness se compone de: la capacidad de llevar la atención al momento presente, es decir, la autorregulación de la atención, y la actitud de apertura, aceptación y curiosidad hacia lo que en ese momento acontece, la experiencia del momento presente (citado por Galván, 2017, p.9)

Es por ello por lo que la situación de aprendizaje que diseñé traté de involucrar actividades donde los alumnos reconocieran cuándo necesitan estar en calma y con las mismas actividades identificaran, cómo saber que están o no están en calma. La situación didáctica la diseñé con una duración de cuatro días. El objetivo principal de las actividades fue que los alumnos reconocieran cuando necesitan estar en calma.

La mejor forma para lograr que mis alumnos reconocieran cuando necesitan estar en calma fue implementando técnicas de mindfulness basadas en la meditación y como señala Sánchez (2016):

La meditación nos permite adentrarnos en nosotros mismos, fomenta el autoconocimiento, va poniendo de manifiesto nuestras debilidades, nuestras fortalezas, nuestras oportunidades de mejora. La máxima socrática «conócete a ti mismo» se desarrolla a través del trabajo de la interioridad, de la reflexión y de la meditación. La conciencia de uno mismo (conciencia emocional, autoestima realista, autoconfianza...) es básica en el desarrollo de nuestra inteligencia emocional. (p.16).

Es por lo que para esta planeación tomé en cuenta las siguientes habilidades socioemocionales y sus indicadores de logro:

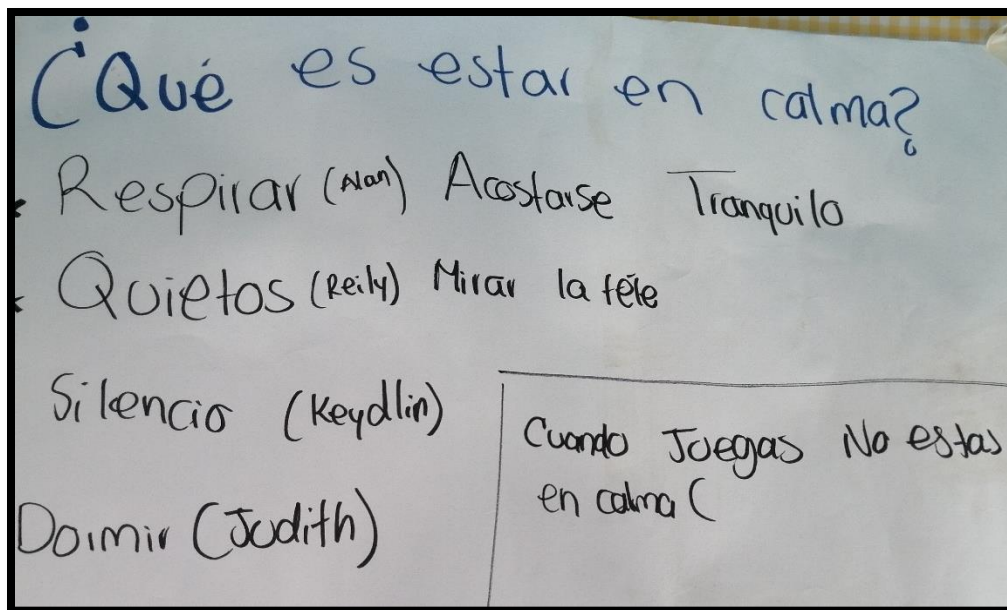
<b>HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES</b>	<b>INDICADORES DE LOGRO</b>
<b>Atención</b>	Reconoce cuando necesita estar en calma.
<b>Expresión de las emociones</b>	Reconoce las emociones básicas (alegría, miedo, enojo, tristeza) e identifica cómo se siente ante distintas situaciones.

<b>Comunicación Asertiva</b>	Propone ideas cuando participa en actividades en equipo.
<b>Inclusión</b>	Convive, juega y trabaja con distintos compañeros, y ofrece ayuda a quien lo necesita.

### 7.3.1 ¿Qué es estar en calma?

La primera actividad de la situación didáctica la titulé “¿Qué es estar en calma?”, con el propósito de rescatar los saberes previos de mis alumnos con respecto a si ellos sabían que es estar en calma, que identificaran cuándo han estado en calma, cómo se siente cuando están en calma, cómo saben que no están en calma y qué sienten cuando están en calma.

Para iniciar con esta situación de aprendizaje los cuestioné sobre: ¿saben que es estar en calma?, a lo que los alumnos respondieron lo que se muestra en el siguiente artefacto:



Artefacto 7.3.1.- Trabajo de los alumnos. Los niños externalizan lo que saben respecto a que es estar en calma. (27/01/2020)

En este primer momento los alumnos expresaron lo que sabían respecto a lo que les cuestioné, yo me sentía un poco nerviosa ya que sentía que al preguntarles a mis alumnos: ¿qué era estar en calma? ellos se conflictuarían y no me sabrían responder, esto se debe a que una de mis teorías implícitas es que el docente cree que los alumnos no son capaces de realizar actividades con un grado de dificultad complejo, esto contradice a mi filosofía docente en cuanto a la enseñanza porque yo en ella menciono que debo implementar actividades innovadoras que presenten un reto a mis alumnos, para lograr su aprendizaje y en mi actuar considere lo contrario, pero fue muy sorprendente escuchar sus respuestas.

Cuando los cuestioné sí sabían qué era estar en calma, la primera respuesta la dijo Alan y mencionó: respirar y realizó la acción de respirar. Nuevamente le pedí que le mostrara al resto de los alumnos cómo es respirar para que los demás entendieran su respuesta. Posteriormente Reily comentó: — estar quietos. Keydelin mencionó: — en silencio y así sucesivamente dieron sus aportaciones. Vicente mencionó que cuando juegan es estar en calma. A lo que nuevamente pregunté: —¿Cuándo juegan están en calma? Alan respondió: — No maestra. Entonces yo escribí en la cartulina que eso no era estar en calma y les pregunté: ¿por qué no? Al ver que los alumnos no me respondían, entonces decidí intervenir y nuevamente les cuestioné: ¿Cuándo corren cómo se sienten? — Cansados, respondió Reily. — ¿Y dónde sienten ese cansancio? Alan mencionó: — En las piernas, y otros más indicaron que en las manos, en la panza, etc.

Elegí este artefacto porque da cuenta de los saberes previos de mis alumnos para poder evaluarlos a lo largo de la situación de aprendizaje. Estos conocimientos me permiten ver quiénes van reconstruyéndolos, y los que no tiene alguna idea, ver cómo van adquiriendo nuevos conocimientos. Por ello es primordial que el docente tome en cuenta los conocimientos previos de los alumnos para ir viendo sus logros a lo largo de la situación de aprendizaje.

Para continuar con la situación de aprendizaje les mostré a mis alumnos imágenes de niños, jugando, respirando, realizando yoga, corriendo, peleando, gritando, etcétera, y les pedí que las observarían. Después de unos minutos les pregunté qué era lo que veían y si alguna vez se habían sentido así. Algunos alumnos pasaban y seleccionaban la imagen que ellos querían y decían cómo estaban las personas de las imágenes, si en calma o no y cuándo se habían sentido. Uno de los alumnos dijo que enojado y le cuestioné: ¿qué puedes hacer para que ya no te sientas enojado y estar más tranquilo? A lo que Britany respondió: — respirar.

Considero que mis alumnos contaban con muchos conocimientos previos, pero lo que les hacía falta era saber respirar. La finalidad de cuestionar a mis alumnos era para que ellos identificaran que cuando no se está en calma, pueden pasar diversas circunstancias con nuestro cuerpo y mente. Por ejemplo, el corazón acelerado, cansancio, respiración acelerada, nuestra mente en otro lado, no nos podemos concentrar, etc.

Después de sus aportaciones les repartí un papelito en el cual les pedí que escribieran su nombre y cuando terminaron les pedí que pasaran a pegarlo en las imágenes de los niños que estaban en calma. Cuando todos habían colocado a su papel observé a los alumnos que no habían logrado pegarlo en las imágenes donde los niños estaban en calma y fue a los que los cuestioné: ¿por qué colocaron ahí su papelito? La mayoría de los niños que lo pegaron en las imágenes donde no estaban en calma sólo me veían, pero no me respondían la pregunta. Algunos otros como Reily, Alan y Fanny mencionaban que esas imágenes no estaban en calma porque los niños corrían, pegaban, etc.

Con esta actividad realicé una evaluación formativa porque me permitió valorar los aprendizajes esperados en mis alumnos y de la misma manera indagar un poco más con los alumnos que mostraron dificultad en la actividad, para de ahí apoyarlos a lo largo de la situación de aprendizaje para la reconstrucción de sus conocimientos.

Continué diciendo que me habían contado que había un panal de abejas en la capilla y les pregunté si era verdad, los alumnos respondieron que sí, que había muchas abejas y les pregunté: ¿ustedes conocen las abejas? ¿cómo son?, los alumnos me empezaron a platicar que eran chiquitas, que picaban, — que comían miel, y uno de los alumnos mencionó: — también hay abejas Reinas. —¿esas como son?, le pregunté. — Las que mandan maestra, señaló Vicente.

### **7.3.2 Trasladando a la abeja Reyna**

Continué con el juego” Trasladar a la abeja Reyna”. Para ello les pregunté si alguna vez habían jugado ese juego, a lo que la mayoría me respondió que no. Les expliqué que el juego consistía en hacer equipos y que en el equipo uno sería la abeja Reyna y los demás la trasladarían de un extremo a otro.

Salimos al patio a realizar la actividad que tenía como propósito principal que reconocieran cuándo necesitaban estar en calma. Para ello los dividí en equipos y en el patio les expliqué cómo llevarían a cabo la actividad. Utilicé unos alumnos como mediadores para que le mostraran al resto cómo se realizaría la actividad. Les di unos minutos para que se pusieran de acuerdo y los apoyé para que acomodaran a la Reyna que habían elegido. Los alumnos estaban súper motivados con la actividad y se mostraban muy emocionados por llevar a su abeja Reyna a la silla. Los equipos que mostraban más dificultad, yo trataba de apoyarlos en la realización de la actividad.

Aunque con la actividad en el momento los alumnos no reconocieron que no estaban en calma también lograron desarrollar otras habilidades socioemocionales como el proponer ideas cuando participaran en actividades en equipo y convivir, jugar y trabajar con distintos compañeros, y ofrecer su ayuda a quien lo necesito.

Con esta actividad pude desarrollar en mis alumnos la competencia social que es:

la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas; además añade que las competencias sociales facilitan las relaciones interpersonales,

debido a que en las relaciones sociales están entrelazadas las emociones.  
(citado por Rodríguez, 2012)

Decidí plantear esta actividad porque es un juego en el que los alumnos tenían que correr y agitarse y, de este modo, dejaban de estar en calma. Después de realizar el juego por algunas ocasiones les pedí que pasaran al salón y formaran un círculo. En seguida les cuestioné sobre cómo se sintieron afuera. Las respuestas de esta plenaria las muestro en el siguiente artefacto:

*Mtra.: ¿cómo se sienten?*

*Alumnos: cansados*

*Mtra.: ¿que sienten?*

*Vicente: yo cansado*

*Mtra.: ¿que sienten? ¿cómo esta su respiración? ¿rápida o al pasito?*

*Reily: rápida*

*Mtra.: ¿cómo se siente su corazoncito? Haber tóquense su corazón ¿cómo se siente*

*Vicente: el mío rápido*

*Judith: recio*

*Mtra.: ¿cómo le hace?*

*Genesis: el mío recio*

*Alan: el mío rápido*

*Mtra.: ¿pero ¿cómo le hace?*

*Reily: Respira*

*Mtra.: pum pummmmm ¿por qué? ¿cómo se sintieron afuera? Tranquilos, ¿en calma?*

*Britany: en calma*

*Mtra.: sí ¿cómo se sintieron?*

*Alumnos: cansados*

*Mtra.: no estábamos en calma verdad que no ¿porque estaban cómo?*

*Alumnos: corriendo*

*Mtra.: haber las abejas Reyna ¿cómo se sintieron? Que nada más iban sentado, ellas ¿estaban en calma o no?*

*Vicente: sí*

*Mtra.: las abejas Reyna si iban en calma, ¿pero los que no eran abeja Reyna como se sentían?*

*Reily: cansados*

Artefacto 7.3.2. - Transcripción de video grabación. Los alumnos comienzan a reconocer lo que es estar en calma y lo que no. (27/01/2020)

Tomé en cuenta este artefacto porque da cuenta de cómo los alumnos comienzan a reconocer lo que es estar en calma y lo que no. Además de que me doy cuenta de que nuevamente volví a caer en cuestionarlos demasiado y no di el espacio para que ellos respondieran a lo que yo les estaba preguntando. Además, nuevamente guie a mis alumnos a dar respuestas que yo quería escuchar y considero que esto paso porque yo me sentía insegura con esta situación de aprendizaje porque me costó mucho trabajo diseñarla y no sabía cómo llevárselas a mis alumnos.

Después de analizar este artefacto con mi equipo de cotutoria y mi tutora me llevaron a reflexionar que a la hora de dialogar en el círculo con mis alumnos no los llevé a una profunda reflexión porque di por hecho que las abejas Reinas estaban tranquilas por ir cargadas, pero en realidad eso no fue así, porque ellas pudieron experimentar miedo de caerse de la silla en la que las llevaban cargadas.

Posteriormente en el círculo les mencioné a los niños que realizaríamos una actividad en la cual ellos deberían de mencionar una situación cuando se sintieron agitados. Para esto les di un ejemplo que fuera más sencillo realizarlo. Los alumnos mostraron dificultad al comienzo de la actividad para realizarlo, pero posteriormente dieron diversas respuestas como cuando corro, cuando bailo, cuando juego, etc.

Para continuar, les mencioné que entonces todos en algún momento nos hemos sentido agitados cuando corremos y que yo les enseñaría una actividad que les ayudaría a estar en cama. Les dije que la actividad que realizaríamos se llama Postura



de montaña la cual nos ayudaría a estar tranquilos. Esta actividad la retomé del programa Educación Socioemocional de primaria para primer grado el cual marca algunas orientaciones didácticas para trabajar la dimensión del autoconocimiento. (SEP, 2017)

Posteriormente les pregunté: ¿alguna vez han visto las montañas? ¿se mueven las montañas? Posteriormente les indiqué que necesitaban estar derechos y con sus pies juntos y puestos en el piso. Les indiqué que la espalda debía de estar derecha y que no podían moverse y que colocaran sus manos en las rodillas.

Hasta este momento considero que yo me sentía un poco angustiada porque los niños algunos se movían y no hacían lo que yo les indicaba y esto me causaba desesperación lo que hacía que les estuviera llamando la atención en repetidas ocasiones como: estén quietos, no se muevan, cierren los ojos, etc., sacando a la luz una de mis teorías implícitas: “se requiere llamar la atención para lograr el objetivo de la sesión” Esta manera de actuar contradice mi filosofía docente en cuanto a mi rol porque yo menciono que solo soy un mediadora entre ellos y el aprendizaje, pero ahora no se trata de quién sabe más, sino de las habilidades que mis alumnos logren desarrollar, pero en mis acciones realicé todo lo contrario.

Indiqué que cerraran sus ojos, que respiraran y sacaran el aire por la nariz. Algunos alumnos lo realizaban, pero otros no. Considero que el error aquí fue mío porque debí primero mostrarles cómo se haría y luego pedirles que lo realizaran porque así hubiera sido más fácil que los niños lo entendieran. Considero que traté de guiarlos y se perdió un poco la intención, porque fui muy constante en estarles llamando la atención a mis alumnos.

Volví a realizar la postura de montaña para ver si les había quedado claro a los niños cómo se realizaba y cuál era la finalidad. En esta segunda ocasión ellos ya lo hicieron con mayor seguridad, aunque al repetirla nuevamente se muestra una de mis teorías implícitas, el creer que el repetir una y otra vez la actividad se lograra la habilidad, cuando en realidad se lleva tiempo para lograrlo.

Después de este nuevo intento los cuestioné: ¿cómo se sintieron? Algunos respondían que bien. Nuevamente los cuestioné sobre si había sido fácil o difícil realizar la actividad, esto para que reflexionaran por qué se sintieron así y la importancia de seguir las indicaciones para realizar la actividad de manera correcta.

Los alumnos señalaron que no estaba fácil hacer la actividad. Reily mencionó que al realizar la postura de montaña su corazón ya se sentía más tranquilo, y en seguida otros alumnos mencionaron lo mismo. Les expliqué que nuestro corazón se sintió así porque habíamos tomado aire y el corazón ya estaba tranquilo, por eso realizaríamos todos los días esta actividad, con el objetivo de que los alumnos se fueran apropiando de las técnicas de mindfulness. Nuevamente les pregunté cómo se hacía la postura de cuerpo de montaña para que se quedaran con la idea clara de cómo realizarla.

### **7.3.3 Trasladando tarritos de miel**

La mañana siguiente llegué y preparé mi actividad la cual la realicé en el patio. Coloqué tres tarros de miel en forma de rompecabezas y una imagen de cómo era el tarro para que fuera el modelo con el que los alumnos se guiaran para realizar la actividad. Al llegar los niños me preguntaban qué era lo de afuera y les comenté que era el material que usaríamos para trabajar, Cuando ya estaban todos los introduje a la actividad preguntándoles sobre el juego que habíamos realizado el día anterior. Los niños recordaron que habían llevado a la abeja Reyna a su silla. De ahí partí preguntándoles sobre lo que comen las abejas. La mayoría respondió que miel.

Enseguida les mencioné que yo tenía unos tarros de miel que tenían que llevarlos a unas abejitas pero que había tenido un accidente y se me habían roto. Por ello necesitaba de su ayuda para pegarlos y llevarlos a la canasta que me llevaría para entregarlos. Los alumnos muy motivados decían que sí me ayudaban. Entonces los dividí en equipos y les dije que por equipo deben de armar los tres tarros que estaban en el patio y que cuando ya estuvieran deberían de elegir a un compañero que fuera la carretilla y otro que la llevara para trasladar la miel.

Los alumnos muy entusiasmados salieron al patio y comenzaron a realizar la actividad. Considero que la actividad fue buena porque uno de mis indicadores de logro era que convivieran, jugaran y trabajaran con distintos compañeros y les prestaran su ayuda a quien lo requería.

Como menciona Villar (citado por Escobar, 2015):

La interacción social es, pues, el producto de un trabajo conjunto de construcción se asienta en la acción y colaboración recíproca de los actores, en un proceso en el que se entrelazan percepciones, interpretaciones, presentaciones de cada sujeto respecto al otro, además de las anticipaciones de su comportamiento que hace posible el juego de las mutuas y continuas adaptaciones (p.5)

Para continuar con la actividad los alumnos lograron armar los tarros y los trasladaron a una canasta. Pude observar cómo apoyaban a sus compañeros para lograr el objetivo. Estaban muy motivados y se mostraban agitados porque querían terminar primero que los demás, además de que el hecho de trasladarlos les implicaba también un esfuerzo. Cuando ya casi estaban todos los tarros, les pedí que entraran al salón de clases.

Al regresar al salón los cuestioné cómo se sentían y si estaban en calma. Algunos decían que sí y otros que no. - ¿Qué podemos hacer para estar en calma? Alan respondió que hacer la postura de la montaña. Les pedí que hicieran un círculo para realizar la postura de montaña, y les pregunté cómo era esta postura Alan la realizó y luego yo la hice para mostrarla a los alumnos que no habían asistido la clase anterior.

En esta ocasión los alumnos realizaron la actividad con mayor facilidad, además de que me sorprendió, porque ya la mayoría no abrieron los ojos y lograron estar respirando. Cuando dejó de sonar el pandero levantaron sus manitas respirando profundamente, como se observa en el siguiente artefacto:



Artefacto 7.3.3.- Imagen congelada de videograbación. Los alumnos realizan la postura de montaña. (28/01/2020)

En el artefacto se puede apreciar que los alumnos están realizando la postura de montaña y cómo mantienen la posición correcta y los ojos cerrados. Considero que esto confirma lo que menciono en mi filosofía docente en cuanto a cómo aprenden los alumnos, porque en ella menciono que los alumnos aprenden mejor cuando se les brinda espacios cómodos. Y en esta actividad fue lo que hice, brindarles esa tranquilidad que se necesita para llevar a cabo la postura de montaña de manera correcta.

Y es que como menciona Kaiser (2014):

La práctica de Mindfulness puede brindar a los niños la posibilidad de vivir en armonía en su entorno y con aceptación, desarrollar toda una serie de habilidades relacionadas con la presencialidad como la paciencia y la tolerancia, así como a concentrarse y controlar las distracciones, tomar conciencia de lo que sucede en su interior y exterior, en la relación con los demás, desarrollar la

compasión, abrirse a las experiencias con una mentalidad abierta y saber tranquilizarse cuando las emociones negativas se apoderen de ellos (citado por Gavilán, 2017, p.18)

Decidí seleccionar este artefacto porque da cuenta de cómo mis alumnos ya se van apropiado de esta postura para estar en calma. Además de que me permite ir midiendo el avance que hasta este momento han logrado los alumnos. Además de que gracias a mi equipo de cotutoría y mi tutora pude darme cuenta, que era necesario que antes de querer enseñarles a mis alumnos a realizar estas técnicas, debía ser yo quien las dominara y así poder transmitirles esa tranquilidad para que ellos pudieran llevarla a cabo.

Para continuar les proyecté un cuento titulado “Respira” el cual trata de cómo una mamá le explicaba a su hijo que debía de respirar ante diversas circunstancias, por ejemplo: si tenían miedo, si estaba enojado, cansado, etc., y le decía cómo podía respirar. Durante el cuento fui haciendo pequeñas pausas y les pedía que repitieran lo que la mamá le decía al niño. Los alumnos estaban interesados y realizaban los movimientos que se les indicaban.

#### **7.3.4 Dibujo colaborativo**

Para continuar les leí un cuento de las “Abejas Reyna” y les pedí que prestaran muchísima atención. Los alumnos estuvieron calladitos y poniendo atención a lo que yo les estaba contando. Cuando terminé les indiqué que en cada mesita realizarían un dibujo colaborativo el cual consistía en dibujar la escena que más les gustó del cuento. Para ello sólo tendrían un papel y colores para todos los integrantes del equipo. Les indiqué que solo uno estaría dibujando y los demás poniendo atención y que cuando sonara el pandero, otro niño dibujaría y los demás prestarían atención.

Esta técnica la apliqué en el grupo porque el dibujo colaborativo es porque todos los niños tendrían la oportunidad de intervenir aportando sus ideas y conocimientos con el objetivo de lograr una meta común, que en este caso era realizar una escena del

cuento. El objetivo de esta actividad era lograr que mis alumnos estuvieran en calma y prestando atención a la hora de elaborar su dibujo.

Considero que esta actividad logró su objetivo porque los alumnos lograron estar poniendo atención en la actividad y sólo uno de los alumnos era el que estaba dibujando. Los demás reconocieron que tenían que estar calmados y calladitos y gracias a ello lograron obtener su producción de una escena del cuento. Muestro una de ellas en el siguiente artefacto:



Artefacto 7.3.4.- Producciones. Los alumnos logran plasmar una escena del cuento trabajando colaborativamente. (28/01/2020)

Elegí este artefacto porque considero que da cuenta de cómo mis alumnos logran realizar producciones en trabajo colaborativo, el cual se logró estuvieron tranquilos y atentos. La atención es una habilidad fundamental para lograr el trabajo colaborativo, a lo que hacía su compañero el que estaba dibujando para cuando fuera su turno seguir con la escena. Para mí este artefacto es un gran logro en mis alumnos porque para ser de primero y segundo, estaban logrando reconocer lo que les gusta y lo que

no y también comienzan a autorregularse conociendo cuando deben de estar en calma.

En el estadio preoperacional que abarca de los 2 a los 6 años, que es en el que se encuentran mis alumnos, Piaget plantea que en esta edad ellos comienzan a desarrollar:

La función simbólica en la cual el niño, comienza a hacer uso de pensamientos sobre hechos u objetos no perceptibles en ese momento. Los niños son capaces de utilizar diversos esquemas representativos como el lenguaje, el juego simbólico, la imaginación y el dibujo. (Zambrano, 2016)

También reflexiono, a partir de la retroalimentación de mi equipo de cotutoria, que esta actividad fue muy buena porque permitió que mis alumnos lograran autorregularse y esperar su turno para participar, y esto fue una buena estrategia porque los alumnos lograron estar en calma. Después de escuchar a las compañeras de equipo caigo en la cuenta que esta actividad logró el objetivo para que mis alumnos pudieran estar en calma.

Y es que una de las competencias emocionales es la regulación emocional, la cual se refiere según Bisquerra (citado por Rodríguez, 2012) a: “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.13)

### **7.3.5 ¡Sonido de las abejas, para estar en calma!**

A la mañana siguiente les pregunte a mis alumnos si ellos sabían cómo le hacen las abejas. Algunos alumnos emitieron el ruido “zzz...” y Reily dijo: — así maestra “zzz”, después de esto les dije que realizaríamos una actividad, pero antes de ello les pregunté: ¿qué es lo que estamos trabajando? o ¿qué estamos aprendiendo? Reily mencionó que sobre respirar. ¿Para qué nos sirve respirar? Les pregunté. — que para que ya no nos golpee el corazón, respondieron algunos.

Después de sus aportaciones les indiqué que les enseñaría una nueva estrategia para estar en calma, llamada “La respiración de la abejita”. Les mencioné que primero debían de taparse las orejas con el pulgar y apoyarse con el resto de la mano sobre la cabeza. ¿Cómo se sienten? — Se escucha al pasito dijeron algunos. Les pedí que realizaran el sonido de la abejita y enseguida les pregunté: ¿cómo se sintieron? Alan menciona — que tranquilos, les pregunte nuevamente ¿cómo se sentía su cuerpo? y también mencionaban — tranquilo.

Para continuar les proyecté un cuento, el cual trataba de cómo las abejas se burlaban de una compañera porque era la más gordita. Durante la proyección del cuento realizaba pequeñas pausas y les preguntaba sobre lo que creían que podía pasar; cómo creían que se sentía la abejita, esto para que no perdieran el interés y siguieran prestando atención. Considero que los alumnos al estar cuestionándolos se muestran más interesados por participar, y este es un principio explicativo que he logrado ir construyendo a lo largo de esta investigación.

Al finalizar el cuento los cuestioné sobre si estaba bien que se burlaran de la abejita y ellos mencionaban que no- Enseguida los llevé a reflexionar que todos necesitamos de todos y que no es bueno burlarnos de los demás. Mencioné que como las abejitas necesitaban de todas para producir su miel, ahora ellos serían como las abejitas y deberían buscar en equipo las abejas que estaban escondidas en el patio y colocarlas en el panal correspondiente. En esta actividad los alumnos se mostraron muy motivados ya que expresaban con su cara y cuerpo que estaban disfrutando de la actividad. Además de que entre ellos decían que era muy divertido el juego. Al encontrar las abejitas deberían de brincar algunos obstáculos para poder llevar a su abeja al panal.

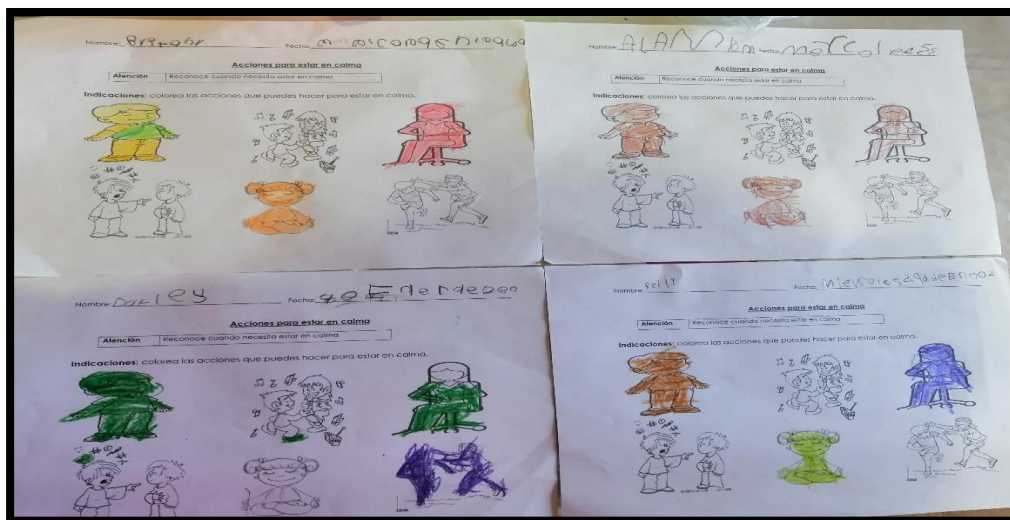
Cuando terminaron la actividad les pedí que entráramos corriendo al salón. Cuando estuvimos dentro les pregunté cómo se sentían y Alan respondió: — mi corazón está “pum pum”. — ¡Muy bien Alan! exclamé y les pregunté ¿se sienten tranquilos? Algunos dijeron que sí y otros que no. Reily comento que su corazón le está haciendo *pum pum*. Considero que mis alumnos aun no logran reconocer lo que es estar en calma



porque es una habilidad que les cuesta más trabajo entender y que nos lleva más tiempo, ya que si para mí como adulto aun es complicado reconocer cuándo estoy en calma para los niños considero que aun más.

Les pregunté que podíamos hacer para que nuestro corazón dejara de hacerle así y mencionaron que respirar. ¿De lo que han aprendido qué pueden realizar? — Como una abejita, dijeron algunos. Les dije que aparte de esa ¿cuál podríamos hacer? y mencionaron que la postura de la montaña.

Después de sus aportaciones les pedí que levantaran la mano los que quisieran realizar postura de montaña y conté los botos y lo mismo para la otra actividad. La mayoría eligió la postura de montaña y les pedí que la realizáramos. Considero que los alumnos ya se mostraron más seguros a la hora de llevarla a cabo, aunque aún les ganaba abrir los ojos. A pesar de eso considero que ya se estaban apropiando de la postura y reconocían que esta postura los ayudaba a estar en calma. Para finalizar con mi situación de aprendizaje les repartí una hoja de trabajo en la cual les pedí que ellos colorearan cuales imágenes representaban estar en calma, las cuales se muestran en el artefacto 7.3.5.



Artefacto 7.3.5.- Producciones de los alumnos. Identificación de situaciones donde se está en calma. (29/Enero/2020)

Elegí este artefacto para cerrar con mi situación de aprendizaje porque considero que para cerrar una situación de aprendizaje se requiere de evaluación final, para ver cuáles fueron los logros que obtuvieron los niños y cuales son una sus áreas de oportunidad. Además de que consideré que da cuenta de cómo mis alumnos lograron ir reconociendo cuando se está en calma y cuando no. Además de que lo elegí porque me ayuda a ver como a pesar de que la mayoría reconoce como puede estar en calma y que es estarlo, aún tengo áreas de oportunidad con algunos alumnos y esto lo tengo que seguir reforzando.

Después de realizar estas producciones retomamos la cartulina donde se anotaron los saberes previos de mis alumnos y realizamos un contraste de lo que ellos sabían al principio de la situación de aprendizaje y lo que ahora saben al respecto. Esta evaluación se enfocó en la evaluación de los conocimientos previos. Considero que fue gratificante ver cómo mis alumnos lograron reconocer como pueden estar en calma, pero no estoy satisfecha del todo porque considero que aún tengo áreas de oportunidad en mi práctica.

Sin embargo, en la aplicación de mí situación didáctica también se reconocen algunas fortalezas, la primera que se me reconoció por mi equipo de cotutoría y mi asesora fue la de animarme a realizar cosas diferentes y más cuando yo sabía que era muy complicado para mí trabajar el estar en calma con mis alumnos, de igual manera otra de las fortalezas que se me mencionan es que en esta aplicación se vio una gran mejora en mi forma de evaluar ya que realice una evaluación continua a lo largo de toda la situación de aprendizaje.

Por otro lado, reflexiono sobre mis limitaciones y desaciertos y puedo reconocer que muchas de las ocasiones suelo ser muy autoritaria con los alumnos y esto hizo que en algunas de las actividades no salieran como yo esperaba porque me la pase llamando la atención constantemente a mis alumnos.

Con esto puedo reconocer, que mis principales retos como docente son: dejar de llamar tanto la atención a mis alumnos para que realicen las actividades, si no que

debo de brindarles el espacio necesario para que sean ellos los que realicen las actividades como a ellos mejor les acomode brindándoles la oportunidad de que sean ellos los que construyan su propio aprendizaje.

Al reconocer todo lo anterior y para mejorar en mi profesionalización docente, mi próximo reto para el siguiente análisis es nuevamente trabajar este aprendizaje y mejorar mis técnicas, buscando diversas estrategias de mindfulness. Para que la próxima situación se logre con éxito. También será un reto personal el lograr transmitir esa tranquilidad a mis alumnos, para que ellos logren reconocer cuando deben de estar en calma.

## 7.4 Respirando me siento mejor

Decidí diseñar esta situación didáctica como un reto personal, porque en mi análisis anterior no me fue como yo esperaba y no tuve esa satisfacción de que mis alumnos adquirieran los conocimientos necesarios para reconocer cuándo tenían que estar en calma. Para ello me di a la tarea de seguir documentándome sobre las técnicas de meditación, y de acuerdo con Sánchez (2016), pude entender que:

Con la meditación nos exploramos a nosotros mismos, nuestra intimidad, accedemos a nuestros deseos, a nuestro universo emocional... desarrollamos nuestra inteligencia intrapersonal. Comprendernos a nosotros mismos, nuestras formas de relacionarnos, comprender y respetar las diferencias, las múltiples formas de afrontar la vida... está desarrollando nuestra inteligencia interpersonal (p.17).

Es por ello por lo que estuve pensando cómo podía trabajar nuevamente este aprendizaje, para realizar un diseño contextualizado. Fue entonces cuando recordé que la maestra Odalys, del grupo de tercero de preescolar, me había comentado que sus niños andaban últimamente muy inquietos y corrían por todo el salón, no le hacían caso e incluso estaban peleando mucho. De ahí partí para diseñar mi nueva situación de aprendizaje, porque consideré que mis niños podrían llevar a los chicos de tercero algunas estrategias que ellos ya reconocían para estar en calma, y yo ahí podría evaluar el nivel de avance en este aprendizaje.

La situación didáctica la titulé "Respirando me siento mejor. La trabajé del 16 al 18 de marzo del presente año. Aunque la situación en realidad estaba diseñada para una semana, por cuestiones de la contingencia sanitaria COVID-19, la tuve que adecuar. En esta ocasión sólo asistieron siete alumnos a clase. Mi situación de aprendizaje estuvo enfocada en el área socioemocional, pero también utilicé algunos otros campos de formación que se muestran en la tabla siguiente:

COMPONENTE CURRICULAR	CAMPO DE FORMACIÓN ACADÉMICA	APRENDIZAJE ESPERADO
<b>Campo de Formación</b>	Lenguaje y comunicación	Expresa con eficacia sus ideas acerca de diversos temas y atiende lo que se dice en interacciones con otras personas.
<b>Área de desarrollo personal y social</b>	Educación socioemocional	Reconoce cuando necesita estar en calma.
	Educación Física	Realiza movimientos de locomoción, manipulación y estabilidad por medio de juegos individuales y colectivos.

La aplicación de esta situación de aprendizaje fue algo complicada, porque a pesar de que mi grupo es pequeño, con la contingencia los alumnos faltaron más a clases y esto influía en mis actividades, porque tuve que estarlas adecuando.

#### 7.4.1 “Qué haría yo”

Para iniciar con esta situación de aprendizaje, acondicioné un espacio en mi salón el cual titulé el “Rincón de la tranquilidad”. Cuando entraron los alumnos observaron el espacio, pero no dijeron nada, sólo se le quedaban viendo, en especial Christopher. ¿Qué estás viendo Christopher?, le pregunté, y el niño señaló el lugar que había acondicionado. Fue entonces que pregunté al grupo: ¿Ese espacio ya estaba ahí? Los alumnos dijeron que no. Les pregunté qué era lo que veían y Reily mencionó que imágenes de respirar. —¡Exacto!, exclamé, son imágenes de respirar. — ¿Y para qué creen que nos va a servir ese espacio? Los niños no respondieron a mi pregunta, sólo observaban. Les expliqué que ese espacio, nos sería útil para ir cuando sintiéramos que no estábamos en calma, por ejemplo, enojados, gritando, corriendo, etc.

Decidí implementar esta estrategia de relajación, porque como menciona Giménez et al (2013):

El enfado en los niños pequeños puede manifestarse con facilidad como furia o ira. Una buena alternativa para ayudarles a manejar estas emociones son las estrategias de relajación y autocontrol. En edades tan tempranas es difícil que los niños se relajen por sí mismos, por lo que el uso de alguna clave externa, acompañada de un sencillo ritual a modo de juego, puede ayudarles a «frenar» esas emociones que les alteran. (p.66).

Fui y me coloqué en ese rincón, les expliqué que si yo estuviera enojada me iría ahí para sentirme mejor. Les pregunté: ¿Qué recuerdan de lo que hemos aprendido para estar en calma?, ¿que podíamos hacer en ese espacio? Reily mencionó: — la postura de montaña maestra o como una abejita, a lo que yo exclamé: —¡Esa es una buena idea!, y la llevé a cabo para que ellos vieran cómo podíamos usar ese espacio. Cuando terminé de realizarlo me paré y les dije que ya me sentía mejor, y me regresé a mi lugar.

Les comenté que cuando ya se sintieran mejor se regresarían a su lugar a seguir trabajando. Con esta actividad rescaté los saberes previos de mis alumnos en cuanto a las estrategias que ellos ya reconocían para estar en calma y los saberes que habían adquirido en el análisis anterior. Esto me ayudó para de ahí partir en el desarrollo de mis actividades.

Posteriormente les dije que les contaría un cuento llamado “Lalo y Lola” el cual tomé del libro “P.E.L.O.S”, el cual es un programa de estimulación del lenguaje oral y socioemocional. Aunque se enfoca en el lenguaje, lo consideré apropiado para mis alumnos porque hace mención que estos cuentos son actuales y que en cada cuento se ha cuidado al máximo la asignación de roles, con el fin de erradicar estereotipos sexistas o discriminatorios anclados en el pasado.

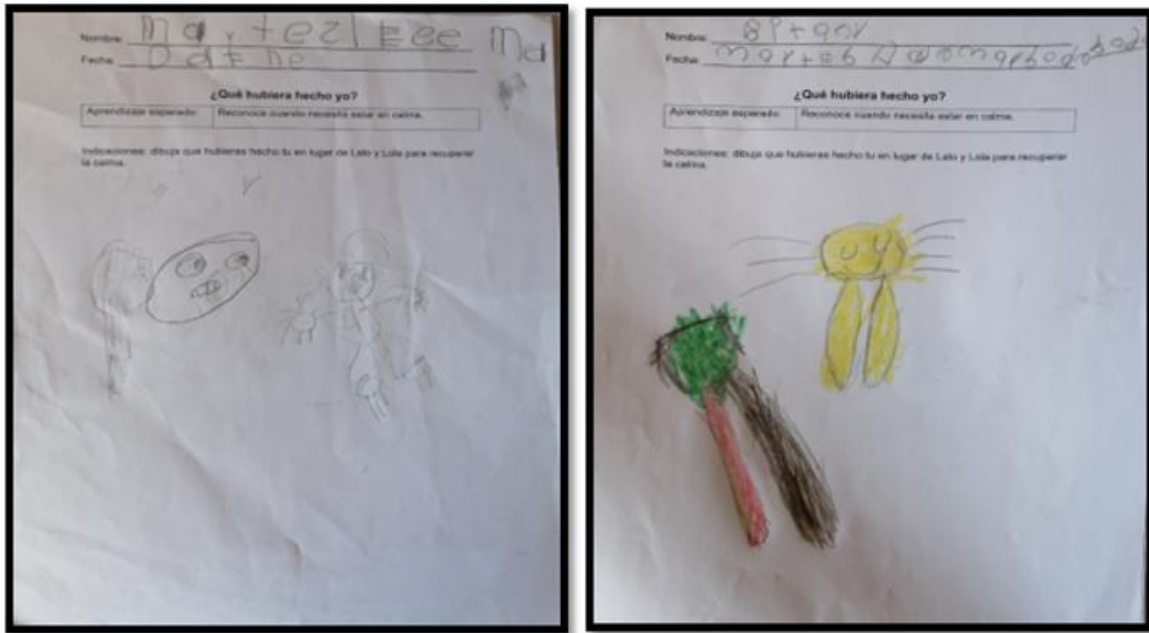
Con este cuento les brindé a los niños una estrategia para buscar soluciones a los problemas que se enfrentan. Además, trabajé algunas actividades que el mismo libro sugiere para ayudar a mis alumnos a desarrollar algunas habilidades como:

- Adquirir progresivamente autonomía en sus actividades habituales.
- Desarrollar sus capacidades afectivas.
- Relacionarse con los demás y adquirir progresivamente pautas elementales de convivencia y relación social, así como ejercitarse en la resolución pacífica de conflictos.
- Desarrollar habilidades comunicativas en diferentes lenguajes y formas de expresión.
- Iniciarse en la lecto-escritura y el movimiento, el gesto y el ritmo.

(García y Rodríguez, 2018)

Para esta actividad les pedí a mis alumnos que se acomodaran en círculo para escuchar el cuento “Lalo y Lola”, el cual acompañé de praxias faciales que permitieron centrar más la atención de los alumnos en el contenido del cuento. Al terminar les pregunté: ¿Qué pasó en el cuento? Reily comentó: — había dos niños que se la pasaban llorando y gritando. Le respondí: — ¡Muy bien!, y les pregunté: ¿cómo se sentían Lalo y Lola? Estefany mencionó: — Enojados porque no les gustaban las letras de su nombre. —¡Exactamente! y ¿cómo creen que se sentía su corazón?: — Pum, pum, pum, respondió Reily. Pregunté al grupo ¿por qué creían que se sentía así? y Alan respondió: — porque estaban enojados.

Mencioné que con anterioridad ya habíamos reconocido lo que le pasaba a nuestro corazón cuando no estábamos en calma, y que ya habíamos conocido algunas maneras para sentirnos mejor. Por ello les indiqué que les repartiría una hoja, en la cual deberían dibujar lo que hubieran hecho ellos para estar más tranquilos y recuperar la calma. Al finalizar sus dibujos les pedí que de manera voluntaria compartieran que hubieran hecho ellos, lo que muestro en el siguiente artefacto:



Artefacto 7.4.1.- Producciones de los alumnos. Explican lo que hubieran hecho ellos en lugar de “Lalo y Lola”. (17/III/2020)

Seleccioné estos dibujos porque muestran cómo los alumnos están respirando. Al preguntarles lo que habían dibujado Dafne mencionó: yo me dibujé echando aire por la boca y tomándolo por la nariz (lo realiza ella). De igual manera, Britany señaló: — yo me dibujé estando en calma y respirando, le puse rayitas al dibujo porque es el aire que está entrando por mi nariz.

Considero que este artefacto es una evidencia, de cómo mis alumnos comienzan a reconocerse y reconocen cuáles son algunas de las acciones que ellos hubieran realizado para sentirse mejor. Da cuenta de cómo comienzan a reconocer algunas estrategias que los ayudan a recuperar la calma en ciertas circunstancias a las que se enfrentan y esto para mí fue muy enriquecedor.

En este artefacto identifiqué que han logrado avanzar en su autoconocimiento, porque este se construye día con día y que se va haciendo visible cuando comenzamos a reconocer nuestras propias emociones y las vamos autorregulando en diversas



circunstancias, entre otras acciones que podemos ir adquiriendo como el reconocer lo que nos gusta o disgusta, etc. Este fue un principio explicativo que fui construyendo a lo largo de esta investigación.

Este artefacto me permitió evaluar a mis alumnos mediante la observación, lo que dibujaron sobre lo que harían ellos. Me brindó además un panorama en cuanto a los alumnos que ya tenían más claro que necesitan estar en calma ante algunas situaciones a las que se enfrenten o realizar alguna estrategia para lograrlo. Esta forma de actuar coincide con mi concepción de la evaluación que planteo en mi filosofía docente, ya que en ella menciono que es el medio que da cuenta si los alumnos están aprendiendo o no, y que ésta se debe realizar en cada situación de aprendizaje.

Y es que como se señala en el libro *Evaluar Para Aprender*:

La evaluación desde el enfoque formativo no se centra en elaborar un juicio para calificar y determinar, como punto final, la acreditación o reprobación de los alumnos, sino en una valoración integral de múltiples elementos que intencionadamente insertamos en la planificación del proceso educativo en la planeación didáctica y que nos permiten conocer si se alcanzan los objetivos de aprendizaje; nos orienta sobre qué camino seguir para apoyar su desarrollo y fortalecimiento en la ruta al logro de las metas marcadas por los Aprendizajes esperados; así como oportunidades de rectificación y mejora del planteamiento de nuestras estrategias, tipos de evaluación, técnicas e instrumentos incluidos desde el inicio. (SEP, 2018. p. 19).

Es por lo que considero como principio explicativo que si se evalúa desde el inicio de la situación de aprendizaje se puede ir encaminando de manera más adecuada al logro de los aprendizajes esperados de los alumnos.

#### **7.4.2 ¡Respirando y exhalando!**

Para continuar retomé una de las escenas del cuento donde los personajes encuentran su nombre en la piscina y cuestioné a mis alumnos: ¿dónde encontraron Lalo y Lola

las letras de su nombre que se habían marchado? Reily respondió: — cerca de una montaña. Judith mencionó: — lejos y Monse señaló: — que en una piscina. — ¡Exacto!, exclamé, en una piscina. Les mencioné que les daría un vaso con agua y un popote, y que íbamos a imaginar que esa era la piscina donde estaban las letras, y con el popote íbamos a hacer burbujas de forma rápida, lenta, fuerte, y suave, según yo les fuera mencionando, pero para lograrlo debían de ir controlando su respiración para no tragar agua.

Antes de comenzar les pregunté: ¿Chicos y que creen que necesitamos para hacer las burbujas? — un popote y agua, dijo Maite; — agua y popote, señaló Judith. Al ver que no respondían lo que yo esperaba, replanteé mi pregunta y nuevamente les dije: — claro, pero aparte de eso ¿qué necesitamos echar por el popote para que se logren formar las burbujas? Estefany dijo: — aire, maestra. —¡Muy bien Fany!, necesitamos soplar aire para poder hacer burbujas.

Y ¿cómo tomamos ese aire? Reily respondió: — respirando por la nariz y soltándolo por la boca. Confirmé la respuesta del niño y les indiqué que realizaríamos la actividad, pero primero sin el popote, para poder observar si les había quedado clara la consigna. En ese momento pude observar que todos realizaban la inhalación y exhalación de aire de manera correcta y esto lo muestro en el siguiente artefacto:



Artefacto 7.4.2.- Captura de pantalla. Los alumnos están concentrados y en calma realizando la actividad. (17/III/2020)

Elegí este artefacto porque da cuenta de cómo mis alumnos poco a poco han logrado ir autorregulándose para realizar las actividades y esto es muy bueno porque da cuenta del avance que ellos han ido teniendo en cuanto a su autoconocimiento, porque la autorregulación es un factor importante en el logro de éste.

Como señala Bandura y Zimmerman (citados en Fuentes y Rosario, 2013):

Los estudiantes que se autorregulan focalizan en su papel agente, acreditando que el éxito escolar depende, sobre todo, de lo que se construye (p.26) y que la autorregulación se relaciona con el grado en que los estudiantes se sienten metacognitiva, motivacional y comportamental mente participantes de su proceso de aprendizaje (Rosario et al, citados en Fuentes y Rosario, 2013, p. 26).

Al momento de estar llevando a cabo la actividad pude observar que uno de mis alumnos no lograba realizarla porque en vez de soplar el aire se tomaba el agua. Esto para mí fue un tanto confuso porque no entendía por qué lo hacía. Me acerqué a él para explicarle de manera personalizada cómo podía hacer la actividad, pero aun así seguía tomándose el agua. Después de algunos intentos, logró llevar a cabo la actividad, pero en cuanto lo dejé solo, nuevamente se tomaba el agua.

Al analizar la situación con mi equipo de cotutoría y mi tutora, me hicieron reflexionar sobre mi actuar esta situación, porque reconozco que solo me acerqué una vez de manera personalizada a Christopher y me alejé sin indagar sobre el porqué no podía realizar la actividad. Considero que éste es un factor que me ayudó a darme cuenta de que en muchas de las ocasiones dejamos de lado algunas situaciones que nuestros alumnos viven y por ello muchas de las veces no se logran los aprendizajes esperados.

Además, esta acción contradice mi filosofía docente porque en ella planteo como principio explicativo que la inclusión es el espacio donde se incluye a todos los alumnos, sin importar su condición física, cognitiva o social, y en esta ocasión no fue así, porque a pesar de que una vez me acerqué con él, lo dejé solo y cuando vi que nuevamente no lo logró, ya no hice nada. Es por ello por lo que para mí siguiente

análisis pienso ponerle mucha más atención a este tipo de circunstancias para no dejar de lado a ninguno de mis alumnos, e involucrar a todos en el logro de los aprendizajes.

A pesar de la situación con Christopher durante esta actividad, me di cuenta, cómo mis alumnos comienzan a autorregularse, porque fue una actividad donde se mostraban muy motivados, ya que lo expresaban en su cara con sonrisas y cara de asombro, pero lo mejor fue ver cómo seguían mis indicaciones para soltar el aire, rápido o lento, incluso si les decía: — soltamos el popote, lo hacían sin mostrar la dificultad de dejar el material. Y es que como menciono en mi filosofía docente el aprendizaje ocurre cuando se les brindan experiencias donde los alumnos vivencien y por ello uno de mis principios explicativos es que los alumnos aprenden mejor cuando viven las experiencias, en este caso experimentaron la inhalación y exhalación mediante una actividad que fue de su agrado.

Posteriormente les pedí que hiciéramos lo mismo, pero ahora sin el vaso ni el popote tomáramos aire por la nariz y lo expulsáramos por la boca. Después de un rato, les pedí que formaran un círculo y les pregunté: ¿cómo se sintieron con la actividad?, ¿que nos hizo sentir? Reily mencionó: — tranquilos porque mi corazón se siente bien. —Yo relajada, dijo Maite, porque eché mucho aire. Estas respuestas dan cuenta de los avances en mis alumnos en algunos indicadores de logro sobre el autoconocimiento como la atención en cuanto al reconocimiento de cuando necesita estar en calma y el identificar cómo se siente ante distintas situaciones.

### **7.4.3 ¡Rescatando la letra A y la O!**

Para continuar nuevamente les pedí que en el círculo les contaría el cuento de “Lalo y Lola”. Para ello, se deberían de poner orejitas de duende y poner mucha atención. Después de escucharlo les dije que, así como Lalo y Lola tuvieron que pasar muchos obstáculos para llegar a las letras, ahora ellos deberían de ayudarlos nuevamente a encontrar las letras de sus nombres. Los llevé a la biblioteca, los coloqué en parejas y les di la consigna de lo que deberían realiza.

Considero que esta actividad fue buena y en ella se reflejó el valor del respeto, la empatía y la tolerancia, porque mis alumnos expresaban frases como: — con cuidado, — no te vayas a caer, — hagámoslo más al pasito para que no te lastimes, etc. Esto para mí fue muy gratificante porque, aunque me faltaba la mitad del grupo, pude observar que mis alumnos se apropiaban de ciertos valores y conductas para el bien de sus demás compañeros y el de ellos mismos.

Con esta actividad trabajé el aprendizaje esperado de educación física, porque para llevarla a cabo realizaron diversos movimientos de fuerza, equilibrio, y coordinación para poder caminar sobre el puente sin caerse o lastimarse. Mi equipo de cotutoría y mi tutora me hicieron la observación que la actividad en realidad no tuvo una finalidad en concreto y pude haberla aprovechado más para mi tema de estudio. Al analizar sus comentarios puedo reflexionar que muchas de las veces las prácticas que realizamos las consideramos buenas, pero cuando son observadas por alguien más y nos dan sugerencias, caemos en cuenta que es necesario reflexionar más en cuanto a lo que les vamos a presentar a los alumnos.

Para continuar, les indiqué que en la sábana donde estaban colocadas las letras realizaríamos otra actividad. Les mencioné que nos dividiríamos en dos equipos, los equipos los elegí yo, de acuerdo con las capacidades de mis alumnos, buscando que estuvieran colocados de manera equitativa. Cuando estaban conformados los equipos, les pedí que cada uno se sentara en una sábana y que me pusieran atención. Yo me coloqué en otra sábana y les expliqué que, sin bajarnos de ella, tendríamos que darle la vuelta. Les mencioné que para poder realizar la actividad debían de ponerse de acuerdo con su equipo como lo iban a realizar.

En esta actividad observé como a mis alumnos aún les cuesta trabajo ponerse de acuerdo para lograr metas en común, porque sólo se observaron y no logran dialogar para buscar la solución a las situaciones a las que se enfrentan. Considero que debo emplear otras situaciones que les permita a mis alumnos, buscar soluciones a través del diálogo con sus compañeros, porque no lograron realizar la actividad y eso lo muestro en el siguiente artefacto:

*Diario de la educadora:*

*La actividad comenzó formando dos equipos. Les indiqué que cada equipo debía de sentarse dentro de la sábana y sin bajarse de ella debían de darle la vuelta a la sábana. Los alumnos se sentaron en ella y sólo me observaban, pero no realizaban la actividad, los alumnos parecen acostumbrados a que yo siempre les diga que es lo que tienen que hacer y cómo lo deben hacer y ahora que no lo hago, parecen perdidos y desubicadas.*

*Continuó un largo silencio. Los alumnos estaban cansados, y comenzaban a bostezar y desesperarse. Yo me sentía cansada y decepcionada conmigo, porque no pudo llevar a cabo la actividad como la imaginé.*

Artefacto 7.4.3.- Extracto del diario de trabajo. Descripción de lo que paso con la actividad. (18/III/2020)

Con este artefacto me pude dar cuenta que mis alumnos aun no logran ponerse de acuerdo con sus compañeros para alcanzar metas en común, y que están a la espera de que yo les diga lo que tienen que hacer para resolver los problemas en los que se encuentran. Esto me trajo ciertos conflictos porque me sentí un tanto frustrada al darme cuenta, de que aun necesito trabajar mucho la cooperación con mis alumnos.

Además, este artefacto da cuenta de cómo en muchas de las ocasiones en mis actividades yo ya tengo mis concepciones de lo que espero que logren mis alumnos al realizar las actividades y muchas veces no me doy cuenta de que quizá lo que yo espero no se logre, y cuando esto sucede, me causa frustración y desesperación.

Al analizar esta actividad con mi equipo de cotutoria y mi tutora, me hicieron reflexionar en cuanto a que mi actividad, quizás no fue motivante para mis alumnos o en realidad mis consignas no fueron claras y fue por ello por lo que mis alumnos no lograron realizarla. Considero que tienen razón porque en el momento mis alumnos no se mostraban entusiasmados por realizarla y al reflexionar considero que debo de mejorar en el diseño de mis actividades, para que sean motivantes para mis alumnos.

Algo muy relevante que sucedió durante esta actividad fue que Reily se levantó de la sábana después de algún tiempo, su rostro mostraba enojo y frustración. Se salió de la biblioteca y se dirigió al salón de clases. En ese momento le pedí al resto de los niños que se fueran al salón.

Cuando entré al aula fue muy sorprendente ver a Reilly sentado en el rincón de la tranquilidad, estaba con sus ojitos cerrados tomando aire. Esto para mí fue sorprendente porque, a pesar de que apenas habíamos implementado ese espacio, él ya lo estaba usando para sentirse mejor como se observa en el siguiente artefacto:



Artefacto 7.4.4.- Fotografía. Reily utiliza el rincón de la tranquilidad, para sentirse mejor. (18/III/2020).

Este artefacto muestra como Reily logró autorregularse y en vez de pegar o gritar porque no pudo lograr la actividad, decidió irse a sentar al rincón de la tranquilidad para sentirse mejor. En su cara se expresa cómo estaba inhalando y exhalando aire, lo que le permitió que su rostro se mostrara más relajado. Reily se quedó unos minutos en ese lugar y luego se paró y se fue a sentar a su silla, sin decir nada. De igual

manera, yo no lo cuestioné, esto para que mis alumnos se dieran cuenta que ese espacio es para ellos y para que se sientan seguros y tranquilos cuando estén en él.

Considero que en este momento Reily logro estar en resiliencia y es que como menciona Malaisi (2020): “esta es la capacidad de superar las adversidades y recuperarse con éxito de situaciones estresantes” (p.24) además de que su actitud refleja lo que plantea Batalloso (2019): “el autoconocimiento no es un aprendizaje que se adquiere exclusivamente mediante ejercicios de meditación, es más bien un proceso de autorregulación que exige atención y sensibilidad antes, durante y después de nuestras acciones” (p.17), esto da cuenta de que el autoconocimiento va más allá de sentirse tranquilos si no que es algo que se da a lo largo de la vida. El artefacto es un ejemplo de que Reilly está logrando esa parte de autorregulación.

Porque como señala Fuentes y Rosario (2013):

Si un estudiante es capaz de autorregular su desempeño vinculando conscientemente su motivación, procedimientos y conocimientos en beneficio de alcanzar sus aprendizajes, adquirirá gradualmente, la capacidad de ir decidiendo, monitoreando y controlando los procesos que desarrolla y los efectos que producen en sus resultados, siendo capaz, por ende, de potenciar lo que ha resultado bien y modificar lo que no ha sido adecuado, aprendiendo de sus errores. (p.15).

Y un claro ejemplo de lo que señala el autor fue un incidente crítico con Reily, el cual, decidió que lo mejor era relajarse en vez de seguir molesto. Él consideró que necesario reflexionar en ese espacio porque estaba muy molesto, y, cuando se sintió mejor, se integró al grupo sin problema y como si nada hubiera pasado.

El resto de los alumnos y yo platicamos del porqué no habían podido lograr llevar a cabo la actividad, a lo que algunos respondieron: — porque no habían puesto atención otros, — por estar jugando. Cuando les dije que la única forma para poder lograr la actividad era hablando entre ellos sólo me miraban y no decían nada. Les dije que el



diálogo es muy importante para poder trabajar en equipo y lograr las metas en común y que sí no logramos dialogar es imposible en ocasiones realizar las actividades.

Después, para trabajar el área de educación física, les indiqué que al ritmo de una melodía relajante se desplazarían por todo el salón, moviéndose lo más separados posible del resto de sus amigos. Cuando el volumen disminuyera, todos se juntarían en el centro y deberían moverse lo más pegados posible, hasta que nuevamente se elevara el volumen, y nuevamente deberían moverse lo más separados posibles del resto. Durante esta actividad los niños lograron seguir las indicaciones y realizar la actividad.

#### **7.4.4 ¡Dibujo y me concentro!**

Para continuar con mi situación de aprendizaje leí nuevamente el cuento. Al terminar les indiqué que en equipos de tres realizaríamos un dibujo colaborativo en el cual deberían plasmar a los personajes que aparecieron en el cuento. Les indiqué que esta técnica ya la habíamos llevado a cabo y les pregunté si alguien la recordaba. Reily levantó la mano y mencionó: — ¡sí! fue donde sólo un niño agarraba los colores y dibujaba y los demás veían. Kamila expresó: — ¡aaah!, y cuando sonaba el instrumento le dábamos el dibujo a un amigo. Les indiqué que, en lugar de un instrumento, les pondría música relajante y cuando ésta no se escuchara, pasarían el dibujo a un amigo.

Decidí utilizar nuevamente esta estrategia porque en mi análisis anterior considero que fue una de las que me dio mayores resultados, porque logré que mis alumnos estuvieran en calma y concentrados en la actividad. Además, se logró una buena autorregulación, en el grupo y nuevamente esta actividad me fue exitosa como lo muestro en el siguiente artefacto:



Artefacto 7.4.4. - Producciones de los alumnos. Trabajo en equipo, para lograr la producción de su dibujo colaborativo. (19/III/2020)

Este artefacto muestra cómo mis alumnos logran estar concentrados y prestando atención a lo que realiza uno de sus compañeros, para posteriormente ellos seguir realizando la actividad. La producción escrita muestra cómo logran rescatar elementos importantes como, los niños, las letras A y la O, así como la montaña y la piscina de las que habla el cuento.

Decidí tomar este artefacto porque se puede apreciar cómo cada vez más mis alumnos logran mejorar su autorregulación, para realizar las actividades, además de que comienzan a lograr estar en calma y mayor tiempo de atención, lo que les ha permitido ir avanzando en su autoconocimiento. Para mí es muy importante que mis alumnos logren reconocer cuando necesitan estar en calma, porque el estar en calma, pueden tener mejor atención que es básica para el autoconocimiento. La autorregulación ayuda a que mis alumnos logren manejar de manera eficiente las emociones y a la resolución de conflictos cotidianos, influyendo en su bienestar.

Además, considero que como docentes debemos emplear nuevamente las estrategias que nos dan resultado con nuestros alumnos para seguir avanzando en el logro de los aprendizajes esperados. Éste es un principio que he logrado construir a través de mi práctica docente en esta investigación por medio de los nuevos conocimientos que voy adquiriendo. En este sentido, mi filosofía docente se va enriqueciendo.

#### **7.4.5 ¡Postura de montaña!**

Para continuar les pregunté ¿detrás de donde estaba la piscina donde estaban las letras del cuento?, a lo que me respondieron: — detrás de una montaña muy alta, dijo Vicente, le respondí: — Muy bien, detrás de una montaña. ¿Ustedes recuerdan una actividad que hicimos con ese nombre?, les pregunté. — ¡sííí!, respondieron al unísono. Al pedirles algunos ejemplos, Reily mencionó: — La postura de montaña, en la que respirábamos para estar tranquilos. Keydelin dijo: — Tomábamos aire y lo sacábamos y cuando sonaba el instrumento levantábamos las manos (levantándolas). Les mencioné que así era, pero que, en esa ocasión en lugar de un instrumento, les pondría una música relajante y cuando se dejara de escuchar levantaríamos las manos.

Confieso que estaba muy nerviosa por realizar nuevamente esta actividad, porque en el análisis anterior no me había funcionado y fue por ello por lo que decidí nuevamente aplicarla, pero en esta ocasión tomando en cuenta las sugerencias que me hicieron mi equipo de cotutoría y mi tutora, que era dejar que mis alumnos disfrutaran de la actividad y, para lograr eso, yo debía de transmitirles esa tranquilidad, expresar de manera corporal lo bien que se siente respirar. Esta actividad me ayudó a autorregularme para lograr transmitir a mis alumnos lo importante de estar en calma y, sobre todo, de disfrutar de esta postura.

Esto confirma mi filosofía docente en cuanto a la enseñanza se refiere, porque en ella menciono que enseñar es dar oportunidades para que los alumnos aprendan. Esto fue lo que hice con esta estrategia de postura de montaña, les brindé la oportunidad de disfrutar, de relajarse y no fue necesario estarles llamando la atención constantemente

como lo hacía con anterioridad. Para realizar la actividad les pedí que se colocaran en media luna para llevarla a cabo, la cual muestro en el siguiente artefacto:



Artefacto 7.4.5. Fotografía. Los alumnos logran realizar la postura de montaña y sus rostros expresan tranquilidad. (18/III/2020)

Seleccioné este artefacto porque me doy cuenta de cómo mis alumnos lograron realizar la postura de montaña y la disfrutaron. Considero que todo esto fue gracias a que en mi análisis pasado me di cuenta de que llamé demasiadas veces la atención a los alumnos que no les permití disfrutar de la actividad. En esta ocasión decidí transmitirles lo agradable que es inhalar y exhalar para sentirnos tranquilos y todo esto gracias a las sugerencias que se me hicieron por parte de mi tutora y mi equipo de cotutoría.

Esta actividad fue muy satisfactoria, porque me pude dar cuenta que no es necesario llamar la atención tantas veces a los alumnos, para que se logren los propósitos de la actividad, es una construcción teórica que logré de esta experiencia, sino que, lo verdaderamente importante es lograr transmitir a nuestros alumnos la confianza y

seguridad para llevar a cabo las actividades de manera exitosa. Todo esto se ve reflejado en mi filosofía docente en la parte de enseñanza donde menciono que el docente debe ser un guía para que sean ellos quienes vayan descubriendo sus propios aprendizajes.

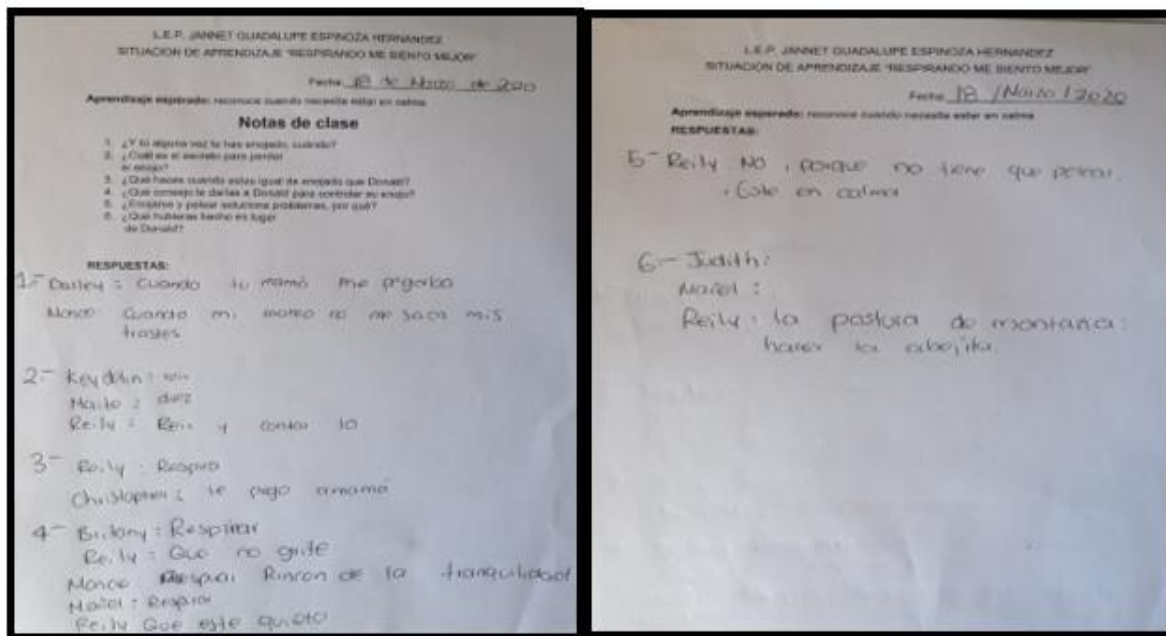
Además, esta actividad me permitió evaluar el aprendizaje de educación socioemocional, en cuanto al autoconocimiento, el cual es reconocer cuando necesitan estar en calma. Mediante la observación pude darme cuenta que, los alumnos lograron realizar la actividad y, al ver sus expresiones, me permitió poder analizar que ellos lo estaban disfrutando, que habían logrado entrar en un estado de calma y tranquilidad. Aunque la actividad es corta, me permitió seguir evaluando los avances que mis alumnos están teniendo.

#### **7.4.6 Prestando atención**

Para finalizar con mi situación de aprendizaje, decidí implementar una metodología activa de gamificación a través de la realización de un juego en Educa-pley, pero como en mi comunidad no cuento con internet, decidí tomar la idea y yo diseñarlo con otra herramienta para que de este modo tuvieran mis alumnos la oportunidad de interactuar con otras estrategias. El juego lo diseñé mediante un video y cada cierta parte del video aparecía un cuestionamiento para ver lo que en realidad habían aprendido mis alumnos. Para hacérselos más interesante, decidí que cuando se escuchara la pregunta, apareciera una foto del alumno que debería responder.

Para realizar la actividad les pedí que formaran medio círculo y se sentaran frente a la computadora. Les expliqué en qué consistía el juego y que lo principal era poner atención a un video y cuando este se detuviera, solo el alumno de la imagen sería el que podría responder la pregunta. Comencé poniendo el video y los niños estaban viéndolo muy atentos, cuando le tocó el primer turno de contestar la pregunta a uno de los niños, se mostraron nerviosos e incluso no querían responder, tuve que intervenir con algunos cuestionamientos para que ellos respondieran.

Las respuestas las registré en una guía de observación, que muestro en el siguiente artefacto:



Artefacto 7.4.6. - Guía de observación. Respuestas que dan los alumnos, con referencia al juego. (18/III/2020).

El artefacto muestra cómo mis alumnos logran dar respuesta a algunos cuestionamientos personales, como, por ejemplo: ¿cuándo se han sentido enojados? Las niñas lograron expresar situaciones de la vida cotidiana que las hacen enojar y esto da cuenta de cómo poco a poco mis alumnos han logrado conocerse y responder cuestiones personales.

Este artefacto da cuenta de cómo poco a poco mis alumnos se van apropiando de estrategias que les permiten estar en calma ante diversas situaciones, así como identificar las situaciones donde ellos saben que no se encuentran tranquilos. Por otro lado, me permitió evaluar el aprendizaje de lenguaje y comunicación en cuanto, a si lograban expresar con eficacia sus ideas acerca de diversos temas y atienden lo que se dice en interacciones con otras personas. También me permitió evaluar mi aprendizaje principal, el cual era estar en calma. Éste pude evaluarlo al ver si ellos

daban estrategias para ayudar al pato Donald a sentirse mejor o lo que ellos hubieran hecho ante dicha situación.

Considero que esta situación de aprendizaje fue un tanto limitada debido a la contingencia sanitaria por la que estamos pasando, lo que hizo que tuviera que modificar mi situación de aprendizaje en algunas actividades e incluso quitar dos actividades para poder concluirle y que mis alumnos logaran participar en el cierre de la actividad.

Para mí es muy importante reconstruir lo sucedido en esta aplicación, para de ahí poder partir a la mejora de mi práctica docente y la búsqueda de nuevas estrategias que me permitan seguir avanzando en mi problemática de estudio. Gracias a las aportaciones de mi equipo de cotutoría y mi tutora puedo identificar mis áreas de oportunidad las cuales principalmente son seguir documentándome en cuanto al autoconocimiento para poder justificar y sustentar lo que estoy realizando con mis alumnos.

Las fortalezas que rescato gracias a mi equipo de cotutoria y mi tutora son que se lograron avances significativos, no sólo en mis alumnos, sino también en mi persona, porque el volver enfrentar actividades que no me habían resultado y el miedo que esto implicaba fue un gran avance para mí. Aprendí que podemos reconstruir nuestra práctica siempre que queramos para mejorar en nuestra labor. Esto cambió mis perspectivas de no querer enfrentar algo que no me sale a la primera, sino de volverlo a realizar con otra estrategia para lograr lo esperado.

El crear un espacio dentro de mi aula para que mis alumnos se sintieran mejor, también me hizo ver que fue muy acertado, porque les brindé la confianza de acercarse a él cuándo lo necesitaran, además de que pude aprovechar otros espacios del salón, pese a las circunstancias que vivimos por el COVID-19, de no salir al patio escolar.

Considero que una de mis fortalezas más grandes fue mi crecimiento personal, porque pude lograr estar más en calma y de este modo transmitir a mis alumnos lo bien que

se siente el inhalar y exhalar aire para sentirnos mejor, el dedicarnos ese pequeño lapso a nosotros mismos, para sentirnos bien y estar en calma.

Además de que me di cuenta de que el docente debe tener flexibilidad cognitiva en su práctica educativa para poder lograr los aprendizajes de sus alumnos, esto lo aprendí con la implementación de esta situación de aprendizaje, porque me ayudo a comprender que los docentes debemos de brindar espacios cómodos para nuestros alumnos.

También pude percatarme de que he avanzado en el logro de los aprendizajes esperados y se ve un avance significativo en la mayoría de los niños, aunque no en la totalidad del grupo porque estuvieron faltando mucho, pero, aun así, han logrado estar tranquilos, apoyarse, autorregularse, estar en calma cuando lo necesitan. Uno de los retos que me propongo para el siguiente análisis es emplear las evaluaciones de la unidad de diseño y organización de actividades II, así como mejorar en la planeación de mis actividades incorporando el área de artes, de igual manera el aplicar estrategias que permitan a mis alumnos dialogar en equipo para lograr metas en común.



## 8. CONCLUSIONES

En la construcción de mi portafolio temático definí una pregunta de investigación que guió mi indagación, la cual fue: ¿Cómo puedo favorecer el autoconocimiento en mis alumnos de 1º. y 2º. de preescolar? Con base en esta interrogante, puedo concluir que el autoconocimiento es algo que no se puede lograr concretar a lo largo de la vida. Pero que se va favoreciendo poco a poco mediante la propia experiencia y esto hace que nos vayamos conociendo y logremos ir autorregulando nuestras emociones y la forma en que nos enfrentamos a las situaciones que se nos presentan a lo largo de la vida. Para poder favorecer este autoconocimiento se requieren diversas acciones en el aula, pero éste no es exclusivo este espacio, sino que los alumnos también lo favorecen en casa mediante diversas experiencias que viven en el día a día.

Algunas de las acciones que desarrollé en mi aula para favorecer el autoconocimiento en mis alumnos, fue el plantearles situaciones donde pudieran enfrentar diversas emociones y poco a poco les fueran dando nombre. Otra de las acciones que llevé a cabo, y que fue de las que más dificultad tuve, fue la implementación de la atención plena con técnicas de Mindfulness que, aunque no es tarea fácil, es necesaria para lograr nuestro propio autoconocimiento, entre otras más técnicas que expuse en mi portafolio.

Dar respuesta a la pregunta de investigación es uno de mis principales retos en el diseño y desarrollo de las actividades. Por otro lado, el hecho de analizar mi práctica, y resaltar mis áreas de oportunidad, no fue tarea fácil, pero al final fue muy enriquecedor y me ayudó a crecer no sólo profesionalmente, sino de manera personal. Considero que un buen docente no es quien sólo reconoce sus fortalezas, si no quien es capaz de analizar sus desaciertos, reflexionar sobre ellos y buscar nuevas estrategias para mejorar en su quehacer docente, y, sobre todo, siempre poniendo al centro a sus alumnos y su aprendizaje.

Para dar respuesta a mi pregunta de indagación me planteé dos propósitos, el primero encaminado favorecer el autoconocimiento en mis alumnos y el otro dirigido a

favorecer mis competencias docentes mediante el diseño de estrategias para favorecer en el desarrollo del autoconocimiento en mis alumnos.

El primer propósito que me planteé en cuanto a mis competencias docentes fue:

Fortalecer mis competencias profesionales mediante el diseño, la aplicación y la evaluación de diversas estrategias didácticas, para influir en el desarrollo del autoconocimiento en los alumnos

Considero que el nivel de logro de este objetivo si se cumplió, porque pude ampliar mis competencias profesionales y de ahí partir al diseño de actividades con diversas estrategias innovadoras y contextualizadas, basadas en un enfoque socio constructivista, que me ayudaron a mejorar el autoconocimiento en mis alumnos.

Lo anterior se vio reflejado en la implementación de mis estrategias de intervención como el diseño de situaciones didácticas, las técnicas de Mindfulness, diseño de espacios para estar en calma, uso de mediadores, círculos restaurativos, entre otros. En su mayoría las técnicas partieron del contexto y las necesidades que iban presentando mis alumnos. Durante la aplicación de diversas estrategias me di cuenta de que lo primordial que debía de hacer para mejorar en mis competencias profesionales y poder plantearles las actividades de manera asertiva a mis alumnos, era cambiar la concepción que yo tenía sobre mi papel, que era el de mandar y marcar esa barrera entre mis alumnos y yo.

Me di cuenta de que primero me debería de conocer yo, aprender a estar en calma, autorregular mis emociones, para de ahí partir a brindarles a mis alumnos esa seguridad que necesitaban para poderse ir auto conociendo. Esto fue un gran reto para mí, porque siempre he sido una persona muy espontánea, y el autorregularme, no fue tarea sencilla.

Algo fundamental en esta investigación fue el vínculo que logré establecer con los alumnos, al romper esa barrera que yo siempre ponía en mi actuar docente y esto me permitió brindarles esa seguridad, a fin de que expresaran sus gustos y disgustos, así

como sus emociones ante diversas situaciones. Además, aprendieron otros contenidos del currículo de manera más eficaz, porque se logró crear un ambiente cálido en el salón donde se sentían cómodos y seguros en el aula, y esto se pudo ver porque los alumnos se mostraban interesados en realizar las actividades y tenían la confianza de preguntarme sus dudas.

Esto se relaciona con lo que menciona Neufeld y Maté (2018), “el vínculo le permite al niño apegarse a los adultos, los cuales, al menos en la mente del niño, son más capaces de orientarse y encontrar el camino” (p.39)

Considero que logré innovar mi práctica docente atreviéndome a trabajar nuevas teorías en el aula, a implementar estrategias que en ocasiones ni yo sabía cómo desarrollarlas con mis alumnos, el atreverme a reconstruir mi práctica para mejorar en mi actuar docente. Mi más grande reto fue abrir las puertas de mi salón y mostrar mi actuar docente a mi equipo de cotutoría y mi tutora y ser lo suficientemente madura para aceptar las recomendaciones.

El segundo propósito que me planteé para lograr en mis estudiantes fue:

Favorecer el desarrollo del autoconocimiento en mis alumnos de 1º y 2º de preescolar, para que logren reconocerse.

Considero que el nivel de logro de este propósito fue muy significativo, porque a pesar de que el autoconocimiento no se logra concretar a lo largo de toda la vida, se puede ir favoreciendo de acuerdo con las experiencias que se van viviendo día con día. Es por ello por lo que las estrategias que implementé en mi grupo me ayudaron a que fueran favoreciendo su autoconocimiento, debido a que en continuas ocasiones tuve la oportunidad de plantear a mis alumnos diversas situaciones donde pudieran experimentar diversas emociones y fueran ellos los que poco a poco les fueran dando un nombre según lo que cada una les hacía sentir. Esto ayudó también a que poco a poco se fueran autorregulando.

El nivel de logro alcanzado de este propósito en mis alumnos se refleja en el fortalecimiento de los aprendizajes esperados del área de desarrollo personal y social. Habilidades socioemocionales, ya que, al inicio del ciclo escolar mis alumnos no eran capaces de hablar acerca de lo que les gustaba o disgustaba, no reconocían las emociones básicas ni lo que éstas los hacían sentir en diversas circunstancias, así como tampoco lograban reconocer cuando necesitaban estar en calma.

En cambio, mediante el trabajo constante sobre el autoconocimiento, los niños fueron capaces de reconocer sus emociones y lo que éstas les hacían sentir en distintas situaciones que se les presentaban, así como también lograron expresar sus gustos y disgustos, además de que fueron capaces de reconocer cuando necesitaban estar en calma y autorregularse, logrando la aceptación y la empatía en el grupo. Las estrategias implementadas considero que fueron clave para que mis alumnos fueran logrando lo mencionado anteriormente, porque el trabajar con diversas modalidades ayudo a que mis alumnos se apoyaran de diversas situaciones para ir logrando su autoconocimiento.

Considero que también algo muy importante que abonó a ese logro en mis alumnos, fue mi intervención, sobre todo al momento de autorregularme porque les transmitía mayor seguridad para expresarse. Por otro lado, al hacer lo que les pedía que ellos hicieran, sirvió de modelaje para que vieran lo bien que se siente conocer nuestras emociones y poder controlarlas ante diversas circunstancias para estar en calma. Esta experiencia fue enriquecedora y muy gratificante, no sólo para mis alumnos sino para mí también.

Gran parte de todos estos logros lo atribuyo al análisis y reflexión de mi actuar docente, gracias al apoyo de mi equipo de cotutoría y mi tutora. Ellas fueron pieza clave para llevarme a la reflexión en cuanto a mi actuar en el aula y buscar una mejora continua en la implementación de mis estrategias, reconocer mis desaciertos como áreas de oportunidad para crecer día con día y avanzar en mi tema de investigación, como en los contenidos curriculares.

De manera general, se puede ver que hubo aportes al campo de la investigación acerca del autoconocimiento, el principal es la importancia que tiene el trabajar desde la edad preescolar el autoconocimiento, para que los alumnos logren ser capaces de enfrentarse a diversas situaciones a las que se enfrentan a lo largo de su vida, tal como los avances que se pudieron observar en los alumnos en cuanto a su reconocimiento y el logro de su autorregulación ante diversas circunstancias que se les presentaron.

Con base en los resultados de la investigación puedo afirmar que la aplicación de estrategias como: el dibujo colaborativo, el uso de mediadores, actividades basadas en el juego, actividades donde se experimentan diversas emociones, ayudan a que los alumnos vayan autoconciéndose.

Otro de los aportes al campo de la investigación en cuanto al autoconocimiento es la aplicación de las técnicas de Mindfulness con alumnos de preescolar, porque aunque no es tarea fácil y mucho menos con alumnos de corta edad, son de gran apoyo, porque les permite a los alumnos irse autorregulando y logrando esa tranquilidad consigo mismos, les permite irse reconociendo interiormente y esto es muy gratificante, porque ayuda a que los alumnos poco a poco comiencen a reconocer cuando necesitan estar en calma.

Dentro de los hallazgos que considero más importantes de mi investigación es que a pesar de que el autoconocimiento no se logra concretar a lo largo de la vida, es muy importante que se trabaje desde el preescolar, porque esto ayudará a que los alumnos comiencen a reconocer sus emociones básicas, lo que éstas les provocan en diversas situaciones, logren expresar lo que les gusta y disgusta, y reconozcan cuando necesitan estar en calma. Si esto se logra podremos ir formando personas más autónomas y seguras, capaces de ir enfrentando los problemas que se les presenten de manera asertiva. Además, algunas investigaciones afirman que los estudiantes que logran ir autoconciéndose, son estudiantes con mayores logros cognitivos.

Un hallazgo más fue el brindar a los niños ambientes de aprendizaje cómodos y seguros, donde fueran capaces de expresarse. Identifiqué que cuando los niños se

desenvuelven en un ambiente donde pueden mostrarse como son, donde pueden expresar sus emociones sin ser juzgados, lograremos personas más seguras y autónomas, capaces de autorregularse en diversas circunstancias.

También pude conocer y trabajar las técnicas de Mindfulness con mis alumnos, aunque no fue tarea fácil y me costó trabajo el hecho de primero lograr esa calma en mí, esa atención plena, para posteriormente poder transmitírsela a con uno mismo, fue una experiencia que marcó mi investigación y que me llenó de satisfacciones el ver cómo mis alumnos poco a poco fueron logrando reconocer cuándo necesitaban estar en calma y realizar algunas de las técnicas de Mindfulness que les enseñé sin necesidad de que yo se pidiera que las realizaran.

Otro factor importante que ayudó en mi investigación considero que fue el documentarme en la teoría, para lograr la construcción de mi portafolio temático, teniendo los elementos necesarios que me ayudaran a entender mi problemática y de ahí poder partir a la búsqueda de estrategias que me ayudaran en mi aula.

Los resultados son congruentes con los encontrados en la literatura, porque en ella se menciona que el autoconocimiento es un proceso sin fin que se va dando a lo largo de las experiencias que vamos viviendo en nuestra vida. Esto coincide con lo que nos marca el Programa de preescolar, aprendizajes Clave, (SEP, 2017) el cual hace referencia que para lograr el autoconocimiento es necesaria la exploración de las motivaciones, necesidades, pensamientos y emociones propias, así como los vínculos que establecen con las personas de su entorno.

El análisis desarrollado por Batalloso (2019), coincide de igual manera con los resultados obtenidos en mi investigación, porque él hace mención de que los alumnos deben ser capaces de expresar información de sí mismos, reconocer sus sentimientos, sus gustos e intereses, y todo ello se puede ver en mis análisis donde se observa cómo poco a poco mis alumnos lograron ir desarrollando su autoconocimiento.

Finalmente, considero que traducir la teoría en actividades prácticas es fundamental, porque esto permite constatar la efectividad y funcionalidad de ella en la mejora de

los aprendizajes. En lo personal lo indagado sobre el autoconocimiento, tomando en cuenta a los referentes analizados, considero que fue de gran utilidad y me ayudó a guiar mi investigación a buen término, y no sólo en el ámbito profesional, sino también en el personal, porque me permitió auto conocerme a mí misma.

A lo largo de esta investigación surgieron cambios favorables, en cuanto a mi propia práctica, en cuanto a las estrategias que empleaba, y logré innovar para hacer más enriquecedoras las actividades. Además, logré ser más flexible y crear un vínculo con mis alumnos, el cual me permitió que la investigación fuera marchando favorablemente. Esto no fue tarea sencilla de realizar porque en un principio yo me limitaba al diseño de actividades relacionadas al autoconocimiento de los alumnos. Después me di cuenta de que, si yo como docente no lograba conocerme, menos podría lograr que mis alumnos fueran desarrollando su autoconocimiento.

Con los cambios que fueron apareciendo a lo largo de mi investigación en mi práctica, considero que logré vincular las habilidades socioemocionales con los contenidos del curriculum que implicaban mayor esfuerzo cognitivo, y así poder realizar en mi aula una práctica basada en un enfoque socio constructivista, para que fuera de mayor interés para mis alumnos.

Todos estos cambios se fueron dando a través de la investigación formativa, la cual me permitió cambiar mis concepciones que tenía en cuanto a cómo se enseña y cómo se aprende, me brindó la oportunidad de ser más flexible en mi actuar docente y así poder ser guía para los alumnos, dejando que sean ellos los que construyeran su propio conocimiento, mientras que yo me convertí en una mediadora, fui el puente para el logro de los aprendizajes de mis alumnos.

Otro factor que considero fundamental en esta investigación es la confrontación que tuve con mi equipo de cotutoría y mi tutora, porque me permitió reconocer mis debilidades y buscar estrategias para mejorar mi labor docente. Como ya mencioné fue un proceso difícil el aceptar que era necesario mejorar mi práctica, pero posteriormente fue un proceso muy enriquecedor, porque me ayudó a obtener la

madurez necesaria para tomar las sugerencias, no como ataques, sino como áreas de oportunidad para la búsqueda de nuevas estrategias y maneras de ser que me ayudaran en mi investigación y así poder ser mejor docente.

Todo lo anterior me permite concluir que se logró un cambio en mis alumnos, pero también en mí como docente, porque pude dejar esa barrera que me separaba de mis alumnos y crear un vínculo que me permitió ser menos conductista y más flexible en la forma de impartir las clases para motivar a mis alumnos; además, me permitió dejar de dar tantas indicaciones y cambiarlas por consignas claras para el logro de su autoconocimiento y los aprendizajes del curricular.

Logré, además, crear un ambiente de aprendizaje cálido, de respeto y tolerancia, que permitió mejor participación de los alumnos en todas las actividades, porque estas se diseñaron de manera contextualizada para que todos los alumnos logaran integrarse a ellas y así poder contribuir en los avances de esta investigación.

No obstante, la investigación presentó limitaciones, como falta de tiempo en algunos momentos, por actividades extraescolares. La principal limitación se vio cuando surgió la pandemia que se vive en la actualidad sobre el COVID-19, porque se tuvo que suspender la labor docente y esto influyó en que no se logaran desarrollar más estrategias para que mis alumnos fueran autoconciéndose un poco más. Por todo esto considero que sería conveniente desarrollar futuras investigaciones en las que se analice con mayor detenimiento estrategias para ir favoreciendo el autoconocimiento en preescolar.



## 9. VISIÓN PROSPECTIVA

El haber trabajado el favorecimiento del autoconocimiento con mis alumnos, además de ser una temática de gran importancia por las necesidades que presentaba el grupo al inicio del ciclo, se fue convirtiendo en una temática de gran interés para mí, porque cada vez que indagaba o encontraba algo nuevo, me interesaba aplicarlo en mis alumnos. Por lo que aún después de haber trabajado con esta investigación durante mi paso por la maestría, aun me quedan muchas dudas sobre mi tema y es que estas fueron surgiendo en mi último análisis.

Ahora bien, estas dudas se convierten en posibles nuevos caminos para responder a las preguntas que aún me surgen como: ¿De qué manera puedo favorecer el autoconocimiento en preescolar? ¿Cuál es la forma correcta de favorecer el autoconocimiento? ¿Qué estrategias son las más adecuadas para favorecer el autoconocimiento en preescolar? Y ¿Hasta qué punto se puede favorecer este autoconocimiento?, estas son algunas de las interrogantes que surgieron a través de mi investigación y que me gustaría resolver más adelante.

A pesar de que la investigación me dejó grandes satisfacciones al indagar sobre el autoconocimiento y estarme documentando constantemente, aún surgen inquietudes sobre mi tema y esto se convierte en nuevos retos a enfrentar a lo largo de mi profesionalización docente y mi práctica educativa. Los principales son la implementación del uso de las TICS en el aula, seguir actualizándome de manera constante para abonar en el aprendizaje de mis alumnos.

Considero que el haber concluido con mis estudios de maestría es un gran paso que doy en mi profesionalización docente, porque pude aprender muchísimas cosas de mi actuar y gracias a ello mejorar en mi trabajo en el aula. Logré diseñar situaciones contextualizadas, con propósitos claros. Logré, además, implementar estrategias que jamás antes hubiera imaginado que se podían llevar a cabo en preescolar y que me brindaron grandes logros y satisfacciones no solo en el ámbito profesional sino también en el personal.

Todo lo anterior es gracias a que permití abrir las puertas de mi aula para que conocieran mi actuar docente y poner en tela de juicio mi labor, sobre todo, gracias al apoyo de mi equipo de cotutoría y mi tutora, que fueron quienes lograron brindarme elementos que era necesario mejorar que yo jamás hubiera visto desde la comodidad de mi aula, sino que fue necesario compartir lo que realizaba con mis compañeras para que ellas pudieran apoyarme en este proceso de reflexión y reconstrucción de mi actuar docente.

Aunque no fue tarea fácil el aceptar que en muchas de las ocasiones no estaba bien lo que realizaba, pero traté de tener mucha madurez para recibir los aportes de mis compañeras y gracias a ello logré llevarme muchos aprendizajes significativos que ayudaron a mejorar mi práctica docente y que estoy segura de que me servirán a lo largo de mi paso por la docencia.

Aunque tuve muchos aprendizajes, también pude reconocer que aún tengo áreas de oportunidad en las que debo mejorar, pero éstos son nuevos retos en los que continuaré trabajando de manera personal, porque quiero ser una docente documentada, que está en la búsqueda constante de estrategias para el logro de aprendizajes significativos dentro de su aula.

Gracias a esta investigación, me atrevo afirmar que si trabajamos las habilidades socioemocionales desde el preescolar se llegará al logro de cualquier aprendizaje, en este nivel y en los posteriores. Porque es el nivel en el que se ponen los primeros cimientos para que los alumnos alcancen aprendizajes significativos, así que es por ello por lo que los docentes de preescolar tenemos un gran reto en las aulas y por esto uno de mis retos principales ahora es documentar y evidenciar la importancia que tiene trabajar las habilidades socioemocionales desde el preescolar, para el logro de alumnos altamente autónomos y con mayor grado cognitivo.

Gracias a todo lo aprendido en mi paso por esta maestría, puedo decir que soy una profesional en lo que realizo, porque me fundamento en las teorías que considero pertinentes para el aprendizaje en mi aula, así como indago más allá las corrientes

que ayudan al logro de los aprendizajes y me brindan mayores estrategias para implementar en mi aula. De esta manera fundamento mi práctica docente y puedo definir por qué hago lo que hago en el aula, considero que esto jamás hubiera podido pasar si no hubiera cursado la maestría, la cual me ayudó a desarrollar la madurez necesaria para enfrentarme a cualquier reto que se me presente.

Antes de comenzar esta travesía, me consideraba una buena docente, la cual se preocupaba porque sus alumnos aprendieran los contenidos curriculares, sin importar cómo se sentían mis alumnos o cuál era su sentir ante diversas circunstancias. Sin embargo, gracias a mi paso por la maestría pude darme cuenta de que así no se logra el aprendizaje, y dejé de lado mi actitud directiva y me acerqué a mis alumnos creando ese vínculo que me permitió avanzar en mi investigación. Pude darme cuenta de que si trabajamos las habilidades socioemocionales de manera correcta los alumnos irán avanzando no sólo en su bienestar emocional, sino también en los contenidos del currículum de manera más eficiente.

Es por ello, que me comprometo a seguir documentándome, y actualizándome sobre las teorías que sustentan la educación, así como asistiendo a diplomados que me ayuden a siempre ser mejor para mis alumnos, además de seguir indagando nuevas técnicas de aprendizaje. Ahora más con la situación que se vive en la actualidad, necesitamos docentes más comprometidos con su trabajo y principalmente con el logro de los aprendizajes de sus alumnos pese a la circunstancia a la que nos podamos enfrentar, es por lo que busco ser ese docente, capaz de sacar adelante a mis alumnos sin importar la situación.

## REFERENCIAS

- Argos, J. y Ezquerro, P. (2013). *Liderazgo y educación*. Cantabria: Santander: Ediciones Universidad de Cantabria, D.L.
- Ayora, M. A. (2014). *Análisis de la teoría de Vygotsky para la reconstrucción de la inteligencia social*. Cuenca- Ecuador: EDÚNICA.
- Batalloso, J. M. (2019). *AUTOCONOCIMIENTO*. CAMAS (Sevilla).
- BECENE. (2019). *Orientaciones académicas para la elaboración del portafolio temático*. San Luís Potosí: BECENE.
- Bennett, M. (2008). *Autoconocimiento*. España: Ediciones i.
- Bericat, E. (2012). Emociones. *sociopedia.isa*. Obtenido de <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/47752/DOIEmociones.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Bisquerra, R. (2016). *EDUCACION EMOCIONAL*. España: DESCL.
- Blanco, M. E. (2014). Inteligencia emocional y convivencia. *Convives(6)*. Obtenido de <https://es.calameo.com/read/003231554433e8265ce13>
- Booth, C. E. (2017). *Las habilidades socioemocionales en la primera infancia*. Madrid: Narcea S.A de ediciones Madrid.
- Chericoff M. L y Morales E. R. (2018). Educación socioemocional. *DIDAC(72)*. Obtenido de [http://revistas.iberomx.com/didac/uploads/volumenes/27/pdf/Didac72\\_web.pdf](http://revistas.iberomx.com/didac/uploads/volumenes/27/pdf/Didac72_web.pdf)
- Church, E. B. (2017). *Las Habilidades Socioemocionales en la primer infancia. Llegar al corazón del aprendizaje*. España, Madrid : NARCEA.
- Elías, M. E. (2015). La cultura escolar. Aproximaciones a un concepto complejo. *EDUCARE*, 19(2). Obtenido de <https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/EDUCARE/article/view/6591/16356>
- García, A.L y Rodríguez, M. J. (2018). *P.E.L.O.S*. Madrid: CEPE.
- Gavilán, R. T. (2017). *La atención plena o mindfulness en la educación emocional: "Taller de educación emocional y atención plena para niños de 4 a 8 años"*. Proyecto final de Posgrado, Universidad de Barcelona, Barcelona.

- González, C. M. (2012). *Aplicación del Constructivismo Social en el Aula*. Guatemala: Instituto para el Desarrollo y la Innovación Educativa en Educación Bilingüe y Multicultural –IDIE- Organización.
- Hernández, L. N., & Salazar, A. R. (2010). *Los rituales en la escuela una cultura que sujeta al curriculum*. Mérida : EDUCERE.
- López, S. (2010). HISTORIA DE VIDA DE BUENOS PROFESORES: *PROFESORADO, VOL. 14 (Nº 3), 150*.
- Luna, S. L. (2010). *Historia de vida de buenos profesores. Experiencias e impacto en el aula* (Vol. 14). Chile: Universidad de la Serena.
- Malaisi, L. J. (2020). *Mis emociones y habilidades en la escuela*. Buenos Aires: Paidós.
- Marta Giménez-Dasí, M. F.-F. (2013). *Pensando las emociones. Programa de intervención para Educación Infantil*. Madrid: PIRÁMIDE.
- Medina, M. B. (2015). Influencia de la interacción alumno-docente en el proceso enseñanza-aprendizaje. *Pakaat revista de tecnologia y sociedad*(8).
- MOLINA, C. (2013). *Emociones expresadas, emociones superadas*. España, 26: Planeta.
- Nava Milicic, L. A. (2014). *Aprendizaje socioemocional*. México: PAIDOS.
- Nava Milicic, Lidia Alcalay, Christian Berger, Alejandra Torretti. (2014). *Aprendizaje Socioemocional*. México: PAIDOS.
- Navarro, E. A. (2017). *Fundamentos de la investigación e innovación educativa*. (L. Rioja, Ed.) Universidad internacional de la Rioja.
- Navas, J. M. (2019). *AUTOCONOCIMIENTO*. Sevilla.
- Neufeld, G. y. (2018). *Regreso al Vínculo Familiar*. Hara Press.
- Piñeiro, B. (2015). *EDUCAR LAS EMOCIONES EN LA PRIMERA INFANCIA* . Rojo amanecer.
- Prince, T. (2019). *Ejercicios de mindfulness en el aula. 100 ideas practicas* . Madrid, España: Narcea.
- Ramírez, M. S. (2014). *La investigación formativa: Su materialización en los programas de maestría con orientación profesional en Ramírez, M.S. y*

- Hernández, F. *La investigación formativa retos y experiencias en la profesionalización docente*. México: Porrúa.
- Restrepo, B. (2007). *Conceptos y aplicaciones de la investigación formativa y criterios para evaluar la investigación científica en sentido escrito*. Obtenido de <https://www.epn.edu.ec/wp-content/uploads/2017/03/Investigaci%C3%b3n-Formativa-Colombia.pdf>
- Rodríguez, M. C. (2012). *Aprendiendo sobre emociones: manual de educación emocional*. Holanda.
- SÁNCHEZ M, F. M. (2006). *Etapas del desarrollo profesional y carrera magisterial en Tlaxcala*. Obtenido de [http://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v10/pdf/area\\_tematica\\_10/ponencias/0046-F.pdf](http://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v10/pdf/area_tematica_10/ponencias/0046-F.pdf)
- Santrock, J. W. (2006). *Psicología de la educación* (Segunda edición ed.). México: McGraw Hill.
- SEP. (2017). *APRENDIZAJES CLAVE PARA LA EDUCACIÓN PRIMARIA*. México: Argentina 28.
- SEP. (2018). *Evaluar Para Aprender. La evaluación formativa y su vínculo con la enseñanza y el aprendizaje* . México: Argentina 28.
- Simpson, G. (2010). *Resiliencia sociocultural*. Argentina: Bonurm.
- Singh, K. (2004). *El sendero sagrado. Autointrospección*. México: Edition Naam.
- Sonia Fuentes Muñoz y Pedro Rosario. (2013). *Mediar para la Autorregulación del Aprendizaje. Un Desafío Educativo para el Siglo XXI*. Santiago de Chile .
- Suanes, M. N. (Noviembre de 2009). Autoconocimiento y Autoestima. *Revista digital para Profesionales de la Enseñanza*(5), 3.
- Tello, F. V. (2016). *El saber y el hacer de la investigación acción pedagógica*. Perú: Dalagraphic, E.I.R.L.
- Torres, M. (2005). La identidad profesional docente del profesor de educación básica en México. *Interamericana de Educación de Adultos*, 238.
- Villeneuve, I. M. (2015). Una nueva “vacuna”: la del autoconocimiento. Autoconocimiento a través de la neurociencia, la inteligencia emocional. *Rev Pediatr Aten Primaria*.

Zambrano, P. L. Mg., Cedeño, G.B y Rivadeneira M. R. (2016). La teoría constructivista de Jean Piaget y su significación para la pedagogía contemporánea. *De las ciencias*, 2, 2,6. Obtenido de <http://dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/index>