



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

TITULO: La educación física como herramienta para fortalecer la educación socioemocional con el grupo de 4° "A" de la escuela primaria justa ledesma

AUTOR: José Adrián Contreras Balbontin

FECHA: 04/07/2019

PALABRAS CLAVE: Ambiente social, Autoestima, Características psicosociales, Competencias sociales, Competencias emocionales

SECRETARIA DE EDUCACION DEL GOBIERNO DEL ESTADO
SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR DIRECCION DE EDUCACION
INSPECCION DE EDUCACION NORMAL

BENEMERITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO
DE SAN LUIS POTOSI
LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA
GENERACION



2015

2019

TITULO:

**“LA EDUCACION FISICA COMO HERRAMIENTA PARA FORTALECER LA
EDUCACION SOCIOEMOCIONAL”**

PRESENTA:

JOSE ADRIAN CONTRERAS BALBONTIN

SAN LUIS POTOSI, S.L.P.



**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 José Adrián Contreras Balbontín
autorizo a la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí, (BECENE) la
utilización de la obra Titulada:

**"LA EDUCACIÓN FÍSICA COMO HERRAMIENTA PARA FORTALECER LA EDUCACIÓN
SOCIOEMOCIONAL CON EL GRUPO DE 4° "A" DE LA ESCUELA PRIMARIA JUSTA LEDESMA"**

en la modalidad de: Ensayo pedagógico para obtener el
Título en Licenciatura en Educación Física

en la generación 2015 - 2019 para su divulgación, y preservación en cualquier medio, incluido el
electrónico y como parte del Repositorio Institucional de Acceso Abierto de la BECENE con fines
educativos y Académicos, así como la difusión entre sus usuarios, profesores, estudiantes o terceras
personas, sin que pueda percibir ninguna retribución económica.

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

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

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

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

En la Ciudad de San Luis Potosí. S.L.P. a los 26 días del mes de JUNIO de 2019.

ATENTAMENTE.


José Adrián Contreras Balbontín

Nombre y Firma

AUTOR DUEÑO DE LOS DERECHOS PATRIMONIALES

Nicolás Zapata No. 200
Zona Centro, C.P. 78000
Tel y Fax: 01444 812-11-55
e-mail: cicyt@becenesp.edu.mx
www.becenesp.edu.mx



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

BECENE-DSA-DT-PO-01-07

OFICIO NÚM: REVISIÓN 7
DIRECCIÓN: Administrativa
ASUNTO: Dictamen

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

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

DICTAMINAR

que el(la) alumno(a): **JOSE ADRIAN CONTRERAS BALBONTIN**

De la Generación: **2015-2019**

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

"LA EDUCACIÓN FÍSICA COMO HERRAMIENTA PARA FORTALECER LA EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL CON EL GRUPO DE 4° "A" DE LA ESCUELA PRIMARIA JUSTA LEDESMA"

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

**ATENTAMENTE
COMISIÓN DE TITULACIÓN**

DIRECTORA ACADÉMICA



DIRECTOR DE SERVICIOS ADMINISTRATIVOS

[Firma]
MTRA. NAYLA JIMENA TURRUBIARTES CERINO

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

[Firma]
DR. JESÚS ALBERTO LEYVA ORTIZ.

JEFA DEL DEPARTAMENTO DE TITULACIÓN

ASESOR(A) DEL DOCUMENTO RECEPCIONAL

[Firma]
MTRA. MARTHA IBAÑEZ CRUZ.

[Firma]
LIC. DIOBEL VALDES DEL CASTILLO

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

INDICE

1 INTRODUCCION.	3
2.1 CAMPO Y NUCLEO TEMATICO.	6
2.2 EJE DE ANALISIS.	8
2.3 TEMA EN ESPECIFICO.	9
2.4 PROCEDIMIENTO.	9
2.5 LINEA TEMATICA-LINEA DE REORIENTACION.	11
2.6 AMBITOS DE LA MOTRICIDAD.	11
2.7 ESCUELA Y UBICACIÓN GEOGRAFICA.	13
2.8 CARACTERISTICAS SOCIALES RELEVANTES	14
2.9 PREGUNTAS CENTRALES QUE GUIARON EL DESARROLLO DEL TRABAJO.	15
2.10 CONOCIMIENTOS OBTENIDOS DE LA EXPEREINCIA Y DE LA REVISION BIBLIOGRAFICA.	15
3.1 CONOCIMIENTO DEL TEMA	36
3.2 LA SOCIALIZACION COMO PARTE FUNDAMENTAL PARA EL DESARROLLO DE UNA BUENA EDUCACION.	38
3.3 DESARROLLO DE LA SOCIOAFECTIVIDAD.	40
3.4 EL TRABAJO COOPERATIVO Y SU IMPORTANCIA EN EL DESARROLLO DE VINCULOS AFECTIVOS EN LOS NIÑOS.	42
3.5 LA AUTOESTIMA COMO PILAR PARA EL DESARROLLO SOCIAL DEL ALUMNO.	44
3.6 LA CONFIANZA FORTALECE EL COMPAÑERISMO	47
3.7 LA CONVIVENCIA FORTALECE LA AMISTAD Y EL COMPAÑERISMO	49
4 CONCLUSIÓN	52
5 BIBLIOGRAFIA	55
ANEXOS	56

I Introducción

La educación del ser humano es muy extensa hay muchas cosas en las que debemos tener muchos aprendizajes para poder formar una personalidad con actitudes y valores que nos ayuden a ser mejores personas. Es un proceso que muy elaborado y en su mayoría este tipo de aprendizajes se llevan a cabo con experiencias buenas y satisfactorias que el individuo no olvida a lo largo de su vida.

La educación se justifica en la necesidad que tiene el individuo de recibir influencias de sus iguales para dotarse de las características que son propias de los humanos, apoyándose en la plasticidad orgánica que posibilita tales procesos.

Mediante el concurso de la influencia social, el sujeto adquirirá formas de conducirse y de percibir la realidad propia de su colectividad. Por otra parte, la cultura, concebida como realidad inventada por el hombre para entender el medio que le circunda, propondrá al sujeto todo tipo de argumentos y de interpretaciones de la realidad, con la pretensión de que su adaptación al mundo cultural se lleve a cabo convenientemente.

Es por eso por lo que este documento se basa en la educación socioemocional y se trabajara con el grupo de 4°- "A", ya que como se acaba de mencionar la influencia social es parte vital de su educación ya que gracias a ella se da cuenta de muchas cosas desde como debe de comportarse en sociedad y hasta saber que hacer en diversas situaciones que se le presenten como un conflicto o una situación en la que tenga que decidir de la mejor manera posible sin dañar a algún tercero.

La educación física es una excelente forma de desarrollar en los niños una inteligencia emocional que le ayude a desenvolverse mejor en muchos aspectos de su vida diaria ya que desarrollando en los niños seguridad, ellos podrán lograr mas de una cosa ya sea con algún propósito o al momento de resolver algún problema esto es bien visto en muchas situaciones en la que los niños que tiene problemas de inseguridad siempre se ven en vueltos en problemas en la escuela y en sus hogares ya que por no tener la habilidad de poder resolver una situaciones siguen teniendo mas problemas de este tipo y esto a largo tiempo le afectara en su

desempeño académico por siempre estar envuelto en problemas que no lo dejan continuar.

Por eso en este documento se hablará de como ayuda fomentar este tipo de educación en la vida de los alumnos y ver si esto les ayuda a ser mejores estudiantes y personas al momento de relacionarse con sus demás compañeros.

En el nuevo modelo, la innovación consiste en que la educación socioemocional se llevará al salón de clase con una racionalidad pedagógica enfocada en la dosificación del desarrollo paulatino de las habilidades socioemocionales a lo largo de nueve ciclos escolares, con unas actividades especialmente diseñadas para tal efecto y con estrategias para la evaluación formativa.

Así, las escuelas reconocen hoy la importancia de contribuir a educar los factores emocionales de manera deliberada y de que los padres y maestros sean formados para enfrentar y, sobre todo, prevenir problemáticas tanto a nivel individual como social relacionadas con fenómenos que minan el tejido social y obstaculizan el bienestar de las personas.

Los propósitos de estudio planteados para desarrollar el tema son los siguientes:

- ° Que el alumno identifique el concepto de la educación socioemocional y que tenga la capacidad de identificar y controlar sus emociones.
- ° Desarrollar en los niños seguridad a la hora de trabajar para que se pueda desenvolver de una buena manera en distintos ámbitos de su educación.
- ° utilizar diversas estrategias que a los alumnos les ayude a motivarse a seguir trabajando en más actividades.

° crear en los niños un sentido de empatía hacia sus compañeros y de esta manera sean mas comprensivos a la hora de interactuar entre si y no crear malos ambientes de aprendizaje.

Desarrollar en los alumnos actitudes y valores que le ayuden a ser mejores personas y a desenvolverse dentro y fuera de la institución.

Al llevar a cabo los planes de sesiones y la indagación acerca del tema, fue necesario realizar una actividad diagnostica para valorar las habilidades de los alumnos y ver cuáles son sus habilidades.

Las dificultades que se presentaron a la hora de trabajar con los alumnos es que solo tenían una clase por semana esto complica mucho a la hora de tratar de realizar mas actividades ya que el tiempo no es suficiente para poder llevar a cabo dichas actividades. También en ocasiones la maestra tenia otros planes con los grupos y los tenía que sacar a ensayar para alaguna actividad o estudiar para algún examen.

Otro problema que se tenía eran las festividades que se tenían a lo largo de curso y esto impedía poder trabajar con los alumnos y las actividades se tenían que posponer para otros días y se atrasaba el desarrollo de dichas actividades, pero se buscaba la manera de recuperar el tiempo perdido para poder realizar las actividades que quedaran pendientes.

II Tema de estudio

2.1 Campo y Núcleo temático.

Campo Temático: El educador físico y su práctica pedagógica diversa, amplia e incluyente.

En base al tema seleccionado, abarca varios temas secundarios relacionados al rendimiento académico y el interés de los alumnos hacia la clase de educación física abarcando diversas estrategias que acaparen la atención de los alumnos y que tengan un buen ambiente de aprendizaje en conjunto con sus compañeros y buscar que con el desarrollo de la educación socioemocional se tenga una mejor integración dentro de la convivencia escolar, ya que es muy común que a cierto grupo de alumnos los excluyan por diferentes características ya sean físicas o psicológicas, con esto se pretende que los alumnos comprendan que todos somos diferentes y aprendan a aceptar esas diferencias y logren desarrollar una sana convivencia y de esta manera logren trabajar en conjunto, con esto se ve beneficiado el trabajo cooperativo que es de vital importancia dentro de las sesiones para su desarrollo.

Dentro de este campo debe de analizarse e incluir bien el desempeño del docente en formación y la forma en que emplea estrategias, dependiendo la situación en la que se encuentre y adaptar el modo de trabajo acorde a las necesidades del grupo con el que se esté trabajando ya que no siempre se va a trabajar de la misma manera con todos los alumnos, es por este motivo que es importante tener observaciones de cada grupo y dependiendo de cada observación que se tenga de cada grupo adaptar las sesiones para poder cubrir las necesidades de cada grupo y poder trabajar con un rango mínimo de problemáticas en el desarrollo de las sesiones de Educación Física.

Para desarrollar los temas establecidos, es importante reflexionar sobre las sesiones y analizar las estrategias utilizadas y ver si en verdad están funcionando y seleccionar cuales son las estrategias que en verdad están funcionando y analizar

de qué manera se puede seguir empleando en las siguientes sesiones, pero también buscar seguir teniendo la atención del grupo sobre la clase

Para la elección de este punto se pretende tener en cuenta el siguiente punto:

-La importancia de implementar diversas estrategias para mantener el interés de los alumnos en la sesión de educación física.

Con el desarrollo de este punto se espera que el alumno trabaje de una manera más activa y que mantenga el interés en la clase y de esta manera tengan un aprendizaje significativo. Con la ayuda de estas estrategias se espera abarcar los temas sobre la educación socioemocional donde se espera que los niños desarrollen actitudes y valores que le ayudaran a tener un mejor desempeño dentro de las sesiones y salón de clases.

Núcleo temático

Observando las características de los alumnos y necesidades de los alumnos de la escuela primaria “Justa Ledesma” y para poder desarrollar el tema de estudio se trabajará con el núcleo temático que más se asemeje a las características de dicho tema, por lo tanto, el núcleo temático con el que se trabajará será el de:

-Los niños y los adolescentes

Para el desarrollo del núcleo temático, se analizan y elaboran Ejes de análisis y Temas en específico. De igual manera los elementos del núcleo se retomarán en el diseño y aplicación de las propuestas didácticas y en análisis de los resultados obtenidos y observar si en verdad se ha tenido una mejora en los aprendizajes de los alumnos.

Se escogió este núcleo ya que abarca diversos factores que son un gran hincapié en el desarrollo del tema de estudio que es sobre la educación socio-emocional, en este núcleo se desarrollan puntos como el desarrollo del niño, comportamientos del niños dentro y fuera de la escuela y también como son sus relaciones con otras personas que están dentro de su contexto, teniendo en cuenta estos puntos será más fácil la manera en la que se desarrollaran los temas que se verán dentro del documento. Teniendo en cuenta que el grupo de estudio con el que se trabajara es de cuarto grado, se tienen que analizar muy bien las características fisiológicas de los niños y los diversos factores que modifican su forma de actuar y comportarse en los diferentes contextos y situaciones que se pueden presentar dentro de la escuela

y fuera de, de esta manera poder tener la habilidad de saber cómo trabajar con cada grupo de alumnos de acuerdo con las características ya antes analizadas.

2.2 Eje de Análisis.

Se trabajarán en base a dos ejes de análisis que van encaminados al desarrollo del tema de estudio a desarrollar.

El primer eje análisis con el que se trabajará será con el de:

¿Quiénes son los niños y quiénes son los adolescentes? Formas en que se expresan las diferencias individuales en la escuela.

En este primer eje se analizará como cuáles son las características de los niños en cada etapa que vayan experimentando. También un tema de gran relevancia para el tema es el contexto donde se desarrollan los niños como por ejemplo el contexto interno y externo y la infraestructura de la escuela.

El segundo eje de análisis es el de:

El desarrollo afectivo y de relaciones.

En el segundo eje se estudiara y se consultara como es el desarrollo emocional de los niños y como afecta su desempeño en la escuela y su estado de ánimo en su vida diaria y buscar la manera de identificar los diferentes factores que afectan la forma de comportarse de cada alumno y la repercusión que tiene en la motivación que es uno de los puntos que también se desarrollara en el documento ya que es un factor que se debe de trabajar más para mejorar el autoestima de los alumnos y con ello mejorar el rendimiento escolar y también que desarrollen la habilidad de crear lazos afectivos con otras personas para poder trabajar de una manera más placentera tanto para el alumno como para el maestro.

2.3 Temas en específico.

Los temas en específico que se verán eje de análisis serán los que estén más relacionados al tema de estudio y que ayude al desarrollo del mismo.

Los temas que se verán en el primer eje de análisis que se eligió (¿Quiénes son los niños y quiénes son los adolescentes? Formas en que se expresan las diferencias individuales en la escuela) son los siguientes:

- 1°. Actitudes y valores que se manifiestan.
- 2°- Problemas o dificultades que tienen o expresan.

Los temas que se verán en el segundo eje de análisis que se eligió (El desarrollo afectivo y de relaciones) son los siguientes:

- 1°- Formas que expresan a sus compañeros y profesores sus necesidades de afecto, comunicación y reconocimiento.
- 2°- Formas de comportarse que proyectan como parte de su identidad frente al grupo. La autoestima y la imagen de sí mismos.
- 3°- Capacidad para expresar con seguridad sus dudas o convicciones sobre algún tema relacionado con su vida personal.

2.4 Procedimiento.

El procedimiento que se utilizara para ver los avances de los aprendizajes y tomando en cuenta la edad del niño y la forma en que se desarrolla como se menciona en la asignatura de “desarrollo infantil” es el de: **Análisis de casos comunes en la práctica escolar y en el funcionamiento de la escuela.**

Para poder desarrollar temas con este proceso es necesario encontrar situaciones problemáticas o alguna dificultad que se tenga en el salón ya sea de aprendizaje o de convivencia y de esta manera poder darle un seguimiento y analizar cómo va evolucionando dicha situación, de esta manera también podrá observar como dichas situaciones repercuten en el comportamiento y en su desenvolvimiento, de

igual manera se observara la intervención de los maestros de aula, así como la de los padres de familia.

Unos de los principales factores que se tiene es que a los niños los tienen con constante trabajo dentro del aula, por lo tanto, es muy común que los niños al salir a las sesiones quieran desestresarse y no siempre sigan las indicaciones del docente de Educación Física y no se lleven bien a cabo las sesiones como se tenían planeadas y no se abarquen de manera correcta los contenidos marcados en el programa.

Para sustentar el tema se analizaran diversos temas mencionados en asignaturas como “Contexto Escolar” y “desarrollo infantil”, donde se habla sobre como el niño se desarrolla en la sociedad y como se puede comportar dependiendo el contexto en el que se encuentre y no solo la forma de comportarse si no también la manera en la que se relaciona con otros individuos ya que no siempre se comportan de la misma manera, siempre cuando cambian de un círculo social cambian su manera de ser como un reflejo de adaptación para poder sentirse cómodos en la situación que se le presente.

Acorde al tema escogido el docente en formación podrá seleccionar entre sus experiencias vividas en las jornadas de trabajo docente, de acuerdo con los siguientes aspectos:

- Las características de los escolares de acuerdo a su edad.
- Las actitudes mostradas en el desarrollo de las sesiones.
- La utilización de diversas estrategias didácticas.

El desarrollo de un tema de estudio requiere tener una buena perspectiva desde el procedimiento para poderle dar un seguimiento y ver como se va teniendo más dominio del tema y poderlo aplicar de una manera satisfactoria y al último poder analizar los resultados.

2.5 Línea temática - Línea de reorientación

La línea de reorientación que se escogió para vincularse con el tema de estudio es la siguiente: **El juego motriz como medio didáctico de la Educación Física.**

El juego permite poner en el centro de la actividad pedagógica a los alumnos y a sus necesidades formativas, sirve para relacionarse, colaborar y compartir durante el tiempo de ocio, realizar actividad motriz para estar en forma, y ayuda a relajarse. Se debe, entonces, atender y aprovechar el gusto de los escolares por el juego para mejorar la educación física actual y modificar con ello la concepción de la especialidad y de un profesor que sólo pone a jugar a sus alumnos. El juego motriz contribuye al reforzamiento y vinculación de los contenidos aprendidos en el aula, por medio de las actividades al aire libre. Además, aporta beneficios de tipo cognitivo, afectivo y social, que contribuyen a la formación e integración de la corporeidad y a la edificación de la competencia motriz.

2.6 Ámbitos de la motricidad

Una de las manifestaciones de la motricidad es el juego motor, considerado como un medio didáctico importante para estimular el desarrollo infantil, por el que se pueden identificar diversos niveles de apropiación cognitiva y motriz de los alumnos, al entender su lógica, estructura interna y sus elementos, como el espacio, el tiempo, el compañero, el adversario, el implemento y las reglas, y sobre todo el juego motor como un generador de acontecimientos de naturaleza pedagógica.

Al ubicar al alumno como el centro de la acción educativa, el juego brinda una amplia gama de posibilidades de aprendizaje, proporciona opciones para la enseñanza de valores (respeto, aceptación, solidaridad y cooperación) como un vínculo fundamental con el otro, para enfrentar desafíos, conocerse mejor, desarrollar su corporeidad, expresarse y comunicarse con los demás, identificar las limitantes y los alcances de su competencia motriz al reconocer sus posibilidades de comprensión y ejecución de los movimientos planteados por su dinámica y estructura. Por ello, el docente atenderá las necesidades de movimiento de sus alumnos, dentro y fuera del salón de clases, las canalizará

mediante el juego motor, identificará sus principales motivaciones e intereses, y las llevará a un contexto de confrontación que sea divertido, creativo, entretenido y placentero y mejorar su interacción y autoestima. Asimismo, el docente estimulará el acto lúdico con el objetivo de que esta acción se relacione con lo que vive a diario en su contexto familiar, así como su posible utilización en el tiempo libre.

El alumno construye parte de su aprendizaje por su desempeño motriz y las relaciones que establece como producto de la interacción con los demás; es decir, surge la motricidad de relación, que se explica por las acciones motrices de los niños, ya que al jugar e interactuar con los otros, su motricidad se modifica al entrar en contacto con los demás compañeros, los adversarios, el espacio, el tiempo, el implemento y por las reglas del juego.

Se abarca varios temas secundarios relacionados al rendimiento académico y el interés de los alumnos hacia la clase de educación física abarcando diversas estrategias que acaparen la atención de los alumnos y que tengan un buen ambiente de aprendizaje en conjunto con sus compañeros y buscar que con el desarrollo de la educación socioemocional se tenga una mejor integración dentro de la convivencia escolar, ya que es muy común que a cierto grupo de alumnos los excluyan por diferentes características ya sean físicas o psicológicas, con esto se pretende que los alumnos comprendan que todos somos diferentes y aprendan a aceptar esas diferencias y logren desarrollar una sana convivencia y de esta manera logren trabajar en conjunto, con esto se ve beneficiado el trabajo cooperativo que es de vital importancia dentro de las sesiones para su desarrollo.

Dentro de este campo debe de analizarse e incluir bien el desempeño del docente en formación y la forma en que emplea estrategias, dependiendo la situación en la que se encuentre y adaptar el modo de trabajo acorde a las necesidades del grupo con el que se esté trabajando ya que no siempre se va a trabajar de la misma manera con todos los alumnos, es por este motivo que es importante tener observaciones de cada grupo y dependiendo de cada observación que se tenga de cada grupo adaptar las sesiones para poder cubrir las necesidades de cada grupo y poder trabajar con un rango mínimo de problemáticas en el desarrollo de las sesiones de Educación Física.

Para desarrollar los temas establecidos, es importante reflexionar sobre las sesiones y analizar las estrategias utilizadas y ver si en verdad están funcionando y seleccionar cuales son las estrategias que en verdad están funcionando y analizar

de qué manera se puede seguir empleando en las siguientes sesiones pero también buscar seguir teniendo la atención del grupo sobre la clase

Para la elección de este punto se pretende tener en cuenta el siguiente punto:

-La importancia de implementar diversas estrategias para mantener el interés de los alumnos en la sesión de educación física.

Con el desarrollo de este punto se espera que el alumno trabaje de una manera más activa y que mantenga el interés en la clase y de esta manera tengan un aprendizaje significativo. Con la ayuda de estas estrategias se espera abarcar los temas sobre la educación socio-emocional donde se espera que los niños desarrollen actitudes y valores que le ayudaran a tener un mejor desempeño dentro de las sesiones y salón de clases.

2.7 Escuela y ubicación geográfica.

La escuela Primaria Oficial “Profesora Justa Ledesma” se encuentra en la ciudad de San Luis Potosí. En el municipio de San Luis Potosí en la calle de Insurgentes y Cáncer S/N, en la Colonia Librado Rivera. Con un horario de 8:00 a 13:00 horas. En el turno matutino. Colindando con las avenidas. Principales como Av. México. Av. Universidad. Av. 20 de noviembre y Zona Centro, además de ubicarse cerca del distribuidor Juárez que es una de las principales vías de acceso a las zonas de San Luis Potosí, Actualmente la escuela cuenta con una población de 485 alumnos con 15 grupos en total. Cada grupo tiene un promedio de 28 a 46 estudiantes.

Dentro del contexto escolar se hace mención de que el edificio está construido principalmente de ladrillo, lámina y cemento su estado es muy favorable ya que es muy antiguo. Los salones son largos, y altos Cuenta con un auditorio, área de biblioteca. Centro de cómputo. Dirección y subdirección además de baños con drenaje. Agua potable. Área de desayunadores, y cancha techada. La cual lleva pintura hipoxia para la realización de las diferentes actividades dentro de la sesión de Educación Física que marca el programa escolar.

2.8 Características sociales relevantes.

Contexto Familiar

Dentro del contexto familiar, los alumnos de esta escuela son de clase media baja y generalmente vienen de distintos fraccionamientos y colonias de la periferia. Y sus alrededores. Como son la av. México. Av. Universidad. Zona centro. Etc. En general la mayoría de estos alumnos se desarrollan en familias con padres jóvenes, la mayoría tienen que trabajar ambos para dar una mejor calidad de vida a sus hijos ya que su nivel socioeconómico es bajo. La mayoría de los padres de familia tienen un nivel bajo de estudio, solamente llegaron a cursar secundaria, muy pocos son profesionistas. Esto limita al apoyo que pueden dar a sus hijos en el hogar en cuanto a aprendizajes pues no tienen conocimientos suficientes para hacerlo. Sus ocupaciones son. Empleados de mostrador, obreros, amas de casa, repetidores, etc.

Contexto Sociocultural

Diversidad lingüística, los alumnos manejan como primera lengua el español, muy pocos son los que han recibido educación particular para aprender la segunda lengua inglés, solamente poseen el acercamiento que han tenido a este idioma en las clases de la asignatura de inglés en esta primaria. Para abordar las características sociales y económicas de la comunidad donde se ubica la escuela en un contexto medio- bajo, cabe mencionar que la parte de atrás colinda con la clínica número 47 del Instituto Mexicano del Seguro Social, a un costado en la calle de López Hermosa se encuentra la guardería del IMSS y frente a la escuela se encuentra el deportivo del montecillo por lo cual la zona es muy transitable. Además de colindar con la avenida universidad donde se encuentra la unidad deportiva CREA.

Dentro de las características de desarrollo de los alumnos, presentan cambios físicos, y de su desarrollo motor, cambios de madures son sociables y cordiales acatan ordenes, y prevalecen en un orden, de disciplina.

Se aplicó un test del cual se obtuvo los porcentajes de los estilos de aprendizaje del grupo 29% visual, 20% auditivo, 51 % kinestésico. Por lo tanto, se da énfasis en las actividades para el tipo de aprendizaje, aunque no se deja de atender a los otros estilos de aprendizaje. Se caracterizan por ser sociables, aunque a veces se distraen fácilmente, son unidos y solidarios por lo mismo desarrollan un trabajo colaborativo eficientemente.

2.9 Preguntas centrales que guiaron el desarrollo del trabajo.

1°- ¿Qué es la educación física?

2°- ¿Qué es la educación socioemocional?

3°- ¿Qué tan importante es la educación física en el desarrollo físico, mental y social de los alumnos?

4°- ¿Qué tan importantes son el desarrollo de actitudes y valores en esta etapa educativa?

5°. ¿Qué tipo de estrategias son las más indicadas para el desarrollo de la educación socioemocional?

6°- ¿Cómo afecta la autoestima en el rendimiento académico de los a alumnos

7°- ¿Qué es la autoestima?

8°- ¿Es importante tener un vínculo afectivo entre el maestro y los alumnos para poder comprender las emociones que se van desarrollando en las clases o solo observando es suficiente?

2.10 Conocimientos obtenidos de la experiencia y de la revisión bibliográfica.

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. Tiene como propósito que los estudiantes desarrollen y pongan en práctica herramientas fundamentales para generar un sentido de bienestar consigo mismos y hacia los demás, mediante experiencias, prácticas y rutinas asociadas a las actividades escolares; que comprendan y aprendan a lidiar de forma satisfactoria con los estados emocionales impulsivos o aflictivos, y que logren que su vida emocional y sus relaciones interpersonales sean una fuente de motivación y aprendizaje para alcanzar metas sustantivas y constructivas en la vida.

La Educación Socioemocional se apega al laicismo, ya que 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. De ahí la necesidad

de dedicar el tiempo necesario al aprendizaje y a la reflexión orientadora que favorezca el conocimiento de uno mismo, la autorregulación, el respeto hacia los demás, y la aceptación de la diversidad, ya que de ello depende la capacidad para valorar la democracia, la paz social y el estado de derecho.

La educación física como se mencionó en otras asignaturas es parte fundamental en la educación del ser humano desde que se recibe una estimulación cognitiva para que desarrolle habilidades, actitudes y valores, por lo tanto la educación física es una excelente manera de desarrollar en los niños una inteligencia emocional que le permitirá crear a lo largo de su proceso de educación una personalidad más madura y consiente de lo que esta bien de lo que está mal creando un vínculo con las personas que le rodea a base de valores lo que a lo largo de su vida les permita seguir creando más vínculos con otras personas lo que le permitirá crecer como persona y como ciudadano de una sociedad.

La disciplina es orientada por un profesional instruido en un curso superior de educación física con conocimientos en ciencias biológicas, salud y el cuerpo humano. Educación física es una disciplina obligatoria tanto en la primaria como en la secundaria. El Ministerio de Educación lo exige y promueve un contenido para ser trabajado con los alumnos en el año escolar.

Por tanto, se intervendrá poniendo a los alumnos en contextos adecuados donde se generen procesos de construcción personal a tres niveles: cognitivo, emocional y conductual, e induciendo y motivando el juicio moral. Por su parte, al mismo tiempo el profesorado favorecerá situaciones comunicativas y actuará como modelo. En ningún caso se entenderá la intervención como un simple método de repetición mecánica e impersonal de destrezas, ni tampoco como un sistema de traspaso de conocimientos.

Las situaciones de enseñanza-aprendizaje han de estar contextualizadas y ser lo más significativas y funcionales posible para los alumnos –de lo que se desprende que es necesario que sean tutoriales–. Tras cada sesión es aconsejable hacer una reflexión para aclarar y consolidar aprendizajes: «¿Qué se ha aprendido?»; tomar conciencia del propio aprendizaje motiva la voluntad de continuar aprendiendo. Cuando haya que trabajar estos aspectos de la educación, es necesario que los alumnos sean conscientes de lo que hacen, ya que, de lo contrario, pueden creer

que solo están haciendo un descanso entre el resto de las materias. Han de reconocer que lo que hacen es muy relevante, y resulta esencial ponerle nombre. Deben saber que están haciendo educación socioemocional. Cuando finalice el curso, deberán tener claro que gracias a la educación socioemocional han aprendido cosas tan importantes como los contenidos de las demás áreas, es decir, han de ser conscientes de que estos aprendizajes son esenciales para la vida. No nos debe asustar enseñarles a que aprendan este «nombre tan extraño ya hemos visto cómo han incorporado en su vocabulario otras palabras, en un principio ajenas a ellos, como, por ejemplo, la psicomotricidad.

Como se ha apuntado, los materiales para conocer las bases teóricas y para promover la reflexión se pueden enmarcar en tres teorías o modelos conceptuales: el sistémico, el cognitivo-conductual y el humanista, con aportaciones de la neurobiología y de diversas teorías sobre el desarrollo. Desde la perspectiva sistémica se proponen cambios positivos en el medio con la creación de una atmósfera saludable en la escuela y se enfatiza no solo la enseñanza de habilidades, sino también el establecimiento de estructuras que aseguren la aplicación de lo que se aprende. Desde el modelo cognitivo-conductual se insta a tener presente el desarrollo de cada niño subrayando las diferencias individuales.

Finalmente, desde el marco humanista se pone un especial énfasis en los procesos de aceptación del alumno por parte del maestro. Por su parte, la neurobiología nos proporciona información sobre la estructura y el funcionamiento del cerebro, sobre todo en lo que se refiere a las emociones.

En todos los materiales para la reflexión hay dos constantes: por un lado, se insiste en el hecho de que en un ambiente acogedor los conflictos disminuyen y en que, cuando dichos conflictos se producen, la intervención de los educadores es más eficaz que en ambientes duros o indiferentes (los niños aprenden mejor en aquellos en los que la ansiedad es mínima); por otro, se defiende la idea de que durante la infancia se aprende lo que hay que hacer viendo lo que hacen los demás, con lo cual se destaca la importancia de la actuación del profesorado como modelo y la necesidad de impulsar interacciones positivas.

La aplicación de un programa de actividades en las aulas no tiene sentido y es totalmente insuficiente si no existe un medio que favorezca el crecimiento y la

construcción personal. Dicha aplicación encontrará su sentido en un marco apropiado, en el modelo que ofrezcan los educadores, en una cuidadosa observación que nos indique qué pasa y en la toma de conciencia por parte de niños y niñas. Es evidente que antes de hacer cualquier reflexión se debe haber desterrado completamente el concepto determinista que tienen algunos educadores sobre una inamovible interdependencia entre educación y herencia o entre educación y ambiente socio familiar deteriorado. Aunque existe una relación entre esos factores, esta no determina que no se pueda producir una mejora en los aprendizajes personales.

El equipo que asume este concepto cree que no hay nada que hacer y desarrolla posturas condenatorias al no facilitar vivencias y herramientas para un cambio. Las propuestas, actividades y recursos son comprensivos y pueden amoldarse a las diversas características de niños y niñas, atendiendo a toda diversidad personal y sociocultural. Las actividades que se proponen están pensadas para ser presentadas de una manera lúdica y creativa. Con estas actividades se crea un espacio y un tiempo para comunicarse, para expresar sentimientos, para interpretar diferentes roles, para tomar decisiones, construyendo valores y desarrollando capacidades emocionales, cognitivas y sociales al mismo tiempo. Participando en ellas, los niños aprenden a reconocer facetas de su comportamiento y del de los demás y se abre la posibilidad de que participen alumnos que en otras circunstancias optarían por permanecer retraídos y pasivos. En algunas actividades se muestran ejemplos que pueden, o no, utilizarse directamente. Sin embargo, es aconsejable que los ejemplos que se den sean relevantes para el grupo con el que se trabaja. Cuanto más vivas y cercanas sean las situaciones planteadas, más fácilmente se incluirán en el proceso de aprendizaje.

Rafael Bisquerra define muy bien la educación emocional como un *proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, como objeto para capacitarla para la vida. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social* (Bisquerra, 2012).

Es decir, los programas de educación emocional y social han de ayudar a los niños, mediante un código ético y moral adecuado, a aprender a aprender. Y en este

aprendizaje para la vida, la escuela (siempre en colaboración con la familia y la comunidad) ha de estar cada vez más comprometida con la vida cotidiana aportando una enseñanza relevante y crítica. El profesor, el instrumento didáctico más potente, ha de ser el impulsor de este cambio generando climas de aprendizaje positivos. Fomentándose un mayor control emocional y más empatía deben mejorar nuestras relaciones con los demás y así promover una sociedad más justa. Y, por supuesto, las competencias emocionales y sociales no han de sustituir a las competencias cognitivas, sino que las han de complementar. Una muestra más de cooperación y progreso conjunto, tan imprescindibles entre los ciudadanos de la sociedad actual.

Aumentando la conciencia de los estados emocionales propios y los ajenos, los niños pueden mejorar el autocontrol imprescindible para las acciones responsables y así aprender a evitar las situaciones difíciles y poder tomar decisiones más adecuadas. Con la ayuda de los adultos, este tipo de programas han de ayudar a los niños a calmarse y así poder gestionar mejor la aparición de emociones negativas. Y se les ha de enseñar que los sentimientos son diferentes que las conductas. Hablando sobre ellos y desarrollando buenas dosis de empatía se pueden resolver y afrontar los problemas interpersonales.

Cuando convivimos en climas emocionales positivos es más fácil estar motivados y así poder afrontar los problemas que nos surjan en la vida cotidiana y de los que no nos podemos responsabilizar, aunque nuestra responsabilidad recaerá en cómo los afrontamos.

Los estudios realizados hasta la fecha demuestran que para que los programas de educación emocional y social sean eficaces deben caracterizarse por tener un enfoque interpersonal e intrapersonal. (Informe Fundación Botín, 2008; Bisquerra, 2010). El docente juega un papel importante en la enseñanza por proyectos, a través de los aspectos motivacionales. Para entender tales aspectos, vamos a basarnos en la teoría de autodeterminación (Ryan y Deci 1985; Ryan y Deci, 2000).

La actitud dentro de la sesión de educación física.

El concepto de valor es un término polisémico y abarca una gran cantidad de significados que pueden dar lugar a descontextualizar su sentido. La palabra valor se caracteriza por tener múltiples usos en los campos de la vida y la actividad humana (REMOLINA, 2005).

Se entiende que los valores se adquieren a través de los procesos de socialización y de transmisión entre los seres humanos. Es decir, que todas las experiencias de vida que se producen desde la niñez incidirán en el proceso de formación de la personalidad. Se adquiere un estilo de vida por medio de las influencias que le aportan los agentes socializadores como la familia, la escuela, los amigos, los centros deportivos y los medios de comunicación. Es así que el niño y la niña interiorizan los valores, se hace cada vez más evidente con la edad, a través de la valoración personal que hace cotidianamente desde sus opiniones, acciones, actitudes y conductas, y de esta forma desarrolla un criterio personal frente a la vida.

Desde un punto de vista educativo, hay que tener presente que cuando se desee fomentar, afianzar o modificar determinadas actitudes, se debe de incidir en lo cognitivo, afectivo y conductual. También se debe de tener presente, que la escuela no es la única que influye en el comportamiento de los estudiantes, sino que hay una gran influencia de la familia, los amigos, los medios de comunicación y la sociedad en general en el desarrollo de ellas.

Resulta importante este apartado, ya que configura las estructuras o las bases personales básicas, sobre las que se construye cualquier posibilidad de progresar en el aprendizaje y en la formación del sujeto. Se trata de actitudes muy básicas que afectan de una manera fundamental todo el proceso escolar de los estudiantes; son prerequisites para las otras actitudes y valores a desarrollar dentro del contexto escolar (TRILLO; RUBAL; ZABALZA, 2003). Se podría ubicar aquí, la seguridad en sí mismo, la autoestima, el auto concepto, el deseo de aprender junto a una actitud positiva hacia la escuela y lo escolar.

Es uno de los aspectos con mayor influencia dentro del desarrollo de una sesión de educación física ya que es el hincapié para que los alumnos formen hábitos que le ayuden a relacionarse con una gran facilidad con otros individuos y de esta manera

crear nuevos lazos que les ayude a ser mejores en sociedad, de esta manera podrá realizar cualquier actividad con una facilidad increíble ya que sabrá con más de una manera como resolver problemas de su vida diaria.

La acción tutorial ha de entenderse como el conjunto de acciones dirigidas a impulsar el desarrollo integral de todo el alumnado y con la que todo el centro debe estar comprometido. En este sentido, cabe destacar que para que se produzca una generalización es imprescindible que el proceso tenga continuidad en las horas de descanso, en el comedor y en las excursiones; es decir, en todas las relaciones personales. Aunque el tutor es el ejemplo clave, las relaciones entre los diferentes miembros de la escuela son lecciones de competencia socioemocional. El mayor obstáculo para el éxito de programas como el que aquí se propone es que no forme parte del currículum de la escuela, sino que solo se hagan actividades como si fueran algo complementario, ya que, en ese caso, este tema se considera menos importante que las demás áreas.

Además, cuando se trabaja de este modo no es posible reforzar los contenidos del programa desde el resto de las actividades de la escuela, con el resultado de que no se produce la generalización necesaria para mantener lo que se aprende. Los programas que se integran dentro del currículum y aquellos en los que hay una coordinación para que pasen a ser generales en toda la vida de la escuela tienen más posibilidades de producir los efectos deseados y de que estos perduren. Cuanto más se experimenta una propuesta educativa, en diferentes momentos y desde distintas perspectivas, más posibilidades hay de que sea interiorizada.

Cuando estamos emocionalmente perturbados, solemos decir que «no podemos pensar bien» y permite explicar por qué la tensión emocional prolongada puede obstaculizar las facultades intelectuales del niño y dificultar así su capacidad de aprendizaje. Los niños impulsivos y ansiosos, a menudo desorganizados y problemáticos, parecen tener un escaso control prefrontal sobre sus impulsos límbicos. Este tipo de niños presenta un elevado riesgo de problemas de fracaso escolar, alcoholismo y delincuencia, pero no tanto porque su potencial intelectual sea bajo sino porque su control sobre su vida emocional se halla severamente restringido. (Gonzales y Tourón, p. 150)

Las emociones son importantes para el ejercicio de la razón. Entre el sentir y el pensar, la emoción guía nuestras decisiones, trabajando con la mente racional y capacitando o incapacitando al pensamiento mismo. Del mismo modo, el cerebro pensante desempeña un papel fundamental en nuestras emociones, exceptuando aquellos momentos en los que las emociones se desbordan y el cerebro emocional asume por completo el control de la situación. En cierto modo, tenemos dos cerebros y dos clases diferentes de inteligencia: la inteligencia racional y la inteligencia emocional y nuestro funcionamiento vital está determinado por ambos.

El psicólogo estadounidense John Maxtell rompe el concepto de dos cerebros o distintos tipos de inteligencia. Basándose en su teoría de la evolución auto-condicionada, afirma que nuestra capa de pensamiento racional se ha desarrollado para dar cobertura a nuestro lado emocional, la razón nos proporciona el cómo. Aunque por lo general solo percibimos nuestras emociones en momentos de desbordamiento, lo cierto es que las tenemos constantemente. Todo nuestro pensamiento, comportamiento personal y social está orientado a mantenernos dentro de los límites de nuestro confort emocional y, en resumida cuenta, vivos.

Un ejemplo práctico sería el siguiente: Un peatón que deambule por una ciudad abarrotada de coches, optará por cruzar las avenidas por los pasos de cebra y cuando el semáforo este en verde para los peatones. Sin ser un caso de desbordamiento emocional, el miedo que siente a ser atropellado genera la necesidad de buscar alternativas seguras para cruzar la calle, usar su capa racional para interpretar los símbolos dispuestos para este propósito es la opción más segura, la razón nos proporciona el cómo. Si no tuviésemos el mismo miedo a ser atropellados, las ciudades no podrían tener el diseño que actualmente tienen

De esta manera se facilitan las relaciones interpersonales, así como la obtención de metas, el manejo del estrés y la resolución de problemas. En pocas palabras, tener inteligencia emocional es estar sintonizado con nuestras propias emociones y el impacto que estas tienen en nosotros y quienes nos rodean, así como el impacto que las emociones de los demás tienen en nosotros y las reacciones (empatía) que demostramos a amigos, familiares y/o colegas cuando estos manifiestan descontento, felicidad, rabia, aburrimiento, tristeza, etc.

La inteligencia emocional se divide en inteligencia intrapersonal, e interpersonal. La primera se refiere a la comprensión de nuestras propias emociones y a la manera en la que reaccionamos a ellas, y cómo tomamos decisiones y regulamos nuestras emociones, la segunda se refiere a cómo comprendemos las emociones de los demás y a cómo actuamos según el estado de ánimo que percibimos en los demás, la empatía que siente el niño va variando conforme a las experiencias que el niño va teniendo y que tan comprensivo es con sus compañeros de esta manera es como el niño se vuelve más empático con sus compañeros.

Se dice que las personas que han trabajado en sí mismos para adquirir conciencia de su inteligencia emocional saben:

- Manejar mejor las experiencias negativas;
- Tener mayor capacidad para identificar las emociones y saber con precisión qué es están sintiendo exactamente;
- Identificar las emociones de los demás;
- Establecer relaciones con base en la comprensión de las emociones de los demás (comprender cómo se siente alguien ayuda a establecer un canal de comunicación más abierto);
- Mantener buenas relaciones; basados en la comprensión integral de los otros;
- Influir en los demás; gracias al entendimiento y respeto por las emociones y puntos de vista del otro;
- Comunicar sus puntos de vista con claridad; dado que hay entendimiento y respeto por el otro y sus emociones es más fácil comunicar los propios puntos de vista de manera efectiva;
- Manejar conflictos; porque la empatía que han desarrollado les permite ser árbitros imparciales y justos;
- trabajar en equipo; conociendo quién es cada elemento del grupo y sus fortalezas y debilidades.

Al entender mejor las emociones, quienes han trabajado en su inteligencia emocional son capaces de relacionarse mejor con los demás, tener más éxito en su trabajo y llevar vidas más satisfactorias. Así pues, es frecuente que tengan también una alta inteligencia social.

De acuerdo con los estudios realizados por los psicólogos Peter Savoley y John D. Mayer hay cuatro momentos fundamentales para desarrollar la inteligencia emocional. En su modelo se elaboran cuatro factores:

a) Percibir las emociones con precisión; quiere decir esto que hay que aprender a leer las emociones no verbales como el lenguaje corporal y/o las expresiones faciales, así como las emociones propias (saber qué se siente en cada momento, el origen del sentimiento y la conclusión de cómo ese sentimiento afecta el comportamiento y el pensamiento).

b) Utilizar la lectura de las emociones para reaccionar ante las situaciones; así se le da prioridad a lo que percibimos requiere atención inmediata, y se relega a segundo plano lo que se percibe como menor urgente. Aquí es de suma importancia saber controlar los impulsos, evitar explosiones emocionales, abogar por la calma cuando hay dificultad, y adaptarse a los cambios y fluctuaciones del día a día.

c) Comprender las emociones y darles el significado que se merecen; quiere decir que una persona molesta en el trabajo no está molesta, necesariamente, con su trabajo, sino puede tener problemas personales y no sabe cómo separar su vida privada de su vida laboral.

d) Administrar las emociones; quiere decir que hay que saber cómo responder y cuándo responder a nuestras propias emociones y a las de los demás.

Las habilidades emocionales del niño no son evaluables dentro del sistema educativo, pero tienen una gran importancia. Es evidente que para que un niño pueda llegar a ser el día de mañana un gran profesional, no basta con que tenga memorizados una serie de datos, ya que somos seres sociales a la vez que inteligentes, y por lo tanto es imprescindible saber comportarse adecuadamente con la sociedad.

Por lo tanto, podemos afirmar que la inteligencia emocional es un factor decisivo a la hora de formarnos académicamente. Por ejemplo, un niño puede ser muy inteligente y por consiguiente sacar buenas notas en el colegio, pero al no tener una autoestima adecuada puede ocurrir que en la adolescencia sea un niño rebelde y deje los estudios simplemente por una influencia de sus amigos, ya que no tiene las herramientas adecuadas para tomar decisiones de forma autónoma.

El reconocimiento de las propias emociones es el alfa y el omega de la competencia emocional. Sólo cuando se aprende a percibir las señales emocionales, a categorizarlas y aceptarlas, es posible dirigir las emociones y canalizarlas adecuadamente sin dejarse arrastrar por ellas. Para GOLEMAN (1996, p. 85), el conocimiento de uno mismo y de los propios sentimientos es la piedra angular de la inteligencia emocional, la base que permite progresar. La toma de conciencia emocional constituye la habilidad emocional fundamental, el cimiento sobre el que se asientan otras habilidades y pilares emocionales.

La comprensión, que acompaña a la conciencia de uno mismo, tiene un poderoso efecto sobre los sentimientos negativos intensos y nos proporciona la oportunidad de liberarnos de ellos. Consecuentemente, se tiende a tener una visión positiva de la vida y a percibirse como una persona controlada y autónoma. Por el contrario, las personas atrapadas por sus emociones se ven desbordadas e incapaces de escapar de ellas. Como es lógico, no es posible para los niños/as disponer, de entrada, ni en mucho tiempo, de tal repertorio de habilidades, pero se pueden ir sentando las bases para su adquisición. La adquisición de la conciencia de «sí mismo» se desarrolla continuamente a lo largo de la infancia en relación con otros procesos cognitivos y de socialización, los cuales van a permitir, finalmente, la representación e identificación del «yo» y de los propios sentimientos y emociones.

La autoestima otro de los pilares básicos de la inteligencia emocional es, sin duda, la autoestima, directamente vinculada al autoconcepto y a la comprensión y sentimientos propios. Sin entrar aquí en cuestiones terminológicas, el autoconcepto puede entenderse como el esquema mental que permite definirnos. Es la visión e imagen que el individuo tiene de sí mismo, incluye en la conducta y es el mediador entre la persona y el medio. El conocimiento de sí mismo y la consiguiente autoimagen, el autoconcepto, es una estructura central para entender la concepción del mundo del sujeto y una de las principales variables que influyen en las acciones de éste. Interactuando con factores biológicos y fuerzas situacionales externas, dirige y guía su conducta. De todos los juicios a los que el individuo se somete

ninguno es tan fundamental como la evaluación de sí-mismo. Del resultado de esta evaluación resulta la autoestima. Este concepto modula el presente y futuro del individuo y es el factor principal de su vida personal y social.

En la autoestima se combinan dos procesos mutuamente relacionados: la propia evaluación y la subsiguiente respuesta afectiva (positiva o negativa) al contenido de esta. Entre los factores más influyentes en la formación de la autoestima podemos señalar: El éxito o fracaso en dominios altamente valorados en el individuo (en relación directa al sistema de creencias personales). La valoración recibida de los demás, con especial incidencia de los «otros», el profesor se presenta aquí como facilitador de experiencias positivas o negativas en el aula (proceso de enseñanza aprendizaje y en las relaciones entre iguales). Comparación social, la comparación con los otros se suele utilizar como base para inferir juicios acerca de la propia competencia en distintas áreas. Esto aumenta a partir de los 10-12 años (GONZÁLEZ Y TOURÓN, p. 150).

Finalmente, las atribuciones, que hacen referencia a los juicios sobre las causas de los resultados de éxito o fracaso en diferentes dominios conductuales. Para contribuir al desarrollo de la autoestima será preciso plantear a los niños metas alcanzables con su esfuerzo, donde puedan desarrollar y poner en acción los propios recursos e intentar, en lo posible, que puedan percibir el fruto de su implicación y esfuerzo.

La capacidad de gestionar y controlar inteligentemente los impulsos y situaciones afectivas Las emociones básicas del ser humano forman parte de su naturaleza biológica, lo quiera o no, pero la posibilidad de manejar estas formas de comportamiento en un sentido u otro, dentro de un contexto cultural, está en sus manos. Aquí tiene una importancia capital la educación. El autocontrol puede entenderse como la capacidad de dirigir de forma autónoma la propia conducta. La autorregulación es un aspecto esencial del desarrollo humano que permite al hombre controlar la situación y no estar a merced de las demandas del entorno.

Nos enseña a «esperar» cuando las cosas no pueden obtenerse inmediatamente, a «variar» las estrategias cuando éstas no funcionan y a «evitar» comportamientos inadecuados. Emociones básicas de nuestro bagaje emocional, como el miedo, la ira, etc. son además mecanismos de supervivencia que no se pueden desconectar

o evitar, pero se pueden conducir y canalizar de forma fructífera. El componente biológico primario emocional, como puede ser el deseo o la lucha, puede ser sustituido por formas de comportamiento aprendidas y culturalmente aceptadas, como el flirteo o la ironía. Controlar el impulso, superar la frustración, es fundamental en la competencia emocional.

Aprendidos durante la infancia, con los refuerzos convenientes, permanecen durante toda la vida sirviendo como modelo y sistema organizado en la orientación y la motivación de la acción a nivel general. Estos sistemas de valores culturales se mantienen sólo si se ajustan a la estimación individual, si se aprecian, y gradualmente cada vez más, se valoran y viven personalmente, lo que en este caso no parece estar asegurado

Un niño que vive en un entorno agresivo, donde el lenguaje y el diálogo están presentes como vía de resolución de los problemas, donde la convivencia con los demás se hace posible a través del entendimiento y la armonía, aprenderá a expresarse a través del lenguaje y de la razón. Contrariamente, si experimenta el rechazo, la frustración o la agresión provocada por un entorno hostil, donde la falta de entendimiento, la violencia y la ausencia de diálogo son pautas normales de conducta, aprenderá que mediante comportamientos agresivos puede conseguir sus propósitos con más facilidad.

En este caso, sin embargo, la variable sexo no presenta significación estadística. Los datos apuntan a que «el portarse bien» no es un dominio «altamente valorado» por los escolares más mayores y, por tanto, no será un factor influyente para la formación del autoconcepto en esta edad y nivel de escolarización de la ESO. En sentido contrario para las niñas «portarse bien para sentirse bien consigo mismo» sí que es un referente importante en la fundamentación de su autoestima.

Los datos coinciden con los resultados obtenidos sobre el autoconcepto (PÉREZ ALONSO-GETA, Ma ., CÁNOVAS LEONHARDT, 1995) en la etapa de la preadolescencia y adolescencia en los que aparecen individuos con un elevado autoconcepto y sentimientos de autovalía, aunque no sean competentes en «dominios» valorados como relevantes por los adultos o la mayoría de la sociedad (como «portarse bien» o que «te consideren legal, bueno»). Pero sí son importantes

y claves dentro del grupo social de iguales. Estos individuos pueden aparecer como problemáticos para los adultos, y sin embargo su autoconcepto suele ser positivo.

En un sentido amplio, el término competencia social se refiere a una adaptación social saludable. Ciertamente, es un elemento clave del desarrollo humano que incluye la capacidad de autocontrol, a la vez que conlleva un juicio valorativo (personal y social) de la adecuación de dicha conducta, siempre en referencia al contexto socio-cultural en el que ésta se desarrolla. Así, la consideración de una conducta como competente socialmente depende de situaciones tanto sociales como evolutivas. Dentro de la educación obligatoria, la noción de competencia social enfatiza sobre todo la capacidad de adaptación a los diferentes contextos, así como la posibilidad de establecer relaciones recíprocas satisfactorias con iguales.

No podemos olvidar que la vida social en la escuela adquiere una significación muy especial para el niño/a. Se produce la unión de sus dos mundos vitales, en los que ha de ser hábil socialmente: familia y escuela. La competencia social, desde nuestra perspectiva, se fundamenta en dos aspectos relevantes: un aspecto interno, que hace referencia a procesos cognitivos y socioemocionales, donde se incluye la adopción de perspectiva social, la empatía y la capacidad de autorregulación.

Y un aspecto externo, directamente vinculado a las habilidades sociales, que supone la valoración y apoyo por parte de los adultos, y la aceptación o, en su defecto, el rechazo por parte del grupo de iguales. De ahí, que competencia emocional y social aparezcan íntimamente relacionadas. En primer lugar, es a través de la cooperación en el juego y, más tarde, en la escuela donde se establecen las relaciones interpersonales. A partir de aquí, existe la posibilidad de sentirse integrado, de expresar opiniones e ir confrontando puntos de vista. Necesidades básicas para el individuo que la educación en esta etapa debe cubrir.

En los comienzos de la educación primaria, el niño/a ya es capaz de desarrollar estrategias de comprensión y asimilación del mundo social que le permiten abordar situaciones desde diferentes puntos de vista, por ejemplo, considerando la perspectiva de un compañero de clase. Al respecto, cabe señalar que existe un paralelismo entre evolución intelectual y desarrollo social. El niño es capaz de cooperar con los otros cuando se halla capacitado para comprender la reciprocidad y complementariedad de otros puntos de vista. No obstante, aunque en realidad

existe este paralelismo, en ocasiones nos encontramos con niños en esta etapa capaces de resolver problemas.

Es importante identificar las características del alumnado con el que, como docentes, vamos a tratar. Por ello, uno de los primeros pasos a llevar a cabo en la planificación didáctica de un curso escolar es el análisis del contexto en el que nos encontramos, así como de los niños que lo conforman, además de otros muchos aspectos.

Las características psicopedagógicas de los niños en las diferentes edades que engloba la etapa de la Educación Primaria han de ser conocidas por parte del docente. Son numerosos los psicólogos que nos aportan nociones básicas al respecto. Uno de los principales es el psicólogo y biólogo Jean Piaget, quien, gracias a su aportación a la psicología evolutiva, nos sirve de guía en el estudio de dichas características psicopedagógicas.

Según Piaget, este desarrollo puede ser dividido en una serie de etapas o fases. La más importante es la que va desde los 6 a los 12 años (etapa que coincide con la Educación Primaria), en la que grandes cambios se suceden en el niño, refiriéndose éstos al ámbito psicomotor, cognitivo, emocional y también social.

El aspecto central que se desarrolla en el presente artículo se refiere al factor social, es decir, las relaciones existentes entre todos y cada uno de los miembros del grupo. Para ello, se debe de realizar diversas observaciones en grupos de alumnos de 4º de Primaria. Este es un método muy útil para estudiar las relaciones interpersonales entre un grupo de personas. De este modo, una vez analizados todos los aspectos posibles, hemos sacado las siguientes conclusiones:

En primer lugar, cabe destacar el tipo de relación entre los miembros de un mismo número en cuanto al género. Hemos observado, que, sin duda, existe una gran separación entre los niños y las niñas de forma generalizada en casi todos los grupos donde se ha desarrollado el estudio. No se interrelacionan entre ellos, sino que cada grupo va más bien por separado.

Dentro del grupo de los niños, se tratan más o menos todo por igual, aunque en casi todos los casos hay niños con carácter de “líderes”. Esto se debe, según los propios niños, a diversas razones: “es muy simpático”, “me gusta jugar con él”, “me lo paso bien con él”, etc.

Por otro lado, en el grupo de las niñas, las relaciones entre ellas son diferentes. Tras este estudio, se desprende que las niñas no suelen agruparse todas juntas en torno a un gran líder, sino que existen varios subgrupos dentro de uno mismo, siendo éstos bastante diferentes unos de otros. A pesar de esto, en cada subgrupo, parece que queda claro quién es la “líder”, ya sea “por su manera de ser”, “porque es muy trabajadora” “o porque es muy simpática”.

Podemos ver que la figura del líder está presente en ambos tipos de grupos, ya sean de sexo femenino o masculino. Es un rol que suele aparecer en cualquier tipo de relación social entre niños o adolescentes, ya sea en el colegio, en la pandilla o en cualquier otro entorno en el que se den este tipo de relaciones entre iguales.

En este orden de aspectos, además del líder y de sus “seguidores”, podemos encontrar otro tipo de rol. En los casos estudiados, se refieren a uno o más miembros que no se encuentran integrados en ningún grupo en concreto, ya sea “porque es muy charlatana”, “porque es muy chillona”, etc., como los propios niños describen. Ante estos casos, el tipo de agrupamiento utilizado en el aula puede ayudar a fomentar ciertos comportamientos o a evitar otros. Así, ante un caso como el que acabamos de mencionar, se deberían evitar los agrupamientos en los que los alumnos fueran quienes decidieran cómo colocarse y fomentar el trabajo en grupo y también el trabajo cooperativo para promover, de este modo, la interrelación entre todos los alumnos por igual.

Todo esto se suele descubrir, además de a través de la técnica de la observación, con preguntas concretas en el test sociométrico que hemos realizado: “Imagínate que el próximo curso vas a ser cambiado/a o otra clase y que algunos/as compañeros/as pueden ir contigo. ¿A quién elegirías y por qué? (Puedes escribir a todos los que quieras, pero en orden, empezando por el que menos te gusta)”; “En la misma situación anterior, ¿quién no querrías que fueran contigo?”; “Adivina los que te han elegido a ti para cambiar de clase”; “Adivina los que no te quieren a ti para cambiar de clase”; “Si tuvieras que formar parte de un equipo de trabajo para

realizar una actividad escolar. ¿Con quién te gustaría trabajar y por qué?”.

En una misma clase, casi la inmensa mayoría de los compañeros coinciden en señalar a las mismas personas en cada apartado, lo que indica claramente cómo suelen componerse los grupos en cada clase, quiénes son sus líderes, quiénes los que están menos integrados y por qué.

Es muy importante que el profesor conozca qué tipo de relaciones sociales se desarrollan en el aula y de qué manera, pues esto le permitiría actuar ante cualquier problema de ámbito social de relación entre iguales. Como hemos visto, la técnica de la prueba socio métrico es muy útil en este sentido, aunque debe ir acompañado, en todo caso, de un proceso de observación continuo.

No obstante, algunos estudios señalan que ambos tipos de rechazados presentan problemas de carácter emocional como la sintomatología depresiva, aunque estos síntomas pueden presentar orígenes distintos: en el caso de los rechazados agresivos la sintomatología depresiva radicaría en los problemas interpersonales con el grupo de iguales, mientras que en los rechazados sumisos el origen estribaría en su bajo nivel de interacción social y, por tanto, la carencia de amistades (Hecht, Inderbitzen y Bukowski, 1998).

Tanto la sintomatología depresiva como el rechazo se encuentran estrechamente asociados con los sentimientos de soledad. De hecho, a partir de la década de los 80 los investigadores han comenzado a examinar las autopercepciones y las experiencias afectivas de los niños y adolescentes rechazados en este sentido, debido fundamentalmente al fuerte aislamiento que muestran algunos de ellos. Así, encontramos que los adolescentes rechazados, en comparación con sus compañeros populares, se perciben a sí mismos como menos competentes socialmente y tienen menos expectativas positivas de éxito social, lo que supone mayores sentimientos de soledad, así como menores intentos de acercamiento para establecer interacciones.

Estos sentimientos de soledad favorecen que los adolescentes rechazados se aislen más en su grupo, un hecho contribuye a que sean aún más rechazados por sus compañeros y a una mayor sintomatología depresiva, de modo que el

adolescente se encuentra en un círculo vicioso del que resulta difícil escapar. Conclusiones A lo largo de este artículo hemos ido comentando distintos aspectos relacionados con las redes de amistad en la adolescencia y la aceptación y el rechazo social en el contexto escolar.

Una de las conclusiones principales a las que nos conducen los estudios presentados, es que las amistades juegan un papel fundamental en el adecuado desarrollo y ajuste psicosocial en la adolescencia. Tal y como vimos al comienzo del artículo, tan importante es si se tiene o no amigos, como quiénes son los amigos y la calidad de estas amistades.

Todos estos aspectos pueden ejercer una influencia tanto con valencia positiva como negativa en la persona: por un lado las amistades supone un recurso fundamental para el ajuste psicológico, social y emocional pero, por otro lado, también pueden ejercer un efecto indeseable respecto a cuestiones tales como el consumo de drogas, la implicación en conductas antisociales y delictivas, o la victimización escolar. En la escuela, surgen numerosas agrupaciones de alumnos que se configuran en función de metas y normas propias que facilitan la diferenciación con respecto a otros grupos. En estos grupos, existen diferentes relaciones de poder y diversas posiciones o estatus sociales que podemos estudiar mediante técnicas sociométricas. Hemos destacado la importancia de esta técnica en la comprensión del entramado social del contexto específico del aula y cómo, mediante las nominaciones de preferencias de los alumnos, podemos distinguir cinco tipos sociométricos: populares, rechazados, ignorados, controvertidos y promedio.

Cada uno de ellos presenta unas particularidades en relación con su ajuste emocional y conductual. Uno de los aspectos más interesantes y, al mismo tiempo, más preocupantes, es la estabilidad que el estatus social presenta en el tiempo. Aunque el estatus sociométrico no es una categoría inmutable y puede estar sujeta a cierta movilidad, las investigaciones al respecto concluyen que muchos adolescentes que han adquirido un cierto estatus lo arrastran a cursos posteriores, y éste es especialmente el caso del rechazado.

Este aspecto merece la pena ser destacado por su relevancia a múltiples niveles: tanto por el bienestar de los alumnos implicados como por su afectación en la

dinámica de enseñanza-aprendizaje en el aula. No debemos olvidar que algunos adolescentes rechazados muestran al mismo tiempo comportamientos agresivos y antisociales que interfieren en el clima escolar, mientras que otros son las relaciones sumisos y pasivos y pueden manifestar importantes problemas internalizados. Para prevenir estas situaciones de rechazo entre compañeros, debemos atender a las principales causas que los provocan. Entre los factores de riesgo encontramos precisamente la manifestación de conductas desviadas, que inducen en muchas ocasiones la repulsa directa de los iguales.

La prevención de conductas violentas y antisociales en la escuela contribuiría, por tanto, a la prevención de problemas de rechazo social. Programas que fomenten habilidades sociales de estos estudiantes y el manejo de autopercepciones distorsionadas también podrían resultar muy beneficiosos. Además, no podemos olvidar el rol fundamental de los educadores, tanto profesorado como padres, en la consecución de estos objetivos. El trabajo conjunto de familias y escuelas reforzaría los beneficios de estas intervenciones.

Estos programas de prevención e intervención se presentan como absolutamente necesarios, dado el alcance de las consecuencias negativas que la condición de rechazo social provoca en la persona. Tal y como hemos comentado en el último apartado del artículo, el rechazo social en la adolescencia puede provocar tanto problemas de ajuste escolar, como comportamientos desviados y problemas emocionales, entre los que destacan fundamentalmente la insatisfacción con la propia vida, la sintomatología depresiva y el sentimiento de soledad. Evitar en la medida de lo posible estos casos y prevenir el surgimiento de casos nuevos es una cuestión pendiente todavía en muchas escuelas, donde la dicotomía entre el objetivo profesional de la mera transmisión de conocimientos o de la formación integral de los alumnos, sigue estando en debate.

Es necesario enseñar a los niños a desarrollar habilidades sociales y emocionales para garantizar que tengan relaciones positivas, ya que es una estrategia clave para las escuelas en los esfuerzos para reducir la intimidación y mejorar el cuidado, el respeto y la responsabilidad en la escuela. Cuando se les enseña a los niños estrategias específicas para reconocer y responder a las emociones, el pensamiento en las situaciones difíciles se convierte en un pensamiento más eficaz a través de la comunicación y existirán menos probabilidades de actuar de

forma negativa o con frustración en lugares como en la escuela, el hogar o la comunidad.

La inteligencia emocional

El fin de trabajar la educación socioemocional es que los niños desarrollen una inteligencia emocional la cual es uno de los principales factores que determinan el nivel de cognición de los niños y como se les verá afectado en su etapa adulta ya que es una de los principales factores que determinan la personalidad de una persona.

Las emociones visten cada aspecto de nuestras vidas y de nuestra cotidianidad. Saber controlarlas, gestionarlas y utilizarlas a través del fomento de la inteligencia emocional nos permitirá, sin duda, afrontar nuestro día a día de un modo más eficiente.

Por lo tanto, para poder desarrollar un buen nivel de inteligencia se tiene que tener una educación de este tipo desde una edad muy temprana para ir formando en los niños una gran variedad de aspectos como actitudes y valores que se ven reflejados en su vida y en sus relaciones sociales.

Otro de los aspectos que ayuda tener una buena inteligencia es el control de las emociones ya que este tipo de inteligencia les ayuda a identificar en distintas situaciones en las que algún factor puede hacer que les cause enojo o frustración ellos podrán controlar sus emociones y ver cómo reaccionar de una buena manera y no causar algún conflicto con sus demás compañeros, esto es una de los grandes beneficios que se puede lograr y esto ayuda demasiado en la parte educativa ya que es muy común ver en niños de entre 6 y 12 años que se tengan conflictos por cualquier situación y más en la sesión de educación física ya que en la gran mayoría de las sesiones hay mucha competición entre los alumnos y si no logran tener algún resultado satisfactorio los niños pueden experimentar muchas sensaciones como el enojo, la frustraciones y en algunos casos tristeza ya que es común ver a niños muy susceptibles a tener emociones de este tipo.

Un adolescente al cual se acompaña para que viva esta etapa más fortalecido en los aspectos socioemocionales, tendrá más herramientas para afrontar y evadir riesgos, como el uso y abuso de sustancias tóxicas, el involucramiento en situaciones de violencia o delincuencia, el uso inapropiado de redes sociales, la falta de cuidado de su salud física y emocional, el rompimiento de reglas o normas de convivencia, entre otros. También es importante reconocer, respetar y valorar la diversidad de características, gustos, necesidades e intereses de los estudiantes.

Esta diversidad se expresa de múltiples maneras: la forma de aprender, la manera de relacionarse, los valores que los guían, las motivaciones que los impulsan y las distintas formas de ser, de pensar, de ver y vivir la vida. La tutoría es el mecanismo mediante el cual se puede acompañar a los estudiantes y ayudarlos a fortalecer su capacidad socioemocional, cognitiva y académica durante su trayecto por la educación primaria.

Como se ha visto a lo largo de la educación en México se han tenido grandes cambios en las estrategias de trabajo de los docentes y esto depende de las necesidades de los alumnos y del contexto donde se ubique la escuela es por eso que el maestro se debe de adaptar a las necesidades de su entorno y en base a esto desarrollar sus planeaciones teniendo en cuenta todos los aspectos ya antes mencionados

Blakemore, Sarah. Jayne, The mysterious workings of the adolescent brain, Ted global, video, 2012.

III Desarrollo del tema

3.1 Conocimiento del tema

Como uno de los primeros pasos para poder trabajar con los alumnos era necesario estar al tanto de que es lo que sabían los niños acerca del tema con el que se estaría trabajando a lo largo del periodo de prácticas docente.

Para poder lograr esto se usó en práctica una actividad diagnóstica donde a los alumnos se les cuestionaba acerca de la educación socioemocional y de esta manera poder saber cómo seguían trabajando y en qué aspectos basarse para seguir avanzando y tener mejores resultados conforme se fuera avanzando en el Desarrollo de las actividades.

En la actividad diagnóstica se desarrolló el día Jueves 04 de octubre del año 2018 donde a los alumnos se les puso una sesión para ver qué tan relacionados estaban con el tema de la educación socioemocional y poder seguir trabajando en el tema, el propósito de la actividad fue concientizar a los alumnos acerca del tema y verían la importancia que tiene para su educación y en su formación como ciudadanos en la Sociedad.

Al principio de la sesión a los alumnos se les hizo la siguiente pregunta: ¿Ustedes saben qué es la educación socioemocional y cuál es la importancia que tiene en su vida diaria?. Después de cuestionarlos la mayoría de los alumnos no sabían qué contestar ya que nunca se les había hecho una pregunta de este tipo.

Por lo tanto se les explicó a los alumnos la importancia de tener este tipo de educación, al principio los alumnos no lograban comprender el propósito de la

pregunta por lo que después con las actividades que se realizaron fueron comprendiendo poco a poco el porqué de la pregunta, aunque como es común no todos los alumnos logran comprender lo que el maestro quiere que los alumnos aprendan y esto se ve mencionado en el tema de la transposición didáctica donde se explica que no siempre los alumnos aprenden de la misma manera, bien lo comprenden de una manera distinta a la de sus compañeros por lo que es muy común que siempre los alumnos entren en conflicto al no siempre estar de acuerdo ya que siempre van a tener diferentes puntos de vista o bien es común que no les llame mucho la atención.

Al principio de la actividad se les pidió ser muy abiertos a la hora de comunicar sus pensamientos acerca de lo que les parecía la actividad y cómo se sentían a la hora de estar trabajando con sus compañeros. Al principio se notaba que entre los alumnos si falta confianza a la hora de estar trabajando ya que para ellos no le es fácil expresarse de una Buena manera con sus compañeros ya que es muy común que a los niños les da pena decir lo que piensan por miedo a las burlas de sus compañeros.

Se hicieron varias observaciones entre las cuales las más notorias fueron las de que los alumnos si se sienten observados todo el tiempo no trabajan de la misma manera que cuando están trabajando más de manera libre por lo que se optó por dejarlos trabajar más de manera libre pero siempre apoyándolos en la toma de decisiones para tener mejores resultados a la hora de trabajar, al final de la sesión solo un 15% del grupo logró realizar las actividades sin ningún impedimento. Una observación clara y muy lógica es que ese porcentaje de alumnos que logró realizar de Buena manera las actividades son los que tienen más contacto con sus compañeros ya que tienen la confianza para realizar las actividades que se les pide.

Este tipo de actividades son la base para partir de ahí a seguir desarrollando más actividades dependiendo de los avances que se tengan y siempre buscar estrategias para seguir teniendo aprendizajes significativos, de esta manera los alumnos tendrán un Desarrollo notorio en sus habilidades y capacidades.

3.2 La socialización como parte fundamental para el desarrollo de una buena educación.

Nombre de la actividad: Las gafas positivas

Propósito: Poner a prueba la socialización entre los compañeros a la hora de realizar diversos retos en la sesión.

Fecha Jueves 22 de noviembre de 2018

Nombre de la unidad didáctica: dime lo que sientes, no lo que piensas

Intención pedagógica: que el alumno logre identificar diversas emociones y ver la importancia que estas tienen para el rendimiento de los escolares durante las sesiones de educación física y el trabajo en el aula.

El propósito de esta actividad es que los alumnos puedan socializar con sus demás compañeros y de esta manera ver que aunque tengan muchas diferencias en algún momento de la sesión necesitaran la ayuda de sus compañeros y de esta manera se espera que al ultimo aprendan que es lo mismo en vida diaria por lo tanto se realizo una actividad donde los alumnos vieran que todos somos diferentes pero tenemos muchas cosas que nos hacen únicos y de esta manera cuando tengan un conflicto lo puedan resolver y siempre ver el lado positivo de cada situación y buscar una solución a dicho problema.

La clase se empezó de según los contenidos ya establecidos por el maestro tutor solo y al final se realizo la actividad relacionada con el tema de estudio la cual estaba destinada a que los alumnos logran ver las cualidades de sus compañeros.

La actividad consistía en que los alumnos debían realizar un dibujo de ellos mismo y a la hora de terminar el dibujo los niños debían pasar el dibujo a sus demás compañeros los cuales escribían cualidades de sus compañeros. El único problema con esta actividad fue que los alumnos a la hora de pasar el dibujo les daban vergüenza mostrar dicho dibujo, al principio les daba pena realizar los comentarios positivos, pero conforme iba avanzando la actividad los niños ponían más cosas y esto ayudaba a darle mas fluidez a la clase y por lo tanto los niños eran más abiertos a la hora de estar realizando la actividad.

Los alumnos lograron ver mas de una cualidad en sus compañeros y aunque no se hablan con todos se lograron identificar con todos sus compañeros cosas que nunca en el tiempo de conocerse en la escuela habían mencionado en ningún momento.

"El proceso por cuyo medio la persona humana aprende e interioriza, en el trascurso de su vida, los elementos socioculturales de su medio ambiente, los integra a la estructura de su personalidad, bajo la influencia de experiencias y de agentes sociales significativos, y se adapta así al entorno social en cuyo seno debe vivir" (Rocher, 1990).

La socialización es un proceso que dura toda la vida y se comienza a dar a medida que el niño o niña se relaciona con las personas que les rodea. El ser humano está sometido a un proceso de desarrollo en el que la educación y socialización ejercen una función muy importante a través de los diferentes agentes.

La escuela es la entidad educativa en la que el niño y la niña amplía sus relaciones sociales y sus conocimientos del mundo, adquiriendo de manera formal hábitos y comportamiento sociales que le ayudaran al alumno a tener una mejor adaptación a la sociedad ya que siempre estará en contacto con otras personas en sus vida diaria ya sea de manera personal o por trabajo.

Viendo estos últimos puntos nos damos cuenta de que la socialización es el punto de apoyo para fomentar una excelente educación emocional ya que esto le ayuda al alumno ir formando los aspectos más básicos de su educación

(Algara, 2016)

3.3 desarrollo del socio afectividad.

Nombre de la actividad: familia de animales

Propósito: Que el alumno se adapte a jugar en equipo con sus compañeros u empiecen a trabajar su pensamiento estratégico y el desarrollo de la parte socio afectiva.

Fecha Jueves 29 de noviembre de 2018

Nombre de la unidad didáctica: dime lo que sientes, no lo que piensas

Intención pedagógica: que el alumno logre identificar diversas emociones y ver la importancia que estas tienen para el rendimiento de los escolares durante las sesiones de educación física y el trabajo en el aula.

En esta parte de la educación socioemocional se tiene que tener en cuenta que la relación del maestro con el alumno tiene que ser muy interactiva ya que el maestro debe de estar al pendiente de lo que sucede en la clase y cuales son los avances que tienen los alumnos en las distintas actividades que se desarrollan.

La actividad se llama “familia de animales “la cual consistía en que el niño en conjunto con sus compañeros debía de imitar a algún animal el cual con anticipación se le dijo que animal eran al momento de empezar la actividad debían imitar el sonido que hace el animal y solo escuchando los ruidos que sus compañeros emitían debían juntarse con ellos hasta estar todos juntos.

Entre los principales aspectos observados de la actividad fue que al momento de empezar la actividad a los niños no les gustaba imitar al animal que se les había designado por pena con sus compañeros, pero conforme iba avanzando la actividad los alumnos tenían mejor desarrollo de su habilidad de interactuar con sus compañeros y ya al último lo hacían con más fluidez.

Al último se les pregunto a los alumnos que porque al principio no querían realizar la actividad a lo que algunos alumnos contestaban que no estaban acostumbrados a realizar este tipo de actividades, por lo tanto, me di cuenta de que conforme se

tenia mas práctica de dicha actividad los alumnos e acostumbran a realizar este tipo de actividades.

Entre lo aprendizajes de la actividad fue que lo alumnos identificaron otro tipo de interactuar con sus compañeros sin necesidad de comunicarse directamente con ellos si no que también a atreves de otro tipo de movimientos y gestos podían dar a entender lo que querían decir a sus compañeros.

La confianza se manifiesta en los niños cuando se sienten respetados, comprendidos, alentados y acogidos en una situación de diálogo y respeto. La razón de la confianza reside en lo más íntimo de cada uno de nosotros y, por tanto, cada persona vive esa sensación de confianza según su [personalidad](#).

Es por eso que el desarrollo de la confianza en lo niños les ayuda a tener un vínculo socio afectivo con sus demás compañeros esto les favorece al momento de trabajar en conjunto y si algún niño tiene algún problema sus compañeros se darán cuenta ya que estarían consientes de que no es lo mismo que cuando no tienen algún problema y de esta manera se ayuda a que los alumnos aprendan de una manera interactiva en conjunto de esta manera al ir desarrollando sus habilidades personales ira desarrollando sus habilidades grupales.

Los alumnos han comprendido la importancia de seguir desarrollando sus habilidades y vínculos sociales con sus compañeros de esta forma podrán seguir interactuando ya sea por gusto o por la necesidad de trabajar con sus compañeros

3.4 El trabajo cooperativo y su importancia en el desarrollo de vínculos afectivos en los niños.

Nombre de la actividad: Las gafas positivas

Propósito: Que los alumnos se relacionen de buena manera con sus compañeros y den a conocer lo que sienten al trabajar con sus compañeros.

Fecha Jueves 17 de enero de 2019

Nombre de la unidad didáctica: Entre más nos entendemos mejor.

Intención pedagógica: Que el alumno logre identificar diversas emociones y ver la importancia que estas tienen para el rendimiento de los escolares durante las sesiones de educación física y el trabajo en el aula.

La sesión inicia como todas las demás con un calentamiento para evitar que los niños desarrollen lesiones.

Las actividades siguientes eran de trabajo cooperativo para poder observar el avance de los alumnos por lo que la mayoría de los alumnos se vieron interesados en dichas actividades y de esta manera participaron de manera activa durante toda la sesión.

La primera actividad que se realizó fue la de “siembra de zapato”, la cual consistía en que cada alumno debía quitarse un zapato y a la señal correr a ponérselo lo más rápido posible y reagruparse con su grupo y ver quien lo lograba de manera más rápida y efectiva, una de las observaciones más claras fue que al principio a los alumnos les daba pena quitarse los zapatos pero conforme veían que sus demás compañeros lo hacían ellos también no dudaban en seguir con la actividad ya que en ese salón son muy competitivos. La alumna Edith dijo que le gustaba ese tipo de actividades de competencia porque se le facilitan y le gusta ver cómo es que realizan sus compañeros dichas actividades.

La penúltima actividad la cual tenía el nombre de “perseguir” consistía en que los alumnos tenían que estar en un lugar fijo y no moverse por ningún motivo, otro alumno que era el perseguido tenía que desplazarse por la cancha y no tenía que

dejar que los que estaban inmóviles lo tocaran con la pelota, los alumnos que no se podían mover tenían que hacer pases para lograr pegarle con la pelota al alumno perseguido el cual si se podía mover por toda la cancha evitando ser tocado por la pelota. Los alumnos que les tocaba correr se cansaban muy rápido ya que era una actividad muy intensa al estar siempre en movimiento por lo que tenían que cambiar de rol rápidamente para evitar que el alumno se fatigara demasiado, la mayoría de los alumnos en especial los niños decían que les gustaba mucho la actividad ya que les gusta trabajar en conjunto con sus compañeros para lograr un fin en común y mas cuando se trata de usar material como pelotas ya que para ellos es muy divertido trabajar con este tipo de material.

Por último se realizó la actividad de “Juego de estatuas” donde los alumnos con ayuda de música los estudiantes se movían por toda la cancha y cuando la música paraba se quedaban inmóviles y realizaban alguna expresión mostrando una alguna emoción y los demás compañeros tenían que adivinar que emoción se trataba. En esta actividad los niños se mostraban interés y querían participar todos y tratar de hacer algo complicado para hacer batallar a sus compañeros los primeros que pasaban hacían gestos fáciles de e identificar como por ejemplo de: Enojo felicidad, tristeza las cuales son emociones mas comunes que se ven en la vida diaria. Conforme la actividad avanzaba los niños realizaban gestos más complicadas como por ejemplo emociones de: desesperación, frustración, coraje.

Esto ultimo mencionado dejo en claro que los alumnos conocen muy bien sus emociones y saben identificarlas y expresarlas, pero otra observación que se hizo es que no siempre saben controlarlas y mas cuando son situaciones en las que se ven afectados directamente por ejemplo cuando están en alguna actividad competitiva es común que cuando no logran ganar sientan enojo y frustración es por lo que se siguió trabajando en las estrategias para ver de qué manera los alumnos pueden lograr trabajar sin salir en conflicto con sus demás compañeros.

Un último punto que se vi durante esta actividad fue la implementación de reglas de convivencia para que los alumnos aprendieran a trabajar en conjunto con sus compañeros y poco a poco fueran ejerciendo hábitos en base a valores, de esta manera fue como ellos lograron trabajar de manera respetuosa y equitativa con sus demás compañeros.

3.5 La autoestima como pilar para el desarrollo social del alumno.

Objetivo de la unidad didáctica:

“Que los alumnos desarrollen el área de la educación socioemocional en conjunto con sus compañeros y crear un buen ambiente de trabajo inculcando valores y normas dentro de las sesiones.

Nombre: Escuchando a mis amigos, trabajamos mejor.

En esta actividad se llevó a cabo el jueves 21 de febrero del año 2019 y solo se utilizó como material hojas recicladas para la última en actividad. En la primera actividad los alumnos volvieron a hacer una actividad pasada la cual era la de “familia de animales” con la cual se observó lo avances en sus habilidades de confianza y seguridad. Los alumnos al momento de escuchar las indicaciones decían que ya sabían como realizar esa actividad y que no habría ningún problema a la hora de realizarla.

Se les indico a los alumnos que tuvieran confianza en preguntar cualquier duda acerca de la actividad y con gusto se le explicaría nuevamente. Conforme la actividad transcurría se podía observar que un grupo particular de alumnos eran lo que siempre realizaban con gran facilidad, y solo un pequeño grupo batallaba a la hora de interactuar con sus compañeros con ellos se hablo al ultimo para explicarles que realizaran la actividad sin miedo a que no pudieran y que siempre tendrían el apoyo del maestro y de sus compañeros.

La segunda actividad que se realizo tiene como nombre “El detalle cambiado” la actividad consistía en se escogían dos alumnos de todo el grupo para que fueran observados por los demás del salón y ver cualquier detalle en sus vestimentas, después los alumnos se escondían y cambiaban su vestimenta o solo acomodaban algo de manera distinta y sus demás compañeros debían reconocer la mayor cantidad de cambios posibles, ganaba el niño con más aciertos. Se realizo dicha actividad con otras 3 parejas más.

Una de las observaciones mas claras fue que en su mayoría las mujeres eran las que tenían un mayor número de aciertos a la hora de participar ganándole por mayoría en los hombres.

En dicha actividad el propósito fue que los alumnos tuvieran la capacidad de observar a sus compañeros y ver que tan atentos son a la hora de percibir los nuevos cambios de esta manera ellos lograrían ser más analíticos. Los alumnos les decían a sus compañeros que les gustaba como se miraban con su nuevo atuendo y también les comentaban que les gustaba más como se veían antes con dicha actividad los niños utilizaban un gran criterio para poder dar a expresar los cambios que veían en sus compañeros y sin tener algún problema a la hora de dar sus puntos de vista.

Lo ideal es que los compañeros lleguen a ser amigos, sintiendo entre ellos afecto, confianza y compartiendo momentos incluso fuera del establecimiento escolar. Los amigos serán un gran apoyo en el crecimiento y maduración de los niños y sobre todo de los adolescentes, que necesitan del grupo de pares. Pero bien sabemos que las personas eligen a sus amistades y es casi imposible sentir a todos los compañeros como amigos.

Lo importante es reconocer en el otro un sujeto digno de respeto y valoración que puede tener opiniones y metas distintas de las propias, pero que siempre que sean positivas merecen ser escuchadas y analizadas, aunque no se las comparta, y él a su vez debe respetarnos.

En la tercera actividad se volvió a tener otra retroalimentación de una actividad pasada la cual tiene el nombre de “Juego de las estatuas”, donde los alumnos se empiezan a mover con el ritmo de la música y cuando el maestro para la música los alumnos deben de quedar inmóviles y deben de representar una emoción con expresiones faciales y corporales y después sus demás compañeros debían de adivinar la expresión que sus compañeros estaban representando por lo cual los alumnos rápido sabían que era lo que sus compañeros estaban representando.

Como una de las principales observaciones que se tuvieron de dicha actividad fue que los alumnos ya no tuvieron complicaciones como en sesión pasada ya que para ellos en su mayoría se les dificultaba saber identificar lo que su demás compañero realizaba. Como reflexión personal aprendí que los niños de entre 9 y 10 años son rápidos aprendiendo y expresándose de manera clara y no tienen complicaciones a la hora de identificar diversas emociones que logran tener ellos y su vez sus demás compañeros.

Para que los niños entiendan y manejen bien sus emociones, primero deberán reconocerlos en ellos mismos y en los demás, es necesario que los niños entiendan que todas las personas tienen sentimientos y emociones. De esta manera cuando la empatía entra en sus vidas, podrán entender los sentimientos de los demás y aprenderán a comportarse de forma que no tengan que hacer daño a otras personas.

La cuarta y última actividad que se realizó este día fue la de “arrugar papeles, Aplastar bolas, garabatear”, con esta actividad se el alumno canalizaba sus emociones negativas. Se les explicó a los alumnos que con el papel reciclado hicieran las figuras que quisieran y después lo deshicieran como ellos quisieran así de esta manera ellos aprendieron a calmar sus emociones negativas.

Es común que en estos casos los alumnos hagan más de una cosa cuando el docente da una indicación establecida, los niños solo quieren seguir jugando con sus compañeros por lo que se debe de conversar con ellos y pedirles de la manera más atenta que pueden tener lo que piden siempre y cuando realicen las actividades que se les pide que hagan.

Al final de la sesión me quede con la conclusión de que los alumnos si pueden identificar y entender sus emociones y la de sus compañeros pero no siempre están dispuestos a comprenderlos ya que en esa edad están en una etapa donde son muy egocentristas o solo piensan en su bienestar y es muy raro que algún niño tenga una comunicación abierta con sus compañeros pero desde el inicio de las actividades hasta estas actividades los niños han mostrado una mejora en sus habilidades de socializar con sus compañeros.

3.6 La confianza fortalece el compañerismo.

Objetivo de la unidad didáctica:

Que los alumnos desarrollen el área de la educación socioemocional en conjunto con sus compañeros y crear un buen ambiente de trabajo inculcando valores y normas dentro de las sesiones.

Nombre: Escuchando a mis amigos, trabajamos mejor.

Esta actividad se llevo a cabo el día jueves 14 de marzo del de la 2019 en esta actividad se ocuparon conos, cuerdas, pañuelos y aros para el circuito que se trabajo donde el principal tema que se trabajo fue el de la confianza personal y grupal con el grupo

La primera actividad que se realizo fue la de “juego de confianza “, dicha actividad consiste en que por parejas uno de sus compañeros se venda los ojos y su compañero lo guía a cierto lugar que el docente determine por ejemplo a diversos lugares de la cancha como por ejemplo a una canasta o algún extremo de la cancha o bien cualquier otro lado de la institución, gana la pareja que llegue más rápido.

Los alumnos al principio se sentían nerviosos de realizar la actividad ya que no sabían que hacer cuando no sabían donde estaban y desorientados, ya que tenían que confiar plenamente en las indicaciones de sus compañeros para poder realiza dicha actividad. A los alumnos se les pregunto: ¿Qué sintieron a la hora de trabajar de esta manera con tu compañero? y ¿Tenias confianza en el compañero?; a lo que los alumnos respondían que no sabían que hacer y que les daba mucho miedo caer o chocar con algún obstáculo.

Después de realizar la actividad los alumnos cambiaron de rol y ahora los alumnos que no veían tenían que guiar a los que antes lo habían guiado a ellos, era muy común ver entre los alumnos hacerse bromas al momento de realizar la actividad a lo que se les llamo la atención y se les dijo que ya no hicieran este tipo de bromas o comentario ya que no podían realizar de forma segura la actividad y los alumnos siguieron trabajando de una manera más ordena y tranquila.

La segunda actividad que se realizó tiene el nombre de “Circuito a ciegas” la cual tenía la misma dinámica que la actividad anterior pero solo que en esta los alumnos tenían que realizar un circuito, en el cual pasaban varios obstáculos como por ejemplo pasar por todos los aros, después subir un escalón, bajar el escalón y caminar sobre una cuerda.

En dicha actividad los niños se veían más interesados pero también con un poco de miedo ya que la actividad tenía otro grado de dificultad y era más su miedo que la confianza que le tenían a sus compañeros y por lo tanto tuvieron que realizar la actividad más de dos veces para poder lograr completar el circuito de esta manera los alumnos aprendieron que si pueden confiar en sus alumnos, pero que no es fácil tiene que aprender a trabajar y a comunicarse y de esta manera saber que poco a poco pueden lograr un objetivo en conjunto siempre y cuando aprendan expresarse de una manera correcta y específica.

Por último, se realizó la actividad de “la respiración” en la cual al alumno se le enseñó a controlar su respiración. Se les comentó a los alumnos que tienen que controlar los tiempos de su respiración y de esta manera aprender a canalizar sus emociones y entrar en tranquilidad de esta manera es más fácil que escuchen y comprendan a sus compañeros y también las indicaciones del docente.

3.7 La convivencia fortalece la amistad y el compañerismo

Nombre de la actividad: Excursión al parque Tangamanga

Objetivo de la actividad: Poner en práctica todo lo aprendido en las actividades pasadas y que los alumnos convivan fortaleciendo su relación grupal.

La actividad se realizó el día 01 de abril de 2019, tres días antes de dicha actividad a los alumnos se les entrego un permiso que los padres de familia debían de firmar de no ser así no podríamos llevar a los alumnos a la actividad.

En el aviso que se les entrego a los alumnos venían indicaciones básicas como las cosas que debían de llevar, por ejemplo: llevar uniforme deportivo, llevar lonche, agua, gorra y bloqueador. También se les pidió a los niños que llevaran 20 pesos para el costo del camión.

El día de la actividad se paso a temprano al salón a recoger el dinero y los permisos faltantes. A las 8:30 am llego el camión que nos trasladó al parque, los niños bajaron del aula a formarse para prepararse e ir ingresando al camión.

La llegada al parque Tangamanga fue a las 9:10 am y la primera actividad que se realizo fue una visita al área donde se encuentran los animales y se dio un recorrido a toda la zona y los niños estuvieron muy emocionados y preguntando acerca de los animales. Al poco tiempo de que llegamos una encargada se acercó y empezó a explicar como trabajan en ese lugar con los animales, desde el momento que los rescatan hasta que ya estén listos para poder liberarlos ya que como dijo la persona encargada esos animales no están listos para vivir sin cuidados humanos.

Después de que se fue la persona encargada seguimos con el recorrido y buscamos un lugar para que los niños descansaran y tomaran sus alimentos, los niños tardaron media hora en tomar los alimentos al terminar tuvieron un momento de juego libre y convivencia, muchos de los niños compartían lonche y platicaban acerca de lo que les gusta hacer en sus tiempos libres.

Todas estas conductas tienen que ver con los procesos de socialización que los alumnos han vivido en el entorno familiar y escolar desde su infancia así como el rechazo al aprendizaje escolar, poniendo de manifiesto el desajuste que existe entre los objetivos educativos de las instituciones y las necesidades reales de aprendizaje de los alumnos y de sus intereses personales, además de que manifiestan que los alumnos desconocen totalmente las formas de relación apropiadas y que incluso son alumnos que no saben comportarse y que es el momento de enseñarles. También estas conductas ponen de manifiesto que es necesario internalizar las reglas, de asumir su necesidad para convivir con otras personas, ya que el sentido de la norma es hacer posible la vida con una cosa en común para todos.

Por último, llegamos a la unidad deportiva infantil para realizar unas actividades donde los alumnos trabajarían la confianza, la comunicación y el trabajo en equipo, la primera actividad fue una vista ya con anterioridad que fue la de ir a ciegas donde los alumnos iban a ciegas y uno de sus compañeros los iba guiando hacia su destino y de nuevo cambiaban los roles.

Después se realizó una carrera de costales donde todos los alumnos participaron y la mayoría estaban interesados en la actividad ya que es común que algunos alumnos no estén interesados en realizar las actividades con sus compañeros por flojera o porque no les llama la atención.

Los alumnos se mostraron siempre muy participativos ya que les gusta mucho competir entre ellos, siempre que algún compañero de ellos pasaba lo apoyaban para que siguiera realizando dicha actividad y poder ganar. Después de esto los niños terminaron muy cansados y se les dio un tiempo para descansar y tomar agua en lo que se preparaban para la siguiente actividad.

La última actividad fue la de jalar la cuerda donde todo el grupo se divide en 2 equipos y cada uno de ellos tira de un lado de la cuerda y ver quien es el equipo con más fuerza y jala al otro equipo. En este tipo de actividades es normal que se muestren más participativos los hombres porque ellos siempre quieren demostrar su fuerza ante sus demás compañeros, pero de igual manera es trabajo en equipo y la participación de las niñas también era de suma importancia más cuando les gusta estar apoyando a su equipo y motivarlos a seguir.

En este tipo de actividades se fortalece mucho el trabajo colaborativo y se desarrolla una comunicación mas eficaz entre los alumnos para poder trabajar de una forma más competente y efectiva.

La vida cotidiana escolar, se identifica por todos estos elementos que entran en contacto directo con los actores sociales de las escuelas primarias. Es decir, profesores, directivos, padres y madres de familia, personal administrativo, intendentes y sobre todo los alumnos. Contacto que es directo en la medida de que todos ellos participan en la educación escolar, cumpliendo las funciones que les corresponden dentro del proceso educativo. La vida escolar cotidiana también se construye con las prácticas de quienes integran la comunidad escolar, se refleja en la experiencia escolar que varía de escuela a escuela.

El contenido de la experiencia escolar subyace en las formas de transmitir el conocimiento, en la organización misma de las actividades de enseñanza y en las relaciones institucionales que sustentan el proceso escolar (Rockwell,2005:13).

Al ultimo de la actividad a los alumnos se les dejo que realizaran actividades libres en lo que nos preparábamos para regresar a la escuela los niños jugaban futbol, algunas niñas jugaban voleibol, otras jugaban en el pasto a rodar. Esto dejo un aprendizaje de lo que es una sana convivencia entre los alumnos y que pueden trabajar de distintas maneras a la habitual y de esta manera conseguir nuevos aprendizajes ya sean individuales o colectivos, ya que es importante que el alumno comprenda que no solo importa lo que aprendan individualmente, sino que también importa lo que aprenden grupalmente.

Finalmente partimos de regreso a la institución a las 12:10 pm del mismo día, llegando con mucha anticipación a la institución, se les agradeció a los niños por haber participado en la actividad y los niños también estaban felices de poder haber asistido al parque con sus amigos para poder jugar y convivir de una manera distinta a la habitual.

IV CONCLUSIÓN

A lo largo de todo este proceso de formación vas obteniendo conocimientos teóricos que son parte fundamental para poder trabajar como docente, pero llevar el conocimiento teórico a lo práctico es un proceso en que se tiene que estar bien enfocado ya que no siempre las cosas resultan como uno desea. El maestro nunca deja de aprender cosas nuevas siempre está aprendiendo estrategias nuevas y también de sus alumnos aprende cosas que serán muy útiles a lo largo de una vida como docente.

En mi estancia en la primaria “Justa Ledesma” aprendí muchas cosas de mis alumnos desde su forma en como aprenden y su manera de ver las cosas ya sea de manera positiva o negativa, fue una experiencia muy gratificante ya que los niños en esta etapa sufren muchos cambios físicos y mentales y es en esta etapa donde se definen muchas cosas que harán que los alumnos vayan formando su personalidad y es por eso que el trabajo en este nivel educativo es de suma importancia para el desarrollo de buenos ciudadanos.

La clase de educación física es una de las principales maneras de hacer que los niños aprendan a vivir de una buena manera ya que en esta materia los niños se vuelven competentes en muchos aspectos en principal el cognitivo y el físico. Por lo que la tarea del educador físico es una de las más nobles e importantes dentro de cualquier institución.

Por esta importancia que tiene para la salud, para la formación afectiva y para la relación con sus pares del niño es que la educación física aparece como asignatura obligatoria en la formación integral de todas las escuelas, tanto primarias como secundarias ya que es una parte fundamental en su educación ya que aquí aprenden a ser mejores personas

Es muy satisfactorio ver como los niños siempre están al pendiente de la clase de Educación Física siempre están dispuestos a trabajar en lo que se les proponga ya que les gusta mucho estar participando siempre de manera activa, los alumnos siempre mencionan que es la clase que más les gusta y es de vital importancia

que tengan dicha sesión ya que mucho tiempo sentados en sus pupitres puede ser perjudicial en su salud.

El tema que se trabajó que es el de la Educación Socioemocional es uno de los más importantes, pero de los menos trabajados hace falta tener el hábito como docentes fortalecer este tipo de educación por tal motivo decidí abarcar dicho tema para ver que tanta relevancia tiene este tipo de educación en el desarrollo de los alumnos.

Gracias a la investigación que se realizó con anterioridad me di cuenta que 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.

Tiene como propósito que los estudiantes desarrollen y pongan en práctica herramientas fundamentales para generar un sentido de bienestar consigo mismos y hacia los demás, mediante experiencias, prácticas y rutinas asociadas a las actividades escolares; que comprendan y aprendan a lidiar de forma satisfactoria con los estados emocionales impulsivos o aflitivos, y que logren que su vida emocional y sus relaciones interpersonales sean una fuente de motivación y aprendizaje para alcanzar metas sustantivas y constructivas en la vida.

Al principio en las primeras actividades tenía que estar consciente de lo que sabían los niños y que tanto manejaban sus emociones y conforme las actividades iban avanzando los niños tenían que irse expresando de una manera más autónoma y segura.

Conforme las actividades avanzaban los niños iban demostrando tener mejor comunicación entre ellos y tenían una sana convivencia era muy rara la vez que entraban en conflicto con sus demás compañeros, por lo tanto, estoy seguro de que es necesario seguir fomentando y desarrollando en los alumnos este tipo de educación ya que les ayuda mucho en su desarrollo académico y personal.

Al ver todos los avances de los alumnos decidí realizar como actividad de cierre una excursión ya que los niños demostraron que podían convivir entre todos sin ningún problema y trabajar en conjunto, los alumnos lograron tener grandes aprendizajes acerca del trabajo colaborativo.

En lo personal estoy muy satisfecho por el trabajo que se tubo con el grupo de 4°. A ya que son un grupo muy unido y siempre están dispuestos a trabajar en las actividades que se le ponga, es un grupo al cual le gusta innovar a la hora de participar siempre buscando nuevas maneras de realizar las actividades que se les pone durante las jornadas de trabajo.

V REFERENCIA BIBLIOGRAFICA

(Estévez, Herrero, Martínez y Musitu, 2006; Hay, Payne, y Chadwick, 2004; Woodward y Fergusson, 1999).

TRILLO; RUBAL; ZABALZA, 2003).

SEP. (2002) Taller de análisis del trabajo docente y diseño de propuestas didácticas I y II. Ciudad de México. SEP.

SEP. (2002). PLAN DE ESTUDIOS 2002. México, D.F. SEP

Secretaria de Educación Pública. (2017). Aprendizajes Clave. Ciudad de México: SEP.

(Bisquerra, 2012).

(GONZÁLEZ Y TOURÓN, p. 150).

(Estévez, Herrero, Martínez y Musitu, 2006; Hay, Payne, y Chadwick, 2004; Woodward y Fergusson, 1999)

(Ryan y Deci 1985; Ryan y Deci, 2000).

(REMOLINA, 2005).

(PÉREZ ALONSO-GETA, Ma ., CÁNOVAS LEONHARDT, 1995)

VI ANEXOS

Anexo 1



Actividad diagnostica

Anexo 2



Actividad de socialización

Anexo 3



ubicación geográfica de la institución

Anexo 4



Exterior de la escuela

Anexo 5

1 sesión fecha: jueves 17 enero de 2019

I
N
I
C
I
O

INICIO:

Caminar con distintas partes del pie soldaditos, quien camina más rápido, que animales puedes imitar, desplazarse en 4 puntos de apoyo, saltando en un pie, trotar y a la señal sentarse acostarse, boca abajo, de espaldas etc.

siembra de zapatos

Por equipos de cinco alumnos, a una distancia de diez metros poner un aro con un zapato por alumno dentro este, a una señal salir corriendo a colocarse su zapato y regresar rápidamente a su lugar inicial.

D
E
S
A
R
R
O

Perseguir

Los jugadores se distribuyen dentro del campo de juego en un lugar dado, y no podrán moverse de ahí. Habrá un "PERSEGUIDO", al que todos tratarán de pegarle con la pelota. Podrán hacerse pases, el que logra pegarle al perseguido (quien si puede desplazarse libremente), pasa a ocupar su lugar.

L
L
O

Juego de las estatuas.

Se requiere hacer sonar música y los estudiantes bailan, cuando pare todos se quedan inmóviles mostrando en su rostro alguna emoción y los demás tratan de acertar de qué emoción se trata

C
I
E
R
R
E

Se explicará la importancia de aprender a tener una habilidad de nuestro cuerpo y los beneficios que tienen en nuestra vida diaria.

Observaciones:

Evaluación: Observación y apuntar acciones destacadas



Anexo 7



Anexo 8



Anexo 9

sesión 2 Fecha: jueves 24 de Enero de 2019

I
N
I
C
I
O

Caminar con distintas partes del pie soldaditos, quien camina más rápido, más lento, correr rápido, en cámara lenta, que animales puedes imitar, pasos largos, medios de transporte.

Toque de bandera congelado

El grupo se divide en dos equipos de igual número de integrantes, la cancha se divide en dos partes, cada una corresponde al área de defensa de cada equipo, cada equipo tiene una bandera que se coloca en una alguna parte de su área de defensa. El objetivo es tocar la bandera sin ser congelado.

D
E
S
A
R
R
O
L
L
O

APOYANDOTE

DESCRIPCION: con palmadas, de forma individual y en parejas, se desplazan por el patio mientras se escuchan las palmadas; al detenerse éstas, adoptar una actitud con tantos puntos de contacto en el suelo como indique el profesor. Se puede ir impidiendo apoyar las manos, las piernas o cualquier otra parte del cuerpo; también se puede pedir lo contrario, que en los apoyos esté la cabeza, las rodillas, etcétera.

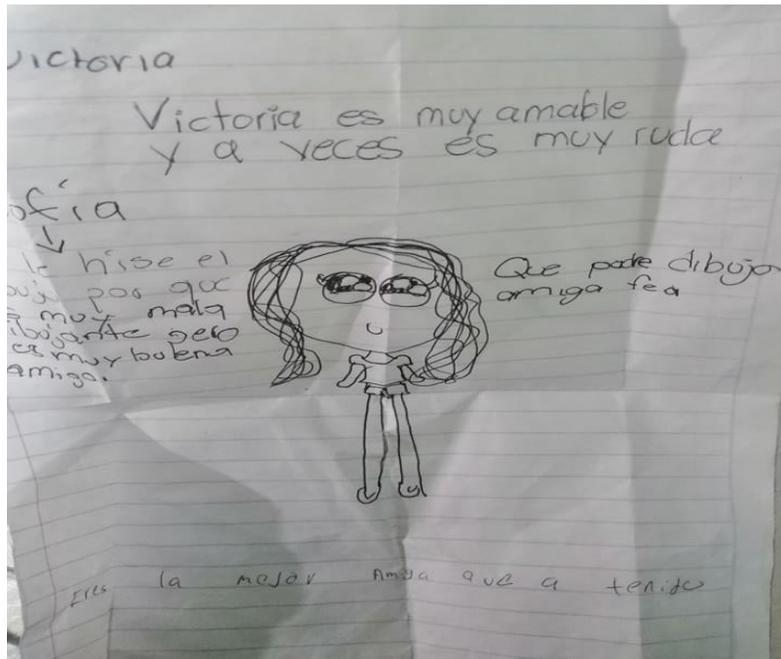
Las gafas positivas.

Cada alumno hace un dibujo de sí mismo y coloca su nombre. El profesor indica que todos se colocarán unas gafas imaginarias con las que ven solamente lo positivo del mundo. Cada dibujo pasará por manos de todos los niños, quienes con sus gafas colocadas escribirán cualidades de sus compañeros, también el docente hace su aportación. La variante de esta dinámica es la colocación de folios en la espalda de cada estudiante y los demás escriben las cualidades, al final en asamblea se comparten las impresiones

C
I
E
R
R
E

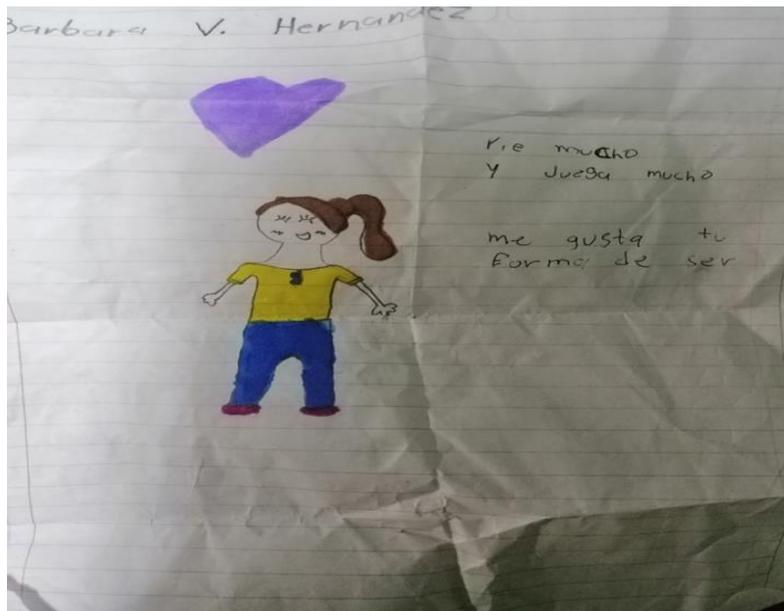
Se realizará una actividad de relajación con los niños sentados y los ojos cerrados y que analicen todos lo bueno que han aprendido en la escuela.

Anexo 10

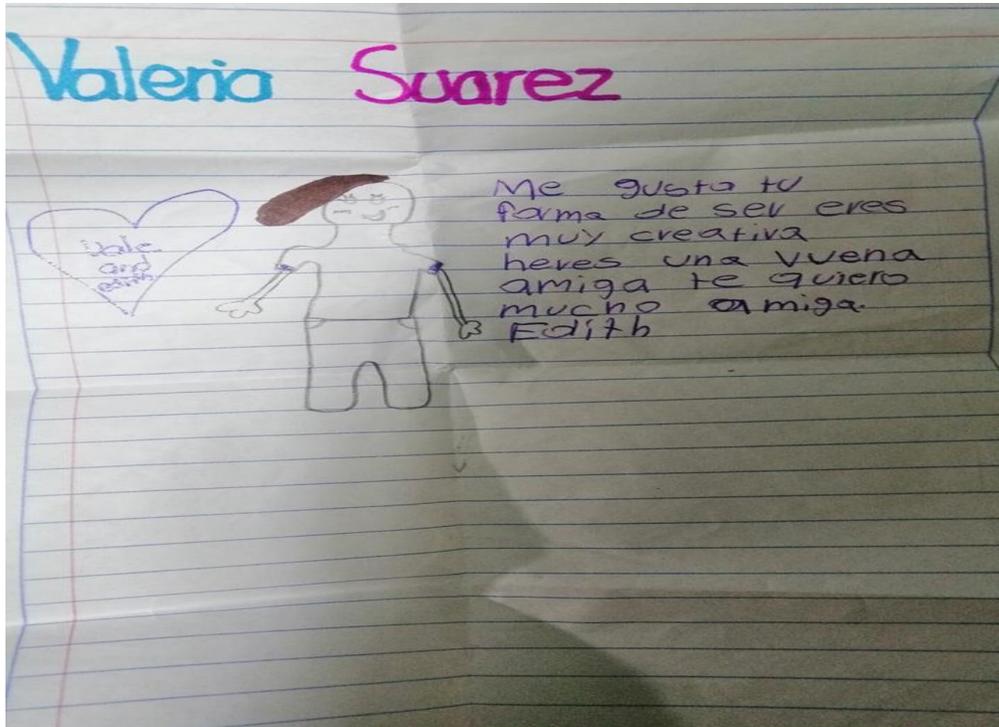


Dibujos realizados por los alumnos

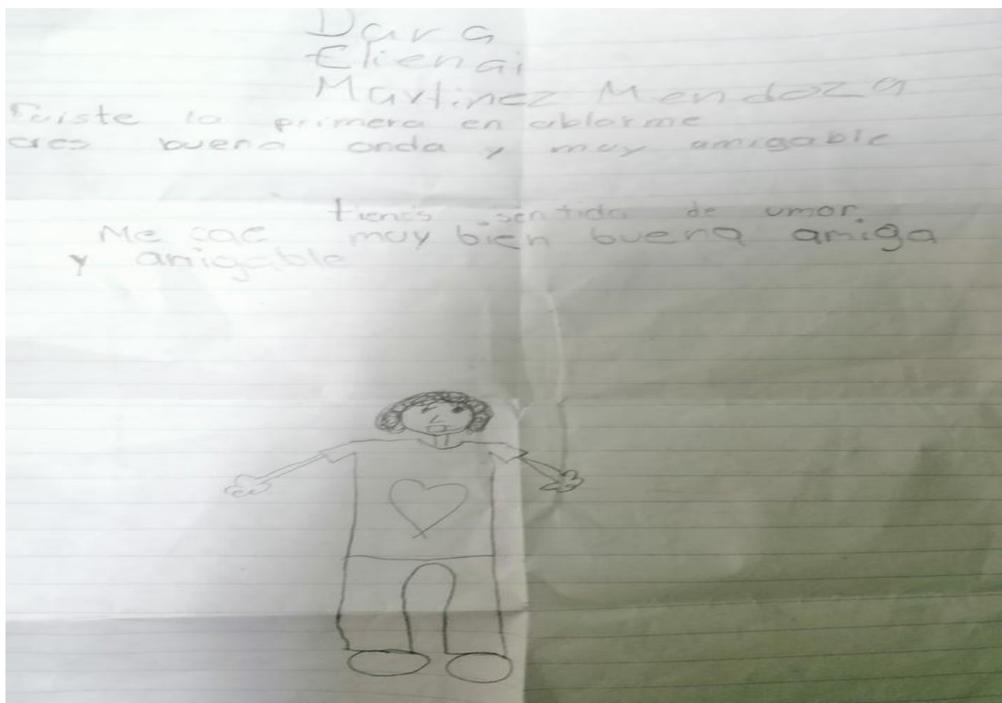
Anexo 11



Anexo 12



Anexo 13



Anexo 15

1 sesión fecha: jueves 21 de febrero de 2019

I
N
I
C
I
O

D
E
S
A
R
R
O
L
L
O

C
I
E
R
R
E

INICIO:

Caminar con distintas partes del pie soldaditos, quien camina más rápido, que animales puedes imitar, desplazarse en 4 puntos de apoyo, saltando en un pie, trotar y a la señal sentarse acostarse, boca abajo, de espaldas etc.

Familia de animales

Se reparten entre los estudiantes papeles con nombres de animales repetidos. Deben recorrer el espacio buscando a los de su mismo grupo, pero lo hacen imitando con la voz y gestos al animal que les tocó hasta que todos estén juntos.

EL detalle cambiado

Dos jugadores miran con atención el atuendo de los demás jugadores, después salen del lugar. Los jugadores observados cambian o no algún detalle de su atuendo. Quienes salieron tratan de adivinar los cambios, gana el que acierte a más.

Juego de las estatuas.

Se requiere hacer sonar música y los estudiantes bailan, cuando pare todos se quedan inmóviles mostrando en su rostro alguna emoción y los demás tratan de acertar de qué emoción se trata.

Arrugar papeles, aplastar bolas, garabatear

Ayudar a canalizar las emociones negativas al mismo tiempo que se favorece el desarrollo de la motricidad fina.

Se hablará sobre la motivación y su importancia en el desempeño en las diferentes actividades que realice en las sesiones de educación física y en el aula.

Observaciones:

Evaluación: anexo 1

Anexo 16

sesión 4 Fecha: jueves 14 de Marzo de 2018

I N I C I O	<p>Se iniciaría con un calentamiento clásico cefalocaudal y se trotara un poco moviendo las extremidades.</p>
D E S A R R O L L O	<p>Juego de la confianza: Con los ojos cerrados deben llegar hasta la pared por parejas. Uno le dirá que pare antes de que se choque. No vale poner manos delante ni andar muy despacito. Gana el que más lejos llegue sin chocarse. Reflexión: ¿Qué habéis sentido? ¿Teníais confianza en el compañero? ¿Qué signos habéis visto de inseguridad? Ejemplo: Andar más despacio, poner caras de miedo, andar raro, poner manos por delante, dudar.</p> <p>Circuito a ciegas: Por parejas y uno con los ojos tapados, uno guía al otro. Hacemos un circuito y ponernos cuerdas por el suelo para que sean de ayuda al que va ciego. Reflexión: ¿Cómo os habéis sentido? ¿Confiabais en el compañero? ¿Por qué si/ no? ¿Cómo mostraba el cuerpo la inseguridad?</p> <p>La respiración: Primero es fundamental saber respirar. Para relajarnos, por ejemplo, cuando estamos enfadados, es fundamental darnos cuenta de cómo estamos respirando. Nos sentamos, cerramos los ojos y vemos como estamos respirando. Notamos como entra y sale durante 30 segundos</p>
C I E R R E	<p>Se realizarán una serie de preguntas acerca de lo que les parece la actividad y que los alumnos comenten que les parecía modificar para mejorar las clases y que sea más de su agrado</p>

Observaciones:

Evaluación: Anexo 1

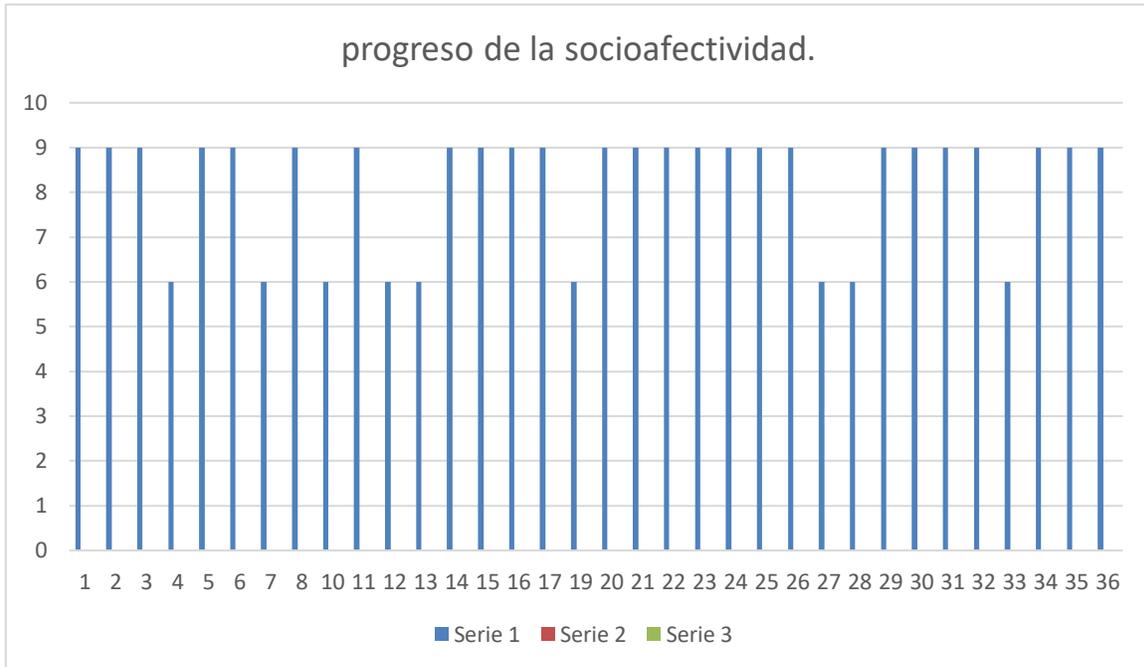
Anexo 18



Anexo 19



Anexo 20



Anexo 21



Anexo 22

Escuela Primaria Justa Ledesma

C. padre de familia
Presente:

Quien suscribe, José Adrián Contreras Balbontín, docente en formación de la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado, por medio de la presente, hago formal petición de permiso, para trasladar a su hijo Joseph Giovanni Rivera Martínez al Parque Tangamanga 1 el día Miércoles 10 de abril de 2019, para realizar una actividad de socialización con los alumnos.

Indicaciones:

Llevar Uniforme deportivo

Llevar lonche suficiente.

Agua en botella o termo

Gorra y bloqueador.

El traslado se realizará en autobús partiendo de la institución a las 8:30 am con un costo de \$20.00 pesos.

El regreso a la institución será a las 12:10 para estar en la institución aproximadamente a las 12:40 y los niños estén listos para la hora de la salida.

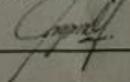
Esperamos su confirmación.

Subdirectora de la institución Lic. Verónica Chavarría Castillo

Maestro de apoyo L.E.F. David Alejandro Aguilar Zermeño
Atte.

D.F. José Adrián Contreras Balbontín

Firma de padre familia



Permiso firmado por padres de familia.

Anexo 23



Salida de la institución

Anexo 24



Visita al área de animales

Anexo 25



Anexo 26



Explicación del trabajo realizado en dicho lugar

Anexo 27



Anexo 28



Anexo 29



Anexo 30



Anexo 31



Anexo 32



Anexo 33



Regreso a la institución