



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

TITULO: Apoyo en la autorregulación y empatía enfocado en el desarrollo personal y social en los alumnos del 2do ciclo de primaria canalizados a USAER

AUTOR: Mildred Herenia Colunga Ramírez

FECHA: 7/15/2021

PALABRAS CLAVE: Autorregulación, Empatía, Desarrollo Personal y social, USAER, Educación primaria

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

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

GENERACIÓN

2017



2021

**“APOYO EN LA AUTORREGULACIÓN Y EMPATÍA ENFOCADO EN EL
DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL EN LOS ALUMNOS DEL 2DO CICLO
DE PRIMARIA CANALIZADOS A USAER”**

ENSAYO PEDAGÓGICO

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA EN EDUCACIÓN
ESPECIAL ÁREA AUDITIVA Y DE LENGUAJE**

PRESENTA

C. MILDRED HERENIA COLUNGA RAMÍREZ

ASESOR

VICTOR HUGO VÁZQUEZ REYNA

SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.

JULIO DEL 2021



**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 COLUNGA RAMIREZ MILDRED HERENIA
autorizo a la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí, (BECENE) la
utilización de la obra Titulada:

**“APOYO EN LA AUTORREGULACIÓN Y EMPATÍA ENFOCADO EN EL
DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL EN LOS ALUMNOS DEL 2DO CICLO
DE PRIMARIA CANALIZADOS A USAER”**

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

en la generación **2017-2021** 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 10 días del mes de JULIO de 2021.

ATENTAMENTE.

Mildred Colunga

COLUNGA RAMÍREZ MILDRED HERENIA

Nombre y Firma

AUTOR DUEÑO DE LOS DERECHOS PATRIMONIALES



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

BECENE-DSA-DT-PO-01-07

OFICIO NÚM: **REVISIÓN 9**

DIRECCIÓN: **Administrativa**

ASUNTO: **Dictamen Aprobatorio.**

San Luis Potosí, S. L. P., 10 de Julio del 2021.

Los que suscriben tienen a bien

DICTAMINAR

que el(la) alumno(a): **COLUNGA RAMIREZ MILDRED HERENIA**
de la Generación: **2017-2021**

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:

“APOYO EN LA AUTORREGULACIÓN Y EMPATÍA ENFOCADO EN EL DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL EN LOS ALUMNOS DEL 2DO. CICLO DE PRIMARIA CANALIZADOS A USAER”

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 **ESPECIAL EN EL ÁREA AUDITIVA Y DE LENGUAJE.**

ATENTAMENTE



DIRECTORA ACADÉMICA

DIRECTOR DE SERVICIOS ADMINISTRATIVOS

MTRA. NAYLA JIMENA TURRUBIARTES CERINO **DR. JESÚS ALBERTO LEYVA ORTIZ**

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

JEFA DEL DEPARTAMENTO DE TITULACIÓN

ASESOR DEL DOCUMENTO RECEPCIONAL

MTRA. MARTHA IBÁÑEZ CRUZ

DR. VICTOR HUGO VAZQUEZ REYNA

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

AGRADECIMIENTOS

*“Un sueño no se hace realidad por arte de magia, necesita sudor, determinación y trabajo duro”
Colin Powell*

A mis padres Juan Martín, y Verónica por siempre apoyarme, no dejarme sola, sacrificar horas de su día en el trabajo para que mis hermanos y yo tengamos una buena educación, salud y un hogar donde crecer; Mil gracias por creer en mí y seguir confiando hasta el último momento, para poder culminar mis estudios, con el apoyo económico que me brindaron y sobre todo el emocional, por quererme tanto. A mis hermanos Israel y Mayumi por esas sonrisas que me sacaron en los momentos más difíciles de mi carrera, estar siempre para mí y alentarme en los momentos que más necesite de ellos.

A mi Mamá Lore, ya que desde pequeña me crió como si fuera su hija, porque siempre me recuerda lo importante que soy para ella, así como me apoya en saber que es y que no mejor para mí, me dice cuando me equivoco sin molestarse y al contrario habla conmigo para ver cómo se puede remediar, pero también me felicitan en mis logros, me escucha y da consejos para mi vida personal y académica, así como me dice que confiando en mí puedo lograr lo que me proponga, le agradezco demasiado porque he vivido tantas cosas a su lado y esos recuerdos tan agradables siempre los llevo en mi corazón.

A mi hermano Saúl, ya que siempre está al pendiente de cualquier cosa que necesito, desde pequeña crecí a su lado y aunque no somos hermanos de papás, si de sangre, le agradezco sus consejos, experiencias, y sobre todo el apoyo, porque sé que siempre podré contar con él y confiarle cualquier cosa; a mis sobrinas y sobrinos, Majo, Marifer, Viko, Tadeo y a los gemelos Alejandro y Rodrigo ya que siempre me sacan sonrisas y hacen mis días más placenteros en su compañía.

Gracias a mis maestras y maestros por guiar mi camino en la educación, así como en mi formación como docente.

Maestra Bibiana Obregón le agradezco porque me aportó muchos de sus conocimientos tanto en lo académico como personal, desde el comienzo hasta el fin de mi estancia en la normal, porque siempre que me encontraba en situaciones difíciles me decía “no estás sola” sin saber que esas palabras significaban mucho para mí, porque sé que cuento con ella; me brindó consejos y me dio clases de vida, me escucho sin juzgarme, me comprendió y me dio su confianza, siendo para mí como una mamá en la escuela, porque sin ser una de sus obligaciones de igual manera se preocupó, estuvo y permaneció incondicionalmente en todo momento.

Maestra y psicóloga Isabel Obregón gracias porque durante 2 años me brindó herramientas para la vida, en las terapias e independiente a ellas, me escucho, me hizo dar cuenta de mis errores, me felicitó en mis logros, me compartió experiencias e hizo darme cuenta de que estaba haciendo mal y así poder cambiarlo, siendo para mí como una tía; Ambas mi familia BECENE ya que con ellas compartí muchas experiencias que siempre llevaré en mi corazón.

Agradezco enormemente a mis compañeras y amigas Cati, Monserrat Juárez, Monserrat Contreras, Hellen, Andrea, Joselin, Isabel, Fernanda y a mi amigo Yeriel por apoyarme incondicionalmente, compartirme sus habilidades para yo poder mejorar las mías; emocionalmente brindarme su apoyo, porque en los momentos más difíciles siempre estuvieron ahí y se quedaron conmigo siendo que yo cometo muchos errores y sin embargo no se alejaron, en cambio me ayudaron a corregirlos y así poder ser mejor amiga, docente, persona y ser humano.

A la banda de guerra porque fue una gran razón y motivo para permanecer y nunca rendirme, esas baquetas y caja siendo un instrumento en conjunto me sirvieron de apoyo cuando necesitaba quitarme el estrés, me hacían sentir alegre, porque cuando lo tocaba me olvidaba de todos mis problemas y sacaba mis sentimientos negativos en ellos, formando en mi un sentimiento de paz y calma.

Finalmente pero no menos importante a mis angelitos del cielo, Mis abuelos Juana Ruiz "Nitos", Porfirio Colunga "Pillos" y Ángel Ramírez; a mi tío Miguel Colunga "Papirringo", a mi tía Juanita Colunga y a mi hermanita Verónica "Veritos" ya que estoy segura que desde el cielo a un lado de dios me siguen apoyando, guiando mi camino para bien y más cuando me quise dar por vencida; sé que ellos siempre están conmigo.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	8
I. TEMA DE ESTUDIO.....	14
1.1. Ubicación en la línea temática	14
1.2. Contextualización del tema de estudio.....	20
1.2.1. Contexto externo (comunidad)	20
1.2.2. Contexto interno (escolar)	22
1.2.3. Unidad de servicio de apoyo a la educación regular (USAER)	27
1.2.4. Contexto áulico.....	31
1.2.5. Contexto socio-familiar	35
1.3. Propósitos de estudio.....	37
1.3.1. Propósito general:	37
1.3.2. Propósitos específicos:.....	38
1.4. Preguntas centrales	38
1.5. Lo que se sabe del tema.....	39
1.5.1. Educación Socioemocional	39
1.5.2. Habilidad social	40
1.5.3. Inteligencia emocional	41
1.5.4. Autorregulación	43
1.5.5. Empatía	46
1.5.6. De la educación especial a la educación inclusiva	49
1.5.7. Coronavirus - COVID-19	53
1.5.8. Trabajo a distancia	55
II. DESARROLLO DEL TEMA	61
2.1. “Las emociones”	63

2.2. “Mi lugar tranquilo”	72
2.3. “Ponle el prejuicio al burro”	77
2.4. “Nuestro castillo virtual” – “los animales también son importantes”	83
2.5. “Taller para padres: autorregulación y empatía”	90
2.6. Análisis de resultados	94
III. CONCLUSIONES	101
IV. REFERENCIAS:	109
ANEXOS	116
Anexo 1. Planeación de la primera actividad (autorregulación)	116
Anexo 2. Planeación segunda actividad (autorregulación)	118
Anexo 3. Diccionario de emociones.....	120
Anexo 4. Percepción de emociones en el cuerpo.....	123
Anexo 5. Dibujo "Mi lugar tranquilo"	126
Anexo 6. Planeación tercer actividad (empatía)	128
Anexo 7. Actividad "ponle el prejuicio al burro".....	130
Anexo 8. Planeación cuarta actividad (empatía).....	134
Anexo 9. Mi Castillo Virtual	136
Anexo 10. Cuadro de la metacognición	137
Anexo 11. Planeación "Taller padres de familia"	138
Anexo 12. Actividad "Taller padres de familia"	140

INTRODUCCIÓN

“La capacidad de expresar los propios sentimientos constituye una habilidad social fundamental”

Daniel Goleman

La educación es uno de los principales derechos de todo ser humano ya que favorecen el desarrollo personal y social, al igual los valores aprendidos en casa los cuales mantienen como función el desarrollo de estrategias, métodos, e instrumentos para crear una enseñanza-aprendizaje, como docente debemos los transmitir todo el sentir mismo y si bien dicho este documento tiene énfasis en el área socioemocional, esta asignatura es trascendental porque se van a aplicar estrategias diversas de autorregulación y empatía a los educandos, por lo tanto se debe considerar retomarlos como maestros.

La Ley General de educación título primero. “Del derecho a la educación” en su artículo 1° dicta que la presente ley garantiza el derecho a la educación reconociendo en el artículo 3° de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos y en los Tratados Internacionales de los que el Estado Mexicano sea parte, cuyo ejercicio es necesario para alcanzar el bienestar de todas las personas. Sus disposiciones son de orden público, interés social y de observancia general en toda la República (LGE, 2019, p.1).

El área socioemocional es fundamental ser desarrollada en la escuela en beneficio de un desarrollo de enseñanza-aprendizaje que favorezca a cada uno de los alumnos, ya que a esto Juan A. Plana Domingo (2014) menciona que los profesores deberían tener una sólida formación en inteligencia emocional ya que lo que es más indispensable es que deberían poseer habilidades sociales y competencias emocionales; El perfil del profesor que se necesita en estos en la

actualidad es más el de saber conducir la clase, el saber extraer lo mejor de cada alumno, que motive y favorezca a una buena interrelación entre todos los escolares. Los conocimientos se pueden encontrar en numerosos lugares pero favorecer determinadas actitudes sólo lo pueden hacer los docentes así.

La autorregulación y la empatía son fundamentales desde la niñez, ya que si como persona se reconoce será capaz de regular emociones, podrá afrontarse a las situaciones que se les presenten en la vida diaria, expresándose de manera adecuada en cada situación o circunstancia en que se encuentre y evitando los problemas en su proceder, de tal modo mencionan Ato, González y Carranza (2004), "la autorregulación se considera que es la capacidad del individuo de modificar su conducta en virtud ante circunstancias específicas", muchos investigadores se han centrado en el período de la infancia debido a que tanto las conductas y el contexto social donde éstas se producen no presentan tanta complejidad como en períodos posteriores; Alvarado (2012) comparte que se debe de reconocer por educadores y educadoras que en un ambiente escolar autoritario podría ser una forma de posibilitar condiciones para el desarrollo de la empatía siendo un motivador al comportamiento pro-social, facilitando así la posibilidad, la adaptación y las relaciones con los iguales.

La intención de este escrito se basó en documentar el trabajo realizado para apoyar al área emocional con el alumnado del segundo ciclo (3° y 4° de primaria) en la lista de atención de la Unidad de Servicios de Apoyo a la Educación Regular (USAER) formando parte del Sistema Educativo Estatal Regular (SEER) colaborando como Maestra de Apoyo, Escuela primaria "Heroínas Mexicanas", los datos obtenidos son a partir del trabajo realizado en las jornadas de práctica docente. Apoyando el documento en la línea temática N°1, la cual refiere a los procesos de Enseñanza y Aprendizaje en los Servicios de Educación Especial.

Uno de los principales motivos de la elección del tema de estudio fue gracias al primer Consejo Técnico Escolar (CTE) al que se tuvo el acercamiento con los maestros de la institución y se escucharon los conflictos y problemáticas a las que

los docentes se estaban enfrentando, tomando parte de esa responsabilidad de dar respuesta y apoyar la disminución del problema, a su vez el poder beneficiar a profesores, padres de familia y considerablemente a los escolares, ya que salió a relucir que esta situación de pandemia en verdad los descontroló en su rutina educativa; de este modo se optó por la problemática de las actitudes de los alumnos ante las video-llamadas, pues en lo personal considero es conveniente siempre mantener las emociones reguladas e ir desarrollando la manera de controlarlas para que el desarrollo en el aprendizaje no salga afectado, considerando también las de los otros y las propias para una mejor comunicación y resultados benéficos en su formación a la vida.

Se conforma por dos apartados el primero es el tema de estudio: “Apoyo en la autorregulación y empatía enfocado en el desarrollo personal y social en los alumnos del 2do ciclo de primaria canalizados a USAER”, donde se hace mención de la línea abordada, en base al escrito “Orientaciones Académicas para la Elaboración del Documento Recepcional” exponiendo el motivo del porque se centra la investigación en esa línea y de por qué se optó por dicho tema de indagación y estudio, haciendo alusión a diversas problemáticas en los educandos, también en se plasman los distintos contextos principales que se encuentran involucrados en la institución, describiendo así la escuela y algunas características de la misma, se contextualiza el lugar donde se laboró como maestra de apoyo para recuperar la información del tema abordado.

Para lo siguiente se dan a conocer los propósitos generales y específicos tomando en cuenta lo que se pretendía lograr ante las necesidades de los alumnos, de igual modo se agregaron las preguntas centrales, ya que los anteriores son imprescindibles para la realización y construcción del documento tomando como punto de partida para el comienzo y fin de este ensayo pedagógico, delimitando el tema a abordar.

Se plasmó en dicho documento “lo que se sabe del tema”, dando a conocer los conceptos que intervienen en el proceso de aplicación de estrategias y actividades en el desarrollo del tema de investigación, así como autores y documentos oficiales que sustentan el plan de intervención aplicado y apoyan el trabajo realizado.

Agregando y contextualizando a lo referente del COVID-19 se sabe que es una enfermedad causada por el nuevo coronavirus conocido como SARS-CoV-2 al conocerse por primera vez y no tener alguna vacuna en contra de ella dio inicio a una Pandemia donde la consecuencia mayor persistió en el ámbito educativo suspendieron las clases presenciales y obligando a maestros, maestras y alumnos a quedarse sin días de clase, a esta situación y al alargar el estado de cuarentena la SEP implementó el programa Aprende en Casa, siendo el inicio de la modalidad virtual en línea para toda la comunidad estudiantil perteneciente al sistema.

El segundo apartado “desarrollo del tema”, se planteó debido a la problemática que persistía en la mayoría de los grupos la cual era la actitud de los alumnos ante las video-llamadas, esta propuesta de intervención se pretendía responder mediante actividades que dieran favorecieran a lo anterior mencionado, a las necesidades de los alumnos, y a su vez a apoyar a los padres de familia en casa en la regulación y empatía de sus hijos, apoyándose del libro plan y programas de estudio – aprendizajes clave de 3° de primaria en el área Educación Socioemocional, de manera de guía en las dimensiones de autorregulación y empatía para la elaboración y aplicación del plan de intervención, modificando a la nueva modalidad.

La aplicación del plan se realizó en el transcurso de la jornada de práctica docente del 1 al 26 de marzo del 2021, intercalando las 4 sesiones con alumnos de 1 hora entre las 4 semanas, llevándose a cabo de manera virtual en línea por la App de “Google Meet”, teniendo como dificultades la conexión, el horario establecido y los imprevistos referente al material, espacio, asistencia y el uso de

la tecnología, la sesión con padres de familia por falta de tiempo y disponibilidad en horarios se realizó a los 28 días del mes de abril del 2021.

Además de la intervención con el alumnado se planteó una sesión con padres de familia, realizándose de manera de “Taller para padres” donde se pretendía introducir al tema de estudio abordado, resolver dudas y compartirles información con respecto al mismo, ya que se reconoce que ellos son indispensables en el desarrollo y desenvolvimiento de cada uno de sus hijos.

Abrir espacios para que los padres comuniquen sus saberes a los niños: lo que hacen en sus trabajos, tradiciones familiares, enseñarles algo práctico como cocinar, manejar determinadas herramientas, implementar juegos de su infancia, etc. Otro importante aporte puede ser el de apoyar las actividades escolares: incentivarlos a que los acompañen en salidas y ayuden en la sala de clases. Persuadirlos de que su presencia y participación provoca un importante impacto en la subjetividad de los niños y predispone a ambos a entregarse a una experiencia de aprendizaje extraordinaria (Jiménez, 2008, p. 8-9)

Se comparten los análisis a partir del ciclo de Smyth (describir, explicar, confrontar, reconstruir), logrando desarrollar la narración de las sesiones de clase sobre el trabajo aplicado, a pesar de que las cosas no salieron diferente a lo ya planeado se obtuvieron resultados favorables, mejorando de sesión en sesión y construyendo nuevos aprendizajes obtenidos de los alumnos y enriqueciendo de esta manera los propios, siendo que se reconoce que aún hay áreas de oportunidad con las que se debe de seguir trabajando para obtener una mejor respuesta, de las cuales son el modo en que se les habla a los escolares dependiendo su nivel educativo en el que se encuentre, la seguridad y confianza en sí mismo, la conformación de documentos oficiales y planeaciones, así como la aplicación y apoyo de diversos instrumentos de evaluación aunque en este ensayo se hizo uso de la lista de cotejo es imprescindible aplicar otros distintos.

En seguida se muestra la evaluación que se implementó en los estudiantes para apreciar los avances de inicio a fin del plan de intervención, esperando haber cumplido con los propósitos planteados y reconociendo las fortalezas y debilidades que se tuvieron en la aplicación, tomándolo en cuenta para mejorar tanto la práctica misma como las estrategias y la forma en que son aplicadas. Llegando así a la parte de las conclusiones generales de todo el Ensayo pedagógico, haciendo alusión de los contratiempos y problemas que se presentaron durante la jornada, algunas de ellas fueron la conexión y recepción del internet para las clases en línea, los distractores en casa de algunos de los alumnos, los horarios, el ruido externo, entre otros.

Finalmente se agregaron las fuentes de consulta donde se rescató la información integrada de autores que respaldan el ensayo pedagógico de manera que se sustente con los mismos, en seguida se encuentran los anexos y evidencias del plan de intervención realizado, incluyendo las planeaciones por sesión y actividad, tomando en cuenta un inicio, desarrollo y cierre de las mismas.

I. TEMA DE ESTUDIO

1.1. Ubicación en la línea temática

Para concluir el último año de formación docente de la Licenciatura en Educación Especial Área Auditiva y de Lenguaje se llevó a cabo la práctica profesional en una institución asignada durante el curso del 7° y 8° semestre, para ello se trabajó una propuesta pedagógica de interés propio, surgiendo de una problemática vista en el centro escolar, realizándose en la Escuela Primaria Oficial “Heroínas Mexicanas”, desempeñado dentro de la Unidad de Servicio de Apoyo a la Educación Regular (USAER) No. 03 como maestra de apoyo.

Se trabajó por ciclos, ya que siendo 3 practicantes de la misma licenciatura la maestra tutora de la USAER dividió a sus alumnos de la siguiente manera, siendo primer ciclo 1° y 2° año; segundo ciclo 3° y 4° año; tercer ciclo 5° y 6° año, tomando en cuenta que la SEP (2007) realiza la dosificación de los aprendizajes esperados por niveles educativos siendo que cada uno se dividen en lo antes mencionado; de modo que con quien se trabajó fue con el 2do ciclo grupalmente en sesiones de 1 hora mediante la modalidad en línea, teniendo alumnos integrados a la lista de atención y otros tantos a la de seguimiento, sin embargo con alumno I.2 no se trabajó ya que la posibilidad de conectividad en el horario establecido para la intervención le fue imposible.

Alumno	Grado y Grupo	Diagnóstico	Atención / Seguimiento
E.1	3° "A"	Trastorno de aprendizaje	Atención
I.2	3° "C"	Trastorno en lectoescritura	Atención
A.3	4° "A"	Problemas en articulación	Atención
O.4	4° "A"	PENDIENTE	Atención
A.5	4° "B"	Problemas de aprendizaje y comunicación	Atención
C.6	4° "B"	Problemas de aprendizaje y comunicación	Seguimiento
D.7	4° "B"		Seguimiento

Tabla 1. Alumnos con los que se van a implementar las actividades y estrategias para dar respuesta al tema de estudio. Fuente de creación propia.

Al ingresar a la institución y a las juntas de Consejo Técnico Escolar (CTE) comandadas por el director del plantel en conjunto con la Asesora Técnico Pedagógica (ATP), se mencionaron algunos casos y puntos principales que afectan a la educación de los alumnos, se inició la práctica docente mediante la modalidad virtual, en línea y a distancia a causa de la "Pandemia del COVID-19", aclarado esto las cuestiones que se retomaron fueron:

1. Ausencia de alumnos en las clases en línea.
2. La falta de apoyo para el aprendizaje en línea.
3. Actitudes de los alumnos ante las video-llamadas.
4. Falta de recursos de conectividad.

A los factores que se dieron a conocer en el CTE se retomó el punto 3, "actitudes de los alumnos ante las video-llamadas", trabajando la parte personal y social de los educandos implementando estrategias pedagógicas para favorecer dos de las dimensiones socioemocionales, "autorregulación" y "empatía" ya que se denota que aparte de la necesidad que se tiene de que el alumno se regule en sus

actitudes para poder dar avance y mejorar en su educación y en las conductas que toma así como en su forma de expresión, equilibrando y siendo consciente de que pueden tener algún impacto en otro sujeto y en él mismo, de igual manera el que sean empáticos es indispensable, ya que es una de las principales dimensiones socioemocionales y al ser un elemento central del desarrollo afectivo y ético de las personas, los alumnos deben reconocer el valor propio y de los demás, no solo con su familia, maestros y compañeros sino con todo el que los rodea, ya que tomando en cuenta la situación que ahora se está viviendo es difícil para todos y es imprescindible que comprendan que la empatía es fundamental ya que gracias a ella se les brinda una atención y respeto mutuo y finalmente les producirá un sentimiento de bienestar, con quienes los apoyan.

A todo esto antes se enfocaba en el aprendizaje del alumno con las materias de siempre, matemáticas, español, historia, formación cívica y ética, entre otros aspectos, claro son más que importantes pero también el área socioemocional, ya que este se ve afectado de diferente manera tanto en la casa como en la escuela, siendo que al educar referente a esta apoya a que los alumnos den respuestas favorables a su desempeño escolar, en su familia y en la vida en sociedad, brindándoles herramientas para su futuro y formándolos como buenos ciudadanos.

Según Goleman (cit. Por Campillo s.f.) la educación en emociones o emocional es, quizá, una de las más importantes tareas pendientes en nuestra sociedad, ya que se refiere a los elevados costes del analfabetismo emocional (crímenes, violencia, arrestos, uso de armas de fuego, suicidios, inseguridad ciudadana, depresión, ansiedad, estrés, desórdenes de la alimentación, abuso de drogas y alcohol). Todo ello implica estrategias de prevención y alfabetización emocional necesarias a través del sistema educativo (p. 4).

Al inicio de la jornada de prácticas, se conoció y trabajó por primer ocasión con los alumnos canalizados al USAER de la institución, permitiendo la observación donde varios de los educandos del segundo ciclo de primaria, en las clases en

línea realizaron su trabajo en silencio y cuando hubo cuestionamientos o intervención para ellos respondían con un “sí”, “no”, “no sé” o simplemente se quedan callados, unos cambiando el tema del que se hablaba ya que al no comprender de lo que se trataba evitaba las preguntas o ya no querían seguir con la actividad captando esto al momento en que comenzaban a preguntar ¿cuánto falta?, ¿ya solo es eso?, ¿ya es lo último?, aunque no de todos se recibió esta contestación, de igual forma era considerable que regular su conducta emocional, ya que se adelantaban en las actividades que se les solicitaba, no esperando indicaciones al instante que empiezan a realizar la tarea solicitada, por su parte, otros tantos se distraen fácilmente y después de eso ya no saben sobre lo que se estaba dialogando durante la sesión, teniendo que regresar a la explicación inicial. Por ello recordando que las dimensiones a intervenir fueron la autorregulación y la empatía se pretendía que existiera un equilibrio para que ambas partes lograran su objetivo, el docente poder lograr que el escolar se expresara adecuadamente, con seguridad y control en sí mismo en cuanto a sus emociones ya sean positivas o negativas, moderada y flexible, sabiendo manejar cada una de ellas debidamente y controlarlas al dejar de ser necesarias y saber cómo afrontar las situaciones que se le llegue a presentar; considerando la capacidad de reconocer y sentir, de modo que sintonice con los sentimientos o preocupaciones de los ajenos, evitando que se cierre en su mundo y al contrario que se logre manifestar a los demás respetando diferencias, en clase y en casa, ya que muchas veces los maestros conocen más a los alumnos que sus propios padres y, en sociedad para que puedan comunicarse e identificar la manera de expresarse tanto con sus iguales así como con sus mayores, tomando en cuenta que para dar una respuesta positiva al aprendizaje de los escolares es primordial involucrarse en lo social y emocional, claro, puede llevar al niño o niña a un sentimiento de preocupación y tristeza a la necesidad de otro individuo pero, también de alegría y entusiasmo por lo que sienten los semejantes, a esto es orientado al autorregularse y el ser empáticos.

A todo lo anterior y tomando en cuenta que en estos tiempos de pandemia causados por el COVID-19 hay diversas actitudes tomadas por parte de los alumnos, padres de familia y docentes, las problemáticas planteadas en el CTE, la forma que se trabaja actualmente y en principal las necesidades de la educación actual y humanista, se buscó una cuestión que pudiera ser de utilidad para dar un avance en cuanto al aspecto personal y social dando respuesta a un dominio de emociones en los sujetos, ya que una vez autorreguladas las mismas y reconociéndose en él y en los otros podrá expresarse de manera inteligente y comprender a los demás y propiamente en cada situación que se le presente como debe de ser, sin que la emoción se apropie del educando, sino él de ellas, por ello el tema con el que se trabajó es: *“Apoyo en la autorregulación y empatía enfocado en el desarrollo personal y social en los alumnos del 2do ciclo de primaria canalizados a USAER”*.

Fue indispensable para el tema de estudio tomar en cuenta una línea temática ya que será una guía para saber hacia dónde se enfocará el mismo, el libro de “Orientaciones Académicas para la Elaboración del Documento Recepcional” (SEP, 2004) contiene tres líneas temáticas, las cuáles son las siguientes:

- 1. Procesos de Enseñanza y Aprendizaje en los Servicios de Educación Especial.**
- 2. Dinámica Escolar y Actores de la Educación Especial.**
- 3. Educación Especial y Gestión Escolar.**

El documento irá enfocado hacia la línea temática número uno “Procesos de Enseñanza y Aprendizaje en los Servicios de Educación Especial” ya que se pretendió propiciar el desarrollo personal y social en los educandos, de modo que le permitan utilizar el uso de estrategias que favorecía la regulación de emociones y la parte empática del estudiante. De inicio se observaron las conductas de los alumnos y la manera de expresión y el modo en que ejecutan cada una de sus actividades, para así identificar la manera y la técnica con la que el maestro se comunicaría con el grupo, tomando en cuenta que no todos tienen las mismas

necesidades ni los mismos procesos para aprender; a pesar de que se trabajó lo mismo con varios de ellos, no se aplicaban igual los procedimientos, por ello fue necesario poner en juego las habilidades que se han obtenido a lo largo de la formación docente, introduciéndose al currículo de educación básica que aún y ya teniendo la planeación y materiales para la hora de aplicación en ocasiones hay que realizar nuevamente ajustes pues existía la probabilidad de que esta no fuera funcional.

El documento recepcional que se desarrolle en esta línea demanda que el estudiante ponga en juego sus habilidades para la observación; para relacionarse de manera directa en el diseño, desarrollo y evaluación, así como el uso de medios y materiales didácticos para las adecuaciones curriculares a que haya lugar para acceder al currículo de educación básica por parte de los niños y los adolescentes que asisten a los servicios de educación especial... Las acciones que se realicen en torno al análisis de la experiencia se basarán principalmente en las observaciones del trabajo docente cotidiano y en el registro sistemático que se vaya desarrollando para la correspondiente reflexión acerca de los estilos y ritmos de aprendizaje que tienen los alumnos que presentan necesidades educativas especiales, con o sin discapacidad, ayudándole a encontrar explicaciones acerca de la creación de estrategias innovadoras para solucionar los problemas que en torno a las formas de enseñar y al aprendizaje se enfrentan (SEP, 2004, pp.15-16).

A lo anterior y como ya se hizo mención se implementaron los conocimientos, habilidades y competencias adquiridas a lo largo de la educación formativa, orientando a los alumnos hacia su autorregulación y empatía, no solo obteniendo respuesta hacia el educador, sino también para los educandos, dejándoles enseñanzas y aprendizajes significativos en cada uno de los niños y niñas con los que se desempeñó la práctica profesional docente, tomando en cuenta siempre la dificultad que conlleva el tener una condición difícil para la aplicación de la misma, pues esto tendrá un grado de complejidad alto al trabajarse mediante la modalidad

en línea, en espera de que los resultados sean lo esperado o mejor que eso, valorando el espacio y tiempo brindado tanto de los maestros como de la maestra tutora de la institución, padres y/o tutores de los individuos y finalmente pero no menos significativo por parte de los escolares para la realización de las actividades propuestas.

1.2. Contextualización del tema de estudio

El contexto es inseparable de contribuciones activas de los individuos, sus compañeros sociales, las tradiciones sociales y los materiales que se manejan. Desde este punto de vista, los contextos no han de entenderse como algo definitivamente dado, sino que se construyen dinámicamente, mutuamente, con la actividad de los participantes (Bedmar, 2009, p. 1).

1.2.1. Contexto externo (comunidad)

Enseguida se dará a conocer el contexto de la institución en la que se desempeñó la práctica profesional docente, ya que esto es fundamental a la hora de comenzar a intervenir con la enseñanza-aprendizaje de cada alumno, tomando en cuenta las diferentes costumbres que se tienen en el entorno para así saber de qué manera implementar las estrategias necesarias dando respuesta al objetivo específico referido a la autorregulación y empatía.

La escuela Primaria oficial “Heroínas Mexicanas” con clave del centro de trabajo 24EPR00057G y código postal 78040, adscrita al Sistema Educativo Estatal Regular (SEER), se encuentra ubicada en una de las principales av. de San Luis Potosí, Av. Damián Carmona N. #1255 entre las calles Altamirano y Aquiles Serdán; en la comunidad cuentan con diferentes asistencias públicas:

agua potable, luz eléctrica, internet, teléfono, gas, servicios de sanidad o salud pública y transporte público siendo las rutas siguientes, pasando enfrente de la institución o a sus alrededores: la ruta 3 (Soledad/San Felipe), ruta 7 (Av. Vallejo), ruta 8 (Av. Constitución o Col. Saucito), ruta 9 (Morales), ruta 15 (Valentín Amador), ruta 17 (Independencia), ruta 18 (Col. Estadio), ruta 19 (Arbolitos/Balcones), ruta 21 (Jacarandas y Av. Juárez), ruta 22 (Retornos), y ruta 40 (Av. Damián Carmona), como ya antes se mencionó algunas de estas rutas transportan frente el edificio educativo, y otras a unas cuantas cuadras del sitio escolar.

En la cercanía de la primaria hay diversa variedad de lugares mercantiles, desde comercios no formales hasta tiendas comerciales como la farmacia Guadalajara que está a un costado de la institución (orilla izquierda), farmacia Similares, papelerías (principalmente la de su lado derecho, siendo a su vez tienda de abarrotes), mini súper, Soriana (tienda de autoservicio), Coppel (tienda departamental), puestos ambulantes de comida, entre otros. También cuenta con áreas culturales en la comunidad, cerca de la escuela hay dos de los siete templos principales del centro histórico la “Iglesia de Santiago” y la “Iglesia de Tlaxcala” así mismo cada una con sus respectivos jardines.

Cabe destacar que la institución está ubicada en una zona muy concurrida ya que es una de las avenidas principales del centro histórico y hay otras instituciones educativas, entre las que se encuentra el Instituto Pedagógico “San Rafael”, la Escuela Primaria “Revolución Mexicana”, el colegio “Miguel Hidalgo”, y el Instituto Cultural “Grecolatino”, en sus calles aledañas podemos encontrar la Preparatoria “Francisco Martínez de la Vega” y la secundaria “Heroínas Mexicanas” siendo estas dos últimas parte de la misma instalación, pero una en turno matutino y la otra en horario vespertino respectivamente.

Toda sociedad origina y transmite una educación, pero cada sociedad, o mejor cada entorno, en los que la escuela puede estar inserta son muy diversos rurales, urbanos, residenciales, etc., así son varios los factores que

pueden incidir en el contexto escolar clases sociales, marginación, inmigración, etc. La escuela tiene que dar respuesta a esas situaciones y factores partiendo del análisis de los mismos e implicando a los 4 diversos sectores que configuran la comunidad educativa maestros, alumnos, padres en la relación de un proyecto común (Bedmar, 2009, pp. 3-4).

Una de las características principales del entorno es que en cuanto lo socioeconómico son de bajos recursos, encontrando zonas de riesgo para la sociedad escolar ya que hay constantes asaltos desde a jóvenes estudiantes hasta a adultos mayores, siendo consecuencia de puntos cercanos de venta de drogas. A pesar de las situaciones anteriores la relación que se tiene en la primaria y el contexto externo es favorable, ya que se ofrece la ayuda en diversas circunstancias entre escuela-comunidad y viceversa, la imagen que da la institución a la población es buena, como anteriormente se dijo se brinda el apoyo.

1.2.2. Contexto interno (escolar)

La escuela primaria “Heroínas Mexicanas” se desconoce el lugar en el cuál fue fundada, pero conforme pasó el tiempo se dio la oportunidad de ejecutar la construcción de la misma donde actualmente se encuentra. La institución de un inicio propició una nueva cultura hacia la mujer, sin embargo más adelante el símbolo de la ya mencionada se modificó a una hormiga roja, que hasta el día de hoy sigue presente, esto porque se quiere propiciar una comunidad estudiantil colaboradora.

Adam et al. (cit. Por Morilla, 2018) entienden la escuela como “un medio social indicado para trabajar las habilidades sociales necesarias para ejercer una ciudadanía democrática activa y responsable” (p. 20).

La escuela es muy vistosa cuya fachada es color rojo con el logo de la hormiga pintada en grande, la infraestructura actualmente se encuentra en remodelación, cuenta con áreas recreativas como canchas de básquetbol, adecuaciones de acceso (rampas y pasamanos), así mismo las zonas de riesgo son las escaleras ya que la instalación tiene un primer piso, biblioteca, sala de centro de cómputo, gimnasio (gradas, canastas para jugar básquet, en buenas condiciones), USAER (adecuado y apropiado), dirección y subdirección. No se conocen los presupuestos que posee dicha institución, pero si se recibe un apoyo externo independiente a las cuotas de padres de familia.

Se tienen recursos didácticos como el pizarrón, cañón, libros, plumones, borrador y material que es para las clases de educación física, en ocasiones y cuando se requiere alguna herramienta o instrumento extra este es elaborado por los mismos alumnos y por el maestro.

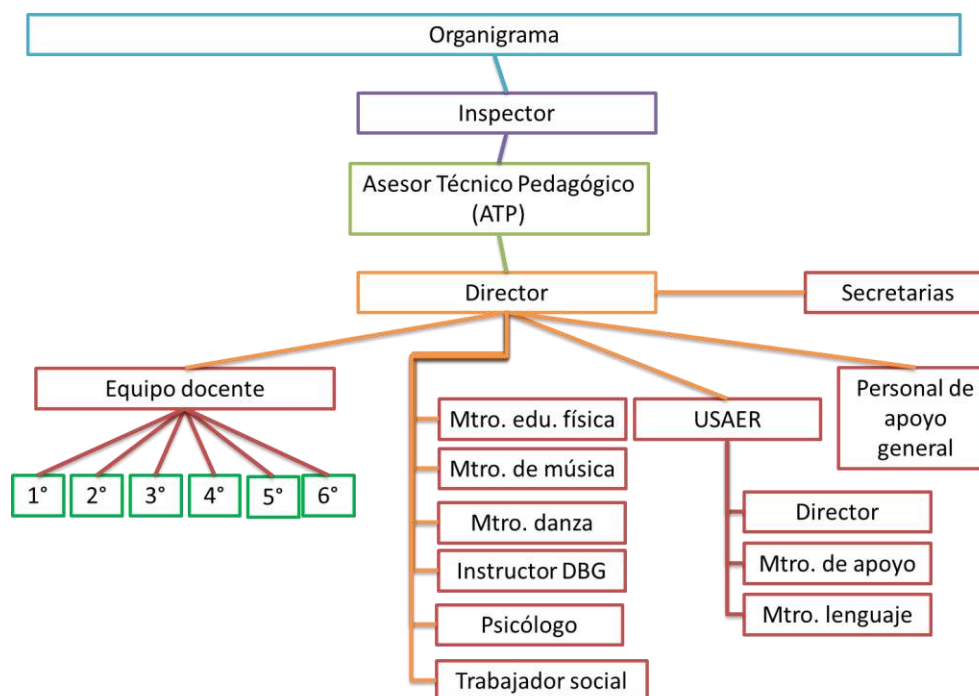
El compromiso que se tiene con la institución es demasiado ya que el director lo da a conocer mediante las juntas con maestros y ellos con padres de familia se tienen muchas cosas a las cuales favorecer, primeramente pensando en que es para beneficiar el aprendizaje de los educandos y sobre todo su estancia en la escuela de 6 años. Por lo tanto en cuestión de materiales y recursos, siempre se busca obtener para sus alumnos lo que diversas asociaciones brindan, ya sea con apoyo de libros o herramientas de estudio, sabiendo así que también la ayuda es recibida por los padres de familia al inicio del ciclo escolar con las cuotas y son consideradas para situaciones no contempladas y más porque están conscientes de que no todas las familias de los estudiantes gozan de una buena economía como para dar su soporte monetario en cada momento.

Las dinámicas de rutina en el centro escolar son iniciando la semana, los lunes con los honores a la bandera, los anfitriones son un grupo distinto siendo organizados por el maestro de clase correspondiente, actividades deportivas aplicadas por el profesor de educación física, computación y música cada una presentada por el docente idóneo. Además de clases en el aula, actos cívicos y

receso en el cuál el horario es de 11:00 a.m. - 11:30 a.m., actividades más lejanas tal es el caso de las kermés a causa de fechas importantes tanto para la institución como para el contexto en que se encuentra la escuela y convivios al término del año.

Se tiene un proyecto escolar que involucra a todo el personal que labora en ella y principalmente a los alumnos, este se trata de la separación de plásticos y recopilación de tapas para apoyar a las personas con cáncer.

La primaria oficial “Heroínas Mexicanas”, es dirigida por un director con una gran trayectoria al mandato de la escuela. El horario de trabajo para el alumnado es de 8:00 a.m. - 1:00 p.m. estrictamente para alumnos. Es una institución de organización completa contando con los grados de 1° “A”, “B” y “C” y de 2° - 6° solo “A” y “B”; el organigrama de la escuela es el siguiente:



Organigrama 1. Organización del personal del centro escolar. Fuente de creación propia.

La preparación de sus docentes es a partir de licenciatura, pero en su mayoría tienen el grado académico maestría. Para maestros se tiene un horario de 7:30 a.m. – 1:30 p.m., la asistencia por lo general es constante, el clima de trabajo entre educadores en ocasiones es algo tenso por diferentes opiniones y contrariedades que llegan a darse, sin embargo, logran organizarse para beneficio del centro escolar y de los alumnos.

El trabajo en equipo potencia, pero necesita operar bajo ciertas condiciones... Para lograrlo, será necesario un estilo de gestión y un liderazgo que tenga confianza en su equipo, que demuestre altas expectativas hacia sus docentes y alumnos, que incentive la capacitación de los miembros y favorezca el crecimiento profesional de cada uno dentro de la institución (Hacer Escuela, 2018, p. 2-3).

Se da una sana y buena comunicación con el director, maestros y personal de apoyo general, ofreciendo asesoramiento en el momento en que se requiera entre ellos, logrando resolver así las distintas problemáticas que se llegan a presentar o para favorecimiento de la escuela; el clima de trabajo de igual manera es sano y de calidad, ya que los docentes y dirección se aportan conocimiento conjunto, de este modo se logra llegar a acuerdos, teniendo siempre presente la disposición para solucionar cualquier duda; a través de los educadores de clase se comparten ideas para tratar de ir trabajando a la par en diversos temas y más por la situación actual que se está viviendo, la pandemia del COVID-19. Por lo tanto las tutorías y/o asesoramientos de cabeza a educador o ya sea por medio de profesores son brindados a distancia y de forma virtual mediante redes sociales como lo es WhatsApp, en los grupos por grado o ya sea en casos específicos por mensaje privado, la institución cuenta con perfil en la red social de Facebook con el que se comparte información común a todo el que lo involucra, también para los consejos técnicos se hace uso de la aplicación de video-llamada “Google Meet” donde colabora cada uno de los catedráticos, encabezado por el directivo y subdirección, estos se dan de acuerdo al calendario otorgado por la Secretaría de Educación Pública.

Entre maestros de grados se comparten ideas para tratar de ir trabajando a la par en diversos temas y más por la situación actual que estamos viviendo. Los asesoramientos se brindan en diversas formas:

- Entre maestros (individual)
- Entre maestros (juntas)
- Padres y/o tutores en juntas
- Padres y/o tutores en individual
- Alumnos (grupala)
- Alumnos (individual)
- Asesoramiento de la USAER

La comunicación de los docentes con el equipo paradocente de la “USAER” es constante, aunque también hay maestros que aun teniendo estudiantes que posiblemente podrían requerir del personal de apoyo, no dejan que este intervenga con sus alumnos y es una cuestión respetable, pero de igual forma se siguen incluyendo de manera opcional y tomando en cuenta para actividades que brinde el servicio porque lo principal de todo es buscar lo mejor para los educandos y así poder favorecer sus aprendizajes y habilidades de cada uno de ellos.

El equipo de USAER, está constituido por:

- Director de USAER: quien es el encargado de coordinar las acciones para la atención del alumnado y la orientación del personal de la escuela, así como a los padres de familia.
- Maestra de apoyo - maestra de comunicación y lenguaje: identifican la problemática de manera que proponen las acciones a realizar con el alumno, así como se involucran en la participación del CTE y de su Unidad, finalizando con la entrega de informes de evaluaciones psicopedagógicas y propuesta curricular adaptada para revisión y visto bueno al director de USAER.

- Psicólogo: Identifica las problemáticas de la institución referente a su área, proponiendo acciones para eliminar las barreras; participa en CTE en reuniones de la escuela y de la USAER; entrega informes de planeación, y evaluación psicopedagógica al director para su revisión y visto bueno, en conjunto con el maestro de apoyo y maestra de comunicación y lenguaje.
- Trabajador social: identifica problemáticas en la escuela referentes a su área proponiendo acciones para la eliminación de estas, participa en CTE y de la Unidad, entrega los informes de planeación, de evaluación psicopedagógica y propuesta curricular adaptada al director para su revisión y visto bueno en conjunto con todo el equipo interdisciplinario.

1.2.3. Unidad de servicio de apoyo a la educación regular (USAER)

La escuela primaria “Heroínas Mexicanas” como bien se mencionaba cuenta con el apoyo de la USAER 03, la cual constituye a los servicios de educación especial que son los encargados de apoyar el proceso de integración e inclusión educativa de alumnas y alumnos que presentan necesidades educativas especiales.

La USAER es la instancia técnico operativa de Educación Especial ubicada en espacios físicos de educación regular, que proporciona apoyos técnicos, metodológicos y conceptuales en escuelas de educación básica mediante el trabajo de un colectivo interdisciplinario de profesionales. Dichos apoyos están orientados al desarrollo de escuelas y aulas inclusivas mediante el énfasis en la disminución o eliminación de las barreras para el aprendizaje y la participación que se generan en los contextos (SEP, 2011, p.15).

Con respecto a los docentes que laboran en el USAER su preparación es de licenciatura y maestría, quienes lo integran son: director de USAER, maestra de apoyo, de comunicación, psicólogo y trabajador social. Todos trabajan en conjunto

para favorecer y ayudar a los educandos con alguna Necesidad Educativa Especial, actualmente se tienen los casos de problemas de lenguaje y dificultades severas de aprendizaje, se retoman las características que presenta cada uno de los alumnos integrados a la unidad, partiendo de ahí e iniciando su trabajo y apoyando en su regularizando para su enseñanza-aprendizaje, el compromiso es total no solo con los que se atiende en la USAER, si no en general a la comunidad estudiantil, ya que cuya labor es la inclusión escolar sin importar ninguna condición, barrera, problema o discapacidad, donde ninguno de los individuos se sienta y vea excluido por parte del equipo docente, familia, compañeros de clase y contexto externo, el itinerario que se tiene es de igual manera de 8:00 a.m. - 1:00 p.m., y por alumno la intervención es de 1 hora, dependiendo la cantidad de niños y niñas canalizados al área; ahora se cuenta con 23 escolares, algunos de ellos con “Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), Problemas de Lenguaje y Déficit de Atención (DA) con un promedio de edades de 8 y 9 años, retomando lo que se dijo antes los sujetos están divididos en dos listas en la de atención y la de seguimiento. Al llegar la pandemia a México y por ende a nuestro estado y municipio como anteriormente se mencionó se brinda el servicio desde casa mediante video-llamadas apoyándose en la aplicación de Google “Meet” en sesiones de 40 min. - 60 min. con un horario de 9:00 a.m. - 2:00 p.m. teniendo un cronograma distribuido entre los estudiantes de 1° a 6° de lunes a viernes.

Con respecto a los alumnos con que se realizó la intervención fue en un horario del día lunes a la 1:00 p.m., miércoles cada quince días a las 11 a.m., jueves a las 12 p.m., viernes a las 10 a.m., en esta misma jornada a las 12 p.m. terminando así con la semana de trabajo. En la mayoría de los estudiantes se tiene una asistencia continua, en el caso de C.6 se modificó su intromisión ya que a su mamá se le facilitaba conectarlo a la 1:00 p.m. y ya no a las 9:00 a.m. como antes se tenía la conectividad, recordando que con todos se trabajan sesiones de máximo de una hora semanal.

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:00			2° B Alumno "X"		
10:00	2° A Alumno "X"	2° A Alumno "X"		1° A Alumno "X"	3° C Alumno "I.2"
11:00	2° A Alumno "X"	1° B Alumno "X"	4° A Alumno "A.3" y "O.4"	5° A Alumno "Y"	6° A Alumno "Y"
12:00	5° C Alumno "Y"	5° B Alumno "Y"	2°B Alumno "X"	3° A Alumno "E.1"	4° B Alumno "A.5" y "D.7"
13:00	5° A Alumno "Y"	4° B Alumno "C.6"	2° B Alumno "X"		2° B Alumno "X"
14:00	5° B Alumno "Y"				2° A Alumno "X"

Tabla 2. Cronograma de trabajo de alumnos canalizados a USAER durante la semana de jornada de prácticas. Fuente de creación maestra tutora de USAER.

Color morado, alumnos de trabajo semanal. Color azul, alumnos trabajo quincenal.

En **negritas**, alumnos con quienes se llevó a cabo el ensayo pedagógico, Alumno "X" o "Y" son alumnos de las otras compañeras de práctica.




Los horarios que no están asignados son para algunas otras intervenciones o para asignar horarios en caso de ser necesario.

Al cronograma anterior se le realizaron modificaciones durante el ciclo escolar, terminando de la siguiente manera:

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:00	Ajustes curriculares Asesoría u Orientación a padres	3° C Alumno "I.2"	1° C Alumno "X"	5° B-C Alumnos "Y"	2° A Alumno "X"
10:00		2° A Alumno "X"	2° A-B Alumnos "X"	1° A / 2° A Alumnos "X"	2° A Alumnos "X"
11:00		1° B Alumno "X"	4° A Alumno "A.3" y "O.4"	5° A Alumno "Y"	6° A Alumno "Y"
12:00		5° A-B Alumnos "Y"	2° B Alumnos "X"	3° A Alumno "E.1"	4° B Alumno "A.5" y "D.7"
13:00		4° B Alumno "C.6"	6° A Alumno "Y"	1° A-C / 2° B Alumnos "X"	2° B / 3° A Alumnos "X"

Tabla 3. Modificación del cronograma de trabajo de alumnos canalizados a USAER durante la semana de jornada de prácticas. Fuente de creación maestra tutora de USAER.

Es un trabajo colaborativo por parte del personal docente que lo conforma, pues brindan y aportan a las mejoras de la enseñanza - aprendizaje para los alumnos; al trabajar en conjunto con todo el par docente se tiene que mantener una comunicación entre ellos, y de esta manera saber que avance se obtiene con cada uno y así permitir realizar las adecuaciones pertinentes. A partir de los resultados obtenidos en el transcurso de la intervención, dando de este modo asesoramientos de la siguiente manera:

-  Entre maestros (juntas e individual)
-  Padres y/o tutores (individual)
-  Alumnos grupal e individual

Al buscar la inclusión dentro de la escuela y darse una comunicación factible, la USAER implementó actividades en conjunto con los docentes encargados de cada grupo en los salones de clases con una duración estimada de 1 hora para poder trabajar la actividad que planeó el docente titular para todo el salón, apoyando así en tiempo real el aprendizaje durante esas sesiones, pero sin dejar de lado la observación hacia los alumnos que son atendidos en el servicio de apoyo.

En cuanto al espacio donde se intervienen las sesiones con los alumnos integrados al USAER es un área adecuada a cada uno de ellos, de acuerdo a los estudiantes que son atendidos por día y por maestro de apoyo. Con respecto a los materiales y recursos didácticos que se tienen en el sitio es un lugar de almacenamiento de los instrumentos de estudio, teniendo también paredes decoradas con material dependiendo la fecha en que se encuentren o ya sea con papel para retroalimentación y soporte en las clases con los educandos.

1.2.4. Contexto áulico

Las aulas son un lugar fundamental de los centros escolares, pues es donde se desenvuelven los estudiantes en su día a día en cuanto a la educación y en el cual los maestros de grupo les brindan las herramientas necesarias para fortalecer sus habilidades y conocimientos mediante el proceso de enseñanza-aprendizaje. El aula de trabajo se divide en dos áreas, de manera que la primera es el espacio para la labor del docente y la segunda es el área en que los niños y niñas trabajarán durante las jornadas de clase, siendo una parte amplia para su comodidad en su estancia y así obtener mejor respuesta de ellos. Es imprescindible que los elementos de ubicación tanto para alumnos y docentes permitan una comunicación espontánea y factible.

La primaria cuenta con aulas de trabajo de espacios grandes, pero al ser una gran cantidad de alumnos por la demanda que se tiene, actualmente el número total de los estudiantes es de 511; por ello los pasillos entre las filas de mesabancos son algo estrechos, el acomodo de ellos es direccionado hacia el área de exposición del docente siendo “estilo auditorio”, fortaleciendo el contacto a través de todos los integrantes del aula. En cuanto a las adecuaciones áulicas no son necesarias ya que no se tienen escolares con alguna discapacidad. Haciendo referencia a lo anterior es sustancial saber y tomar en cuenta:

La forma y distribución de los lugares de los alumnos potencian y al mismo tiempo limitan el rango de posibilidades de interacción entre ellos. La distribución de las bancas por filas y orientadas hacia el pizarrón dificulta sus contactos visuales. Aun así, ellos encuentran la forma de establecer intercambios con compañeros que están atrás, a un lado o delante de ellos, incluso si se encuentran en puntos relativamente distantes: voltean, se paran, se desplazan a otro lugar o se comunican mediante gestos. Pero hacer uso de estas estrategias puede implicar, en ciertos momentos y situaciones, romper con el orden social de la clase y ganarse algunos llamados de atención por parte del maestro e incluso de otros alumnos (Naranjo, 2011, p. 11).

Cada área de clase cuenta con un mobiliario diverso, el cual es: computadora, cañón, cómodas o muebles para guardar material, pizarrón, mesabancos, escritorio, libros (biblioteca de aula), entre otras cosas, dependiendo las necesidades que se tengan en el transcurso de clases. La ventilación es gracias a las ventanas y en caso de que la temperatura sea demasiado alta se hace el uso de ventiladores. La iluminación es luz natural y luz eléctrica cuando se requiere. Haciendo especificaciones de cuáles son los recursos materiales con los que las aulas de trabajo cuentan y dan uso, lugar de almacenamiento de los mismos, papel decorado o para retroalimentación, pintarrones, así como otros más que dan ingreso conforme se vayan solicitando.

Tomando en cuenta los distractores que se presentan son las constantes interrupciones ya sea por parte de maestros, director o padres de familia que soliciten alguna atención del docente encargado de grupo, también lo son las clases adicionales de música, computación, además de las diversas visitas o eventos que se organizan tales como cine, circo o actividades de festejos hacia las costumbres y tradiciones del contexto en que la primaria se encuentra. Se dan casos de que escuelas externas de universidades o de normales solicitan el apoyo para que realicen su servicio y práctica docente en la institución y que así los alumnos de estas logren obtener sus prácticas profesionales para titulación, a modo que lo es en este caso.

Los docentes realizan las tareas y trabajos pensando en dar respuesta a las necesidades de los estudiantes, en el caso de no reconocer como favorecerlas solicitan apoyo por parte de la unidad de servicios, donde la maestra tutora comparte diversas estrategias y en conjunto elaboran planeaciones con los ajustes razonables a las exigencias del alumnado. La comunicación maestro-alumno es ahora apoyándose del uso de las TIC's en la modalidad virtual en línea, se realiza a través de los padres de familia y/o tutores pues son quienes tienen manera de comunicarse mediante el uso de redes sociales; el trabajo con los escolares es enviar por medio de la vía "Google Classroom" las actividades a realizar durante la semana y determinado día se efectúan las sesiones de video-llamada para la retroalimentación de los temas a los que se les tenga duda. Se desconoce cómo es la dinámica en cada sesión, sin embargo se sabe que a inicios del ciclo escolar algunos de los alumnos en atención de la USAER se abstenían a entrar a las clases con ellos, los profesores de aula regular, desconociendo el motivo pero al final el mismo se informó que esos mismos educandos a causa de la confianza que se les fue brindando día con día con las intervenciones del servicio lograron acudir en reuniones con sus maestros titulares del respectivo grado y grupo.

Para sus planeaciones los maestros las sustentan en los planes y programas de estudio 2011 y 2017, sus propósitos y contenidos que las priorizan son los aprendizajes esperados, necesidades y dificultades que los escolares enfrentan

(Barreras para el Aprendizaje y la Participación - BAP) se respeta, estimula y motiva a los alumnos por medio de estilos de aprendizaje diversos (kinestésico, auditivo, visual y lógico-matemático), priorizando la atención con los niños y niñas bajo el enfoque inclusivo dentro de aula, y se reflexiona en conjunto con el alumno mediante distintos temas, realizando su aplicación con diferentes métodos de enseñanza, el empleo de estrategias es diverso enfocado en la lecto-escritura y matemáticas buscando respetar los procesos de cada educando y de esta manera la respuesta que se recibe es favorable a su educación, a lo anterior se compartieron los estilos y metodologías aplicadas por parte de los docentes de la institución.

Estilos de enseñanza aplicados:

- ✓ Estilo orientado en las tareas.
- ✓ Estilo centrado en el aprendizaje.

Metodología de trabajo empleada:

- ✓ Observación.
- ✓ Guía de análisis.
- ✓ Intercambio de reflexiones.
- ✓ Trabajo colaborativo.

Cada evaluación se retoma mensual y bimestralmente tomando en cuenta las actividades del aula y las tareas que se dejan por día y mediante las técnicas e instrumentos de valoración, las listas de cotejo, la observación, solicitud de productos y las pruebas (exámenes por materia).

Para este ensayo pedagógico se implementan algunas de las metodologías antes mencionadas, siendo primeramente la observación ya que es una de las principales e indispensables para favorecer a la respuesta educativa, reconociendo la manera en que cada uno de los educandos aprenden, recordando

que para llevar a cabo un buen trabajo de intervención con los estudiantes es vital que se consideren, los análisis de resultados, donde después de la primer metodología aplicada se desarrolla un vaciado de lo obtenido, se obtiene la evidencia y así mismo la forma en que se debe de seguir trabajando, de modo que se realizan los ajustes pertinentes. No solo se utilizaron las anteriores, sino todas ya que para una destacada respuesta y resultados benevolentes para todo con quien se encuentra involucrado en el desarrollo del aprendizaje de los educandos es impredecible trabajarlas en conjunto; entre la maestra tutora y la docente en formación continuamente se compartían las observaciones realizadas durante las sesiones de trabajo con cada uno de los alumnos, brindando así un mejor análisis ya que ambas realizaban la observación siendo complementadas entre sí, tomando en cuenta más factores para las siguientes intervenciones, dando paso al trabajo colaborativo, referente al alumnado.

1.2.5. Contexto socio-familiar

Todo contexto influye en la educación de los niños, niñas y adolescentes ya que dependiendo donde se desenvuelvan tomarán diferentes actitudes de los partícipes del mismo favoreciendo o dificultando el desarrollo del alumno, esto principalmente en casa ya que es el lugar en que se establecen las relaciones familiares y dinámicas a través de los distintos miembros y el sujeto, dándose dentro de ella las reglas de familia y la forma de establecer límites, formas de afrontar los conflictos y la comunicación entre ellos y hacia las personas externas.

Valencia (2012) menciona que la familia desde una perspectiva ecológica se considera como uno de los entornos primarios de mayor influencia en el individuo; es decir, como un microsistema, el cual se caracteriza por exhibir entre sus miembros un ínter juego de actividades, roles y relaciones, siendo que la familia cumple la primera y la más importante función de socialización en la vida del niño.

Bronfenbrenner (cit. Por Valencia, 2012) este tipo de relaciones de primer nivel, se convierte en el foco para comprender los cambios evolutivos, tanto de los hijos y las hijas como de los padres o adultos que conforman la familia (p.3).

En este ambiente lo vital es todo lo referente a las pautas educativas y a los aspectos en que se favorece o no, tanto los valores predominantes y actitudes tomadas por parte de sus familiares así como la actitud que refiere al proceso de enseñanza-aprendizaje y condiciones de la casa para el estudio, espacio para realizar tareas, libros o fuentes de consulta, materiales de uso para las actividades escolares y la relación familia-escuela principalmente.

En la primaria la escolaridad que los padres de familia tienen es la preparatoria concluida; los tipos de familias que existen en esta institución son: nucleares, de padres separados, compuestas y monoparentales; teniendo un nivel socio-económicos de la mayoría medio-bajo y la cuestión del trabajo hace que se apoyen en los abuelos pues son quienes más se presentan a las juntas y actividades escolares, los papás asisten muy poco y escasas veces se ven en la escuela. Actualmente y a causa de la pandemia COVID-19 la forma de comunicación con los alumnos, es mediante las redes sociales y aplicaciones para video-llamadas, se considera que el 50% tiene internet y la otra parte con el uso de datos telefónicos es como se conectan para poder presentarse en cada una de las actividad y tener contacto con los maestros, estando pendientes a las indicaciones que se lleguen a dar, pero sí existe una dificultad ya que no todos acuden a las clases en línea, ya sea por tiempos, conexión, entre otros aspectos.

La colaboración de los padres de familia como ya antes se mencionó en clases presenciales no es constante e incluso los que acuden con frecuencia son los abuelos, asistiendo a juntas o yendo en la salida a recogerlos, gracias a las circunstancias que estamos enfrentando debido a la pandemia, se obtiene más participación por parte de los papás o tutores en las reuniones e inclusive en las sesiones de trabajo con sus hijos, por los horarios que no coinciden, se tiene que

realizar por las tardes o por la mañana con una hora establecida y dependiendo el docente en comunicación con ellos se decide cada cuando se realizan estas, para que los alumnos puedan estar acompañados y así no se distraigan durante la sesión.

La información recabada referente a los contextos se obtuvo a partir de un formulario en Google realizado a la maestra tutora de la USAER apoyando a contestar y brindando asesoría extra sobre la misma, ya que a causa de la pandemia del COVID-19 se dio inicio a las actividades escolares a través del trabajo a distancia con la modalidad virtual y en línea.

1.3. Propósitos de estudio

El propósito del estudio corresponde a un deseo del investigador de querer conocer algo muy específico dentro de su línea de investigación, también se le denomina “finalidad cognoscitiva”, esto porque el fin primario de un estudio de investigación es conocer algo muy específico dentro de la línea de investigación (Lozano, 2017).

1.3.1. Propósito general:

Fortalecer la autorregulación y empatía en el ámbito educativo para obtener un desarrollo social y personal factible en los alumnos del 2do ciclo de primaria canalizados a la USAER.

1.3.2. Propósitos específicos:

- ✿ Identificar referentes teóricos que permitan conocer que es la autorregulación y empatía fortaleciendo el desarrollo personal y social en los alumnos del 2do ciclo de primaria.
- ✿ Diseñar, aplicar y evaluar actividades para implementar la autorregulación y empatía en los alumnos del 2do ciclo de primaria.
- ✿ Analizar y reflexionar sobre el avance obtenido en la autorregulación y empatía en los alumnos agregados al USAER del 2do ciclo de primaria.

1.4. Preguntas centrales

Los siguientes cuestionamientos se pretenden resolver en el transcurso de este ensayo pedagógico, teniendo como finalidad aplicar lo aprendido en la licenciatura de educación especial, con relación a las habilidades, competencias, destrezas y conocimientos adquiridos durante la formación, permitiendo en un futuro el desarrollo en el ámbito docente con respecto a las situaciones que se me presenten y así poder atender a las necesidades de la población estudiantil.

1. ¿Por qué es significativo que se desarrolle la dimensión socioemocional de la autorregulación y empatía en los alumnos de primaria durante la modalidad virtual, en línea?
2. ¿Cómo será el diseño, aplicación y evaluación de las actividades para implementar la dimensión socioemocional de la autorregulación y empatía en los alumnos de primaria durante la modalidad virtual, en línea?
3. ¿En qué contribuyen la dimensión socioemocional de la autorregulación y empatía en los estudiantes y por qué es indispensable emplearlas?

1.5. Lo que se sabe del tema

Recordando que el tema de estudio es el apoyo en la autorregulación y empatía del alumno enfocado en el desarrollo personal y social se tienen como prioridad conocer estas dos dimensiones socioemocionales, refiriéndose a esta última a manera del incremento de conocimientos, mejora de comportamientos y actitudes necesarias para tener interacciones sociales, agradables y efectivas.

Enlazando lo social con lo emocional de manera que se conjugan, crean y mantienen relaciones positivas en conjunto con los sentimientos del individuo en relación con sí mismo y con otros.

1.5.1. Educación Socioemocional

Al mencionar habilidades socioemocionales (HSE) nos referimos a las herramientas que permiten a las personas entender y regular sus emociones, comprender las de los demás y sentir y mostrar empatía por los otros, establecer y relacionar emociones positivas, tomar decisiones responsables así como definir y alcanzar metas personales. (Mireles, 2019).

Antes en la enseñanza solo era la formación de los alumnos específicamente en las asignaturas de matemáticas, español, historia, geografía, entre otras materias curriculares, pero ahora en la actual se sabe que la educación socioemocional es fundamental que se implemente en el ámbito educativo, ya que enseña a los niños y niñas a controlar sus emociones, con distintas estrategias y acciones a realizar para que sepan en que momento aplicarlas y saber cómo reaccionar ante cada situación que se les presente en su vida social y emocional. Siendo que al trabajar las dos dimensiones anteriores en clase se les ve mayor interés a los estudiantes pues los motiva y ayuda de manera positiva en su desarrollo intelectual.

1.5.2. Habilidad social

Caballo (cit. Por Lacunza et al., 2011) establece que “las habilidades sociales son un conjunto de conductas que permiten al individuo desarrollarse en un contexto individual o interpersonal expresando sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación”. (p. 164)

La habilidad social permite el desempeño adecuado ante los demás seres que nos rodean, es primordial que desde la infancia se realice la intervención en el ámbito escolar, pues los niños y niñas durante la educación básica permanecen la mayor parte del día en las escuelas por lo que se dan las interacciones entre alumno-maestro o con sus iguales alumno-alumno, por esto es trascendental que se elimine la inseguridad ya que puede llegar a anular la capacidad de relacionarse cuando se comunica con más personas del entorno, así como hay alumnos que suelen comportarse de una manera en algunos contextos y de otra forma en otros, desarrollar habilidades en sociedad aporta a la seguridad y al desenvolvimiento de la vida diaria y futura en todo contexto en el que se encuentre.

Fernández Ballesteros (cit. Por Lacunza et al., 2011) señala algunas características que presentan las habilidades sociales:

- a. Heterogeneidad, ya que el constructo habilidades sociales incluye una diversidad de comportamientos en distintas etapas evolutivas, en diversos niveles de funcionamientos y en todos los contextos en los que puede tener lugar la actividad humana.
- b. Naturaleza interactiva del comportamiento social, al tratarse de una conducta interdependiente ajustada a los comportamientos de los interlocutores en un contexto determinado. El comportamiento social aparece en una secuencia establecida y se realiza de un modo integrado.

- c. Especificidad situacional del comportamiento social, por lo que resulta imprescindible la consideración de los contextos socioculturales (p. 163).

1.5.3. Inteligencia emocional

El psicólogo y escritor Daniel Goleman (cit. Por Fernández et al., 2019), define la inteligencia emocional como “la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones”.

La inteligencia emocional así como la habilidad social es indispensable ser desarrollada desde la infancia ya que si esta se fortalecen día con día se llegan a la consolidación de las mismas y con ello saber cómo confeccionar el manifiesto de sus sentimientos, dando el resultado cuyo intelecto se complementa con la dimensión socioemocional de la autorregulación y empatía, ya que mientras la primera se ocupa de regular su conducta, la otra se encarga de la interpretación y comprensión hacia los demás en cuanto a sus sentimientos y emociones.

Sternberg & Kaufman (cit. Por Fernández & Extremera, 2005), mencionan que “Las emociones ayudan a resolver problemas y facilitan la adaptación al medio. Esta visión funcionalista de las emociones recuerda las definiciones clásicas de inteligencia que remarcan la habilidad de adaptación a un ambiente en continuo cambio” (p. 68)

En los planes y programas de estudio de la educación básica, “Aprendizajes Clave para la Educación Integral”, en el apartado del área de Educación Socioemocional nos propone cinco dimensiones que entre todas van guiando el enfoque pedagógico así como las interacciones educativas, los cuales son: el autoconocimiento, la autorregulación, la autonomía, la empatía y la colaboración, de los anteriores dos de ellas fueron tomadas para la intervención con alumnos en

las prácticas en línea, las cuales son “autorregulación” y “empatía”, recordando que hay estudiantes que en cuanto a sus emociones, a su sentir y actuar lo hacen y dicen muy directamente sin considerar que puede empeorar la situación o perjudicar a segundos, es decir, hay niños y niñas que se desesperan y al no saber cómo realizar la actividad o lo que se les indica no lo comprenden y proceden de manera negativa, a modo de flojera, sueño o simplemente cambian de tema, por lo que se les vuelve a explicar y poco a poco, se van calmando, pero aún se nota la dificultad que tienen en esa parte, en otros escolares solo se quedan callados, aunque se les pida su opinión.

Al estar en pandemia y tener alumnos que son hijos únicos y no haber demás niños o niñas de su edad con quien convivir, nos lleva a la empatía, donde el alumno tiene que reconocer y aprender tanto a medir sus emociones como saber qué siente y qué sienten los otros, en este caso sus mayores, siendo empáticos regulando de esta manera sus conductas para que sean apropiadas hacia quienes se las dirige, sin molestarse o responder negativamente a pesar de la circunstancia en que se encuentre y así poder construir una relación interpersonal y fortalecerla en la sociedad. En el documento de aprendizajes clave nos hace mención de los propósitos generales del área a trabajar, siendo varios pero los que se tomarán en cuenta son los siguientes:

1. Aprender a autorregular las emociones y generar las destrezas necesarias para solucionar conflictos de forma pacífica, a partir de la anticipación y la mediación como estrategias para aprender a convivir en la inclusión y el aprecio por la diversidad.
2. Comprender al otro de manera empática y establecer relaciones interpersonales de atención y cuidado por los demás, mirando más allá de uno mismo (SEP, 2017, p. 343).

Y como propósitos específicos de la educación primaria se consideraron dos:

- 1) Desarrollar habilidades y estrategias para la expresión, la regulación y la gestión de las emociones; el reconocimiento de las causas y efectos de la expresión emocional; la tolerancia a la frustración y la templanza para postergar las recompensas inmediatas.
- 2) Reconocer el poder de la empatía para establecer relaciones sinceras, respetuosas y duraderas (SEP, 2017, p. 344).

Goleman (cit. Voca editorial, 2018), destaca dentro de las claves de la empatía que una persona puede tener esta capacidad de forma muy natural y que, sin embargo, todavía puede tener pendiente desarrollar numerosas competencias basadas en la empatía, como son el buen servicio al cliente, ser un buen tutor o la capacidad de dirigir el trabajo de un equipo completo.

1.5.4. Autorregulación

Refiriéndonos a este concepto es propio de los pensamientos, sentimientos y conductas por parte del individuo mismo, dejando expresarse con regulación y apropiadamente en las situaciones que se le pueda presentar. Consiste en lograr “manejar” de manera propia cada una de nuestras emociones, siendo que nosotros podamos controlarla y no viceversa, ya que esto se da toda la vida. Es trascendental que desde la infancia seamos conscientes y nos reconozcamos para así poder actuar de una forma equilibrada.

Bonano (cit. Por Madrid, 2018) expone un modelo de autorregulación emocional que se centra en el control, anticipación y exploración de la homeostasis emocional. La homeostasis emocional se conceptualizaría en términos de metas de referencia pertenecientes a frecuencias, intensidades y duraciones ideales de canales experienciales, expresivos o fisiológicos de respuestas emocionales.

Así como es fundamental saber controlarse al experimentar emociones y no llegar a sobresaltarse demasiado con ellas, retomando las negativas, es considerable que se tome en cuenta que son dos conceptos muy distintos el regularse y el reprimirse, la primera hace referencia a que al experimentar emociones debemos de mantenernos conscientes de lo que sentimos y ser auténticos al protagonizarlas sin agredir a los otros y la segunda es el ocultarlas, esconderlas, evitar que los demás sepan nuestro sentir y a causa nos lleva a el aislamiento social, donde uno mismo se cierra ante las personas y el entorno en que se vive, esto incluso puede causar grandes problemas de salud física y emocional, por lo que si una no está bien por lo tanto la otra tampoco.

La autorregulación en su aprendizaje escolar incluye habilidades específicas y estas contienen indicadores de logro para cada grado escolar establecidas por la SEP (2017) siendo las siguientes:

- Metacognición – potenciar el aprendizaje y regular emociones.
 - Capacidad de planeación
 - Capacidad de anticipación
 - Aprender del error
 - Pensamiento reflexivo
- Expresión de las emociones – expresión de sentimientos y emociones tomando en cuenta a sí mismo y a los demás.
 - Conciencia del estado emocional interno.
 - Conciencia de la expresión externa.
 - Impacto de la expresión emocional en el comportamiento mismo y de las demás personas.
 - Comprender las respuestas y la repercusión que tienen en las emociones internas y de los demás.
- Regulación de las emociones – gestionar la intensidad y duración de los estados emocionales.
 - Afrontar retos y situaciones de conflicto de forma pacífica y exitosa.

- Evitar lastimarse y lastimar a los demás.
- Autogeneración de emociones para el bienestar – experimentar emociones voluntarias y conscientes para mantener la motivación de la adversidad o la dificultad que se presente.
 - Mejor calidad de vida.
 - No sucumbir ante la adversidad (Resiliencia).
- Perseverancia – constancia en la persecución de objetivos, a pesar de las dificultades.
 - Recompensas inmediatas o a largo plazo al actuar.
 - Bienestar personal, (pp. 362-363)

A todo lo anterior es vital que el alumno logre responder y tomar decisiones de manera responsable y reflexionando de sus actos o acciones a realizar, ya que al no conocer cómo proceder debidamente ante ellas da como consecuencia llegar a involucrarse en conflictos innecesarios poniendo de igual modo en riesgo su integridad física y ética, siendo que esto se puede evitar al tener control de sí, autorregulación en su sentir y actuar, para uno mismo y al momento de estar en sociedad.

Retomando nuevamente a Bonano (cit. Madrid, 2018) presenta un modelo señalando en tres categorías generales de actividad autorregulatoria, las cuáles son:

1. **Regulación de Control:** Se refiere a comportamientos automáticos e instrumentales dirigidos a la inmediata regulación de respuestas emocionales que ya habían sido instigadas. Dentro de esta categoría se incluyen los siguientes mecanismos: disociación emocional, supresión emocional, expresión emocional y la risa.
2. **Regulación Anticipatoria:** Si la homeostasis está satisfecha en el momento, el siguiente paso es anticipar los futuros desafíos, las necesidades de control que se puedan presentar. Dentro de esta categoría se utilizarían los siguientes mecanismos: expresión emocional,

la risa, evitar o buscar personas, sitios o situaciones, adquirir nuevas habilidades, revaloración, escribir o hablar acerca de sucesos angustiosos.

3. **Regulación Exploratoria:** En el caso que no tengamos necesidades inmediatas o pendientes podemos involucrarnos en actividades exploratorias que nos permitan adquirir nuevas habilidades o recursos para mantener nuestra homeostasis emocional. Algunas de estas actividades pueden ser: entretenimiento, actividades, escribir sobre emociones.

1.5.5. Empatía

La empatía es el construir y fortalecer las relaciones interpersonales dejando que nos construyamos propiamente en el aspecto emocional, en nuestros sentimientos y así también identificar las necesidades de los otros y entender sus emociones. Siendo tres conceptos a desarrollar, la solidaridad como principal, siguiendo la compasión y la reciprocidad humana.

La empatía según Eisenberg (cit. Por Alecsiuk, 2015) es la respuesta que se deriva de la capacidad para comprender y ponerse en el lugar del otro. Ya sea a partir de la información verbal, de lo que se observa o a través de la información que resulta del acceso a la memoria. Además la empatía incluye la capacidad de compartir su propio estado emocional, el cual puede producir ansiedad o malestar (p. 46).

La empatía permite “leer” al individuo, a interpretar su sentir, a poder comprenderla y entenderla ante diversas situaciones. Actualmente por la condición en que se vive de pandemia se reconoce la necesidad que se tiene de trabajar con este tema por ser una de las dimensiones de lo socioemocional primordiales, ya que no solo es vital que entre los alumnos exista, sino también en los docentes, ya

que al intervenir tal factor de maestros a escolares se va formando una educación de calidad, antes el ser un maestro estricto era prestigioso ya que veían como única manera en que los educandos respondían al tomar esa actitud, pero conforme pasan los años y con las observaciones que se lleva día con día en el ámbito educativo los mejores profesores son aquellos sensibles y comprometidos con los estudiantes, claro sin dejar de lado las responsabilidades que tienen y evocando el respeto mutuo, recordando la importancia de la parte emocional en cada cátedra, generando un ambiente sano y no tenso, donde se trabaje con respecto y ahora en la modalidad en línea que sigan motivados a ingresar a sus clases y no a evitarlas a toda costa con pretextos.

Tomando en cuenta a los escolares con los que se trabajó, se debe reconocer que cuando ellos tienen algo que compartir de su día a día se les presta atención a lo que van que decir y se les escucha atentamente, incluso si hay comentarios que aporte a la clase se asocia a esta y en caso de que tengan alguna inquietud se retoma y soluciona, así es como se tiene una buena relación docente y alumnos, haciendo que este último se sienta comprendido por el primero.

Ahora, si bien lo anterior hace alusión a la empatía maestro-alumno, también se considera formar y fortalecer esta misma pero a través de iguales alumno-alumno, siendo que es una dimensión socioemocional a la que más se le presta atención por ser un elemento esencial del desarrollo afectivo y ético de las personas, es una conexión que se da entre los seres humanos, permitiendo que consigo y propiamente se duplique el sentimiento que otro individuo tiene y así llegar a comprenderlos, no sin antes identificar sus propios estados emocionales, promoviendo el diálogo generativo, la escucha activa y la participación social, ya que esto es primordial pues si el estudiante quiere actuar de una manera ética y crear un aprecio hacia sus compañeros debe de implementarlo primeramente en sí mismo.

Así como la autorregulación en su aprendizaje escolar incluye habilidades específicas y estas contienen indicadores de logro para cada grado escolar también las tiene la dimensión socioemocional de la empatía planteadas de igual manera por la SEP (2007):

- Bienestar y trato digno hacia otras personas – reconocer el valor de uno mismo y de los demás sin excepción.
 - Sentimiento de bienestar.
 - Auto-empatía (capacidad de conectarse con sus propios estados emocionales).
 - Reconocer las necesidades y sentimientos de los demás.
 - Eliminar la barrera entre el sí mismo y el otro.
- Toma de perspectiva en situaciones de desacuerdo o conflicto – capacidad de identificar las emociones, puntos de vista, intereses distintos de las otras personas, incluso pudiendo ser contrarios a los propios.
 - Intento de comprender lo que pasa por la mente de los demás (construcción mental de los estados mentales ajenos).
- Reconocimiento de prejuicios asociados a la diversidad – reconocer las ideas negativas de las personas que son diferentes a uno mismo.
 - Transformar las ideas que separan, segregan o excluyen para que predominen los aspectos positivos que se tienen en común.
- Sensibilidad hacia personas y grupos que sufren exclusión o discriminación – despertar sentimientos de interés, solidaridad y empatía hacia otras personas sin distinción alguna.
 - Vivencias emocionales ajenas.
 - Permite sentir lo que la otra persona siente.
 - Observar para saber lo que la otra persona está experimentando o puede experimentar.
 - Respuesta afectiva de la situación de otra persona.

- Cuidado de otros seres vivos de la naturaleza – asumir el cuidado de la naturaleza y la conciencia del sufrimiento de los animales y plantas que lo conforman.
 - Empatía que demuestra el sujeto en una situación determinada, a través de acciones concretas (perspectiva situacional), (pp. 370-372).

1.5.6. De la educación especial a la educación inclusiva

La escuela de integración surge como innovación hacia las instituciones regulares, tomando en cuenta la inclusión y dando paso a la aceptación en las aulas comunes a la diversidad sin crear distinciones, surgiendo a manera de una modalidad de la formación básica ofreciendo atención a alumnos con necesidades educativas especiales con o sin discapacidad y/o aptitudes sobresalientes, de acuerdo con sus condiciones, intereses y habilidades; antes de la llegada de “La Educación Especial”, eran excluidos o expulsados de las escuelas ordinarias en consecuencia de la falta de espacios adecuados para atender a aquel con alguna discapacidad ya fuese visual, auditiva, motora e intelectual, o también que los docentes no estaban preparados para poder dar respuesta a sus exigencias, a este problema se le dio solución con el inicio de la ya anteriormente mencionada, correspondiendo a un conjunto de procesos orientados a eliminar o minimizar las barreras que limitan el aprendizaje y la participación del alumnado que lo requiera, haciéndolos partícipes de toda la comunidad estudiantil y ante la sociedad, estableciendo la forma de que ellos intervengan en actividades y práctica socio-educativa.

Para que la educación especial pueda cumplir con su cometido debe de brindar:

- a. Procesos de asesoramiento y acompañamiento metodológico a los profesores de educación básica.
- b. Atención y monitoreo a los alumnos
- c. Orientación permanente a los padres
- d. Difusión y sensibilización permanente a la comunidad (Educación, 2019).

Es así como la educación especial implementó 3 tipos de servicios diferentes para dar respuesta a las necesidades educativas especiales de los niños, niñas y adolescentes con o sin discapacidad y/o aptitudes sobresalientes, siendo los siguientes:

a. Servicios Escolarizados:

Son de educación especial que tienen la responsabilidad de escolarizar a aquellos alumnos y alumnas que por motivos referentes a alguna discapacidades diversas no logren ingresar al sistema educativo regular, principalmente uno de estos servicios es el Centro de Atención Múltiple (CAM), como apunta la SEP (2006) se tiene un principal objetivo, el cual es la integración educativa, dando respuesta a las necesidades básicas para la enseñanza-aprendizaje de los educandos promoviendo de esta manera su autonomía y brindando herramientas para la convivencia en sociedad, favoreciendo su preparación para la vida laboral en personas con discapacidad y/o trastornos del desarrollo.

b. Servicios de Orientación:

Estos servicios son referidos a la educación especial, la SEP (2006) dicta que brindan información, capacitación y orientación al personal del Sistema Educativo Nacional, a las familias de los niños, las niñas y los jóvenes con necesidades educativas especiales con o sin discapacidad, acerca de las opciones formativas a las que es posible acudir, de este modo a la comunidad en general dándoles a conocer a profundidad el enfoque propio de cada uno, además, deben ofrecer instrucción específica a los maestros y maestras de formación inicial, básico y/o media superior, con respecto a las estrategias que permiten ser implementadas por ellos para dar respuesta a las exigencias personales de los alumno y alumna del centro escolar en el que se encuentren; orientan al uso de diversos materiales específicos y desarrollan estudios para la indagación teniendo como finalidad la eliminación de BAP, sobre todo a aquellos que no cuentan con apoyo directo de alguno de los 3 tipos de servicio de educación especial. Las instituciones conocidas que ofrecen esta atención son los Centros de Recursos e Información para la Integración Educativa (CRIE) y las Unidades de Orientación al Público (UOP).

c. Servicios de apoyo:

Son parte de la educación especial y como bien hace mención la SEP (2006) apoyan la integración de los alumnos y alumnas con necesidades educativas especiales, priorizando a aquellos que presentan alguna discapacidad y/o aptitudes sobresalientes, en las escuelas de regulares de los diferentes niveles de la formación básica y modalidades de enseñanza, en este caso se trabajará en el nivel Primaria, siendo la Unidad de Servicios de Apoyo a la Educación Regular (USAER) una de las principales asistencias del servicio, recordando que se pretende la eliminación de las barreras que obstaculizan la participación y el aprendizaje del alumno,

dando comienzo a un trabajo en colaboración de todo el equipo que interviene, iniciando con gestión y organización flexible, en conjunto y de orientación a los maestros, la familia y la comunidad educativa en general.

Si bien el avance e impacto que se tuvo en la humanidad con la Educación Especial y su misión de favorecer la instrucción en los alumnos con necesidades educativas especiales con o sin discapacidad e intervenir en la ignorancia del entorno y la discriminación, se fue logrando aunque faltaba consolidarse, ya que muchos de los educandos con dificultades de aprendizaje no encajaban en esta, e incluso con discapacidades no podían acceder a ningún tipo de formación ni regular ni especializada; tomando en cuenta que en México las escuelas de intervención particular no han logrado del todo formar a los niños, niñas y jóvenes con discapacidad para integrarse de manera decorosa y digna, ante la comunidad y a pesar de las políticas oficiales de sensibilización de la población para la aceptación de la diversidad si se reconoce el progreso de los sujetos con alguna necesidad educativa especial con o sin discapacidad y en la práctica existen pocas empresas públicas o privadas que emplean a estos ciudadanos pero todavía hay casos donde los siguen haciendo menos, ya sea siendo señalados y excluidos de actividades en sociedad.

Por ello se optó por dar inicio a la educación inclusiva, definiendo su espacio de trabajo como un lugar donde no solo se ubican aquellos alumnos con necesidades educativas especiales con o sin discapacidad y/o aptitudes sobresalientes, sino que se lleva a cabo esta intervención ya en aulas de escuelas ordinarias siendo en los mismos salones de clases la participación con todo el alumnado respondiendo a toda la diversidad, poniendo en práctica la superación de las limitaciones que antes se tenían, dando pauta a que se desenvuelvan intelectual y socialmente en conjunto con los niños regulares, rompiendo la barrera de lo homogéneo, lo anterior está reconocido en la Ley General de Educación en el capítulo VIII De la educación inclusiva en su artículo 61 donde se plasma el concepto de la inclusión en la escuela.

Artículo 61. La educación inclusiva se refiere al conjunto de acciones orientadas a identificar, prevenir y reducir las barreras que limitan el acceso, permanencia, participación y aprendizaje de todos los educandos, al eliminar prácticas de discriminación, exclusión y segregación. La educación inclusiva se basa en la valoración de la diversidad, adaptando el sistema para responder con equidad a las características, necesidades, intereses, capacidades, habilidades y estilos de aprendizaje de todos y cada uno de los educandos (LGE, 2019, p. 22).

1.5.7. Coronavirus - COVID-19

El coronavirus SARS-Cov-2 es un virus que apareció en China existiendo el primer caso en un ciudadano de 55 años el día 17 de noviembre del 2019, pero fue hasta finales de año que se dio a conocer y en enero 2020 oficialmente se informó del brote en todo el país, después se extendió a todos los continentes del mundo declarándose esta enfermedad con el nombre de COVID-19, y al existir demasiados contagios y el que se haya extendido a los demás territorios, dio como resultado una pandemia. Se comenzaron a dar comunicados en México a fines del mes de Marzo, donde se hizo el uso del semáforo haciendo mención de 4 colores dependiendo el nivel epidémico de riesgo en el que el estado se encuentre:



Imagen 1. Semáforo de los niveles de alerta del covid-19. Fuente de creación: La OMS.

Dada esta situación y en consecuencia la Secretaría de Educación Pública (SEP) optó por suspender clases durante un mes iniciando el 20 de marzo del 2020 y reanudando la escuela el 20 de abril del presente año, de manera que fue una medida de aislamiento preventivo para que los estudiantes permanecieran resguardados en sus casas, previniendo la propagación del virus, siendo que este receso decidió ser adelantando y extendido a 30 días de acuerdo con las vacaciones de Semana Santa que con respecto el calendario escolar son de dos semanas.

No solo el sistema educativo detuvo sus labores, sino que toda la población lo hizo, comenzando por los sectores productivos ya que se perjudicó demasiado e incluso hubo crisis económica con la caída de sus ingresos y presentando dificultades para mantener sus trabajos, como el comercio mayorista y minorista, las ocupaciones comunitarias sociales y personales, hoteles y restaurantes, actividades inmobiliarias, empresariales y de alquiler, y las manufacturas, en muchas de estas en un comienzo se les seguía pagando la totalidad de su salario sin trabajar y permaneciendo resguardados en sus respectivas casas, pero al no poder sustentar a todo el que laboraba en ellas se decidió realizar un recorte de personal y en diversas empresas optando por dar la mitad del sueldo a cada trabajador evitando caer en bancarrota. Siendo Europa y América los más afectados.

La fiebre, tos seca y cansancio son los síntomas más habituales, pero no los únicos, ya que también hay algunos no tan comunes en los afectados por la enfermedad, como los dolores y molestias de cuerpo, congestión nasal, dolor de cabeza y garganta, conjuntivitis, diarrea, pérdida del gusto u olfato y las erupciones cutáneas o cambios de color en los dedos de las manos o los pies. Los últimos suelen ser leves y comienzan gradualmente, siendo que hay personas que los presentan de manera muy leve.

La mayoría de las personas (alrededor del 80%) se recuperan de la enfermedad sin necesidad de tratamiento hospitalario. Alrededor de 1 de cada 5 personas que contraen la COVID-19 acaba presentando un cuadro grave y experimenta dificultades para respirar. Las personas mayores y las que padecen afecciones médicas previas como hipertensión arterial, problemas cardíacos o pulmonares, diabetes o cáncer tienen más probabilidades de presentar cuadros graves. Sin embargo, cualquier persona puede contraer la COVID-19 y caer gravemente enferma. Las personas de cualquier edad que tengan fiebre o tos y además respiren con dificultad, sientan dolor u opresión en el pecho o tengan dificultades para hablar o moverse deben solicitar atención médica inmediatamente. Si es posible, se recomienda llamar primero al profesional sanitario o centro médico para que estos remitan al paciente al establecimiento sanitario adecuado (OMS, 2021).

1.5.8. Trabajo a distancia

Desde casi inicio de año en todo México, marzo 2020 ha estado cambiando el semáforo, causando que el impacto en todos los ámbitos sea grande, ya que en cuanto a lo educativo el ciclo escolar 2020-2021 dio comienzo con “*Aprende en casa*” siendo un programa producido por la SEP, tomándose como iniciativa del Gobierno del País para seguir con las clases durante la pandemia y evitando que se perdiera, este consiste en la programación televisiva transmitiendo los contenidos de aprendizaje plasmados en los libros de texto gratuitos, estos también se pueden visualizar en vía internet para aquellos que en el horario asignado no tienen la posibilidad de verlos.

La SEP detalló que “El programa Aprende en Casa ayudará a cumplir a cabalidad el calendario escolar que a inicios de la pandemia por coronavirus presentaba un avance del 75%. El programa se implementará con los

programas diseñados para Educación Básica a fin de concluir con los contenidos fundamentales” (SEP, 2020), (cit. Por uno.tv 2020).

Los horarios para cada nivel y grado escolar son:

Por la mañana:

- ✿ De 07:00 a 09:00 horas: Preescolar
- ✿ De 09:00 a 10:00 horas: 1º y 2º
- ✿ De 10:00 a 11:00 horas: 3º y 4º
- ✿ De 11:00 a 12:00 horas: 5º y 6º

Por la tarde:

- ✿ De 12:00 a 13:00 horas: 1º y 2º
- ✿ De 13:00 a 14:00 horas: 3º y 4º
- ✿ De 14:00 a 15:00 horas: 5º y 6º
- ✿ De 17:00 a 18:00 horas: Cine Club Familiar

Realizando las emisiones a través de las señales de los canales 11.2 (Once Niños) y 20.1 (TV UNAM) en TV abierta, (SEP, 2020), (cit. Por uno.tv 2020).

La televisión es el medio de comunicación de masas que mayor influencia tiene dentro del contexto social que rodea al niño, no solamente por la cantidad de tiempo que le dedica y a la "facilidad de escucha" que presenta este medio que no exige una atención específica para ser atendida; sino por la diversidad de elementos auditivos, visuales y participativos que consiguen la captación del interés del espectador (Bedmar, 2009, p. 5).

1.5.8.1. ¿Educación virtual, en línea o a distancia?

Los siguientes son fundamentales que se conozcan ya que hay distintas modalidades para actuar en el ámbito educativo siendo que es mediante por lo que se pretende dar a conocer con la que se realizará el plan de intervención con los alumnos.

a. Educación virtual:

En esta modalidad los alumnos obligatoriamente deben establecer el uso de una conexión a internet ya que el contacto que se da entre el alumno y maestro es a través de una plataforma donde los docentes y los estudiantes no necesariamente coinciden en un horario preciso para conectarse, de modo los maestros son los encargados de abrir el espacio para que los escolares suban desde su sistema de cómputo las tareas y trabajos que les sean solicitados, cuando los catedráticos las revisen les integran en la revisión una retroalimentación del tema del cual se está tratando de manera que los educandos y padres de familia verifican sus avances y áreas de oportunidad; se busca propiciar espacios de formación mediante el apoyo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) estableciendo una nueva forma de enseñanza-aprendizaje.

b. Educación en línea:

Se entiende como escenario de enseñanza-aprendizaje el “ciberespacio”, es decir, se refiere a que no es necesario que el individuo se encuentre presente frente a un aula escolar, pudiendo retomar sus clases en casa pero este a diferencia de la modalidad virtual si es obligatorio tener sesiones de trabajo coincidiendo en horario, mediante las diferentes aplicaciones o redes sociales donde se permita el uso de video-llamadas logrando establecer una relación entre el maestro y el alumno,

desarrollando diversas técnicas de docencia, además de que se dan retroalimentaciones al instante siendo que se llevan a cabo las lecciones en tiempo real.

c. Educación a distancia:

Esta a diferencia de las anteriores se realiza con el apoyo de materiales físicos y no necesariamente con el uso de una conexión a internet, ya que se permite implementar el uso de cuadernillos, libros o el uso de multimedia como memorias USB o CD. Dando la posibilidad de la entrega de los productos a través del uso de las TIC, por correo electrónico o correspondencia dirigidos a cada maestro encargado. En este caso las retroalimentaciones necesarias se realizan mediante llamadas telefónicas e incluso en mensajes de texto, siendo el resultado de una modalidad en la cual el alumno tiene más control de sus tiempos, espacio y ritmo de aprendizaje. Aquí es donde entra el programa de “Aprende en casa” ya que se hace uso de la vía televisiva para que se lleve a cabo.

La Educación a Distancia (EAD) como modalidad educativa ha sido objeto de diversas definiciones que varían según la característica que se quiera poner de relieve. Lo cierto es que se trata de una modalidad educativa caracterizada por la interacción diferida en el tiempo y/o separada en el espacio entre los actores del proceso educativo, facilitada por recursos educativos y un sistema tutorial de apoyo que hacen posible el aprendizaje autónomo de los participantes (UNESCO, 2017, p. 13).

Habiendo aclarado este punto, los maestros de la “Heroínas Mexicanas” implementaron la modalidad virtual mediante la plataforma de “Google Classroom” pero de igual forma haciendo uso de la inducción en línea para las retroalimentaciones de los temas de estudio con los que se está trabajando por medio de las aplicaciones “Zoom” y/o “Google Meet”, algunos docentes dieron

comienzo con las actividades vistas en “aprende en casa” y otros tantos al tomar en cuenta las necesidades y aptitudes de sus estudiantes optaron por realizar trabajos y tareas propios previniéndose a dar respuesta a los requerimientos de los escolares y de esta manera fuera más el aprendizajes en ambas partes, maestro y alumnos.

Para la práctica docente se comenzó con la modalidad en línea el día 4 de noviembre con sesiones de máximo 1 hora, teniendo una estructura en la planeación y aplicación conformada por un inicio un desarrollo y un cierre, y así aplicarla en la clase, dando comienzo con actividades de atención para que el alumno se concentre más en la sesión, en seguida una breve introducción de lo que se verá durante la lección y después comenzando con la realización del trabajo.

Las clases virtuales son visualizada por la maestra tutora de la USAER correspondiente y apoyadas por la misma en dado caso de que algo se llegara a complicar, para terminar la sesión se retoma lo que se vio durante la lección haciendo cuestionamientos referentes al tema visto, preguntas sobre cómo se sintieron al realizarlas y con qué aprendizaje se quedan. Hay ocasiones en las que 60 min. no bastan para concluir con la actividad, ya que no todos los alumnos tienen el mismo ritmo de trabajo y por ello algunos no culminan con estas, por tanto se queda inconclusa acortándola un poco para poder dar un cierre corto de la clase, esto ya que no se puede extender pues al estar en la modalidad en línea el horario se debe que respetar puesto que a la siguiente hora se tiene programada con otro alumno.

La educación de esta era requiere docentes con intereses multiculturales, pues su atención se orienta a la diversidad: el aprendizaje debe ser posible por todos y para todos. Implica ajustes continuos a las demandas sociales de conocimiento, para que nuestros alumnos aprendan, puedan crear y tener una relación equilibrada con su entorno. La educación se toma mucho

más accesible para diversos grupos sociales, donde los alumnos se definen como “alumnos-clientes”, con exigencias y demandas (Ramírez, 2011, p. 8).

En esta modalidad existen demasiadas distracciones al llevar a cabo las clases virtuales en línea, ya que varios estudiantes no cuentan con un espacio específico y adecuado para su desarrollo de enseñanza-aprendizaje, pues en algunos momentos se encuentran en la sala, comedor, cuarto, con posturas incorrectas, dando paso a la distracción de los alumnos o alumnas durante la clase; se tienen a manera de distractores las acciones que realizan los demás habitantes y familiares en el lugar donde viven, otra de las cosas que se implican y dificultan que las intervenciones se realicen pertinentemente y lo mejor posible, es el ruido que habita en la casa del educando y/o en la del docente, puesto que no están contemplados y en ocasiones por el sonido que se produce no se comprenden las indicaciones o comentarios realizados entre ambas partes y al pasar esto prefieren no encender el micrófono existiendo la consecuencia de la falta de participación, se abstienen a compartir sus opiniones, al sentirse mal o decepcionados porque cuando querían intervenir no fue escuchado a causa del bullicio externo no contemplado e inevitable de silenciar.

II. DESARROLLO DEL TEMA

“El único modo de hacer un gran trabajo es amar lo que haces”.

Steve Jobs

El Plan de Intervención de este ensayo pedagógico tiene el propósito el apoyo en la autorregulación y empatía enfocado en el desarrollo personal y social en los alumnos del 2do ciclo de primaria canalizados a USAER elaborado durante la práctica en la escuela “Heroínas Mexicanas”.

En cada una de las intervenciones se realizó una planeación recordando que fueron cuatro; dos de ellas apoyando en la autorregulación y otras dos para la empatía, ambas enfocadas al desarrollo personal y social y a su vez modificada a la modalidad virtual en línea ya que como en diversas ocasiones se ha hecho alusión que por causa de la pandemia COVID-19 se trabajó durante todo el ciclo escolar 2020-2021 desde casa tras una pantalla. También se desarrolló una sesión con padres de familia a modo de Taller, donde se pretendía explicar acerca del tema a trabajar con sus hijos y resolver dudas en cuanto a ello, finalmente aceptar sugerencias y mejoras para el trabajo docente realizado.

Para poder estructurar las narraciones de los análisis del plan de intervención se basó en el ciclo reflexivo de Smyth permitiendo reflexionar acerca de la manera en que da cada una de sus clases, identificando las áreas a las que debe de dar atención, las estrategias funcionales y las que se deben de modificar, así como en donde es pertinente realizar ajustes para el beneficio de un buen desarrollo de enseñanza-aprendizaje en los alumnos.

El ciclo reflexivo de Smyth, (cit. Por Moral Santaella, 1995) tiene su origen en la búsqueda de un sistema distinto de perfeccionamiento del profesorado, Mediante este nuevo sistema de perfeccionamiento los profesores se implican directamente en el proceso de formación a través de un ciclo reflexivo que se compone en distintas fases. (pp. 173)

1. La primera de ellas, la “Descripción”, introduce al profesor en el proceso reflexivo sobre su práctica docente describiendo los sucesos de las actividades realizadas y se responde a la pregunta “¿qué es lo que hago?”
2. La fase de “Información/Explicación”, el profesor debe identificar la razón por la cual se realiza la interviniendo de esa manera, respondiendo a la siguiente pregunta: ¿qué teoría fundamenta mi práctica en clase?
3. La tercera es la “Conformación”, la cual se identifica el contexto recordando el motivo de la intervención, siendo sustentada por teóricos, respondiendo a: ¿cuáles son las causas?
4. Por último la “Reconstrucción” identificando las nuevas propuestas a incluir o modificar, respondiendo a la pregunta: ¿cómo se podría cambiar?

Momentos del ciclo de revisión de la práctica



Imagen 2. Fases del ciclo de revisión de la práctica. Fuente Ledezma (S/A)

2.1. “Las emociones”

La aplicación de la primera intervención se realizó el día viernes 12 de Marzo del 2021 programada para 1 hora, teniendo como propósito enriquecer procedimientos para resolver un problema e identificar de qué manera el pensamiento puede modificar el comportamiento que genera una emoción mediante el reconocimiento de las emociones, expresión física y no verbal de las mismas, así también su autorregulación, a través de la visualización a sus iguales, escucha de cuentos y elaboración de dibujos propios. Cabe aclarar que en esta sesión solo se presentaron 4 de los alumnos de 6 con que se va trabajar y uno de ellos llegó a mitad de clase por motivos personales. (Anexo 1).

La inteligencia emocional es uno de los principales factores para el conocimiento y reconocimiento de las emociones, personales y de los otros, siendo esto de vital importancia en su desarrollo social y personal, de manera que uno mismo logre comprender e identificar cómo es que reacciona ante cada situación, reconozca, gestione y regule las mismas permitiéndose así lograr un control en él.

Según Mayer y Salovey (cit. Por Domingo, 2014) la Inteligencia Emocional se define como un conjunto de habilidades para percibir, valorar y expresar las emociones con exactitud, generar sentimientos que faciliten el pensamiento, entender la emoción y el conocimiento emocional, y regular las emociones, tanto propias como ajenas. Se trata, por tanto, de cuatro habilidades diferentes: - percepción emocional - facilitación emocional - comprensión emocional - regulación emocional (p. 13).

Para la clase se dio inicio con la actividad “¿Cómo se siente mi compañero?” Donde los alumnos debían visualizar a otro respectivamente por parejas, de manera que la intención era que identificaran que emoción representaban sus rostros, para después en su libreta dibujaran lo que identificaron en ellos y en seguida lo pudieran compartir con el grupo. A continuación se le fue preguntando

a cada uno y se les pidió mostrarán cómo es que veían la cara de sus compañeros. Siendo esta estrategia para la identificación y el reforzamiento de emociones.

Primero mostraron sus dibujos y todos los veíamos tras la pantalla diciéndoles que les habían quedado muy bonitos.

DF: Docente en Formación

A.3, O.4, A.5, C.6: Alumnos

DF: ¿Cómo viste a tu compañero A.5?

A.3: Está feliz y también lo vi un poco preocupado.

A.5: Sí me siento así maestra, no sé por qué pero tengo una preocupación desconocida (tocándose el pecho).

DF: A.5 no te preocupes, tal vez estés así por algo que desconoces pero recuerda que tu familia, amigos y tú se encuentran bien de salud.

A.5: Sí maestra gracias, trataré de calmarme. (Luego de esto A.5 tuvo problemas de conexión y solo se alcanzó a apreciar el dibujo pero no su interpretación).

DF: Lamentablemente su compañero tuvo dificultades de conexión, ¿me apoyan a identificar la emoción de C.6?

Alumnos: Sí maestra, yo veo a mi compañero alegre aunque no tiene una sonrisa muy grande pero se ve feliz. – Sí maestra yo también lo veo feliz y un poco distraído – sí está feliz.

DF: ¿Así te sientes C.6?, ¿te sientes feliz y estás algo distraído?

C.6: Sí maestra me siento feliz porque estoy bien y con mi abuelita, como trabaja en el mercado la ayudo, por eso también estoy algo distraído.

DF: Muy bien niños, lograron identificar la emoción de C.6 y también se dieron cuenta de que si estaba algo distraído. – Ahora tu C.6 ¿qué emoción representa A.3?

C.6: A.3 se ve con mucha felicidad en su rostro.

A.3 Sí maestra, aunque en ocasiones me siento triste ahorita estoy feliz.

- (Para este momento de la sesión ingresó O.4 y se le solicitó que realizara esta actividad de manera que a ahora él escogió a A.3 para hacerla, su dibujo no se tardó en hacerlo y en minutos nos compartió el mismo).

O.4: Maestra yo lo veo muy alegre y feliz y como es mi amigo y lo conozco más siempre está contento y eso me gusta de él.

DF: Muy bien, todos lograron reconocer las emociones de sus demás compañeros, ahora sólo falta observar el rostro de O.4, ¿me ayudan a identificar su emoción?

- (Los alumnos y yo docente llegamos a la conclusión de que O.4 estaba muy alegre y que siempre que lo veíamos tenía una sonrisa).

O.4: Sí me siento feliz, a pesar de que a veces estoy triste o me siento triste siempre quiero mostrar una sonrisa para que los demás de mi alrededor se sientan igual de felices que yo.

Fuente: Diario de prácticas (Colunga, 2021)

La siguiente actividad a la que se paso fue el cuento de *“tortuga”*, consiste en apoyar a la autorregulación del sujeto mismo como estrategia pedagógica siendo que Domingo, (2014) nos comparte que “La nueva corriente psicopedagógica plantea que el profesorado se preocupe de que sus alumnos tengan buen rendimiento en las áreas instrumentales, y además posean habilidades sociales: empatía, expresión y comprensión de los sentimientos, independencia, capacidad de adaptación, cordialidad, amabilidad y respeto. Posiblemente, el modelo actual de escuela, centrada en los contenidos, puede estar fracasando”.

El cuento narra la historia de “tortuguita” que siempre se la pasaba molesta en la escuela peleándose con sus amigos y maestros hasta que un día se encontró a “tortuga mayor” donde le compartió lo que aplicaba para calmarse y no gritar o enojarse demasiado. En este momento se hizo una pausa en la lectura preguntándoles a los educandos como es que se tranquilizaban para no enfadarse y poder estar en calma; se llegó a la conclusión de que algunos ejecutan la acción

de ir a su cuarto, respirar muy fuerte y soltar el aire lentamente, al no encontrarse en casa se alejan de lo que los molestó y hacen igual con su respiración, a manera que otros realizan el acto pero cerrando los ojos, uno de ellos mencionó que él no sabía cómo obrar para dejar de seguir enfadado, que lo que hacía era permanecer con esa conmoción y esperar a que se le pasara por eso su hermano y su familia ya sabían que cuando está de esa forma no le deben de hablar para no agobiarlo más, eso fue sorprendente, por lo que con apoyo de A.3 y O.4 se le expresó que él podría realizar lo semejante a sus compañeros, alejarse de las personas e inhalar profundamente y exhalar despacio mientras va olvidando y asimilando el motivo por el que se disgustó y después compartirles a los demás por que fue esa emoción y arreglar las cosas con quien tuvo el problema.

Se siguió dando lectura al cuento donde “tortuga mayor” comparte que para calmarse y dejar de seguir disgustada ella tenía que meterse en su caparazón y así se calmaba como un lugar en que nadie la molestara, “tortuguita” comenzó a aplicar ese modo de tranquilizarse y en la escuela todos la felicitaron por ya no enojarse; A lo anterior se les comentó que los humanos tal vez no tenemos una coraza que siempre se lleva cargando, no obstante lo que uno puede realizar es juntar los pies con nuestro pecho, manos entrelazadas sosteniendo nuestros pies y la cabeza en las rodillas de manera que así, se estaría haciendo tensión en el cuerpo y la fuerza que se realiza en conjunto con la respiración profunda poco a poco produce cansancio y por tanto la tranquilidad, llegando a un punto donde ya no se siente agobio. Al estar en video-llamada por “Google Meet” se efectuó esto, sin embargo solo se colocaron las palmas en la mesa, recostando la cabeza en ellas, con los ojos cerrados y respirando profundamente, siendo un método que permite ejecutar cuando se sientan enojados o molestos, O.4 compartió que incluso en el momento que se sintieran tristes.

La autorregulación emocional es la capacidad para experimentar emociones (positivas o negativas) de forma moderada y flexible, así como la habilidad para manejarlas. Poseerla implica que el sujeto sea consciente de sus propias emociones, las exprese de forma adecuada y sepa controlarlas

cuando dejan de ser necesarias. Es uno de los componentes más importantes de la inteligencia emocional.

Esta cualidad se adquiere a través de factores internos y externos, que determinarán el impacto de nuestras reacciones emocionales sobre nosotros mismos. El temperamento es uno de los principales factores internos y hace referencia, por un lado, a nuestra sensibilidad para experimentar emociones y, por otro, a la intensidad con que reaccionamos frente a ellas. (Hacer Familia, 2016).

Luego de esto se siguió comentando lo referente a lo ya antes expuesto (en ese momento ingresó el alumno D.7) y se le pidió a A.3 que le compartiera de lo que trato el relato y de esta manera se lo fue narrando apoyándose de la pantalla, enseguida de que A.3 terminó de exponer se le preguntó a D.7, que efectúa para tranquilizarse en caso de encontrarse muy molesta a lo que respondió que ella cierra los ojos y respirar profundo, para después platicar con quien se enojó y arreglar las cosas, también agregó que es bueno que el que provocó el disgusto pida disculpas, eso de su parte fue apropiado y a su vez se hizo mención hacía todos los educandos que eso mismo podían realizar al actuar incorrectamente, y aunque no sean disculpados, se debe tomar en cuenta que se procedió de buena manera.

Para lo siguiente se les realizaron algunas cuestiones:

- 1) *¿Qué te hace enojar?*,
- 2) *¿Qué te pone feliz?*,
- 3) *¿Qué te hace estar triste?*,
- 4) *¿Qué te asusta o te da miedo?*,
- 5) *y finalmente ¿qué te desagrada?*

¿Qué te hace enojar?, ¿qué hacemos para dejar de estar enojados?: se solicitó a O.4 apoyara en responder esta cuestión, compartiendo de este modo que a él le

molesta cuando le pegan o lo molestan, comentando una situación donde su hermano realizó la acción y golpeó su cabeza con un balón causándole dolor y, enojo hacía el allegado, su reacción fue molestarse, ya que en ningún momento le pidió disculpas y optó por ya no hablarle, él solo se tranquilizó respirando muy profundo y soltando lentamente el aire, se abrió un espacio para que los educandos participaran y se percataran de qué forma reaccionarían ante la posición en que el educando O.4 se encontraba, siendo que algunos compartieron que habrían hecho lo mismo que O.4; La D.7 nos dijo que ella se calmaría e iría a hablar con el individuo para saber si fue con intención o no, y dando a conocer cómo es que se siente, esperando a que se exculpe, ese comentario fue factible, sin embargo, se aclaró que “tal vez no siempre se recibe un *perdóname* o *discúlpame* pero aun así cada uno de nosotros debemos calmarnos ya que no es bueno mantener ese enojo durante mucho tiempo, nos daña y lastima, como a los demás que no tienen la culpa, pues nos desquitamos con quienes no son culpables y podemos de igual manera hacerlos sentir mal”. (Diario de práctica, Colunga, 2021).

¿Qué te pone feliz?, ¿qué hacemos para estar felices y tranquilos?: respondió A.3 el cual nos participó al decir que lo hace feliz en ese momento (refiriéndose a la pandemia del COVID -19), es que toda su familia se encuentra sana y alegre, así como por otro lado mencionó que jugar con su hermana también lo vuelve alegre y trata de no pelearse con nadie para mantenerse tranquilo, me di cuenta que ellos tienen muy presente la situación de pandemia, ya que en distintas ocasiones la mencionan y se ha trabajado con este tema, a esto si los hace ponerse un poco nerviosos, no obstante desplazan su felicidad, les da gusto permanecer bien, a lo anterior se hizo mención de que tal vez algunas familias sí han tenido pérdidas de sus seres queridos pero hay que permanecer felices por los que aún estamos aquí con buena salud y al cuidado de nuestros padres.

Por algunos comentarios referentes a pérdidas de familiares se pasó a la siguiente cuestión, *¿qué te hace estar triste?, ¿qué hacemos para dejar de estar tristes?*, dando a conocer que es penoso no poder ir a clases, se comentó que

quizá varios de ellos cuando iban a la escuela ya no querían asistir y ahora es lo contrario, pues no comparten el mismo tiempo con sus compañeros como antes y solo se ven en ocasiones cuando tienen sesiones de trabajo en línea, luego de eso se hizo la pregunta específica a D.7 donde ella agregó que lo bueno de esto es que sus amigos estaban bien en sus casas y espera que pronto se regrese a la institución, contribuyó diciendo que para desaparecer la tristeza se distrae realizando otra actividad y poco a poco vuelve a estar en calma y contenta, eso todos los alumnos lo entendieron y se aportó que se debe tomar en cuenta que no es bueno permanecer excesivamente afligidos y que lo que dijo C.6 les podría funcionar para modificar su estado de ánimo y a su vez dijeron que sería benévolo ejecutar esa acción.

¿Qué te asusta o te da miedo?, ¿cuándo algo nos asusta o nos da miedo cómo reaccionamos?: D.7 dijo que le dan miedo las arañas y se espanta mucho con ellas, actúa de manera que se tapa los ojos para no seguir viéndolas, asimismo todos los alumnos reaccionan cuando algo los alarma, algunos le temen a la oscuridad, estar solos en casa, a los insectos, entre otras cuestiones, se llegó a la conclusión de que se sienten protegidos al cerrar los ojos y poner sus manos en la cara, colocándolas de modo de barrera, para así sentirse seguros, O.4 compartió que aunque ya no vean lo que les causa pánico se sabe que hay permanece, pero ya no lo notan.

¿Qué te desagrada?, ¿qué hacemos para dejar de sentir esa emoción?: todos compartieron referente a la comida que no les gusta, mencionando así, distintas frutas y verduras que no les agradan, como la papaya, el brócoli, la calabaza, el mole, entre otros, la reacción en su rostro fue con gestos de rechazo, frunciendo el ceño y la nariz sacando su la lengua, se dieron cuenta que la acción ante la situación fue parecida entre sus compañeros.

La directora de Psicólogos Pozuelo Mercedes Bermejo (cit. Por Rojas, 2020), menciona que una de las características que mejoran la relación profesor-estudiante es la escucha activa. El interesarse por la opinión de los

estudiantes, comprender y ofrecerle apoyo emocional para entender cómo se siente es algo que se necesita en cada uno de los profesores. Otro aspecto muy trascendental es saber escuchar, interpretar las señales no verbales, mostrar comprensión y prestar ayuda emocional personalizada.

Se les dijo que se tomó en cuenta 5 emociones principales que poseen los humanos como en la película... en ese momento D.7 recordó de cual hablaba e hizo mención de la misma "Intensamente", enseguida todos hicieron referencia de ella recordando los personajes: *Alegría, tristeza, desagrado, furia y temor*, a esto se les encargó de tarea que realizaran un diccionario de cada emoción, buscando en internet, imprimieran o recortaran de revistas, periódicos o fotografías, representaciones sobre las emociones anteriores y finalmente describieran la manera en que se sienten cuando están así.

Para finalizar la clase se les solicitó que en una hoja realizar un dibujo apoyándose de una canción que les puse, tenían dudas de lo que dibujarían, por lo que se les dijo que ilustraran cómo es que se sintieron durante la sesión e incluso algún paisaje que les agrade mucho para luego a un costado escribieran un cuento con el mismo, uno de ellos dijo que él iba a contar el de los cochinitos, pues ese relato lo hacía sentir bien, esta actividad siendo la última se dejó de tarea, ya que se nos terminó el tiempo de clase pues el alumno comenzó a contarlo y no encontré la forma de pararlo al apreciar que estaba muy gustoso contándolo, a esto ya no se pudo aplicar la escalera de la metacognición por lo que también fue de tarea.

Para esta primer aplicación del plan de intervención se puede apreciar que los alumnos ya de antemano conocían acerca de las emociones, ya que día con día se implementan en las actividades cotidianas, como en familia, en sociedad y sobre todo en lo educativo ya que posteriormente en clases individuales se les fue introduciendo al tema que se trabajaría para la plan de intervención, por lo que se obtuvo una favorable respuesta de su parte y estuvieron muy participativos en la misma, algunos educandos suelen ser callados pudiéndose notar que al trabajar

con ellos de manera grupal entre iguales les brinda una mayor confianza para su desenvolvimiento durante la clase, siendo que la inteligencia emocional es fundamental en todos los contextos donde se encuentren, ya que en la escuela, en la casa y vida diaria les aporta mucha más confianza y éxito propio.

Para Daniel Goleman (cit. Voca editorial, 2018), conocer bien el significado de “inteligencia emocional” es una de las claves destacables, esta supone el conjunto de capacidades personales que posee un individuo a la hora de gobernar sus emociones. Algunas de estas capacidades son el autoconocimiento, autocontrol, la perseverancia, la automotivación, la empatía, entusiasmo, el control de los impulsos y las gratificaciones demoradas, el manejo del estrés y la ansiedad.

Para ello, los estudiantes deben reconocer cada una de sus habilidades emocionales y desarrollar las más posibles, el tener distintos educandos tanto introvertidos y extrovertidos da pauta para que ambos se complementen y entre sí logren un equilibrio durante las clases, sumando los aportes que ellos se brindan unos con otros, pudiéndose aplicar y fortalecer en la parte social y personal siendo que en todo contexto y situación sepan cómo reaccionar sin irse a los extremos, ya que el autocontrol emocional es una actitud que es o no dominada por los alumnos a la hora de enfrentarse a distintas situaciones, es posible que se muestren descontrolados, desordenados, sin ninguna disciplina o por el contrario su conducta puede ser calmada, mesurada y controlada para la resolución de sus conflictos de la mejor forma posible. Algunos niños pueden responder de manera negativa ante problemas de la vida cotidiana, agresividad, impulsividad, molestos, llorando o mostrando diversas emociones que no son adecuadas. (Educapeques, 2016).

Esta primera actividad realizada referente a la autorregulación y a pesar de que se obtuvo una respuesta efectiva a esta dimensión siendo la modalidad virtual en línea, se considera que puede tener mejoras en la planeación y así mismo al momento de aplicación, ya que no se tomó en cuenta el tiempo que se tenía para

la misma, perjudicando a las explicaciones demasiado cortas y a la limitación de comentarios por parte de los alumnos.

2.2. “Mi lugar tranquilo”

Esta sesión de intervención fue realizada el día martes 16 de Marzo del 2021, programada para 1 hora de aplicación, teniendo el propósito de reconocer e identificar en qué parte de su cuerpo sienten o perciben alguna de las 5 emociones cuando las experimentan, así como emplear técnicas de atención y regulación de impulsos para regresar a un estado de bienestar ante una situación aflictiva, identificando que se puede aprender del error y la dificultad, y de esa manera vivir con optimismo, se rescató e implementó la actividad central del plan y programas de estudio – aprendizajes clave de 3° de primaria. Para dicha clase por “Google Meet” asistieron los 6 alumnos aunque algunos llegaron un poco a destiempo estuvieron todos. (Anexo 2).

Para iniciar con la sesión se comenzó recordando el diccionario que se había dejado de tarea, se mandó a través de la maestra encargada de la USAER, pero a causa de cuestiones fuera de su alcance no se les hizo llegar a los alumnos, a esto no hubo dificultad pues se presentó en pantalla cada una de las emociones con distintas fotos preguntando cómo es que ellos las experimentan. El material para la siguiente actividad era tener impresa una ilustración para colorear de niño o niña respectivamente, al no poseer el instrumento a ocupar se solicitó que los educandos realizaran un dibujo de sí mismos, al tenerlo ya hecho se explicó lo que harían. (Anexo 3).

Por cada emoción tomarían un color diferente marcando la zona en donde es perceptible el sentimiento.

- ✚ Amarillo = Alegría
- ✚ Azul = Tristeza
- ✚ Rojo = Enfado/enojo
- ✚ Verde = Desagrado
- ✚ Morado = Temor/miedo

Algunos de los escolares compartieron donde percibían cada emoción, se identificó que, la alegría la señalaban en todo el cuerpo, pero especialmente en la boca y cachetes, la tristeza la indicaban en los ojos, el enojo en sus cachetes, manos y pies, el desagrado gestos en cara y boca, finalmente el temor en el cuerpo completo. Uno de los alumnos al proceder con esta actividad coloreo completamente su ilustración de amarillo, pues se dio la indicación de colorear solamente la parte en que sienten la alegría y se sintió mal al haber hecho eso, diciendo que ya se había equivocado, a esto se le dijo que no se preocupara ya que era posible remediarlo, de modo que podía borrar el color, realizar otro dibujo o el mismo darse cuenta de que tal vez lo hizo de esa manera porque siente que en la totalidad de su cuerpo percibe la alegría, optó por dejar así su producto y siguió con las demás emociones estando atento a lo que se le indicaba. (Anexo 4).

La toma de conciencia es crucial para el aprendizaje pues sin ella no se reflexiona sobre los errores cometidos y no se autorregula el comportamiento introduciendo los cambios necesarios para tener éxito en la tarea. Por ello, con esta pregunta se analiza el modo en que el sujeto toma conciencia de sus procesos autorregulatorios, empezando así a tomar control sobre la ejecución de la tarea. (Tapia, 2014).

Para continuar cada alumno mostró su dibujo y entre ellos se los elogiaron y felicitaron por dibujar muy bonito.

Luego se introdujo a la actividad central, “¿Cómo es tu lugar tranquilo?”, antes de llevarse a cabo se les solicitó se pusieran en postura de “cuerpo de montaña” la cual es recargar sus manos entrelazadas en el escritorio o mesa, dependiendo de dónde se encuentren y recostar la cabeza en ellas, esto se realizó con los ojos cerrados, al ser en línea se les pidió activaran por favor sus cámaras para poder visualizar sus acciones; lo siguiente fue lo que les iba diciendo mientras ellos se encontraban en esa posición:

“Mi lugar tranquilo”

“No es un lugar al que se va en coche o en avión: es un lugar que está dentro de mí, pero también dentro de ti. Puedes acceder a él respirando y recordando. Vamos a ir allí, ahora” (pausa de 10 segundos).

- Trata de recordar un momento en el que alguien te estaba cuidando o acompañando de alguna forma, y en el que te sentiste muy bien, seguro, confortado. Esa persona puede ser de tu familia, algún amigo o un maestro, alguien que te ayudó a hacer algo, que jugó contigo, que te sonrió. Puede tratarse de un momento que sucedió hace algunos días o cuando eras más pequeño. Trae a tu mente la imagen.
- Si recuerdas claramente el momento, levanta la mano (si hay niños que necesitan más tiempo, deles más tiempo y ejemplos. Vuelva a preguntarles).
- Imagina que estás con esta persona. ¿Cómo te sientes? ¿Qué hacen? ¿Dónde están? ¿A qué huele? ¿Hace calor o frío? ¿Escuchas algo?
- Ahora, trae al presente el recuerdo como si estuviera sucediendo en este momento. Imagina que esta persona te cuida, te acepta y te quiere justo como eres. Esta persona reconoce que vales mucho y te desea que estés muy bien y

tranquilo. Observa si puedes mantener este recuerdo en tu mente y nota cómo se sienten tu cuerpo y tu mente. Imagina que agradeces a esta persona.

- Este es “Tu lugar tranquilo”. Respira profunda y lentamente. Acomódate como quieras en este lugar tranquilo.
- Lo mejor de este lugar tranquilo es que está dentro de ti y lo puedes visitar cuando quieras. Es muy bueno acudir a él cuando estás enojado, triste o con miedo. Solo respira profundamente, inhala y exhala, permite que tu cuerpo se relaje y acomódate en tu lugar. Tal vez descubras que al visitarlo esas emociones pierden fuerza hasta desaparecer.
- Recuerda que puedes visitarlo cuando quieras y quedarte allí por el tiempo que lo necesites.

(SEP, 2017, p. 400)

Luego de esto se les pidió levantaran su cabeza y poco a poco abrieran sus ojos, permitiendo saber por turnos como es que era su “lugar tranquilo”, en la pantalla se les mostraron algunas imágenes para que ellos con más claridad compartieran si alguno de esos lugares o paisajes se parecía.

DF: Docente en Formación

E.1, A.3, O.4, A.5, C.6, D.7: Alumnos

DF: ¿Cómo se sintieron con la actividad y cómo es su lugar tranquilo? Mientras me platican sobre eso me gustaría que lo dibujaran.

O.4: Yo me sentí muy relajado y tranquilo maestra.

A.3: Yo casi me quedaba dormido.

A.5: Me sentí con paz y relajado.

DF: Me da gusto que ese lugar tranquilo al que fueron los haya hecho sentir así, tú te relajaste mucho A.3, te sentiste con mucha calma. - ¿Cómo es su lugar tranquilo?

D.7: Me gusto mi lugar tranquilo maestra, era un paisaje muy bonito, como ese de la imagen del parque y la banca.

E.1: Mi lugar es con mi familia porque ellos me quieren mucho, mi mamá, mi papá y mi hermano.

DF: ¿Cómo es tu lugar tranquilo C.6?

C.6: No lo recuerdo maestra, se me olvidó.

DF: No te preocupes C.6 mira en las imágenes fijate que hay distintos paisajes y lugares, tal vez alguno de ellos puedes ir cuando lo necesites incluso si aún no conoces ese lugar podrías imaginarlo, ya sabes cómo, cerrando tus ojitos y poco a poco ver ese lugar, ya sea con un río, el mar, un bosque, algún lugar que ya hayas visitado, un espacio de tu casa, tu cuarto, el patio o un parque.

A.5: Maestra el mío es como un paisaje con árboles y un lago.

C.6: Ya maestra, el mío es mi cuarto porque ahí me siento bien cuando me enojo y puedo estar yo solo.

DF: Muy bien niños, que padre que sus lugares tranquilos los puedan visitar cuando ustedes gusten solo cerrando sus ojitos, incluso tu C.6 que es tu cuarto y si no estás ahí lo puedes hacer como lo acabamos de realizar.

Fuente: Diario de prácticas (Colunga, 2021)

Para finalizar la sesión mostraron sus dibujos agregando en un costado el porqué es que ese lugar los hace estar tranquilos. (Anexo 5).

En la sesión se tuvieron dificultades en cuanto a la participación ya que en la primer clase faltó uno de los alumnos y se visualizó que en ella todos participaron y para esta se presentó el escolar faltante de la primera por lo que se pudo dar a notar que durante la misma estuvo muy participativo y al trabajar de manera individual regularmente se modificó la conducta al estar en grupo, ya que no dejaba participar a los otros queriendo responder todo. A lo anterior se realizó la intervención por parte de la maestra encargada de la USAER diciéndole “es bueno que estés muy activo el día de hoy, aunque también hay que recordar que

debemos de darle la oportunidad a tus demás compañeros para que participen, así tu puedes apoyarte en lo que digan y aprender de ellos”; gracias a esa intromisión dio como resultado que el educando comenzara a escuchar a sus iguales, sin dejar de contribuir y compartir, pero sí dejando que terceros hablaran, lo sucedido se relaciona con la teoría de Boekaerts (1999) donde señala que el alumno pugna por encontrar su sitio para conseguir sentirse competente y cuyo autoestima no resulte dañada.

Se notó una respuesta favorable por parte de los alumnos, ya que les atrae mucho el tema referente a las emociones, comparten entre iguales aportando a sus compañeros estrategias y acciones para tener autorregulación, a partir de la primera sesión se visualiza que los educandos se interesan más al realizar por sí mismos las actividades, como en este caso lo fueron los dibujos propios de cada alumno y el de “Mi lugar tranquilo”, por ello no se vio problema alguno de no tener presente el material ya antes solicitado.

Cabe destacar que ahora que el tiempo se consideró se tuvo un mejor desenvolvimiento en la actividad y a pesar de que el tiempo es corto se dio una buena interacción entre los alumnos y se considera que la autorregulación fue beneficiada con la sesión del día, recordando que aún falta por consolidar la misma y seguir desarrollando esta dimensión; fue una clase en la que a los educandos se les compartió una estrategia autorregulatoria que aún en las clases individuales siguen retomando y compartiendo en casa con sus familiares.

2.3. “Ponle el prejuicio al burro”

La siguiente clase fue realizada el día viernes 19 de marzo del 2021, siendo programada para 1 hora de aplicación, el propósito que se planteo fue que los educandos logren identificar grupos de personas que han sido susceptibles de discriminación y maltrato y analizaran las consecuencias de este hecho, así como

el grupo en conjunto reconozca, acciones de respeto, cuidado y consideración hacia animales, plantas y medioambiente, para la estructuración se apoyó en el plan y programas de estudio – aprendizajes clave de 3° de primaria. En la sesión por “Google Meet” estuvieron presentes los 6 alumnos con que se trabaja. (Anexo 6).

Para comenzar con la actividad se formaron parejas, señalando que todos debían de estar muy atentos mientras alguno de sus compañeros compartían su experiencia ya que luego ellos intentarían repetirlo. Se les preguntó a los alumnos si hace poco tuvieron algún conflicto; por ejemplo, un desacuerdo que los haya hecho sentir enojados o frustrados. Las binas fueron E.1-A.3, O.4-A.5 y D.7-C.6, para antes de que comenzara a relatar se les explicó que el eco es un fenómeno acústico y, reproduce la emisión de un sonido. Por dúo a uno le tocó ser el eco del otro y compartirían al grupo lo que él les confió, (sabiendo que la sesión fue virtual en línea se modificó la función) se realizó la escucha por parte de todo el que se encontraba en la video-llamada, pero solo la pareja asignada hablaría siendo el eco del compañero y de esta manera todos se darían cuenta sí lo que se repitió fue lo que en realidad se dijo.

Primero comenzó O.4 siendo el que compartió la situación de la primera clase contando que cuyo hermano lo había golpeado con el balón y él se molestó más al no recibir disculpas por lo ocurrido, así de esta manera A.5 intentó producir las mismas palabras compartiendo como si a él le hubiera pasado. Los demás educandos escucharon con atención y estuvieron de acuerdo que eso fue igual a lo que dijo O.4.; enseguida fue el turno de C.6 interviniendo con que él justamente se había enojado con su hermano momentos antes, pues lo fastidió y fue muy grosero con él; de modo que D.7 relató los hechos a detalle agregando lo visto en la sesión inicial donde dijo que ella hubiese reaccionado con molestia pero se calmaría respirando y soltando el aire lentamente para después hablar con él y arreglar la situación; D.7 es una alumna la cual en el transcurso de estas sesiones me doy cuenta que ve las cosas desde el lado positivo, buscando soluciones, dando paso a que sus compañeros la escuchen y puedan darse cuenta de que

hay soluciones, que todo se puede remediar y vivir tranquilamente sin exaltaciones y/o enojos.

La última pareja fue E.1 y O.3, donde E.1 intervino compartiendo que él se había enojado con su mamá pues quería destapar la jaula de su perico y ella no lo dejó, por lo que se molestó y se puso a llorar, de igual manera A.3 repitió lo que E.1 había relatado, siendo que en esta ocasión los demás compañeros intentaron apoyarlo ya que a él se le cortaba el audio pero se logró el objetivo, la escucha activa de los educandos.

En todos los casos para una explicación más amplia se les fue preguntando lo siguiente ¿con quién fue el conflicto?, ¿qué pasó?, ¿cómo terminó?, y si tanto ellos como con quien fue el problema se quedaron finalmente conformes con la resolución.

En este punto de la clase se pasó a la actividad central, titulada “Ponle el prejuicio al burro” comenzando con la pregunta de ¿sabes qué son los estereotipos? Y ¿qué entiendes por ellos?, a esto:

DF: Docente en Formación

A.3, A.7: Alumnos

DF: ¿Niños saben lo que son los estereotipos? O ¿qué entienden por esta palabra? (señalando con el cursor la palabra en cuestión).

D.7: Maestra los estereotipos son cuando pensamos algo malo de las personas pero no es verdad, también cuando no les hablan por cómo se visten.

DF: Muy bien D.7, tu respuesta fue acertada ya que como mencionas los estereotipos son cuando crees que una persona es de alguna manera sin conocerla, solo por ver su vestimenta, sus costumbres y lo que pensamos no es correcto, por ello es importante conocer primero a la persona. Para completar la definición me gustaría me apoyen a leer, ¿A.3 podrías apoyarme por favor?

A.3: Si maestra, - estereotipos, es una imagen que se tiene o se piensa de una persona o grupo de personas, por su forma de vestir, de actuar e incluso por sus costumbres y tradiciones.

DF: Mucha gracias A.3, ¿ahora sí está más claro el significado niños?

Alumnos: Si maestra, se entiende mejor – sí, era parecido a lo que dijo D.7, - si maestra, -...

Fuente: Diario de prácticas (Colunga, 2021)

A modo de plenaria se fue preguntando si recordaban algún caso donde las personas hayan sido maltratadas o excluidas y porque sucedió. Varios de los alumnos intervinieron haciendo referencia a que no conocían a alguien que hubiera pasado por esa situación, solo dos educandos afirmaron conocer a alguien, A.3 fue el primero compartiendo que en su salón un compañero que no se juntaba con nadie al principio en recreo lo fastidiaban, y cuando él se acercó para hacerse su amigo lo dejaron en paz, a lo que O.4 tomó la palabra afirmando el suceso, que ahora tanto A.3 como él eran amigos de ese niño, para ello se les dijo que esa acción fue buena pues el apoyar al sujeto afectado y evitar que lo siguieran molestando fue un acto de valentía y solidaridad aplicando la parte de la empatía, que en ese momento fue el darse cuenta de que si ellos estuvieran en su lugar les gustaría que alguien actuara de igual manera, igualmente intervino la alumna D.7 diciendo que también había tenido una experiencia parecida con su compañero A.5, aunque no lo molestaban, pero si lo ignoraban o lo excluían en los juegos de receso y en clase, por eso comenzó a hablar con él y se hizo su amiga, agregando que ella vio mal que lo excluyeran ya que a ella tampoco le sería grato no tener amigos.

Mostrar empatía puede ayudar a mejorar las formas de aprendizaje, por lo que no solo reconoce y considera lo que se ve, sino también lo que no se ve. Esos desafíos invisibles podrían incluir diferencias de aprendizaje y

pensamiento. Se podrá apoyar a los estudiantes y encontrar otras situaciones que limitan o dañan su aprendizaje. (Rojas, 2020).

DF: Docente en Formación

A.5, D.7: Alumnos

DF: D.7 ese fue un acto muy bonito de tu parte que te hayas acercado a A.5, así como antes se habló de los estereotipos, esa pudo haber sido la razón por la que muchos de tus compañeros del salón no le hablaban a A.5, ya que pensaron quizá cosas negativas de él. ¿Tú cómo te sentiste A.5?

A.5: Al principio sí me sentía solo maestra, pero cuando D.7 me empezó a hablar tuve más confianza, es que soy muy penoso y no le hablaba a nadie, hasta que ella me habló a mí y ahora somos muy amigos.

D.7: Si A.5 me gusta mucho ser tu amiga, me caes muy bien.

DF: Muy bien niños, lo que hicieron sus compañeros al acercarse a otros que no les habla nadie habla muy bien de ustedes, ya que es importante que nunca se estereotipe a una persona, es mejor conocerla y así nos daremos cuenta de cómo es en realidad, conoceremos sus costumbres y tradiciones, tal vez hasta podrían coincidir en gustos y volverse muy amigos.

Fuente: Diario de prácticas (Colunga, 2021)

A continuación se les mostró la imagen de un burro donde se les dio la indicación de que ellos en su libreta dibujaran a uno y le pusieran algún nombre, en seguida se les pidió que escribieran a un costado o debajo del dibujo lo que pensaban de él sobre ese animal, pero de manera negativa, para después realizar las siguientes preguntas. (Anexo 7).

1. ¿Cuáles de las cosas que escribieron sobre el burro son falsas?
2. ¿Cómo creen que se siente el burro al recibir tantas opiniones negativas sobre él sin conocerlo?

Para ello todos respondieron que todo lo que habían dicho era verdad, cabe aclarar que no se especificó si era dando respuesta a la ilustración que hicieron o al “burro” como un ser vivo, a esto algunos contestaron a lo referido al dibujo que ellos realizaron y otros al animal en general, obteniendo respuestas de “a mí no me gustan la cola y ojos, se las hice muy raras maestra”, “a mí no me gustan sus patas y su cola, están muy feas”, “maestra a mí no me gusta el ruido que hacen los burros”, “a mí lo que no me gusta es que huelen muy feo”,...

DF: Docente en Formación

E.1, A.3, O.4, A.5, C.6: Alumnos

DF: Muy bien niños y ¿cómo creen que se siente su burrito al recibir esas opiniones negativas?

D.7: “Se sentiría triste mi burrito maestra, porque con lo que escribí lo hacemos sentir mal”

E.1: Estaría triste y lloraría porque le dijimos cosas feas.

C.6: Mal maestra.

O.4: Si se sentiría desanimado porque va a pensar que es feo.

A.3: Triste porque a mí no me gustaría que me dijeran esas cosas.

A.5: Muy triste, porque no le gusta que le digan cosas negativas y lo va a poner triste.

DF: Exacto, todos están en lo correcto niños, el burrito se puede poner triste y puede llorar, porque lo estamos haciendo sentir mal, por eso siempre hay que

aprender a conocer bien a las personas y no decirles cosas feas, porque a nosotros tampoco nos gustaría que nos excluyeran los demás. Ahora lo que tenemos que hacer es escribir en esa misma hoja cosas positivas del burrito que dibujamos para que ya no esté triste y que sepa que es muy importante, que no tiene por qué estar mal ni sentirse triste.

Fuente: Diario de prácticas (Colunga, 2021)

A modo de cierre se les invitó a los estudiantes a reflexionar sobre el hábito de etiquetar/estereotipar a los individuos, de juzgarlas de manera adelantada y de darse cuenta de que es considerable dejar de ejecutar esa acción y compartirlas a quienes aún estereotipan a que eso que hacen es malo, perjudicial y negativo, compartiéndoles que es mejor conocerlo o conocerla y así vamos a saber sus costumbres, tradiciones y gustos, y ser amables con todo ser humano, para no hacerlos sentir mal.

Esta actividad desarrollada apoyó a los alumnos a reconocer la importancia de la empatía y la diversidad, expresando de tal forma lo que ellos sienten y así mismo el reconocimiento de las emociones en los otros comprendiendo cómo es que deben de actuar en cada situación y que es impredecible que siempre reconozcan que la humanidad es igual pero diferente a su vez. Expresaron su sentir e identificaron que aunque no se hizo mención se debe de pensar antes de actuar para no perjudicar a terceros.

2.4. “Nuestro castillo virtual” – “los animales también son importantes”

Para la última sesión del plan de intervención se realizó el día martes 23 de marzo del 2021, programada para 1 hora de clase, con el propósito de que los educandos identificaran a los grupos de personas que han sido susceptibles de

discriminación y maltrato y analizando las consecuencias de los hechos, así como identificar, junto con sus compañeros, acciones de respeto, cuidado y consideración hacia animales, plantas y medioambiente. Estuvieron presentes los 6 alumnos con que se trabajó. (Anexo 8).

Para el comienzo de la aplicación de actividad se retomó lo que significa la empatía solicitando a los alumnos si alguno podía apoyar a dar lectura, a esto ocurrió un suceso inesperado pues quien pidió participar fue E.1 un alumno que suele ser muy participativo en clase pero que apenas empieza a leer y en las clases individuales prefiere no hacerlo, comenzó leyendo lo siguiente: La empatía es comprender al individuo en distintas ocasiones y compartir ese sentimiento con él cuando se siente, triste, alegre, con miedo, molesto, disgustado etcétera. Mientras iba repasando lo anterior todos permanecían muy atentos a lo que se estaba exponiendo, al educando se le fue apoyando a leer, por parte de las docentes y aún más apoyado de su mamá; al término del escrito se dio una retroalimentación de manera que les quedara claro el texto, ya que E.1 inicio con la redacción poco a poco y al llegar casi al final del texto empezó a expresar lo que él creía decía en el mismo.

En seguida se les mostró en la pantalla compartida un castillo donde había 5 reyes y 3 reinas, siendo estos primeros 5 los alumnos E.1, A.3, O.4, A.5, C.6 y una reina la alumna D.7, las dos restantes fue la maestra encargada de la USAER de la primaria y la otra de la docente en formación.

Todos los alumnos buscaron su nombre en la ilustración, reaccionando de manera muy animada, dándose cuenta de que ellos aparecían en ella de una forma muy motivada, para ello se les mencionó que se debía imaginar que viven en ese castillo virtual en familia, donde unos con otros deben de cuidarse, protegerse y quererse entre sí, que si algún sujeto externo los llega a lastimar hay que hacerlo sentir bien para que no se ponga triste, aquí intervino E.1 diciendo que era como si le dispararan con las pistolas, a esto se le dijo que sí, que estas

no eran de verdad, pero las palabras que los afligían sí, por eso debían de cuidarse mutuamente. (Anexo 9).

Se realizó un estudio por parte de la revista Interdisciplinaria (06/2015) referente al análisis de los factores que propician el desarrollo de habilidades sociales en la niñez constituye un reto de gran relevancia para la psicología actual. El objetivo del estudio realizado fue analizar si la empatía y la experiencia de emociones positivas impactan significativamente sobre la ejecución de habilidades sociales en la niñez media, y en qué medida lo hace cada una... Los resultados indicaron que las emociones positivas y la empatía facilitan el despliegue de conductas socialmente habilidosas, siendo mayor el impacto de las emociones positivas en comparación a la empatía. En los resultados son importantes a la hora de comprender la dinámica de los procesos implicados y de diseñar programas de intervención para promover habilidades sociales en la niñez. (Oros & Fontana, 2015, p. 109)

Para lo siguiente se les dijo que aportaran algo que les gustara o admiraran mucho de sus compañeros del castillo y de esta forma todos fueron compartiendo lo que se les pidió a cada uno de ellos, así como también se hicieron aportes de la maestra encargada de la USAER y la docente en formación hacia lo que les agradaba y les gustaba de los alumnos. Fue una circunstancia entusiasta pues el que se les compartiera lo que sentían positivamente por parte de los demás y se los hicieran saber los hizo sentirse bien, entraron demasiado en confianza y hubo un momento de desorden, por lo que dejaron de estar atentos en la clase y comenzaron a enviar mensajes al chat de la video-llamada, por lo que se les solicitó que siguieran atentos a la sesión, para poder continuar de manera ordenada y permitieran darles indicaciones.

Enseguida se les mostró en la pantalla la pregunta de ¿en tu familia hay alguna mascota?, varios de ellos empezaron a mencionar de que si tenían, algunos mencionaron conejos, perros, gatos y pericos, pasándose a la siguiente imagen

donde se mostraba nuevamente el castillo con los alumnos, maestras y ahora con los animalitos que forman parte de su núcleo familiar, agregando que se recordó una de las clases cuando compartieron sus mascotas, E.1 se dio cuenta de que ahí estaba su perico y se emocionó mucho y fue por él mostrándoselo así a todos sus compañeros, lo mismo hizo O.4 con su perrito.

DF: Docente en Formación

A.3, O.4: Alumnos

O.4: Maestra yo antes tenía dos perritos pero uno de ellos se escapó y cuando lo encontramos lo habían atropellado, eso nos hizo sentir muy tristes, por eso ahora lo cuidamos muy bien. (Refiriéndose a su mascota, acariciándola y abrazándola).

DF: Qué triste O.4 que hayan tenido una pérdida así, pero se aprendió de lo que pasó con él y ahora como tú dices hay que cuidar más a ese perrito que sigue contigo para que no le pase nada.

O.4: Si maestra ahora lo cuidamos muy bien, le doy de comer, lo baño y a veces lo saco a pasear.

DF: Qué padrísimo O.4 me agrada que seas así con tu mascota, recordemos niños que también los animales son muy importantes y hay que cuidarlos muy bien.

A.3: Sí maestra todos los animales son muy importantes y tenemos que cuidarlos, yo tengo 11 gatitos y los cuido muchísimo junto con mi abuelita, como están muy chiquitos necesitan de más cuidados.

DF: Eso es cierto A.3 necesitan de mucho cuidado los animalitos, desde pequeños hasta cuando son grandes porque si no se cuidan bien se pueden enfermar y eso no queremos, yo también tengo 2 perritos, son de mis hermanos pero entre todos los cuidamos ya que al llegar a nuestra calla se vuelve como de nuestra familia.

Alumnos: Sí maestra debemos cuidarlos – cuidarlos es importante para que no se mueran y estén en peligro de extinción, como los pandas – sí, yo por eso cuido muy bien a mis mascotas –...

Fuente: Diario de prácticas (Colunga, 2021)

Se les presentó una tabla donde se les dijo que se formarían dos equipos, uno apoyaría a responder la parte de “situaciones de cuidado, amor y respeto” y la otra mitad “situaciones de descuido, abuso o maltrato”, todo refiriéndose entre el animal y el humano a cargo. Fue así como el primer equipo lo conformaron los alumnos D.7, E.1 y A.3, el segundo fue por los educandos O.4, A.5 y C.6, fue llenada de la siguiente manera:

Situaciones de cuidado, amor y respeto	Situaciones de descuido, abuso o maltrato
<ol style="list-style-type: none"> 1. Darle de comer a la mascota y a los de la calle. 2. Jugar con la mascota. 3. Cuidarlo de que no se enferme. 4. Pasear a la mascota. 5. No golpear a los perritos. 6. No abandonar a las mascotas. 7. Bañar a nuestras mascotas 	<ol style="list-style-type: none"> 1. No darle de comer a las mascotas. 2. No jugar con la mascota. 3. Maltratar y pegarle a los animalitos. 4. Arrojar piedras a las aves. 5. No sacarlos a pasear.

Tabla 4. Actividad “los animales también son importantes” - plan de intervención con alumnos. Fuente de creación propia.

La tabla anterior muestra las respuestas obtenidas por parte de los alumnos, donde varios coincidieron en algunas de ellas, siendo que los educandos se dan cuenta y reconocen cuales son las actitudes y actos humanos, que se deben de llevar a cabo con los animales, no solo las propias, sino cualquier animalito. A esto dio paso al siguiente cuadro en el que ahora el llenado se realizó en conjunto, respondiendo a ¿cómo se puede cuidar, respetar y querer a los animales? Y ¿qué acciones se deben de evitar y no permitir con los animales de casa e incluso con los de la calle?

En este cuadro se obtuvieron respuestas parecidas a la de la anterior cuestión, pero en esta ocasión haciendo referencia a todos los animalitos. Algo interesante de la clase fue que se hizo mención de las plantas, abordando así ese tema, donde varios coincidieron con lo mismo.

DF: Docente en Formación

E.1, A.3, O.4, A.5, D.7: Alumnos

A.5: Maestra también podríamos tomar en cuenta a la naturaleza, porque sin ella nosotros también nos moriríamos.

O.4: Es verdad maestra porque no podríamos respirar sin los árboles o las plantas.

D.7: Si maestra, la naturaleza es importante para que los animalitos no se extingan y nosotros podamos vivir.

A.3: Si maestra, debemos cuidar el agua para todos.

E.1: Y regar las plantas.

DF: Muy bien niños, si eso me parece muy importante, debemos de realizar todo lo que me están mencionando, porque todos vivimos en el mundo y si no lo cuidamos sería muy triste ir dejando que se extingan los animales y que las

plantitas y los árboles vayan muriendo, como dicen ellos nos ayudan a respirar, nos dan oxígeno y por eso debemos cuidarlos.

Fuente: Diario de prácticas (Colunga, 2021)

Esto último que se dijo en la sesión me hizo dar cuenta de que los alumnos con los que se trabajó durante las sesiones del plan de intervención lograron el objetivo con la empatía, y a pesar de que la autorregulación en esta ocasión tuvo un momento de debilidad y de descontrol, se vio la manera de hablar con ellos para poder continuar con la clase, entendieron y comprendieron, dando paso a que la lección continuara de modo correcto.

Al término de la sesión se les hizo mención de las cuatro actividades trabajadas en esos días referente a la autorregulación y empatía, con su apoyo se fue recordando y llenando lo que se aprendió durante las mismas. (Anexo 10).

Si bien esta actividad a través de la modalidad virtual en línea se realizó con una expectativa de atención por parte de los alumnos y obteniendo otra, se considera que hay áreas de oportunidad en las cuales seguir mejorando para obtener respuestas satisfactorias, sin dejar de lado que existió un diálogo extenso y benéfico para identificar el progreso siendo que al inicio de actividades había alumnos callados introvertidos y en ocasiones por decirlo así “alumnos fantasma” los cuales no participaban y solo se encontraban en la reunión con cámara y micrófono apagado, en esta última sesión de actividades referente a la empatía, se pudo notar que todo el alumnado se pudo visualizar y estuvieron muy activos en cuanto a la participación, ya que el que ellos pudieran compartir un poco de su vida, de sus mascotas, se promovió más interés por seguir en la sesión.

2.5. “Taller para padres: autorregulación y empatía”

Esta sesión se tenía pensada para trabajar con papás y/o tutores de los alumnos con los que se realizó el plan desarrollado a lo referente a la autorregulación y empatía con la duración de 1 hora aproximadamente, programada para el día miércoles 28 de abril del 2021, teniendo el propósito de dar a conocer a los padres de familia el tema de intervención que se trabajó con sus hijos e hijas, así como brindarles información, conocimiento e importancia del mismo, compartiendo también algunas estrategias que ellos pudiesen aplicar en casa. Mostrar y apoyar a su hijo al explicar sus ideas, escucha con atención, al reconocer acciones que benefician o que dañan a otros, y al momento de describir sus sentimientos y las consecuencias que experimentan los demás en situaciones determinadas. (Anexo 11).

Los padres serán los primeros responsables del desarrollo de los vínculos emocionales en el niño, como de su aprendizaje, la adquisición del lenguaje, de cómo experimentar el gozo ajeno, el dolor y la adopción de valores morales. Es así que el rol que ocupa la familia es sumamente decisivo para la crianza del niño, estructurando su confianza, para poder crecer sanamente. Es a través de esta relación de apego que el infante intentará asegurarse la cercanía de sus figuras de referencia. (Costabel, 2015, P. 17)

El horario asignado fue de 1 p.m. a 2 p.m. ingresando a la reunión por “Google Meet” 10 min. de anticipación, durante ese tiempo la maestra encargada de la USAER de la institución dio a conocer que una semana antes se les informó a los padres de familia de la reunión, por lo que en ese momento comenzó a verificar los mensajes de recibido de los padres de familia. Dando la 1:10 en espera de que algún padre de familia ingresara se dio por terminada la sesión, pidiendo la maestra disculpas por el incumplimiento de los padres de familia, ya que al verificar los mensajes algunos papás y/o tutores se encontraban en línea por la

aplicación WhatsApp, que es donde los contacta y varios de ellos solo vieron el mensaje y no se dio respuesta al mismo.

Se programó nuevamente la Clase al día martes 27 de abril, en el horario ya antes establecido, se tuvieron dificultades a causa de la conexión, solicitando apoyo de una persona más para presentar pantalla de las diapositivas, luego se dio comienzo con la presentación para los padres de familia, dando a conocer el propósito de este encuentro a manera de “Taller”, se siguió con el tema a trabajar y los momentos de los que iba a constar la sesión.

Así mismo se les cuestionó lo siguiente: ¿para ustedes padres de familia qué es el concepto de socioemocional, autorregulación y empatía? Obteniendo diversas respuestas como que socioemocional es lo que se aprende en la escuela sobre los sentimientos, la regulación de emociones es lo que se trataba en las clases y el ser empático apoyado de los sentimientos de los demás, a estas contestaciones se continuó con las definiciones correctas de los mismos y siguiendo con los indicadores que se tomaron en cuenta para la aplicación de la intervención, agregando así algunas citas de apoyo.

Se les plantearon las actividades realizadas en las 4 sesiones de clase referente al plan de intervención y se les compartió cómo es que sus hijos dieron respuesta a las mismas, dando ejemplos de las diversas situaciones que se presentaron al momento de la aplicación.

No se aplicó algún instrumento de evaluación, sin embargo se retomó la actividad de “ponle el prejuicio al burro”, donde se les explicó la dinámica para después pedirles dibujaran el burrito en una hoja y así enseguida le pusieran un nombre, luego se les solicitó agregaran palabras negativas sobre él y al final reconocerían que lo que se realizó era por los estereotipos que muchas veces sin averiguar cómo es el sujeto se le juzga y estereotipa, siendo una manera de construir un prejuicio erróneo para cada individuo. (Anexo 12). Sirviendo como un pequeño ejemplo de la intervención realizada con sus hijos, notando que a pesar

de que no todos los padres participaron en ella, se está consciente de que se desarrolló un buen trabajo con ellos y algunos lo dieron a conocer.

Para lo último de la clase fue el apartado de preguntas, dudas y/o sugerencias donde se dio el espacio para que los padres de familia compartieran cómo es que la aplicación del plan de intervención les beneficio a sus hijos, en que se notó un progreso y también algunos aportes para la mejora del mismo; en esta parte se batalló para tener respuesta ya que no participaban por lo que se optó por dar nombre del alumno para así la madre, padre o tutor/a respondiera.

DF: Docente en Formación
M.T: Maestra Tutora USAER

M.E.1, M.C.6: Padres de Familia

DF: ¿Alguna pregunta, duda y/o sugerencia hacia el tema abordado y aplicado con sus hijos?

M.T: Mamá de M.E.1 podría compartimos un poco de la experiencia con E.1 ante la aplicación de las actividades

M.E.1: Si maestra, pues la verdad con E.1 si he visto un cambio y me da gusto ya que antes solía ser muy enojón, y no sabía ni cómo hacerle para que mejorara, pero incluso ahora él solito se logra calmar y le dice a su papá “no te enojas mira respira profundo y después suelta el aire lentamente”, eso me agrada bastante y me gustaría que siguieran aplicando estos talleres ya que también nuestros hijos o al menos el mío se motiva a ingresar a las clases.

DF: Muchas gracias señora, me da gusto que E.1 siga aplicando las estrategias para autorregular sus emociones, recordando que no hay que dejar que se olviden, sigan en sus casas retomando lo que ya antes les compartí.

M.T: Así como lo menciona la maestra Mildred les recuerdo a ustedes padres de familia que esto que se trabaja aquí es un refuerzo de lo que se aprende en casa y así mismo hay que seguir realizándose en casa, una de las actividades que me

agrado más fue la de “Mi lugar tranquilo” donde los niños se imaginaron un lugar a donde cuando estén tristes o enojados para que logren disminuir esa emoción, aun sin estar en ese lugar físico ellos con cerrar sus ojitos lo pueden aplicar. Ya saben cómo es cuestión de que ustedes los apoyen.

DF: Como dice la maestra ellos ya tienen algunas estrategias que pueden realizar cuando se sientan de esta manera.

M.C.6: Me parecieron agradables e importantes las actividades que se realizaron en este taller con nuestros hijos, igual con C.6 he visto que ya no se enoja tanto y si lo hace dura menos que antes enojado.

Fuente: Diario de prácticas (Colunga, 2021)

Se pudo notar cuando los padres de familia compartieron las experiencias a partir de la aplicación de las actividades de intervención que les fue funcional y en algunos casos los resultados fueron satisfactorios, dándoles así a conocer que esto se debía de seguir retomando en casa.

Aceptaron y compartieron algunos de ellos que la intervención les fue funcional y se ha visto un gran avance y cambio en sus hijos, solicitando se siga dando continuidad al área socioemocional, debido a que en el transcurso del ciclo escolar en la modalidad virtual en línea se pudo notar el cambio de cuando se comenzó el trabajo por parte de los niños y niñas y cómo es que se les notó el interés y motivación al seguir ingresado en las sesiones de clase.

Lo anterior haciendo referencia que en muchos casos los alumnos no ingresaban a sus clases regulares prefiriendo ingresar solo a aquellas sesiones que brindaba el servicio de la USAER, sintiéndose en confianza, libres de expresarse, con mayor atención y compartiendo que esas clases las preferían pues estaban muy interesantes y las actividades muy fáciles.

A pesar de que en la sesión con padres de familia no se dio tanta la comunicación, al no participar y mantenerse callados solo escuchando, las pocas mamás que sí lo hicieron se pudo notar que existió un progreso en sus hijos a beneficio de su educación y al apoyo hacia sus papás, ya que ahora conocen diversas estrategias para dar continuidad en casa y así los niños y niñas puedan seguir desarrollando su autorregulación y empatía de la mejor forma posible, reconociendo la manera en que ellos pueden controlar sus emociones y al percibir las de los otros saber cómo actuar.

2.6. Análisis de resultados

“La calidad de la educación depende, en buena medida, de la rigurosidad de la evaluación; por ello, reducirla a la medición de los resultados, hace perder de vista los procesos más ricos que se llevan a cabo en el aprendizaje”. (De Vincenzi & De Angelis, 2006, p. 1)

Si bien la estancia de la USAER se centra en brindar la atención y orientar a las escuelas hacia la inclusión de manera colectiva para establecer un cambio en las interacciones personales, disminuyendo la desigualdad entre la diversidad del contexto en el que se encuentre, también como menciona la SEP (2011) la tarea educativa de este servicio es poner en juego la emocionalidad, los afectos, lo intuitivo y la voluntad para fortalecer el proyecto de vida de los sujetos con o sin discapacidad y así poder avanzar firmemente en la solidaridad, la colaboración, el respeto y el diálogo ético; por ello se replanteó un plan de intervención dando respuesta al área socioemocional en el que los alumnos por sí mismos indaguen en ellos la forma en que pueden regular sus emociones y reconociendo las de los demás para ser empáticos con los otros.

Para los resultados del plan de intervención, es necesario desarrollar algún tipo de evaluación, recordando los objetivos que se pretendían lograr, así reconocer las áreas de fortaleza y de oportunidad para ir mejorando cada una de ellas y de esta manera el desarrollo de aprendizaje de los alumnos se obtenga un resultado favorable, reconociendo la modalidad en la que se trabajó como de vital importancia hacía lo obtenido.

Para las actividades aplicadas se evaluó mediante una lista de cotejo apoyándome a partir de las respuestas de los alumnos, así como de la observación misma, para el llenado de la tabla se tomó en cuenta la escala de valoración ordinal donde se realizó por rango, es decir, se ponderó por el logro de los aprendizajes (logrado, en proceso), siendo valorados de manera grupal o individual.

Siendo así durante las sesiones se pretendía realizar por clase la gráfica de la metacognición donde con base en ella se apoyaría para los resultados de la práctica, a partir del poco tiempo que se tenía por intervención gracias a la modalidad virtual en línea se aplicó hasta la última sesión, en que solo se obtuvieron algunas evidencias de la misma, a pesar de ello no se dejó de lado la parte de la observación y respuestas de los educandos ante las actividades presentadas.

De primera instancia se evaluó la dimensión autorregulatoria donde como ya antes se hizo mención se tomó a partir del conocimiento de las emociones, recordando que es indispensable saber regular, actuar y accionar en cada situación que se les presente, en este caso, siendo reguladas ante una pantalla y en casa, principalmente; la pandemia del COVID -19 ocasionó esta modalidad de educación y es difícil el trabajo con el alumnado en la parte de la atención, estrés y conmociones durante las sesiones de clase.

Según Zimmerman (cit. Por Panadero & Alonso), la autorregulación es una competencia que permite a los alumnos activar las estrategias de aprendizaje necesarias para alcanzar los objetivos establecidos. Se pueden distinguir siete

grandes teorías sobre autorregulación: operante, fenomenológica, procesamiento de la información, socio-cognitiva, volitiva, vygotskiana y constructivista.

Para ello se tomó en cuenta en el llenado de la lista de cotejo si el alumno estaba en proceso o si se lograron los indicadores tomados en cuenta, estos se muestran en la tabla de resultados siguiente:

Indicador	Evaluación inicial		Evaluación final	
	Logrado	En proceso	Logrado	En proceso
Está atento a cada indicación y aporta comentarios a la clase.	✓ 2	4	✓ 5	1
Reconoce sus propias emociones e identifica las sensaciones que le provocan.	✓ 3	3	✓ 6	
Interpreta las emociones de sus compañeros (reconoce las emociones en los otros).	✓ 3	3	✓ 6	
Aplica estrategias para regular sus emociones en clase y vida diaria.	✓ 3	3	✓ 4	1
Comparte estrategias de uso para autorregulación de emociones	✓ 1	5	✓ 5	1
Identifica lo que causa cada una de las emociones que experimenta y comparte su reacción	✓ 2	4	✓ 6	
Identifica las áreas donde es perceptible cada una de las emociones, las plasma y comparte su sentir.	✓ 4	2	✓ 5	1
Reconoce un lugar de paz y calma en momentos de estrés, enojo, tristeza, entre otros.	✓ 2	4	✓ 5	1

Pide apoyo cuando le es necesario, aplica lo que le comparten en beneficio y así mismo reconoce y agradece el apoyo que se le brinda. (En clase, en familia y sociedad).	✓ 3	3	✓ 6	
--	-----	---	-----	--

Tabla 5. Lista de cotejo evaluación autorregulación – fuente de apoyo Plan y Programas Aprendizajes Clave 2017. Creación propia.

Como se puede observar en la lista de cotejo anterior, se muestra que la mayoría de los alumnos logró el cometido, ambas evaluaciones fueron realizadas a partir de la observación en las clases con los alumnos, como se puede notar al iniciar la aplicación del plan algunos de los alumnos seguían en proceso para poder lograr los indicadores tomados en cuenta, al finalizar se mejoró en muchos de los aspectos anteriores fortaleciendo así la parte emocional y regulatoria, en la vida personal y social, siendo que todos participaron en la primera y segunda clase, reforzando esta dimensión socioemocional, también cabe resaltar que se tiene que seguir con la búsqueda de nuevas estrategias para dar respuesta no solo a la mayoría de los estudiantes, sino a todos.

Ese un educando que se encuentra en proceso de lograr los indicadores se percibió al momento de la clase ya que en sus comentarios daban a conocer indirectamente que estas estrategias no les favorecen, aferrándose a sí a su emoción y esperando a que por si solo se le bajara el enojo, permaneciendo con ese sentir mucho más tiempo, de igual forma fue notable el avance en los alumnos ya que así lo comparten los padres de familia en la reunión que se tuvo; hicieron mención de que sus hijos e hijas a partir de esta intervención cuando alguien de su contexto se encontraba molesto compartían con ellos la manera de autorregulación que se les brindó, entrando aquí la dimensión socioemocional de la empatía.

Ahora que la empatía, es fundamental en la vida diaria para la comprensión de las emociones de los demás como la propia se consideraron las sesiones grupales por esta misma razón, dejando que los alumnos compartieran las distintas reacciones ante cada situaciones que se les presenta, así saber reconocer que todo ser vivo es indispensable para el mundo, tomando en cuenta a los animales y la naturaleza completa.

La parte empática fue en la que se obtuvieron mejores resultados, ya que todos los alumnos compartieron la importancia de reconocer a cada ser humano como único y a pesar de las diferencias no juzgar y establecer prejuicios de ellos sin antes conocerlos, poniéndose así en el lugar del otro en caso de que eso sucediera.

Es necesario enseñar a los niños y niñas, ya desde pequeños, a atender las emociones ajenas. Todas (o casi todas) las situaciones de nuestro día a día se caracterizan por estar plagadas de interacciones sociales. Por los conflictos interpersonales.

La empatía nos permite actuar teniendo en cuenta a las personas. Además, desarrollar la empatía también fortalece nuestro desarrollo personal, mejora la resiliencia y favorece la autoestima (Pradas, 2018).

Se dio a conocer cómo es que varios de los niños y niñas ya han actuado empáticamente en la vida diaria, en la escuela principalmente. Se tomó en cuenta esta dimensión por la misma razón de la modalidad en línea, beneficiando a los alumnos ya que es de vital importancia que se desarrollen en un contexto donde puedan compartir experiencias con sus iguales e ir fortaleciendo sus áreas de oportunidad y sus debilidades.

Indicador	Evaluación inicial		Evaluación final	
	Logrado	En proceso	Logrado	En proceso
Comparte con sus compañeros situaciones de conflicto o desacuerdo.	✓ 4	2	✓ 6	
Realizan aportes a sus compañeros ante como podrían reaccionar o actuar en situaciones de desacuerdo o conflicto.	✓ 4	2	✓ 5	✓ 1
Reconocen lo que es un estereotipo y evitan juzgar a las personas sin conocerlas.	✓ 5	1	✓ 6	
Reconocen el sentir de alguien cuando es juzgado.	✓ 4	2	✓ 6	
Comparten a sus compañeros de manera positiva lo que admiran de ellos.		6	✓ 6	
Reconocen que todos los seres humanos, animales y plantas deben de ser tratados de manera digna.	✓ 3	3	✓ 6	
Realizan aportes de acciones a realizar para el bienestar de todo ser vivo.	✓ 3	3	✓ 6	
En la vida diaria aplican la empatía.	✓ 4	2	✓ 6	

Tabla 6. Lista de cotejo evaluación empatía – fuente de apoyo Plan y Programas Aprendizajes Clave 2017. Creación propia.

Aunque se pretendía que todas las actividades partieran para dar respuesta a esos 7 alumnos del 2do ciclo, se puede observar que a partir de la evaluación a través de la observación de inicio algunos de los escolares aún seguían en proceso en diversos indicadores, a pesar de que se obtuvo con todos un gran avance y considerando que se realizaron ajustes en cada una de ellas al momento de la aplicación se debe recordar que no siempre una sola estrategia es funcional para todo el alumnado.

Se reconoce que en esta dimensión se obtuvieron mejores resultados que en la autorregulatoria, pero aún falta seguir mejorando las intervenciones para poder llegar a la consolidación de los escolares en ambas dimensiones socioemocionales; ante los resultados obtenidos y la observación durante clase y por parte de los padres de familia se puede percatar que en los alumnos se notó un cambio desde el inicio de la aplicación del plan de intervención hasta el final, reconociendo así la importancia de dar continuidad en casa en estas dimensiones socioemocionales.

No obstante al término de la aplicación del plan de intervención, se sigue dando seguimiento en casa como se hizo saber y en clase desarrollando las actividades que se planean e incorporando a los mismos aspectos de las dimensiones trabajadas, para no dejar de lado ese proceso y su desarrollo sigan en constante progreso.

III. CONCLUSIONES

“La inteligencia consiste no solo en el conocimiento, sino también en la destreza de aplicar los conocimientos en la práctica”.

Aristóteles

Conforme el transcurso de la formación docente en la Licenciatura en Educación Especial Área Auditiva y de Lenguaje se fue construyendo mi objetivo de conocer diversas formas en las que se debe de tratar ante la diversidad, así como saber cómo atender a las necesidades de los alumnos con y sin discapacidad, favoreciendo su aprendizaje a partir de la motivación, de sus interés, el refuerzo de valores y como se retoma en el tema la empatía mutua con cada uno de ellos de manera que las clases fluyeran en beneficio de su conocimiento, dejando a su vez una pequeña huella en cada uno de los alumnos, escuela, docentes y padres de familia.

En cuanto al perfil de egreso se reconoce que al comienzo de la formación docente hasta la fecha se han adquirido conocimientos, competencias, habilidades actitudes y valores, siendo que a todo esto aún falta un amplio camino por recorrer, también durante las clases el observar la emoción y el interés por cada una de ellos, la felicidad con que realizaban las actividad y los aportes que hacían es una gran satisfacción; es el saber de que se están haciendo las cosas de forma provechosa, claro es necesario seguir mejorando y apoyando con el trabajo constante en la escuela y en la casa para que lo implementen a su vida diaria.

El propósito central del Plan de Estudios es que el estudiante adquiriera los rasgos deseables del perfil de egreso del maestro de educación especial. Es decir, que obtenga un conjunto de conocimientos, competencias, habilidades, actitudes y valores que le permitan ejercer la profesión docente con calidad y con un alto nivel de compromiso, a fin de dar una respuesta educativa adecuada a las necesidades específicas que manifiestan los

alumnos con discapacidad, así como a las de quienes presentan necesidades educativas especiales derivadas de otros factores. Asimismo, se pretende que el estudiante desarrolle la disposición y la capacidad para el aprendizaje permanente, basándose en la propia experiencia y en el estudio sistemático (SEP, 2004, p. 43).

En las distintas escuelas en la que se realizó la práctica docente se obtuvieron de todo el que lo involucraba, saberes, conocimientos, habilidades, formas de enseñar, aplicación y evaluación, estrategias de intervención y el comprender y saber de qué forma tratar con los escolares tomando en cuenta sus necesidades y la aplicación del apoyo y refuerzo en el área socioemocional, la consideración de ajustes curriculares que se debían de realizar de tal modo que estuvieran apoyados y a su vez sustentados de documentos oficiales para proponer y realizar las actividades pedagógicas pertinentes, de manera que se fue reforzando mi formación como docente de licenciatura.

No fue una tarea nada fácil durante este último año, no porque los alumnos, equipo docente y padres de familia no apoyará mi intervención, sino por el hecho de que la situación que se vivió de pandemia causó la modificación de la forma de trabajo docente, ya que no se tuvo la oportunidad de físicamente conocer a los alumnos y fue difícil saber de qué manera se desenvuelven en la escuela, conocer ese contexto escolar que se vive en la primaria Heroínas Mexicanas” y aunque gracias al apoyo de la maestra tutora de la Unidad se apoyó a esa parte, si estoy segura que posiblemente mi intervención hubiese sido diferente, con más estructura en cuanto a planeación para el aporte de la enseñanza-aprendizaje de los educandos; me hubiera gustado estar frente a grupo completo, pues no se tuvo la oportunidad, en mi formación docente siempre se estuvo fuera de aula de clase trabajando con los escolares de manera individual, a excepción de un año que se trabajó en un CAM, pero no se culminó pues comenzó la cuarentena.

Retomando el primer propósito específico del documento, si se identificaron diversos teóricos que apoyaran y sustentaran la realización del mismo, tomando en cuenta que muchos de ellos conociendo nuevos nombres y personas que conforme la indagación se conocieron y según su saber y lo que sustentaban sobre el tema de desarrollo personal y social apoyando a la autorregulación y empatía siendo de gran ayuda y así fue como se plasmaron en este ensayo pedagógico.

Para el siguiente propósito se lograron diseñar estrategias a través de actividades que respondieran al tema inicial, ampliando el conocimiento de lo que se tenía al comienzo sobre cada uno de los alumnos, siendo aplicadas de manera pertinente en la modalidad virtual en línea y realizando una evaluación mediante listas de cotejo para conocer los avances y/o retrocesos obtenidos a partir de la aplicación; cabe resaltar que a pesar de haber dado respuesta a este propósito se debe de seguir mejorando en cada diseño, aplicación y evaluaciones que se formulan, pues en el proceso se notaron cuestiones no previstas y teniendo que dar solución a ellos, solicitando en ocasiones apoyo de terceros para la mejora de ello.

El último propósito fue analizar y reflexionar los avances obtenidos del proceso que conlleva realizar el plan de intervención de inicio a fin, todo referente a las dimensiones de autorregulación y empatía y hacia el desarrollo de las habilidades sociales e inteligencia emocional. Siendo el final del documento donde se plasma cada obstáculo que se tuvo, lo que se logró y finalmente las áreas de oportunidad que se deben atender.

Con las preguntas de investigación se apoyó para el comienzo de la búsqueda e indagación de posibles estrategias con las que se llevaría a cabo el trabajo de la intervención con el alumnado, así como se retomaron y plantearon de distinta manera algunas actividades del Plan y Programas de Estudio para la Educación Integral en el apartado del área socioemocional aun al tenerlas ya en planeación,

al momento de la aplicación de las mismas se realizaron ajustes razonables, a causa de diversas circunstancias era indispensable realizarlas.

El trabajo con los alumnos del 2do ciclo siendo 3° y 4° grado de primaria canalizados a la USAER 03 de dicha institución, fue un reto por la manera en que se trabajó, ya que no se tenía idea de cómo ejecutarlo a través de la modalidad virtual, en línea, pues nunca se pensó en que tocaría realizar una práctica docente de este modo, respondiendo dos de las preguntas centrales *¿por qué es significativo que se desarrolle la dimensión socioemocional de la autorregulación y empatía en los alumnos de primaria durante la modalidad virtual, en línea?* y *¿en que contribuyen la dimensión socioemocional de la autorregulación y empatía en los estudiantes y por qué es indispensable emplearlas?*, es impredecible no pensar en que los niños y niñas están acostumbrados a interactuar entre sí, desenvolverse en las aulas de clase, compartir con sus iguales, con los maestros y el demás contexto escolar, aprendiendo de ellos. Eso se debe tomar en cuenta al momento de realizar las intervenciones con los educandos aplicando estrategias socioemocionales de apoyo a la regulación de cada escolar, así como que consideren las emociones propias y de los otros, que sepan sobre llevar e identificar el motivo que causa su educación de esta forma y saber afrontarlas mientras siguen con su aprendizaje; apoyando a sus padres en casa y a docentes con la regulación de emociones para un desarrollo de clases en beneficio de todo involucrado y asimismo ser empáticos y reconocer que hay motivos razonables por el cuál se optó por enseñanza mediante una pantalla.

En cuanto a lo referente la pandemia, en este caso COVID-19, se les debe recordar a los alumnos que en algún momento terminará y aunque hay cosas que van a cambiar, deben saber actuar y ser empáticos con los demás ya que todos vivieron un cambio drástico en su rutina de vida a partir del comienzo de esta.

Para la pregunta *¿cómo será el diseño, aplicación y evaluación de las actividades para implementar la dimensión socioemocional de la autorregulación y empatía en los alumnos de primaria durante la modalidad virtual, en línea?* se dio

respuesta al momento de la indagación de estrategias para la planeación aplicada, fue difícil la búsqueda y asimismo los ajustes razonables realizados para el plan de intervención, ya que si bien se hizo uso del libro de Aprendizajes Clave para la Educación Integral” de 3° fue pertinente ajustar a la modalidad virtual, así como en las actividades buscadas desde otras fuentes del internet; en la aplicación y al anteriormente haber dado otros temas de clase distintos a este, se comenzó a tener la noción de cómo es que se debía de realizar la estructura de las clases con un inicio de actividades de manera de introducción al tema, después el desarrollo en el que se realiza la actividad central, y finalmente el cierre de clase donde se recordaba lo visto en la sesión, para que nos sirvió aprenderlo, en que momentos aplicarlo y reforzar su aprendizaje, todo ello se fue apoyando de diapositivas, videos e incluso de canción, no necesitando un espacio más que de un lugar apropiado, preferentemente sin ruido, con reglas para la participación a causa de la distorsión de sonidos en las video-llamadas.

La evaluación se fue realizando mediante la observación de los alumnos a partir las respuestas que daban en cada pregunta, al comentar sobre el tema y relacionándolo en su vida diaria; fue uno de los factores más difíciles en un comienzo, ya que no todos participaban y se tenía que preguntar directamente para obtener respuesta, pero conforme fueron dándose las clases los alumnos por sí solos pedían hablar y compartir a la clase su opinión o vivencia en lo social y personal sobre el tema.

Lo plasmado en este ensayo pedagógico puede ser de uso y apoyo para quien le sea eficaz, así como es vital que se reconozca que las distintas estrategias aplicadas pueden o no ser funcionales para el contexto, la modalidad en que se trabaje e incluso para la diversidad de los alumnos.

Los propósitos y a su vez las actividades fueron planteadas con la intención de apoyar a los padres de familia y maestros en conjunto para desarrollar en los alumnos habilidades autorregulatorias y empáticas siendo para su ayuda en situaciones o conflictos que se generen, logrando que apliquen cada una de ellas

en el momento indicado, así como permitiendo que en clases en línea se trabaje con toda disposición de los niños y niñas y así ir desarrollando cada actividad dando como resultado que en casa se vea un comportamiento positivo en ellos.

A principios del ciclo escolar salía a relucir que faltaba apoyar a la dimensión empática de alumno-maestro, a esto en distintas ocasiones se tuvo que intervenir por parte de la maestra encargada de la USAER, tomando partido solicitando a los educandos fueran realizando las actividades que se les pedían. Conforme se fue pasando el tiempo en cada sesión se implementaba la actividad de inicio, ya sea de atención y memoria, donde se realizaba en conjunto con los alumnos y de esta manera incluso con aplicaciones de juego ayudando en beneficio de la confianza propia y hacía la docente, logrando visualizar un cambio de las primeras prácticas a las últimas, así mismo con los padres de familia se vio el interés, permitiendo la oportunidad y disposición de trabajar con ellos este plan de intervención, siendo que se buscaron espacios en que concordaron todos o la mayoría para aplicarla.

En cuanto a la autorregulación al comienzo se pudo observar a algunos educandos con los que se trabajaba que al realizar actividades ya sea de juegos y/o competencias, se centraban tanto en eso que dejaban de lado la actividad central queriendo permanecer jugando toda la sesión, por lo que ahora se nota que es menor esa persistencia, aún se necesita fortalecer la actitud autorregulatoria y seguir trabajándose, pero se puede decir que un avance en ese aspecto, si se obtuvo.

La empatía aunque aún no llega a su consolidación en los alumnos, se desarrolló de manera pertinente mediante habilidades sociales para los educandos, partiendo de la inteligencia emocional donde se complementen en el enfoque de su vida personal y social, identificando sus sentimientos y emociones en uno mismo y en los demás, complementándose con las dimensión socioemocional ya que ambas son vital de desarrollar.

Se puede sustentar que hubo un progreso notable por su parte se debe de seguir trabajando en su día a día, siendo apoyados desde casa así como en lo educativo para consolidar los propósitos planteados y obtener una mejor respuesta; en la sesión con padres de familia se compartió que en casa los niños y niñas siguen actuando y aplicando algunas de las estrategias propuestas para la regulación ya que mencionan que en las acciones que antes realizaban en casa al estar molestos era exaltarse demasiado y permanecer con la emoción negativa, el cambio se comenzó a percibir desde la primer clase, haciendo mención de que realizan la acción de inhalación de aire profunda y exhalación lenta, reconociendo que eso los ha ayudado en su comportamiento. Fue muy grato escuchar ese tipo de comentarios, así como el que les gustaría que se siguieran realizando esas actividades y de igual manera se dio a notar el interés que tiene los papás hacia sus hijos e hijas.

Cabe destacar que el éxito obtenido no solo fue escuchado por los padres, sino también en clase con alumnos, ya que comparten que esto les ha funcionado, pues cuando se molestan tratan de calmarse, evitan pelear y arreglan las cosas quien o quienes se molestaron, así como reconocen que en sus casas a veces su papás están tristes y ellos por sí mismos los apoyan, siendo que aplican la empatía.

Aunque existieron momentos de desorden durante alguna de las cuatro sesión de aplicación del plan fueron escasos, sin embargo eso no afecto a los resultados favorables de la intervención realizada, de esta manera se dio a conocer que en los alumnos existe un gran interés, también lo fue por parte de los maestros tutores de la escuela “Heroínas Mexicana” ya que como antes se hizo mención se intervino en las distintas actividades para apoyar en la mejora de las mismas logrando obtener un mejor resultado.

Hay que reconocer que no fue una labor fácil, ya que tanto como maestra de apoyo y docente en formación se realizó mediante la modalidad virtual en línea a causa de la “Pandemia COVID-19”, teniendo a su vez pros y contras, algunas de

ellas fueron los fallos de la conexión a las video-llamadas, la asistencia e inasistencia de los escolares, el uso de las tecnologías, tiempo, espacio, distractores, interferencias, lo que más favoreció fue el apoyo por parte de la titular de la USAER, disposición de los padres de familia al trabajo extraordinario con los alumnos y la actitud del alumnado con el que se trabajó.

La maestra tutora de la USAER fue de gran apoyo ya que cuando se realizaron las actividades del plan con los alumnos al tener espacios libres compartió de manera pertinente las mejoras que se pueden realizar en ellas y así atender a las necesidades que cada alumno requiere.

Algo que es impredecible recordar es la actitud que se tenía de un inicio y la manera o forma que se interactuaba con los alumnos y maestros de las instituciones en las que se realizaban prácticas, ya que el miedo por equivocarse o realizar las cosas mal en un comienzo fue un impedimento a desarrollar y aplicar las habilidades y actitudes docentes como tal, pero ahora y en el transcurso de cuatro años de formación se ha notado un cambio personal, ya que se tomaron en cuenta las áreas de oportunidad, trabajando a su vez en ellas y arriesgándose a cometer errores tomándolos a modo de grandes aprendizajes.

Las nuevas problemáticas identificadas al finalizar el trabajo docente, es la seguridad de expresión en cada tema para los alumnos, la manera en que se les explica conforme su nivel de aprendizaje ya que algunos de los escolares con quienes se trabajó comprendían las indicaciones claras y otros tantos se les debía de explicar a detalle para su comprensión, en algunos casos al explicar de diferente manera aun no comprendían por lo que quien intervenía en apoyo a esto era la maestra tutora de la USAER.

Recordando que como es bien dicho, nunca se deja de aprender pues todos los días se aprende algo nuevo, es así que se concluye el ensayo pedagógico, quedando con los aprendizajes y la experiencia de la intervención realizada con dichos alumnos; uno aprende al mismo tiempo que enseña.

IV. REFERENCIAS:

- Alecsiuk, B. (1 de Abril de 2015). Inteligencia Emocional y Desgaste Por Empatía En Terapeutas. Revista de Investigación Educativa – *Redalyc* (24) N°1, p. 46. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/2819/281944843006.pdf>
- Alvarado Calderón, K (30 de septiembre del 2012). Empatía y clima familiar en los niños y niñas costarricenses de edad escolar. Revista de Investigación Educativa – *Redalyc* (12) N°3, p. 25. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/447/44723985002.pdf>
- Ato Lozano, E. González Salinas, C. & Carraza Carnicero, J.A. (junio del 2004). Anales de psicología. Aspectos evolutivos de la autorregulación emocional en la infancia, p. 1/69. Recuperado de: https://www.um.es/analesps/v20/v20_1/07-20_1.pdf
- Bedmar Arroyo, S. (2009). Federación de Enseñanza de CC. OO. de Andalucía. Temas para la Educación. La importancia del contexto en el proceso de la enseñanza-aprendizaje. *Revista digital para profesionales de la enseñanza*, (5)260, p. 1-3-4-5. Recuperado de: <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd6448.pdf>
- Campillo Ranea, J. E. (s.f.). *juntadeandalucia.es*. La importancia de la educación emocional en las aulas. p. 4. Recuperado de: <https://www.juntadeandalucia.es/educacion/portals/delegate/content/ab2f1d46-cd27-47f8-b849-e928a701df05>
- Chauvie Costabel, P. L. (2015). *Empatía: Efectos de los vínculos primarios*. Universidad de la República, Facultad de Psicología. Montevideo-Uruguay, p. 17. Recuperado de: https://sifp.psico.edu.uy/sites/default/files/Trabajos%20finales/%20Archivos/tfg_5.pdf

- De Vincenzi, A., De Angelis, P., (Junio de 2006). *Universidad Abierta Interamericana*. La evaluación de los aprendizajes de los alumnos, p. 1. Recuperado de: https://www.panoramadelarte.com.ar/hamal/pdf/criterio_evaluativo.pdf
- Educación, (17 de Septiembre del 2019). Edu.jalisco.gob.mx. ¿Qué es la Educación Especial? Recuperado de: <http://edu.jalisco.gob.mx/educacion-especial/que-es-la-educacion-especial>
- Educapeques. (5 de Septiembre del 2016). *Autocontrol Emocional: Técnica de la tortuga para el control de las emociones*. Portal de educación infantil y Primaria, Escuela de Padres – Educapeques. Recuperado de: <https://www.educapeques.com/escuela-de-padres/autocontrol-emocional.html>
- Fernández Berrocal, P. & Extremera Pacheco, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado – Redalyc* (19) N° 3, p. 68. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927005.pdf>
- Fernández, M. V., Arenas Martínez (2019). La inteligencia emocional en el aula. Recuperado de revista digital de afiliados a ANPE – Revist@ Ventana Abierta: <http://revistaventanaabierta.es/la-inteligencia-emocional-en-el-aula/>
- Hacer Escuela (2018), en colaboración con Victoria Abregú “Pensar la escuela rural a mediano plazo: el trabajo en equipo”. OEI, Buenos Aires. Organización de Estados Iberoamericanos, pp. 2-3
- Hacer Familia (08 de Enero de 2016). *La autorregulación emocional*. Hacer Familia / psicología Recuperado de: <https://www.hacerfamilia.com/psicologia/noticia-autorregulacion-emocional-20160108114306.html>

- Jiménez León, I. (2008). Publicatuslibros.com. ¿Cómo fortalecer la relación entre familia y escuela? en “La relación familia escuela”. p. 8-9. Recuperado de: <http://caps.educacion.navarra.es/primaria2/files/La%20relaci%C3%B3n%20familia%20escuela.pdf>
- Lacunza A. B. & Cortini de González, N. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Revista de Investigación Educativa – Redalyc (12) N°23*, pp. 163-164. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/184/18424417009.pdf>
- LGE (30 de Septiembre de 2019). *Patente nº Nueva Ley DOF 30-09-2019*. Estados Unidos Mexicanos. Ley General de Educación, p. 1, 22.
- Lozano Salazar, E. (17 de abril del 2017). *Vocación Estadística*. El Propósito de tu estudio o investigación. Recuperado de: <http://vocacionxestadistica.blogspot.com/2017/04/el-proposito-de-tu-estudio-o.html>
- Madrid López, N., (2018). *Psicología-Online*. Recuperado de: <https://www.psicologia-online.com/la-autorregulacion-emocional-y-la-inteligencia-emocional-825.html>
- Mireles. (10 de Agosto de 2019). *Espacio Educativo*. Habilidades socioemocionales Recuperado de: <http://mirelesespacioeducativo.blogspot.com/2019/08/educacion-socioemocional-habilidades.html#:~:text=La%20autorregulaci%C3%B3n%20implica%20moldular%20los,emocionales%20y%20lograr%20experimentar%20de>
- Morilla, V. M. (2018-2019). *Repositorio Universidad Jaume I*. Valores y Empatía. Recuperado de: http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/183074/TFM_2019_MartinMorilla_Victor.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Naranjo Flores, G. (enero-junio de 2011). La construcción social y local del espacio áulico en un grupo de escuela primaria. *Revista de Investigación Educativa – Redalyc* (12), p. 11. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/2831/283121721002.pdf>
- OMS. (10 de Enero de 2021). *Organización Mundial de la Salud*. Organización Mundial de la Salud Recuperado de: https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses?gclid=Cj0KCQiAx9mABhD0ARIsAEfpavTO53GTfp_ZxjigJL55IP7pEewZN2tWNo34rEyNvNVTD-RyJLYOtWgaAuk9EALw_wcB
- Oros, L. B., & Fontana Naresso, A. C. (Junio de 2015). Niños socialmente hábiles: ¿Cuánto influyen la empatía y las emociones positivas? *Interdisciplinaria*. *Revista de Investigación Educativa – Redalyc*(32) N° 1, p.109. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/180/18041090006.pdf>
- Panadero, E., & Alonso Tapia, J. (Junio de 2014). *ScienceDirect*. *Psicología Educativa: Teorías de autorregulación educativa: una comparación y reflexión teórica*. Vol. 20, pp. 11-22. Recuperado de: [https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1135755X14000037#:~:text=La%20autorregulaci%C3%B3n%20es%20un%20%E2%80%9Cproceso,%E2%80%9D%20\(Zimmerman%2C%202000%20p.](https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1135755X14000037#:~:text=La%20autorregulaci%C3%B3n%20es%20un%20%E2%80%9Cproceso,%E2%80%9D%20(Zimmerman%2C%202000%20p.)
- Plana Domingo, J. A. (2014). *Inteligencia Emocional Y Bienestar*. Comité Organizador del I Congreso de la Inteligencia Emocional y Bienestar, Confederación de Organizaciones de Psicopedagogía y Orientación de España. Zaragoza: Universidad de Zaragoza, pp. 13-14
- Pradas Gallardo, C. (28 de Marzo de 2018). *Psicología-Online*. *Psicología-Online* Recuperado de: <https://www.psicologia-online.com/actividades-y-juegos-para-trabajar-la-empatia-en-ninos-3672.html>

- Ramírez, T. A. (Diciembre de 2011). Desafío Docente: El Alumno Post-moderno. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria – UPC* (1) p. 8. Recuperado de: <https://revistas.upc.edu.pe/index.php/docencia/article/view/4>
- Rojas, I. (10 de Julio de 2020). *Lirmi*. Educación a distancia con empatía. Recuperado de: <https://blog.lirmi.com/educacion-a-distancia-con-empatia>
- SEP. (2004). Orientaciones Académicas para la Elaboración del Documento Recepcional. En Secretaría de Educación Pública, *Licenciatura en Educación Especial Plan de estudios 2004, séptimo y octavo semestres*, pp. 15-16.
- SEP (2004). Plan de estudios 2004. En Licenciatura en Educación Especial. Programa para la Transformación y el Fortalecimiento Académicos de las Escuelas Normales. Primera edición. México, D.F., p. 43.
- SEP (2006). Orientaciones generales para el funcionamiento de los servicios de educación especial. II. Servicios de Apoyo; III. Servicios Escolarizados; IV. Servicios de Orientación, pp. 37, 67, 105.
- SEP. (2011). *USAER - Orientaciones para la Intervención Educativa de la Unidad de Servicios de Apoyo a la Educación Regular (USAER) en las escuelas de Educación Básica*. Dirección de Educación Especial. México, D.F. p. 15
- SEP, (2017). Plan y programas de estudio. *Aprendizajes Clave para la Educación Integral*. Secretaría de Educación Pública, p. 343-344, 362-363, 370-372, 400.
- SEP. (19 de Abril de 2020). *uno TV*. Recuperado de <https://www.unotv.com/noticias/portal/nacional/detalle/programa-aprende-en-casa-en-que-consiste-772257/>
- UNESCO. (2017). *Docentes y sus Aprendizajes en Modalidad Virtual*. Perú: Ministerio de Educación del Perú, p. 13

- Valencia, L. I. (2012). El contexto familiar: Un factor determinante en el desarrollo social de los niños y las niñas. *Revista Electrónica de Psicología Social "Poíesis"* (23), p. 3 Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6573534.pdf>
- Villar Angulo, L. M. (Coord.), (1995). Un ciclo de enseñanza reflexiva – estrategias para el diseño curricular. 2ª Edición. Capítulo 6 – “Información” por Santaella C. M., p. 173.
- Voca Editorial, (1995). 6 claves sobre la Inteligencia Emocional según Daniel Goleman 2020 Recuperado de: <https://www.vocaeditorial.com/blog/6-claves-sobre-la-inteligencia-emocional-segun-daniel-goleman/#:~:text=Por%20otra%20parte%2C%20Goleman%20destaca%20dentro%20de%20las%20claves%20de,o%20la%20capacidad%20de%20dirigir>



Anexos





ANEXOS

Anexo 1. Planeación de la primera actividad (autorregulación)

	BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO LICENCIATURA EN EDUCACIÓN ESPECIAL ÁREA AUDITIVA Y DE LENGUAJE SEPTIMO SEMESTRE CICLO ESCOLAR 2020- 2021 SEMESTRE IMPAR			
Plan de Intervención				
ESCUELA: Escuela Oficial “Heroínas Mexicanas”	DOCENTE EN FORMACION: Mildred Herenia Colunga Ramírez	GRUPO: 2do ciclo - (3º y 4º de primaria)		
MAESTRA TITULAR: L.E.E.				
Fecha de aplicación	Viernes 12 de Marzo del 2021			
Propósito General: Fortalecer la autorregulación y empatía en los alumnos para obtener un desarrollo social y personal favorable.				
Alumnos				
Sesión	Población	Tema	Propósito	Estrategia
1º sesión día Viernes 12 de Marzo del 2021	Alumnos del 2do ciclo	Expresión y regulación de emociones	Enriquecer procedimientos para resolver un problema e identificar como el pensamiento puede modificar el comportamiento que genera una emoción mediante el reconocimiento de las emociones, expresión física y no verbal de las emociones, así como la autorregulación en sí mismos (Metacognición y expresión de emociones)	Exposición de tema mediante diapositivas Power-Point, los alumnos intervendrán en un diálogo sobre el tema. Estrategia didáctica escalera de la Metacognición.
Actividad:				Evaluación
Inicio	“¿Cómo se siente mi compañero” Para comenzar con la clase del día se inicia con una actividad sobre las emociones, donde los alumnos tienen que visualizarse entre sí para ver que facciones de su rostro están haciendo, yo les daré los nombres de quien verá a quien para que dos alumnos no vean al mismo, luego de ello dibujarán en su libreta como es que vieron el rostro de su compañero y que emoción percibieron en su rostro para después compartirlo con todos los demás.			Lista de cotejo Materiales y Recursos Cuento de la tortuga y Escalera de la Metacognición:

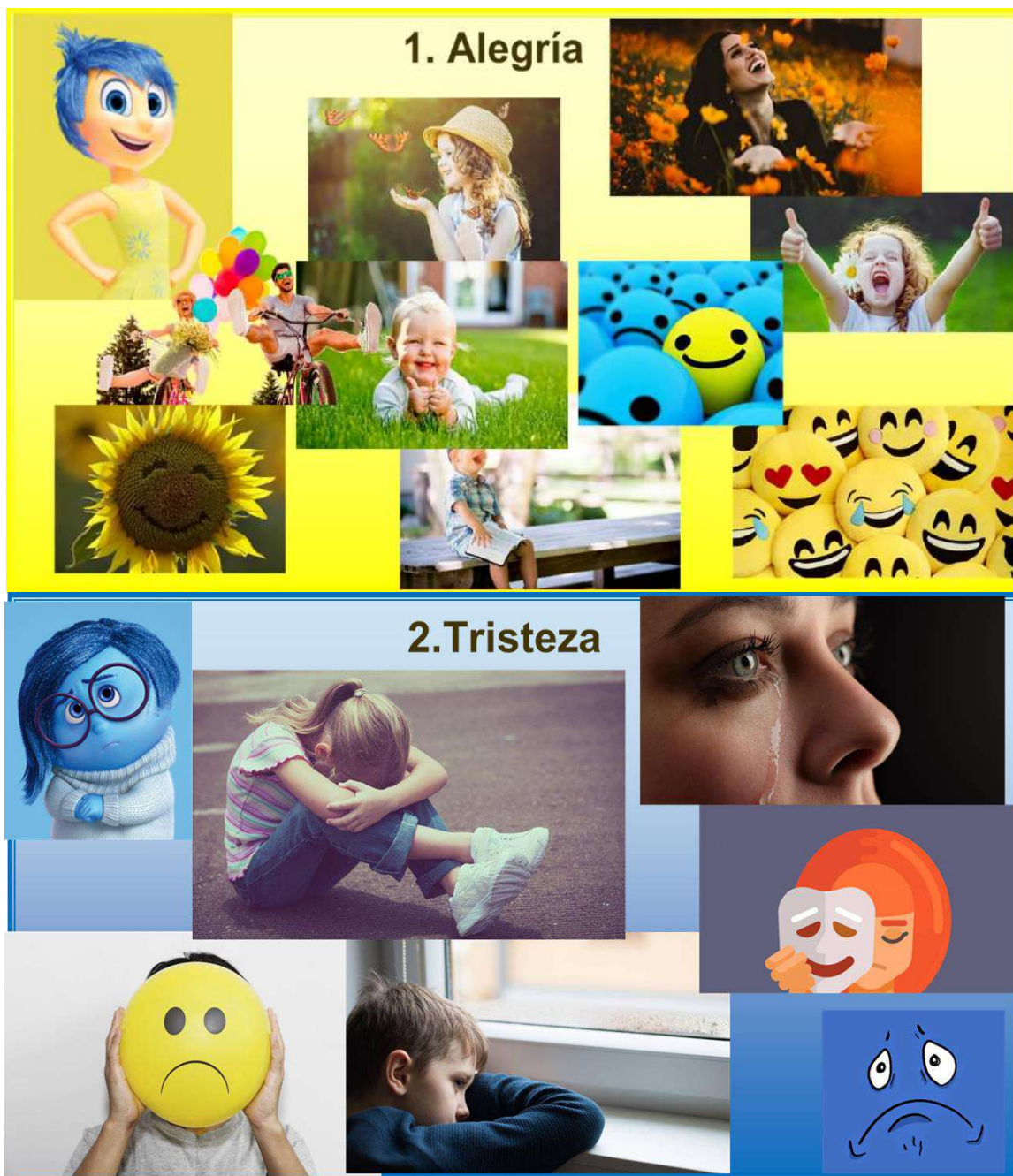
Desarrollo	<p style="text-align: center;">“El cuento de la tortuga”</p> <p>A continuación pasaremos a la actividad central la cual es leer el cuento de la tortuga, siendo esta una estrategia de intervención hacia la autorregulación de las emociones en los alumnos, donde se dará lectura y luego de ello se les dará la explicación de que nosotros también cuando nos sintamos de esa manera podemos ir a un lugar donde estemos tranquilos y calmarnos para luego poder actuar con más inteligencia.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué he aprendido? 2. ¿Cómo lo he aprendido? 3. ¿Para qué me ha servido? 4. ¿En qué otras situaciones lo puedo usar?
Cierre	<p>De manera de cierre se les pedirá a los alumnos que hagan uso de la escalera que se les pidió de tarea para ello cada parte tendrá una pregunta y apoyándome en ellas se dará la retroalimentación de la clase.</p>	

Anexo 2. Planeación segunda actividad (autorregulación)

		BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO LICENCIATURA EN EDUCACIÓN ESPECIAL ÁREA AUDITIVA Y DE LENGUAJE SEPTIMO SEMESTRE CICLO ESCOLAR 2020- 2021 SEMESTRE IMPAR			
Plan de Intervención					
ESCUELA: Escuela Oficial “Heroínas Mexicanas”		DOCENTE EN FORMACION: Mildred Herenia Colunga Ramírez		GRUPO: 2do ciclo - (3º y 4º de primaria)	
MAESTRA TITULAR: L.E.E.					
Fecha de aplicación		Martes 16 de Marzo del 2021			
Propósito General: Fortalecer la autorregulación y empatía en los alumnos para obtener un desarrollo social y personal favorable.					
Alumnos					
Sesión	Población	Tema	Propósito		Estrategia
2º sesión día Martes 16 de Marzo del 2021	Alumnos del 2do ciclo	Autogeneración de emociones para el bienestar	<ul style="list-style-type: none"> • Emplea técnicas de atención y regulación de impulsos para regresar a un estado de bienestar ante una situación aflictiva. • Identifica que se puede aprender del error y la dificultad, y lo vive con optimismo. 		Exposición de tema y actividad con material propio de ellos, intervención/participación de alumnos.
Actividad:					Evaluación
Inicio:	<p style="text-align: center;">“Mi lugar tranquilo”</p> <p>Para iniciar con la sesión se les presentarán 5 emociones que anteriormente se trabajaron, dándose una breve explicación de esos conceptos para después ellos me compartan si recuerdan algo de la clase pasada referente a estos mismos o si quisieran aportar algo más a ellas, en seguida se conversará cómo es que se siente el cuerpo cuando experimentan alguna de ellas (no hay respuestas correctas o incorrectas). En base a esas emociones ellos en el dibujo del cuerpo que anteriormente se les pidió colorearan la zona o zonas donde es perceptible y después lo compartan con el grupo.</p>				<p>Lista de Cotejo</p> <p>Materiales y Recursos</p> <p>Dibujo de un niño o niña dependiendo su caso. Espacio tranquilo donde puedan estar atentos a la clase.</p>
Desarrollo:	<p>Se les solicitará a los alumnos se pongan en postura de “cuerpo de montaña”.</p> <p>Se comenzará a platicar sobre cómo es “Mi lugar tranquilo”,</p> <p>“No es un lugar al que se va en coche o en avión: es un</p>				

	<p>lugar que está dentro de mí, pero también dentro de ti. Puedes acceder a él respirando y recordando. Vamos a ir allí, ahora” (pausa de 10 segundos).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trata de recordar un momento en el que alguien te estaba cuidando o acompañando de alguna forma, y en el que te sentiste muy bien, seguro, confortado. Esa persona puede ser de tu familia, algún amigo o un maestro, alguien que te ayudó a hacer algo, que jugó contigo, que te sonrió. Puede tratarse de un momento que sucedió hace algunos días o cuando eras más pequeño. Trae a tu mente la imagen. • Si recuerdas claramente el momento, levanta la mano (si hay niños que necesitan más tiempo, deles más tiempo y ejemplos. Vuelva a preguntarles). • Imagina que estás con esta persona. ¿Cómo te sientes? ¿Qué hacen? ¿Dónde están? ¿A qué huele? ¿Hace calor o frío? ¿Escuchas algo? • Ahora, trae al presente el recuerdo como si estuviera sucediendo en este momento. Imagina que esta persona te cuida, te acepta y te quiere justo como eres. Esta persona reconoce que vales mucho y te desea que estés muy bien y tranquilo. Observa si puedes mantener este recuerdo en tu mente y nota cómo se sienten tu cuerpo y tu mente. Imagina que agradeces a esta persona. • Este es “Tu lugar tranquilo”. Respira profunda y lentamente. Acomódate como quieras en este lugar tranquilo. • Lo mejor de este lugar tranquilo es que está dentro de ti y lo puedes visitar cuando quieras. Es muy bueno acudir a él cuando estás enojado, triste o con miedo. Solo respira profundamente, inhala y exhala, permite que tu cuerpo se relaje y acomódate en tu lugar. Tal vez descubras que al visitarlo esas emociones pierden fuerza hasta desaparecer. • Recuerda que puedes visitarlo cuando quieras y quedarte allí por el tiempo que lo necesites. 	
<p>Cierre:</p>	<p>Para finalizar la sesión compartirán los alumnos como es su lugar Tranquilo y en que situaciones pueden ir a ese lugar que está en ellos, dándoles ejemplo de cuando estén enojados, muy inquietos e incluso tristes</p>	

Anexo 3. Diccionario de emociones.



4. desagrado



3. Enfado/enojo

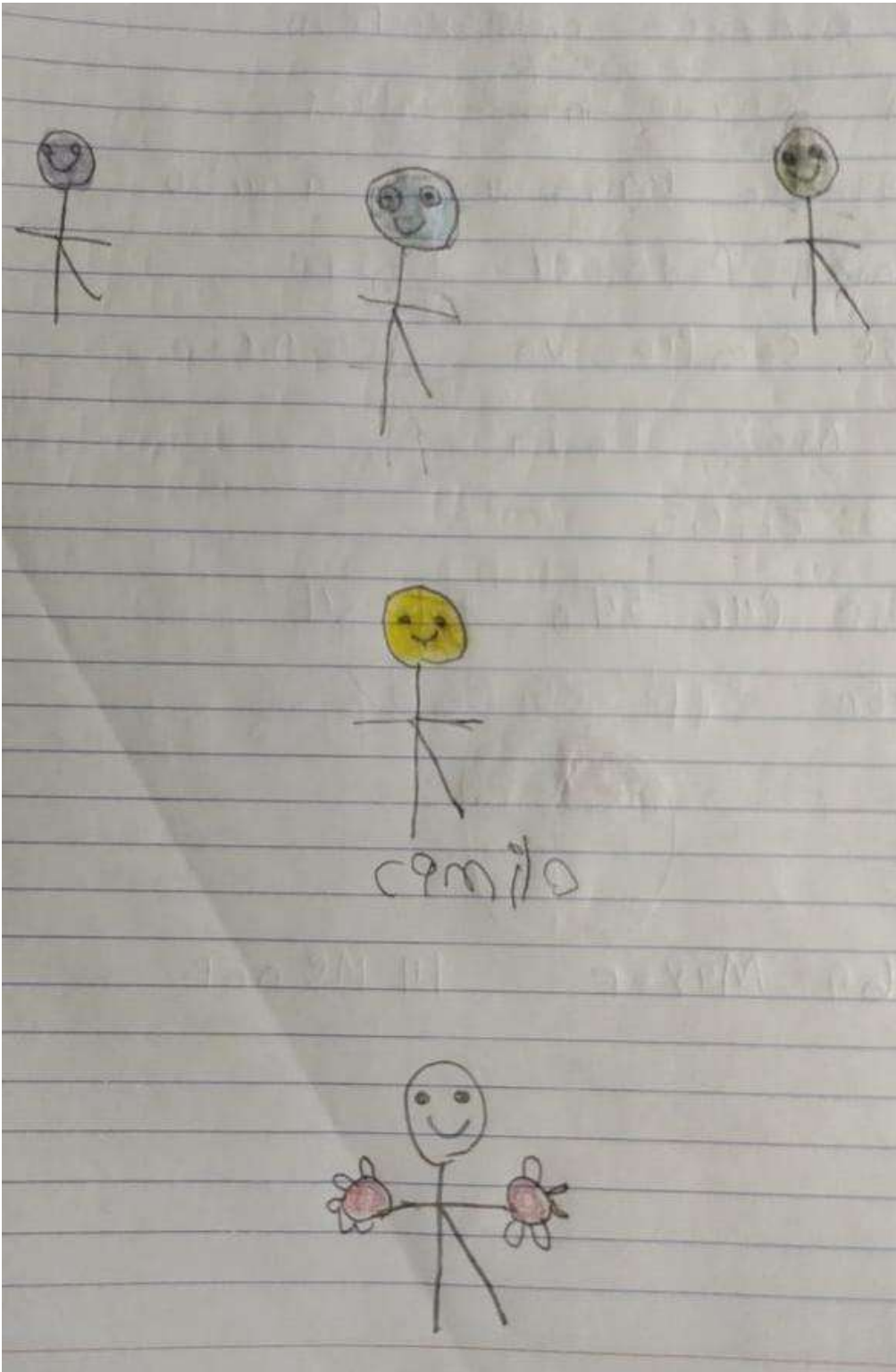


5. Temor/miedo



Anexo 4. Percepción de emociones en el cuerpo.






Estás presentando

Mayra Salas también está a...

Presentación (Tú)

Tú



Estás presentando tu pantalla a los demás

Detener la presentación

E.1

A.3

A.5

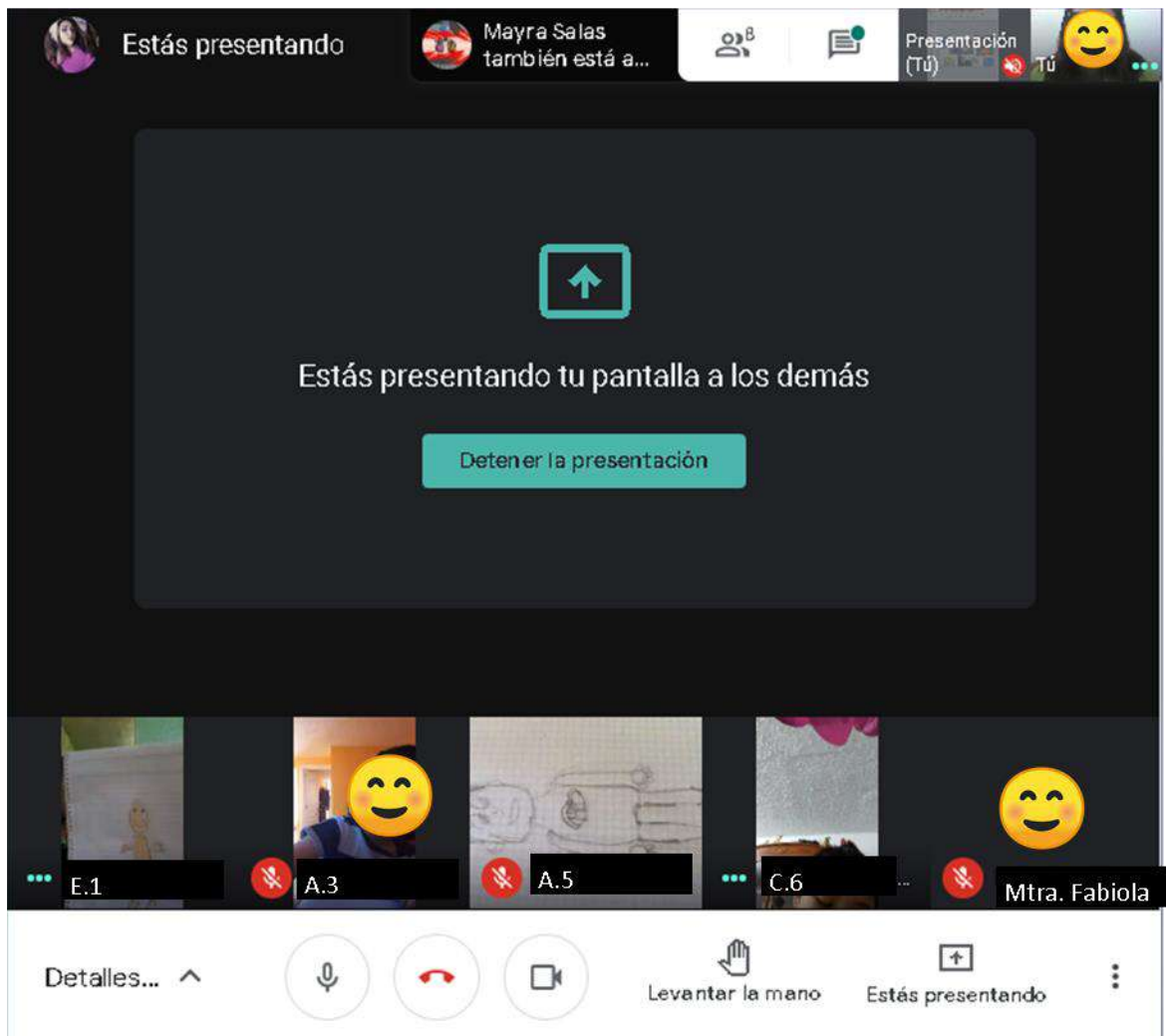
C.6

Mtra. Fabiola

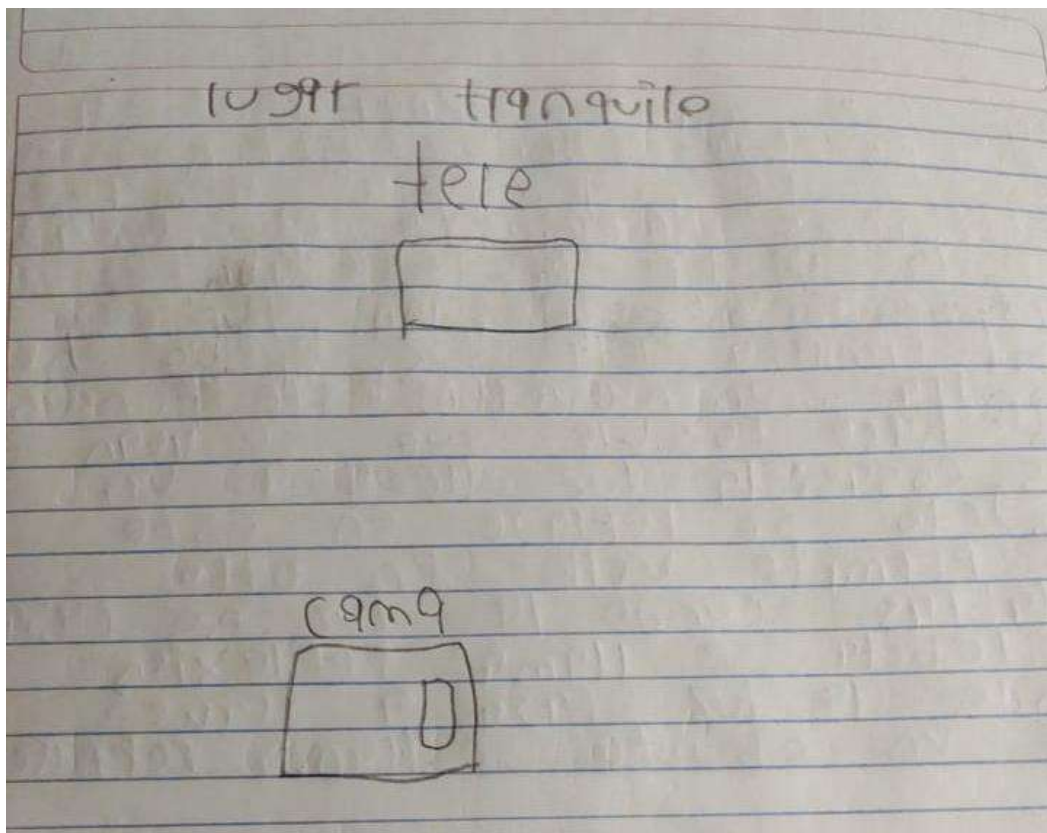
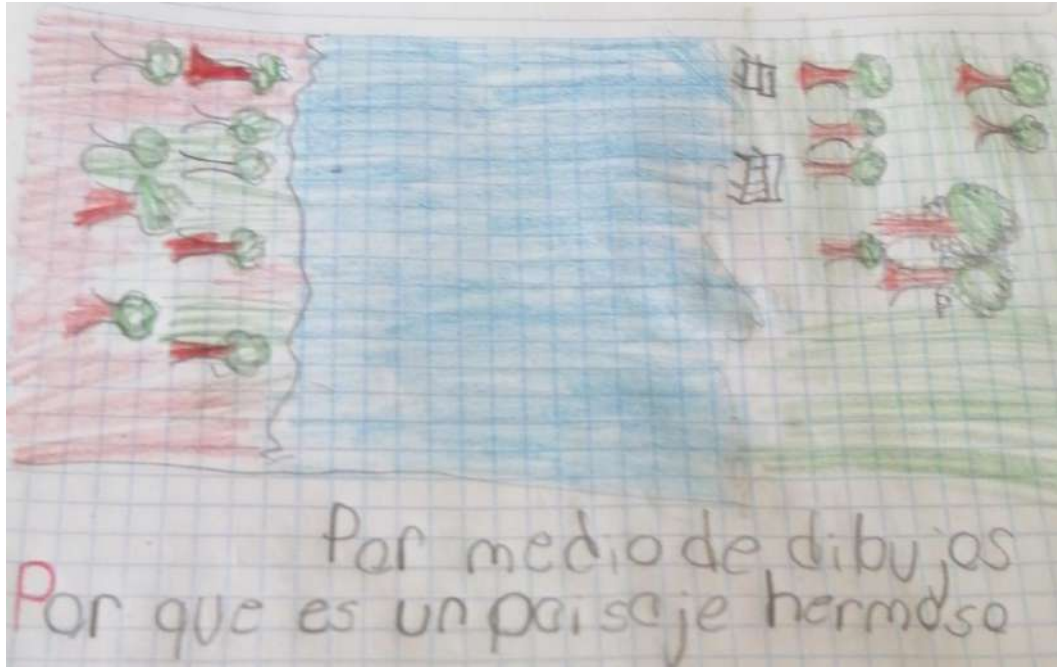
Detalles... ^

Levantar la mano

Estás presentando



Anexo 5. Dibujo "Mi lugar tranquilo"





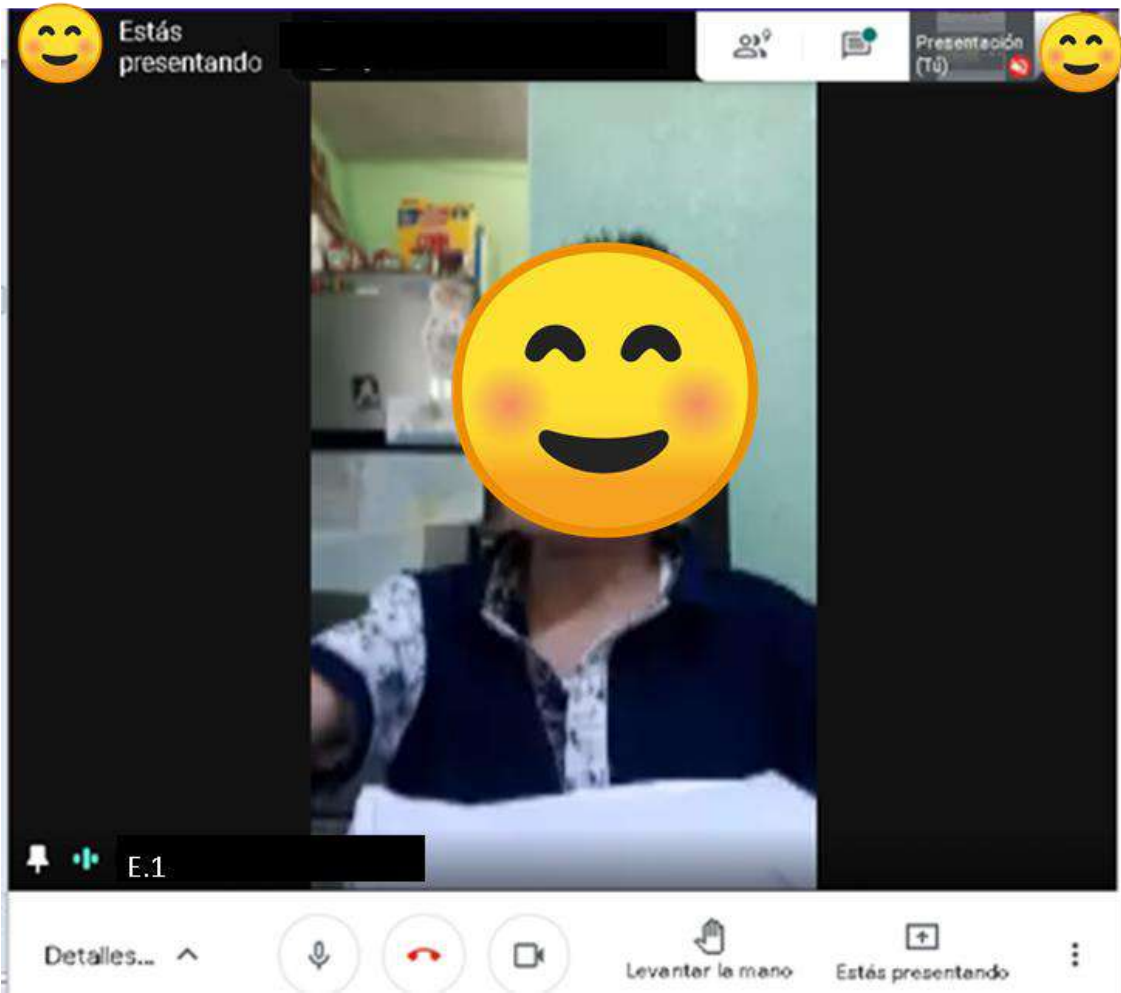
Anexo 6. Planeación tercer actividad (empatía)

		BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO LICENCIATURA EN EDUCACIÓN ESPECIAL ÁREA AUDITIVA Y DE LENGUAJE SEPTIMO SEMESTRE CICLO ESCOLAR 2020- 2021 SEMESTRE IMPAR			
Plan de Intervención					
ESCUELA: Escuela Oficial “Heroínas Mexicanas”		DOCENTE EN FORMACION: Mildred Herenia Colunga Ramírez		GRUPO: 2do ciclo - (3º y 4º de primaria)	
MAESTRA TITULAR: L.E.E.					
Fecha de aplicación		Viernes 19 de Marzo del 2021			
Propósito General: Fortalecer la autorregulación y empatía en los alumnos para obtener un desarrollo social y personal favorable.					
Alumnos					
Sesión	Población	Tema	Propósito	Estrategia	
3º sesión día Viernes 19 de Marzo del 2021	Alumnos del 2do ciclo	Toma de perspectiva en situaciones de desacuerdo o conflicto y reconocimiento de prejuicios asociados a la diversidad	<ul style="list-style-type: none"> Explica sus ideas y escucha con atención los puntos de vista de los demás en situaciones de desacuerdo o conflicto. Compara las semejanzas y diferencias propias y de otros: físicas, de personalidad, edad, género, gustos, ideas, costumbres, lugares de procedencia, situación socioeconómica. 	Exposición de tema y actividad con material propio de ellos, intervención de alumnos en transcurso de clase.	
Actividad:				Evaluación	
Inicio:	“soy él eco de mi compañeros” Para iniciar la clase formare parejas. Señalaré que cada integrante debe estar muy atento a lo que dice su compañero porque intentará repetirlo. Se les preguntará a los alumnos si hace poco tuvieron algún			Lista de Cotejo	

	<p>conflicto; por ejemplo, un desacuerdo que les haya hecho sentir enojados o frustrados. Uno de los integrantes responderá. Solicitando que, para estructurar el relato, consideren con quién fue el conflicto, qué pasó, cómo terminó, y si las partes involucradas quedaron conformes con la resolución.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explicar que, así como el eco es un fenómeno acústico y reproduce la emisión de un sonido, cada uno será el eco de su compañero y compartirán al grupo lo que su compañero les confió. 	<p>Materiales y Recursos</p> <p>Espacio tranquilo donde puedan estar atentos a la clase</p>
<p>Desarrollo:</p>	<p>“Ponle el prejuicio al burro”</p> <p>Pasando ahora a la actividad central se trabajará con el tema de estereotipos, de manera que se les explicará este concepto,</p> <p>De manera de plenaria se preguntará si conocen casos donde las personas hayan sido maltratadas o excluidas y porque sucedió.</p> <p>Mostraré la imagen de un burro donde el alumno escribirá en su libreta lo que piensan sobre ese animal; de manera negativa, para después realizar las siguientes preguntas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles de las cosas que escribieron sobre el burro son falsas? <p>¿Cómo creen que se siente el burro al recibir tantas opiniones negativas sobre él sin conocerlo?</p>	
<p>Cierre:</p>	<p>De manera de cierre se les invitará a los estudiantes a reflexionar sobre el hábito de etiquetar a las personas, de juzgarlas de manera adelantada y, por tanto, de construir prejuicios.</p> <p>Solicitando a los alumnos que expresen cosas positivas del burro.</p>	

Anexo 7. Actividad "ponle el prejuicio al burro"

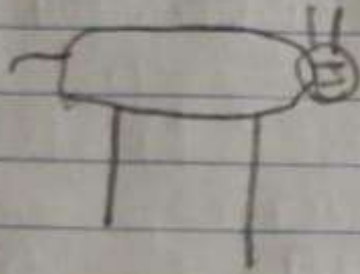


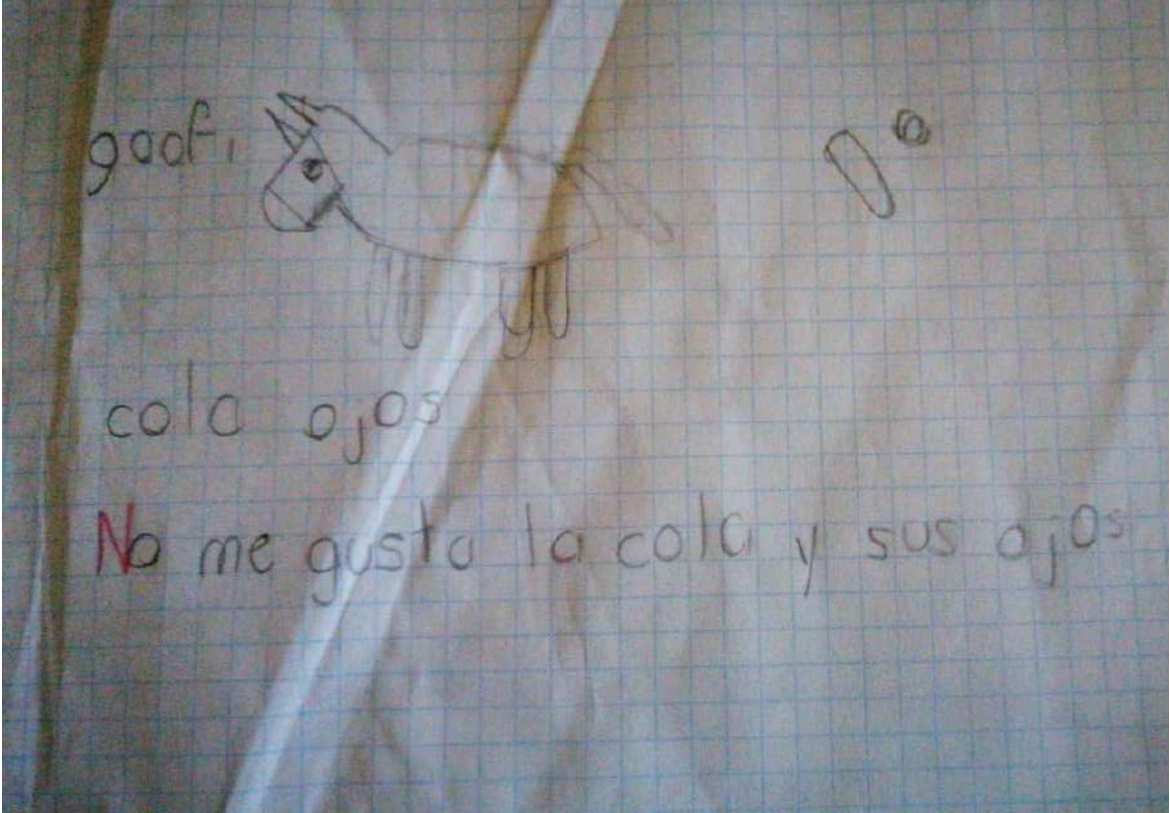


Perrito





Jone



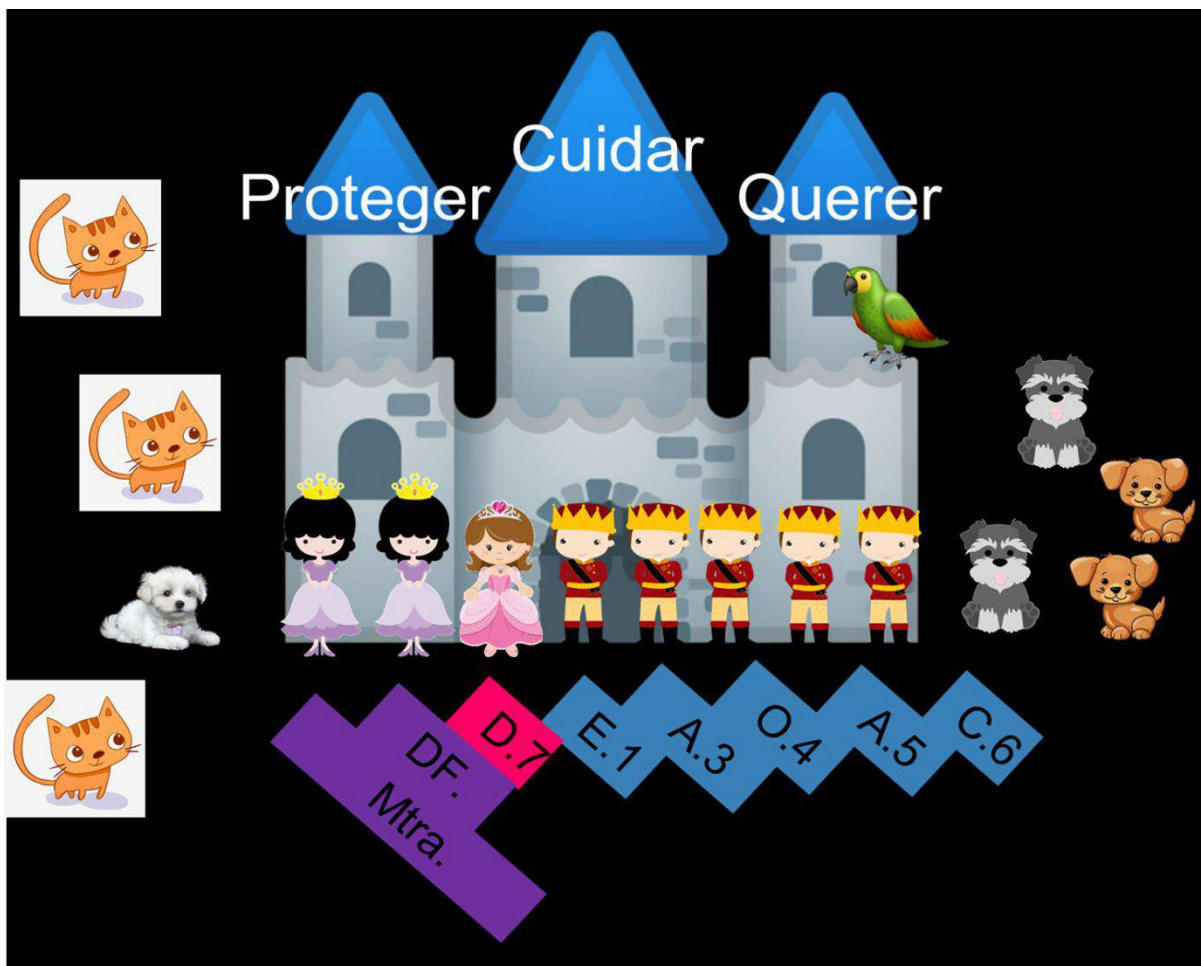


Anexo 8. Planeación cuarta actividad (empatía)

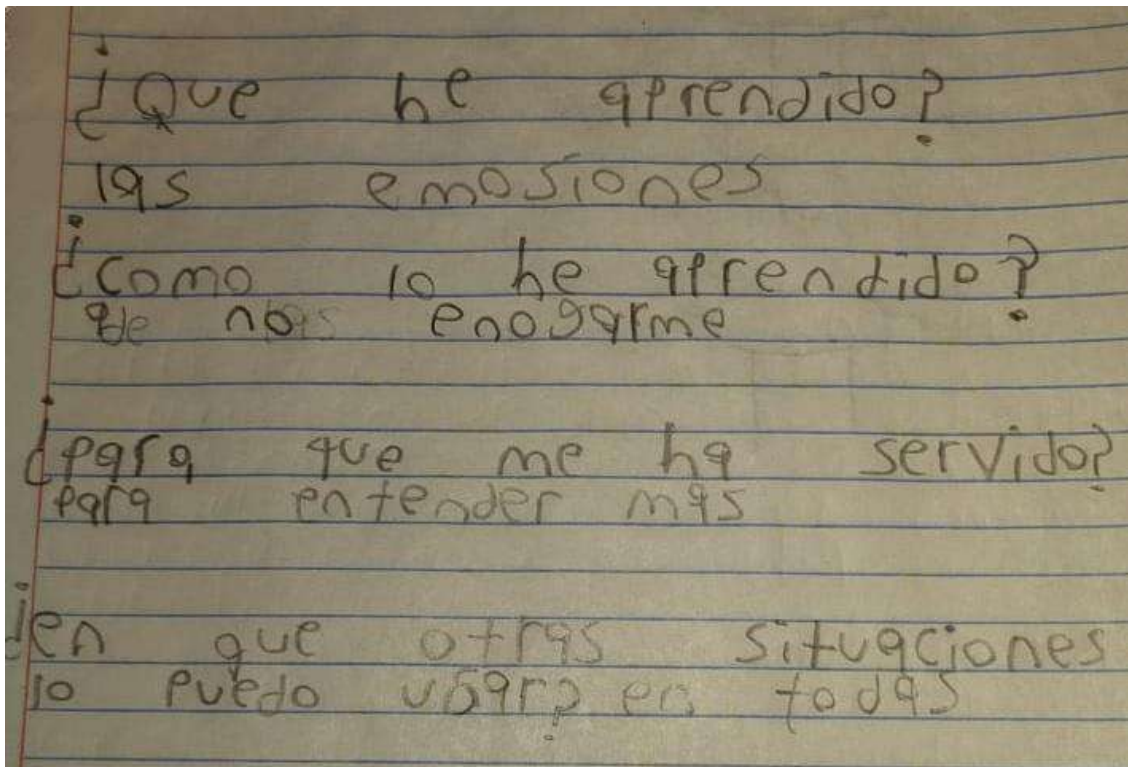
		BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO LICENCIATURA EN EDUCACIÓN ESPECIAL ÁREA AUDITIVA Y DE LENGUAJE SEPTIMO SEMESTRE CICLO ESCOLAR 2020- 2021 SEMESTRE IMPAR			
Plan de Intervención					
ESCUELA: Escuela Oficial “Heroínas Mexicanas”		DOCENTE EN FORMACION: Mildred Herenia Colunga Ramírez		GRUPO: 2do ciclo - (3º y 4º de primaria)	
MAESTRA TITULAR: L.E.E.					
Fecha de aplicación		Martes 23 de Marzo del 2021			
Propósito General: Fortalecer la autorregulación y empatía en los alumnos para obtener un desarrollo social y personal favorable.					
Alumnos					
Sesión	Población	Tema	Propósito	Estrategia	
4º sesión día Martes 23 de Marzo del 2021	Alumnos del 2do ciclo	Sensibilidad hacia personas y grupos que sufren exclusión o discriminación.	Identifica grupos de personas que han sido susceptibles de discriminación y maltrato y analiza las consecuencias de este hecho, así como Identificar, junto con sus compañeros, acciones de respeto, cuidado y consideración hacia animales, plantas y medioambiente.	Exposición de tema en presentación Power-Point participación por parte de los alumnos durante la sesión.	
Actividad:				Evaluación	
Inicio:	<p style="text-align: center;">“Nuestro castillo virtual”</p> <p>Retomando lo que significa la empatía se les compartirá el concepto de lo que ya antes hemos hecho.</p> <p>La intervención será imaginar que estamos en un castillo, que nuestro espacio virtual lo es, y vivimos todos en él, por ello tenemos que protegerlo y cuidar y querer a cada miembro del castillo. Por ello cada uno de los que vivimos en él le diremos a los demás algo que nos gusta de ellos, algo que admiremos del otro y así cada uno le tocará decir algo a los demás de manera positiva, para luego compartir como es que se sintieron al compartir a los demás lo que admiran de ellos y cuando escucharon lo que piensan los demás.</p>			<p>Lista de Cotejo</p>	
Desarrollo:	<p style="text-align: center;">“Los animales también son importantes”</p> <p>Ahora se pasará a una actividad donde se les preguntará si en su familia hay animales/mascotas,</p>			<p>Materiales y Recursos</p> <p>Espacio tranquilo donde puedan estar atentos a la clase.</p>	

	<p>para luego preguntarles cómo es que los cuidan y tratan. Ahora se realizarán 2 equipos, el primer equipo describirá situaciones de cuidado, amor y respeto entre el animal y el humano a cargo, mientras que el segundo mostrará situaciones de descuido, abuso o maltrato. Todo esto se anotará en una tabla donde se mencionen las acciones importantes a realizar para dar un trato digno a los animales y cuáles deben evitarse. Estableciendo un listado y acordando como podemos colaborar para cuidar, respetar y querer a los animales y otra lista con las cosas que no deben permitirse hacer con los animales domésticos e incluso de la calle.</p>	
<p>Cierre:</p>	<p>Como cierre de clase se realizará una retroalimentación del tema visto, recordando que todo ser vivo es importante en el mundo y que a cada uno de ellos se les debe de dar un trato digno.</p>	

Anexo 9. Mi Castillo Virtual



Anexo 10. Cuadro de la metacognición



Anexo 11. Planeación "Taller padres de familia"

	BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO LICENCIATURA EN EDUCACIÓN ESPECIAL ÁREA AUDITIVA Y DE LENGUAJE SEPTIMO SEMESTRE CICLO ESCOLAR 2020- 2021 SEMESTRE IMPAR			
Plan de Intervención				
ESCUELA: Escuela Oficial "Heroínas Mexicanas"	DOCENTE EN FORMACION: Mildred Herenia Colunga Ramírez	GRUPO: 2do ciclo - (3º y 4º de primaria)		
MAESTRA TITULAR: L.E.E.				
Fecha de aplicación	Miércoles 28 de Abril del 2021			
Propósito General: Fortalecer la autorregulación y empatía en los alumnos para obtener un desarrollo social y personal favorable.				
Alumnos				
Sesión	Población	Tema	Propósito	Estrategia
1º sesión día Miércoles 28 de Abril del 2021	Padres de Familia	TALLER PARA PADRES: "APOYO EN LA AUTORREGULACIÓN Y EMPATÍA DE LOS HIJOS ENFOCADO EN EL DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL A TRAVÉS DE LA MODALIDAD EN LÍNEA"	Compartir información sobre mi tema de autorregulación y empatía para reforzar y apoyar a los niños y niñas desde casa y ahora más con esta contingencia.	Exposición de tema de manera virtual y con apoyo en presentación PowerPoint, con espacios para compartir experiencias entre padres y yo docente "Taller para padres".
Actividad:				
Inicio:	"Taller de padres" Presentaré a los padres la sesión de manera de "Taller para padres" compartiéndoles el tema a hablar: "Desarrollo De La Autorregulación Y Empatía De Los Hijos Enfocado En El Desarrollo Personal Y Social A Través De La Modalidad En Línea", para ello compartiré los conceptos a trabajar Autorregulación y empatía el cual son los principales para el desarrollo de la sesión, no sin antes realizar preguntas de lo que ya conocen del tema y reforzarlo con mi información.			
Desarrollo:	Se retomará que ahora que estamos en situación de Pandemia es más evidente que se debe de tomar conciencia de la importancia que se tiene el desarrollo de la parte personal y emocional "socioemocional", tanto en			

	<p>nosotros como docentes y en ellos como familia, ya que a todos nos descontroló de nuestra rutina diaria y el aprender a partir desde las emociones es parte del aprendizaje integral que cada uno de nosotros requiere para avanzar en una educación de calidad. Y ahora que cambiamos de escenario tan de pronto desde la escuela a lo virtual, es un cambio demasiado brusco por el cual tanto los docentes como la familia deben tomar en cuenta esos factores e ir de la mano en cada aprendizaje que a los alumnos se les dé, para que si antes se reforzaban en casa ahora sea mayor el apoyo brindado a sus hijos.</p> <p>Para cada una de los conceptos habrá espacio donde se pedirá a los padres nos compartan cuando las han aplicado y de qué manera logran esa autorregulación de sí mismos y en sus hijos, así como si alguna vez se les ha presentado alguna situación con sus hijos y como lograron solucionarla.</p> <p>Ahora que la situación que se vive es complicada y que sus hijos permanecen en casa asistiendo a clases de manera virtual se les compartirán algunas estrategias que podrían implementar con ellos.</p>
Cierre:	De manera de cierre abrir el espacio de preguntas, dudas o sugerencias.

Anexo 12. Actividad "Taller padres de familia"

