

APLICACIÓN DE ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS PARA FORTALECER EL DESARROLLO EMOCIONAL DE LOS NIÑOS DE LA ESCUELA “SANTA MARIANITA DE JESÚS”

APPLICATION OF DIDACTIC STRATEGIES TO STRENGTHEN THE EMOTIONAL DEVELOPMENT OF THE CHILDREN OF THE SCHOOL "SANTA MARIANITA DE JESÚS"

Erika Paola Canchig Novoa ^{1*}

¹ Estudiante de la Carrera Educación Inicial. Universidad Técnica de Cotopaxi. Extensión Pujilí. Ecuador. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9313-0397>. Correo: erika.canchig4307@utc.edu.ec

Lizeth Carolina Suntaxi Cuichan ²

² Estudiante de la Carrera Educación Inicial. Universidad Técnica de Cotopaxi. Extensión Pujilí. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8152-4775>. Correo: lizeth.suntaxi5736@utc.edu.ec

Melquiades Mendoza Pérez ³

³ PhD. Docente Investigador. Carrera Educación Inicial. Universidad Técnica de Cotopaxi. Extensión Pujilí. Ecuador. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6636-2608>. Correo: melquiades.mendoza@utc.edu.ec

* Autor para correspondencia: melquiades.mendoza@utc.edu.ec

Resumen

El objetivo del presente artículo se orienta a socializar resultados de la aplicación de estrategias didácticas para fortalecer el desarrollo emocional de los niños. La investigación que dio origen al presente artículo se sustenta en un enfoque mixto de investigación y se complementa con una investigación de tipo aplicada; se utilizaron los siguientes métodos de investigación: inductivo-deductivo el cual permitió estudiar los postulados esenciales y arribar a conclusiones; analítico- sintético, que permitió recopilar información teórica necesaria para elaborar las estrategias didácticas; la modelación que fue el método que permitió crear las estrategias didácticas, las cuales fueron sometidas a un proceso de validación con especialistas antes de su aplicación en la práctica educativa. En la práctica investigativa, para comprobar la factibilidad de la propuesta, de forma particular se utilizó un instrumento de evaluación: la lista de cotejo; este instrumento se aplicó al inicio y al final de la aplicación de las estrategias didácticas, logrando resultados significativos que permitieron concluir que la inteligencia emocional es un factor importante en la vida de las personas, porque influye en el desenvolvimiento del área social, físico, cognitivo y psicológico, a fin de lograr la resolución de

problemas en todos los ambientes; como es el caso del educativo que requiere que todos los miembros se encuentren con buen estado emocional para garantizar un buen proceso de enseñanza y aprendizaje.

Palabras clave: Aplicación; estrategias didácticas; fortalecer; desarrollo emocional de los niños.

Abstract

The objective of this article is aimed at socializing the results of the application of didactic strategies to strengthen the emotional development of children. The research that gave rise to this article is based on a mixed research approach and is complemented by applied research; The following research methods were used: inductive-deductive which allowed studying the essential postulates and reaching conclusions; analytical-synthetic, which allowed collecting theoretical information necessary to develop teaching strategies; modeling, which was the method that allowed the creation of didactic strategies, which were subjected to a validation process with specialists before their application in educational practice. In the investigative practice, to verify the feasibility of the proposal, in particular an evaluation instrument was used: the checklist; This instrument was applied at the beginning and at the end of the application of the didactic strategies, achieving significant results that allowed us to conclude that emotional intelligence is an important factor in people's lives, because it influences the development of the social, physical, cognitive area. and psychological, in order to achieve problem solving in all environments; as is the case of the educational one that requires all members to be in a good emotional state to guarantee a good teaching and learning process.

Keywords: application; didactic strategies; strengthen; emotional development of children.

Fecha de recibido: 18/11/2022

Fecha de aceptado: 20/12/2022

Fecha de publicado: 01/01/2023

Introducción

El interés por el aspecto emocional es algo que ha llamado la atención en los últimos años a varios de expertos en pedagogía y educación, debido a que el capital humano no solo conlleva el área cognitiva sino también emocional, porque el desenvolvimiento del ser humano se basa en la autoestima que se fortalece desde los primeros años de vida, para Zambrano (2000) la escuela es “un espacio donde se referencian las obsesiones más dramáticas y se subliman las aspiraciones al deseo” (p. 52).

Teniendo en cuenta los elementos expresados, se debe trabajar en el fortalecimiento del conocimiento de las emociones; siendo la escuela el primer escenario donde se pueden relacionar, es necesario que profesionales orienten al autoconocimiento, la autorregulación, la empatía, el arte de escuchar y la capacidad de comprender las emociones para poder expresarlas de una forma productiva.

En consecuencia, el objetivo del presente artículo se orienta a socializar resultados de la aplicación de estrategias didácticas para fortalecer el desarrollo emocional de los niños; las cuales se concretan en 16 actividades, cada una con aspectos estructurales esenciales que le signan su carácter didáctico. Las mismas

que fueron aplicadas durante 2 meses de acuerdo a las necesidades de los estudiantes, obteniéndose resultados significativos en el desarrollo emocional de los niños.

Materiales y métodos

La investigación que dio origen al presente artículo se sustenta en un enfoque mixto de investigación y se complementa con una investigación de tipo aplicada; se utilizaron los siguientes métodos de investigación: inductivo-deductivo el cual permitió estudiar los postulados esenciales y arribar a conclusiones; analítico-sintético, que permitió recopilar información teórica necesaria para elaborar las estrategias didácticas; la modelación que fue el método que permitió crear las estrategias didácticas, las cuales fueron sometidas a un proceso de validación con especialistas antes de su aplicación en la práctica educativa.

En la práctica investigativa para comprobar la factibilidad de la propuesta de forma particular se utilizaron dos instrumentos de evaluación: la lista de cotejo; este instrumento se aplicó al inicio y al final de la aplicación de las estrategias didácticas, se utilizó la siguiente escala valorativa: *Adquirida, En proceso y No adquirida*; y la ficha de observación que se utilizó de manera permanente.

Esta aplicación se realizó en la Escuela de Educación Básica “Santa Marianita de Jesús”, en niños pertenecientes al primer año de Educación Básica, paralelo “A”, en el que fueron partícipes un total de 27 niños, 17 hembras y 10 varones. Además, el material didáctico utilizado durante todo el proceso, discierne de los mismos temas de cada actividad, siendo significativo el uso de: Paleta de emociones, Pictogramas, Hojas didácticas, Teatro y títeres de las emociones, Cubo de emociones y Diario de las emociones.

Resultados y discusión

Las estrategias didácticas son una herramienta orientada a los docentes, con el objetivo de favorecer el desarrollo de la inteligencia emocional en niños de Educación Inicial, ofreciéndoles diversas actividades, procurando crear ambientes de armonía dentro del aula, lo que permite que los niños crezcan como personas capaces de entender y actuar de forma correcta sin dejarse llevar por los sentimientos. Hay que mencionar, además que las actividades planteadas se pueden adaptar, el docente tiene libertad de modificar las actividades al contexto tomando en cuenta las necesidades y capacidades de cada estudiante, trabajando en una educación emocional que favorece los procesos de enseñanza-aprendizaje. En consecuencia, las estrategias que se aplican están conformadas por 16 actividades, cada una con su estructura interna, las cuales se presenta a continuación.

Actividad 1. Técnica de la tortuga

En educación inicial los niños desarrollan mayor autonomía y capacidades comunicativas no obstante necesitan ayuda para lograr gestionar sus emociones, debido a que en edades tempranas expresan sus emociones con gran intensidad. La técnica de la tortuga ayuda a controlar ciertas conductas impulsivas, mediante esta actividad se puede aprender el autocontrol y poder tolerar las frustraciones de manera adecuada.

Objetivo: Establecer métodos de autocontrol a través de la técnica de la tortuga que permitan comprender las emociones en niños de Educación Inicial. *Recursos o materiales:* Cuento La Tortuga (<https://www.youtube.com/watch?v=rivGSIUkXR8>). *Edad cronológica:* 3- 7 años. *Tiempo estimado:* 30 minutos

Desarrollo:

1. Buscar un lugar amplio, invitar a los niños que se sienten en un círculo.
2. Realizar actividades de respiración con los niños, respiramos lento por la nariz y soltamos el aire despacio por la boca que les ayuda a controlar emociones negativas.
3. Relatar el cuento La tortuga (puede utilizar títeres, pictogramas).
4. Dialogar con los niños sobre el protagonista del cuento. ¿Quién es? ¿Cómo se portaba? ¿Quién lo ayudó? ¿Qué hizo la tortuga para controlarse? ¿Ustedes se han sentido como la tortuga? ¿Qué hacen cuando tienen este sentimiento? etc.
5. Imitar con los niños los movimientos que realizó La Tortuga para calmarse, cuando se meten en su caparazón, pegar la barbilla al pecho, pegar los brazos al cuerpo, juntar las piernas y cerrar los ojos.
6. Mientras realizamos la actividad hay que ayudar a los niños a que piensen por sí mismos en soluciones alternativas a los gritos o agresiones.

Técnica de evaluación: Observación. **Instrumento:** Lista de cotejo

Actividad 2. Teatrín de las emociones

El teatro es una actividad en la cual los niños al interpretar historias pueden divertirse y hacer amigos permitiendo desarrollar habilidades de expresión verbal, corporal, la memoria, aumenta la autoestima, mejora la atención, tener más seguridad en sí mismo y conocen y controlan sus emociones.

Objetivo: Expresar las emociones básicas a través de la interpretación de historias aprendiendo a participar, crear e inventar fomentando la participación.

Recursos o materiales: Papel, goma, silicona, marcadores, medias, telas o fieltro rojo, cartón, tela y tijera.

Edad cronológica: 6 años. *Tiempo estimado:* 40 minutos

Desarrollo:

¿Cómo hacer un Títere de mano?

1. Utilizar fieltro, paño o cualquier otro material de tela que te gustaría usar para hacer el títere de mano.
2. Dibuja una plantilla para la forma del títere.
3. Recorta la plantilla.
4. Dibujar la plantilla en dos pedazos de fieltro del mismo tamaño.
5. Recorta la forma del títere de mano de los dos fieltros.
6. Unir los dos fieltros unir cosiéndolos o con silicona.
7. Coloca accesorios al cuerpo del títere de mano, hazle una cara al títere de mano añadiendo una emoción.

¿Cómo hacer un teatrín?

1. Dibujamos un rectángulo en el centro del cartón, este será el escenario.
2. Con ayuda de las tijeras recortar la solapa inferior y la parte trasera de la caja. (dejando solo la parte delantera del cartón.)
3. Forrar o pintar el cartón.
4. Dibujar en un foami la forma que se desea para la parte superior del teatrín.
5. Pegamos el patrón en la solapa superior.
6. En un fieltro rojo pegar delante del rectángulo formando un telón.

Para esta actividad se trabaja con el cuento “El Monstruo de las Emociones” de Anna Llenas.

¿Cómo trabajar?

Con los títeres elaborados del monstruo de las emociones invitamos a los niños que escojan un títere y que desarrollen una historia de acuerdo al color de la emoción. Por ejemplo, si tomo el títere rojo preguntarle ¿Qué emoción representa el color rojo? y a continuación que elabore una historia sobre el monstruo y ¿por qué se enojó? Se puede utilizar los demás títeres o añadir otros personajes como coches, títeres de dedo, muñecos o títeres de animales.

Técnica de evaluación: Observación. **Instrumento:** Lista de cotejo

Actividad 3. Diario de las emociones

Ayudar a los niños a reconocer sus emociones y que sepan cómo afrontarlas en los diferentes momentos de la vida es clave para su bienestar, el diario de emociones es una actividad que permite a los niños desarrollar sus competencias emocionales, manejar sus pensamientos, aumentar su autoestima, entender sus sentimientos y de los demás, el correcto manejo de las emociones permite orientar las acciones de manera eficaz que sirven para afrontar los problemas a lo largo de su vida.

Objetivo: Identificar las emociones a través de un registro de forma periódica permitiendo el manejo adecuado de las mismas. **Recursos o materiales:** Cartulinas, hojas, pinturas, marcadores, foami, velcro, fieltro o tela.

Edad cronológica: 5 – 6 años. **Tiempo estimado:** 30 minutos

Desarrollo:

1. Para comenzar con esta actividad se necesitan hojas de papel o cartulinas de diferentes colores (Imprimir apéndice 1)
2. En la primera página se escriben los días de la semana y debajo de ellos unos círculos o dibujos donde se presenten las emociones (feliz, triste, enojado, tranquilo, miedo, etc.) y un espacio en la parte inferior para que puedan escribir. Realizar varias hojas iguales.
3. En la siguiente página se dibujan sólo los círculos o dibujos de la hoja anterior sin las emociones.
4. Se puede realizar los dibujos de las emociones en foami.
5. Recortar y pegar velcro dentro de las emociones y detrás del foami para que los niños peguen y despeguen las emociones a su gusto asiendo más llamativa la actividad.
6. Archivar las hojas en una carpeta y adornar el exterior de la misma con un título llamativo.
7. Recortar un cuadrado de fieltro o tela y pegar en el interior de la carpeta, aquí se guardarán las emociones realizadas con foami.

¿Cómo trabajar?

Ya con esto listo los niños deberán primero seleccionar y pintar en qué día de la semana se encuentran. Luego identificar la emoción que sintieron ese día y escribir que los hizo sentir así, la razón de ese sentimiento. Por ejemplo (Hoy es lunes y me siento feliz, me siento así porque jugué con mis amigos) realizar el registro todos los días de la semana. En la última página deben dibujar las expresiones faciales en los círculos de las emociones que sintieron en toda la semana, esto permitirá a los niños identificar sus emociones y expresarlas.

Técnica de evaluación: Observación. **Instrumento:** Lista de cotejo

Actividad 4. Música y emociones

“Nada hay en mi intelecto que no haya pasado por mis sentidos” Aristóteles.

A través de los sentidos se logran evocar recuerdos del pasado que liberan emociones estas pueden ser positivas o negativas, por lo cual los pensamientos y las emociones están estrechamente relacionadas, por

medio de esta actividad los niños pueden expresar de forma libre sus emociones, esta actividad está orientada a despertar emociones positivas que favorecen el aprendizaje.

Objetivo: Expresar emociones identificadas con canciones a través de actividades plásticas incorporando la musicalidad. *Recursos o materiales:* Cartulinas, hojas, papelotes, temperas, música y pinceles. *Edad cronológica:* 4-5 años. *Tiempo estimado:* 35 minutos

Desarrollo:

1. Escoger el papel de acuerdo al espacio que posea, si es poco puede usar hojas de papel A4, si tiene oportunidad puede utilizar papelotes.
2. Escoger una variedad de colores para que los niños puedan expresarse.
3. La música debe despertar el interés de los niños, las canciones o melodías deben transmitir un sentimiento para que se puedan plasmar en el papel.
4. Para comenzar, con los ojos cerrados y sin movernos del sitio escuchar la primera canción. Preguntamos ¿Si les gusto la canción? Y ¿Qué reflexionen cómo les hizo sentir? ¿Qué les recuerda? y que expresen verbalmente la emoción que identificaron.
5. A continuación, invitar a los niños acercarse al papel y con pintura del color que ellos elijan plasmar lo que le hizo sentir la canción, ir repitiendo la canción mientras ellos dibujan en el papel, cuando los estudiantes acaben les preguntamos cómo le hizo sentir la canción.

Técnica de evaluación: Observación. **Instrumento:** Lista de cotejo:

Actividad 5. Dominó de las emociones

El reconocimiento de las emociones es el primer paso para el control de las mismas, así como para el desarrollo de las habilidades sociales, el comprender las emociones ayuda a mejorar las reacciones y ser más tolerantes con los demás, darle un nombre a lo que los niños sienten les permitirá expresarse, alcanzando un estado de bienestar.

Objetivo: Distinguir las emociones básicas a través de material concreto favoreciendo habilidades socio-emocionales. *Recursos o materiales:* Fichas de dominó, cartón, tijeras y goma y papel Contac. *Edad cronológica:* 3-4 años. *Tiempo estimado:* 35 minutos

Desarrollo:

1. Descargar la ficha de dominó (Apéndice 2)
2. Pegar las fichas sobre un cartón, recortar y forrar con el papel contac para que sean seguras para los niños.
3. El dominó es un juego que se puede trabajar de forma individual o de forma grupal cada ficha tiene dos entradas que coinciden con una ficha por la izquierda y otra por la derecha.
4. Aquí los niños deberán identificar la emoción y ver cuál se parece para unir todas las piezas. En este juego los niños aprenden a identificar las emociones, así como el trabajo en equipo, respetar turnos, la atención y la memoria.

Técnica de evaluación: Observación. **Instrumento:** Lista de cotejo

Actividad 6. Mímica de emociones

Reconocer las emociones en los niños requiere poner atención a las expresiones no verbales que expresan, los juegos ayudan a trabajar las emociones y comprender los sentimientos propios y de los demás. A través de la

mímica los niños pueden liberar sus emociones y sentimientos, mejorando la concentración de una forma divertida. *Objetivo:* Reconocer las expresiones faciales de sus pares a través de la imitación permitiendo el desarrollo de la empatía en los niños. *Recursos o materiales:* Cartulinas, goma o silicona, una caja, cartón, foami y papel Contac. *Edad cronológica:* 4 años. Tiempo estimado: 20 - 25 minutos.

Desarrollo:

1. En las cartulinas se dibujan o imprimen las emociones básicas.
2. Pegar sobre un cartón o foami y forrar con papel contac (o a su vez se puede mandar plastificar). Todas las imágenes deben ser del mismo tamaño.
3. A continuación, se dividen a los niños en parejas, uno de ellos elegirá una tarjeta y deberá imitar la emoción sin hablar, hasta que su compañero adivine a qué emoción se refiere.

Técnica de evaluación: La Observación. **Instrumento:** Lista de cotejo.

Actividad 7. Botella de la calma

Para poder gestionar las emociones negativas los niños se deben encontrar en un momento de calma, al permitir liberar las tensiones emocionales acumuladas se puede reducir sensaciones de frustraciones, ansiedad o enfado, al agitar la botella se liberan estas tensiones, cuando estas emociones se calman y dejan de mover la botella el efecto de la escarcha relaja a los niños, esta técnica también ayuda a estimular la concentración y la atención. *Objetivo:* Elaborar una botella de la calma a través de material concreto para el uso del control de emociones negativas. *Recursos o materiales:* Una botella transparente con tapa, escarcha, pegamento transparente o aceite corporal para bebés o glicerina, colorante vegetal, silicona y agua. *Edad cronológica:* 5 años. Tiempo estimado: 20 minutos.

Desarrollo:

1. Vierte agua en la botella sin llenar el recipiente.
2. Añadir dos cucharadas de pegamento (si no posee el pegamento añadir el aceite de bebé), entre más pegamento o aceite se añade la escarcha tardará en descender.
3. Añadir 3 o 4 cucharadas de escarcha del color de su preferencia, remover bien para que la escarcha se mezcle con el agua y el pegamento.
4. A continuación, añadir 2 o 3 gotas de colorante para darle color al agua procurando que sean colores tenues.
5. Para terminar, utilizar silicona para poner la tapa y cerrar bien la botella.

Técnica de evaluación: Observación. **Instrumento:** Lista de cotejo.

Actividad 7. Memory de emociones

La memoria permite mantener y utilizar la información almacenada, fundamental para el desarrollo del aprendizaje, las habilidades comunicativas y sociales de los niños, en este juego al tratar de descubrir parejas o elementos iguales que se encuentran escondidos se trabaja la memoria, la atención añadiendo las emociones y ayuda a que los niños se centren en una actividad. *Objetivo:* Emparejar elementos iguales a través del material concreto mejorando habilidades cognitivas y afectivas. *Recursos o materiales:* Imágenes de emociones, cartulinas, cartón, goma, marcadores, tijeras y papel contac. *Edad cronológica:* 5- 6 años. Tiempo estimado: 30 minutos

Desarrollo:

1. Imprimir 3 imágenes iguales de las de emociones básicas (Apéndice 3). Si no existe la posibilidad en las cartulinas dibujar las emociones.
2. A continuación, pegar sobre un cartón, recortar y forrar con papel contac, estas serán las fichas del juego.
3. Este juego se puede trabajar de forma grupal o individual. Las piezas del juego se colocarán boca arriba para que los niños observen el orden de las fichas a continuación girarlas y que permanezcan boca abajo.
4. Cada participante levantará UNA pieza mientras menciona que emoción observa y procede a buscar las fichas iguales.

Técnica de evaluación: Observación. **Instrumento:** Lista de cotejo

Actividad 8. Yoga infantil

El yoga es una práctica que se pueden realizar desde los 4 años hasta la edad adulta, esta actividad ayuda a los niños a que conozcan su cuerpo y lo relacionan con su mente, a través de la respiración y las diversas posturas brindan beneficio físicos como emocionales, aumenta la autoestima, ofrece estados de calma y relajación, ayuda en la concentración, la atención y resulta ser una actividad divertida gracias a las posturas que se realizan, al añadir música o historias puede resultar más llamativa la actividad. *Objetivo:* Desarrollar actividades del manejo de las emociones a través de ejercicios de relajación y respiración. *Recursos o materiales:* Espacio amplio y música. *Edad cronológica:* 5-6 años. Tiempo estimado: 30 minutos.

Desarrollo:

1. Busca un espacio amplio y sin ruido, sentar a los niños formando un círculo.
2. La postura básica es en la que se sientan con las cruas y mantienen la espalda recta y relajada.
3. Realizar una respiración controlada y enseñar a los niños a inhalar profundo y lento por la nariz, y exhalar lentamente por la boca soltando todo el aire.
4. Tomar distancia entre los niños para poder realizar las diferentes posiciones de yoga.
5. Mientras están sentados con las piernas cruzadas y manteniendo silencio, la docente procede a explicar la postura que los niños tienen que imitar.

Técnica de evaluación: Observación. **Instrumento:** Lista de cotejo

Actividad 9. Laberinto de emociones

Los laberintos son juegos en los cuales los niños tienen que hallar un camino o una ruta de inicio a fin, hay laberintos simples y otros más difíciles. Mientras los chicos van consiguiendo la solución de ciertos, tienen la posibilidad de ir avanzando hacia los más complejos, con esta actividad los niños trabajan la atención y la paciencia mientras reconocen las emociones. *Objetivo:* Identificar qué acciones generan sentimientos positivos mediante laberintos potenciando el análisis crítico y la creatividad. *Recursos o materiales:* cartón, papel contac (o alguna superficie plástica parecida), cartulinas, hojas, marcadores y tapas de botellas o corchos. *Edad cronológica:* 4-5 años. Tiempo estimado: 20 minutos

Desarrollo:

1. Imprimir el laberinto. (Apéndice 4) Si no tiene la posibilidad en una cartulina A3 dibujar un laberinto.
2. Dibujar o imprimir fichas con las emociones básicas y con acciones que evoquen dichas emocióne.

3. Recortar pedazos de velcro y pegar la parte rugosa en los extremos del laberinto y la parte lisa en las fichas.
4. Pegar el laberinto en un cartón y forrar el laberinto, esto ayudará a que los niños borren con libertad si se equivocan.
5. Sobre una tapa o un corcho pegar las emociones básicas para formar fichas para que los niños puedan jugar.
6. Los niños tendrán que buscar el camino correcto para llegar a la emoción esto permitirá a los niños reconocer sus sentimientos.

Técnica de evaluación: Observación. **Instrumento:** Lista de cotejo

Actividad 10. Cubo de emociones

Este recurso educativo permite que los niños identifiquen los sentimientos, en cada lado del cubo está representada una emoción básica, aprendiendo sobre las mismas y familiarizarse con ellas favoreciendo el desarrollo de la inteligencia emocional, generando habilidades sociales. *Objetivo:* Reconocer las emociones básicas de manera positiva a través del cubo de emociones formando relaciones consigo mismo y el entorno. *Recursos o materiales:* Hojas, cartulinas, cartón, goma, silicona, foami, marcadores, fieltro y fichas (apéndice). *Edad cronológica:* 3-4 años. Tiempo estimado: 20 minutos

Desarrollo:

1. Dibujar en un cartón la plantilla de un cubo grande.
2. Recortar y doblar por las líneas de la plantilla. Formar el cubo antes de poner el pegamento.
3. Pon pegamento en las pestañas y pégalas en el lugar correspondiente para formar el cubo.
4. Con el foami (o telas) realizar círculos y en cada círculo se dibuja una emoción diferente.
5. Cubrir el cubo con foami, en cada lado de cubo colocar las emociones ya realizadas.
6. Dibujar en cartulinas las emociones, creando fichas en donde los niños puedan identificar las emociones que aparezcan en las caras del cubo. (Apéndice 5)
7. Recortar en un fieltro 6 cuadrados y pegar en todas las caras del cubo, formando un bolsillo donde se introduzcan las fichas de las emociones.

¿Cómo jugar?

Este juego se puede trabajar de forma grupal o individual. El niño lanzará el cubo, observará el lado que cayó y mencionara que emoción salió. Se puede preguntar ¿si alguna vez han sentido esa emoción? A continuación, Identificará en la las fichas que emoción es parecida a la del cubo y la guardará en el bolsillo.

Técnica de evaluación: Observación. **Instrumento:** Lista de cotejo

Actividad 11. ¿Cómo me siento?

Los niños hacen uso de sus emociones desde que nacen, pero lo hacen de una manera inconsciente, sin darse cuenta, mientras van creciendo estas emociones van tomando forma y con la sociabilización se puede observar que los niños al interactuar con sus pares se encuentran que les hace sentir tristes, decepcionados, angustiados, enojados y expresarlo de una manera adecuada es primordial para desarrollar una Inteligencia Emocional.

Objetivo: Demostrar que emoción sienten al inicio de clases a través de un registro diario fomentando el aprendizaje significativo. *Recursos o materiales:* Velcro, foami, marcadores, cartulina, pliego de cartulina, foami o fieltro y una foto tamaño carnet de cada niño. *Edad cronológica:* 5 a 6 años. Tiempo estimado: 10-15 minutos.

Desarrollo:

1. En el pliego se escribe ¿Cómo me siento? Este será nuestro Título, dejar un espacio en el lado izquierdo, aquí irá el nombre de los estudiantes.
2. En foami de diferentes colores recortarán unos círculos y dibujarán las emociones básicas (enojado, triste, feliz, asombro, miedo, calma), pegarlas debajo del título.
3. Recortar pedazos de velcro de 5 centímetros y pegar debajo de cada emoción una fila de velcro (la parte rugosa)
4. Pegar las fotos en una cartulina escribir el nombre de cada niño, recortarlas y pegar un pedazo de velcro atrás de la foto. (la parte lisa)

¿Cómo trabajar?

Esta actividad se trabaja de forma grupal, en el pliego se colocará en fila la foto de todos los niños. Cuando se inician las clases, en las actividades iniciales después del saludo y de la asistencia se preguntará a cada niño qué emoción está sintiendo o qué emoción sintió cuando se levantó. A continuación, los niños deberán mover su foto al lugar de la emoción que ellos sintieron.

Técnica de evaluación: Observación. **Instrumento:** Lista de cotejo

Actividad 12. Nombrar la emoción

Ser capaces de nombrar aquello que se siente es fundamental para una educación emocional, es esencial dar nombre a las emociones debido a que es el primer paso para posteriormente aprender a gestionar las mismas, mientras se aumentan el vocabulario se ayuda a los niños a expresar sus emociones de forma clara, la falta de conocimiento o conciencia de las propias emociones puede dificultar el autoconocimiento. *Objetivo:* Distinguir emociones básicas ordenando diferentes expresiones faciales permitiendo la expresión libre de sentimientos o estados de ánimo. *Recursos o materiales:* Cartón o foami, marcadores, papel contac y velcro. *Edad cronológica:* 4-5 años. *Tiempo estimado:* 30-40 minutos.

Desarrollo:

1. En el cartón o foami realizar un círculo para formar un rostro.
2. Realizar varios rectángulos que entren en el círculo, aquí se dibujará los ojos y bocas con diferentes emociones.
3. Forrar con papel contac.
4. Recortar velcro, pegar la parte rugosa en el círculo es los espacios de los ojos y la boca.
5. Pegar la parte lisa del velcro en los rectángulos.

¿Cómo trabajar?

Se formarán diferentes expresiones faciales con las piezas de las caras pegando los rectángulos en el círculo, esto permite que los niños reconozcan las diferentes emociones y hablar de sus sentimientos y como expresarlos. Mencionar una emoción y que los niños formen la expresión de dicha emoción.

Técnica de evaluación: Observación. **Instrumento:** Lista de cotejo

Actividad 13. Paleta de emociones

Las emociones logran dirigir las acciones o comportamiento de las personas y estas reacciones se manifiestan de acuerdo a los ambientes en los cuales se interactúan, utilizar tarjetas o imágenes para identificar las

emociones, permite enseñar a los niños sobre las emociones con situaciones reales, explicarle de qué se trata y ayudar a aceptar sus sentimientos. *Objetivo:* Identificar las emociones básicas a través de la paleta de emociones logrando la comprensión de las mismas. *Recursos o materiales:* 4 cartulinas amarillas, 1 cartulina blanca, 1 foami negro, 1 palo de helado grande, tijeras, goma, marcadores y lápiz. *Edad cronológica:* 2 a 3 años. Tiempo estimado: 20 a 30 minutos

Desarrollo:

1. En las hojas amarillas formar unos círculos y recortarlos 5 en total.
2. En la hoja blanca formar unos 10 óvalos dibujar con negro unos círculos, estos serán los ojos.
3. Doblar los círculos amarillos por la mitad, pegar las hojas y dibujar la boca, en cada círculo una emoción diferente (feliz, triste, ira, sorpresa y miedo).
4. A continuación, pegar los círculos doblados, la parte inferior de un círculo con la parte superior del siguiente círculo y así ir uniendo todos los círculos.
5. En el foami negro cortar un círculo y pegar atrás de los círculos amarillos, y pegar el palo de helado atrás de los círculos.

Con esta actividad los niños podrán identificar las emociones básicas, al observar las diferentes expresiones faciales.

Técnica de evaluación: Observación. **Instrumento:** Lista de cotejo

Actividad 14. Dibujando emociones

El dibujo es un medio de comunicación y expresión en las cuales pueden representar el medio que los rodea, a través del dibujo los niños disfrutan experimentar con colores y formas. El dibujo desarrolla áreas fundamentales como: la motora, la cognitiva y la emocional, en el aspecto emocional el dibujo se convierte en un mecanismo en la cual los niños expresan sus emociones, lo que les gusta, lo que les preocupa, lo que les da miedo, que desean o que les interesa, incluso cosas que no conocen de sí mismo o que no pueden expresar con palabras. *Objetivo:* Canalizar las emociones mediante el dibujo libre fomentando la libre expresión de libre de sentimientos. *Recursos o materiales:* Hojas y pinturas. *Edad cronológica:* 5 a 6 años. Tiempo estimado: 30 minutos.

Desarrollo:

1. Imprimir el (apéndice 6). Si no es posible dibujar un rostro sin las expresiones faciales.
2. Conversar con los niños sobre las acciones que nos pueden causar, alegría, tristeza, asombro, miedo etc.
3. En la ficha los niños dibujarán las expresiones en los rostros tomando en cuenta la emoción.
4. También se puede recurrir a los cuentos o canciones y que los niños dibujen de manera libre lo que entendieron o lo que les hizo sentir la actividad.

Técnica de evaluación: Observación. **Instrumento:** Lista de cotejo

Actividad 15. Los cuentos

Los cuentos mejoran el lenguaje, desarrolla la capacidad de concentración la memoria y estimula la imaginación, a través de las historias los niños se pueden identificar con los personajes ayudando a superar retos, temores y empatizar con el mundo del mismo modo promueve el hábito de la lectura a temprana edad. A través de las historias de los cuentos se pueden enseñar los valores y las emociones. El cuentacuentos es

una persona que narra a otros a fin de divertir, recrear, y dar a conocer historias. Ellos transmiten nuestra cultura y promueven el amor por los relatos y la lectura. *Objetivo:* Conocer las emociones básicas mediante los cuentos aumentando la creatividad, la imaginación y la empatía. *Recursos o materiales:* Cuentos. *Edad cronológica:* Todas las edades. *Tiempo estimado:* 30 a 40 minutos (varía dependiendo el cuento)

Desarrollo:

- ✓ Para los cuentacuentos se deben producir cambios de voz.
- ✓ Modular la voz para cambiar el tono en cada personaje.
- ✓ Presentar pausas.
- ✓ Mirar al público utilizar gestualidad vocal.
- ✓ Sacar un tono natural.
- ✓ Tener control de la velocidad de la narración.
- ✓ Se pueden utilizar recursos como títeres, mandiles, cubos para contar cuentos los libros etcétera.

La Tabla 1 presenta una lista de cuentos en los que se trabajan las emociones.

Tabla 1 lista de cuentos en los que se trabajan las emociones

Título-Autor	Dirección electrónica
Laberinto del alma -Anna llenas	https://www.goodreads.com/book/show/31311036-laberinto-del-alma
Diario de Emociones -Anna Llenas	https://redescolar.ilce.edu.mx/sitios/proyectos/inteligencia_emocional_pri21/doc/diario_de_las_emociones-AnnaLlenas.pdf https://www.youtube.com/watch?v=X73l12Fwi7Q
Monstruo triste, monstruo feliz - Ed Emberly y Anne miranda	https://www.youtube.com/watch?v=N_iNe9EyzwY
Así es mi corazón – Jo Witek y Christine Roussey	https://www.youtube.com/watch?v=C_i7RsLZDo https://campusmantovani.com/2021/pluginfile.php/121/mod_data/content/22/Asi%20Es%20Mi%20Corazon%20-Witek-Roussey.pdf
El mostro de los colores -Anna Llenas	https://aulavirtual.asindown.org/pluginfile.php/917/mod_folder/content/0/Cuentos/El%20monstruo%20de%20colores%20-%20Anna%20Llenas.pdf%20%C2%B7%20versio%CC%81n%201.pdf?forcedownload=1 https://www.youtube.com/watch?v=Xw8HCNQeWyU
Respira – Inés Castel-Branco	https://www.youtube.com/watch?v=f9B3YFwKSLg

Técnica de evaluación: Observación. **Instrumento:** Lista de cotejo

Las estrategias didácticas son un material educativo que dejan de ser auxiliar, para convertirse en herramienta valiosa de motivación y apoyo; pieza clave para el desarrollo del proceso de enseñanza. (Aguilar, 2004). Cabe señalar que en las estrategias didácticas se organizan las actividades y recursos que facilitan la práctica docente, este integra los recursos y componentes del proceso enseñanza-aprendizaje. Poseer recursos en los cuales se presenten elementos informativos suficientes, con estrategias didácticas oportunas tomando en cuenta las necesidades de los estudiantes, se convierte en una herramienta valiosa que complementa las actividades formativas, generando ambientes agradables que favorezcan el aprendizaje de los niños y tiene como finalidad facilitar la organización del trabajo dentro del aula enfocado al desarrollo de la inteligencia

emocional, utilizando los recursos y materiales disponibles, con objetivos claros orientados al reconocimiento de las emociones básicas en los niños de Educación Inicial.

La presente propuesta está dirigida a profesionales de educación, siendo una herramienta que contiene actividades y recursos para niños que forman parte del primer año de Educación Básica, fortaleciendo la calidad educativa en relación al desarrollo de la inteligencia emocional en el salón de clase; en la que se promueve la lúdica y la recreación de espacios orientados a la libre expresión y empatía hacia sus iguales, dando paso a la aplicación de actividades propuestas, que fueron adaptadas según las necesidades y capacidades, para someterlas a un proceso de análisis de resultados, donde se pudo evidenciar cómo se encuentra el estado emocional de cada uno de los infantes; a fin de mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje.

En la aplicación de la propuesta se realizó un diagnóstico preliminar, con dos actividades, para evidenciar el nivel de conocimiento que tenían sobre las emociones y cómo las regulaban; el cual ayudó a generar una actualización de datos, además de proporcionar una evaluación diagnóstica que permitió dar un énfasis al conocimiento previo de los niños para determinar el orden de las actividades.

Al momento de determinar las actividades que se utilizaron se dio inicio a la aplicación, en la que se emplearon 4 actividades principales que se consideraron necesarias para lograr prolongar una clase, haciéndola más entretenida, llamativa y significativa. Esta aplicación se realizó en la Escuela de Educación Básica “Santa Marianita de Jesús”, en niños y niñas pertenecientes al primer año de Educación Básica, paralelo “A”, en el que fueron partícipes un total de 27 niños, 17 hembras y 10 varones, con el que se trabajó con anterioridad, teniendo conocimientos previos sobre la conducta, y adaptabilidad al entorno, permitiendo tener un gran avance en la recopilación de información.

La aplicación de las estrategias didácticas se extendió durante dos meses, la que se adaptó acorde a las necesidades, intereses y a las respectivas edades de los niños.

Para comprobar la factibilidad de la propuesta de forma particular se utilizaron 2 instrumentos de evaluación: la lista de cotejo; este instrumento se aplicó al inicio y al final de la aplicación de la propuesta en la que se utilizó la siguiente escala valorativa: adquirida, en proceso y no adquirida; obteniéndose los siguientes datos:

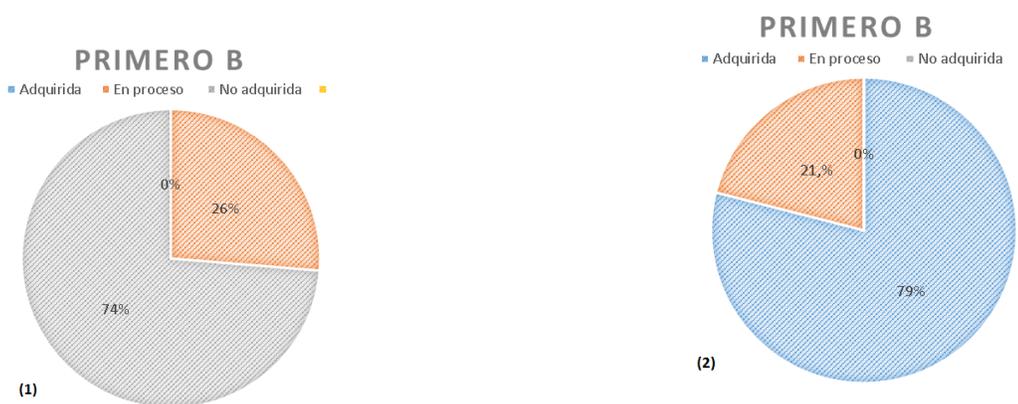


Figura 1. Lista de cotejo. (1): Diagnóstico; (2) Final.

La lista de cotejo de diagnóstico se presenta, en base a una tabla en la que se evidencia los resultados de la evaluación que se presentó a los niños, en el que se mostraron muy participativos especialmente porque las primeras actividades lúdicas como es el cuento, que hace mención a una tortuga y sus emociones, en el que pudieron asimilar las emociones que pudieron escuchar a lo que sienten en un día normal, para reforzar esta actividad al siguiente día se presentaron las emociones en físico, para que cada uno pudiera verlas y asemejarse a las acciones que suelen hacer, a pesar de que los niños conocen lo que es la sonrisa, el llanto y la frustración, el 74% de los niños y niñas desconocen completamente el nombre de la emoción, el 26% de los niños tiene un inicio bajo sobre el reconocimiento de las emociones, el cual da un total del 100% de los niños.

Este alto porcentaje de desconocimiento se da porque gran parte de los niños no obtuvieron la primera educación (Educación Inicial), porque durante ese periodo el niño aprende, desarrolla y ejercita las destrezas de tipo afectivas, cognitivas, motrices y sobre todo sociales, mismas que se irán desarrollando con las experiencias a lo largo de su vida.

Los resultados mostrados a continuación son proporcionados de la evaluación final, mediante la lista de cotejo de cierre el cual refleja un avance notorio con los niños, en donde el 79% de los niños adquirieron la información significativamente, su aplicación se dio de forma consecutiva, misma que dio paso al entendimiento y comprensión, otorgándole el nombre que corresponde y significado en experiencias de su diario vivir, además de proporcionar las formas del manejo y gestión de las emociones.

Sin embargo, aunque no se contó con un tiempo prolongado en la aplicación, se obtuvo un gran avance en la totalidad de estudiantes, cada uno mejoró en relación a su ritmo de aprendizaje, por lo que el 21% de los niños continúa dentro de un proceso que requiere un refuerzo en la parte de manejo y gestión de las emociones, porque a pesar de reconocer lo que siente aún le resulta difícil tomar el control en situaciones de conflicto, si bien es cierto el cambio no se da de la noche a la mañana, siendo necesario el constante apoyo del entorno social, y la ayuda psicológica que le permitirá entender las diferentes soluciones ante problemas del diario vivir.

El segundo instrumento de evaluación es la ficha de observación (*Adquirido (A)*; *No Adquirido (N)*; *En proceso (P)*), esta fue aplicada durante todo el proceso, en el que dio los siguientes resultados:

Tabla 2: Ficha de observación (diagnóstico)

Aspectos a tomar a consideración			
Nº		No Adquirido	En proceso
1	Es capaz de quitarse de la mente las preocupaciones que lo obsesionan.	100% (27 niños)	
2	Cuando le llaman la atención de algo injusto se defiende adecuadamente con el diálogo.	100% (27 niños)	
3	No se deja llevar por las emociones en el momento, si no gestiona sus emociones para encontrar una solución.	100% (27 niños)	
4	Se da cuenta de lo dicen, siente y piensan las personas más cercanas a él.	81,48% (22 niños)	18,52% (10 niños)
5	Tiene confianza en sí mismo en lo que hace, piensa y siente.	81,48% (22 niños)	18,52% (10 niños)
6	Llega a comprender los sentimientos de los demás.	100% (27 niños)	
7	Cuando ve a alguien muy nervioso o exaltado lo calma y tranquiliza.	85,18% (23 niños)	14,82% (4 niños)

8	Es creativo, tienes ideas originales y las desarrolla	44,44% (12 niños)	55,55% (15 niños)
9	Sabe aguantar bien la frustración cuando no llega a cumplir algo que se propone	100% (27 niños)	
10	Respeto los pensamientos, emociones y la libertad de expresión de sus compañeros.	100% (27 niños)	

En la ficha de observación se han tomado en cuenta 10 ítems, los cuales se han destacado para dar una idea de la situación inicial de cada niño, esencialmente si se encuentra con un desarrollo emocional bajo o alto, dependiendo el contexto de cada niño donde se ha observado un alto índice de reincidencia en los mismos aspectos siendo estos la gestión o control de emociones, lograr expresar emociones libremente sin ser juzgados, la confianza no saben darle un nombre e incluso son muy volubles a cambios drásticos de un momento del día se encuentran sonriendo y siguiente están enojados o tristes; en la presente tabla muestra la cantidad en porcentajes que se ha obtenido tras el seguimiento en todo el periodo de aplicación constando que los índices más altos son lo de no adquirido.

A lo largo del proceso aplicativo se ha observado con detenimiento a niños percibiendo datos que puedan ayudar a equilibrar estos índices; de allí se destacó el 15% de los niños vienen de una zona rural, lo que nos advierte que en algunas ocasiones estos niños no expresan sus emociones, no por desconocimiento sino por el miedo al rechazo o a una especie de aversión a socializar. Por otro lado, los cambios bruscos o difíciles, suelen ser perjudiciales para la salud de los infantes, porque aún no tienen desarrollada la inteligencia emocional que se requiere para asimilar lo que sucede a su alrededor, generando auto-lesiones al intentar escapar de sus pensamientos no deseados o emociones intensas.

Tabla 2: Ficha de observación (final)

Aspectos a tomar a consideración			
Nº		Adquirido	En proceso
1	Es capaz de quitarse de la mente las preocupaciones que lo obsesionan.	70,37% (19 niños)	29,62 (8 niños)
2	Cuando le llaman la atención de algo injusto se defiende adecuadamente con el diálogo.	74,07% (20 niños)	25,92% (7 niños)
3	No se deja llevar por las emociones en el momento, si no gestiona sus emociones para encontrar una solución.	70,37% (19 niños)	29,62% (8 niños)
4	Se da cuenta de lo dicen, siente y piensan las personas más cercanas a él.	70,37% (19 niños)	29,62 (8 niños)
5	Tiene confianza en sí mismo en lo que hace, piensa y siente.	85,18% (23 niños)	14,81% (4 niños)
6	Llega a comprender los sentimientos de los demás.	74,07% (20 niños)	25,92% (7 niños)
7	Cuando ve a alguien muy nervioso o exaltado lo calma y tranquiliza.	74,07% (20 niños)	25,92% (7 niños)
8	Es creativo, tienes ideas originales y las desarrolla	(27 niños)	
9	Sabe aguantar bien la frustración cuando no llega a cumplir algo que se propone	74,07% (20 niños)	25,92% (7 niños)
10	Respeto los pensamientos, emociones y la libertad de expresión de sus compañeros.	74,07% (20 niños)	25,92% (7 niños)

Al finalizar el proceso de aplicación, en la tabla muestra unos índices altos en los avances que son significativos al considerar el tiempo; el aumento de la inteligencia emocional muestra que un aproximado de 20 niños han logrado el control, confianza y libertad al mostrar sus emociones. Tras la constante observación se ha comprobado el avance de cada niño de primera mano, siendo este satisfactorio esencialmente en la última clase en la que se mostró una gran participación por parte de los estudiantes durante la ejecución de las actividades, ya que los niños que provienen de una zona rural se muestran más confiados y seguros de sí mismo, dejando de lado al miedo que alguna vez los dominó, aunque en ocasiones ese miedo puede presentarse, pero en una menor cantidad.

Además, quien se generaba auto-lesiones dejó de incidir en ello, ya que se le brindó las herramientas necesarias para conllevar los cambios en su vida, además logró realizar una adecuada descarga emocional, al conversar y desahogarse, muchas veces su llanto fue el mejor aliado para poder liberar sus emociones y estar en paz con sí misma. Ahora bien, es necesario enfatizar que para lograr todos estos cambios se requirió de constante apoyo moral, crear un ambiente de confianza, armonía, unión y sobre todo empatía dentro del salón de clase. Así como de utilizar los materiales adecuados para no causar confusión en su aprendizaje emocional, logrando diferenciar cada una de las emociones y saberlas autorregular.

Proceso.

Técnica de la tortuga. En los primeros años de educación, los niños se desarrollan con una mayor autonomía y capacidades comunicativas, no obstante, necesitan ayuda para lograr gestionar sus emociones debido a que estas se expresan con mayor intensidad, así como la frustración en situaciones de necesidad. Su objetivo es establecer métodos de autocontrol, que permitan comprender las emociones; este tipo de técnica está destinado para niños y niñas en edades de 3 a 7 años, teniendo un tiempo estimado de duración de 30 minutos por clase; el cual depende del desenvolvimiento del docente, en este caso se ha planteado la actividad de la siguiente manera. En primer lugar, se debe buscar un lugar amplio e invitar a los niños para que se sienten en un círculo, pidiendo a todos los niños que respiren de forma profunda y lentamente vayan soltando el aire por la boca, este método ayuda a puedan controlar las emociones negativas, teniendo esto en mente se empieza a relatar el cuento con ayuda de pictogramas, además de un constante intercambio de palabras el cual da inicio a un diálogo respondiendo preguntas como: *¿Quién es el personaje principal? ¿Qué emociones escucharon? ¿Cómo pudo controlarse la tortuga? ¿Quién le ayudó?* Este tipo de preguntas ayuda a los niños a comprender qué tipo de emociones ha visto, sentido y cómo puede canalizarlas para liberar lo que no nos es útil y entonces, dejar espacio para que entre el bienestar.

Paleta de emociones. En la práctica pedagógica es necesario poner atención a las expresiones no verbales que expresan; los juegos ayudan a trabajar las emociones y comprender los sentimientos propios y de los demás. Como dicen Bach y Darder (2008): “Educar emocionalmente es plantear situaciones de vida y crear a la vez un clima humano que facilite la conversión de las vivencias en aprendizajes”. (p.47). Es por ello que en la guía didáctica se propuso la paleta de emociones como un recurso clave para la enseñanza, porque los niños pueden plasmar sus emociones en material concreto, siendo fácil de armar, los elementos que se requiere son seis círculos amarillos con la representación de las emociones básicas, cada una estará sostenida con un palo de helado, a continuación se narrara historias del diario vivir donde ellos deben asociar la emoción que se atraviesa con la paleta de emoción a la que pertenece.

En su mayoría las paletas de emociones se repiten, pero todo esto varía según la perspectiva de la persona y de la estimulación que se haya obtenido en su entorno social, un ejemplo claro es cuando a una niña le jalan

su trenza, el dolor le causa tristeza, teniendo como consecuencia llanto, sin embargo, a otra niña con un contexto familiar diferente su forma de reacción varía, quizás la niña se enoje y puede conducirla a situaciones abruptas. Es por ello, que se puede decir que los primeros años son fundamentales para la formación de personalidad y de las emociones, porque crea en cada niño herramientas que les facilita la resolución de problemas y cómo manejar sus emociones ante diferentes circunstancias. Estas dos actividades fueron seleccionadas por la fácil aplicación y comprensión, siendo desarrolladas en primero de básica con un total de 27 niños, conformado por 10 niños y 17 niñas, en su inicio los niños se encontraban en estado de negación para aplicar estas actividades, porque salían de su zona de confort al no tener experiencia con actividades que intervienen sus sentimientos y emociones, teniendo como resultado escasa participación e interacción a inicios de la actividad.

Así que, se implementó estrategias que dieron paso a la reflexión, abordando temas como la confianza, respeto, empatía y sobre todo inculcando el arte de escuchar. Una vez comprendido estos términos, se creó un ambiente seguro, fiable y armonioso, en el que los niños pudieron participar activamente, y expresar sus emociones en su máximo esplendor. Sin embargo, un 25,9% de niños evitaron interiorizar y expresar sus emociones durante la fase de diagnóstico. De la misma forma, se pudo constatar que algunos niños que pertenecen al 25,9% no logran controlar y autorregular sus emociones, teniendo como consecuencia actos inapropiados en su comportamiento y socialización con su entorno.

Mímica de las emociones. Las emociones se presentan desde los primeros años de vida, debido a que es una herramienta que permite comunicarse con el entorno, así como su postura, voz y expresiones fáciles, ayudando a sus cuidadores a conocer sus necesidades. Inicialmente aparece una sonrisa social, que estimula a los adultos a que interactúen con él constantemente y con el paso del tiempo esa sonrisa se vuelve más específica.

La capacidad de los bebés para poder asociar el significado emocional con las distintas expresiones faciales se da a partir del séptimo mes, y se va desarrollando con el pasar del tiempo. Durante la primera infancia los niños receptan las emociones según su estimulación y contexto relacional, por ende, el niño va construyendo el significado de cada emoción a partir de las experiencias propias, además de crear vínculos con su entorno que dependerá de cómo se relaciona, el nivel de interés y atención, de esta forma cada niño irá construyendo el concepto de sí mismo y del entorno. La relación afectiva que se crea con los integrantes del hogar, cumple un rol fundamental con la autoestima, porque se sienten confiados y capaces, motivándolos diariamente para cumplir con nuevos desafíos y aprender de los errores, en el caso de necesitar ayuda pedirla sin miedo alguno. En el salón de clase la relación que el niño crea con la docente, adquiere un carácter diagonal, siendo la comunicación y el diálogo interactivo, donde los dos dan paso a la reflexión y no solo a la acción para la resolución de problemas. Es por ello que se plantea la actividad mímica de las emociones que fue apoyada con el yoga infantil, los niños se colocaron alrededor del salón de clase, teniendo una distancia prudente que les permitió disfrutar la música con los ojos cerrados e interactuar al ritmo de la canción, al terminar se dialogó sobre el respeto hacia la emoción de los demás, el respeto hacia uno mismo, la importancia de cada uno en la vida de la familia y de los integrantes del salón.

Además, se enfatizó que la escuela es un lugar seguro donde se pueden expresar libremente y en el caso de necesitar un consejo se cuenta con el docente para ser su apoyo emocional. Posteriormente se les colocó uno al frente del otro para que mencionen las cualidades que resaltan en ellos, la confianza mutua y la conexión entre compañeros para poder solucionar conflictos. Finalmente, se les entregó unas tarjetas con las emociones básicas, en la cual un niño levantaba una tarjeta con la emoción y la persona de adelante le comentaba cuando

se sentía de esta forma, muchos niños lograron interiorizar y comentaron sus más profundos sentimientos, en el caso de emociones como la tristeza se culminó con un abrazo y la frase “Gracias por confiar en mí, siempre contarás conmigo si necesitas ayuda”, para que se sientan seguros.

Esta actividad tuvo una incidencia positiva en cada uno porque dio paso al compañerismo y la fácil resolución de conflictos, los niños ya no veían por sí mismos, sino también consideraban el bienestar de todo el grupo.

El dado de las emociones. La vida social de un niño y niña, se ve cambiante desde el momento que llegan al jardín porque su experiencia empieza a expandirse al tener contacto con sus iguales; estos se hacen amigos, aprenden a relacionarse entre ellos lo que ayuda al desarrollo de la empatía; además de que las relaciones intra e interpersonales dentro y fuera del salón de clases cumple con un papel fundamental, porque generan un óptimo ambiente de aprendizaje, sin tensiones: siendo capaces de empatizar y entender las emociones de los compañeros para mantener una buena relación basada en la empatía.

Goleman (1995), afirma que la empatía es una de las habilidades, que los niños desarrollan a una edad muy temprana cuando un bebé llora al ver a otro bebé llorar, llora junto con él, es porque se empatiza con el otro. Esta acción es mucho más desarrollada en los niños de 3 a 4 años de edad.

En la educación se ofrecen actividades para el desarrollo de la inteligencia emocional al reconocer emociones propias y ajenas. Las emociones surgen para dar una respuesta a un hecho interno o externo, la cual va a tener una carga positiva o negativa porque los niños y niñas busca ser reconocidos y valorados, tanto dentro como fuera del aula de clases; todos esperando una sola cosa, ser observados, escuchados, ser necesarios para finalmente ser reconocidos. Es por ello que el cubo de emociones es un recurso educativo que permite identificar las emociones que se encuentran a cada lado del cubo, a fin de familiarizarse con ellas para el correcto desarrollo de la inteligencia emocional y el fortalecimiento de las habilidades sociales.

El objetivo de este cubo es comprender que no existen las emociones malas o buenas, todas ellas cumplen una función e incluso las que parecen ser negativas tratan de protegernos del peligro y evitar que nos enfrentemos a algún tipo de daño. Antes de aceptar estas emociones y gestionarlas es necesario aprender y familiarizarse con ellas:

- **La alegría:** Es una de las emociones más básicas, está asociada directamente a la felicidad y al placer; la alegría es uno de los métodos que tiene el cuerpo para motivar una acción, sin embargo esta emoción se produce en un momento determinado lo que conlleva a ser algo pasajero, por ello se considera que las emociones son pasajeras porque estas van fluctuando por lo que una persona no puede sentir alegría en cada momento eso desataría que las personas pasen sonriendo todos los días sin tener un motivo congruente.
- **Tristeza:** Esta emoción está directamente relacionada con la salud mental porque la tristeza se caracteriza por sacar a una persona de su estado normal; la relación entre la salud mental y la física dejaron de estar separadas desde hace un largo periodo de tiempo, porque cuando niño sufre un daño físico a va afectar directamente a su estado de ánimo, afectando así también su forma de relación con las demás personas

Cuando alguien sufre un mal físico, esto va a tener un efecto directo sobre su estado de ánimo, y este sobre el resto de los ámbitos de la persona, incluida su forma de relacionarse consigo mismo y con los demás. Cuando alguien sufre un mal físico, esto va a tener un efecto directo sobre su estado de ánimo, y este sobre el resto de los ámbitos de la persona, incluida su forma de relacionarse consigo mismo y con los demás. Cuando alguien

sufre un mal físico, esto va a tener un efecto directo sobre su estado de ánimo, y este sobre el resto de los ámbitos de la persona, incluida su forma de relacionarse consigo mismo y con los demás:

- **Ira:** Este es un sentimiento que nace cuando un niño es puesto a enfrentar situaciones que le producen frustración que se juntan con una sensación de tensión que los anima a actuar, comúnmente de una forma negativa o dependiendo de la situación. Esta emoción está igualmente ligada a los cambios físicos porque al momento de observar el cuerpo se notan cambios en la postura, además de un aumento en los pulsos cardíacos, la musculatura y su frecuencia respiratoria lo que se deduce como una subida de adrenalina que aumenta la tensión cognitiva.
- **Miedo:** Esta emoción es una de las más antiguas, porque su función principal es la supervivencia, al dar una respuesta rápida ante una amenaza, siendo el mecanismo de defensa que mantiene vivas a las personas al funcionar como una alarma psicológica que procura la integridad física y el bienestar.
- **Desagrado:** Esta se caracteriza por tener una sensación de evasividad y repulsión ante la posibilidad de ingerir una sustancia nociva; estos efectos fisiológicos de dan con la aparición de malestares comunes como lo es la náusea, además de un aumento en tensión muscular, conductual que son visibles en la piel lo que conlleva a rechazar todos los estímulos que puedan provocar una intoxicación, ingestión y también el rechazo de estímulos sociales tóxicos.
- **Sorpresa:** Se define como una reacción causada por algo imprevisto y novedoso, cuando aparecen estos estímulos las personas no están preparadas para crear posibles escenarios por lo que la vivencia de esta sensación roza la incertidumbre junto a un estado de sensación de shock.

Al conocer estas emociones abrimos un campo más específico porque ya no solo nos centramos en conocer la misma, sino visualizarlas mediante un diálogo colectivo que exprese momento vividos en relación de una emoción plantada, es decir que, al momento de interactuar con el dado, este contendrá las 6 emociones básicas en las que el niño pasará a lanzar el dado, y procederá a mencionar la emoción, lo que desencadenará el desenvolvimiento verbal y desahogo personal.

El diario de las emociones. La educación emocional es un proceso pedagógico continuo que está encaminado a potenciar las habilidades cognitivas centrándose en transmitir conocimiento, para facilitar el desarrollo integral de los niños: fomentando el conocimiento, la gestión de emociones para que pueda resolver problemas de la vida cotidiana. En las escuelas de hoy en día dejan de lado lo que es la enseñanza a través de las emociones, porque las consideran innecesarias; sin embargo, la educación emocional se integra al aprendizaje académico porque es adecuada para fomentar las competencias emocionales en los niños y niñas.

Las dinámicas emocionales deben validarse en todos los niveles de aprendizaje académico, es decir que cualquier ocasión durante la jornada académica es adecuada para crear vínculos positivos como son la empatía y la expresión de emociones. Una estrategia utilizada en este ámbito es el diario de las emociones que es una herramienta más eficaz de la inteligencia emocional, porque permite ser consciente de las emociones que se desatan en un momento determinado y de cómo gestionarlas.

Esta actividad tiene como objetivo identificar las emociones a través de un registro periódico permitiendo el manejo adecuado de las mismas; este diario está destinado para niños de 5 a 6 años de edad. Su proceso práctico se determinó por la necesidad emocional de los niños, es decir en ciertas ocasiones los niños entran en una crisis emocional que se deriva de problemas familiares o estrés aglomerado, lo que desencadena una etapa de eliminación que conduce a una falta de interés en la parte académica como en la social, que impide que un niño se desenvuelva de forma cotidiana.

Por lo tanto, el desarrollo de esta actividad fue puesta en práctica durante una semana la que se consideró la más agitada por la cantidad de actividades y programas curriculares, además esta actividad se complementó con nombra las emociones porque es fundamental que dentro de la educación emocional un niño pueda nombrar lo que siente, siendo este el primer paso para aprender a gestionar las emociones, dado que el vocabulario aumenta y se ayuda a expresar las emociones de una forma clara.

Al momento de integrar estas dos actividades durante 45 minutos durante una semana, se ha visto un cambio notorio, en cuanto a la distinción de las emociones porque el diario ayuda a llevar un registro diario sobre la emoción que siente en ese instante, mienta que nombra la emoción complementa la actividad al pasar a exponer su diario y mencionar cuál es la emoción que dibujaron, explicar el motivo que les llevó a experimentarla, y finalizando con la pregunta *¿Qué puedes hacer para canalizar esa emoción?*

Según Fabes & Eisenberg (1997) mencionan que la regulación emocional en la competencia social y en el aprendizaje son dos aspectos básicos a tener en cuenta ya que son muy importantes. Los niños competentes en cuanto a capacidad de regular sus emociones, desarrollarán mayor capacidad de implicación en los intercambios positivos a la hora de relacionarse socialmente.

La regulación emocional se asocia con el desarrollo de competencias cognitivas en el que intervienen factores madurativos, psicológicos y de interactividad. Los niños que no tengan una buena regularización de las emociones tienen cierta tendencia a exponer respuestas negativas, lo que dificulta a la hora de aprender y relacionarse; por lo tanto es indispensable que el docente desarrolló su propia regularización de emociones para que pueda servir como un modelo y guía; una de las acciones que pueden servir a un niño para controlar sus emociones son los lugares con espacios grandes en donde no se sienta asfixiado, hacer respiraciones lentas y profundas, complementando con un desahogo físico, es decir con el deporte.

El teatrillo de las emociones. En la cotidianidad del aula, diariamente se presentan diversas manifestaciones expresivas en los niños, muchas veces no nos detenemos a contemplar el mundo emocional de cada uno, por lo que evadimos el universo de sentimientos y pensamientos que nos permitirá explorar sus expectativas, potencialidades, debilidades, gustos y necesidades; que se presenta al momento de la interacción entre docente-estudiantes (Álava et al., 2022b; Rodríguez, Castro, et al., 2022; Rodríguez, Lucas, et al., 2022).

Las dificultades que presentan los estudiantes para poder expresar sus sentimientos son consecuencia de varios factores, entre ellos son los escasos recursos que se tiene dentro del salón de clase. Es por ello, que se propone al teatro como una estrategia pedagógica que posibilita abortar la expresión de forma oral, escrita y corporal, para que los niños puedan manifestar sus emociones y formas de pensar.

Para su aplicación se creó títeres con la temática monstruos de las emociones, cada títere tiene su color y su emoción plasmada que facilitó la adquisición de conciencia emocional, a partir del cuento interactivo entre títere y titiritero, logrando que el niño reconozca las emociones básicas como es la felicidad, tristeza, enojo, asombro, desagrado, miedo y sorpresa; para que relacione la emoción con situaciones que se le presentan en su diario vivir, logrando gestionar los sentimientos de una forma más saludable y positiva. Durante la clase se creó un espacio para que los niños escojan a un monstruo según su estado emocional actual y piensen sobre lo que sienten, entiendan de dónde viene esa emoción y, además, trabajen la empatía detectando los sentimientos de los demás. Si un niño entendiera de donde provienen las emociones positivas y negativas, comprenderán que acciones son buenas y cuales no se deben poner en práctica.

Discusiones

La puesta en práctica de las estrategias didácticas, tuvo una incidencia positiva porque existieron cambios notables especialmente en el área social y psicológica, porque todas las actividades que se plantearon anteriormente, fueron abordadas con estrategias lúdicas y material concreto, permitiendo que cada clase sea llamativa e innovadora, las clases al salir del típico modelo tradicional se obtuvo atención y participación constante. Es importante resaltar que, en un inicio los niños no se mostraban abiertos para mostrar sus intereses y sentimientos, más bien tenían una forma distante de participar, evitando expresar lo que realmente sentían por el temor a ser juzgados por sus compañeros, por tal motivo se creó un ambiente sano, armónico y de convivencia empática.

Las actividades se realizaron con todos los integrantes del salón formando círculos, para ser un ambiente propicio para crear confianza entre sus iguales, así mismo se implementó el yoga con los ojos cerrados, siendo una pieza fundamental para que los niños logren interactuar y expresar sus emociones, al estar con los ojos cerrados ellos podían hablar tranquilamente pues no se expusieron a miradas intimidantes, así mismo el silencio que se generaba era propicio para poder expresar sus más profundos sentimientos, deseos o preocupaciones.

Además de ello fue necesario estar constantemente alentando al amor propio y haciendo sentir que son seres valiosos no solo para la familia sino también para todos los que conforman el salón de clase. En las primeras clases se le enseñó cómo crear vínculos sociales con sus compañeros y además se brindó herramientas para poder sostener una amistad, esto fue necesario enseñar para tener un lugar seguro donde puedan expresarse. En las próximas clases la aplicación de actividades se iba facilitando porque los niños querían participar y contar sus historias, especialmente con el uso del teatrillo de las emociones porque cada uno escogía a su monstruo y les compartía momentos importantes con el resto de compañeros, eran pocos los niños que no interiorizaban la actividad y solamente participaban por cumplir. Sin embargo, con el paso de dos meses hubo cambios notables en los niños porque se abrieron al entorno y su forma de relacionarse mejoró, los niños dejaron de lado la individualidad y velaban por el bienestar de todo el grupo, se convirtieron cada uno en un apoyo para quien necesitase. Al no ser un tiempo extenso de aplicación los resultados se en 7 niños se presentó de forma más lenta, pero significativa porque su situación era un poco más crítica a continuación se detallan algunos de los casos (A. Rodríguez, V. F. R. Castro, et al., 2021; A. Rodríguez, J. C. P. Tarragó, et al., 2021; A. R. Rodríguez, V. F. R. Castro, et al., 2021; A. R. Rodríguez, Y. V. Escobedo, et al., 2021).

Uno de los casos que se destacó por su relevancia es el de una niña que evitaba hablar sobre sus sentimientos, sin embargo su forma de comunicación inicialmente no fue la adecuada porque no sabía cómo realizar una adecuada descarga emocional, es decir ella no aceptaba sus sentimientos y no lograba canalizarlos de forma constructiva, porque no contaba con el apoyo y orientaciones necesarias para sobrellevar su situación actual, dando como resultado auto-lesiones que le permitían librarse de todo el peso emocional, pero con la aplicación de la guía didáctica existieron cambios notables en su comportamiento y comenzó a dialogar más sobre lo que sucedía en casa, expresando cómo se sentía con los cambios abruptos en su vida, de igual forma entendió que llorar no es una expresión negativa, sino liberadora porque las lágrimas pueden ser un filtro que limpia la cabeza de todas las preocupaciones para que ella pueda sentirse mejor y continuar con su vida de una forma llevadera, por lo que no volvió a incidir con ese tipo de conductas (Álava et al., 2022a; Rodríguez, Álava, et al., 2022; A. R. Rodríguez, A. d. C. R. González, et al., 2021; A. R. Rodríguez, J. C. P. Tarragó, et al., 2021). De la misma forma en dos niños, se evidenció en sus inicios el constante miedo al rechazo porque no expresaban sus necesidades e ideas, por lo que ellos evitaban el contacto con sus iguales y se escondían en

una burbuja de confort, prefiriendo pasar solos en momentos de interacción, es por eso que durante la aplicación se realizó estrategias grupales para hacerles encontrar dentro del salón un lugar seguro, donde pueden expresar y decir libremente sobre lo que piensan, ignorando la idea de que van a ser juzgados. Es verdad que no todos tenemos una misma ideología, pero todos deben estar dispuestos a escuchar y a ceder sobre las diferentes decisiones que se tomen.

Al finalizar con la aplicación se evidenció la construcción de seguridad en su personalidad, por lo que ya no era tan frecuente la necesidad de preguntar si lo que realizaba estaba bien, porque simplemente presentaba al finalizarlo y en el caso de existir algún error se llevaba a corregir.

Otro caso que es importante mencionar, es de un niño que era el primero en recibir educación entre toda su familia por lo que la presión social se hacía presente en el diario vivir del niño, los padres siempre buscan la superación de un hijo y quieren que sea mejor que ellos, en este caso la idea es totalmente acertada, pero la presión que generaron en él ocasionó que su desarrollo dentro del aula no sea el adecuado, porque tenía bajos niveles de socialización evitando el contacto con sus iguales, además evitaba realizar los trabajos académicos porque tenía miedo a fracasar y decepcionar a su familia, pero al brindarle las herramientas necesarias el niño creo en él seguridad y autoestima, pero todo fue de la mano con el apoyo de los padres, porque ellos también al ser orientados evitaron crear presión en él y que mejor que disfrutar del avance escolar del niño respetando su ritmo de aprendizaje, trayendo como resultado avances académicos y sociales que le permitieron desarrollarse de mejor manera dentro y fuera del salón de clases.

Conclusiones

El desenvolvimiento de las actividades diarias depende de su estado emocional, por lo que es necesario trabajar con potenciar la seguridad y autoestima en los niños, para que al momento de exponerse a entornos sociales logren una fácil adaptación y logren sobrellevar situaciones de conflicto. La inteligencia emocional es un factor importante en la vida de las personas, porque influye en el desenvolvimiento del área social, físico, cognitivo y psicológico, a fin de lograr la resolución de problemas en todos los ambientes; como es el caso del educativo que requiere que todos los miembros se encuentren con buen estado emocional para garantizar un buen proceso de enseñanza y aprendizaje.

Referencias

- Álava, W. L. S., Rodríguez, A. R., & Ávila, X. L. A. (2022a). Impacto del uso de la tecnología en la formación integral de los estudiantes de la carrera tecnologías de la información. *Journal TechInnovation*, 1(2), 71-77. <https://revistas.unesum.edu.ec/JTI/index.php/JTI/article/download/21/36>
- Álava, W. L. S., Rodríguez, A. R., & Ávila, X. L. A. (2022b). Redes inalámbricas, su incidencia en la privacidad de la información. *Journal TechInnovation*, 1(2), 104-109. <https://revistas.unesum.edu.ec/JTI/index.php/JTI/article/download/25/42>
- Bach, E. y Darder, P. (2008). *Sedueix-te per seduir: Viure i educar les emocions* (5ª ed.). Barcelona: Edicions 62.
- Eisenberg, N.; Fabes, R (1997). Contemporaneous and longitudinal prediction of children's social functioning from regulation and emotionality. *Child Development*, 68(4), 642-664.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional* (28ª ed.). Barcelona: Editorial Kairós.

- Rodríguez, A., Castro, V. F. R., Gonzalez, A. D. C. R., Baque, N. A. C., & Tarragó, J. C. P. (2021). Aplicaciones de la Inteligencia Artificial en técnicas de minería de procesos. Serie Científica de la Universidad de las Ciencias Informáticas, 14(7), 136-155. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8590663>
- Rodríguez, A., Tarragó, J. C. P., Zúñiga, K. M., & Loor, L. V. V. (2021). Evaluación formativa de los procesos cognitivos con paradigma constructivista mediante Mapa Cognitivo Difuso. Serie Científica de la Universidad de las Ciencias Informáticas, 14(8), 130-142. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8590618>
- Rodríguez, A. R., Álava, W. L. S., Jara, L. D. S., & Castro, F. I. G. (2022). Las Categorías Enseñanza, Aprendizaje; Desarrollo, Innovación Educativa y formación. Relaciones entre ellas. Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS-ISSN 2806-5794., 4(3), 178-183. <http://editorialalema.org/index.php/pentacencias/article/view/160>
- Rodríguez, A. R., Castro, M. I. R., Pilay, M. A. T., & Quimiz, L. R. M. (2022). Sistema inteligente para la evaluación de competencias docentes mediante un enfoque constructivista. Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS-ISSN 2806-5794., 4(2), 316-325. <http://editorialalema.org/index.php/pentacencias/article/view/63>
- Rodríguez, A. R., Castro, V. F. R., González, A. d. C. R., Baque, N. A. C., & Tarragó, J. C. P. (2021). Aplicaciones de la Inteligencia Artificial en técnicas de minería de procesos. Serie Científica de la Universidad de las Ciencias Informáticas, 14(7), 136-155. <https://publicaciones.uci.cu/index.php/serie/article/view/920>
- Rodríguez, A. R., Escobedo, Y. V., García, L. J. P., & Lucas, H. B. D. (2021). Evaluación del aprendizaje mediante un enfoque constructivista a partir del método ponderación lineal. Serie Científica de la Universidad de las Ciencias Informáticas, 14(7), 156-165. <https://publicaciones.uci.cu/index.php/serie/article/view/921>
- Rodríguez, A. R., González, A. d. C. R., Tarragó, J. C. P., & Gálvez, D. L. D. (2021). Implementación de algoritmos de Inteligencia Artificial en la predicción de nuevos conocimientos mediante enseñanza constructivista. Serie Científica de la Universidad de las Ciencias Informáticas, 14(3), 131-141. <https://publicaciones.uci.cu/index.php/serie/article/view/762>
- Rodríguez, A. R., Lucas, H. B. D., Mero, C. J. Á., Pisco, R. J. L., & Castro, F. I. G. (2022). Método computacional de recomendación sobre la evaluación del aprendizaje bajo el paradigma constructivista. Serie Científica de la Universidad de las Ciencias Informáticas, 15(1), 178-187. <https://publicaciones.uci.cu/index.php/serie/article/view/966>
- Rodríguez, A. R., Tarragó, J. C. P., Zúñiga, K. M., & Loor, L. V. V. (2021). Evaluación formativa de los procesos cognitivos con paradigma constructivista mediante Mapa Cognitivo Difuso. Serie Científica de la Universidad de las Ciencias Informáticas, 14(8), 130-142. <https://publicaciones.uci.cu/index.php/serie/article/view/931>
- Zambrano, A. (2000). La mirada del sujeto educable. La pedagogía y la cuestión del otro. Santiago de Cali: Fundación para la filosofía en Colombia.