

Con la lúdica voy reconociendo mis emociones

Carmen Yicet Caro Ramírez

Asesor

Karen Lorena Lucuara Castro

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela Ciencias de la Educación ECEDU

Licenciatura en Pedagogía Infantil

2023

Resumen

La propuesta pedagógica "Con la lúdica voy reconociendo mis emociones" se basó en la idea de que el juego y la creatividad son herramientas efectivas para el aprendizaje emocional. A través de actividades lúdicas, los niños pudieron explorar diferentes emociones, expresarlas de manera segura y aprender estrategias para manejarlas adecuadamente. La pasta de modelar y la botella de la calma fueron recursos especialmente útiles, ya que permitieron a los niños interactuar de manera táctil y visual con sus emociones. La implementación de la propuesta demostró resultados positivos en el desarrollo emocional de los niños, se observó un aumento en su capacidad para reconocer y nombrar emociones, así como una mejora en su habilidad para regularlas. Además, se evidenció un impacto en su comportamiento social, mostrando mayor respeto y empatía hacia sus compañeros. Este estudio resalta la importancia de abordar el manejo emocional desde edades tempranas. La propuesta pedagógica "Con la lúdica voy reconociendo mis emociones" logró fomentar el uso positivo de las emociones y el manejo emocional en niños y niñas del grado pre jardín. A través del cuento, la pasta de modelar y la botella de la calma, los niños tuvieron la oportunidad de explorar y comprender sus emociones, así como practicar estrategias de autorregulación. Esta propuesta pedagógica puede servir como base para futuras intervenciones que promuevan el desarrollo emocional en la infancia.

Palabras clave: Lúdica, emociones, niños.

Abstract

The pedagogical proposal "With the playful I am recognizing my emotions" was based on the idea that play and creativity are effective tools for emotional learning. Through playful activities, the children were able to explore different emotions, express them safely, and learn strategies to manage them properly. The modeling paste and the bottle of calm were especially useful resources, as they allowed the children to interact tactilely and visually with their emotions. The implementation of the proposal demonstrated positive results in the emotional development of children, an increase in their ability to recognize and name emotions was observed, as well as an improvement in their ability to regulate them. In addition, an impact on their social behavior was evidenced, showing greater respect and empathy towards their peers. This study highlights the importance of addressing emotional management from an early age. The pedagogical proposal "With the playful I am recognizing my emotions" managed to promote the positive use of emotions and emotional management in boys and girls of the pre-kindergarten grade. Through the story, the modeling paste and the bottle of calm, the children had the opportunity to explore and understand their emotions, as well as practice self-regulation strategies. This pedagogical proposal can serve as a basis for future interventions that promote emotional development in childhood.

Keywords: Ludic, emotions, children.

Tabla de Contenido

Introducción	6
Diagnóstico de la Propuesta Pedagógica	8
Pregunta de Investigación	10
Diálogo entre la Teoría y la Propuesta Pedagógica	11
Marco de Referencia Planeación Didáctica	14
Planeación Didáctica	17
Enfoque Didáctico	20
Implementación	22
Reflexión y Análisis de la Práctica Pedagógica	26
Conclusiones	32
Referencias Bibliográficas	34
Apéndice	35

Listado de Apéndices

Apéndice A <i>Carpeta de evidencias</i>	35
--	----

Introducción

En la presente investigación, el objetivo principal es abordar el tema del manejo de las emociones en niños y niñas del grado prejardín en el centro de desarrollo infantil San José y se parte de la pregunta de investigación: ¿Cómo potenciar en los niños y niñas del grado prejardín del centro de desarrollo infantil San José el manejo de sus emociones por medio de la Lúdica? Este interrogante surge ante la creciente importancia de promover el desarrollo emocional desde temprana edad, ya que las habilidades emocionales son fundamentales para el bienestar y el éxito en la vida.

Es crucial que los niños aprendan a identificar, comprender y manejar sus emociones de manera saludable, ya que las emociones no gestionadas adecuadamente pueden afectar su capacidad para relacionarse de forma positiva con los demás y enfrentar los desafíos diarios, además, en la etapa preescolar los niños están en pleno desarrollo de sus habilidades emocionales, por lo que es el momento propicio para intervenir y proporcionarles herramientas que les permitan regular sus emociones de forma efectiva.

En este contexto, se enfocará en el uso de actividades lúdicas como estrategia para fomentar el manejo emocional en los niños, a través del cuento del monstruo de colores y la exploración creativa se ofrece un entorno seguro y estimulante donde los niños pueden experimentar, expresar y procesar sus emociones de manera natural y divertida. Por medio de estas actividades, se busca fortalecer la inteligencia emocional de los niños, promoviendo su autoconocimiento, empatía, resiliencia y habilidades sociales.

Para llevar a cabo esta investigación, se empleará un enfoque metodológico cualitativo, para ello se realizarán observaciones participantes en el centro de desarrollo infantil, se

recopilarán datos a través de los diarios de campo e implementación de actividades y se analizarán los resultados para obtener una comprensión integral del impacto de las actividades lúdicas en el manejo emocional de los niños.

Diagnóstico de la Propuesta Pedagógica

El diagnóstico de la propuesta pedagógica se centra en el CDI San José, que atiende a niños de grado prejardín. Este centro infantil es privado y forma parte de la labor social de la Universidad Católica de Oriente en Rionegro-Antioquia, está ubicado en el barrio Los Sauces, en el Municipio de Marinilla-Antioquia. La institución brinda atención a niños de bajos recursos, muchos de los cuales provienen de hogares encabezados por madres solteras.

Al analizar el Proyecto Educativo Institucional (PEI), se identifica una pedagogía constructivista enfocada en el desarrollo de las dimensiones de la educación propuestas por el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF).

Los estudiantes del CDI tienen entre 3 y 4 años y poseen una mentalidad despierta. Son inquietos por el aprendizaje y presentan características físicas y mentales propias de su edad y etapa de desarrollo, por lo tanto, es necesario prestarles mucha atención y realizar actividades lúdicas que capten su interés, tienen una imaginación activa y son capaces de transformar su realidad en cuentos de hadas. Por lo tanto, es importante ser creativos en las actividades propuestas, además están en una edad en la que experimentan emociones intensas y constantes, como risa, llanto, peleas, enojo y frustración, esto crea un entorno propicio para que realicen actividades que les permitan expresarse y aprender a gestionar sus estados emocionales.

En cuanto a la población del municipio, se observa que muchas familias presentan situaciones sociales complejas, como familias reconstruidas (padres con hijos de matrimonios anteriores), familias monoparentales (con un solo padre o madre), familias extensas (acompañadas por abuelos, tíos, etc.) y familias nucleares (con padre y madre); esta realidad no es ajena a los niños del centro educativo, ya que la mayoría proviene de hogares encabezados por madres solteras, cuyas circunstancias sociales y familiares afectan su desarrollo emocional.

Sumado a lo anterior, el ritmo de aprendizaje de los niños es diverso, lo que requiere que los docentes se preparen con estrategias lúdicas y pedagógicas variadas para alcanzar las metas de aprendizaje establecidas en los planes de estudio y promover un desarrollo integral.

Es importante mencionar que los niños atendidos en el centro de desarrollo infantil se encuentran en la etapa del desarrollo preoperacional (de 2 a 6 años), durante esta etapa representan las cosas a través de imágenes y palabras, pero aún no desarrollan un razonamiento lógico. Es en esta etapa donde se desarrollan los juegos ficticios, el egocentrismo y el lenguaje, por lo tanto, es fundamental brindarles estimulación y acompañamiento constantes.

Además de lo anterior se pudo observar que los niños de grado prejardín experimentan frustración y se enojan con facilidad, lo que pone en evidencia la necesidad de implementar estrategias que ayuden a que los niños y niñas aprendan sobre el manejo de sus emociones.

Pregunta de Investigación

¿Cómo potenciar en los niños y niñas del grado prejardín del centro de desarrollo infantil San José el manejo de sus emociones por medio de la Lúdica?

Diálogo entre la Teoría y la Propuesta Pedagógica

La investigación sobre la propia práctica hace referencia a lo que se observa diariamente en el aula, en el día a día con los estudiantes y la manera como ellos están manejando sus emociones. A través de la observación diaria del docente se puede ver si los estudiantes conocen sus emociones y si están aprendiendo a manejarlas, puesto que, a pesar de ser tan pequeños, están en proceso de formación y afianzamiento de sus emociones.

Del diálogo con sus padres de los correctivos que se apliquen y del manejo que den a las diferentes situaciones depende cómo los niños van aprendiendo a manejarlas. En el aula, en el manejo que el docente le dé a sus reacciones ante las diferentes situaciones también es una forma de que ellos vayan aprendiendo a manejar sus emociones, es de recordar que la unidad y el apoyo familiar ayuda que los niños comprendan su identidad, fomenten su carácter y sientan un acompañamiento emocional y esto se va fortaleciendo en la escuela.

El contexto en el que crecen y se desarrollan los niños, definen los factores vitales para su bienestar, entre ellos sus emociones, las que hacen parte importante de la personalidad del niño, pues esta se define por la forma en cómo afronta las diferentes situaciones, ya que la personalidad del niño se forja en su conexión con el ambiente que lo rodea y la forma en que el reacciona ante este.

Tomando en cuenta lo anterior, la estrategia pedagógica apunta a propiciar que los niños aprendan a manejar sus emociones, se basa en un cuento a través del cual se les dan a conocer las emociones, el que a la vez brinda formas de aprender a manejarlas por medio de actividades lúdicas.

Las actividades rectoras son fundamentales en el desarrollo de los niños ya que, son estrategias que facilitan sus habilidades; por tal motivo la investigación es una herramienta

didáctica que fortalece los procesos de aprendizaje, permite tener una reflexión crítica y así brindar actividades significativas para los estudiantes, así mismo se puede utilizar como una herramienta facilitadora que permite transformar realidades, generando su capacidad para el trabajo intelectual y del conocimiento, es decir que ellos mismo construyan su proyecto de vida. El ámbito educativo es una fuente de conocimiento donde la función es servir de manera coherente y respetuosa para dar respuesta a los problemas surgidos del día a día.

La teoría nace sobre la práctica, donde el enfoque es trabajar sobre el proyecto de cada uno de los niños que los lleve a un viaje de autoconocimiento, en el cual puedan encontrar espacios y lugares con un abanico de diferentes elementos en el camino para mirarse, pensarse, encontrarse, sentirse y soñarse; siendo a su vez una oportunidad para descubrirse y reconocer al otro en su vida. A través de la relación con sus pares lograrán identificar que el otro es diferente y hace su mayor esfuerzo.

Es fundamental reconocer las emociones en los niños y entender que cada ser humano es único, con experiencias y vivencias distintas, asimismo, es de gran importancia que los niños adquieran habilidades para identificar y manejar sus emociones desde temprana edad, con el fin de mejorar su interacción con sus compañeros y su bienestar. Por ende, es necesario comenzar con las emociones básicas, alegría, ira, miedo, tristeza, calma y adaptar las actividades y materiales a las características del niño con el que interactúan.

Para Yagosesky, R. (1998), la autoestima surge a partir de la valoración profunda y personal que cada individuo hace de sí mismo, tanto de forma consciente como inconsciente, en este sentido, es fundamental fomentar una autoimagen positiva y saludable desde temprana edad, ya que esto puede influir en la forma de relacionarse con los demás y en su bienestar emocional a lo largo de la vida (pág. 4)

Es importante implementar varias técnicas que permitan gestionar las emociones para mejorar las relaciones interpersonales y el manejo de la realidad de los niños, esto permite el que haya construcción de soluciones para sus pequeños problemas, el desarrollo emocional en las personas encierra desde cómo ellas surgen, como se reacciona, como se expresan, la conciencia que se adquiere frente a estas y como se regula el individuo (Abarca Castillo, 2003)

A través de los diarios de campo se irá registrando el proceso y así se podrá tener un mejor acompañamiento ya que, en estos se registra el día a día, lo positivo, lo negativo, la forma como se relacionan, sus actuaciones frente a sus compañeros y docente y además de esto registrar la percepción del docente, lo que luego se podrá comparar con el comportamiento que ellos vayan teniendo puesto que, a veces lo que el docente percibe es una manifestación interior de lo que está viviendo el niño en su familia o en su contexto exterior. Los niños dejan ver en el juego cómo son tratados, pues, ellos tienden a repetir los patrones, de allí la importancia de una buena observación del docente, la que sólo se logra a través de un acompañamiento constante y de los ambientes que se propicien para que los niños sean ellos mismos, es decir, con sus familias y con sus compañeros, por ello la importancia de darles la oportunidad de expresarse y de jugar libremente, es allí donde se encuentra el mejor material para las preguntas que puedan surgir durante la observación, la que a la vez se convierte en materia de investigación.

Marco de Referencia Planeación Didáctica

La formación basada en competencias es una metodología educativa que permite que los estudiantes aprendan de manera significativa y se preparen para la vida real. Según Tobón (2010), las competencias promueven la coherencia entre todos los niveles educativos, promueve la construcción del aprendizaje independiente y orientan el fortalecimiento del proyecto de valores personales. La educación actual debe desarrollar y potenciar en los educandos las competencias ciudadanas que se enfocan en el saber ser, saber hacer, saber conocer y el saber convivir.

Es importante que los docentes se adapten a las necesidades actuales de los estudiantes, quienes tienen ritmos de aprendizaje diferentes e intereses diversos. La era digital y la globalización han traído consigo nuevas formas de aprender que los estudiantes utilizan como un complemento a las clases con los docentes. En este sentido, los maestros de hoy deben ser personas que vivan del aprendizaje significativo con sus estudiantes, de las experiencias que se viven en una clase y donde haya una verdadera enseñanza que busque impactar sus vidas más allá de una nota que los pueda condicionar.

En este contexto, la propuesta pedagógica “Con la lúdica voy reconociendo mis emociones” se enfoca en el manejo de las emociones como una competencia ciudadana.

López (2017), señala que “la competencia ciudadana emocional desempeña una función fundamental en la formación individual de la personalidad, en la regulación de las interacciones sociales y en la construcción de la comunidad”.

La propuesta pedagógica busca ayudar a que los estudiantes regulen sus emociones y aporten en el desarrollo integral de los niños y las niñas del grado prejardín del CDI San José.

La propuesta pedagógica "Con la lúdica voy reconociendo mis emociones" busca integrar los tres tipos de saberes en su enfoque educativo, para fomentar un aprendizaje completo y significativo. En cuanto al saber, la propuesta busca que los estudiantes adquieran un conocimiento profundo sobre sus emociones, cómo identificarlas, comprenderlas y manejarlas de manera efectiva, para ello, se proporciona información teórica sobre las emociones. El autor Elías (2019) sostiene que los niños en edad temprana adquieren la capacidad de reconocer y comunicar sus emociones, y que los padres tienen la oportunidad de fomentar habilidades emocionales desde temprana edad, asimismo, "Elías destaca la relevancia de la educación emocional en el preescolar y cómo los docentes pueden asistir a los niños en la comprensión y gestión de sus emociones " (Elías, 2019).

En cuanto al saber hacer, la propuesta se enfoca en actividades prácticas que permitan a los estudiantes explorar y reflexionar sobre sus propias emociones. Según Bisquerra (2015), "la educación emocional debe ir más allá de la teoría y extracta actividades y dinámicas prácticas para que los niños puedan aprender a manejar sus emociones en situaciones reales".

En cuanto al saber ser, la propuesta busca fomentar habilidades sociales y emocionales que permitan a los estudiantes interactuar de manera efectiva con los demás y construir relaciones saludables. Salovey y Mayer (1990) definen "la inteligencia emocional como la capacidad de comprender y regular las propias emociones y las de los demás, lo que permite una interacción social más eficaz".

De esta manera, la propuesta "Con la lúdica voy reconociendo mis emociones" integra el saber, saber hacer y el saber ser a través de la combinación de teoría y práctica, fomentando habilidades emocionales y sociales en los estudiantes y busca realizar actividades que permitan reflexionar sobre sus propias emociones.

Según Tobón (2010), las competencias son consideradas como un enfoque que busca mejorar la calidad de la educación y hacen parte del proceso educativo, por ello es importante tener en cuenta las dimensiones del desarrollo emocional se entrelazan con el desarrollo social, por lo tanto, para un correcto o mejor desarrollo es necesario que el niño aprenda a comprender las emociones del otro y a regular sus propias emociones (Abarca Castillo, 2003).

Es importante que los docentes tengan en cuenta al individuo como un ser integral, en proceso de formación con unas competencias a desarrollar, pero que además deben fortalecerse en su capacidad crítica y emocional. Las competencias ayudan a que tanto docentes como estudiantes tengan procesos integrales en cada uno de los momentos, ya sean positivos o negativos, que se presenten en el quehacer cotidiano.

En resumen, la formación basada en competencias y la propuesta pedagógica “Con la lúdica voy reconociendo mis emociones” permite que los estudiantes aprendan de manera significativa y se preparen para la vida real. Los docentes deben adaptarse a las necesidades actuales de los estudiantes y tener en cuenta al individuo como un ser integral en proceso de formación, con competencias a desarrollar y fortalecer su capacidad crítica y emocional. El manejo de las emociones se considera una competencia ciudadana vital en el desarrollo individual y en la creación de una convivencia más igualitaria y equitativa.

Planeación Didáctica

Después de realizar un diagnóstico y una observación concienzuda de los estudiantes del grado prejardín del CDI San José se realiza la siguiente propuesta pedagógica: “Con la lúdica voy reconociendo mis emociones “La cual constó de una secuencia de actividades que se fueron desarrollando paulatinamente con los niños y la cual tenía como finalidad la identificación de las emociones, que los niños fueran conociendo cuales son las emociones que se les presenta en la cotidianidad y que vayan aprendiendo a manejarlas.

A continuación, se hace una descripción minuciosa de cuáles fueron estas actividades: en la primera actividad dirigida a niños de 3 a 4 años del grado pre-Jardín, del CDI San José, se identifican cuáles son las emociones que puede sentir una persona. Se establece causas y consecuencias de los acontecimientos que suceden a su alrededor. Esta actividad se realizará en el aula con todos los niños del grado Jardín. Se inicia con una canción sobre las emociones, cada uno de los niños harán los movimientos con sus manos dependiendo lo que la letra nos diga y en modo de conversatorio se pregunta a los niños si conocen que son y cuáles son las emociones.

Más adelante, en el salón de clase en un semi círculo, la docente les narra a los niños el cuento del monstruo de colores con el libro de 3D. Donde el niño podrá ver, tocar y hacer preguntas.

Para cerrar la actividad se les entrega a los niños y a las niñas una ficha que tenga varios monstruos y ellos las pinte con colores según la emoción correspondiente, esto con el fin de evaluar si a los niños les quedó claro el color de cada emoción.

Para la segunda actividad llamada: La pasta de las emociones, ayuda a que los niños se les quede grabado cuales son las emociones, en este caso la rabia-rojo, tristeza-azul y miedo-negro. Las niñas y los niños son comunicadores activos de sus ideas, sentimientos y emociones; expresan, imaginan y representan su realidad.

Al principio se inicia colocando el tapete didáctico de tela en el piso, cada niño se le entrega un monstruo de la emoción y la muñeca y mientras la maestra narra el cuento los niños salen con su monstruo de emoción.

Durante el desarrollo de la actividad en el patio se tendrá el monstruo de la tristeza-azul, rabia-rojo y miedo-negro para que los niños posteriormente cuando se les explique la actividad ubiquen y decoren con las pastas teniendo en cuenta los colores.

Al frente de cada monstruo habrá espaguetis de estos colores rojo, azul y negro, pero intercalados es decir en el monstruo azul va el espagueti negro y así sucesivamente y los niños pasarán uno por uno a colocarle la pasta del color que corresponda.

En el momento de cierre se hace un círculo y se les entrega a los niños unos palitos de paleta que tienen carita feliz y carita triste y posterior a esto se les pregunta que sintieron cuando realizaron la actividad. Si les gustó levantan la carita feliz y si no les gustó levantan la triste.

En la última actividad realizada se trabaja con la calma y vínculo(s) con las demás actividades de la SD. Esta actividad busca medios como la botella de la calma para que los niños puedan tener un momento de relajación. Tiene como competencias crear situaciones y proponer alternativas de solución a problemas cotidianos a partir de sus conocimientos e imaginación.

En el primer momento se presenta a los niños el monstruo de la calma -verde en títere que les contará quién es y de las diferentes maneras que existe para estar en calma y una de ellas la botella.

Mas adelante, se les entrega a los niños una botella con su respectiva tapa. La maestra entrega a los niños agua, un poquito de aceite, mireyas, anilina del color preferido del niño, figuritas para echarles dentro de la botella.

Para terminar la actividad se coloca música de fondo relajante, los niños estarán en el patio sentados observando la botella de la calma. Luego se acuestan en el piso y después de un rato se les pregunta ¿cómo se sienten?

Cada una de las anteriores actividades realizadas en las propuestas tenían unos aprendizajes esperados como lo son:

El aprender a reconocer sus emociones; que los niños expresen sus ideas, intereses y emociones con libertad y que los niños a través de la botella de la calma aprendan la importancia de esta emoción, así como el para que sirve y buscar medios para calmarse.

A través de todas las actividades que se plantearon en esta estrategia pedagógica se buscó el que los estudiantes aprendan a verse como individuos emocionales, los cuales en su cotidianidad experimentan diferentes emociones, que deben aprender a ver como normales y parte del proceso de desarrollo psicológico, pero que deben ir aprendiendo a manejar, ya que el mal manejo de estas les puede acarrear problemas o pasar malos momentos.

Enfoque Didáctico

Las actividades fueron pensadas para los niños del grado pre jardín, teniendo en cuenta sus características y contexto. Se considera sus reacciones ante diferentes situaciones, la forma de relacionarse y las problemáticas sociales que caracterizan su entorno. Muchas veces los padres reaccionan de forma negativa ante situaciones, con poco diálogo ante los problemas y formas de corrección inadecuadas para los niños y todo esto se refleja en el comportamiento de los niños, aunque en esta etapa se encuentran en proceso de madurez psicológica y de acomodación de emociones.

Para abordar esta problemática, se plantearon estrategias que llevan a un reconocimiento paulatino de las emociones por parte de los niños, propiciando espacios en los que pudieran auto reconocerse y reconocer al otro como diferente, descubriendo formas nuevas de relacionarse. Se tuvo en cuenta que los estilos de aprendizaje son propios de cada niño y se planearon actividades puntuales, lúdicas y con momentos y ritmos establecidos para ayudar a los niños a desarrollarlas.

El punto de partida de la planeación fue evidenciar los presaberes de los niños a través del cuento del Monstruo de Colores, que permite un acercamiento con las emociones. Cada actividad estuvo basada en la lúdica, apuntando a que los estudiantes tuvieran espacios de reconocimiento de las emociones, aprendiendo que hay una causa y un efecto en su comportamiento al relacionarse y que es importante saber cómo se sienten y cómo reaccionar de forma adecuada.

La secuencia didáctica fue una estrategia pedagógica que favoreció el desarrollo de competencias de los niños, permitiéndoles expresar lo que sintieron, pensaron e imaginaban y ser comunicadores activos de sus ideas, sentimientos y emociones. Se tuvo en cuenta una secuencia

que partió de los saberes previos de los niños, identificando situaciones y su forma de relacionarse y manejar las emociones.

La secuencia didáctica apoyada en lo manifestado por González (2010) (quien la ve como una herramienta pedagógica), representó una herramienta coherente y adecuada para el aprendizaje de los niños, ya que permitió un excelente trabajo con ellos, favoreció el desarrollo de competencias y la organización secuencial de las actividades. Además, permitió articular las áreas del conocimiento y emprender acciones con los niños que podrán practicar en su vida diaria.

Para la docente en formación, la secuencia didáctica le permitió conocer más acerca de los Derechos Básicos de Aprendizaje para los niños de prejardín y los lineamientos curriculares que son vitales para el quehacer docente y le brindó las herramientas necesarias para realizar sus planeaciones.

Implementación

En la primera sesión, los niños se introdujeron al mundo de las emociones a través del cuento "El Monstruo de Colores" de Anna Llenas. Durante la lectura del cuento, se trabajó con las siguientes emociones: alegría, calma, tristeza, rabia, miedo y amor las cuales fueron identificadas por medio de colores específicos. Luego, se dio un espacio en el que los niños pintaron en copias el monstruo del color correspondiente, lo que facilitó más la comprensión y reconocimiento de cada emoción. Esta actividad les brindó una herramienta visual que les permitirá identificar y expresar sus propias emociones.

En la segunda sesión, se volvió a leer el cuento "El Monstruo de Colores" y se pidió a los niños que asignaran un color de monstruo a cada una de las emociones mencionadas en el cuento, lo cual ayudó a los niños a identificar las diferentes emociones con mayor precisión. El objetivo de la sesión consistió en que los niños reconocieran las emociones y comprendieran que los acontecimientos tienen causa y efecto en su entorno. Además, la actividad se enfocó en las emociones negativas, como la rabia, la tristeza y el miedo, representadas por monstruos rojos, azules y negros, respectivamente. Esto permitió a los niños ver estas emociones como una parte normal de la vida y aprender a manejarlas adecuadamente (Acorde a los resultados de la clase este objetivo puede ir cambiando o mejorándose)

Para reforzar el aprendizaje, se trabajó con una técnica muy lúdica con pastas de colores para cada emoción, lo que ayudó a los niños a identificarlas de manera más fácil y esto hizo más visualmente atractiva la actividad de las emociones.

En la tercera parte que se implementó se presentó el monstruo de la calma, identificado por el color verde. Primero se explicó la importancia de esta emoción para calmarse cuando se siente enojado, triste o con miedo. Luego, se buscó la manera física para lograr la calma, como la

botella de la calma y la música. Esta actividad ayudó a los participantes a entender la importancia de la emoción de la calma para su bienestar emocional.

En la planificación se tomó en cuenta las edades de los niños de 3 a 4 años y se trabajó en tiempos de 45 minutos para cada sesión y estas se llevaron a cabo en semanas consecutivas y se organizaron de manera lúdica y variada buscando satisfacer las necesidades educativas de los estudiantes y los intereses propios de su edad, en particular para ayudar a reconocer diferentes emociones. A pesar de que las sesiones fueron breves, en su preparación y ejecución se logró que los niños se concentraran e identificaran las emociones presentadas.

La estrategia de evaluación fortaleció el proceso aprendizaje y se enfocó en las necesidades educativas de los niños y a través de las actividades lúdicas los estudiantes identificaron y comprendieron las diferentes emociones, esta incluyó preguntas orales y diferentes actividades que permitieron a los estudiantes demostrar la comprensión de las emociones identificadas en la actividad. Otra estrategia que se utilizó fue la observación del comportamiento de los estudiantes durante la actividad, para evaluar su capacidad de identificar y expresar diferentes emociones, además, se tomaron criterios de evaluación claros y específicos, enfocados en la identificación y comprensión de las emociones, lo que permitió una evaluación más objetiva y precisa, de esta forma, se pudo medir el nivel de logro de los aprendizajes esperados y se pudo tomar decisiones para ajustar y mejorar la implementación de las actividades en el futuro.

Considerando que las acciones que se realizaron a través de las actividades lúdicas sobre las emociones durante la intervención promueven el aprendizaje, se espera a futuro continuar con ellas ya que fueron diseñadas específicamente para ayudar a los niños a reconocer y comprender las diferentes emociones y aprender a expresarlas de manera adecuada. También, las actividades

lúdicas permitieron que los niños participaran activamente en el proceso de aprendizaje y se divirtieran mientras lo hacían, lo que aumentó su motivación y compromiso.

Es de importancia resaltar que las actividades lúdicas fueron apropiadas para la edad y el nivel de desarrollo de los niños, lo que les permitió comprender mejor los conceptos presentados; por ejemplo, el uso de colores y dibujos de monstruos para representar emociones ayudó a que los niños identificaran y diferenciaron cada emoción.

Finalmente, la estrategia de evaluación permitió identificar el logro de la competencia al evaluar el reconocimiento y la expresión de las emociones en los niños, esto permitió medir de manera efectiva el aprendizaje logrado y realizar los ajustes necesarios en las actividades para garantizar el logro de los propósitos de aprendizaje.

Los recursos didácticos utilizados en las actividades lúdicas sobre las emociones fueron un elemento clave para el logro del aprendizaje esperado. Al utilizar recursos como el cuento "El Monstruo de Colores", las pastas de colores para pintar los monstruos según las emociones, la botella de la calma y la música para ejercicios de relajación, ayudaron a crear un ambiente lúdico y participativo que facilitó la identificación y reconocimiento de las emociones por parte de los niños.

Los recursos utilizados permitieron que los niños pudieran visualizar las emociones de una manera más clara y tangible, lo que facilitó la comprensión y la identificación de cada una de ellas. Además, al utilizar una botella de la calma y música para el ejercicio de relajación, les brindó una herramienta concreta para manejar emociones como el enojo, la tristeza o el miedo, lo que ayudó a los niños a desarrollar habilidades para regular sus emociones y sentimientos.

Se puede considerar que los recursos didácticos utilizados, como el cuento del monstruo de colores, las pastas de colores y la botella de la calma, fueron acordes con lo planeado debido a

que estaban diseñados específicamente para trabajar con los niños en la identificación y reconocimiento de las emociones.

El cuento del monstruo de colores permitió a los niños identificar cada emoción y relacionarla con un color, lo que les facilitó la identificación de estas. Las pastas de colores, por su parte, permitieron que los niños asociaran cada emoción con un color específico cuando las colocaban en el monstruo de cartón pudieron expresar de manera creativa lo que sintieron en el momento. La botella de la calma, por último, les brindó una oportunidad de calmarse cuando estaban experimentando emociones intensas y poco positivas.

Reflexión y Análisis de la Práctica Pedagógica

Al observar la implementación de la secuencia didáctica se pudo evidenciar resultados positivos en los niños del grado prejardín del CDI San José, apoyados en la teoría de Goleman (1996)

La idea es dotar de inteligencia a las emociones a través del desarrollo de habilidades como el autocontrol, la capacidad de motivarse, el conocimiento de las propias emociones y las de los demás, entre otras. Por ello las actividades permitieron que los niños tuvieran un acercamiento y reconocimiento de las emociones a través del cuento del Monstruo de colores. (Goleman, 1996, p. 78)

Como fortalezas se utilizó de recursos didácticos como el cuento "El Monstruo de Colores" y las pastas de colores para cada emoción, lo que permitió a los niños identificar y expresar sus emociones de manera visual y lúdica. La implementación de actividades lúdicas diseñadas específicamente para ayudar a los niños a reconocer y comprender diferentes emociones, y aprender a expresarlas adecuadamente.

El enfoque en emociones negativas como la rabia, la tristeza y el miedo, lo que permitió a los niños verlas como una parte normal de la vida y aprender a manejarlas adecuadamente. La adecuación de la planificación a las edades de los niños de 3 a 4 años, con tiempos de 45 minutos para cada sesión, y organización lúdica y variada para satisfacer las necesidades educativas de los estudiantes.

La estrategia de evaluación incluyó preguntas orales y diferentes actividades que permitieron a los estudiantes demostrar su comprensión de las emociones identificadas en la actividad, y la observación del comportamiento de los estudiantes durante la actividad para evaluar su capacidad para identificar y expresar diferentes emociones.

Criterios de evaluación claros y específicos, enfocados en la identificación y comprensión de las emociones, lo que permitió una evaluación más objetiva y precisa.

El objetivo de la sesión, que consistía en que los niños reconocieran las emociones y comprendieran que los acontecimientos tienen causa y efecto en su entorno, se podría mejorar en la implementación futura. En la primera sesión, se enfocó principalmente en emociones negativas, y se podría ampliar la enseñanza en emociones positivas como la felicidad y el amor. En la estrategia de evaluación, se podría incluir una evaluación escrita para medir el nivel de comprensión y expresión de las emociones en los niños.

Para mejorar la práctica, se podría enfocar en el objetivo de la sesión, que consistía en que los niños reconocieran las emociones y comprendieran que los acontecimientos tienen causa y efecto en su entorno. Además, la actividad se enfocó en las emociones negativas, como la rabia, la tristeza y el miedo, representadas por monstruos rojos, azules y negros, respectivamente. Esto permitió a los niños ver estas emociones como una parte normal de la vida y aprender a manejarlas adecuadamente. Además, se podría considerar la inclusión de actividades prácticas que permitan a los niños aplicar lo que han aprendido en situaciones cotidianas.

La intervención descrita fue diseñada y estructurada para ayudar a los niños a reconocer y comprender diferentes emociones. La elección del cuento "El Monstruo de Colores" como herramienta lúdica y visual para enseñar las emociones es una excelente estrategia que ha sido utilizada con éxito en muchos programas educativos. También es positivo que se haya asignado colores específicos a cada emoción, lo que ayuda a los niños a comprender mejor las diferencias entre ellas.

La inclusión de técnicas para lograr la calma es también una estrategia positiva que ayuda a los niños a comprender la importancia de controlar sus emociones y a manejar situaciones de

estrés. La duración de las sesiones de 45 minutos es adecuada para la edad de los niños y es importante que las sesiones sean lúdicas y variadas para mantener su atención.

Kemmis (1988) describe que la investigación acción comienza con la observación de la realidad y la planificación de una acción para mejorar las prácticas actuales, luego, se implementa y se documenta la acción, para finalmente reflexionar sobre ella y establecer las bases para una nueva acción.

En este caso, se pudo evidenciar mediante herramientas de investigación, que la intervención implementada tuvo un impacto positivo en los niños, ya que lograron identificar y comprender mejor las diferentes emociones. Este resultado destaca la importancia de utilizar la investigación acción para mejorar la calidad de la acción en contextos sociales específicos.

Entre las fortalezas se destaca que la utilización del cuento como herramienta lúdica y visual permitió que los niños pudieran identificar y comprender mejor las diferentes emociones, lo que contribuyó a mejorar su bienestar emocional, además, el uso de colores específicos para cada emoción permitió que los niños pudieran distinguirlas con mayor facilidad.

Una limitación que se encontró fue el poco tiempo de ejecución de la planeación, debido a que se trataba de un proyecto a corto plazo, se tuvo un tiempo limitado para implementar todas las actividades y asegurarse de que se alcanzaran los objetivos de aprendizaje.

Algunas recomendaciones clave para futuras implementaciones de actividades son el asegurarse de contar con los recursos necesarios para llevar a cabo las actividades, como materiales, espacio adecuado y tiempo suficiente; es importante medir y evaluar el impacto de las actividades para asegurarse de que están siendo efectivas y para identificar áreas que puedan necesitar mejoras en futuras implementaciones; fomentar la retroalimentación de los

participantes, ya que esto puede proporcionar información valiosa para mejorar las actividades y adaptarlas a sus necesidades.

Es importante resaltar que el manejo de las emociones es fundamental para el bienestar emocional y social de los niños y niñas en el grado pre jardín del Centro de Desarrollo Infantil San José. La lúdica se presenta como una herramienta eficaz para lograr este objetivo, ya que permite que los niños aprendan a través de la diversión y la exploración.

Es recomendable potenciar el uso de diferentes actividades lúdicas para enseñar a los niños y niñas a reconocer y manejar sus emociones de manera adecuada, es necesario diseñar actividades lúdicas adaptadas a su edad y nivel de desarrollo que les permitan expresarse y explorar sus emociones de manera segura y creativa.

Según Bisquerra Alzina, Álvarez Fernández y el Grupo de Recerca en Orientación Psicopedagógica (2000), la educación emocional se refiere a un proceso de formación que contribuye al desarrollo de las emociones y está estrechamente relacionada con los logros y aprendizajes cognitivos, así como con la personalidad integral.

Por lo anterior, es importante también involucrar a los padres y cuidadores en el proceso, brindándoles información y herramientas para apoyar a los niños en el manejo de sus emociones en el hogar, esto podría lograrse a través de talleres y capacitaciones dirigidas a los padres y cuidadores del Centro de Desarrollo Infantil San José.

La planeación didáctica fue una herramienta fundamental en el desempeño docente, y como tal, se considera que es importante tener en cuenta diversos aspectos como son la pregunta problema y el objetivo que se quiere alcanzar y así diseñar actividades lúdicas que permitan lograrlo de forma efectiva. Además, es importante adaptar la planeación a las características y

necesidades específicas de los estudiantes, considerando aspectos como su edad, nivel de desarrollo cognitivo y estilo de aprendizaje.

En cuanto a las actividades realizadas, fueron una estrategia innovadora y creativa que involucraron a los niños de forma activa y participativa. Finalmente, es importante tener en cuenta que la planeación debe ser flexible y estar abierta a cambios y adaptaciones según las necesidades que surjan durante el proceso de enseñanza y aprendizaje.

Según Díaz Barriga et al. (1990), la planeación tiene como objetivo anticipar diferentes escenarios en relación con los procesos educativos, estableciendo objetivos, metas y acciones que permitan determinar los recursos y estrategias adecuados para lograr resultados favorables, lo que indica que la planeación es una herramienta importante para garantizar el éxito en la enseñanza y el aprendizaje.

Una planificación cuidadosa puede ayudar a los docentes a definir objetivos claros, a identificar los recursos necesarios, a elegir estrategias pedagógicas adecuadas y a evaluar los resultados de manera efectiva, además, permite anticipar y prever posibles dificultades y obstáculos que puedan surgir durante el proceso de enseñanza y aprendizaje, permitiendo una toma de decisiones oportuna y adecuada para hacer frente a ellos.

La planeación es indispensable en el ejercicio de la práctica pedagógica de investigación porque permite al docente investigador anticipar y planificar todas las fases del proceso de investigación, desde la definición del problema hasta la presentación de resultados. La planificación es esencial para establecer los objetivos de la investigación, definir las estrategias y los recursos necesarios para llevarla a cabo, establecer los plazos y las etapas de la investigación y prever los posibles obstáculos y soluciones. Sumado a esto, la planeación permite que la investigación se realice de manera sistemática y rigurosa, asegurando que se cumplan los

objetivos planteados y que los resultados obtenidos sean confiables y válidos. También facilita la evaluación y la reflexión crítica sobre el proceso y los resultados obtenidos, lo que a su vez contribuye al mejoramiento continuo de la práctica pedagógica de investigación.

Conclusiones

La propuesta pedagógica "Con la lúdica voy reconociendo mis emociones" ha demostrado ser efectiva en el fomento del uso positivo de las emociones y en el desarrollo de habilidades de manejo emocional en los niños y niñas del grado prejardín del centro de desarrollo infantil San José. A través de la implementación del cuento del monstruo de colores, la pasta de modelar y la botella de la calma, se ha logrado que los niños identifiquen y comprendan diferentes emociones, practiquen estrategias de autorregulación y fortalezcan sus habilidades sociales.

Durante la implementación de la propuesta, se ha evidenciado el progreso en el desarrollo emocional de los niños, su participación activa y motivación en las actividades, la mejora en la comunicación y expresión emocional, el fortalecimiento de la empatía y las habilidades sociales, y el impacto positivo en el ambiente escolar. Estos resultados confirman que se han alcanzado los propósitos planteados en la resignificación de las prácticas pedagógicas.

Aunque se han enfrentado dificultades, como la adaptación a las necesidades individuales de cada niño y niña, así como la gestión del tiempo y los recursos, se han superado con flexibilidad y adaptación continua, esto demuestra la importancia de ser creativo y buscar alternativas para garantizar el éxito de la propuesta.

La proyección de esta propuesta pedagógica es continuar implementándola en el grado prejardín del centro de desarrollo infantil San José y extenderla a otros contextos educativos, se pretende seguir fortaleciendo el manejo emocional de los niños y niñas, compartir experiencias con otros educadores y profesionales e investigar nuevas estrategias y actividades lúdicas que enriquezcan la propuesta.

La propuesta pedagógica ha brindado a los niños y niñas del grado prejardín del centro de desarrollo infantil San José una oportunidad de explorar, comprender y gestionar sus emociones de manera positiva. Mediante la combinación de recursos lúdicos se ha logrado un ambiente propicio para el aprendizaje emocional y el desarrollo integral de los niños.

Esta propuesta pedagógica sienta las bases para un enfoque educativo que valore y promueva las habilidades emocionales desde una edad temprana, con técnicas que permitan gestionar las emociones para mejorar las relaciones interpersonales y el manejo de la realidad de los niños, esto permite el que haya construcción de soluciones para sus pequeños problemas ya que el desarrollo emocional en las personas encierra desde cómo ellas surgen, como se reacciona, como se expresan, la conciencia que se adquiere frente a estas y como se regula el individuo (Abarca Castillo, 2003) y esto va sentando las bases para un futuro emocionalmente saludable y equilibrado.

El desarrollo del informe de investigación supone la construcción de conocimientos que se están alcanzando con el esfuerzo de quienes están haciendo el trabajo, pero también supone que hay un apoyo en otros autores, porque no se está partiendo de cero, sino que se está construyendo conocimiento sobre conocimientos previos, algunos de una gran importancia en el tema que se está tratando.

Referencias Bibliográficas

- Abarca Castillo, M. (2003). *La educación emocional en la educació*. Obtenido de https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/2349/01.MMAC_PRIMERA_PARTE.pdf
- Alzina, R. B. (2000). *Educación emocional Y Competencias Básicas para la vida*. Revista de Investigación Educativa. Retrieved April 30, 2023, from <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071>
- Bisquerra. (2015). *Educación emocional Y Competencias Básicas para la vida*. Revista de Investigación Educativa. Retrieved April 22, 2023, from <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071>
- Díaz Barriga. (1990). *Estrategias para el Aprendizaje Significativo: Fundamentos, Adquisición ...* Retrieved April 30, 2023, from http://investigacion.ilce.edu.mx/panel_control/doc/D%C3%ADaz-Barriga.pdf
- Elías. (2019). Educación: Qué es la "crianza positiva" y cómo puedes USARLA para ser "Firme Pero Amable" Con Tus Hijos. BBC News Mundo. Retrieved April 22, 2023, from <https://www.bbc.com/mundo/noticias-50382249>
- González. (n.d.). *Redalyc.la Secuencia Didáctica, Herramienta Pedagógica del Modelo ...* Retrieved April 10, 2023, from <https://www.redalyc.org/pdf/373/37318636004.pdf>
- Kemmis, S., McTaggart, R., & Nixon, R. (1998). *The Action Research Planner*. SpringerLink. Retrieved April 30, 2023, from <https://link.springer.com/book/10.1007/978-981-4560-67-2>
- Salovey mayer. (1990). *Emotional intelligence - Peter Salovey, John D. Mayer, 1990 - sage journals*. Retrieved April 22, 2023, from <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.2190/dugg-p24e-52wk-6cdg>

Apéndice

Apéndice A

Carpeta de evidencias

Enlace: https://drive.google.com/drive/folders/1aJLV-oFasCXbCx10N8G_X_An-jxFsRP?usp=share_link