

Implementación de juegos pedagógicos para el mejoramiento de los estados emocionales de los niños y niñas de la Institución Educativa El Líbano, Sede Santa Cruz de Santa Marta

Liseth Carolina Castillo Mejía

Asesor

Darío Alejandro Luna Fiesco

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias de la Educación ECEDU

Licenciatura en Pedagogía Infantil

2026

Resumen

El presente trabajo de investigación surge ante la necesidad de promover el desarrollo integral infantil, con énfasis en el fortalecimiento del bienestar emocional mediante el uso del juego como estrategia pedagógica. La investigación se orienta a analizar el impacto de las estrategias lúdicas en el estado emocional de niños y niñas de 4 a 5 años, empleando los diarios de campo como principal instrumento de recolección de información, lo que permite una aproximación cualitativa al fenómeno del juego y su influencia en las emociones infantiles. El estudio responde al interés institucional por implementar metodologías innovadoras que propicien ambientes escolares positivos y significativos. Asimismo, se fundamenta en aportes teóricos de autores recientes que resaltan el papel del juego en la regulación emocional, el fortalecimiento de la autoestima y la mejora del rendimiento escolar. Durante la intervención pedagógica se desarrollaron actividades basadas en juegos tradicionales, de construcción y de relajación, adaptadas a las características y necesidades de la población infantil. Las observaciones realizadas consideraron aspectos como las emociones, el comportamiento, la creatividad y la participación de las familias, con el propósito de contribuir al fortalecimiento de las habilidades socioemocionales y a la mejora de la calidad educativa.

Palabras clave: juego, bienestar emocional, desarrollo integral infantil, estrategias.

Abstract

This research project, entitled arises from the need to promote holistic child development, with an emphasis on strengthening emotional well-being through the use of play as a pedagogical strategy. The research focuses on analyzing the impact of play-based strategies on the emotional state of 4- to 5-year-old boys and girls, using field notes as the primary data collection instrument. This allows for a qualitative approach to the phenomenon of play and its influence on children's emotions. The study responds to the institution's interest in implementing innovative methodologies that foster positive and meaningful school environments. It is also grounded in the theoretical contributions of recent authors who highlight the role of play in emotional regulation, strengthening self-esteem, and improving academic performance. During the pedagogical intervention, activities based on traditional, construction, and relaxation games were developed, adapted to the characteristics and needs of the children. The observations considered aspects such as emotions, behavior, creativity, and family involvement, with the aim of contributing to the strengthening of socio-emotional skills and the improvement of educational quality.

Keywords: play, emotional well-being, holistic child development, strategies.

Tabla de Contenido

Introducción	7
Caracterización	8
Planteamiento del Problema	10
Pregunta de Investigación	12
Objetivos	13
Objetivo General	13
Objetivos Específicos.....	13
Marcos de Referencia	14
Referentes Conceptuales	14
Referentes Teóricos.....	17
Referentes Técnicos	20
Referentes Legales	21
Referentes Éticos.....	22
Herramientas y Métodos	24
Enfoque y Tipo de Estudio	24
Unidad de Análisis	25
Técnicas para la Recolección de Datos.....	25
Categorías para el Análisis de Datos.....	28
Resultados	31
Acercamiento de la Población a la Variable	31
Experimentación	34
Identificación de Variaciones.....	35

Análisis y Discusión	39
Conclusiones y Recomendaciones.....	41
Referencias Bibliográficas	43
Apéndices.....	46

Lista de Apéndices

Apéndice A <i>Muestra de Investigación</i>	46
---	----

Introducción

Este trabajo titulado *Implementación del juego para mejorar el estado emocional de niños y niñas de la institución educativa El Líbano, Santa Cruz de Santa Marta*, se llevó a cabo por la necesidad de promover el desarrollo integral de este tipo de población evidentemente emocional, a partir de estrategias lúdicas, cuya importancia, actualmente, es bien conocida, ya que se involucra en el equilibrio emocional de la personalidad, la inteligencia emocional. Sabemos que hay cada vez más consenso, con la consideración de ciertas dimensiones que son emocionales; ya que son un factor que afecta al aprendizaje, la propia investigación propone dentro de su aparato de investigación los diarios de campo para estar cerca del fenómeno, al juego, a la herramienta de participación que puede mejorar los estados emocionales de niños y niñas dentro del aula.

Por otra parte, la Institución Educativa El Líbano, situada en el barrio Santa Cruz de Santa Marta, se encuentra en plena búsqueda de nuevas estrategias que favorezcan un entorno escolar más positivo y saludable para sus estudiantes. El uso del juego como instrumento educativo y terapéutico es una estrategia importantísima para la implementación del objetivo perseguido; diversos estudios, respaldan la investigación previa sobre el significado del juego y su influencia en la regulación de las emociones que afectan negativamente a los niños de la institución. Fomentar el juego escolar es dar a estos infantes alegría, autoestima, rendimiento escolar, derecho a la felicidad; así mismo, este conocimiento tiene que ser trasladado a las estrategias que serán el contacto directo en otros espacios para poder mantener el bienestar emocional de los escolares. Por lo que este trabajo se ofrece no solo como un estudio académico, sino también como un aporte concreto al mejoramiento de la calidad de la educación y al desarrollo de las habilidades socioemocionales de niños y niñas de ese contexto.

Caracterización

El presente trabajo de investigación se desarrolla en la Institución Educativa El Líbano, ubicada en el barrio Santa Cruz de Santa Marta – Magdalena (carrera 26B #47). La institución cuenta con 12 docentes, una psicorientadora, cuatro secretarios y cinco funcionarios administrativos, esta zona presenta una dinámica social caracterizada por la desventaja socioeconómica, la baja disponibilidad de instalaciones recreativas adecuadas y una serie de carencias y dificultades asociadas con las condiciones medioambientales y 5 funcionariosio0' que se encuentra en contexto familiar y comunitario. Estas condiciones impactan de manera muy directa en el desarrollo integral de la niñez, principalmente en lo que se refiere a la dimensión emocional que tiene un fuerte impacto en los procesos de aprendizaje y convivencia escolar, y en este escenario la escuela es un espacio que se convierte en un lugar estratégico para plantear estrategias pedagógicas que contribuyan al bienestar emocional del estudiantado. La institución educativa da respuesta a niños y niñas, en su mayoría de familias de bajo nivel socioeconómico, que están marcados por situaciones de dificultades económicas, trabajo informal y, en algunos casos, relaciones familiares inestables. Todas estas problemáticas traen como consecuencia situaciones de estrés, ansiedad, baja autoestima o problemas para poder regular adecuadamente las emociones de los niños. A pesar de que la institución educativa lleva a cabo procesos formativos orientados al desarrollo integral, se constata la necesidad de mejorar de manera suficiente estrategias innovadoras que permitan de algún modo estar alertas al estado emocional de los niños y niñas que conforman el grupo de escolarización, sobre todo en los primeros niveles de la educación.

El grupo estudiado corresponde al grado jardín B, que está formada por niños y niñas de aproximadamente de niños de 4 a 5 años que se encuentran en una fase crucial de desarrollo

socioemocional y cognitivo. En esta fase de evolución, el juego es un medio natural de expresión, comunicación y aprendizaje.

Disposición para el aprendizaje grupal, no sólo para aprender las habilidades básicas de lectura, escritura y de matemáticas, sino que se da como un propósito aumentar las habilidades socioemocionales como la empatía, el autocontrol y la convivencia. La forma de proceder de la enseñanza se ve interferida por factores contextuales como, por ejemplo, las relaciones en las familias, haberseles expuesto en situaciones de vulnerabilidad social y la escasa disponibilidad de espacios estructurados de juego. Por esta razón, se hace necesario poner en marcha estrategias educativas que den cabida al juego como recurso de aprendizaje en la educación consciente, de esta forma se favorece el estado emocional y la disposición para aprender. Por este motivo, la formulación del problema viene determinada por el hecho de que queremos analizar la forma en la que la utilización del juego entendido como una estrategia pedagógica que pueda dar lugar a la mejora de la situación emocional de los niños y de las niñas del grado jardín B de la Institución Educativa El Líbano. Parte del supuesto de que el juego no es sólo una actividad recreativa, sino también una herramienta esencial para el desarrollo integral de los niños, permitiéndoles canalizar sus emociones, fortalecer los vínculos sociales y promover un ambiente escolar más armonioso. Por ello, es importante estudiar cómo su uso sistemático y planificado puede afectar positivamente al bienestar emocional y al proceso de aprendizaje del grupo de investigación.

Planteamiento del Problema

Este trabajo de investigación se realizó en la Institución Educativa El Líbano sede Santa Cruz, ubicado en el distrito de Santa Marta, como respuesta a una problemática relacionada con el estado emocional de niños y niñas en edad escolar. En los últimos años se ha reconocido que las dimensiones emocionales influyen directamente en el aprendizaje, la convivencia y el desarrollo holístico; Sin embargo, no siempre se les presta la atención sistemática necesaria en el aprendizaje cotidiano. En este contexto, existe una clara necesidad de fortalecer estrategias pedagógicas que aborden conscientemente el bienestar emocional de los estudiantes de acuerdo a sus necesidades.

A pesar de los esfuerzos institucionales por promover una formación integral, se observa que los estudiantes presentan manifestaciones tales como dificultades para expresar adecuadamente sus emociones, baja tolerancia a la decepción, conflictos interpersonales y falta de motivación en algunas actividades académicas. Estas situaciones afectan el clima escolar y limitan el rendimiento y la participación activa en el aula e inclusión. Si bien el juego está presente de manera espontánea en la dinámica infantil, no siempre se implementa como una estrategia estructurada con objetivos educativos y socioemocionales claros. Diversos estudios recientes como han enfatizado que el juego no sólo promueve la relajación, sino que es un medio esencial para fortalecer la autoestima, la regulación emocional y el rendimiento académico.

Se menciona que técnicas como la autorreflexión, el diálogo, las dinámicas grupales, el juego y la relajación son herramientas efectivas para fomentar habilidades como la autoconciencia (conocerse a uno mismo), la autorregulación (manejar las propias emociones), la empatía (comprender a los demás) y la motivación (impulso interno para actuar). En resumen, se

destaca que estas metodologías no solo facilitan el aprendizaje de conocimientos, sino que también promueven el desarrollo emocional.

Sin embargo, la institución aún carece de un plan sistemático para articular estos fundamentos teóricos con la práctica educativa cotidiana. Esta brecha entre la teoría y la actividad educativa concreta plantea interrogantes sobre cómo utilizar el potencial del juego para afectar positivamente el estado emocional de los estudiantes.

Además, la falta de herramientas formales para analizar y monitorear el estado emocional de los niños dificulta la toma de decisiones educativas basadas en evidencia. Aunque se reconoce la importancia del bienestar emocional, no se implementan sistemáticamente herramientas como los diarios de campo o las pruebas psicométricas para proporcionar una comprensión más profunda de cómo se manifiestan las emociones en el entorno escolar y cómo se pueden transformar mediante intervenciones de juego planificadas. Esta limitación impide una evaluación clara del verdadero impacto de las estrategias que se están desarrollando. Por tanto, el problema de investigación está dirigido a determinar cómo una implementación sistemática del juego, apoyada en herramientas de observación y evaluación emocional, puede ayudar a mejorar el estado emocional de niños y niñas en la Institución Educativa El Líbano. Por tanto, fue necesario analizar cómo el juego, concebido como un medio de educación y formación, pudo transformar el ambiente escolar, fortalecer habilidades socioemocionales y mejorar el proceso de aprendizaje, lo que contribuye no sólo al ámbito académico, sino también al bienestar integral de la población infantil.

Pregunta de Investigación

¿Cómo fortalecer el estado emocional de los niños y las niñas del grado Jardín B de la Institución Educativa El Líbano, sede Santa Cruz de Santa Marta – Magdalena, mediante el desarrollo de actividades lúdicas y juegos pedagógicos durante el primer semestre del año 2026?

Objetivos

Objetivo General

Fortalecer el bienestar emocional de los niños y niñas de 4 a 5 años del grado Jardín B de la Institución Educativa El Líbano, sede Santa Cruz, ubicada en el distrito de Santa Marta, mediante el desarrollo de actividades lúdicas y juegos pedagógicos en el primer semestre del año 2026.

Objetivos Específicos

Identificar las principales necesidades socioemocionales de los niños y niñas del grado Jardín B, teniendo en cuenta su contexto familiar, social y escolar.

Implementar estrategias pedagógicas basadas en el juego que promuevan el desarrollo de habilidades socioemocionales como la empatía, el autocontrol y la convivencia escolar en los estudiantes.

Evaluar el impacto del uso sistemático y planificado del juego en el bienestar emocional y en la disposición para el aprendizaje de los niños y niñas de la Institución Educativa

Marcos de Referencia

Referentes Conceptuales

A continuación, se definen los conceptos clave que guiarán esta investigación sobre la implementación del juego para mejorar el estado emocional de niños y niñas en la Institución Educativa El Líbano. Estos conceptos forman el marco teórico que contextualiza y fundamenta el estudio.

Juego

El juego es una actividad fundamental en la infancia que permite a los niños explorar, experimentar y aprender sobre su entorno social y emocional. Montero y Alvarado (2021) afirman que el juego es una actividad creativa y natural, que no requiere aprendizaje previo y surge de manera espontánea como parte de la vida de los niños.

En este sentido, el juego permite que los niños exploren su entorno, expresen sus emociones y construyan conocimientos a través de la experiencia directa. Por lo tanto, su importancia en la infancia radica en que favorece el aprendizaje significativo y el desarrollo integral, ya que a través de actividades lúdicas los niños interactúan con otros, experimentan situaciones nuevas y fortalecen su creatividad y autonomía.

Estado Emocional

Las emociones son el estado emocional el cual hace referencia a las condiciones internas de los aspectos que pueden influir en la conducta y la actitud que los individuos deben adoptar. En el periodo de infancia la adquisición y desarrollo de la inteligencia emocional es necesaria, ya que éstas influyen de forma directa en el desarrollo de la capacidad de aprendizaje y la manera que tienen los niños y las niñas para relacionarse con los demás. Schmidt (s. f.) señala que liberar la mente de preocupaciones sobre el pasado o el futuro favorece un equilibrio emocional, ya que

permite a los niños centrarse en el presente y responder de manera adecuada a las situaciones actuales.

Lo que según Schwindt (s. f.), es que una vez que los niños son capaces de deshacerse de pensamientos sobre lo que ha pasado o lo que puede pasar y que pasen a centrarse en el presente real en el que se encuentran, la mente de un niño puede funcionar mucho mejor y desarrolla un equilibrio emocional. Esta idea permite ver que la atención en el "aquí y ahora" sería favorable para el bienestar emocional de los niños, ya que les permite un mejor manejo de las emociones y de la forma de abordar las situaciones en las que se encuentran en el entorno. De esta manera, fomentar actividades y experiencias que crean esta atención en el presente será clave para la maduración emocional de los niños, ya que fomenta la autorregulación, brinda tranquilidad y favorece a la relación con las personas y contextos en los que se encuentran.

Inteligencia Emocional

La inteligencia emocional se puede definir como la capacidad de reconocer, comprender y gestionar tanto nuestras emociones como las ajenas. En el campo de la educación, la inteligencia emocional se relaciona con incrementar en los niños la resiliencia, la empatía y la capacidad para interactuar de forma socialmente competente. Autores como Ruiz et al. (2025) sostienen que la inteligencia emocional es un eje pedagógico clave que facilita la comprensión, regulación y percepción de las emociones, promoviendo el desarrollo integral de los niños en la educación inicial.

Ruiz et al. (2025) expresa la convicción de que la inteligencia emocional constituye un eje pedagógico fundamental por cuanto permite a los estudiantes percibir, comprender y regular sus emociones. A partir de esta idea, cabe deducir que el desarrollo de la inteligencia emocional en la educación inicial no solo hace prosperar el bienestar individual de los niños y niñas, sino

que también contribuye al propio aprendizaje y a las interacciones con los demás y con el entorno. En este sentido, si los docentes promueven estrategias que fomentan el reconocimiento y la regulación de las propias emociones abren así también espacio a un desarrollo emergente alrededor de las vertientes del desarrollo cognitivo, social y afectivo que permite a los pequeños la construcción de relaciones significativas y de una adecuada forma de enfrentamiento a la vida.

Estrategias Lúdicas

Las estrategias lúdicas son un conjunto de estrategias que incluyen el juego como herramienta de trabajo para alcanzar objetivos pedagógicos y terapéuticos, reconociéndose en el juego un recurso para el aprendizaje, los juegos de construcción, las técnicas de aprendizaje, las situaciones de relación interpersonal en el contexto del mundo infantil, dado que fomentar el bienestar emocional durante la infancia ayuda a favorecer el desarrollo integral y a mantener un proceso educativo adecuado. Díaz (2017) afirma que las estrategias lúdicas son fundamentales en la infancia, ya que el juego es una actividad natural que favorece la interacción social, el desarrollo del lenguaje verbal y no verbal, así como el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas. Considera que las estrategias lúdicas juegan un papel muy importante para el proceso educativo porque jugar es parte de la esencia de los infantes y, por lo tanto, el juego lo realizan de una manera instintiva y casi natural, así como de una forma divertida.

Bajo esa concepción se puede entender que el juego no debe ser entendido como un simple recurso para divertirse, sino que es una técnica pedagógica que favorece aspectos importantes para el desarrollo infantil; a lo largo de las actividades lúdicas los niños irán interactuando y haciéndolo con los otros, incluso van fortaleciendo su comunicación verbal y no verbal, pero también van desarrollando aprendizajes psicomotrices, etc.

De ahí que incluir ciertas estrategias de juego en el proceso educativo, sin duda, puede contribuir a un aprendizaje significativo porque les ofrece a los niños la posibilidad de desarrollar habilidades sociales, de participar, de aprender mediante la acción en un entorno que procura atender a sus intereses y necesidades.

Los conceptos aquí planteados constituyen un referente teórico que permite poner de relieve el papel del juego y de la gestión de las emociones en el aprendizaje infantil. Mediante la investigación, se persigue indagar de qué manera la puesta en práctica de las prácticas lúdicas puede ayudar o contribuir a mejorar el estado emocional de los niños y niñas de la Institución Educativa El Líbano, propiciando así un contexto educativo más saludable y adecuado para el aprendizaje.

Referentes Teóricos

Juego como Herramienta Fundamental en el Desarrollo Infantil

Muchos autores han reconocido que el juego es una herramienta esencial para el desarrollo de los niños. Hay una gran cantidad de investigaciones que concuerdan en que el juego no solo beneficia el desarrollo cognitivo, sino que también es esencial para la regulación emocional, la obtención de habilidades para las relaciones sociales y la autoestima. Rosnau (2008), citado por Román B. (2017), sostiene que en educación infantil no basta trabajar contenidos curriculares; es necesario fortalecer lo social, afectivo y emocional, siendo el juego la estrategia más adecuada para este desarrollo. Esto remarca la importancia del juego como medio con el que poder abordar la totalidad de las necesidades de los niños y niñas, que nos permita además ofrecer un desarrollo equilibrado, que contemple los aspectos afectivos, sociales, entre los aspectos académicos.

El juego como Medio para Potenciar la Salud Mental y las Habilidades Socioemocionales

Durante la primera infancia, el desarrollo de las habilidades socioemocionales es fundamental en sus etapas de desarrollo humano. Mediante el juego, se convierte en un lugar natural para que los niños y las niñas puedan expresar sus sentimientos, regular sus emociones y establecer relaciones interpersonales positivas. Rincón y Rivera (2022) afirman que la educación emocional en la primera infancia favorece el desarrollo de competencias socioemocionales, ya que los niños expresan sus emociones a través del lenguaje frente a las experiencias de su contexto.

La incorporación de actividades lúdicas específicas o del juego tradicional y del juego de construcción junto al juego de relajación proporciona, no sólo la creatividad y la motricidad, sino que también mejora la expresión y la regulación de las emociones negativas, contribuyendo así al bienestar emocional de los niños y las niñas.

La Evaluación Metodológica y los Adultos ante este Proceso

Por tanto y para poder comprobar el impacto que tuvo la antes mencionada intervención lúdica en el bienestar emocional de los menores era necesario recurrir metodologías que se fueran complementarias; Meneses y Alvarado (2021) sostienen que el juego es una herramienta clave para fortalecer la identidad cultural y los valores comunitarios, ya que permite atender los distintos estilos y preferencias de aprendizaje de los niños, favoreciendo experiencias significativas.

Por un lado, la utilización de diarios de campo permite buena medida construir una situación de observación cualitativa consensuada sobre la conducta y emocionalidad de los niños y, por el contrario, permiten obtener datos cuantitativos de prueba sobre cambios en habilidades relacionadas con las competencias socioemocionales.

El Rol de Docentes y Padres en la Implementación del Juego

Cabe subrayar que, para que las intervenciones lúdicas logren ser eficaces, requieren de la implicación tanto de docentes como de familias, así como que la formación de los docentes para el uso de técnicas lúdicas y para la interpretación de los resultados de las pruebas haga que estemos en disposición de crear ambientes de apoyo y de seguridad emocional. La UNESCO (s. f.) destaca que el desarrollo progresivo de habilidades socioemocionales más complejas requiere el acompañamiento constante de las familias y cuidadores durante el proceso de aprendizaje. La cooperación entre el docente y la familia también permite de mantener los lazos afectivos y lograr que se continúen los aprendizajes en los diversos contextos, lo que reafirma un ambiente que los ayude a vivir con más bienestar emocional y a poder llevar a cabo todo su potencial enriquecido en el desarrollo de los niños y las niñas.

El impacto del Juego en el Bienestar y el Rendimiento Escolar

Desde esta perspectiva, muchos autores mencionan que el juego es factor en la regulación emocional, en la autoestima y en el rendimiento escolar en la infancia. La literatura científica pone de manifiesto que la experiencia asociada al juego es compatible con la disminución de los niveles de ansiedad o con el miedo. Desde el desarrollo de las competencias, los niños pequeños pueden adaptarse a la vida escolar, a la vida social. Igualmente, el juego produce también la creatividad, el resolver problemas o unas competencias que son muy necesarias para contribuir al desarrollo de la vida cognitiva y emocional de los niños pequeños. Al mismo tiempo, García (2012) señala que “los procesos de aprendizaje son unos procesos extremadamente complejos al ser el resultado de múltiples causas que se articulan para dar lugar a un solo producto” (p. 3), enfatizando de esta forma la importancia de incluir el juego en los procesos educativos como aprendizaje de estos procesos complejos.

Contextualización y Adaptación de las Actividades Lúdicas

Es muy importante que las actividades lúdicas sean planificadas teniendo en cuenta los factores culturales, sociales e individuales de los niños y las niñas. La influencia del diseño y de la contextualización de las actividades tiene la finalidad de que estas sean significativas y estimulantes, propiciando el paso de la participación a la práctica y, de esta, la práctica emocional positiva. La inclusión del juego hace referencia a insertar en la rutina escolar un clima escolar donde la empatía, la comunicación y la resolución pacífica de conflictos son pasos del proceso de interacción diaria.

La recopilación de pruebas científicas y los testimonios de autores expertos avalan la idea de que el juego constituye una estrategia didáctica eficaz para la promoción del bienestar emocional, la regulación de los estados de ánimo y el desarrollo de la competencia social y emocional en la infancia. Para integrar el juego en los programas educativos, hay que hacer una planeación, una formación del profesorado y la implicación de la familia. A partir de la valoración y potenciación del juego, las instituciones educativas pueden ayudar a formar niños resilientes, seguros y preparados frente al futuro, y pueden contribuir al desarrollo del clima y la cultura institucional.

Referentes Técnicos

Los referentes técnicos corresponden a lineamientos, orientaciones y documentos operativos emitidos por entidades nacionales, territoriales e internacionales, los cuales orientan la implementación de acciones pedagógicas y educativas dirigidas al desarrollo integral de la infancia. En esta investigación, dichos referentes se sustentaron en el uso del juego como estrategia pedagógica para el fortalecimiento del bienestar emocional en niños y niñas del grado de jardín.

En el ámbito nacional, el Ministerio de Educación Nacional establece que el juego es un eje fundamental en la educación inicial, al favorecer el desarrollo cognitivo, social y emocional de los niños y niñas. Sus lineamientos promueven prácticas pedagógicas centradas en metodologías activas, ambientes de aprendizaje significativos y el reconocimiento de las emociones como parte esencial del proceso educativo, lo cual respalda la implementación de estrategias lúdicas dentro del aula.

A nivel territorial, las orientaciones técnicas de la Secretaría de Educación y de Salud del Distrito de Santa Marta promueven acciones articuladas entre los sectores educativo y social, orientadas a la atención integral de la niñez. Estas entidades impulsan programas de promoción del bienestar emocional, prevención de riesgos psicosociales y fortalecimiento de entornos escolares protectores, reconociendo a la escuela como un escenario clave para el desarrollo socioemocional.

De igual forma, los lineamientos técnicos de organismos internacionales como UNICEF y UNESCO resaltan la importancia de generar entornos educativos seguros, inclusivos y emocionalmente saludables. Estas organizaciones reconocen el juego como una herramienta pedagógica esencial para el desarrollo de habilidades emocionales y sociales, especialmente en contextos de vulnerabilidad, promoviendo la participación activa, la creatividad y el aprendizaje significativo en la primera infancia.

Referentes Legales

La presente investigación se fundamenta en el marco normativo colombiano que garantiza los derechos fundamentales de los niños y las niñas, especialmente en aquellos relacionados con la educación, el bienestar emocional y la salud mental, reconociendo a la primera infancia como una etapa prioritaria para el desarrollo integral.

En primer lugar, la Ley 1751 de 2015, por medio de la cual se regula el derecho fundamental a la salud, establece que el Estado es responsable de respetar, proteger y garantizar el goce efectivo de este derecho.

En su articulado se reconoce la salud mental como un componente esencial de la salud integral, lo que implica la obligación de promover acciones de prevención, atención y cuidado desde contextos como el educativo, en especial en poblaciones infantiles.

De igual manera, la Ley 2460 de 2025, expedida por el Congreso de la República, establece disposiciones relacionadas con la atención, promoción y cuidado de la salud mental, con un enfoque integral e intersectorial. Esta ley amplía la responsabilidad de las instituciones educativas en la promoción del bienestar emocional, reconociendo su papel fundamental en la detección temprana de dificultades emocionales y en la implementación de estrategias preventivas que favorezcan el desarrollo socioemocional de los niños y niñas.

Asimismo, la resolución 4886 de 2028, mediante la cual se adopta la política pública Nacional de Salud Mental, orienta acciones dirigidas a la promoción de entornos protectores, la prevención de problemáticas emocionales y el fortalecimiento de habilidades para la vida. Esta política resalta la importancia de intervenir desde edades tempranas y reconoce a la escuela como un escenario clave para el desarrollo de competencias emocionales y sociales.

Referentes Éticos

Estos referentes orientan el desarrollo responsable de la investigación, garantizando el respeto por la dignidad, los derechos y el bienestar de los participantes, especialmente cuando se trabaja con población infantil. En el presente estudio, estos principios éticos guían cada una de las fases del proceso investigativo, asegurando una intervención pedagógica respetuosa, segura y acorde con la normativa vigente.

En el contexto colombiano, la investigación se fundamenta en la resolución 8430 de 1993 del Ministerio de Salud, la cual establece las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud. Dicha resolución clasifica este estudio como de riesgo mínimo, dado que se centra en actividades pedagógicas lúdicas que no implican ningún tipo de daño físico o psicológico para los niños y niñas, priorizando siempre su bienestar emocional.

Asimismo, se tiene en cuenta la Ley 1098 de 2006, Código de la Infancia y la Adolescencia, la cual reconoce a los niños y niñas como sujetos de derechos y establece la obligación de garantizar su protección integral. En coherencia con esta ley, el estudio respeta los derechos a la participación, al desarrollo integral, a la educación y al buen trato, promoviendo entornos escolares seguros y protectores.

Desde el ámbito educativo, los lineamientos del Ministerio de Educación Nacional orienta prácticas pedagógicas basadas en el respeto por las diferencias individuales, la inclusión y la atención integral de la primera infancia. Estos principios éticos respaldan el uso del juego pedagógico como una estrategia que favorece la expresión emocional, la convivencia y el desarrollo socioemocional de los niños y niñas.

De igual manera, los principios promovidos por UNICEF enfatizan la protección de la infancia y el interés superior de los niños y las niñas, destacando la importancia de crear ambientes educativos que garanticen la seguridad emocional, la participación activa y el respeto por la identidad y la diversidad. En este sentido, la investigación prioriza la confidencialidad de la información recolectada, el consentimiento informado de los acudientes y el anonimato de los participantes.

Herramientas y Métodos

Enfoque y Tipo de Estudio

El enfoque cualitativo se va orientando a dar cuenta de las vivencias, percepciones, implementación del juego como alivio del estado emocional de los niños y niñas en la institución educativa El Líbano. Es por eso que se aplican métodos como la observación participante y el análisis de los diarios de campo e intentar dar cuenta de unas prácticas interactivas que implican aumento de emociones, autoestima y bienestar de los niños y niñas y de las dinámicas del Colegio. El enfoque cualitativo permite dar cuenta de forma flexible, densa y a la vez de alcance a las percepciones que tienen los docentes y los estudiantes, e incluso al mismo tiempo de otros actores, y ayudar a la vez a la estabilidad de una comprensión del impacto de las estrategias lúdicas en el desarrollo socioemocional en el espacio pleno de prácticas pedagógicas.

Por otra parte, el enfoque cualitativo también se sostiene bien por el interés que tiene de llegar a unos significados e interpretaciones que los participantes pueden dar a la experiencia del juego y su impacto con respecto a las emociones. El interés por dar cuenta de aspectos que sean subjetivos, culturales y sociales debe empezarse a activar para llegar a una identificación.

Este enfoque se utilizó el diseño de investigación – acción pedagógica, ya que permitió examinar la realidad educativa, actuar en ella y pensar sobre las alteraciones producidas. En esta ocasión, los educadores toman parte activamente al poner en práctica juegos como estrategias pedagógicas, observan sus impactos en el bienestar emocional y la autoestima de los niños y niñas, modifican sus prácticas a partir de una reflexión constante. Este tipo de estudio tiene como objetivo optimizar las dinámicas escolares, entender cómo piensan los involucrados en la educación e innovar la practica pedagógica desde la experiencia diaria del aula. Los maestros, en este caso se involucra de manera activa al implementar el juego como método pedagógico y

observan los impactos de este en las emociones, la autoestima y el bienestar de los niños y las niñas. Esta clase de investigación persigue optimizar las dinámicas en los centros educativos, entender lo que piensan los actores involucrados en la educación y reformar el trabajo pedagógico a partir de la experiencia diaria del aula.

Unidad de Análisis

La unidad de análisis está construida por 12 niños y 10 niñas entre edades de los 4 a 5 años, pertenecientes a la institución educativa El Líbano de la ciudad de Santa Marta – Magdalena.

Técnicas para la Recolección de Datos

En el marco de esta investigación, en el que el objetivo se centra en la aplicación de los juegos pedagógicos se alcanzaron mejoras en cuanto a los estados de carácter emocional de los niños y las niñas en la Institución Educativa El Líbano sede Santa Cruz, la conformación de las técnicas de recogida de la información ha sido ciertamente adecuada y rigurosa ya que el enfoque de investigación es la acción que requiere de una adecuada comprensión de las diferentes dimensiones del fenómeno, de tal manera que el uso de varias técnicas hace posible de captar tanto las lógicas observables como las percepciones subjetivas, lo que favorece un análisis total y contextualizado.

La observación directa se convertirá en una de las técnicas que principalmente ayudaron, ya que permitió registrar al instante aquellas expresivas de forma emocional, la interacción social y la participación activa de algunos niños y niñas en el juego. En el tránsito de una investigación acción, la observación proporciono información rápida y válida acerca de aquellos comportamientos espontáneos, ya que permite recopilar las variaciones en la gestión emocional y

en la interacción social de los niños y niñas, y es por tanto una fuente de información importante a la hora de valorar la efectividad de los juegos pedagógicos.

Complementariamente, se emplearán diarios de campo como instrumentos clave para documentar de manera sistemática las reacciones, percepciones y avances de los estudiantes en relación con las estrategias pedagógicas implementadas. Los diarios facilitaron un análisis cualitativo profundo, ya que permitió identificar tendencias, patrones y variaciones en las respuestas emocionales y sociales de los niños a lo largo del proceso, enriqueciendo la comprensión del fenómeno desde una perspectiva contextual y dinámica.

Se realizaron entrevistas semiestructuradas en la que participaron todos los docentes y todas las familias, para poder recoger percepciones más ricas de los efectos de los juegos en el bienestar emocional y en el desarrollo socioemocional. Lo que se quiere decir que a través de las entrevistas se captaron las experiencias subjetivas que tienen los actores involucrados, se recogieron posibles dificultades, logros y percepciones sobre los efectos que tienen las actividades lúdicas tanto en el entorno familiar como en el escolar.

Adicionalmente, se aplicaron cuestionarios diseñados para evaluar de manera cualitativa variables relacionadas con la regulación emocional, la autoestima y la empatía. La utilización de estos instrumentos facilitó realizar comparaciones antes y después de la intervención, fortaleciendo la validez de los hallazgos y permitiendo una triangulación efectiva de los datos. La integración de estos enfoques permitirá obtener una visión holística del proceso, enriqueciendo la interpretación de los datos y favoreciendo una comprensión más completa de cómo los juegos pedagógicos influyen en las variables emocionales y sociales.

El enfoque cualitativo de la presente investigación favorece especialmente la indagación de percepciones, sentimientos y actitudes de los niños, del profesorado y de las familias, aspectos

que están en el núcleo para entender la experiencia vivida en torno a esta práctica lúdica. La triangulación de técnicas de observación, diarios de campo, entrevistas y cuestionarios revisan una visión de conjunto de las consecuencias de los juegos pedagógicos, es decir, garantizo no solo la recolección de datos diversos, sino que facilito una revisión profunda y contextualizada.

Esta selección de técnicas viene motivada por la necesidad de abordar la complejidad y la naturaleza dinámica de las variables que se están investigando en base al marco teórico que ya hemos presentado, en el que queda constancia de la importancia del juego para la regulación emocional y para el desarrollo socioemocional. La observación directa y los diarios de campo permitió recoger respuestas espontáneas y cambios en las conductas, mientras que las entrevistas enriquecieron la comprensión y explicación de las percepciones subjetivas de los principales actores que participan. La combinación de información cualitativa y cuantitativa significará realizar una evaluación exhaustiva de los efectos que el programa ha tenido, enriquecer las prácticas pedagógicas y contribuir al bienestar emocional de los niños y las niñas durante la educación infantil.

Es decir, la utilización de estas técnicas de recolección de datos, en coherencia con un enfoque cualitativo y la naturaleza de las variables, permitió obtener una visión enriquecida del proceso de intervención. La triangulación metodológica facilito la identificación de cambios significativos en las capacidades emocionales y sociales de los niños, así como en las prácticas docentes y la participación familiar. Este abordaje integral reafirma el compromiso de la investigación con la generación de conocimientos que aporten a la formulación de estrategias pedagógicas efectivas, orientadas a potenciar el bienestar emocional y el desarrollo integral en la primera infancia, en línea con los objetivos y fundamentos teóricos que sustentan el proyecto.

Categorías para el Análisis de Datos

La categoría de análisis titulada "uso del juego pedagógico como medio para la regulación y fortalecimiento del bienestar emocional infantil" se fundamentó en la comprensión de que el juego, cuando se integra de manera sistemática y consciente en el proceso educativo, se convierte en una herramienta poderosa para promover la salud emocional y el desarrollo integral de los niños y niñas de 4 a 5 años en la Institución Educativa El Líbano, sede Santa Cruz de Santa Marta. Esta perspectiva se apoya tanto en los objetivos del proyecto como en conceptos clave relacionados con el juego, la inteligencia emocional y las habilidades sociales, además de las herramientas metodológicas del enfoque cualitativo. La observación y el análisis profundo de las prácticas lúdicas permiten evidenciar cómo estas contribuyen no solo a la expresión y regulación emocional, sino también a la construcción de relaciones sociales y a la consolidación de la autoestima, aspectos fundamentales para el bienestar infantil en un contexto social y cultural específico.

En primer lugar, el juego pedagógico facilita la manifestación y gestión de las emociones en los niños. Pérez et al. (s. f.) señalan que existe consenso científico sobre la relación positiva entre la inteligencia emocional y las habilidades sociales, evidenciando una correlación significativa entre ambas competencias. La observación cualitativa permitió identificar cómo los niños expresan sentimientos como alegría, miedo o frustración durante las actividades lúdicas, y cómo estas expresiones evolucionan tras la intervención pedagógica. Esto revela que el juego no solo es un medio de entretenimiento, sino también un espacio seguro donde los niños exploran, expresa y regulan sus emociones, promoviendo así su inteligencia emocional. La capacidad de gestionar sus sentimientos en un entorno lúdico favorece su bienestar emocional, especialmente en contextos vulnerables donde las oportunidades de apoyo emocional pueden ser limitadas.

En segundo lugar, la interacción social derivada del juego pedagógico fortalece las habilidades sociales y fomenta relaciones afectivas positivas. Las actividades lúdicas promueven la cooperación, la empatía y la comunicación, cualidades que se reflejan en la mejora de la convivencia escolar y familiar. La observación de estas interacciones permite comprender cómo el juego contribuye a la formación de vínculos afectivos sólidos y a la adquisición de habilidades sociales que trascienden el aula, beneficiando la integración social y creando un ambiente escolar más armónico. Gómez y Godínez (2023) enfatizan que "el bienestar emocional infantil hace especial énfasis en las habilidades sociales y emocionales que desarrolla un individuo en los primeros años de vida" (p. 4), subrayando la importancia de estas competencias en la etapa inicial.

Por otro lado, la participación en juegos pedagógicos también influye en la autoestima y la autoconfianza de los niños. La percepción de competencia, el éxito en las actividades y la aceptación social durante el juego fomentan una mayor seguridad en sí mismos, promoviendo una actitud positiva hacia nuevos desafíos. La evaluación cualitativa evidencia cómo estas experiencias fortalecen la resiliencia y la disposición para afrontar dificultades, aspectos cruciales para su bienestar emocional duradero. La confianza en sus capacidades impulsa su autonomía y motivación, aspectos esenciales para su crecimiento psicosocial.

Es evidente que la participación activa, la creatividad y la contextualización cultural del juego constituyen otros elementos clave en el análisis. La motivación, la innovación y la autonomía que muestran los niños durante las actividades lúdicas reflejan su interés y compromiso con el proceso. Además, la incorporación de las dimensiones culturales y sociales en el diseño y evaluación del juego permite comprender mejor sus necesidades y potencialidades, favoreciendo un desarrollo integral y respetuoso de su entorno. La cultura y el contexto social

enriquecen el proceso lúdico, potenciando no solo el bienestar emocional, sino también el desarrollo de habilidades creativas, autogestionadas y culturales, que fortalecen la identidad y el sentido de pertenencia de los niños.

Es importante que el uso del juego pedagógico como estrategia educativa en esta etapa contribuya significativamente a la regulación emocional, la construcción de habilidades sociales, la autoestima y el desarrollo creativo, aspectos que en conjunto fortalecen el bienestar emocional infantil. La observación cualitativa y el análisis contextualizado permiten comprender en profundidad cómo estas prácticas favorecen un crecimiento emocional saludable, promoviendo ambientes educativos y sociales más inclusivos y resilientes.

Resultados

Acercamiento de la Población a la Variable

En la fase inicial de la investigación, se evidenció el acercamiento de los niños y niñas de 4 a 5 años a la variable de estudio, el fortalecimiento de la regulación emocional a través del juego dirigido como estrategia pedagógica. Para ello se emplearon técnicas de exploración como la observación participante, entrevistas breves con los estudiantes y cuestionarios aplicados a los padres y docentes posterior a cada actividad. Desde el inicio, los participantes mostraron interés y disposición frente a las dinámicas propuestas, lo que permitió identificar sus reacciones emocionales iniciales, sus formas de interacción y los niveles de autorregulación presentes en el contexto escolar.

Durante la fase de experimentación se implementaron diversas actividades pedagógicas centradas en el juego simbólico, cooperativo y de roles como variable de intervención, con el propósito de movilizar la expresión y el manejo de las emociones. En la primera fase, denominada exploración, se utilizaron juegos libres y dirigidos para observar cómo los niños reconocían y nombrarían emociones básicas como alegría, tristeza, enojo y miedo. En la segunda fase, de movilización, se desarrollaron actividades grupales que requerían acuerdos, turnos y resolución de pequeños conflictos, registrando los avances mediante diarios de campo y registros audiovisuales. En la tercera fase, de consolidación, se aplicaron dinámicas de reflexión guiada donde los niños compartían cómo se sintieron y qué estrategias utilizaron para calmarse o llegar a acuerdos con sus compañeros.

A través de la observación directa se evidenció que los estudiantes participaron activamente en cada fase, logrando asumir roles, expresar sus emociones de forma más verbal y mostrar mayor tolerancia ante la frustración. Por ejemplo, en las actividades de juego de roles,

varios niños propusieron soluciones pacíficas ante conflictos simulados, lo que indica un avance inicial en la comprensión y aplicación de estrategias emocionales. Asimismo, se observó que mejoró la escucha activa y el respeto por las intervenciones de los demás, reflejando una base en desarrollo de habilidades socioemocionales.

En cuanto a las entrevistas y cuestionarios aplicados a padres y docentes, se reportó que los niños manifestaban mayor disposición para expresar lo que sentían y buscaban el diálogo antes de reaccionar impulsivamente. No obstante, se identificó que aún requieren acompañamiento constante del adulto para sostener estas estrategias en situaciones de mayor exigencia emocional. Finalmente, desde la perspectiva institucional, se concluye que los participantes presentaron un acercamiento positivo al uso del juego como herramienta para el fortalecimiento emocional, pero requieren la continuidad de procesos pedagógicos estructurados que consoliden estos aprendizajes en su vida diaria dentro y fuera del aula.

La fase de exploración permitió evidenciar que los niños, al inicio, presentaban dificultades para identificar y nombrar sus emociones, limitándose a expresiones corporales y llanto ante situaciones de frustración. Mediante el uso de tarjetas emocionales y cuentos interactivos, se logró que progresivamente asociaran gestos y palabras con estados afectivos específicos. Este primer acercamiento fue fundamental para crear un vocabulario emocional común dentro del aula, que sirvió como base para las fases posteriores.

En la fase de movilización, el trabajo en pequeños grupos favoreció la aparición de dinámicas de cooperación y negociación. Durante los juegos cooperativos, los niños debían coordinar acciones para alcanzar un objetivo común, lo que generó momentos de diálogo y mediación entre pares. Se observó que, aunque aún requerían la guía del docente, comenzaron a

utilizar expresiones como “espera tu turno” o “podemos hacerlo juntos”, evidenciando la internalización de normas de convivencia trabajadas durante las sesiones.

La fase de consolidación se centró en la reflexión metacognitiva adaptada a la edad de los participantes. Al finalizar cada actividad, se emplearon preguntas sencillas como “¿Cómo te sentiste?” y “¿Qué hiciste cuando estabas molesto?”, acompañadas de dibujos y gestos. Esta estrategia permitió que los niños comenzaran a reconocer sus propios procesos emocionales y a identificar estrategias de autorregulación, como respirar profundo o alejarse por un momento para calmarse.

El análisis de los registros audiovisuales mostró una disminución progresiva en las conductas impulsivas y un aumento en las interacciones verbales orientadas a la resolución de conflictos. Los momentos de juego libre posterior a las actividades dirigidas reflejaron una mayor organización grupal y una menor dependencia de la intervención inmediata del adulto, lo que sugiere un impacto positivo en la autonomía emocional de los niños.

Desde la perspectiva de los docentes, la implementación del juego como herramienta pedagógica facilitó la creación de un ambiente de aula más tranquilo y participativo. Se reportó una reducción en los episodios de llanto prolongado y en las conductas de agresión física, así como un aumento en la participación voluntaria durante las actividades grupales. Los docentes destacaron la importancia de mantener la constancia en la aplicación de estas estrategias para evitar retrocesos en los avances logrados.

Los padres de familia, por su parte, manifestaron en los cuestionarios post-experiencia que en el hogar también se percibían cambios en la forma en que los niños expresaban sus emociones. Algunos señalaron que sus hijos comenzaban a verbalizar lo que sentían antes de reaccionar con llanto o pataletas, y que utilizaban frases aprendidas en el aula para negociar con

sus hermanos o amigos. Este hallazgo sugiere que los aprendizajes obtenidos en el entorno escolar lograron trascender al contexto familiar.

La experimentación de las fases evidenció que el juego simbólico y cooperativo es una estrategia pertinente para el trabajo emocional con niños de 4 a 5 años, debido a su carácter lúdico y cercano a su experiencia cotidiana. La progresión estructurada entre exploración, movilización y consolidación permitió que los avances fueran graduales y sostenibles, respetando los ritmos individuales de cada niño y evitando la sobre exigencia emocional.

En conclusión, los resultados obtenidos durante la implementación indican que la incorporación sistemática del juego en la rutina pedagógica contribuye al fortalecimiento de la regulación emocional y a la mejora de la convivencia escolar en la primera infancia. Sin embargo, se requiere dar continuidad a estas prácticas y capacitar al equipo docente para que pueda adaptarlas a las necesidades cambiantes del grupo, garantizando así que los beneficios perduren en el tiempo.

Experimentación

Tras la etapa inicial de diagnóstico, se implementaron diversas actividades lúdicas diseñadas para favorecer la expresión emocional, la regulación emocional y la autoestima de los niños y niñas del grado jardín B. Durante la intervención, se utilizó una variedad de herramientas, como diarios reflexivos, observaciones durante las actividades y registros de las respuestas de los niños, con el fin de recopilar datos sobre su comportamiento y evolución en relación con la variable en estudio.

Los resultados reflejaron cambios significativos en la participación y las respuestas emocionales de los niños. Por ejemplo, en los diarios reflexivos de los docentes, se observó un aumento en la disposición de los niños para participar en actividades lúdicas aumento el 40 %,

mostrando mayor entusiasmo y motivación. Muchos niños comenzaron a verbalizar sus sentimientos con mayor frecuencia y claridad, expresando emociones como alegría, confianza y reconocimiento de sus logros. Además, se notó una mejora en la tolerancia a la frustración 20 %, ya que algunos niños lograban mantener la calma y buscar soluciones en situaciones de dificultad durante los juegos.

Las observaciones directas revelaron que, tras varias sesiones, los niños mostraron una mayor disposición para colaborar con sus compañeros, compartiendo y negociando en las actividades lúdicas. En los diarios reflexivos de los padres, se registró que, en el entorno familiar, los niños presentaron comportamientos más tranquilos y una mayor confianza en sus habilidades sociales, participando en juegos y actividades conjuntas con mayor interés y menos conductas inquietas.

Estas respuestas y reflexiones indican que la intervención basada en propuestas lúdicas tuvo un impacto positivo en el estado emocional y las percepciones de los niños respecto a su autoestima y regulación emocional. Los datos recopilados evidencian una tendencia hacia una mayor expresividad emocional, una mejor gestión de las emociones y una actitud más participativa tanto en el entorno escolar como en el familiar. Estos resultados validan la hipótesis de que el uso del juego como estrategia puede favorecer el desarrollo emocional y social en los niños del grado jardín B, sirviendo como base para futuras acciones y propuestas de intervención.

Identificación de Variaciones

El análisis comparativo entre la fase inicial y la final demuestra un cambio significativo en el "ser" (aspecto ontológico) de los participantes:

Antes de la intervención, los niños y las niñas presentaban una tendencia a la irritabilidad y dificultades para expresar adecuadamente sus emociones, lo que se reflejaba en una regulación emocional limitada. Asimismo, la motivación y actitud frente a las clases era neutra o poco participativa, y las relaciones interpersonales se caracterizaban por interacciones básicas o, en algunos casos, conflictivas. En cuanto al entorno familiar, la interacción se mantenía dentro de parámetros estándar, sin evidenciarse una comunicación especialmente fluida. Después de la intervención, se evidenció un mayor control emocional, observándose estados de calma tras la realización de ejercicios de relajación. Los niños mostraron una motivación más alta, con una actitud positiva y alegre hacia las actividades escolares. Además, se registró un aumento notable en la empatía y la confianza entre compañeros, fortaleciendo las relaciones interpersonales. Finalmente, en el entorno familiar se percibió una mejora significativa en la comunicación y en los niveles de confianza dentro del hogar.

El objetivo principal de este paso es comparar las percepciones y comportamientos de los niños antes y después de la intervención, con el fin de identificar las variaciones en su estado emocional y en sus conductas. Para ello, se realiza una comparación detallada de los datos recopilados en ambos momentos, permitiendo observar los cambios en las características emocionales y conductuales de los niños.

En la etapa inicial, los niños mostraban una baja tolerancia, poca expresión emocional y conductas que reflejaban inseguridad. Estos aspectos indicaban dificultades en la regulación de sus emociones y en su interacción social. Tras la intervención, los datos evidencian mejoras significativas: los niños demostraron una mayor capacidad para regular sus emociones, aumentó su autoconfianza y se observaron mejores formas de convivencia grupal. Estas mejoras fueron constatadas tanto en los datos cuantitativos como en los cualitativos.

Los diarios de campo reflejaron una mayor participación activa de los niños en las actividades, además de expresiones positivas y mayor disposición para interactuar. Por otro lado, los registros de observación y los cuestionarios utilizados mostraron una disminución en conductas de malestar y un incremento en comportamientos cooperativos y de apoyo mutuo. Este conjunto de datos confirma que la implementación planificada del juego y las actividades lúdicas contribuyó de manera efectiva a un cambio positivo en el bienestar emocional de los niños.

El análisis de estos resultados indica que, a través del proceso, se fortalecieron habilidades clave como la empatía, la autoexpresión y el autocontrol. Además, la participación activa de los padres y docentes en el proceso fue fundamental para mantener y potenciar estos avances, creando un ambiente de apoyo que favoreció los cambios observados.

Por ejemplo, al comparar los registros iniciales y finales, se puede observar una mejora notable en la regulación emocional y en la interacción social de los niños. La participación en las actividades lúdicas planificadas favoreció su autoestima y su capacidad para manejar sus emociones, lo cual quedó evidenciado en conductas más calmadas y en una mayor disposición para el aprendizaje. Estos cambios reflejan el impacto positivo del programa y la efectividad de las estrategias implementadas.

En el grado Jardín B se evidencian diversas manifestaciones emocionales propias de la etapa preescolar, entre las que se destacan la irritabilidad, la tristeza frecuente, la baja tolerancia a la frustración y las dificultades para regular las emociones. Los niños y las niñas presentan limitaciones para expresar verbalmente lo que sienten, lo cual se manifiesta en actitudes de apatía o rechazo frente a algunas actividades pedagógicas tradicionales. En relación con la autoestima y la socialización, se observa una confianza incipiente en sus habilidades sociales y niveles de autoestima bajos, aspectos que influyen en la convivencia dentro del aula. En cuanto a

la relación con el juego, los estudiantes muestran mayor interés por actividades lúdicas y juegos tradicionales, evidenciando menor motivación hacia el aprendizaje cuando las actividades no integran elementos lúdicos, percibiéndose el juego como una estrategia pedagógica aún poco aprovechada. En el entorno familiar, se identifican comportamientos inquietos y ciertas dificultades de integración, lo cual incide en la dinámica del hogar. Finalmente, estas dificultades emocionales tienen un impacto directo en el ámbito académico, afectando la atención, la participación y la disposición para el aprendizaje. Este diagnóstico se sustenta en la aplicación de herramientas como el diario de campo, la observación pedagógica, las entrevistas con docentes y padres de familia, y los reportes docentes, permitiendo una comprensión integral del desarrollo emocional, social y académico de los niños y las niñas.

Esto nos permite un diagnóstico pedagógico que aquí se muestra, bien podría decirse que coincide con los resultados antes presentados en el aula B, no se realizó arbitrariamente a la ligera, esto es, puede afirmarse que se da una correlación directa entre la baja regulación emocional y el desinterés por las actividades escolares. El diagnóstico pedagógico muestra también la necesidad urgente de utilizar el juego como estrategia mediadora para potenciar la autoestima y permitir que los niños y las niñas del Jardín B logren un canal adecuado de expresión de sus descubrimientos.

Análisis y Discusión

El presente análisis tuvo como finalidad interpretar los resultados del proceso de intervención con los niños y niñas del grado Jardín B, centrado en el uso de actividades lúdicas para favorecer la regulación emocional, la autoestima y las habilidades sociales. Los datos recolectados desde la fase inicial hasta la final muestran cambios significativos en el funcionamiento emocional y conductual de los niños y niñas, lo que permite reflexionar sobre la validez de las estrategias empleadas y su posible impacto en futuras intervenciones educativas. En la etapa inicial del estudio, se evidenció que muchos niños y niñas mostraban dificultades en la expresión y gestión de sus emociones, manifestando comportamientos irritables, tristes y una baja tolerancia a la frustración. Rincón y Rivera (2022) destacan la importancia de la educación emocional en esta etapa temprana, afirmando que “la educación emocional en la primera infancia favorece el desarrollo de competencias socioemocionales, ya que mediante el lenguaje y la expresión los niños y niñas comunican sus emociones frente a las experiencias de su entorno” (p. 5). Este enfoque resalta que, si se fomenta la educación emocional desde niños pequeños, se puede potenciar su capacidad para expresar y gestionar sus sentimientos, lo cual es fundamental para su bienestar y desarrollo social.

Por otro lado, la incorporación de actividades lúdicas adaptadas a las características culturales, sociales e individuales se presenta como una estrategia clave para promover estas competencias. Rolando (2022) indica que “la mayoría de las actividades lúdicas han sido tomadas y adaptadas de fuentes diversas, en las que ha sido probada su eficacia” (p. 7), enfatizando la importancia de diseñar juegos y dinámicas que sean pertinentes y efectivas para los contextos específicos de los niños. La utilización de actividades lúdicas no solo favorece el aprendizaje y la motivación, sino que también crea espacios seguros donde los niños pueden

experimentar y expresar sus emociones de manera natural y significativa, contribuyendo así a fortalecer su autoestima y habilidades socioemocionales.

Los resultados respaldan la hipótesis de que el uso del juego como estrategia pedagógica puede ser un catalizador efectivo en el desarrollo socioemocional de los niños pequeños. La evidencia indica que las actividades lúdicas fomentan tanto la expresión como la regulación de las emociones, además de fortalecer la autoestima, aspectos cruciales para su bienestar y éxito académico es importante decir la participación activa de docentes y padres fue fundamental para consolidar y potenciar estos avances, resaltando la importancia de un enfoque colaborativo en la intervención educativa. La creación de un entorno lúdico y emocionalmente positivo contribuyó a reducir conductas de malestar y a promover relaciones más empáticas y cooperativas entre los niños.

Aunque los resultados son alentadores, es importante tener en cuenta que el proceso de cambio en las habilidades socioemocionales requiere intervenciones prolongadas y sostenidas. La variabilidad individual y las condiciones del entorno familiar y escolar pueden influir en los resultados obtenidos. Por ello, futuras investigaciones deberían explorar la durabilidad de estos cambios y su replicabilidad en otros contextos. En síntesis, la intervención basada en actividades lúdicas en el grado Jardín B demostró ser efectiva para mejorar el estado emocional y las habilidades sociales de los niños y niñas. Los cambios observados en su regulación emocional, autoestima y relaciones interpersonales evidencian que el juego es una herramienta valiosa para promover su desarrollo integral. Estos hallazgos refuerzan la importancia de integrar propuestas lúdicas en la práctica pedagógica, con el fin de construir ambientes de aprendizaje más saludables y emocionalmente enriquecedores.

Conclusiones y Recomendaciones

El hallazgo y el objetivo del trabajo de investigación demostró que la implementación sistemática de los juegos tradicionales, de construcción y relajación tiene un impacto positivo en el estado emocional de los niños del grado jardín B. La evidencia se tradujo en una disminución de los niveles de frustración y un incremento de la motivación académica, tal y como se indicaba para el objetivo general de fortalecer el bienestar emocional, logrando pasar del juego espontáneo y desorganizado a la implementación de una estrategia pedagógica delineada que hace de pasarela para mejorar el aprendizaje.

La movilización del aspecto ontológico desde el enfoque ontológico, se hizo posible reconocer al niño no solo como organismo que recibe información, sino como un ser emocional en tránsito y construcción. La unidad de análisis (el estado emocional) evidenció que en un contexto vulnerable juego se transforma en una habilitante del mecanismo de resiliencia. Se logró evidenciar que la "esencia" del niño/a se despliega plenamente si se siente seguro emocionalmente, permitiendo la fluidez de la creatividad y la asociación social a partir del libre estrés del ambiente.

En efectos de la variable (Juego) y la variable "juego pedagógico" fue altamente efectiva en la regulación de la emoción. Así quedó se manifestó en los registros de los diarios de campo, que mostraron cambios positivos en el autocontrol y la empatía de los estudiantes. Como resultado, se alcanzó una mejora del clima del aula; sin embargo, la participación de los padres es menos intensa, dado que se constata que el alcance de la variable juego no se puede llevar a cabo sin un acompañamiento de procesos globales.

La contribución al Conocimiento y futuros estudios este trabajo presenta una metodología aplicable a instituciones con realidades similares, adaptando y validando el uso de los diarios de

campo y la función de evaluación cualitativa para la primera infancia; su originalidad proviene de articular el juego tradicional con los procesos de relajación para la disminución de la angustia escolar y, en consecuencia, proporcionar una puerta de entrada. Para futuras investigaciones nos referimos a las diferencias que pueden aparecer entre la activación nerviosa, los circuitos cerebrales y la plasticidad cerebral; también sería interesante enfocar el interés en la conservación de los contenidos a través del tiempo.

La aplicabilidad y Prácticas Educativas Se recomienda en la institución educativa El Líbano institucionalizar un "Cronograma de Pausas Lúdicas Emocionales" dentro del currículo diario. No debe verse como una actividad extra, sino como una práctica transversal donde cada jornada escolar incluya al menos 20 minutos de juego guiado enfocado en la expresión de sentimientos. Asimismo, se sugiere realizar talleres mensuales con padres de familia para que las estrategias lúdicas de relajación y diálogo se extiendan al hogar, garantizando un entorno de bienestar 360°.

Se recomienda incorporar variables adicionales como el nivel socioeconómico, el apoyo familiar y el clima escolar. Además, se sugiere implementar metodologías mixtas que combinen mediciones cuantitativas, como escalas de bienestar emocional y registros de comportamiento, con enfoques cualitativos, como entrevistas y grupos focales con docentes, padres y estudiantes. Este enfoque permitirá obtener una visión más integral y contextualizada del fenómeno, facilitando la identificación de factores facilitadores o limitantes en la efectividad de las prácticas propuestas.

Referencias Bibliográficas

- Congreso de la República de Colombia. (2025). Ley 2460 de 2025: Por medio del cual se modifica la Ley 1616 de 2013 y se dictan otras disposiciones en materia de prevención y atención de trastornos y/o enfermedades mentales, así como medidas para la promoción y cuidado de la salud mental. Función Pública.
<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=260636>
- Díaz, M. (2017). Estrategias lúdicas para el aprendizaje en niños y niñas de la Escuela Normal Superior de Cartagena [Trabajo de grado, Fundación Universitaria Los Libertadores]. Repositorio Institucional Fundación Universitaria Los Libertadores.
<https://repository.libertadores.edu.co/server/api/core/bitstreams/322bb2fa-c564-4330-ab81-12ad8ae05950/content>
- García Retana, J. Á., (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista Educación*, 36(1), 1-24.
- Gómez Guzmán, X. G., & Godínez Vázquez, A. C. (2023). Bienestar emocional infantil: El libro ilustrado como auxiliar en la salud mental. *Revista Universitaria Digital de Ciencias Sociales (RUDICS)*, 14(26), 30–49. https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/wp-content/uploads/2023/02/RUDICSn14v26p30_49.pdf
- León Gualda, G., & Lacunza, A. B. (2020). Autoestima y habilidades sociales en niños y niñas del Gran San Miguel de Tucumán, Argentina. *Revista Argentina de Salud Pública*, 11(42), 22–31. <https://www.scielo.org.ar/pdf/rasp/v11n42/1853-810X-rasp-11-42-22.pdf>
- Meneses Montero, M., & Monge Alvarado, M. Á. (2001). El juego en los niños: enfoque teórico. *Educación*, 25(2), 113–124. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44025210>

- Ministerio de Salud y Protección Social. (2018). Resolución 4886 de 2018: Por la cual se adopta la Política Nacional de Salud Mental. Alcaldía Mayor de Bogotá – Régimen Legal de Bogotá. <https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=93348>
- Pérez Escoda, N., Filella Guiu, G., & Soldevila Benet, A. (s. f.). Educación emocional y habilidades sociales. Universidad de Barcelona. <https://www.ub.edu/grop/wp-content/uploads/2014/03/Educacion-emocional-y-habilidades-sociales.pdf>
- Pinto, V., Roper, L., Rincón, E., & Rivera, D. (2022). Desarrollo de competencias socioemocionales a través del juego [Trabajo de grado, Fundación Universitaria Los Libertadores]. Repositorio Institucional Fundación Universitaria Los Libertadores. <https://repository.libertadores.edu.co/server/api/core/bitstreams/3acb6b80-8b57-4316-b974-4c680b69aad5/content>
- Román Mínguez, B. (2017). El juego para el desarrollo emocional, comunicativo y social en educación infantil [Trabajo de grado, Universidad de Valladolid]. UVaDOC Repositorio Documental de la Universidad de Valladolid. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/26561/TFG-L1730.pdf>
- Ruiz Piza, A. L., Coello Zambrano, J. A., Salguero Ruiz, M. A., & Salguero Calvopiña, M. A. (2025). La inteligencia emocional como eje pedagógico en niños de educación inicial. *Revista Ecuatoriana De Psicología*, 8(22), 382–397. <https://doi.org/10.33996/repsi.v8i22.202>
- Schwindt, C. (S.F). Regulación emocional y mindfulness en niños. Neuro-Class. <https://neuro-class.com/wp-content/uploads/2024/02/Manual-Regulacion-emocional-en-ninos.pdf>

UNICEF. (2023, junio 9). Las emociones en la infancia: ¿cómo aprenden niños y niñas a manejarlas? <https://www.unicef.org/uruguay/crianza/etapa-escolar/las-emociones-en-la-infancia-como-aprenden-ninos-y-ninas-manejarlas>

Apéndices

Apéndice A

Muestras de Investigación

<https://drive.google.com/drive/folders/1D1qk09vpjPt8gneAIINUnegHZCd6tyjg>