



**PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR**

**Facultad de Aprendizaje, Lenguas y Comunicación**

Trabajo de Titulación como requisito previo para la obtención del título de  
Licenciado en Educación Básica

**Educación emocional y el rendimiento académico de estudiantes de séptimo de  
básica**

**Autor :** Daisy Priscila Ambato Tréboles

**Director -Tutor:** MSc. Nancy Arcos Proaño

Quito, Abril 2025

# PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

## DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, Daisy Priscila Ambato Tréboles con C.I. 172055064-7 autora del trabajo de graduación titulado **“Educación emocional y el rendimiento académico de estudiantes de séptimo de básica** previa a la obtención del grado académico de **Licenciado en Educación Básica** en la **Facultad de Aprendizaje, Lenguas y Comunicación**.

1.Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través del sitio web de la biblioteca de la PUCE el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de Universidad.

**Quito, 19 de abril de 2025**



**Firma:**

C.I. 172055064-7

## INDICE

### Contenido

TURNITIN: .....	V
RESUMEN .....	8
ABSTRACT .....	9
CAPÍTULO I.....	13
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	13
1.1 Formulación del problema.....	13
1.2 Objetivos del proyecto de investigación.....	17
1.2.1 Objetivo General .....	17
1.2.2 Objetivos específicos.....	17
1.3 Justificación del estudio.....	18
CAPÍTULO II:.....	20
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA .....	20
2.1. Antecedentes de la investigación.....	20
2.2 Fundamentos teóricos .....	24
2.2.1 Fundamentos de la Educación Emocional.....	24
2.2.2 El Rendimiento Académico: Concepto y Factores Asociados .....	25
2.2.4 Estrategias para la Implementación de la Educación Emocional en la Escuela....	28
CAPÍTULO III: PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA.....	30
3.1 Descripción de la propuesta.....	30
3.3 Objetivos de la propuesta .....	32
3.4 Temporización de las estrategias .....	32
3.5. Beneficiarios de la Propuesta .....	39
3.6. Responsables con el adecuado desarrollo de la propuesta .....	39
3.7 Metodología de la propuesta .....	41
3.8 Periodo de ejecución de la propuesta .....	44
Explicación del Periodo de Ejecución .....	45
3.9 Planificación de la Propuesta.....	47
Planificación Propuesta – Unidad 2: Aprendo a Gestionar y Resolver.....	48
3.10 Evaluación de la propuesta.....	54
Conclusiones: .....	56
Recomendaciones: .....	58

8. Referencias bibliográficas .....	60
ANEXOS.....	66

## **INDICE DE TABLAS**

Tabla 1. Temporización de la propuesta.....	37
Tabla 2. Período de ejecución de actividades .....	44
Tabla 3. Planificación de la propuesta.....	47

## INDICE DE ANEXOS

Anexo 1.Formato 1: Cuestionario de Inteligencia Emocional .....	66
Anexo 2.Formato 2: Observación en el Aula .....	67
Anexo 3.Formato 3: Entrevista con Docentes .....	68
Anexo 4.Formato 4: Diario Emocional para los Estudiantes .....	69
Anexo 5.Formato 5: Cuestionario de Evaluación Final .....	70
Anexo 6.Formato 6: Reflexión Grupal con los Estudiantes .....	71

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR  
FACULTAD DE APRENDIZAJE, LENGUAS Y COMUNICACIÓN  
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**

**Educación emocional y el rendimiento académico de estudiantes de séptimo de básica**

**Autor:** Daisy Priscila Ambato Tréboles

**Director -Tutor:** MsC. Nancy Arcos Proaño

**Fecha:** 19 de abril 2025

**RESUMEN**

La educación emocional se ha reconocido como un elemento fundamental para el desarrollo integral de los estudiantes, impactando de manera significativa en su rendimiento académico. Esta propuesta tiene como objetivo principal identificar cómo las estrategias basadas en la educación emocional pueden contribuir al fortalecimiento del rendimiento académico de los estudiantes de séptimo año de Educación General Básica. A través de la implementación de diversas estrategias pedagógicas, tales como talleres emocionales, prácticas de mindfulness, dinámicas grupales y sesiones de reflexión, se busca fomentar habilidades socioemocionales que les permitan a los estudiantes mejorar su autorregulación emocional, manejar el estrés y la ansiedad, y desarrollar un mayor sentido de motivación y concentración en el aula. Además, se contempla la capacitación de docentes y la participación activa de las familias en el proceso, lo que garantizará la continuidad y la efectividad de la intervención. Se utilizarán instrumentos de evaluación que permitan medir el impacto de estas estrategias en el bienestar emocional y el rendimiento académico de los estudiantes, con el fin de ajustar las metodologías pedagógicas en función de los resultados obtenidos.

**Palabras clave:** Educación emocional, rendimiento académico, habilidades socioemocionales, estrategias pedagógicas, autorregulación.

**Emotional Education and Academic Performance of Seventh-Grade Students**

**Autor:** Daisy Priscila Ambato Tréboles

**Director -Tutor:** MSc. Nancy Arcos Proaño

**Fecha:** 19 de abril 2025

**ABSTRACT**

Emotional education has been recognized as a key element for students' overall development, significantly impacting their academic performance. This proposal aims to identify how emotional education strategies can contribute to enhancing the academic performance of seventh-grade students in Basic General Education. By implementing various pedagogical strategies such as emotional workshops, mindfulness practices, group dynamics, and reflection sessions, the goal is to promote socio-emotional skills that enable students to improve emotional self-regulation, manage stress and anxiety, and develop higher motivation and concentration in the classroom. Additionally, teacher training and active family involvement will ensure the continuity and effectiveness of the intervention. Evaluation tools will be used to measure the impact of these strategies on students' emotional well-being and academic performance, allowing for the adjustment of pedagogical methodologies based on the results. In conclusion, this proposal aims to create a more positive school environment where students can achieve improved academic performance, enhanced socio-emotional skills, and increased overall well-being.

**Keywords:** Emotional education, academic performance, socio-emotional skills, pedagogical strategies, self-regulation.

## **Introducción**

El desarrollo de la inteligencia emocional en la educación básica es un aspecto fundamental para garantizar el bienestar integral de los estudiantes. Las emociones desempeñan un papel crucial en la vida escolar, ya que influyen en el aprendizaje, la toma de decisiones, la convivencia y el desarrollo personal. La falta de estrategias adecuadas para gestionar las emociones puede derivar en dificultades académicas, problemas de comportamiento y conflictos interpersonales. Por este motivo, es necesario fortalecer la educación emocional dentro del aula, permitiendo que los niños y niñas adquieran herramientas para reconocer, comprender y regular sus emociones de manera efectiva.

Dentro del contexto educativo, se ha observado que muchos estudiantes experimentan altos niveles de estrés, ansiedad y frustración, lo que afecta su desempeño académico y sus relaciones interpersonales. La ausencia de una formación sistemática en educación emocional impide que los niños desarrollen habilidades esenciales como la empatía, la autorregulación y la toma de decisiones responsables. Frente a esta realidad, se hace indispensable implementar estrategias pedagógicas que promuevan el desarrollo emocional de los estudiantes, con el objetivo de fortalecer su bienestar y mejorar su experiencia escolar.

En este marco, la presente propuesta tiene como propósito diseñar y aplicar estrategias de educación emocional dirigidas a estudiantes de séptimo año de educación básica. A través de metodologías participativas, se busca fomentar en los niños y niñas la capacidad de identificar sus emociones, expresar sus sentimientos de manera adecuada y manejar situaciones conflictivas con soluciones pacíficas y asertivas. Al integrar la educación emocional en el currículo escolar, se pretende contribuir a la formación de individuos más seguros, resilientes y capaces de afrontar los desafíos de la vida cotidiana con mayor equilibrio.

La implementación de estas estrategias no solo beneficiará a los estudiantes, sino que también contribuirá a mejorar la convivencia escolar y el clima dentro del aula. Al promover una cultura de respeto, empatía y comunicación efectiva, se espera que los niños y niñas puedan desenvolverse en un ambiente de aprendizaje más armonioso y colaborativo. Asimismo, se fomentará la participación activa de los docentes, quienes

desempeñarán un papel fundamental en la aplicación y seguimiento de las estrategias propuestas.

Esta propuesta responde a la necesidad de fortalecer la educación emocional en los estudiantes de séptimo año de educación básica, a través de la implementación de estrategias que les permitan desarrollar habilidades para la vida. Al proporcionarles herramientas para gestionar sus emociones de manera saludable, se espera generar un impacto positivo en su bienestar personal y en su desempeño académico. La educación emocional es una inversión a largo plazo en el desarrollo de ciudadanos más equilibrados, responsables y preparados para enfrentar los retos del futuro.

En el Capítulo I se presenta el planteamiento del problema, en el cual se analiza con detenimiento la situación actual de los estudiantes en relación con su desarrollo socioemocional, abordando aspectos críticos como la expresión de emociones, la autorregulación, la empatía y las habilidades para establecer relaciones positivas. Este análisis se sustenta en observaciones preliminares, datos estadísticos y referencias teóricas que evidencian la necesidad de fortalecer esta dimensión del desarrollo integral en el ámbito escolar en este capítulo se formulan los objetivos de la investigación, tanto el general como los específicos, los cuales orientan el estudio hacia la comprensión profunda del fenómeno y la búsqueda de soluciones pedagógicas pertinentes. También se incluye la justificación del estudio, destacando su relevancia desde una perspectiva teórica, práctica y social, al considerar los beneficios que una adecuada intervención en el ámbito socioemocional puede generar en el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes.

En el Capítulo II se presenta la fundamentación teórica que sustenta esta investigación, abordando de manera rigurosa los principales conceptos, teorías y enfoques que permiten comprender el desarrollo socioemocional en el contexto educativo. Se parte de una revisión exhaustiva de los principales aportes de la educación emocional, entendida como un proceso continuo y sistemático que busca fomentar en los estudiantes la conciencia de sus emociones, la autorregulación, la motivación, la empatía y las habilidades sociales necesarias para una convivencia armónica y un aprendizaje significativo además, se examinan las teorías del desarrollo infantil propuestas por autores como Jean Piaget, Lev Vygotsky y Erik Erikson, que explican cómo los niños construyen

su identidad emocional y social desde los primeros años de vida. Estas teorías proporcionan un marco de referencia para comprender las etapas evolutivas, los factores que influyen en el desarrollo emocional, y la relación entre este y los procesos cognitivos y conductuales.

Finalmente, en el Capítulo III se expone la propuesta pedagógica titulada "Estrategias de Aprendizaje para Potenciar el Desarrollo Socioemocional de los Estudiantes de 7mo EGB". Esta propuesta ha sido diseñada como una respuesta concreta a las necesidades identificadas en el diagnóstico inicial y se fundamenta en los principios teóricos previamente analizados. Su objetivo principal es promover el fortalecimiento de las competencias socioemocionales mediante una serie de actividades didácticas innovadoras, prácticas y contextualizadas al entorno educativo la propuesta se estructura en torno a cuatro ejes clave del desarrollo socioemocional: la autoconciencia emocional, la regulación de emociones, el desarrollo de la empatía y la mejora de las relaciones interpersonales positivas. Para cada uno de estos ejes, se proponen actividades lúdicas, reflexivas, cooperativas y expresivas, diseñadas para implementarse dentro del aula como parte del currículo transversal, favoreciendo un ambiente escolar más saludable y empático.

## CAPÍTULO I

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

#### 1.1 Formulación del problema

La educación emocional desempeña un papel crucial en el desarrollo integral de los estudiantes, ya que influye directamente en su rendimiento académico, habilidades sociales y bienestar psicológico, sin embargo, en el contexto de estudiantes de séptimo EGB, existen múltiples falencias que limitan la incorporación efectiva de esta dimensión en los procesos educativos, lo cual afecta negativamente su desempeño escolar. En primer lugar, se evidencia que los planes curriculares priorizan los contenidos académicos tradicionales como Lengua y Literatura, Matemáticas, Ciencias Naturales, Estudios Sociales, Educación Física y Educación Artística. Estos contenidos, si bien son fundamentales para el desarrollo cognitivo, suelen ser abordados de manera fragmentada y con un enfoque centrado en la memorización y la evaluación de conocimientos teóricos, lo que deja en segundo plano aspectos esenciales como la gestión emocional, la empatía, la resolución de conflictos o la autorregulación. Esta falta de equilibrio genera un vacío en la formación integral de los estudiantes y limita su capacidad para enfrentar de forma saludable los retos personales y sociales que surgen dentro y fuera del entorno escolar (Fernández, 2021).

Esta situación impide que se trabajen de manera sistemática contenidos fundamentales como el reconocimiento y la regulación de las emociones, el desarrollo de la empatía, la autoestima, el asertividad, el manejo del estrés, la resolución pacífica de conflictos, la identificación y expresión adecuada de los sentimientos, así como la toma de decisiones responsables y el fortalecimiento de habilidades para la convivencia. Al no integrar estos aspectos en el currículo, se limita la posibilidad de que los estudiantes desarrollen competencias emocionales básicas que son esenciales para su bienestar personal y social, lo que refuerza la necesidad de replantear los enfoques pedagógicos tradicionales e incorporar propuestas educativas que aborden de manera explícita la dimensión emocional en el aula (Fernández, 2021).

Adicional Rendón (2021) menciona que es evidente que los docentes enfrentan importantes desafíos debido a la falta de formación específica en educación emocional, esta carencia se traduce en una limitada capacidad para identificar y gestionar problemas emocionales dentro del aula, lo que agrava la situación de los estudiantes que requieren un apoyo adecuado, además, la ausencia de programas estructurados que integren estrategias de gestión emocional en la enseñanza diaria refleja la falta de acción y operatividad en la implementación de soluciones.

Por otro lado, los estudiantes frecuentemente no reciben la atención necesaria para desarrollar competencias emocionales esenciales, como el manejo del estrés, la resolución de conflictos o la comunicación asertiva, esto se debe, en gran parte, a políticas educativas inadecuadas que no priorizan el bienestar emocional como un componente indispensable para el éxito académico, en consecuencia, se perpetúa una brecha significativa entre las necesidades emocionales de los estudiantes y los recursos disponibles para satisfacerlas.

Del mismo modo, la falta de mecanismos de evaluación y seguimiento que permitan medir el impacto de la educación emocional en el rendimiento académico agrava la problemática, sin datos concretos ni indicadores claros, resulta difícil implementar políticas efectivas y sostenibles, a esto se suma la carencia de alianzas entre la escuela, la familia y la comunidad, que limita una intervención integral y colaborativa en el desarrollo emocional de los estudiantes.

En definitiva, las falencias detectadas, la insuficiencia de políticas educativas adecuadas y la falta de acciones operativas para incorporar la educación emocional reflejan una problemática que requiere atención urgente. Diversos estudios han señalado que la educación emocional no solo mejora la convivencia escolar, sino que también incide de manera positiva en el rendimiento académico y en la salud mental del alumnado. Sin embargo, la mayoría de los currículos escolares en América Latina siguen centrados en aprendizajes cognitivos y estandarizados, relegando los aspectos socioemocionales (Miraba, 2021).

Esta desconexión entre la política educativa y las necesidades reales del aula genera un vacío en la formación integral del estudiante, especialmente en niveles como séptimo EGB, donde comienzan a intensificarse los cambios afectivos y sociales propios de la adolescencia temprana. Por ello, es indispensable abordar estas carencias desde un

enfoque interdisciplinario y colaborativo, integrando esfuerzos entre docentes, orientadores, familias y decisores de política pública, de manera que se pueda potenciar el desarrollo emocional, el rendimiento académico y el bienestar integral de los estudiantes (González, 2023).

Uno de los principales problemas radica en que los planes curriculares priorizan los contenidos académicos tradicionales, relegando la educación emocional a un plano secundario. Esta situación genera un vacío en la formación integral de los estudiantes, ya que el sistema educativo pone énfasis en el aprendizaje cognitivo sin considerar la dimensión socioemocional. Esta ausencia de formación en competencias emocionales impide que los estudiantes desarrollen habilidades esenciales como la regulación emocional, la resiliencia y la empatía, las cuales son fundamentales para enfrentar los desafíos académicos y personales.

Igualmente, los docentes enfrentan dificultades significativas debido a la falta de formación específica en educación emocional. Un docente que no cuenta con herramientas para manejar situaciones de estrés, ansiedad o conflictos interpersonales en sus estudiantes no podrá proporcionar el apoyo necesario para mejorar su rendimiento académico. A esto se suma la ausencia de programas estructurados que integren estrategias de gestión emocional en la enseñanza diaria, reflejando una falta de acción por parte de las instituciones educativas en la implementación de soluciones efectivas.

Un desafío importante es la falta de mecanismos de evaluación y seguimiento que permitan medir el impacto de la educación emocional en el rendimiento académico. Sin datos concretos ni indicadores claros, resulta difícil implementar políticas efectivas y sostenibles. La ausencia de herramientas de medición impide conocer la efectividad de las pocas iniciativas que se han desarrollado en este ámbito, lo que limita la posibilidad de realizar ajustes y mejoras en las estrategias pedagógicas.

Ocampo y Altamirano (2021), menciona que los problemas emocionales no solo afectan el desempeño escolar, sino que también inciden directamente en el comportamiento y la convivencia dentro del aula. Numerosos estudios han evidenciado que los estudiantes que enfrentan dificultades académicas suelen manifestar signos de ansiedad, estrés, desregulación emocional o baja autoestima, factores que obstaculizan su

aprendizaje y generan un ambiente poco propicio para el desarrollo de competencias cognitivas y sociales.

Esta situación se agrava cuando el sistema educativo no brinda una atención adecuada a las dimensiones emocionales del estudiante, lo cual contribuye a la desmotivación, al ausentismo y a una disminución notoria en la participación activa durante las actividades escolares, la carencia de estrategias institucionales para identificar y acompañar a los alumnos con necesidades emocionales no solo perjudica su rendimiento, sino que afecta también la dinámica grupal y las relaciones interpersonales, debilitando la cultura de respeto y colaboración en el aula. Por tanto, resulta imprescindible integrar programas de educación emocional que favorezcan el desarrollo del autoconocimiento, la autorregulación y las habilidades de interacción social desde los primeros años de escolaridad (Toro, 2021).

Es importante destacar que el entorno familiar también juega un papel fundamental en el desarrollo emocional de los niños. En muchos casos, los estudiantes provienen de hogares con dinámicas conflictivas o con poca orientación emocional, lo que agrava su capacidad para manejar situaciones de estrés y frustración en el ámbito escolar. Si la escuela no complementa estas deficiencias con un enfoque adecuado en educación emocional, los estudiantes quedan en una situación de vulnerabilidad que afecta su bienestar y rendimiento académico.

Espada y Mendez (2021), explica que la relación entre la educación emocional y el rendimiento académico también se manifiesta en la capacidad de los estudiantes para establecer relaciones interpersonales saludables. La falta de habilidades socioemocionales puede llevar a conflictos entre compañeros, dificultades para trabajar en equipo y problemas de disciplina dentro del aula. Cuando los estudiantes aprenden a manejar sus emociones de manera efectiva, se reduce la incidencia de conflictos y se fortalece el sentido de comunidad dentro de la escuela, lo que a su vez mejora su desempeño académico

Para abordar esta problemática de manera efectiva, es fundamental que las instituciones educativas implementen programas de educación emocional bien estructurados, con estrategias adaptadas a las necesidades de los estudiantes. La formación docente en este ámbito debe ser una prioridad, así como la integración de

actividades que fomenten la autorregulación emocional, la empatía y la resolución de conflictos dentro del currículo escolar. Solo a través de un enfoque integral y colaborativo será posible potenciar el rendimiento académico y el bienestar emocional de los estudiantes de séptimo EGB.

**Pregunta general:**

¿Cómo afecta la educación emocional en el rendimiento académico de los estudiantes de séptimo EGB?

**Preguntas específicas:**

- ¿Cuál es la importancia de la educación emocional en la formación de estudiantes de 7mo EGB?
- ¿Cuáles son las manifestaciones del rendimiento académico pertinente de los estudiantes de séptimo EGB?
- ¿De qué manera influye las emociones en las áreas de rendimiento académico en los estudiantes de séptimo EGB?
- ¿Cuáles son las estrategias que favorecen el fortalecimiento del socioemocional en los estudiantes de 7mo EGB?

**1.2 Objetivos del proyecto de investigación**

**1.2.1 Objetivo General**

Identificar los aspectos de la educación emocional como factor de fortalecimiento del rendimiento académico de los estudiantes de séptimo EGB.

**1.2.2 Objetivos específicos**

- Describir la influencia de las emociones en las áreas de rendimiento académico en los estudiantes de séptimo EGB
- Examinar la importancia de la educación emocional en la formación de estudiantes de 7mo EGB
- Identificar las manifestaciones del rendimiento académico pertinente de los estudiantes de séptimo EGB

- Diseñar estrategias de aprendizaje que fortalezcan el desarrollo socioemocional de los estudiantes de 7mo EGB

### **1.3 Justificación del estudio**

La educación emocional es un pilar esencial en la formación de los estudiantes, ya que influye en su desarrollo cognitivo, social y psicológico en el ámbito escolar, la capacidad de reconocer, comprender y regular las emociones no solo contribuye al bienestar personal, sino que también impacta en la convivencia y el rendimiento académico. Un estudiante que posee un adecuado manejo emocional desarrolla mayor confianza en sí mismo, se enfrenta con mayor seguridad a los desafíos del aprendizaje y mejora su capacidad de concentración y resolución de problemas. A pesar de su relevancia, la educación emocional sigue siendo un aspecto poco desarrollado en los sistemas educativos, especialmente en los niveles de educación básica. En el caso de los alumnos de séptimo EGB, esta carencia se hace más evidente, ya que atraviesan una etapa de cambios físicos, cognitivos y emocionales que pueden generar altos niveles de estrés y ansiedad, afectando su desempeño escolar y su adaptación social.

La importancia de este estudio radica en la necesidad de comprender la relación entre la educación emocional y el rendimiento académico para evidenciar cómo las emociones influyen en los procesos de enseñanza y aprendizaje la educación tradicional ha priorizado el desarrollo de habilidades cognitivas, dejando de lado el aprendizaje emocional, lo que ha generado un vacío en la formación integral de los estudiantes. Sin un adecuado manejo de sus emociones, los niños pueden experimentar dificultades para enfrentar la frustración, resolver conflictos o manejar la presión académica. En muchos casos, la falta de estrategias de regulación emocional se traduce en desmotivación, bajo rendimiento e incluso abandono escolar. Por esta razón, resulta fundamental investigar cómo la implementación de programas de educación emocional puede contribuir a la mejora del desempeño escolar y al bienestar general de los estudiantes.

Este estudio tiene como objetivo identificar las barreras que obstaculizan la integración efectiva de la educación emocional en el currículo escolar. Aunque investigaciones como la de Chavez, (2021) han demostrado que la educación emocional influye positivamente en el desarrollo integral del alumnado, y que su incorporación

favorece el bienestar personal y el rendimiento académico, la realidad en las aulas de educación básica refleja una notoria falta de estrategias sistemáticas para su aplicación.

Del mismo modo, el estudio de Paredes (2021), pone en evidencia que uno de los principales factores que limitan su implementación es la insuficiente formación del profesorado en competencias emocionales. A esto se suma la sobrecarga de contenidos académicos tradicionales y la escasa presencia de políticas educativas que prioricen el desarrollo socioemocional. En este contexto, la presente investigación busca analizar dichas limitaciones para proponer acciones concretas que fortalezcan la formación docente en educación emocional, mediante el diseño de estrategias pedagógicas viables que permitan abordar las emociones de forma transversal en el aula.

Finalmente, este estudio se enmarca en una visión de educación más inclusiva y humanizada, en la que se reconoce que el aprendizaje no solo depende de la adquisición de conocimientos, sino también del bienestar emocional de los estudiantes. La evidencia ha demostrado que los niños que poseen habilidades emocionales bien desarrolladas presentan un mejor desempeño académico, mayor capacidad de resiliencia y una actitud más positiva frente al aprendizaje. Por lo tanto, este estudio busca generar un impacto positivo en la comunidad educativa, promoviendo la implementación de políticas y programas que integren la educación emocional como un componente esencial en la formación de los estudiantes. Con estos hallazgos, se podrá contribuir a la construcción de un sistema educativo más equitativo, que garantice el desarrollo integral de los niños y les brinde herramientas para afrontar con éxito los desafíos de la vida escolar y personal.

## CAPÍTULO II:

### FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

#### 2.1. Antecedentes de la investigación

Según Arteaga (2020), la investigación realizada por Diana Carolina Preciado Arteaga aborda un tema crucial en el ámbito educativo: la relación entre la inteligencia emocional del personal docente y el rendimiento escolar de los niños de 7 y 9 años en la escuela de educación básica Simón Bolívar del Cantón Santa Rosa en Ecuador, el estudio tiene como objetivo principal determinar si existe una relación significativa entre estas dos variables, utilizando un enfoque de investigación básica, con alcance descriptivo correlacional y un diseño no experimental de corte transversal.

Para la recolección de datos, se aplicó un cuestionario validado y confiable a los docentes para evaluar su inteligencia emocional, mientras que el rendimiento académico de los estudiantes se analizó a través de la revisión de sus calificaciones, el procesamiento de los datos se realizó mediante el software SPSS 23, utilizando el coeficiente de compensación de Rho de Spearman, una herramienta estadística adecuada para medir la relación entre variables de tipo ordinal o no paramétricas.

Los resultados obtenidos revelaron un coeficiente de calificación de Rho de Spearman de 0,980\*\*, lo que indica una calificación muy fuerte y positiva entre la inteligencia emocional de los docentes y el rendimiento escolar de los estudiantes, la significancia estadística obtenida ( $\rho = 0.00$ ,  $p < 0.05$ ) permite rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alternativa, concluyendo que existe una relación directa y significativa entre ambas variables.

Por su parte, Lascano (2019), llevó a cabo una investigación en la PUCE-Ambato, donde exploró la relación entre la creatividad, la inteligencia emocional y el rendimiento académico en una muestra de estudiantes universitarios. Para evaluar estas variables, se utilizaron instrumentos estandarizados que permitan medir con precisión los constructos de interés. La creatividad fue evaluada mediante la Escala de Personalidad Creadora (EPC), la inteligencia emocional a través del Trait Meta Mood Scale-24 (TMMS-24), y

el rendimiento académico utilizando la escala de valoración establecida en el Reglamento General de Estudiantes de la PARDO ROJIZO.

Los resultados del estudio muestran que el rendimiento académico más frecuente entre los estudiantes evaluados fue “Bueno” (49,1%), seguido de “Muy bueno” (28,6%). En cuanto a la creatividad, la media obtenida fue de 40,19 sobre un puntaje máximo de 63, mientras que la inteligencia emocional presentó una media de 79,86 sobre 120. Estos datos proporcionan una visión general del perfil de los estudiantes en términos de sus capacidades creativas y emocionales, así como su desempeño académico.

El análisis de evaluación realizado arrojó una relación positiva baja (0,301) entre creatividad y rendimiento académico, lo que sugiere que, si bien la creatividad puede tener cierto impacto en el desempeño académico, su influencia es limitada. En contraste, la inteligencia emocional mostró una inclinación positiva moderada (0,575) con el rendimiento académico, indicando que los estudiantes con mayor inteligencia emocional tienden a obtener mejores resultados académicos. Además, se encontró una evaluación positiva baja (0,338) entre creatividad e inteligencia emocional, lo que sugiere que estos constructos están relacionados, pero no de manera fuerte. Todas las correlaciones obtenidas fueron estadísticamente significativas, lo que valida la existencia de estas relaciones dentro de la muestra estudiada.

Estos hallazgos subrayan la importancia de la inteligencia emocional como un factor clave en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios, superando el impacto de la creatividad. Esto implica que las instituciones educativas podrían beneficiarse al implementar programas de desarrollo emocional que fortalezcan la autoconciencia, la autorregulación y la motivación de los estudiantes, lo que podría traducirse en un mejor desempeño académico.

A pesar de los resultados obtenidos, los investigadores sugieren la necesidad de replicar el estudio en otros grupos de estudiantes, con el fin de evaluar la generalización y estabilidad de los hallazgos. Asimismo, se recomienda realizar estudios adicionales que analicen la consistencia interna y la validez de los instrumentos utilizados en el contexto ecuatoriano, con el objetivo de garantizar la confiabilidad de las mediciones y su aplicabilidad en poblaciones similares.

Cruz (2021), en su trabajo de investigación realizada en Huambaló, Ecuador, analiza la relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento escolar en estudiantes de 9 a 11 años, utilizando un enfoque cuantitativo con un diseño de casos y controles. Su objetivo principal fue comparar el desarrollo de la inteligencia emocional entre escolares con bajo y adecuado rendimiento académico, considerando dimensiones clave como la atención emocional, la claridad emocional y la reparación emocional.

Para la recolección de datos, se emplearon técnicas psicométricas y cuantitativas, específicamente el Trait Meta Mood Scale-24 (TMMS-24) para evaluar la inteligencia emocional y los boletines de calificaciones para medir el rendimiento académico. La muestra se dividió en dos grupos: un grupo de estudio conformado por estudiantes con bajo rendimiento y un grupo de control con estudiantes de rendimiento adecuado, emparejados en género y edad para garantizar la validez de la comparación (Cruz, 2021).

Los resultados indican que no existen diferencias estadísticamente significativas en el desarrollo de la inteligencia emocional entre los géneros, lo que sugiere que tanto niños como niñas presentan niveles similares de habilidades emocionales. Sin embargo, sí se encontraron diferencias significativas entre los grupos de rendimiento académico. Los estudiantes con bajo rendimiento mostraron un menor desarrollo en las dimensiones de atención, claridad y reparación emocional, lo que indica una menor capacidad para percibir, comprender y regular sus emociones. Por otro lado, los escolares con un rendimiento académico adecuado demostraron un mejor desarrollo en estas áreas, lo que sugiere que la inteligencia emocional está positivamente relacionada con el desempeño académico (Cruz, 2021).

Las conclusiones del estudio resaltan la importancia de la inteligencia emocional en el contexto educativo, señalando que los escolares con bajo rendimiento necesitan fortalecer su capacidad para identificar y gestionar sus emociones de manera efectiva. Estos hallazgos sugieren la necesidad de implementar estrategias pedagógicas que fomenten el desarrollo de habilidades emocionales como un medio para mejorar el rendimiento académico.

Bonilla (2014), en su estudio académico realizado en la Unidad Educativa La Salle se centró en analizar la posible incidencia negativa de los bajos niveles de inteligencia emocional en el rendimiento académico de los estudiantes de décimo año de

educación básica. Para ello, se partió del concepto de inteligencia emocional propuesto por Mayer y Salovey, quienes la definen como la capacidad de percibir, expresar, comprender, razonar y regular emociones en uno mismo y en los demás. Bajo esta perspectiva, se utilizó la Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24), una versión reducida del TMMS-48 desarrollada por Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos, que mide tres dimensiones clave: atención, claridad y reparación emocional.

El estudio recopiló datos sobre los niveles de inteligencia emocional de los estudiantes mediante la aplicación del TMMS-24 y los comparó con los registros de rendimiento académico proporcionados por el Ministerio de Educación. Este análisis se basó en los estándares de aprendizaje de áreas clave como Matemática, Lengua y Literatura, Ciencias Sociales y Ciencias Naturales. Además, se tomó en cuenta los criterios establecidos en el perfil de salida del estudiante de Básica Superior y las directrices del Proyecto Educativo Institucional (PEI), lo que permitió definir qué se considera un rendimiento académico exitoso dentro del contexto de la institución (Bonilla, 2014).

Uno de los hallazgos más relevantes de la investigación fue la relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento en la asignatura de Lengua y Literatura. Se identificó que esta área del conocimiento demanda un mayor desarrollo de habilidades emocionales, como la comprensión de emociones propias y ajenas, la expresión efectiva de ideas y la regulación emocional en contextos de comunicación. Estos aspectos sugieren que un déficit en la inteligencia emocional podría impactar negativamente el desempeño en esta materia, lo que resalta la importancia de promover el desarrollo de competencias emocionales en el ámbito escolar

Fernandez (2021), redactó un trabajo de investigación denominado "La inteligencia emocional como fundamento de la educación emocional" en el que se menciona que Este artículo examina la importancia y el impacto de la Inteligencia Emocional (IE) como base de la educación emocional, con motivo de sus tres décadas de desarrollo teórico. Se analiza particularmente el modelo de IE como habilidad propuesto por Peter Salovey y John Mayer, destacando sus ventajas frente a otros enfoques, como el de Daniel Goleman, especialmente en lo que respecta a su aplicabilidad en contextos educativos y sociales. Además, se presenta evidencia empírica que respalda los efectos

positivos de la IE en el entorno escolar, subrayando su influencia en la salud mental, el bienestar subjetivo, la calidad de la convivencia escolar y el rendimiento académico. Finalmente, se describen los programas de intervención educativa RULER e INTEMO/INTEMO+, desarrollados a partir del modelo de Mayer y Salovey, los cuales han demostrado que una formación emocional bien estructurada y correctamente aplicada mejora significativamente la calidad de vida académica, social y familiar del estudiantado.

## **2.2 Fundamentos teóricos**

### **2.2.1 Fundamentos de la Educación Emocional**

La educación emocional es un proceso continuo y permanente que tiene como propósito el desarrollo de competencias emocionales en los individuos, permitiéndoles gestionar sus emociones de manera adecuada y afrontar los desafíos de la vida cotidiana con mayor eficacia. Este enfoque educativo se basa en la premisa de que las emociones desempeñan un papel crucial en el bienestar personal y social, influyendo directamente en el comportamiento, la toma de decisiones y el aprendizaje, la educación emocional no solo se centra en el conocimiento de las emociones, sino también en su regulación, promoviendo el equilibrio emocional y la resiliencia frente a situaciones adversas (Arteaga, Evaluación de la inteligencia emocional del personal docente y su relación con el rendimiento escolar de los niños de 7 y 9 años en la escuela de educación básica Simón Bolívar del Cantón Santa Rosa Ecuador, 2020).

Uno de los principales fundamentos de la educación emocional es la teoría de la inteligencia emocional, propuesta por Daniel Goleman, la cual sostiene que el éxito en la vida no depende únicamente del coeficiente intelectual, sino de la capacidad de comprender y gestionar las propias emociones. Así como de establecer relaciones interpersonales saludables, la inteligencia emocional se compone de cinco elementos fundamentales: autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales, estos componentes permiten a los estudiantes desarrollar una mejor percepción de sí mismos, controlar sus impulsos, establecer metas realistas, comprender las emociones de los demás y fomentar relaciones interpersonales efectivas.

Otro aspecto relevante en la fundamentación de la educación emocional es la neurociencia, que ha demostrado cómo las emociones influyen en el funcionamiento del

cerebro y en los procesos de aprendizaje. Investigaciones en este campo han evidenciado que la gestión emocional adecuada favorece la activación de regiones cerebrales responsables de la atención, la memoria y la toma de decisiones, lo que permite a los estudiantes mejorar su rendimiento académico y su bienestar general, la educación emocional, por tanto, no solo tiene un impacto en la esfera psicológica, sino también en el desarrollo cognitivo y social del individuo (Mayorga, 2019).

Desde un punto de vista pedagógico, la educación emocional se fundamenta en el aprendizaje socioemocional (SEL, por sus siglas en inglés) , un enfoque educativo que busca integrar la enseñanza de habilidades emocionales en el currículo escolar, este modelo propone que los estudiantes aprendan a reconocer, expresar y gestionar sus emociones en un entorno seguro y estructurado, promoviendo un clima escolar positivo y propicio para el aprendizaje, la implementación del aprendizaje socioemocional ha demostrado contribuir a la reducción del estrés, la mejora de la convivencia escolar y el incremento de la motivación intrínseca de los estudiantes.

### **2.2.2 El Rendimiento Académico: Concepto y Factores Asociados**

El rendimiento académico se entiende como el nivel de logro alcanzado por un estudiante en relación con los objetivos y contenidos establecidos en el currículo escolar. Este concepto abarca tanto el desempeño en pruebas y evaluaciones formales como la capacidad de los estudiantes para aplicar los conocimientos adquiridos en diversas situaciones, el rendimiento académico no solo se mide a través de calificaciones, sino también a través de la participación en clase, la resolución de problemas, las habilidades sociales y la actitud hacia el aprendizaje. Es un indicador clave del éxito educativo y tiene implicaciones significativas para el futuro académico y profesional del estudiante (Mora, 2022).

Los factores asociados al rendimiento académico son diversos y pueden clasificarse en varias categorías, siendo los más importantes los factores cognitivos, emocionales, sociales y ambientales. en cuanto a los factores cognitivos, la inteligencia, las habilidades de pensamiento, la memoria y la concentración son determinantes clave en el rendimiento académico. Los estudiantes que cuentan con una mayor capacidad de atención y concentración suelen obtener mejores resultados, ya que pueden absorber y

procesar la información de manera más eficaz. Además, el desarrollo de habilidades cognitivas como la comprensión lectora y la resolución de problemas matemáticos influye directamente en el desempeño en distintas áreas académicas.

Los factores emocionales juegan un papel fundamental en el rendimiento académico, ya que las emociones pueden afectar la motivación, la autoconfianza y la disposición para aprender, la motivación es uno de los factores emocionales más influyentes, ya que un estudiante motivado tiene más probabilidades de esforzarse por alcanzar sus metas académicas, la autoconfianza también es crucial, ya que los estudiantes que creen en su capacidad para superar dificultades académicas tienden a ser más perseverantes y obtener mejores resultados. Por otro lado, el manejo adecuado de las emociones negativas como el estrés, la ansiedad y la frustración es esencial para evitar L

Los factores sociales incluyen el apoyo familiar y las interacciones sociales dentro del entorno escolar, la participación de la familia en el proceso educativo, ya sea mediante el apoyo emocional, la supervisión de tareas o la colaboración con los docentes, tiene un impacto directo en el rendimiento académico del estudiante, además, las relaciones interpersonales con compañeros y docentes pueden favorecer o dificultar el proceso de aprendizaje, un clima escolar positivo, que fomenta el respeto, la colaboración y el trabajo en equipo, contribuye a la mejora del rendimiento académico al crear un entorno propicio para el desarrollo de habilidades sociales y emocionales.

Los factores ambientales también tienen un impacto significativo en el rendimiento académico, el entorno físico en el que los estudiantes aprenden, como la calidad de las instalaciones escolares, la disponibilidad de recursos educativos y la infraestructura tecnológica, influyen en su capacidad para concentrarse y aprender de manera efectiva, además, factores como el estrés socioeconómico o las dificultades familiares pueden actuar como barreras que dificultan el rendimiento académico de los estudiantes, especialmente en contextos de vulnerabilidad social.

### **2.2.3 Relación entre Educación Emocional y Rendimiento Académico**

La relación entre la educación emocional y el rendimiento académico es un tema central en el ámbito educativo, ya que cada vez más estudios sugieren que las competencias emocionales de los estudiantes influyen de manera significativa en su

desempeño escolar, la educación emocional, que se centra en el desarrollo de habilidades para reconocer, comprender y gestionar las emociones, impacta directamente en la forma en que los estudiantes enfrentan los desafíos del aprendizaje, su motivación y su capacidad para interactuar de manera efectiva con sus compañeros y docentes, al proporcionar a los estudiantes las herramientas necesarias para gestionar sus emociones, la educación emocional les permite mejorar su bienestar y, en consecuencia, su rendimiento académico (Morales et al., 2019).

Un aspecto clave de esta relación es que la autoconciencia emocional y la autorregulación son competencias emocionales que afectan directamente la capacidad de los estudiantes para manejar el estrés y la ansiedad relacionados con los estudios, los estudiantes que son capaces de reconocer sus emociones y regular sus respuestas emocionales tienden a experimentar menos distracciones internas durante el proceso de aprendizaje, lo que les permite concentrarse mejor en las tareas académicas, la regulación emocional también les ayuda a mantener la calma en situaciones de presión, como en los exámenes o en la entrega de tareas importantes, reduciendo la ansiedad y mejorando su rendimiento (Buenrostro, 2019).

Además, la motivación emocional desempeña un papel crucial en el rendimiento académico, la motivación intrínseca, que está relacionada con la satisfacción personal de alcanzar metas y superar retos, se ve favorecida por una buena educación emocional, los estudiantes emocionalmente inteligentes tienen más probabilidades de establecer metas claras y de trabajar hacia ellas de manera perseverante, ya que son capaces de enfrentar obstáculos emocionales como el miedo al fracaso o la frustración sin que estos afecten su compromiso con el aprendizaje, la gestión adecuada de las emociones permite a los estudiantes mantenerse enfocados en sus objetivos académicos y evitar que factores emocionales externos interfieran en su desempeño (Supervía & Bordas, 2018).

La empatía y las habilidades sociales también son fundamentales en la relación entre educación emocional y rendimiento académico, los estudiantes que desarrollan empatía pueden comprender mejor las perspectivas de sus compañeros y docentes, lo que facilita la colaboración en actividades grupales y mejora la interacción social dentro del aula, las habilidades sociales, como la comunicación asertiva y la resolución de conflictos, favorecen un ambiente de aprendizaje positivo y colaborativo, lo que puede aumentar la

motivación y el bienestar emocional de los estudiantes, un entorno escolar armonioso y respetuoso promueve una mayor disposición al aprendizaje y un mejor rendimiento académico.

Varios estudios han demostrado que los programas de educación emocional tienen efectos positivos en el rendimiento académico, estos programas no solo mejoran el bienestar emocional de los estudiantes, sino que también incrementan su capacidad para aprender y su rendimiento en áreas cognitivas como la lectura, las matemáticas y la resolución de problemas, a través de la enseñanza de habilidades emocionales como la resiliencia, la regulación del estrés y la toma de decisiones, los estudiantes adquieren herramientas valiosas que les permiten afrontar las exigencias académicas con mayor eficacia y obtener mejores resultados.

#### **2.2.4 Estrategias para la Implementación de la Educación Emocional en la Escuela**

La implementación de la educación emocional en la escuela requiere un enfoque integral que involucre a docentes, estudiantes, familias y la comunidad educativa en su conjunto.

En primer lugar, formar a los docentes en competencias emocionales es clave para que puedan integrar la educación emocional en sus prácticas pedagógicas, los maestros deben ser capacitados en la identificación, gestión y regulación de las emociones, así como en técnicas para promover la empatía, la comunicación efectiva y la resolución de conflictos en el aula, al estar preparados, los docentes pueden modelar comportamientos emocionales positivos y guiar a los estudiantes en el desarrollo de habilidades socioemocionales (González & Berrocal, 2019).

Otra estrategia fundamental es la incorporación de actividades emocionales dentro del currículo escolar. Las asignaturas pueden incluir contenidos relacionados con el manejo de emociones, la resolución de conflictos, el trabajo en equipo y la toma de decisiones. Actividades como juegos de roles, dinámicas grupales, debates sobre temas emocionales o reflexiones sobre situaciones cotidianas permiten a los estudiantes practicar habilidades emocionales mientras refuerzan sus conocimientos académicos (Alzina & Escoda, 2019).

Además, se debe fomentar la creación de un ambiente escolar positivo y seguro, donde los estudiantes se sientan apoyados emocionalmente, esto implica tanto el desarrollo de una cultura escolar inclusiva, que valore la diversidad emocional y cultural, como el establecimiento de normas de convivencia claras que promuevan el respeto y la empatía entre todos los miembros de la comunidad escolar, un entorno escolar saludable y respetuoso facilita el aprendizaje emocional y mejora el rendimiento académico.

El desarrollo de programas específicos de educación emocional es otra estrategia eficaz, estos programas pueden ser diseñados de manera transversal y adaptados a las necesidades y edades de los estudiantes, incluir actividades que abordan temas como la autorregulación emocional, la autoestima, la resiliencia, la empatía y la gestión del estrés, permite que los estudiantes adquieran herramientas para enfrentar los desafíos emocionales de la vida cotidiana, además, la evaluación continua de estos programas, mediante encuestas o grupos focales, puede proporcionar retroalimentación para su mejora (Soler, 2015).

Es esencial involucrar también a las familias en el proceso educativo emocional, los padres deben ser parte activa en el desarrollo de las competencias emocionales de sus hijos, ya que su apoyo en el hogar refuerza el trabajo realizado en la escuela, para ello, se pueden organizar talleres y sesiones informativas para padres, donde se les enseñan estrategias de apoyo emocional y cómo crear un ambiente de comprensión y apoyo en el hogar.

Otra estrategia importante es el uso de tecnologías digitales que facilitan el aprendizaje emocional, existen diversas aplicaciones y plataformas en línea que ayudan a los estudiantes a identificar y gestionar sus emociones, aprender sobre inteligencia emocional y practicar habilidades sociales de manera interactiva, estas herramientas pueden complementarse con recursos didácticos tradicionales, adaptándose a las nuevas necesidades de los estudiantes.

## **CAPÍTULO III: PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA**

### **"Estrategias de Aprendizaje para Potenciar el Desarrollo Socioemocional de los Estudiantes de 7mo EGB"**

#### **3.1 Descripción de la propuesta**

La presente propuesta tiene como finalidad el diseño y aplicación de estrategias de educación emocional para estudiantes de séptimo año de educación básica, con el fin de fortalecer su desarrollo emocional y mejorar su rendimiento académico. Para ello, se plantea un enfoque integral que combina la enseñanza de habilidades socioemocionales, la creación de un ambiente escolar positivo y la participación activa de docentes y familias en el proceso de formación de los estudiantes.

El programa se desarrollará a través de un conjunto de actividades estructuradas, como talleres interactivos, ejercicios de autorreflexión, prácticas de mindfulness y dinámicas grupales, que permitirán a los estudiantes identificar, comprender y gestionar sus emociones de manera efectiva. Asimismo, se fomentará el desarrollo de la empatía, la comunicación asertiva y la resolución de conflictos, habilidades fundamentales para el éxito académico y social.

Se contempla la capacitación de los docentes en estrategias de educación emocional, para que puedan integrar estas prácticas dentro de su metodología de enseñanza; del mismo modo, se promoverá la participación de las familias mediante charlas y actividades que les permitan reforzar el aprendizaje emocional en el hogar.

Para evaluar el impacto de la propuesta, se aplicarán instrumentos de medición como encuestas, entrevistas y observaciones en el aula, con el fin de analizar los cambios en la regulación emocional de los estudiantes y su desempeño académico a lo largo de la implementación del programa.

Esta iniciativa contribuirá a la creación de un entorno escolar más armonioso y propicio para el aprendizaje, en el que los estudiantes puedan desarrollar confianza en sí mismos, motivación y una actitud positiva hacia sus estudios. La aplicación de estrategias de educación emocional no solo beneficiará el rendimiento académico, sino que también

fortalecerá el bienestar integral de los niños y las niñas, preparándolos para enfrentar los desafíos académicos y personales con mayor seguridad y resiliencia.

### **3.2. Justificación de la Propuesta**

Los autores Rodríguez y Palma (2021) mencionan que la educación emocional se ha convertido en un componente esencial dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje, ya que influye directamente en el desarrollo integral de los estudiantes. Numerosos estudios han demostrado que los niños y adolescentes que poseen habilidades socioemocionales bien desarrolladas presentan un mejor rendimiento académico, una mayor capacidad de concentración y una actitud más positiva hacia la escuela.

Para los estudiantes de séptimo año de educación básica, esta etapa representa un periodo de transición caracterizado por importantes cambios emocionales, cognitivos y sociales por lo cual la gran mayoría de estos estudiantes pueden experimentar niveles elevados de estrés, ansiedad y dificultades en la regulación emocional, lo que impacta negativamente en su desempeño escolar. La ausencia de estrategias adecuadas para gestionar sus emociones puede derivar en problemas de conducta, desmotivación y bajo aprovechamiento académico (Fernández y Cabello, 2021).

Por esta razón, resulta fundamental implementar un programa de educación emocional que dote a los estudiantes de herramientas para el autoconocimiento, la autorregulación emocional y la resolución de conflictos. Mediante la aplicación de estrategias pedagógicas adaptadas a sus necesidades, se puede potenciar su capacidad de afrontar retos académicos y mejorar su relación con sus pares y docentes.

La participación de los docentes y las familias es crucial para la efectividad de la propuesta. La capacitación de los docentes en educación emocional les permitirá implementar estrategias dentro del aula que favorezcan el desarrollo de un clima escolar positivo. La participación de las familias ayudará a reforzar los aprendizajes en el hogar, fortaleciendo la continuidad del proceso de desarrollo emocional en los estudiantes.

Por lo tanto, esta propuesta busca responder a una necesidad latente en el sistema educativo, promoviendo la implementación de estrategias de educación emocional como un eje fundamental para mejorar el rendimiento académico y el bienestar de los estudiantes. Con esta iniciativa, se espera no solo optimizar los resultados académicos,

sino también contribuir a la formación de individuos más seguros, resilientes y preparados para enfrentar los desafíos de la vida escolar y personal.

### **3.3 Objetivos de la propuesta**

#### **Objetivo general:**

Implementar estrategias de educación emocional en estudiantes de séptimo año de educación básica para fortalecer su desarrollo socioemocional mejorando la convivencia escolar.

#### **Objetivos específicos:**

- Diseñar actividades lúdicas y participativas que fomenten la identificación, expresión y regulación de emociones.
- Promover la resolución pacífica de conflictos mediante dinámicas de grupo y reflexión guiada.
- Evaluar el impacto de las estrategias en el bienestar emocional de los estudiantes.

### **3.4 Temporización de las estrategias**

La temporización de la presente propuesta se ha diseñado para ser implementada en un período de tres meses, distribuidos en doce semanas, con sesiones semanales de 60 minutos. Este tiempo permitirá desarrollar de manera progresiva las estrategias de educación emocional, asegurando la interiorización de habilidades como la identificación, expresión y regulación de emociones, la empatía y la resolución pacífica de conflictos.

#### **Fase 1. Diagnóstico y sensibilización**

Durante la fase de diagnóstico y sensibilización, que abarca las semanas 1 a 3 del proyecto, se establecerán criterios e indicadores específicos que permitan evaluar tanto el proceso de recolección de información como la efectividad de las actividades iniciales dirigidas a promover la educación emocional. En primer lugar, se evaluará la identificación de necesidades emocionales mediante la aplicación de cuestionarios y encuestas diagnósticas, considerando como indicador el porcentaje de estudiantes que manifiesten dificultades en aspectos como la autorregulación, la empatía, la expresión emocional o la resolución de conflictos. Asimismo, se medirá el nivel de desarrollo

socioemocional inicial a través de instrumentos validados como escalas de desarrollo emocional, lo que permitirá establecer una línea base para futuras intervenciones. Otro criterio fundamental será la participación activa de los estudiantes en las actividades de sensibilización, la cual se valorará observando el grado de implicación en dinámicas grupales, juegos cooperativos, círculos de diálogo y actividades de reflexión emocional.

Del mismo modo, se considerará el establecimiento de un ambiente de respeto y confianza en el aula, siendo el indicador la percepción positiva que los estudiantes expresen sobre sentirse escuchados, seguros y valorados, evaluado mediante encuestas de clima emocional. También se observará el compromiso del docente con el proceso, analizando su rol facilitador en la implementación de las actividades y su capacidad para generar vínculos empáticos con los estudiantes. Finalmente, se incluirá como criterio la integración de los resultados del diagnóstico en la planificación pedagógica, lo cual se evidenciará en la adaptación de estrategias educativas conforme a las necesidades emocionales detectadas. Todos estos indicadores permitirán tener una visión clara y fundamentada del punto de partida del grupo, garantizando una intervención coherente y contextualizada en educación emocional.

## **Fase 2. Implementación**

Posteriormente, en la fase de implementación de estrategias, que abarcará desde la semana 4 hasta la 10, se ejecutarán actividades estructuradas en función de los ejes de la educación emocional. En las primeras dos semanas de esta fase (semanas 4 y 5), se trabajará en la identificación y expresión de emociones, utilizando dinámicas como el juego de tarjetas emocionales, el reconocimiento de emociones en imágenes y la exploración de diferentes formas de expresión emocional. En la semana 6 y 7, se abordará la gestión de emociones y la autoestima, mediante ejercicios de respiración, relajación y técnicas de manejo de emociones como la ira o la frustración. Luego, en las semanas 8 y 9, se promoverá el desarrollo de empatía y resolución de conflictos, aplicando dinámicas de grupo, cuentos reflexivos y actividades de mediación. Finalmente, en la semana 10, se integrarán todas las estrategias a través de situaciones cotidianas, favoreciendo la aplicación práctica de los aprendizajes adquiridos.

### **Fase 3. Evaluación**

Por último, en la fase de evaluación y cierre (semanas 11 y 12), se llevará a cabo una evaluación del impacto de la propuesta en el desarrollo socioemocional de los estudiantes. Para ello, se utilizarán como instrumentos principales un cuestionario de evaluación socioemocional tipo pretest-postest, diseñado con ítems en escala Likert que permitan medir dimensiones como el reconocimiento de emociones, la autorregulación, la empatía y las habilidades sociales. Este cuestionario permitirá comparar los niveles de desarrollo emocional antes y después de la intervención. Asimismo, se aplicarán entrevistas semiestructuradas, dirigidas tanto a los estudiantes como a los docentes, con el propósito de recoger percepciones cualitativas sobre los cambios observados y las experiencias significativas vividas durante el proceso.

Además, se llevarán a cabo espacios de reflexión grupal, utilizando como instrumento un diario reflexivo colectivo, en el que los estudiantes podrán expresar sus aprendizajes, emociones y desafíos mediante relatos, dibujos o frases significativas. Estas actividades permitirán visibilizar los efectos emocionales del proyecto en un formato participativo y expresivo. Finalmente, se elaborará un informe de evaluación final, el cual incluirá el análisis de los datos obtenidos a través de los cuestionarios, entrevistas y reflexiones grupales, así como conclusiones y recomendaciones pedagógicas para fortalecer la continuidad de las estrategias de educación emocional dentro del aula.

La estructura de la temporización se basa en tres fases que permiten un desarrollo progresivo de las habilidades socioemocionales de los estudiantes. Mediante un enfoque dinámico y participativo, se busca que los niños logren identificar, expresar y gestionar sus emociones, así como fortalecer la empatía y la resolución pacífica de conflictos en su entorno escolar y social.

### Encuesta Pre test y Post test

<b>Dimensión</b>	<b>Ítem</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
Autoconciencia	1. Reconozco cómo me siento en diferentes momentos del día.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2. Soy consciente de cómo mis emociones influyen en mi comportamiento.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	3. Identifico con facilidad mis fortalezas y debilidades.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Autorregulación	4. Logro controlar mi enojo sin dañar a otros ni a mí mismo/a.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	5. Busco soluciones tranquilamente cuando me enfrento a un problema.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	6. Me esfuerzo por mantener la calma en situaciones difíciles.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Empatía	7. Escucho con atención lo que sienten otras personas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	8. Comprendo cómo se sienten los demás, incluso si no me lo dicen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	9. Me preocupo por cómo afectan mis acciones a los demás.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Habilidades sociales	10. Me comunico con respeto, incluso cuando no estoy de acuerdo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	11. Trabajo bien en equipo con mis compañeros/as.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	12. Busco formas de resolver conflictos de manera pacífica.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Toma de decisiones responsable	13. Pienso en las consecuencias antes de actuar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## TABLA DE TEMPORIZACIÓN DE LA PROPUESTA

Tabla 1. Temporización de la propuesta

Fase	Semanas	Actividades
Fase 1: Diagnóstico y sensibilización	Semana 1 – Semana 3	Aplicación de encuestas y observaciones para identificar necesidades emocionales. Sensibilización y presentación de la propuesta. Creación de un ambiente seguro en el aula.
Fase 2: Implementación de estrategias de educación emocional	Semana 4-5	Desarrollo de actividades para el reconocimiento y expresión emocional mediante juegos, tarjetas de emociones y dramatizaciones.
	Semana 6-7	Aplicación de estrategias para la gestión emocional y autoestima, incluyendo técnicas de respiración y manejo de emociones.
	Semana 8-9	Fomento de la empatía y resolución de conflictos a través de dinámicas de grupo, cuentos reflexivos y estrategias de mediación.

	Semana 10	Integración de aprendizajes en situaciones cotidianas dentro y fuera del aula.
Fase 3: Evaluación y cierre	Semana 11	Aplicación de encuestas y reflexión grupal para evaluar el impacto de la propuesta en el desarrollo emocional de los estudiantes.
	Semana 12	Análisis de resultados y elaboración de un informe con conclusiones y recomendaciones. Socialización de los aprendizajes con la comunidad educativa.

**Fuente:** Elaboración propia

### **3.5. Beneficiarios de la Propuesta**

Los beneficiarios principales de la propuesta son los estudiantes de séptimo año de educación básica, quienes podrán mejorar su desarrollo emocional, fortalecer sus habilidades socioemocionales y, por ende, optimizar su rendimiento académico. Además de los estudiantes, los siguientes grupos también se verán beneficiados:

#### **Docentes:**

Los maestros podrán contar con estrategias efectivas para manejar y fomentar el desarrollo emocional en el aula, lo que contribuirá a un ambiente escolar más positivo y a una mejor relación con los estudiantes.

#### **Padres de familia:**

Los padres también jugarán un papel clave en la aplicación de las estrategias de educación emocional. A través de talleres y actividades de formación, podrán reforzar en el hogar los principios aprendidos en la escuela, promoviendo un entorno familiar que favorezca el bienestar emocional de los niños.

#### **Comunidad educativa en general:**

El enfoque integral de la propuesta contribuirá a la creación de un ambiente escolar más armonioso y solidario, beneficiando a toda la comunidad educativa, incluidos otros estudiantes, personal administrativo y directivos.

### **3.6. Responsables con el adecuado desarrollo de la propuesta**

La implementación de la propuesta será supervisada por un equipo multidisciplinario, cuya responsabilidad es garantizar su ejecución efectiva y el adecuado seguimiento de las actividades planificadas. Los actores clave en el desarrollo de esta propuesta son los siguientes:

#### **Docentes:**

Los maestros son los principales responsables de aplicar las estrategias de educación emocional dentro del aula, los que serán los encargados de facilitar el aprendizaje y la práctica de habilidades socioemocionales, crear un ambiente de confianza

donde los estudiantes puedan expresar sus emociones y llevar a cabo dinámicas que favorezcan la regulación emocional y la resolución de conflictos. Además, los docentes deberán fomentar la participación activa de los estudiantes en todas las actividades propuestas y asegurar que estas contribuyan a mejorar su rendimiento académico y bienestar emocional.

### **Psicólogos escolares:**

Los psicólogos desempeñarán un papel fundamental en el diseño, implementación y seguimiento de las actividades de educación emocional, los encargados de proporcionar apoyo y orientación especializada tanto a los estudiantes como a los docentes en la gestión de emociones y el manejo de situaciones difíciles. También supervisarán el impacto de las estrategias implementadas, ofreciendo intervenciones personalizadas a los estudiantes que presenten dificultades emocionales o conductuales y colaborando con los docentes en la evaluación de los progresos realizados.

### **Directivos:**

La administración escolar tendrá un papel determinante en la coordinación general de la propuesta, asegurando que todas las acciones estén alineadas con los objetivos institucionales. Los directivos serán responsables de asignar los recursos necesarios para la implementación de las actividades, coordinar con los diferentes actores involucrados y garantizar que el ambiente escolar sea propicio para el desarrollo de las estrategias de educación emocional. Además, supervisarán el cumplimiento de los plazos establecidos y la evaluación del impacto de la propuesta a lo largo del tiempo.

### **Padres de familia:**

Los padres serán aliados fundamentales en la implementación y sostenibilidad de la propuesta. Se les brindará formación y orientación sobre las estrategias de educación emocional para que puedan reforzar en el hogar lo aprendido en la escuela. A través de talleres y reuniones periódicas, los padres recibirán herramientas para apoyar el desarrollo emocional de sus hijos, creando un ambiente familiar que favorezca su bienestar. Además, se fomentará la participación activa de los padres en la evaluación y ajuste de las actividades, asegurando que las estrategias sean pertinentes y efectivas en el contexto familiar.

Este enfoque colaborativo entre docentes, psicólogos, directivos y padres de familia asegurará una implementación efectiva y un seguimiento continuo del progreso de los estudiantes, maximizando el impacto positivo de la propuesta en su desarrollo emocional y rendimiento académico.

### **3.7 Metodología de la propuesta**

#### **Fases de la Metodología**

##### **1. Fase de Diagnóstico**

En la primera semana de implementación, se realizará un diagnóstico inicial para identificar las necesidades emocionales de los estudiantes y su impacto en la convivencia escolar. Esta fase es fundamental, ya que proporciona una base de referencia para diseñar estrategias adecuadas a la realidad del grupo.

Para ello, se aplicará un cuestionario diagnóstico que permitirá conocer el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes, identificando sus fortalezas y áreas de mejora. Asimismo, se llevará a cabo una observación en el aula, en la que se analizarán las interacciones entre los estudiantes, las emociones predominantes y los principales conflictos que surgen en la convivencia escolar. Para complementar este análisis, se realizarán entrevistas con docentes, quienes proporcionarán información relevante sobre el manejo emocional de los estudiantes y las dificultades que enfrentan en el aula.

Como resultado de esta fase, se espera obtener un panorama claro sobre las principales dificultades emocionales presentes en el grupo. Esta información servirá como punto de partida para la selección de estrategias específicas, garantizando que las actividades propuestas respondan a las necesidades detectadas.

##### **2. Fase de Implementación de Estrategias**

Una vez identificado el contexto emocional del grupo, se procederá a la implementación de estrategias diseñadas para fortalecer la inteligencia emocional de los estudiantes. Esta fase, que se desarrollará entre la segunda y la quinta semana, se enfocará en la aplicación de actividades lúdicas y participativas para la identificación, expresión y regulación de emociones.

Para trabajar la identificación de emociones, se emplearán actividades como el juego de las emociones, en el que los estudiantes observarán imágenes o escucharán relatos y deberán identificar las emociones presentes. También se implementará la actividad "Dibujando mis emociones", donde cada estudiante representará mediante dibujos situaciones en las que ha sentido alegría, tristeza, enojo o miedo.

En cuanto a la expresión de emociones, se fomentará el uso de un diario emocional, en el que los estudiantes podrán escribir o dibujar sus experiencias y reflexionar sobre lo que sintieron en diferentes momentos de la semana. Además, se realizará una actividad de teatro de emociones, en la que los estudiantes dramatizarán situaciones reales o ficticias que les permitan practicar la expresión adecuada de sus emociones.

Para fortalecer la regulación emocional, se enseñarán técnicas de relajación y control emocional. Se trabajará con ejercicios de respiración y mindfulness, que ayudarán a los estudiantes a calmarse en momentos de tensión. Asimismo, se implementará la estrategia del semáforo de las emociones, en la que los estudiantes aprenderán a detenerse, reflexionar y actuar con calma antes de responder impulsivamente a una situación difícil.

Finalmente, se abordará la resolución de conflictos mediante dinámicas que fomenten el diálogo y la empatía. Se utilizará la estrategia del círculo de diálogo, donde los estudiantes compartirán experiencias y buscarán soluciones conjuntas a los problemas que enfrentan en el aula. También se aplicará la técnica del espejo, que permitirá a los estudiantes ponerse en el lugar del otro y comprender diferentes perspectivas emocionales.

Como resultado de esta fase, se espera que los estudiantes desarrollen habilidades para reconocer y expresar sus emociones de manera adecuada, mejoren su autocontrol y aprendan estrategias efectivas para resolver conflictos. Esto contribuirá a un ambiente escolar más armonioso y respetuoso.

### **3. Fase de Evaluación y Seguimiento**

Durante las semanas seis y siete, se llevará a cabo la evaluación y seguimiento de la propuesta para analizar su impacto en la convivencia escolar y en el desarrollo

socioemocional de los estudiantes. Esta fase permitirá identificar los logros alcanzados y los aspectos que requieren mejoras o ajustes.

Para medir el progreso de los estudiantes, se aplicará un cuestionario final, el cual permitirá comparar los resultados con el diagnóstico inicial y determinar si hubo avances en la identificación, expresión y regulación de emociones. Además, se realizará una observación en el aula, en la que se analizarán los cambios en la interacción entre los estudiantes, la frecuencia de conflictos y la forma en que manejan sus emociones.

Asimismo, se entrevistará nuevamente a los docentes para conocer su percepción sobre los cambios observados en los estudiantes y evaluar la efectividad de las estrategias implementadas. Como complemento, se organizará una rueda de reflexión con los estudiantes, en la que podrán compartir sus experiencias y aprendizajes sobre la educación emocional.

Como resultado de esta fase, se espera contar con evidencia concreta sobre la efectividad de las estrategias aplicadas y su impacto en la convivencia escolar. Además, se elaborarán recomendaciones para la sostenibilidad y mejora continua de la educación emocional en la institución.

### **Consideraciones Finales**

La metodología planteada en esta propuesta permite una aplicación progresiva de las estrategias, garantizando que los estudiantes desarrollen habilidades emocionales de manera natural y significativa. La implementación de actividades lúdicas y reflexivas facilitará el aprendizaje de la educación emocional de forma dinámica y cercana a su realidad.

La evaluación continua asegurará que las estrategias sean ajustadas según las necesidades detectadas, optimizando su impacto en el desarrollo socioemocional de los estudiantes. Con este enfoque, se espera contribuir a la formación integral de los niños y niñas, promoviendo una convivencia escolar más armoniosa y saludable.

### 3.8 Período de ejecución de la propuesta

Para una mejor organización y visualización, el periodo de ejecución se presenta en la siguiente tabla, en la que se detallan las fases de la propuesta, su duración y las principales actividades que se desarrollarán en cada una.

Tabla 2. Período de ejecución de actividades

<b>Fase</b>	<b>Duración</b>	<b>Actividades Principales</b>
<b>Fase 1: Diagnóstico</b>	Semana 1	<ul style="list-style-type: none"><li>- Aplicación de cuestionarios para identificar el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes.</li><li>- Observación en el aula para analizar interacciones y principales conflictos.</li><li>- Entrevistas con docentes para recopilar información sobre el manejo emocional de los estudiantes.</li></ul>
<b>Fase 2: Implementación de Estrategias</b>	Semanas 2 a 5	<ul style="list-style-type: none"><li>- Aplicación de actividades lúdicas para la identificación, expresión y regulación de emociones.</li><li>- Uso del diario emocional y dinámicas teatrales para mejorar la expresión emocional.</li><li>- Ejercicios de respiración y mindfulness para la</li></ul>

		regulación emocional.
<b>Fase 3: Evaluación y Seguimiento</b>	Semanas 6 y 7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplicación de cuestionarios finales para medir avances en el desarrollo emocional de los estudiantes.</li> <li>- Observación en el aula para analizar cambios en la convivencia escolar.</li> <li>- Entrevistas con docentes sobre la efectividad de la propuesta.</li> <li>- Reflexión grupal con los estudiantes sobre su aprendizaje y experiencias.</li> </ul>

### **Explicación del Periodo de Ejecución**

La propuesta se ejecutará a lo largo de **siete semanas**, permitiendo un abordaje progresivo y estructurado del desarrollo socioemocional de los estudiantes.

1. **Semana 1 - Diagnóstico:** Se inicia con una evaluación del estado emocional de los estudiantes mediante cuestionarios, observaciones y entrevistas con docentes. Esta fase es clave para comprender las necesidades específicas del grupo y diseñar estrategias efectivas.
2. **Semanas 2 a 5 - Implementación de Estrategias:** Se llevan a cabo actividades diseñadas para fortalecer la inteligencia emocional. Durante este periodo, los estudiantes participarán en dinámicas que les permitirán identificar, expresar y regular sus emociones de manera efectiva. También se incluirán técnicas de relajación y resolución de conflictos.
3. **Semanas 6 y 7 - Evaluación y Seguimiento:** Se aplicarán cuestionarios y observaciones para medir el impacto de la propuesta. Además, se realizarán

entrevistas con docentes y una reflexión grupal con los estudiantes para evaluar su aprendizaje y experiencia.

Este periodo de ejecución ha sido diseñado para garantizar que los estudiantes adquieran habilidades emocionales de manera gradual y significativa, promoviendo un impacto positivo en la convivencia escolar.

### 3.9 Planificación de la Propuesta.

Tabla 3. Planificación de la propuesta

<b>Hora Clase</b>	<b>Duración</b>	<b>Actividades Lúdicas</b>	<b>Dinámicas Teatrales</b>	<b>Objetivo Específico</b>	<b>Recursos</b>
Semana 2 - Clase 1	40 minutos	Carrera de emociones: en estaciones, los niños corren y expresan una emoción al llegar.	Esculturas vivientes: formar con el cuerpo escenas que representen emociones.	Identificar emociones básicas a través del movimiento y el cuerpo.	Carteles de emociones, cronómetro, conos, música.
Semana 2 - Clase 2	40 minutos	Bingo emocional: los estudiantes marcan emociones según situaciones leídas en voz alta.	Radioteatro: representar una situación emocional usando solo la voz y sonidos.	Reconocer emociones en diferentes contextos usando recursos auditivos.	Tarjetas, fichas de bingo, parlante, sonidos pregrabados, micrófono.
Semana 3 - Clase 1	40 minutos	Emociones en la ruleta: ruleta con retos para representar emociones de forma divertida.	Entrevista al personaje: improvisar entrevistas a personajes con emociones marcadas.	Fortalecer la expresión emocional verbal y no verbal.	Ruleta, fichas, disfraces, gafas gigantes, micrófono de juguete.
Semana 3 - Clase 2	40 minutos	Emoticones gigantes: los estudiantes dibujan y muestran una emoción mientras la explican.	Escena congelada: actuar una situación y congelarse para analizar las emociones.	Comprender emociones propias y ajenas a través del juego simbólico.	Hojas grandes, plumones, disfraces, pizarra, marcador.

**Planificación Propuesta – Unidad 2: Aprendo a Gestionar y Resolver**

<b>Hora Clase</b>	<b>Duración</b>	<b>Actividades Lúdicas</b>	<b>Dinámicas Teatrales</b>	<b>Objetivo Específico</b>	<b>Recursos</b>
Semana 4 - Clase 1	40 minutos	¡Stop emocional!: juego tipo “stop” donde deben escribir estrategias de regulación.	Secuencia dramática: representar en equipo escenas de malestar y solución.	Aprender técnicas de autorregulación emocional.	Hojas, cartulinas, silbato, frases guía para el stop, disfraces.
Semana 4 - Clase 2	40 minutos	El dado del autocontrol: al lanzar, deben aplicar una estrategia calmante (ej. respiración, cuenta regresiva).	Eco emocional: repetir una frase emocional como eco y explorar su significado.	Aplicar herramientas prácticas para calmarse en situaciones difíciles.	Dado gigante, tarjetas con estrategias, música relajante.
Semana 5 - Clase 1	40 minutos	Círculo de resolución: resolver conflictos ficticios planteados por tarjetas.	Debate dramatizado: escenificar un desacuerdo y llegar a un acuerdo común.	Desarrollar habilidades para la resolución pacífica de conflictos.	Tarjetas con conflictos, pizarra, señalética de emociones, cronómetro.

Semana 5 - Clase 2	40 minutos	Rally cooperativo emocional: estaciones con retos donde solo pueden avanzar si colaboran.	Foro de personajes: representar personajes con diferentes emociones en una historia común.	Consolidar la empatía, el trabajo en equipo y la expresión emocional.	Carteles, cronómetro, disfraces, accesorios, tarjetas con roles y retos.
-----------------------	---------------	--	---	---	---

La planificación de la propuesta pedagógica está estructurada en dos unidades didácticas que se desarrollan a lo largo de cuatro semanas, con un total de ocho horas clase. Cada sesión tiene una duración de 40 minutos y combina actividades lúdicas con dinámicas teatrales, orientadas al fortalecimiento de las habilidades socioemocionales en los estudiantes de Educación General Básica.

**La Unidad 1:** Explorando mis emociones está centrada en el reconocimiento y expresión emocional. Las actividades están diseñadas para fomentar la identificación de emociones propias y ajenas a través del cuerpo, el juego simbólico, la voz y el lenguaje verbal y no verbal. Se inicia con dinámicas como la Carrera de emociones y Esculturas vivientes, que permiten explorar emociones básicas mediante el movimiento. Posteriormente, se emplean juegos como el Bingo emocional y el Radioteatro para profundizar en el reconocimiento emocional en distintos contextos. Actividades como la Ruleta emocional y la Entrevista al personaje integran el humor, la creatividad y la dramatización para fortalecer la expresión emocional, mientras que los Emoticones gigantes y la Escena congelada ayudan a reflexionar sobre las emociones a través del juego simbólico.

**La Unidad 2:** Aprendo a gestionar y resolver se enfoca en la autorregulación emocional, la solución de conflictos y el desarrollo de la empatía. En esta fase se proponen juegos dinámicos como Stop emocional y El dado del autocontrol, que promueven el uso de estrategias para el manejo de emociones difíciles. Se incorporan también actividades teatrales como la Secuencia dramática y el Eco emocional, que invitan a representar y reflexionar sobre situaciones de tensión o estrés. Para abordar la resolución de conflictos, se plantean el Círculo de resolución y el Debate dramatizado, que permiten trabajar habilidades de negociación y comunicación asertiva. Finalmente, el Rally cooperativo emocional y el Foro de personajes consolidan los aprendizajes mediante la colaboración, el trabajo en equipo y la empatía.

Cada actividad ha sido cuidadosamente seleccionada no solo por su valor formativo, sino también por su capacidad de motivar la participación activa, propiciar la reflexión emocional y fortalecer las relaciones interpersonales positivas dentro del aula. La propuesta está respaldada por una planificación de recursos didácticos concretos, tales

como tarjetas, disfraces, cronómetros, carteles y materiales sonoros, que facilitan la implementación efectiva de cada sesión.

En su conjunto, esta planificación promueve un entorno escolar emocionalmente enriquecido, donde los estudiantes pueden desarrollarse de manera integral, fortaleciendo su inteligencia emocional a través de experiencias significativas, dinámicas y teatralizadas.

## **Detalle de Actividades**

### **Semana 1 - Diagnóstico:**

En la primera semana, se llevará a cabo un diagnóstico inicial del estado emocional de los estudiantes mediante la aplicación de cuestionarios estandarizados. Estos cuestionarios permitirán medir aspectos clave de la inteligencia emocional, como el autocontrol, la empatía y la regulación emocional, brindando una visión clara de las habilidades socioemocionales que los estudiantes ya poseen y las áreas que requieren desarrollo.

A la par de los cuestionarios, se realizará una observación directa en el aula, en la que los docentes podrán registrar las interacciones entre los estudiantes, identificando posibles conflictos y observando cómo los estudiantes gestionan sus emociones en situaciones cotidianas. Esta observación será fundamental para detectar patrones de comportamiento y posibles desafíos emocionales que deban abordarse a lo largo del proceso.

También se llevarán a cabo entrevistas con los docentes, quienes compartirán sus percepciones sobre el manejo emocional de los estudiantes. Esta información proporcionará una comprensión más profunda de cómo los docentes observan y gestionan las emociones en el aula, permitiendo identificar fortalezas y debilidades que servirán de base para la implementación de las estrategias.

### **Semanas 2 a 5 - Implementación de Estrategias:**

Durante las semanas 2 a 5, se desarrollarán diversas actividades diseñadas para mejorar el desarrollo emocional de los estudiantes. Se implementarán actividades lúdicas, como juegos de roles y cartas emocionales, que permitirán a los estudiantes identificar y nombrar sus emociones. Estas actividades fomentarán la expresión y comprensión de emociones como la felicidad, la tristeza, el enojo, entre otras, promoviendo un ambiente seguro y abierto para la reflexión emocional.

Una herramienta clave será el diario emocional, donde los estudiantes escribirán diariamente sobre cómo se sienten y por qué. Esta práctica de reflexión les permitirá tomar conciencia de sus emociones y reconocer patrones emocionales a lo largo del tiempo, fomentando el autoconocimiento y la regulación emocional.

En paralelo, se llevarán a cabo dinámicas teatrales que ofrecerán a los estudiantes la oportunidad de representar diversas situaciones emocionales. El teatro ayudará a los estudiantes a expresar emociones de forma creativa y sin temor al juicio, promoviendo la empatía y el trabajo en equipo.

Asimismo, se implementarán ejercicios de mindfulness y respiración. Estas técnicas de relajación estarán orientadas a enseñar a los estudiantes cómo gestionar la ansiedad y el estrés, proporcionando herramientas para mejorar la autorregulación emocional y promover el autocuidado. Estos ejercicios también permitirán a los estudiantes calmar su mente y conectar consigo mismos, favoreciendo su bienestar emocional.

Por último, se llevarán a cabo actividades de resolución de conflictos, donde los estudiantes aprenderán a abordar problemas interpersonales de manera respetuosa y empática. Estas actividades promoverán habilidades de comunicación asertiva y resolución de disputas, fortaleciendo la convivencia escolar y las relaciones interpersonales.

### **Semanas 6 y 7 - Evaluación y Seguimiento:**

Las últimas dos semanas estarán dedicadas a la evaluación de los avances obtenidos a lo largo de la propuesta. Para ello, se aplicarán cuestionarios finales que permitirán medir los cambios en el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes. Los resultados obtenidos se compararán con los cuestionarios iniciales para evaluar el impacto de las actividades implementadas.

Se realizará también una nueva observación en el aula para identificar posibles cambios en las interacciones entre los estudiantes y en la dinámica de la convivencia escolar. Se observará si han disminuido los conflictos y si ha mejorado la capacidad de los estudiantes para gestionar sus emociones de manera efectiva.

A través de entrevistas con docentes, se recogerán opiniones sobre la efectividad de las estrategias implementadas y cómo estas han contribuido al desarrollo emocional de los estudiantes. Los docentes podrán proporcionar retroalimentación sobre el impacto observado en el aula y sugerir posibles ajustes para futuras implementaciones.

Finalmente, se organizará una reflexión grupal con los estudiantes, donde tendrán la oportunidad de compartir sus experiencias y reflexionar sobre cómo las actividades realizadas han influido en su forma de relacionarse emocionalmente con los demás. Esta sesión grupal permitirá consolidar los aprendizajes adquiridos y dar cierre al proceso de desarrollo socioemocional.

### 3.10 Evaluación de la propuesta

<b>Instrumento</b>	<b>Ítem Evaluado</b>	<b>Objetivo del Ítem</b>	<b>Hallazgos Relevantes</b>
Cuestionario de Inteligencia Emocional	"Reconozco cómo me siento en distintas situaciones."	Evaluar la autoconciencia emocional.	50% no identifica sus emociones; falta de reflexión emocional; reacciones impulsivas.
Cuestionario de Inteligencia Emocional	"Puedo darme cuenta de cómo se sienten los demás."	Evaluar la empatía.	40% no percibe emociones de otros; baja empatía y dificultades en trabajo en equipo.
Cuestionario de Inteligencia Emocional	"Cuando me enojo, sé qué hacer para calmarme."	Evaluar el autocontrol emocional.	60% no sabe cómo calmarse; respuestas impulsivas o agresivas en momentos de estrés.
Cuestionario de Inteligencia Emocional	"Busco soluciones cuando tengo un problema con un compañero."	Evaluar la capacidad de resolución de conflictos.	65% no maneja conflictos sin intervención del docente; falta de habilidades para negociar y conciliar.
Cuestionario de Inteligencia Emocional	"Me siento capaz de lograr lo que me propongo."	Evaluar la autoconfianza.	55% tiene baja autoconfianza; evita desafíos y muestra

			escasa motivación académica.
Observación en el Aula	"Interacciones positivas entre compañeros."	Observar habilidades sociales positivas.	Interacciones limitadas; estudiantes introvertidos excluidos de dinámicas grupales.
Observación en el Aula	"Frecuencia de conflictos en el aula		

## **Conclusiones:**

Las emociones juegan un papel fundamental en el rendimiento académico de los estudiantes de séptimo EGB. A través del diagnóstico y observaciones, se identificó que las emociones no gestionadas adecuadamente afectan directamente áreas clave como la concentración, la participación en clase y la disposición para aprender. La frustración, el estrés y la ansiedad observadas en los estudiantes limitan su capacidad para realizar tareas académicas de manera eficiente. Esto indica que la educación emocional, al ofrecer herramientas para gestionar las emociones, puede contribuir a mejorar el enfoque y la disposición hacia el aprendizaje, resultando en un rendimiento académico más óptimo.

La educación emocional es esencial para el desarrollo integral de los estudiantes. Los resultados de la investigación mostraron que los estudiantes de séptimo EGB presentan carencias significativas en autoconciencia emocional y empatía, habilidades cruciales para interactuar de manera efectiva tanto con sus compañeros como con sus docentes. La falta de estas habilidades impacta negativamente en la calidad de sus relaciones interpersonales y, por ende, en su ambiente de aprendizaje. Es evidente que la educación emocional no solo favorece el bienestar individual, sino que también mejora la convivencia escolar y las dinámicas de aula, lo que tiene un impacto directo en el rendimiento académico.

El análisis de las manifestaciones del rendimiento académico reveló que muchos estudiantes, al no poder gestionar sus emociones, no logran expresar todo su potencial académico. Las manifestaciones observadas incluyen bajas calificaciones, dificultades para concentrarse en las actividades y inseguridad en la resolución de problemas. Estas dificultades reflejan una desconexión entre las capacidades cognitivas de los estudiantes y su capacidad para llevar a cabo tareas académicas. Además, los estudiantes con una gestión emocional deficiente son menos propensos a participar activamente en actividades grupales, lo que reduce su aprendizaje colaborativo y su integración en el proceso educativo. La educación emocional, por tanto, podría ser un factor clave para liberar el potencial de los estudiantes, ya que les permitirá mejorar sus habilidades socioemocionales y contribuir de manera más efectiva a su rendimiento académico.

El diseño de estrategias de aprendizaje que fortalezcan el desarrollo socioemocional de los estudiantes es crucial para mejorar tanto su bienestar emocional como su rendimiento académico. La implementación de técnicas de autorregulación emocional, ejercicios de empatía y actividades de resolución de conflictos dentro del aula mostró resultados positivos en el fortalecimiento de las relaciones interpersonales y en la mejora de la capacidad de los estudiantes para abordar los desafíos académicos. A través de enfoques como la discusión de emociones y la práctica de la escucha activa, los estudiantes comenzaron a reconocer y regular sus emociones, lo que mejoró su motivación intrínseca y su autoeficacia. La formación en educación emocional debe integrarse de manera más estructurada y continua en los planes de estudio, no solo como una actividad aislada, sino como un componente esencial del proceso educativo.

**Recomendaciones:**

Es recomendable que la educación emocional se integre de manera sistemática y estructurada en el currículo escolar de manera transversal. Las actividades que favorecen el desarrollo emocional deben ser parte del día a día de los estudiantes, no solo como una asignatura aislada, sino como una herramienta continua que permita a los estudiantes aprender a identificar, regular y expresar sus emociones de forma efectiva. Esta integración ayudará a que los estudiantes desarrollen habilidades socioemocionales que favorezcan su bienestar y, por ende, su rendimiento académico.

Capacitar a los docentes en estrategias de inteligencia emocional es fundamental que los docentes reciban capacitación continua en inteligencia emocional y en estrategias pedagógicas que les permitan identificar y manejar las emociones tanto de los estudiantes como de ellos mismos. Capacitar a los docentes no solo mejorará la convivencia escolar, sino que les brindará herramientas más efectivas para abordar situaciones de estrés, ansiedad o frustración que puedan surgir en el aula. Los docentes capacitados también podrán crear ambientes de aprendizaje más seguros, empáticos y motivadores, lo que favorecerá el rendimiento académico de los estudiantes.

Promover actividades de autorregulación emocional y mindfulness se recomienda la implementación de actividades como ejercicios de respiración, relajación y mindfulness, dentro de la jornada escolar. Estas prácticas permiten a los estudiantes aprender a manejar sus emociones de manera efectiva, reduciendo niveles de estrés y ansiedad, lo que facilita la concentración y el enfoque en las tareas académicas. Los docentes deben incorporar estos ejercicios de manera regular, especialmente antes de actividades cognitivas o evaluaciones, para que los estudiantes puedan gestionar mejor sus emociones en situaciones de presión.

Fomentar la colaboración entre los estudiantes a través de dinámicas grupales las actividades colaborativas y las dinámicas grupales deben ser promovidas en el aula como una herramienta para mejorar tanto las habilidades socioemocionales como el rendimiento académico. El trabajo en equipo no solo favorece el aprendizaje colectivo, sino que también permite a los estudiantes desarrollar habilidades como la empatía, resolución de conflictos y comunicación asertiva. Las dinámicas grupales también

fomentan un ambiente de apoyo mutuo, lo cual tiene un impacto positivo en la gestión emocional de los estudiantes y en su disposición para aprender.

Realizar un seguimiento continuo del desarrollo socioemocional es esencial implementar un sistema de seguimiento continuo que permita evaluar de manera regular el desarrollo socioemocional de los estudiantes. Las observaciones en el aula, junto con la retroalimentación de los docentes y estudiantes, pueden ser útiles para identificar áreas de mejora y ajustar las estrategias pedagógicas en función de las necesidades emocionales de los estudiantes. Este seguimiento puede llevarse a cabo a través de herramientas como cuestionarios de emociones, entrevistas y observaciones sistemáticas, que permitan medir el impacto de las intervenciones y realizar ajustes oportunos.

## 8. Referencias bibliográficas

Alzina, R. B., & Escoda, N. P. (1 de mayo de 2019). *Educación emocional: estrategias para su puesta en práctica*. Obtenido de

<https://avances.adide.org/index.php/ase/article/view/502>

Arteaga, D. C. (30 de noviembre de 2020). *Evaluación de la inteligencia emocional del personal docente y su relación con el rendimiento escolar de los niños de 7 y 9 años en la escuela de educación básica Simón Bolívar del Cantón Santa Rosa Ecuador*. Obtenido de

<https://www.cienciayeducacion.com/index.php/journal/article/view/48>

Arteaga, D. C. (2020). *Evaluación de la inteligencia emocional del personal docente y su relación con el rendimiento escolar de los niños de 7 y 9 años en la escuela de educación básica Simón Bolívar del Cantón Santa Rosa Ecuador*. Obtenido de Ciencia y Educación:

<https://www.cienciayeducacion.com/index.php/journal/article/view/48>

Barragán, M. S., & Villalba, A. M. (2022). *El rendimiento académico en el nivel de educación*. Obtenido de Civilizar Ciencias Sociales y Humanas:

[http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1657-89532008000200012&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1657-89532008000200012&script=sci_arttext)

Bonilla, V. E. (2014). *Inteligencia emocional y su incidencia en el rendimiento académico de estudiantes de 10mo de básica de la Unidad Educativa La Salle*.

Obtenido de <https://repositorio.puce.edu.ec/items/267e7ccd-3915-4a22-ae8c-6c7ca84641b7>

- Buenrostro, A. E. (2019). *Inteligencia emocional y rendimiento académico en adolescentes*. Obtenido de Revista de educación y Desarrollo:  
[https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu\\_desarrollo/anteriores/20/020\\_Buenrostro.pdf](https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/20/020_Buenrostro.pdf)
- Chavez, R. (2021). La educación emocional: paradojas, peligros y oportunidades. *Revista académica de Chile*. Obtenido de  
<https://saberseeducativos.uchile.cl/index.php/RSED/article/view/60681>
- Costa, C., Palma, X., & Farias, C. (2021). Docentes emocionalmente inteligentes. Importancia de la Inteligencia Emocional para la aplicación de la Educación Emocional en la práctica pedagógica de aula. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*. Obtenido de [https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-07052021000100219&script=sci\\_arttext&tlng=pt](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-07052021000100219&script=sci_arttext&tlng=pt)
- Cruz, L. S. (2021). *Inteligencia emocional y rendimiento académico: estudio en escolares de Huambaló, Ecuador*. Obtenido de Correo Científico Médico de Holguín: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=108985>
- Espada, J., & Mendez, X. (2021). Problemas relacionados con la regulación emocional: Depresión y problemas de ansiedad. *Universidad Miguel Hernández*. Obtenido de [https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/68216076/LibroBlanco\\_Volumen1-libre.pdf?1626805560=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DLibro\\_Blanco\\_Volumen1.pdf&Expires=1748131570&Signature=Z98wAgcD64vqiBiCOy9g4uJ58MSw2lghJvnJ~tZ3jiVkJM1EhJo17A0hLVvH](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/68216076/LibroBlanco_Volumen1-libre.pdf?1626805560=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DLibro_Blanco_Volumen1.pdf&Expires=1748131570&Signature=Z98wAgcD64vqiBiCOy9g4uJ58MSw2lghJvnJ~tZ3jiVkJM1EhJo17A0hLVvH)

- Estrada, E., & Gallegos, N. (2021). Autoestima y agresividad en estudiantes peruanos de educación secundaria. *AVFT-Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*. Obtenido de [http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev\\_aavft/article/view/22350](http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/22350)
- Expositivo, A. G., & Moreno, E. (2021). Motivación académica y autoeficacia percibida y su relación con el rendimiento. *Revista Electrónica de Investigación y*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/916/91669671002/91669671002.pdf>
- Fernandez, P. (2021). La inteligencia emocional como fundamento de la educación emocional. *Revista Ibero*. Obtenido de <https://ri.iberomx.mx/handle/iberomx/6043>
- Fernandez, P., & Cabello, R. (2021). La inteligencia emocional como fundamento de la educación emocional. *Revista Ibero*. Obtenido de <https://ri.iberomx.mx/handle/iberomx/6043>
- Flores, A., & Prado, M. (2021). Habilidades sociales para la vida: empatía, relaciones interpersonales y comunicación asertiva en adolescentes escolarizados. *Revista investigum*. Obtenido de <https://investigumire.unicesmag.edu.co/index.php/ire/article/view/356>
- Gonzalez, E. (2020). Rendimiento académico y deserción de estudiantes universitarios de un curso en. *Revista Iberoamericana de Educación a*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/3314/331466109011/331466109011.pdf>
- González, R. C., & Berrocal, P. F. (2019). *Programas para enseñar la inteligencia emocional en las escuelas. Ideas para una adecuada implementación*. Obtenido de Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers 368: <https://revistas.comillas.edu/index.php/padresymaestros/article/view/7515>

- Lascano, M. M. (2019). *Relación entre la creatividad, la inteligencia emocional y el rendimiento académico de estudiantes universitarios*. Obtenido de Veritas & Research: [https://www.researchgate.net/profile/Marlon-Mayorga-Lascano/publication/336809890\\_Relacion\\_entre\\_la\\_creatividad\\_la\\_inteligencia\\_emocional\\_y\\_el\\_rendimiento\\_academico\\_de\\_estudiantes\\_universitarios\\_Relationship\\_between\\_creativity\\_emotional\\_intelligence\\_and\\_a](https://www.researchgate.net/profile/Marlon-Mayorga-Lascano/publication/336809890_Relacion_entre_la_creatividad_la_inteligencia_emocional_y_el_rendimiento_academico_de_estudiantes_universitarios_Relationship_between_creativity_emotional_intelligence_and_a)
- Mayorga, L. M. (2019). *Relación entre la creatividad, la inteligencia emocional y el rendimiento académico de estudiantes universitarios*. Obtenido de Veritas & Research : [https://www.researchgate.net/profile/Marlon-Mayorga-Lascano/publication/336809890\\_Relacion\\_entre\\_la\\_creatividad\\_la\\_inteligencia\\_emocional\\_y\\_el\\_rendimiento\\_academico\\_de\\_estudiantes\\_universitarios\\_Relationship\\_between\\_creativity\\_emotional\\_intelligence\\_and\\_a](https://www.researchgate.net/profile/Marlon-Mayorga-Lascano/publication/336809890_Relacion_entre_la_creatividad_la_inteligencia_emocional_y_el_rendimiento_academico_de_estudiantes_universitarios_Relationship_between_creativity_emotional_intelligence_and_a)
- Miraba, N. (2021). La influencia de las actividades físicas inclusivas en el desarrollo socioemocional de los estudiantes con y sin discapacidades en el Ecuador. *Revista Ciencias de la educación*. Obtenido de <https://www.cienciayeducacion.com/index.php/journal/article/view/604>
- Mora, S. E. (enero de 2022). *Factores asociados a la calidad del rendimiento académico de estudiantes en la educación superior*. Obtenido de Gestión y Calidad de la Investigación Científica: <https://revistas.unan.edu.ni/index.php/Salud/article/view/3729>
- Morales, M. I., & López-Zafra, E. (abril de 2019). *INTELIGENCIA EMOCIONAL Y RENDIMIENTO ESCOLAR: ESTADO ACTUAL DE LA CUESTIÓN*. Obtenido de Revista Latinoamericana de Psicología:

[http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=s0120-05342009000100006&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=s0120-05342009000100006&script=sci_arttext)

Morgan, J. (2021). El análisis de la resiliencia y el rendimiento académico en los estudiantes universitarios. *Revista Nacional de Administración*. Obtenido de [https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1659-49322021000100004](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1659-49322021000100004)

Ocampo, D., & Altamirano, R. (2021). Estrés parental y problemas emocionales y conductuales en niños durante la pandemia por COVID-19. *Universidad Anáhuac México*. Obtenido de <https://revistacneipne.org/index.php/cneip/article/view/123>

Paredes, A. (2021). La regulación emocional como categoría transdiagnóstica a través de los problemas clínicos: un estudio narrativo. *Interacciones*. Obtenido de [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2413-44652021000100016&script=sci\\_abstract](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2413-44652021000100016&script=sci_abstract)

Ramos, M., & Fernandez, E. (2021). La regulación de la publicidad encubierta en el marketing de influencers para la Generación Z. *Prisma Social: revista de investigación social*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8024374>

Soler, M. O. (2015). *Diseño, desarrollo y evaluación de un programa de educación emocional en un centro educativo*. Obtenido de Revista interuniversitaria de formación del profesorado: continuación de la antigua Revista de Escuelas Normales: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2126768>

Supervía, P. U., & Bordas, C. S. (diciembre de 2018). *Motivación escolar, inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de educación secundaria*

*obligatoria*. Obtenido de Actualidades en Psicología:

[https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2215-35352018000200095](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2215-35352018000200095)

Toro, J. (2021). Conexiones entre Aprendizaje Musical y Neuroplasticidad en Adolescentes Ecuatorianos. *Revista Reinconsol*. Obtenido de <https://www.reincisol.com/ojs/index.php/reincisol/article/view/609>

## ANEXOS

### Anexo 1. Formato 1: Cuestionario de Inteligencia Emocional

**Objetivo:** Identificar el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes de séptimo EGB.

**Instrucciones:** A continuación, se presentan una serie de afirmaciones relacionadas con las emociones. Marca con una "X" la opción que mejor describa tu respuesta.

Pregunta	Nunca	Rara vez	A veces	Frecuentemente	Siempre
1. Me doy cuenta cuando estoy molesto o triste.					
2. Puedo controlar mi enojo en situaciones difíciles.					
3. Me siento cómodo/a expresando mis emociones.					
4. Puedo reconocer cómo las emociones de otros afectan mis interacciones.					
5. Me siento capaz de resolver conflictos sin pelear.					

#### Interpretación:

- Respuestas: **Nunca** o **Rara vez** indican áreas que requieren intervención.
- Respuestas **Frecuentemente** o **Siempre** indican una buena gestión emocional.

## Anexo 2. Formato 2: Observación en el Aula

**Objetivo:** Analizar las interacciones y principales conflictos en el aula.

**Instrucciones:** El docente o el investigador realizará observaciones durante una clase y completará la siguiente tabla.

<b>Aspecto Observado</b>	<b>Descripción Detallada</b>	<b>Frecuencia</b>
1. Participación activa en clase	Observación de estudiantes que participan, ya sea en preguntas o discusiones.	Alta/Baja
2. Conflictos entre estudiantes	Observación de discusiones, peleas, o desacuerdos durante las actividades.	Alta/Baja
3. Colaboración en actividades grupales	Participación en dinámicas grupales o actividades colaborativas.	Alta/Baja
4. Expresión de emociones (felices, tristes, frustrados)	Observación de expresiones faciales y corporales que muestren emociones.	Alta/Baja
5. Interacciones con el docente (respuesta, respeto, etc.)	Observación de cómo los estudiantes interactúan con el docente.	Alta/Baja

### **Anexo 3. Formato 3: Entrevista con Docentes**

**Objetivo:** Recopilar información sobre el manejo emocional de los estudiantes.

**Instrucciones:** Realizar una entrevista estructurada con los docentes, preguntando sobre cómo manejan las emociones en su aula y sus percepciones sobre las necesidades emocionales de los estudiantes.

**Entrevista:**

1. **¿Cómo describiría el manejo emocional de los estudiantes en su aula?**
2. **¿Qué técnicas o estrategias utiliza para manejar los conflictos emocionales entre los estudiantes?**
3. **¿Considera que los estudiantes de séptimo EGB tienen dificultades para manejar sus emociones en situaciones académicas?**
4. **¿Cómo aborda el desarrollo socioemocional dentro de sus clases?**
5. **¿Qué cambios ha notado en los estudiantes después de realizar actividades emocionales o de resolución de conflictos?**

#### **Anexo 4. Formato 4: Diario Emocional para los Estudiantes**

**Objetivo:** Fomentar la autorreflexión de los estudiantes sobre sus emociones.

**Instrucciones:** Los estudiantes deben completar un diario emocional al final de cada semana. Se les proporcionarán preguntas orientadoras para que reflexionen sobre sus emociones.

#### **Formato de Diario:**

1. **¿Cómo te sentiste hoy? (elige al menos tres emociones que experimentaste durante el día).**
2. **¿Qué situaciones o personas te hicieron sentir de esa manera?**
3. **¿Qué hiciste para sentirte mejor?**
4. **¿Qué aprendiste hoy sobre tus emociones?**

**Anexo 5. Formato 5: Cuestionario de Evaluación Final**

**Objetivo:** Medir los avances en el desarrollo emocional de los estudiantes.

**Instrucciones:** Los estudiantes deben responder las siguientes preguntas al final del programa de intervención.

<b>Pregunta</b>	<b>Nunca</b>	<b>Rara vez</b>	<b>A veces</b>	<b>Frecuentemente</b>	<b>Siempre</b>
1. Me siento más capaz de identificar cómo me siento emocionalmente.					
2. Ahora sé cómo controlar mis emociones cuando me siento frustrado/a.					
3. Me siento más seguro/a al expresar mis emociones frente a los demás.					
4. He mejorado en la forma de manejar conflictos con mis compañeros.					
5. Las actividades que realizamos me ayudaron a entender mejor mis emociones.					

**Interpretación:**

- Las respuestas **Frecuentemente** o **Siempre** indican que el estudiante ha experimentado un desarrollo significativo en la gestión emocional.
- Las respuestas **Nunca** o **Rara vez** muestran que el estudiante aún necesita apoyo en ciertas áreas emocionales.

## **Anexo 6. Formato 6: Reflexión Grupal con los Estudiantes**

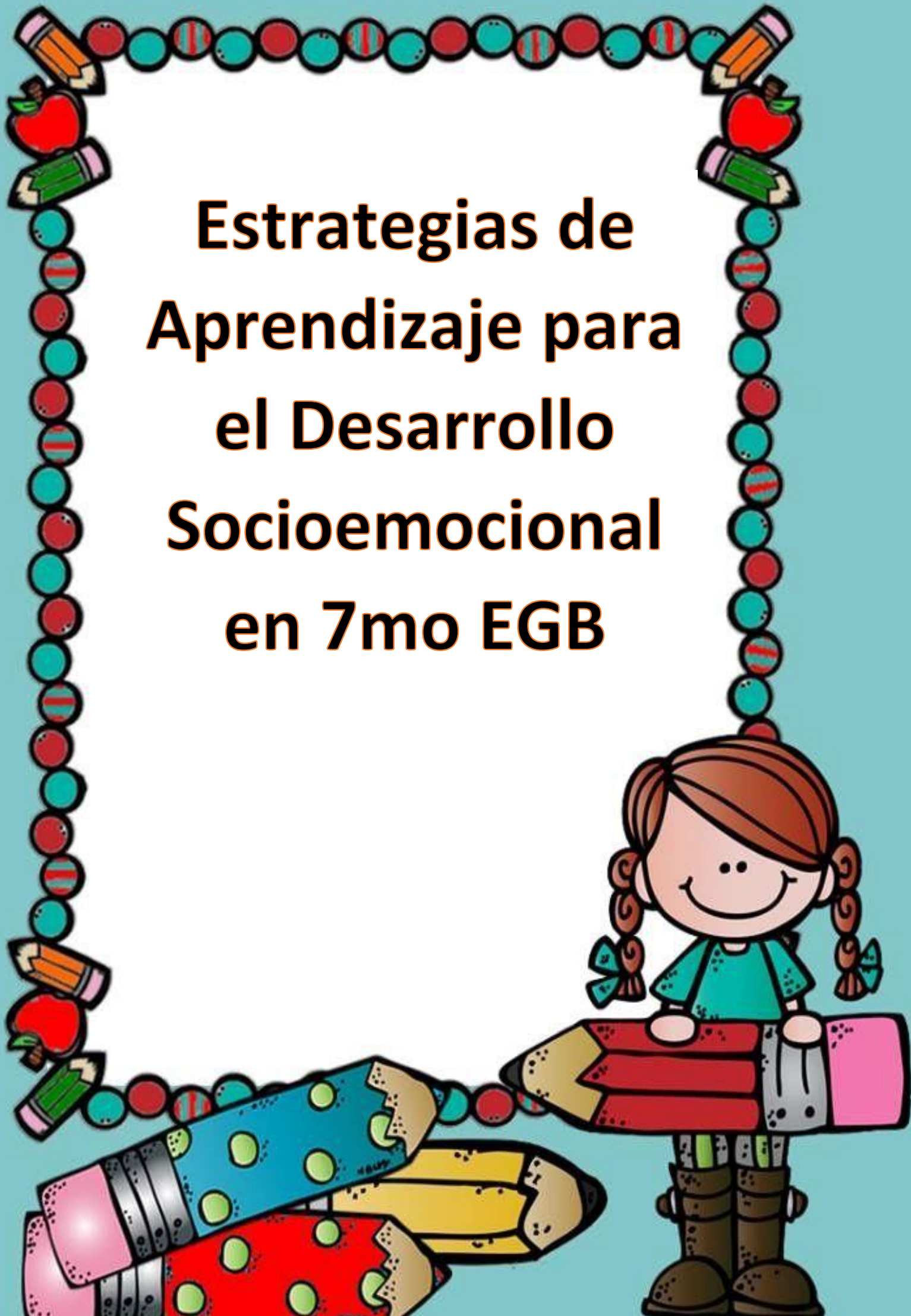
**Objetivo:** Recopilar las experiencias y aprendizajes de los estudiantes al finalizar la intervención.

**Instrucciones:** Al final del programa de intervención, realiza una sesión de reflexión grupal con los estudiantes, guiada por preguntas orientadoras.

### **Preguntas de Reflexión:**

1. **¿Cómo te sentías al inicio de las actividades sobre emociones y cómo te sientes ahora?**
2. **¿Qué actividades te ayudaron más a comprender tus emociones?**
3. **¿Qué cambios has notado en ti mismo/a después de participar en estas actividades?**
4. **¿Cómo crees que puedes seguir mejorando tus habilidades emocionales en el futuro?**

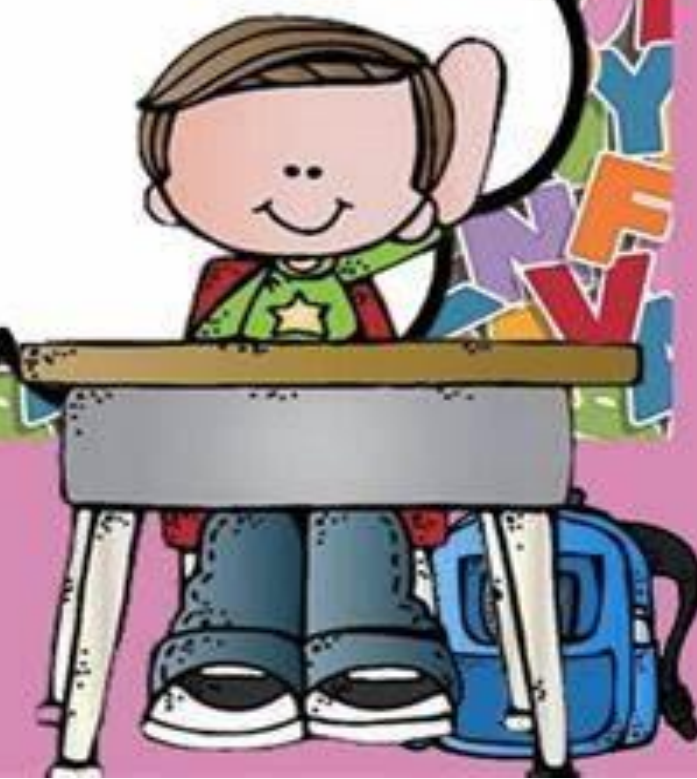
**Estrategias de  
Aprendizaje para  
el Desarrollo  
Socioemocional  
en 7mo EGB**





## Unidad 1: Explorando mis emociones

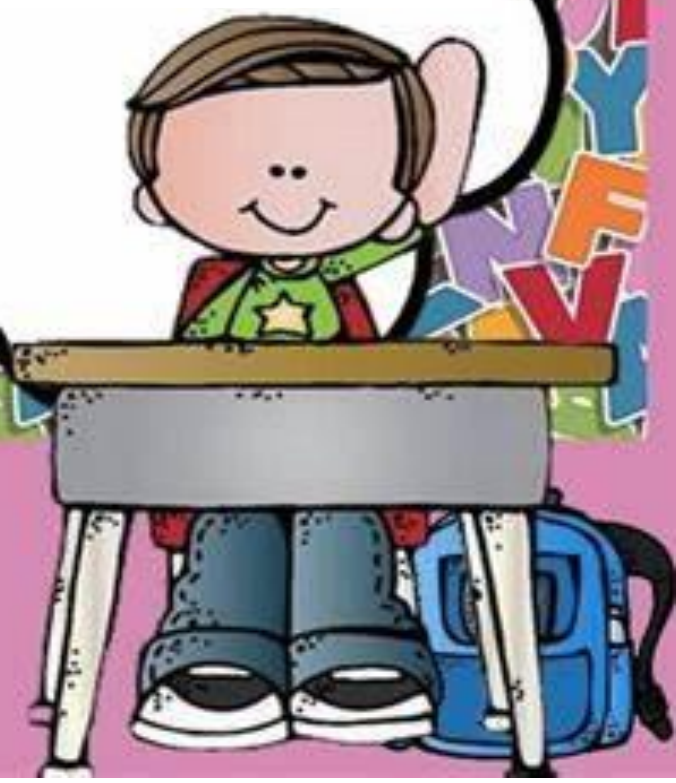
Propósito: Favorecer el reconocimiento, la expresión y el entendimiento de las emociones propias y ajenas.





## Estrategia 1: Carrera de emociones

- Objetivo: Identificar emociones básicas a través del movimiento y el juego.
- Duración: 40 minutos
- Materiales: Carteles de emociones, conos, música.
- Metodología: Se organizan estaciones con diferentes emociones. Al llegar a cada estación, los estudiantes expresan la emoción asignada mediante gestos y palabras.
- Evaluación: Observación directa y retroalimentación grupal.





## Estrategia 1: Carrera de emociones

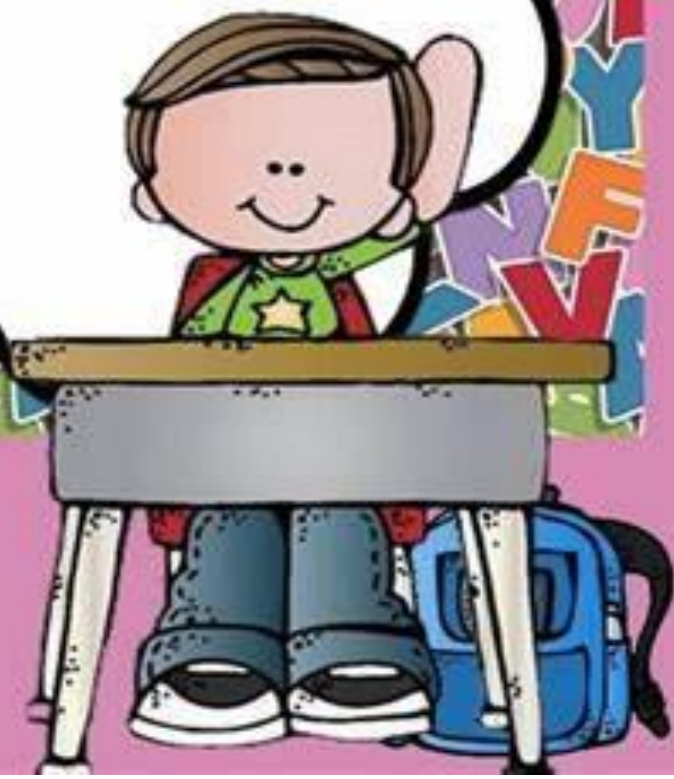
- Objetivo: Identificar emociones básicas a través del movimiento y el juego.
- Duración: 40 minutos
- Materiales: Carteles de emociones, conos, música.
- Metodología: Se organizan estaciones con diferentes emociones. Al llegar a cada estación, los estudiantes expresan la emoción asignada mediante gestos y palabras.
- Evaluación: Observación directa y retroalimentación grupal.





## Estrategia 2: Bingo emocional

- Objetivo: Reconocer emociones en distintas situaciones.
- Duración: 40 minutos
- Materiales: Tarjetas de bingo, fichas, parlante.
- Metodología: Se leen situaciones cotidianas. Los estudiantes marcan en sus cartones la emoción que creen que corresponde.
- Evaluación: Revisión colectiva de aciertos y reflexiones individuales.





### **Estrategia 3: Ruleta emocional**

- **Objetivo:** Expresar emociones a través del lenguaje verbal y corporal.
- **Duración:** 40 minutos
- **Materiales:** Ruleta, tarjetas con retos emocionales.
- **Metodología:** Se gira la ruleta y el estudiante debe representar la emoción que le toca, mediante gestos, sonidos o frases.
- **Evaluación:** Participación activa y expresión clara de la emoción.





## Estrategia 4: Escena congelada

- Objetivo: Reflexionar sobre emociones en diferentes contextos.
- Duración: 40 minutos
- Materiales: Disfraces, marcador, pizarra.
- Metodología: Se dramatiza una situación y se congela la escena en un momento crítico. El grupo analiza qué emoción está en juego.
- Evaluación: Análisis colectivo de emociones representadas.





## **Unidad 2: Aprendo a gestionar y resolver**

**Propósito: Desarrollar estrategias para manejar emociones difíciles y resolver conflictos de forma asertiva.**

### **Estrategia 5: El dado del autocontrol**

- **Objetivo:** Aplicar estrategias de regulación emocional.
- **Duración:** 40 minutos
- **Materiales:** Dado gigante, tarjetas de estrategias.
- **Metodología:** Se lanza el dado y se realiza la técnica de autorregulación que aparece: respiración profunda, contar hasta 10, etc.
- **Evaluación:** Autoevaluación guiada por el docente.





### ***Estrategia 6: Eco emocional***

- Objetivo: Reconocer el impacto del lenguaje emocional.
- Duración: 40 minutos
- Materiales: Frases escritas, música relajante.
- Metodología: El docente dice una frase emocional, los estudiantes la repiten como eco, variando el tono y analizando su significado.
- Evaluación: Reflexión escrita sobre cómo cambia la emoción según el tono.





## ***Estrategia 7: Círculo de resolución***

- **Objetivo:** Practicar la resolución pacífica de conflictos.
- **Duración:** 40 minutos
- **Materiales:** Tarjetas con situaciones problemáticas.
- **Metodología:** En círculo, se leen conflictos ficticios y se debate cómo resolverlos sin pelear.
- **Evaluación:** Rúbrica de participación y aportes colaborativos.





## Estrategia 8: Rally cooperativo emocional

- **Objetivo:** Reforzar la empatía y el trabajo en equipo.
- **Duración:** 40 minutos
- **Materiales:** Carteles, cronómetro, tarjetas de retos.
- **Metodología:** Los estudiantes, en equipos, recorren estaciones con desafíos donde solo avanzan si colaboran emocionalmente.
- **Evaluación:** Observación directa y autoevaluación grupal.





## Recomendaciones metodológicas

- Establecer normas de respeto, escucha y confidencialidad desde la primera sesión.
- Promover la participación activa sin forzar la exposición emocional.
- Acompañar cada actividad con una breve reflexión final.
- Adaptar el lenguaje y nivel de profundidad según la madurez emocional del grupo.





## **Instrumentos de evaluación sugeridos**

- Rúbricas de observación.
- Cuestionarios iniciales y finales de habilidades socioemocionales.
- Diarios reflexivos de los estudiantes.
- Evaluación docente cualitativa (anecdotario, lista de cotejo).

