



Pontificia Universidad
Católica del Ecuador

SEDE
ESMERALDAS

TITULO:

Fortalecimiento de la educación emocional en los niños y niñas de 1ro. a 7mo. grado EGB de la Escuela “16 de Agosto”

**Previo al grado académico de Licenciada en Ciencias de la
Educación Básica**

Línea de investigación: Inclusión Educativa

AUTORA: María del Carmen Yela Yambay

ASESOR: Mgt. Sinay Vera

Febrero, 2024

Índice de contenidos

Índice de contenidos	2
I. INTRODUCCIÓN	4
2. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA	4
3. HIPÓTESIS DE ACCIÓN	6
4. JUSTIFICACIÓN	6
5. OBJETIVOS	8
5.1 General	8
5.2 Específicos	8
6. MARCO TEÓRICO.....	9
6.1 La educación emocional	9
6.2 El desarrollo emocional en la infancia.....	9
6.3 Importancia de la educación emocional.....	10
6.4 Las habilidades socioemocionales	11
6.5 Métodos de enseñanza en la educación emocional.....	12
6.6 La evaluación y medición de la educación emocional.....	13
7. METODOLOGIA	21
8. PROPUESTA	23
8.1 DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA	23
Tabla 1. CRONOGRAMA.....	24
8.2 EVALUACION DE LA PROPUESTA	25
ANEXO 1	28
SESIONES DE TRABAJO	28
ANEXO 2	42

Índice de Tablas

Tabla 2 Sesión: 1.....	28
Tabla 3 Sesión: 2.....	29
Tabla 4 Sesión: 3.....	31
Tabla 5 Sesión: 4.....	33
Tabla 6 Sesión: 5.....	35
Tabla 7 Sesión: 6.....	37
Tabla 8 Sesión: 7.....	38
Tabla 9 Sesión: Evaluación.....	40
Tabla 10 Sesión: 1. Rúbrica de evaluación	42
Tabla 11 Rúbrica de evaluación.....	43

I. INTRODUCCIÓN

La educación emocional es fundamental en el desarrollo integral de los niños, ya que les permite conocer y comprender sus propias emociones, así como también las de los demás. En este sentido, las escuelas rurales del cantón San Lorenzo tienen un papel importante en la formación emocional de los niños entre 5 a 12 años, ya que es el momento en que se están estableciendo las bases de su personalidad y de su forma de relacionarse con el mundo. La educación emocional en las escuelas debe ser un complemento a la formación académica, ya que enseña habilidades como la empatía, la resolución de conflictos, el autocontrol y la autoestima (Puertas et al., 2020).

La educación emocional en niños de 5 a 12 años debe ser un proceso gradual y adaptado a las necesidades y habilidades de cada niño. Es importante que los profesores estén capacitados para identificar las necesidades emocionales de cada uno de sus alumnos, así como para aplicar estrategias pedagógicas que fomenten la inteligencia emocional. La educación emocional también puede ser abordada de manera transversal en las distintas materias y actividades escolares, ya que las emociones están presentes en todas las áreas de la vida.

Además, la educación emocional en las escuelas es una herramienta eficaz para prevenir el acoso escolar, el cual puede tener graves consecuencias en la salud emocional de los niños. Al enseñar habilidades de comunicación, empatía y resolución de conflictos, se les brinda a los niños las herramientas necesarias para resolver situaciones difíciles de manera asertiva y sin recurrir a la violencia o el aislamiento social. Por tal motivo, el presente trabajo investigativo tiene la finalidad de preparar una propuesta para fortalecer la educación emocional en niños entre 5 a 12 años en la escuela como un requisito fundamental para su desarrollo integral y para fomentar un ambiente de convivencia sana y respetuosa. Para lograr tales fines, la investigación se desglosa en varias secciones que son:

2. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

En las últimas décadas, los estudios en las escuelas han evolucionado en muchas formas. Los enfoques pedagógicos han cambiado para incluir una mayor atención en el desarrollo de habilidades sociales, emocionales y cognitivas de los estudiantes, y se han implementado nuevas tecnologías y recursos educativos para mejorar el aprendizaje. Sin embargo, a pesar de estos avances, todavía existen problemáticas importantes en la educación,

una de ellas es la "falta de educación emocional". Este término se refiere a la ausencia de enseñanza y práctica en el desarrollo de habilidades emocionales y sociales necesarias para el bienestar personal y social de los estudiantes (Fernández et al., 2022).

La educación emocional es esencial para el desarrollo integral de los estudiantes. La capacidad de reconocer y regular las emociones, resolver conflictos y establecer relaciones interpersonales saludables es fundamental para la salud mental y el bienestar. Además, la educación emocional puede mejorar el rendimiento académico al disminuir el estrés, aumentar la motivación y mejorar la autoestima los cuales se ha podido observar en las aulas de la escuela.

A pesar de la importancia de la educación emocional, muchos sistemas educativos no la incluyen como una parte integral del plan de estudios. En algunos casos, se considera que el tiempo dedicado a enseñar habilidades emocionales es una pérdida de tiempo en comparación con los temas académicos tradicionales. También puede haber una falta de capacitación en los maestros para enseñar habilidades emocionales y sociales.

Además, existe la creencia equivocada de que las habilidades emocionales son innatas y no se pueden enseñar. Sin embargo, la educación emocional es una habilidad que se puede enseñar y aprender como cualquier otra habilidad.

La Escuela EGB "16 de Agosto" está ubicada en una zona rural, en la comuna "Alegría" del cantón San Lorenzo. Es una escuela catalogada en la escala de multigrado, desde 1ro hasta 7mo de EGB, posee 20 estudiantes, 7 varones y 13 niñas, en una sola aula y 1 docente. Entre los alumnos que asisten a clases se encuentran grupos de diversas etnias culturales. En este centro se pudo evidenciar que tiene dificultades de aprendizaje y de rendimiento escolar, los cuales se describen a continuación:

Debido a la ubicación en una zona rural, es posible que la escuela tenga limitaciones en cuanto a la disponibilidad de recursos y materiales educativos adecuados.

Existe escasez de personal docente, el hecho de que haya solo un docente para atender a 20 estudiantes de diferentes grados y con diferentes necesidades educativas puede ser un desafío significativo.

Es un aula catalogada como multigrado, el hecho de que los estudiantes de diferentes grados compartan una misma aula puede generar dificultades en el aprendizaje.

Existe diversidad cultural y lingüística el contexto menciona que existen grupos de diversas etnias culturales en la escuela.

Ausencia de programas de apoyo, es posible que la escuela carezca de programas de apoyo específicos para abordar las dificultades de aprendizaje de los estudiantes.

Carencia de apoyo familiar, en un entorno rural, es posible que algunos estudiantes enfrenten dificultades adicionales debido a la falta de apoyo y participación de sus familias en su educación.

Para llegar a la conclusión de si la escuela está aplicando o no "educación emocional", fue necesario evaluar varios aspectos. Algunos de los factores a considerar incluyeron: planes de estudio, actividades escolares, clima escolar, recursos educativos y formación de los docentes.

Fue importante observar si se llevan a cabo actividades escolares relacionadas con la educación emocional, tales como talleres, charlas, dinámicas grupales, entre otras. Además, se debe evaluar si el ambiente en la escuela es propicio para la educación emocional, si se fomenta la empatía, la comprensión, el diálogo y la resolución de conflictos de forma pacífica. Por otro lado, se analizó si la escuela cuenta con los recursos necesarios para la educación emocional, como libros, material didáctico, videos, entre otros. Todo estos, entre otros, determinó la existencia de la problemática en los diversos grados de la unidad educativa de lo que surge la siguiente interrogante:

¿Cómo ayudar que los niños y niñas de los grados del 1ro a 7mo EGB de la Escuela "16 de Agosto" a fortalecer la educación emocional?

3. HIPÓTESIS DE ACCIÓN

Esta propuesta se sustenta bajo la siguiente hipótesis:

Hipótesis: Fomentar la enseñanza de habilidades socioemocionales a través de juegos y actividades en el aula ayudará a mejorar el aprendizaje.

4. JUSTIFICACIÓN

En la actualidad, muchos niños y adolescentes enfrentan problemas emocionales como la ansiedad, la depresión y el estrés. Estas dificultades emocionales pueden afectar negativamente su rendimiento académico, su bienestar mental y su capacidad para relacionarse con los demás. En Escuela EGB "16 Agosto" de la comuna La Alegría del cantón San Lorenzo, se ha identificado la necesidad de implementar estrategias para la educación emocional en los estudiantes de 1ro a 7mo grado.

Abordar esta problemática es transcendental porque la educación emocional es esencial para el desarrollo integral de los niños y jóvenes. La capacidad de comprender y manejar las emociones es fundamental para una vida saludable y feliz, para el desarrollo de habilidades sociales como la empatía y la resolución de conflictos y mejorar el rendimiento educativo. Se ha seleccionado este tema para el proyecto porque la educación emocional es una necesidad que

se ha identificado en la comunidad educativa, y porque se busca promover el bienestar socioemocional de los estudiantes de la Escuela EGB "16 Agosto".

La responsabilidad de implementar esta estrategia recae en la dirección de la Escuela EGB "16 Agosto", en colaboración con el personal docente y la comunidad educativa en general. Si no se aplica una solución, los estudiantes pueden seguir enfrentando dificultades emocionales que pueden afectar su rendimiento académico y su bienestar en general. Además, la falta de habilidades socioemocionales puede tener consecuencias a largo plazo en la vida adulta de los estudiantes, como problemas de salud mental, social, laboral y vida académica universitaria. Es importante tener en cuenta que la educación emocional es un proceso continuo que debe ser apoyado por todas las partes involucradas en la educación de los estudiantes.

Esa así que es responsabilidad de las instituciones educativas promover la educación emocional de los estudiantes, ya que esto es esencial para su desarrollo integral. La educación emocional debe ser vista como una herramienta fundamental para el éxito académico y la felicidad personal de los estudiantes. Para abordar esta problemática, es necesario que los sistemas educativos reconozcan la importancia de la educación emocional y la integren en el plan de estudios de manera sistemática y coherente. Los maestros también necesitan capacitación y recursos para enseñar habilidades emocionales y sociales a sus estudiantes.

Se enfatiza que, la educación emocional es esencial para el desarrollo integral de los niños y jóvenes. Escuela EGB "16 Agosto" de la comuna La Alegría del cantón San Lorenzo, se ha identificado la necesidad de implementar una estrategia para la educación emocional en los estudiantes de 1ro. a 7mo grado. Esta problemática es común en muchas instituciones educativas, pero es especialmente importante abordarla en la Escuela EGB "16 Agosto" porque los estudiantes de esta comunidad pueden estar enfrentando desafíos socioeconómicos y culturales que aumentan su vulnerabilidad emocional.

Si no se aplica una solución, los estudiantes pueden seguir enfrentando dificultades emocionales que pueden afectar su bienestar y su éxito académico a largo plazo. La falta de habilidades socioemocionales también puede limitar su capacidad para relacionarse con los demás y para enfrentar desafíos en su vida adulta. Las instituciones educativas tienen un rol importante en la promoción de la educación emocional de los estudiantes. Es responsabilidad de estas instituciones brindar un ambiente seguro y de apoyo emocional para los estudiantes, y ofrecer programas que fomenten el desarrollo socioemocional de los estudiantes.

Por esta causa es importante tener una propuesta de trabajo para abordar esta problemática de manera efectiva y sistemática. La implementación de estrategias para la educación emocional en la Escuela EGB "16 Agosto" puede tener un impacto positivo en la

vida de los estudiantes, promoviendo su bienestar socioemocional y su éxito académico a largo plazo. Además, esta iniciativa también puede ser un modelo para otras instituciones educativas en la región.

5. OBJETIVOS

5.1 General

Implementar un programa de educación emocional en los niveles de 1ro. A 7mo grado de la Educación General Básica (EGB) para mejorar su bienestar emocional.

5.2 Específicos

- Indagar estudios sobre la educación emocional en la escuela.
- Seleccionar estrategias y actividades para el desarrollo emocional de los estudiantes de 1ero a 7mo de EGB
- Diseñar e implementar un plan de formación en educación emocional, para los estudiantes de 1ero a 7mo de EGB

6. MARCO TEÓRICO

En los últimos años, ha habido un creciente interés en la investigación sobre la educación emocional en niños. A continuación, se presentan algunas de la categoría y la subcategoría investigadas más relevantes y recientes sobre el tema:

6.1 La educación emocional

La educación emocional es una disciplina que se centra en el desarrollo de habilidades y competencias emocionales en las personas. Esta se enfoca en brindar herramientas y estrategias para que las personas puedan comprender, expresar y regular sus emociones de manera adecuada, lo que les permite tener una mejor calidad de vida y relaciones interpersonales más saludables. En este sentido, la educación emocional se enfoca en el bienestar socioemocional de las personas (García, 2020).

La educación emocional es importante porque las emociones son una parte fundamental de la experiencia humana. Las emociones nos permiten experimentar la vida con intensidad y nos ayudan a adaptarnos a situaciones diversas. Sin embargo, a menudo no sabemos cómo manejar nuestras emociones, lo que puede llevar a problemas de salud mental, estrés, ansiedad y conflictos interpersonales. La educación emocional busca proporcionar herramientas y habilidades para manejar estas situaciones de manera efectiva (Alzate et al., 2020).

La educación emocional tiene una base teórica en las ciencias sociales, la psicología y la neurociencia. En este sentido, se basa en la comprensión de cómo funcionan las emociones y cómo se relacionan con el comportamiento humano. La educación emocional también se basa en la idea de que las emociones pueden ser aprendidas, por lo que se pueden enseñar habilidades emocionales para mejorar el bienestar socioemocional de las personas comenzando desde la niñez en el hogar e instituciones educativas.

La educación emocional puede ser aplicada en diferentes contextos, como la educación formal, la familia, la terapia, entre otros. En el contexto de la educación formal, la educación emocional se enfoca en enseñar a los estudiantes habilidades emocionales para que puedan tener relaciones interpersonales saludables, tomar decisiones adecuadas y manejar el estrés y la ansiedad.

6.2 El desarrollo emocional en la infancia

El desarrollo emocional en la infancia es un proceso clave en el crecimiento y bienestar socioemocional de los niños. Durante los primeros años de vida, los niños experimentan una amplia gama de emociones y sentimientos, y aprenden a reconocer, comprender y regular sus propias emociones y las de los demás. Uno de los principales hitos del desarrollo emocional en

la infancia es la adquisición de la autoconciencia emocional, es decir, la capacidad de reconocer y comprender sus propias emociones. Los niños comienzan a identificar sus emociones básicas, como la felicidad, la tristeza, la ira, el miedo y aprenden a expresarlas de manera adecuada.

A medida que los niños crecen, también desarrollan la capacidad de comprender las emociones de los demás, lo que se conoce como empatía. La empatía les permite conectarse con los demás y entender sus perspectivas, lo que es fundamental para la formación de relaciones interpersonales saludables. Otro hito importante en el desarrollo emocional de los niños es la adquisición de habilidades sociales. Esto incluye la capacidad de comunicarse de manera efectiva, resolver conflictos y trabajar en equipo. Las habilidades sociales son esenciales para el éxito académico y la vida en sociedad (Gutiérrez Tapias, 2018).

El desarrollo emocional en la infancia también incluye la regulación emocional, es decir, la capacidad de controlar y manejar las emociones de manera adecuada. Los niños aprenden a reconocer las señales de sus emociones y a utilizar estrategias para manejarlas de manera efectiva, lo que les permite reducir el estrés y la ansiedad. Es importante destacar que la educación emocional es fundamental en el desarrollo emocional de los niños. La educación emocional se enfoca en brindar herramientas y estrategias para que los niños puedan comprender, expresar y regular sus emociones de manera adecuada. La educación emocional ayuda a los niños a desarrollar habilidades emocionales importantes como la autoconciencia, la empatía, las habilidades sociales y la regulación emocional.

6.3 Importancia de la educación emocional

Según Fernández et al. (2022) expresan que, la educación emocional desempeña un papel fundamental en la vida de los niños al brindarles un conjunto de herramientas y habilidades que les permiten comprender, expresar y regular sus emociones de manera efectiva. Esta forma de educación se ha vuelto cada vez más reconocida y valorada en los últimos años, ya que se ha demostrado que no solo influye en el bienestar emocional de los niños, sino que también tiene un impacto significativo en su desarrollo socioemocional, académico y personal a largo plazo.

La educación emocional ayuda a los niños a comprender y reconocer sus propias emociones. Les enseña a identificar y etiquetar emociones como la alegría, la tristeza, el enojo, el miedo o la frustración, lo que les permite desarrollar una mayor conciencia de sí mismos. Al comprender sus propias emociones, los niños pueden aprender a manejarlas de manera adecuada y evitar respuestas impulsivas o destructivas. Esta habilidad es especialmente importante en situaciones estresantes o conflictivas, donde la capacidad de reconocer y

gestionar las emociones puede marcar la diferencia en la forma en que los niños se relacionan con los demás y resuelven problemas.

Mejora la salud mental: La educación emocional ayuda a los niños a reconocer y manejar el estrés y la ansiedad, lo que puede mejorar su salud mental y prevenir problemas emocionales en el futuro.

Fomenta relaciones interpersonales saludables: La educación emocional enseña a los niños a comprender y respetar las emociones de los demás, lo que les permite formar relaciones interpersonales saludables y satisfactorias en un ambiente social y escolar.

Aumenta el rendimiento académico: La educación emocional puede mejorar el rendimiento académico de los niños al ayudarles a regular sus emociones y mejorar su capacidad de concentración y aprendizaje.

Desarrolla habilidades sociales: La educación emocional enseña a los niños habilidades sociales importantes, como la comunicación efectiva, la resolución de conflictos y el trabajo en equipo, que son esenciales en la vida diaria en la institución educativa (Rosero et al., 2021).

Fomenta la resiliencia: La educación emocional ayuda a los niños a desarrollar la capacidad de recuperarse de situaciones adversas y superar los desafíos emocionales.

Prepara para la vida adulta: La educación emocional enseña habilidades y estrategias que son importantes en la vida adulta, como la toma de decisiones efectiva, la resolución de problemas y la gestión del estrés (García, 2012).

6.4 Las habilidades socioemocionales

Las habilidades socioemocionales son aquellas habilidades que permiten a las personas comprender y regular sus emociones, así como interactuar efectivamente con los demás. Estas habilidades incluyen (Torres, 2023):

Conciencia emocional: La capacidad de identificar y comprender las emociones propias y de los demás.

Regulación emocional: La capacidad de manejar y regular las emociones propias de manera efectiva.

Empatía: La capacidad de entender y sentir las emociones de los demás.

Comunicación efectiva: La capacidad de expresar las emociones y pensamientos de manera clara y respetuosa.

Resolución de conflictos: La capacidad de manejar y resolver los conflictos de manera pacífica y efectiva.

Trabajo en equipo: La capacidad de trabajar con otros para lograr objetivos comunes.

Toma de decisiones efectiva: La capacidad de tomar decisiones informadas y considerar las consecuencias de las mismas.

Autoestima y autoeficacia: La capacidad de tener una imagen positiva de uno mismo y creer en la propia capacidad para lograr objetivos.

Estas habilidades son esenciales en la vida diaria y en el desarrollo de relaciones interpersonales saludables. La educación socioemocional permite a los niños desarrollar estas habilidades y utilizarlas de manera efectiva en situaciones sociales y emocionales complejas aprendidas en el aula escolar. Al fomentar estas habilidades en los niños, se les brinda herramientas importantes para su bienestar emocional y social, y se les prepara para enfrentar los desafíos de la vida adulta de manera efectiva.

Las habilidades socioemocionales son un aspecto fundamental en el desarrollo integral de los niños, ya que les permiten comprender y regular sus emociones, y relacionarse de manera efectiva con los demás. Estas habilidades no solo son importantes en el ámbito social y emocional, sino que también tienen un impacto significativo en el éxito académico y laboral en la vida adulta.

La enseñanza de habilidades socioemocionales en la educación infantil no solo ayuda a los niños a tener una mejor calidad de vida emocional, sino que también contribuye a mejorar su rendimiento académico y su capacidad para adaptarse a nuevas situaciones y resolver problemas. Estas habilidades pueden enseñarse de manera explícita a través de programas de educación socioemocional, o de manera implícita a través de actividades y situaciones cotidianas en el aula (Gutiérrez & Buitrago, 2019).

Las habilidades socioemocionales también están relacionadas con el desarrollo de competencias clave como la creatividad, la innovación y el pensamiento crítico. Al desarrollar habilidades emocionales, los niños pueden aprender a trabajar en equipo, a tomar decisiones informadas y a resolver conflictos de manera efectiva, lo que les brinda las herramientas necesarias para enfrentar los desafíos del mundo moderno.

6.5 Métodos de enseñanza en la educación emocional

Existen diversos métodos y enfoques que se pueden utilizar para enseñar educación emocional en el aula. A continuación, se presentan algunos de ellos:

Aprendizaje experiencial: Este enfoque se basa en el aprendizaje a través de la experiencia directa y la reflexión posterior. Los estudiantes participan en actividades prácticas que les permiten experimentar diferentes emociones y luego reflexionan sobre cómo se sintieron y cómo pueden aplicar lo aprendido en su vida diaria (Anzelin et al., 2020).

Juegos de roles: Los juegos de roles permiten a los estudiantes experimentar diferentes situaciones sociales y emocionales y practicar habilidades como la empatía, la comunicación efectiva y la resolución de conflictos. Los estudiantes pueden actuar como personas en diferentes roles, incluyendo situaciones difíciles, y practicar la gestión emocional y la toma de decisiones.

Modelado: Los maestros pueden modelar habilidades socioemocionales y comportamientos positivos para los estudiantes. Al mostrar cómo regular las emociones, comunicarse de manera efectiva y resolver conflictos, los maestros pueden inspirar a los estudiantes a hacer lo mismo.

Discusión en grupo: Las discusiones en grupo permiten a los estudiantes compartir sus propias experiencias y perspectivas sobre temas emocionales y sociales. Los estudiantes pueden aprender a escuchar y respetar las opiniones de los demás, a expresar sus propias emociones y pensamientos de manera efectiva y a practicar la empatía.

Enseñanza directa: La enseñanza directa implica la presentación de información y estrategias de manera explícita a los estudiantes. Los maestros pueden utilizar materiales didácticos, como libros y videos, para enseñar habilidades emocionales específicas y proporcionar estrategias para manejar las emociones y las situaciones sociales.

Aprendizaje basado en proyectos: El aprendizaje basado en proyectos implica que los estudiantes trabajen juntos para crear un proyecto relacionado con un tema emocional o social específico. Los estudiantes pueden aplicar habilidades emocionales y sociales, como la comunicación efectiva y la resolución de conflictos, para trabajar en equipo y crear un producto final.

Ejercicios de relajación y meditación: Los ejercicios de relajación y meditación pueden ayudar a los estudiantes a aprender a relajarse y regular sus emociones. Los maestros pueden enseñar técnicas de respiración, visualización y relajación muscular para ayudar a los estudiantes a gestionar el estrés y la ansiedad.

Aprendizaje basado en proyectos: El aprendizaje basado en proyectos implica que los estudiantes trabajen juntos para crear un proyecto relacionado con un tema emocional o social específico. Los estudiantes pueden aplicar habilidades emocionales y sociales, como la comunicación efectiva y la resolución de conflictos, para trabajar en equipo y crear un producto final (Martínez, 2021).

6.6 La evaluación y medición de la educación emocional

La evaluación y medición de la educación emocional son aspectos fundamentales para determinar el impacto y la eficacia de los programas implementados. A continuación, se

presentan dos objetivos específicos relacionados con la evaluación y medición de la educación emocional:

1. Diseñar y aplicar instrumentos de evaluación que permitan medir las habilidades emocionales de los estudiantes antes y después de la implementación del programa de educación emocional. Estos instrumentos pueden incluir cuestionarios, escalas de medición y observación directa para evaluar aspectos como el reconocimiento y la expresión de emociones, la empatía, el manejo de conflictos y la autorregulación emocional.
2. Realizar un seguimiento periódico y sistemático de los indicadores emocionales y conductuales de los estudiantes a lo largo del programa de educación emocional. Esto implica la recopilación de datos sobre el bienestar emocional, el clima escolar, la calidad de las relaciones interpersonales y la resolución de conflictos. Estos datos pueden recopilarse a través de encuestas, diarios emocionales, entrevistas o registros de observación.
3. Analizar y utilizar los resultados de la evaluación para realizar ajustes y mejoras en el programa de educación emocional. Los datos recopilados deben ser analizados de manera sistemática y utilizada para retroalimentar el diseño y la implementación del programa, identificando áreas de mejora y fortaleza. Esto permitirá tomar decisiones informadas y adaptar las estrategias pedagógicas de acuerdo con las necesidades y características de los estudiantes.
4. Evaluar el impacto a largo plazo de la educación emocional en los estudiantes. Además de las evaluaciones iniciales y de seguimiento durante el programa, es importante realizar evaluaciones posteriores para determinar si los beneficios de la educación emocional se mantienen en el tiempo. Esto puede incluir seguimientos a largo plazo de los estudiantes y análisis de indicadores como el rendimiento académico, la satisfacción con la vida, las relaciones interpersonales y la salud emocional.
5. Establecer colaboraciones con expertos en el campo de la educación emocional para garantizar la validez y confiabilidad de los instrumentos de evaluación utilizados. La colaboración con profesionales especializados en la medición de habilidades emocionales y el diseño de programas de educación emocional puede brindar una mayor rigurosidad y asegurar la calidad de la evaluación realizada.

5.7. El desarrollo emocional desde la escolarización hasta 7mo año

Cambios emocionales y cognitivos durante la etapa de la escolarización hasta la pubertad

Durante la etapa de la escolarización hasta la pubertad, los niños experimentan una serie de cambios emocionales y cognitivos significativos que son parte natural de su desarrollo. Estos cambios tienen un impacto profundo en su forma de percibir el mundo, relacionarse con los

demás y regular sus propias emociones. Es importante comprender estos cambios para poder apoyar adecuadamente a los estudiantes durante esta etapa crucial de su vida.

En términos cognitivos, los niños experimentan un aumento en su capacidad de pensar de manera abstracta y realizar operaciones mentales más complejas. Esto les permite adquirir un mayor nivel de comprensión, análisis y razonamiento. Sin embargo, esta nueva capacidad cognitiva también puede llevar a una mayor autocrítica y a la aparición de inseguridades, ya que los niños pueden ser más conscientes de sus propias limitaciones y compararse con los demás.

En cuanto a los cambios emocionales, los niños experimentan una amplia gama de emociones más intensas y complejas. Pueden experimentar un aumento en la sensibilidad emocional y volverse más conscientes de sus propios sentimientos y de los de los demás. Los cambios hormonales propios de la pubertad también pueden desencadenar cambios de humor, impulsividad y cambios en la autopercepción.

Es importante tener en cuenta que estos cambios emocionales y cognitivos pueden influir en el comportamiento de los estudiantes en el entorno escolar. Pueden manifestar una mayor resistencia a la autoridad, buscar independencia, cuestionar normas y explorar su identidad. Al mismo tiempo, pueden experimentar una mayor necesidad de pertenencia y buscar la aceptación de sus pares.

Como educadores, es fundamental brindar un ambiente seguro y de apoyo que permita a los estudiantes explorar y expresar sus emociones y pensamientos de manera constructiva. Debemos fomentar la empatía, el respeto y la comunicación abierta, para ayudarles a comprender y manejar sus emociones de manera saludable. Además, debemos ser conscientes de las diferencias individuales en el ritmo de desarrollo emocional y cognitivo, y adaptar nuestras estrategias pedagógicas en consecuencia.

Desarrollo de la inteligencia emocional y su impacto en el bienestar emocional de los niños y adolescentes

El desarrollo de la inteligencia emocional es fundamental en el bienestar emocional de los niños y adolescentes durante la etapa de la escolarización hasta la pubertad. La inteligencia emocional se refiere a la capacidad de reconocer, comprender y manejar las propias emociones, así como las de los demás. Este conjunto de habilidades emocionales es esencial para establecer relaciones saludables, regular las emociones de manera adecuada y tomar decisiones conscientes y equilibradas.

Cuando los niños y adolescentes desarrollan la inteligencia emocional, son más capaces de identificar y nombrar sus emociones, lo que les permite expresarlas de manera apropiada. Además, adquieren la capacidad de comprender las emociones de los demás, fomentando la empatía y la capacidad de establecer vínculos significativos. Al aprender a regular sus emociones, pueden gestionar el estrés, la frustración y el enojo de manera más efectiva, evitando comportamientos impulsivos y destructivos.

El impacto de la inteligencia emocional en el bienestar emocional de los niños y adolescentes es significativo. Al tener una mayor conciencia emocional y habilidades para manejar las emociones, los estudiantes pueden desarrollar una autoestima saludable, aumentar su autoconfianza y mejorar su capacidad de adaptación. Además, la inteligencia emocional promueve la resiliencia, permitiendo a los jóvenes enfrentar los desafíos y superar los obstáculos que puedan surgir en su vida.

La inteligencia emocional también juega un papel crucial en el ámbito académico. Los estudiantes con un alto nivel de inteligencia emocional suelen tener un mejor rendimiento académico, ya que pueden manejar el estrés relacionado con los exámenes, las presiones sociales y las demandas escolares. Además, la inteligencia emocional está estrechamente relacionada con habilidades importantes como la motivación, el autocontrol y la toma de decisiones, que son fundamentales para el éxito académico y personal.

Como educadores, es nuestra responsabilidad fomentar y cultivar el desarrollo de la inteligencia emocional en nuestros estudiantes. Podemos lograr esto mediante la implementación de programas de educación emocional, actividades de conciencia emocional, el fomento del diálogo y la expresión emocional, así como el modelado de comportamientos emocionalmente inteligentes. Al invertir en el desarrollo de la inteligencia emocional, estamos brindando a los niños y adolescentes herramientas poderosas para el bienestar emocional, el éxito académico y una vida equilibrada y satisfactoria.

Influencia del entorno escolar en el desarrollo emocional de los estudiantes

El entorno escolar desempeña un papel crucial en el desarrollo emocional de los estudiantes durante la etapa de la escolarización hasta la pubertad. El ambiente en el que los niños y adolescentes pasan la mayor parte de su tiempo tiene un impacto significativo en su bienestar emocional y en la adquisición de habilidades emocionales.

En primer lugar, el clima escolar y la cultura de la escuela juegan un papel fundamental. Un entorno escolar positivo, inclusivo y respetuoso fomenta la confianza, el sentido de pertenencia y la seguridad emocional de los estudiantes. Esto les permite expresar sus emociones de manera abierta y recibir apoyo de sus compañeros y educadores. Por otro lado,

un clima escolar negativo, marcado por el acoso, la discriminación o la falta de apoyo emocional, puede tener consecuencias devastadoras para el bienestar emocional de los estudiantes.

Además, los educadores tienen una influencia significativa en el desarrollo emocional de los estudiantes. Los profesores pueden crear un ambiente de aula seguro y acogedor, donde los estudiantes se sientan valorados y escuchados. Al proporcionar apoyo emocional, fomentar la empatía y enseñar habilidades de regulación emocional, los educadores pueden ayudar a los estudiantes a desarrollar una mayor inteligencia emocional y a manejar sus emociones de manera saludable.

El currículo escolar también puede tener un impacto en el desarrollo emocional de los estudiantes. La inclusión de la educación emocional como parte integral del currículo puede proporcionar a los estudiantes las herramientas necesarias para comprender y manejar sus emociones. Al enseñarles a identificar y expresar sus sentimientos, a resolver conflictos de manera constructiva y a cultivar la empatía, se les está preparando para enfrentar los desafíos emocionales de la vida.

Por último, la interacción entre compañeros también influye en el desarrollo emocional de los estudiantes. Las relaciones sociales que se establecen en el entorno escolar pueden tener un impacto significativo en el bienestar emocional. La promoción de la amistad, la cooperación y el respeto mutuo entre los estudiantes puede fomentar un sentido de comunidad y apoyo emocional.

Estrategias y técnicas de educación emocional para promover el desarrollo emocional saludable durante la etapa de la escolarización hasta la pubertad

Promover el desarrollo emocional saludable durante la etapa de la escolarización hasta la pubertad ayudará para el bienestar de los estudiantes. Afortunadamente, existen diversas estrategias y técnicas de educación emocional que los educadores pueden implementar en el entorno escolar para apoyar este desarrollo:

Enseñanza de habilidades emocionales: Introducir a los estudiantes en el mundo de las emociones es esencial. Se pueden enseñar habilidades como la identificación y la expresión emocional, el reconocimiento de las emociones en los demás, la regulación emocional y el manejo del estrés. Esto se puede lograr a través de actividades prácticas, juegos de roles, discusiones grupales y ejercicios de escritura o dibujo (Bulás et al., 2020)

Fomento de la empatía: La empatía es una habilidad esencial para el desarrollo emocional saludable. Los educadores pueden promoverla mediante actividades que fomenten la comprensión y la conexión emocional con los demás. Estas actividades pueden incluir

discusiones sobre perspectivas diferentes, lecturas de cuentos que aborden temas emocionales y ejercicios de empatía, como ponerse en el lugar de otra persona

Promoción del autoconocimiento: Ayudar a los estudiantes a desarrollar una mayor conciencia de sus propias emociones, pensamientos y valores es clave para su desarrollo emocional. Los educadores pueden utilizar técnicas como el diario emocional, la reflexión personal y la práctica de la atención plena para que los estudiantes exploren su mundo interior y se conecten con sus emociones y necesidades (Calderón et al., 2014).

Resolución de conflictos y habilidades de comunicación: Enseñar a los estudiantes cómo resolver conflictos de manera constructiva y cómo comunicarse de manera efectiva puede fortalecer su inteligencia emocional. Los educadores pueden enseñar estrategias de resolución de problemas, técnicas de escucha activa y habilidades de comunicación asertiva para que los estudiantes aprendan a expresar sus emociones y necesidades de manera adecuada (Ramón et al., 2019).

Creación de un ambiente de apoyo: Un entorno escolar seguro y de apoyo es fundamental para promover el desarrollo emocional saludable. Los educadores pueden fomentar la confianza y la conexión emocional creando un ambiente acogedor, estableciendo relaciones positivas con los estudiantes y promoviendo la participación activa y el respeto mutuo en el aula (Sánchez et al., 2019).

Desafíos emocionales comunes en niños y adolescentes durante esta etapa y cómo abordarlos

Durante la etapa de 1ro a 7mo grado de Educación General Básica (EGB) y la adolescencia, los niños y niñas pueden enfrentar una serie de desafíos emocionales que pueden ser:

Cambios físicos y desarrollo de la identidad: Durante la adolescencia, los cambios físicos y hormonales pueden generar confusión e inseguridad. Es importante brindar apoyo emocional y una comunicación abierta. Los padres y educadores pueden ofrecer información precisa sobre los cambios corporales y promover una imagen corporal positiva (Ovejero, 2015).

Presión académica: A medida que los niños avanzan en la escuela, la carga académica puede aumentar, lo que puede generar estrés y ansiedad. Es importante establecer expectativas realistas y fomentar hábitos de estudio saludables. Brindar apoyo emocional, ayudar a planificar tareas y enseñar habilidades de manejo del tiempo puede ser beneficioso (Pérez & Santelices, 2016).

Relaciones sociales: Durante esta etapa, los niños y adolescentes pueden experimentar conflictos con amigos, sentirse excluidos o enfrentar problemas de autoestima. Fomentar habilidades sociales, como la empatía y la resolución de conflictos, puede ayudarles a lidiar con estos desafíos. Además, animar la participación en actividades extracurriculares puede brindar oportunidades para establecer nuevas amistades (Cadena et al., 2020).

Presión de grupo y conformidad: Los adolescentes a menudo enfrentan la presión de conformarse con el grupo y seguir las normas sociales. Es importante fomentar la autonomía y el pensamiento crítico en los niños, animándolos a tomar decisiones basadas en sus valores y creencias personales. Además, abrir un espacio de diálogo y escucha activa puede ayudarles a expresar sus preocupaciones y enfrentar la presión de grupo de manera saludable (Zarzar, 2015).

Cambios emocionales y hormonales: Durante la adolescencia, las fluctuaciones hormonales pueden afectar el estado de ánimo de los jóvenes. Es importante reconocer y validar sus emociones, brindar un ambiente seguro para expresarse y enseñar estrategias de regulación emocional, como la respiración profunda o la práctica de actividades relajantes (Sada, 2009).

Uso de la tecnología y redes sociales: Los niños y adolescentes están expuestos a un uso cada vez mayor de la tecnología y las redes sociales, lo que puede tener un impacto en su bienestar emocional. Es importante establecer límites saludables en cuanto al uso de la tecnología y fomentar un equilibrio entre la vida en línea y offline. También se puede enseñar sobre la importancia de la privacidad, el cyber acoso y cómo mantener relaciones saludables en línea (Molinero & Chávez, 2019).

El papel de los educadores y profesionales en la promoción del desarrollo emocional en el entorno escolar

Los educadores y profesionales desempeñan un papel interesante en la promoción del desarrollo emocional en el entorno escolar. Se resalta a continuación algunas formas en las que se pueden ayudar a los niños y niñas de 1ro a 7mo grado de EGB en su desarrollo emocional:

Crear un entorno seguro y de apoyo: Los educadores pueden establecer un ambiente seguro y acogedor en el aula, donde los niños se sientan cómodos para expresar sus emociones y compartir sus experiencias. Esto implica establecer normas claras sobre el respeto y la empatía, y fomentar la aceptación de la diversidad emocional.

Enseñar habilidades socioemocionales: Los educadores pueden incorporar la enseñanza de habilidades socioemocionales en el currículo escolar. Esto incluye habilidades como la identificación y regulación emocional, la empatía, la resolución de conflictos y la toma de decisiones responsables. Estas habilidades pueden ser enseñadas a través de actividades

prácticas, juegos de rol, discusiones en grupo y proyectos colaborativos (Gutiérrez & Buitrago, 2019).

Fomentar la comunicación abierta: Los educadores pueden crear un espacio de comunicación abierta donde los niños se sientan cómodos para hablar sobre sus emociones y preocupaciones. Esto implica escuchar activamente, validar las emociones de los niños y brindarles retroalimentación positiva. También es importante que los educadores estén disponibles para ofrecer apoyo individualizado cuando sea necesario.

Promover la empatía y la comprensión: Los educadores pueden fomentar la empatía y la comprensión al enseñar a los niños sobre las diferentes emociones y perspectivas. Pueden organizar actividades que promuevan la colaboración y el trabajo en equipo, alentando a los niños a ponerse en el lugar de los demás y a entender cómo se sienten los demás (Vital et al., 2020).

Brindar modelos de rol positivos: Los educadores pueden servir como modelos de rol positivos al expresar y manejar sus propias emociones de manera saludable. Esto implica mostrar respeto, paciencia y compasión hacia los demás. Los educadores también pueden contar historias o ejemplos de la vida real que ilustren cómo enfrentar y superar desafíos emocionales.

Colaborar con padres y familias: La colaboración entre educadores y padres es fundamental para el desarrollo emocional de los niños. Los educadores pueden mantener una comunicación abierta y regular con los padres, compartiendo información sobre el progreso emocional de los niños y brindando sugerencias para apoyar su desarrollo en el hogar (Gutiérrez & Buitrago, 2019).

7. METODOLOGIA

La metodología utilizada en esta propuesta de educación emocional para niños de 1ro. a 7mo grado de Educación General Básica se basa en un enfoque participativo y experiencial, que busca involucrar activamente a los estudiantes en su propio proceso de desarrollo emocional. El objetivo es crear un ambiente de aprendizaje interactivo y reflexivo que promueva el autoconocimiento, la empatía y las habilidades sociales. A continuación, se describe cómo se trabajará esta propuesta:

Enfoque Participativo: La metodología se centrará en la participación activa de los estudiantes. Se fomentará el diálogo, la discusión en grupos pequeños y las actividades prácticas que permitan a los estudiantes compartir sus experiencias, pensamientos y emociones. Esto promoverá un sentido de pertenencia y cohesión en el grupo.

Aprendizaje Experiencial: Se priorizará el aprendizaje a través de la experiencia. Las actividades prácticas, los juegos, los ejercicios de role-playing y las reflexiones personales permitirán a los estudiantes vivir las emociones y situaciones en un entorno controlado. Esta experiencia facilitará una comprensión más profunda de los conceptos emocionales y habilidades sociales.

Secuencia Lógica: La propuesta sigue una secuencia lógica en las sesiones, comenzando con la conciencia emocional y avanzando hacia la regulación, la resiliencia y las habilidades sociales. Esta secuencia permite que los estudiantes desarrollen gradualmente una base sólida en el manejo emocional y las relaciones interpersonales.

Aplicabilidad Práctica: Se enfocará en cómo las habilidades emocionales pueden aplicarse en situaciones cotidianas. Las actividades y ejercicios estarán diseñados para que los estudiantes puedan relacionar lo aprendido con sus vidas diarias, lo que fomentará la transferencia de habilidades emocionales al entorno real.

Colaboración y Comunicación: Se fomentará la colaboración entre los estudiantes a través de juegos cooperativos y actividades grupales. Esto permitirá que los niños desarrollen habilidades de trabajo en equipo, comunicación efectiva y empatía mientras interactúan y aprenden unos de otros.

Autoevaluación y Reflexión: Se incluirán momentos de reflexión personal y grupal después de cada actividad. Los estudiantes serán alentados a evaluar cómo se sintieron, qué aprendieron y cómo podrían aplicar lo aprendido en diferentes situaciones.

Adaptación a Diversas Edades: La metodología se adaptará a las diferentes edades y etapas de desarrollo de los estudiantes. Las actividades y ejemplos serán ajustados para ser relevantes

y comprensibles para cada grupo de edad, asegurando así que el aprendizaje sea apropiado y efectivo.

Evaluación Continua: Se realizará una evaluación continua durante todo el proceso. Se observará el progreso de los estudiantes en la identificación y manejo emocional, así como en el desarrollo de habilidades sociales. La retroalimentación de los estudiantes y los resultados obtenidos serán considerados para ajustar las sesiones según sea necesario.

Recursos Variados: Se utilizarán una variedad de recursos, como presentaciones visuales, tarjetas con emociones, juegos, ejercicios de relajación y más. Estos recursos mantendrán el interés de los estudiantes y ofrecerán diferentes formas de aprender y practicar.

Las metodologías cualitativas se utilizan para abordar cuestionamientos que no pueden medirse directamente, centrándose en la obtención de información basada en experiencias y percepciones de los participantes que son relevantes para la investigación.

8. PROPUESTA

8.1 DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA

La educación emocional es fundamental para el desarrollo integral de los niños, ya que les brinda herramientas para reconocer, comprender y gestionar sus emociones de manera adecuada. En la Escuela "16 de Agosto", ubicada en la comuna " La Alegría" del cantón San Lorenzo, se ha identificado una falta de cohesión empática dentro de las aulas.

Para abordar esta problemática, se propone implementar un programa de educación emocional que se centre en juegos y actividades interactivas, que permitan a los estudiantes adquirir habilidades socioemocionales y mejorar su proceso de aprendizaje.

Objetivos:

- Promover la conciencia emocional en los estudiantes, ayudándolos a identificar y comprender sus propias emociones y las de los demás.
- Desarrollar habilidades de regulación emocional, para que los estudiantes aprendan a gestionar y expresar sus emociones de forma adecuada.
- Fomentar el desarrollo de habilidades sociales, promoviendo la empatía, la comunicación efectiva y la resolución pacífica de conflictos.
- Mejorar el clima emocional en el aula, creando un ambiente seguro y respetuoso que favorezca el aprendizaje.

Tabla 1. CRONOGRAMA

Etapas	Sesiones	Tema	Temporalización															
			Mes 1				Mes 2				Mes 3				Mes 4			
Inicio	Sesión 1	Dinámica y socialización de la propuesta de intervención.	X															
	Sesión 2	Expresión emocional a través del dibujo		X	X	X												
Desarrollo	Sesión 3	Termómetro de emociones					X	X	X									
	Sesión 4	Técnicas de respiración, visualización y relajación								X	X	X						
	Sesión 5	Botiquín emocional										X	X	X				
	Sesión 6	Juegos cooperativos y habilidades sociales.												X	X	X		
	Sesión 7	Revisión y presentación del concepto de resiliencia														X	X	
Final	Evaluación	Evaluación de las sesiones															X	X

Fuente: Elaboración propia del autor, 2023

Esta tabla muestra las actividades planificadas para cada semana del programa de Educación Emocional. Dividida para 4 meses. Cada semana tiene su respectiva descripción de las actividades a realizar por sesiones. Cada sesión tiene un el lapso de 2 horas.

8.2 EVALUACION DE LA PROPUESTA

En el análisis de la propuesta de educación emocional para niños de 1ro, a 7mo grado de Educación General Básica (EGB), se destaca la inclusión de anexos que demuestran una planificación integral (Anexo 1), y una orientación práctica para la implementación del programa.

El Anexo 2, revela un enfoque detallado en la evaluación de habilidades emocionales específicas, proporcionando criterios claros y niveles de desempeño que permitirán una evaluación precisa y constructiva del progreso de los estudiantes.

Este anexo refleja una comprensión profunda de las metas del programa al abordar aspectos cruciales como la conciencia emocional, la regulación emocional y la resolución de conflictos. La inclusión de niveles de desempeño, desde **INSUFICIENTE, SUFICIENTE, y SOBRESALIENTE**, proporciona una herramienta clara para medir la adquisición de habilidades emocionales a lo largo del tiempo. Además, la rúbrica destaca la importancia de la autoevaluación y la reflexión de aspectos esenciales para el desarrollo emocional continuo de los estudiantes.

En cuanto al Anexo 3, el mismo expande la evaluación a dimensiones más amplias, como la resiliencia y la interacción social. Esta escala, con una clasificación de cuatro puntos: **SIEMPRE, AVECES, ESCASAMENTE, NUNCA**. Ofrece una visión más completa de las habilidades emocionales y sociales de los estudiantes. La inclusión de aspectos como compartir opiniones grupales y respetar las opiniones de los demás resalta la importancia de las habilidades sociales en el contexto educativo.

Todos los anexos se complementan entre sí, proporcionando una evaluación holística de las habilidades emocionales y sociales de los estudiantes. La metodología propuesta en la propuesta, junto con estos anexos, demuestra una comprensión profunda de las necesidades emocionales de los estudiantes y ofrece un enfoque práctico y medible para su desarrollo. La inclusión de momentos de autoevaluación y reflexión sugiere una atención cuidadosa no solo a los resultados finales, sino también al proceso continuo de crecimiento emocional de los estudiantes.

REFERENCIAS

- Bulás, M., Ramírez, A., & Corona, M. (2020). Relevancia de las competencias emocionales en el proceso de enseñanza aprendizaje a nivel de posgrado. *Revista de Estudios y Experiencias En Educación*, 19(39), 57–73. <https://doi.org/10.21703/REXE.20201939BULAS4>
- Cadena, M., Burgaleta, E., Andrade, S., Lopez, M., Gómez, A., & Merino, P. (2020). Conflicto empleo-familia y autopercepción de la salud desde una perspectiva de género. *Saúde e Sociedade*, 29(2), 1–14. <https://www.scielo.br/pdf/sausoc/v29n2/1984-0470-sausoc-29-02-e190033.pdf>
- Calderón, M., González, G., Salazar, P., & Washburn, S. (2014). El papel docente ante las emociones de niñas y niños de tercer grado. *Actualidades Investigativas En Educación*, 14(1), 157–179. http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-47032014000100008&lng=en&nrm=iso&tlng=es
- Fernández, C., Tripailaf, C., & Arias, K. (2022). Desafíos de la educación emocional en el sistema educativo escolar chileno. *Revista de Estudios y Experiencias En Educación*, 21(47), 272–286. <https://doi.org/10.21703/0718-5162202202102147015>
- García, C. (2020). La inteligencia emocional en el desarrollo de la trayectoria académica del universitario. *Revista Cubana de Educación Superior*, 39(2). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0257-43142020000200015&lng=es&nrm=iso&tlng=es
- Gutiérrez, A., & Buitrago, S. (2019). Las habilidades socioemocionales en los docentes: herramientas de paz en la escuela. *Praxis & Saber*, 10(24), 167–192. <https://doi.org/10.19053/22160159.V10.N25.2019.9819>
- Molinero, M., & Chávez, U. (2019). Herramientas tecnológicas en el proceso de enseñanza-aprendizaje en estudiantes de educación superior. *RIDE. Revista Iberoamericana Para La Investigación y El Desarrollo Educativo*, 10(19), 5. <https://doi.org/10.23913/RIDE.V10I19.494>
- Ovejero, A. (2015). Psicología social e identidad: dificultades para un análisis psicosociológico. *Papeles Del CEIC*, 2, 1–17. <https://www.redalyc.org/pdf/765/76541396003.pdf>
- Pérez, F., & Santelices, M. (2016). Sintomatología depresiva, estrés parental y funcionamiento familiar. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 25(3), 235–244. <https://www.redalyc.org/pdf/2819/281948416003.pdf>

- Ramón, M., García, M., & Olalde, A. (2019). Algunas consideraciones sobre la resolución de los conflictos escolares. *Conrado*, 1567, 135–142. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000200135
- Sada, R. (2009). *Cómo proporcionar educación sexual a niños, adolescentes y jóvenes*. Advanced Marketing s De RI De Cv.
- Sánchez, K., Montero, B., & Fuentes, I. (2019). La educación emocional en el proceso de enseñanza aprendizaje de la educación superior. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 48(1), 462–470. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572019000500013
- Vital, L., Valentín, O., & Gaeta, M. (2020). La empatía docente en educación preescolar: un estudio con educadores mexicanos. *Educação e Pesquisa*, 46, 1–18. <https://doi.org/10.1590/S1678-4634202046219377>
- Zarzar, C. (2015). *Métodos y Pensamiento Crítico 1*. Grupo Editorial Patria. <https://books.google.com.ec/books?id=EtBUCwAAQBAJ&pg=PA136&dq=pensamiento+critico&hl=en&sa=X&ved=0ahUKEwjRqZfn0YHgAhVPj1kKHWHpDwAQ6AEIKjAA#v=onepage&q=pensamiento+critico&f=false>

ANEXO 1

SESIONES DE TRABAJO

Tabla 2 Sesión: 1

Sesión: 1	Tiempo	2 horas	
Objetivo específico de la propuesta	Fortalecer la autoconfianza del alumnado mediante la generación de espacios donde puedan expresar sus opiniones, emociones y sentimientos libremente.		
Objetivo de la sesión	Socializar el plan de trabajo e introducir la importancia de la Educación Emocional en los niños y niñas por medio de las etiquetas, buenas y malas, que vienen impuestas desde el exterior que condicionan a los estudiantes y con ello la reflexión.		
Contenido	Dinámica de integración y socialización de la propuesta "La construcción de la autoestima"		
Actividades	Inicio:	Círculo de presentación, lectura y análisis de un texto sobre la autoestima, expresar opiniones sobre el texto.	Tiempo 20 min
	Desarrollo:	<p>Se les informara a los estudiantes sobre el tema de la sesión que se va a realizar.</p> <p>Actividad 1: "Etiquetas en mi vida" (10 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Breve sesión de lluvia de ideas donde los estudiantes comparten rápidamente las etiquetas que han recibido. • El objetivo es sensibilizar al grupo sobre la diversidad de etiquetas que pueden afectar la autoestima. <p>Actividad 2: "Cuerpo de etiquetas" (30 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes escriben en pequeñas etiquetas autoadhesivas las etiquetas que han recibido. • Pegarán estas etiquetas en sus cuerpos (ropa) y caminarán por la clase, observando las etiquetas de los demás. • Se fomenta la reflexión sobre cómo las etiquetas son visibles para los demás y afectan la percepción. <p>Actividad 3: "Asamblea de decisiones" (20 min)</p>	

		<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes se reúnen en un círculo y, de manera moderada, comparten sus experiencias al elegir etiquetas que quieren conservar o eliminar. • La moderación facilita el diálogo y promueve la participación de todos. <p>Actividad 4: "La escalera de la autoestima" (10 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Breve introducción a la escalera de la metacognición. • Los estudiantes colocan las etiquetas que han decidido conservar en los peldaños más altos de la escalera, simbolizando la importancia de estas etiquetas en su autoestima. 	
	Cierre:	Reflexiones individuales y redacción en diario personal.	30 min
	Recursos:	Diversos materiales, incluyendo un fragmento de un cuaderno de ejercicios para aumentar la autoestima, pegatinas, lápices de colores, escalera de la meta cognición, cinta y hoja de papel bond, pauta del diario emocional del alumnado.	
	Evaluación:	Se evaluará la participación activa de los estudiantes en la discusión sobre la construcción de la autoestima y la importancia de las etiquetas en sus vidas.	

Tabla 3 Sesión: 2

Sesión: 2	Tiempo	2 horas
Objetivo específico de la propuesta	Desarrollar la conciencia emocional de los estudiantes, ayudándoles a identificar y comprender sus propias emociones y las de los demás.	
Objetivo de la sesión	Fomentar la conciencia emocional de los estudiantes a través de actividades y reflexiones.	
Contenido	Concepto de conciencia emocional, identificación de emociones básicas, empatía y comprensión emocional.	

Actividades	Inicio:	Se inicia la sesión con una breve meditación de 15 minutos para que los estudiantes se conecten con sus emociones en ese momento.	Tiempo 20 min
	Desarrollo:	<p>Actividad 1: "Juego de Roles Emocionales" (30 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes participan en un juego de roles representando diferentes emociones. • Practican la identificación y expresión de emociones a través de la representación de personajes emocionales. <p>Breve discusión después de la actividad sobre las experiencias y aprendizajes.</p> <p>Actividad 2: "Expresión Emocional a través del Dibujo" (30 min)</p> <p>Los estudiantes eligen una emoción y la representan mediante un dibujo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comparten sus creaciones en grupos pequeños, explicando la elección de la emoción representada. • Se fomenta la empatía y la comprensión emocional al compartir y escuchar las experiencias de los demás. <p>Actividad 3: "Meditación de Reflexión Emocional" (10 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Breve sesión de meditación guiada centrada en la reflexión sobre las emociones experimentadas durante las actividades. • Los estudiantes toman conciencia de sus propias emociones y reflexionan sobre cómo se sienten en ese momento. 	
	Cierre:	Los estudiantes completarán un diario emocional donde registrarán sus emociones durante la sesión y escribirán una reflexión sobre lo que han aprendido sobre su propia conciencia emocional.	30 min

Recursos:	Papel, lápices de colores, material para la meditación (grabación o guía), pizarrón o papel para el juego de roles.
Evaluación:	Se evaluará la capacidad de identificar y expresar sus propias emociones durante las actividades.

Tabla 4 Sesión: 3

Sesión: 3	Tiempo	2 horas	
Objetivo específico de la propuesta	Desarrollar la conciencia emocional de los estudiantes, ayudándoles a identificar y expresar sus emociones de manera efectiva utilizando el "Termómetro de las Emociones".		
Objetivo de la sesión	Familiarizar a los estudiantes con el "Termómetro de las Emociones" como una herramienta para comprender y expresar sus emociones, y utilizarlo en situaciones cotidianas.		
Contenido	Escala de intensidad emocional, identificación de situaciones desencadenantes.		
Actividades	Inicio:	Breve introducción sobre la importancia de comprender nuestras emociones. Presentación del "Termómetro de las Emociones" y su función como herramienta para medir y expresar emociones.	Tiempo 20 min
	Desarrollo:	Actividad 1: "Exploración Individual con el Termómetro de las Emociones" (20 min) • La maestra proporciona fotografías del termómetro de las emociones y los estudiantes eligen una emoción que sientan en ese momento y la colocan en el "Termómetro de las Emociones".	

		<ul style="list-style-type: none"> • Reflexionan brevemente sobre la intensidad de la emoción elegida y cómo se manifiesta en su cuerpo y mente. <p>Actividad 2: "Role-playing con el Termómetro" (30 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes trabajan en parejas o grupos pequeños. • Cada pareja o grupo recibe una situación cotidiana y deben representarla, expresando sus emociones utilizando el "Termómetro de las Emociones" como guía. • Se fomenta la observación activa de las expresiones emocionales y la discusión sobre las variaciones en la intensidad emocional. <p>Actividad 3: "Debriefing y Discusión Grupal" (10 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Después del role-playing, se lleva a cabo una breve sesión de debriefing. • Los estudiantes comparten cómo utilizaron el "Termómetro de las Emociones" durante la actividad y cómo les ayudó a expresar y comprender mejor sus emociones. • Se destaca la importancia de la herramienta en la comunicación emocional efectiva. <p>Actividad 4: "Reflexión Individual" (10 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes toman un momento para reflexionar en sus diarios sobre cómo la herramienta del "Termómetro de las Emociones" impactó su comprensión emocional durante la sesión. • Se enfatiza la importancia de la autorreflexión en el proceso de desarrollo de la conciencia emocional. 	
	Cierre:	Los estudiantes compartirán sus experiencias al utilizar el "Termómetro de las Emociones" durante la sesión y cómo les ayudó a comprender mejor sus emociones.	30 min

Recursos:	Termómetro de las Emociones impreso, hojas de papel, lápices de colores, pizarra o papel grande para la actividad de role-playing.
Evaluación:	Se evaluará la participación activa en las actividades grupales y la discusión.

Tabla 5 Sesión: 4

Sesión: 4	Tiempo	2 horas	
Objetivo específico de la propuesta	Ayudar a los estudiantes a desarrollar habilidades de regulación emocional para manejar sus emociones de manera saludable y constructiva.		
Objetivo de la sesión	Explorar estrategias de regulación emocional y practicar su aplicación en situaciones cotidianas.		
Contenido	Técnicas de respiración, visualización y relajación, estrategias para el manejo de situaciones emocionales.		
Actividades	Inicio:	Introducción a la importancia de la regulación emocional en la vida cotidiana.	Tiempo 10 min
	Desarrollo:	<p>Actividad 1: "Presentación de Estrategias de Regulación Emocional" (30 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se presenta visualmente diferentes estrategias de regulación emocional, como la respiración profunda, la visualización, la meditación breve y el contar hasta diez. • Se destaca la importancia de estas técnicas en el manejo saludable de las emociones. • Breve práctica guiada de una estrategia (por ejemplo, respiración profunda) para que los estudiantes experimenten directamente. <p>Actividad 2: "Discusión en Grupo sobre Situaciones Emocionales" (30 min)</p>	

		<ul style="list-style-type: none"> • Se inicia una discusión en grupo sobre situaciones cotidianas en las que las emociones pueden ser intensas o difíciles de manejar. • Los estudiantes comparten ejemplos y reflexionan sobre cómo las estrategias de regulación emocional podrían aplicarse en estas situaciones. • Se fomenta la participación activa y el intercambio de experiencias. <p>Actividad 3: "Role-playing y Aplicación de Estrategias" (20 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes participan en actividades de role-playing donde aplican las estrategias de regulación emocional aprendidas en situaciones específicas. • Se enfatiza la práctica activa para reforzar la aplicación efectiva de las estrategias. • Observación del facilitador para evaluar la efectividad de la aplicación de las estrategias. <p>Actividad 4: "Reflexión y Compartir Experiencias" (10 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes comparten sus experiencias al aplicar las estrategias de regulación emocional durante el role-playing. • Breve reflexión individual sobre la efectividad de las estrategias en el manejo de las emociones. • Se destaca la importancia de la autoevaluación para el desarrollo continuo. 	
	Cierre:	Los estudiantes compartirán sus experiencias al aplicar las estrategias de regulación emocional y reflexionarán sobre cuáles les resultaron más útiles.	20 min
	Recursos:	Presentación visual de estrategias de regulación emocional, espacio tranquilo para la meditación y práctica, hojas de papel y bolígrafos para el role-playing.	
	Evaluación:	Se evaluará la efectividad de las estrategias de regulación emocional aplicadas en el role-playing.	

Tabla 6 Sesión: 5

Sesión: 5	Tiempo	2 horas	
Objetivo específico de la propuesta	Capacitar a los estudiantes en la construcción y uso de un "Botiquín Emocional" como herramienta para la regulación y el manejo de sus emociones.		
Objetivo de la sesión	Introducir a los estudiantes en la idea de un "Botiquín Emocional" y guiarlos en la creación de su propio botiquín personalizado.		
Contenido	Identificación de estrategias personales efectivas, construcción del botiquín emocional.		
Actividades	Inicio:	Breve revisión de la sesión anterior sobre estrategias de regulación emocional. Introducción a la idea de un "Botiquín Emocional" como una metáfora para herramientas que ayudan a manejar las emociones.	Tiempo 10 min
	Desarrollo:	<p>Actividad 1: "Revisión de Estrategias Anteriores y Presentación del Botiquín Emocional" (30 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se realiza una breve revisión de las estrategias de regulación emocional discutidas en la sesión anterior. • Se introduce la idea del "Botiquín Emocional" como una metáfora para herramientas que ayudan a manejar las emociones. • Se destaca la importancia de personalizar el botiquín según las necesidades y preferencias individuales. <p>Actividad 2: "Elementos del Botiquín Emocional" (20 min)</p>	

		<ul style="list-style-type: none"> • Presentación de diferentes elementos que pueden componer un "Botiquín Emocional", como una lista de reproducción de música relajante, fotos significativas, dibujos inspiradores, una lista de personas de apoyo, entre otros. • Se anima a los estudiantes a pensar en elementos que podrían ser efectivos para ellos. <p>Actividad 3: "Construcción del Botiquín Emocional" (30 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes participan en una actividad creativa donde seleccionan y crean su botiquín y los elementos para su propio "Botiquín Emocional". • Pueden traer objetos de casa o utilizar materiales proporcionados para diseñar elementos representativos de sus estrategias de regulación emocional. • Se fomenta la expresión creativa y la personalización del botiquín. <p>Actividad 4: "Reflexión sobre el Botiquín Emocional" (10 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes reflexionan sobre la importancia de tener un "Botiquín Emocional" y cómo puede ayudar en la regulación de sus emociones. • Comparten brevemente sus experiencias y pensamientos sobre los elementos seleccionados. 	
	Cierre:	Los estudiantes reflexionarán sobre la importancia de tener un "Botiquín Emocional" y cómo puede ayudar en la regulación de sus emociones.	20 min
	Recursos:	Materiales para la actividad creativa: hojas de papel bond, caja cartón, imágenes en relación a las emociones, tijera, cinta adhesiva, goma, espacio para la actividad grupal.	
	Evaluación:	Se evaluara la reflexión sobre cómo y cuándo utilizar el botiquín en situaciones emocionales desafiantes.	

Tabla 7 Sesión: 6

Sesión: 6	Tiempo	2 horas	
Objetivo específico de la propuesta	Desarrollar las habilidades sociales de los estudiantes a través de la participación en juegos cooperativos.		
Objetivo de la sesión	Introducir a los estudiantes en juegos cooperativos y promover la colaboración, la comunicación efectiva y la empatía.		
Contenido	Importancia de las habilidades sociales, juego en equipo, comunicación efectiva.		
Actividades	Inicio:	Breve revisión de las sesiones anteriores, destacando la importancia de la regulación emocional y el "Botiquín Emocional". Introducción al concepto de juegos cooperativos y su relevancia en el desarrollo de habilidades sociales.	Tiempo 20 min
	Desarrollo:	<p>Actividad 1: "Revisión y Presentación de Juegos Cooperativos" (20 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> •Breve revisión de las sesiones anteriores, destacando la importancia de la regulación emocional y el "Botiquín Emocional". •Introducción al concepto de juegos cooperativos y su relevancia en el desarrollo de habilidades sociales. <p>Actividad 2: "Presentación y Selección de Juegos Cooperativos" (20 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> •Presentación de varios juegos cooperativos que implican trabajo en equipo, comunicación y colaboración, como el "Pasa el mensaje" y "El nudo humano". •Breve explicación de las reglas y objetivos de cada juego. <p>Actividad 3: "Participación en Juegos Cooperativos" (20 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> •Los estudiantes participan en uno o varios juegos cooperativos seleccionados, donde trabajarán juntos para alcanzar un objetivo común. 	

		<ul style="list-style-type: none"> • Observación del facilitador para evaluar la colaboración, comunicación y empatía entre los estudiantes durante los juegos. <p>Actividad 4: "Reflexiones y Compromisos Personales" (10 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes comparten sus reflexiones sobre la importancia de la colaboración y las habilidades sociales en el trabajo en equipo. • Cada estudiante establece un objetivo personal para aplicar una habilidad social específica en su vida diaria y lo comparte con el grupo. • Se fomenta la autorreflexión y la aplicación práctica de las habilidades sociales aprendidas. 	
	Cierre:	<p>Los estudiantes compartirán sus reflexiones sobre la importancia de la colaboración y las habilidades sociales en el trabajo en equipo.</p> <p>Compromisos personales: Cada estudiante establecerá un objetivo para aplicar una habilidad social específica en su vida diaria y lo compartirá con el grupo.</p>	30 min
	Recursos:	Materiales necesarios para los juegos cooperativos seleccionados, espacio adecuado para realizar las actividades, hojas de papel y bolígrafos para las reflexiones grupales.	
	Evaluación:	Se evaluará la capacidad de los estudiantes para identificar y discutir las habilidades sociales aplicadas.	

Tabla 8 Sesión: 7

Sesión: 7	Tiempo	2 horas
Objetivo específico de la propuesta	Fomentar la resiliencia en los estudiantes, ayudándoles a desarrollar la capacidad de enfrentar y superar desafíos emocionales y situaciones adversas.	
Objetivo de la sesión	Introducir a los estudiantes en el concepto de resiliencia y proporcionarles herramientas para fortalecer su resiliencia emocional.	

Contenido	Definición de resiliencia, identificación de recursos personales, estrategias para superar desafíos.		
Actividades	Inicio:	Breve revisión de las sesiones anteriores, destacando la importancia de las habilidades sociales y los juegos cooperativos. Introducción al concepto de resiliencia y su relevancia en la vida cotidiana.	Tiempo 20 min
	Desarrollo:	<p>Actividad 1: "Revisión y Presentación del Concepto de Resiliencia" (20 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Breve revisión de las sesiones anteriores, destacando la importancia de las habilidades sociales y los juegos cooperativos. • Introducción al concepto de resiliencia por medio de un papelografo y su relevancia en la vida cotidiana. • Destacar la idea de que la resiliencia es una habilidad que puede ser desarrollada. <p>Actividad 2: "Elementos Clave de la Resiliencia y Discusión en Grupo" (20 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Presentación de los elementos clave de la resiliencia, como la autoestima, el apoyo social, la adaptabilidad y la capacidad de afrontamiento, por medio de imágenes. • Discusión en grupo sobre situaciones emocionales desafiantes que los estudiantes hayan enfrentado en el pasado y cómo lograron superarlas. • Se enfatiza la identificación de recursos personales utilizados en situaciones difíciles. <p>Actividad 3: "Actividades Prácticas de Fortalecimiento de la Resiliencia" (20 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes participan en actividades prácticas diseñadas para fortalecer aspectos específicos de la resiliencia, como la autoestima y la capacidad de afrontamiento. • Se fomenta la aplicación práctica de las estrategias aprendidas. <p>Actividad 4: "Reflexiones y Compromisos Personales" (10 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes comparten sus experiencias y aprendizajes relacionados con la resiliencia. 	

		<ul style="list-style-type: none"> • Cada estudiante establece un objetivo personal para fortalecer su resiliencia emocional y lo comparte con el grupo. • Se busca la reflexión individual y la aplicación concreta de estrategias de fortalecimiento de la resiliencia en la vida cotidiana. 	
	Cierre:	<p>Los estudiantes compartirán sus experiencias y aprendizajes relacionados con la resiliencia.</p> <p>Compromisos personales: Cada estudiante establecerá un objetivo para fortalecer su resiliencia emocional y lo compartirá con el grupo.</p>	30 min
	Recursos:	Hojas de evaluación de resiliencia, papelógrafo, imágenes para mostrar el concepto de resiliencia y su aplicación, espacio adecuado para realizar las actividades, hojas de papel y bolígrafos para las reflexiones grupales.	
	Evaluación:	Se evaluará la aplicación de las estrategias de fortalecimiento de la resiliencia.	

Tabla 9 Sesión: Evaluación

Sesión: Evaluación	Tiempo	2 horas	
Objetivo específico de la propuesta	Evaluar y reflexionar sobre los resultados obtenidos a lo largo de las sesiones anteriores en términos de desarrollo emocional y habilidades adquiridas.		
Objetivo de la sesión	Facilitar una discusión y reflexión sobre los logros y aprendizajes de los estudiantes a lo largo del programa de educación emocional.		
Contenido	Evaluación de los resultados y reflexión sobre el progreso.		
Actividades	Inicio:	Breve introducción sobre el propósito de la sesión de evaluación y reflexión. Recordatorio de los objetivos iniciales del programa de educación emocional	Tiempo 30 min

	Desarrollo:	<p>Los estudiantes participarán en una discusión grupal moderada por el facilitador donde compartirán sus experiencias y aprendizajes a lo largo de las sesiones anteriores.</p> <p>Reflexión sobre el progreso individual y grupal en términos de conciencia emocional, regulación emocional, resiliencia y habilidades sociales.</p> <p>Los estudiantes tendrán la oportunidad de proporcionar comentarios sobre lo que consideran que funcionó bien en el programa y lo que podría mejorarse en el futuro.</p> <p>Discusión sobre cómo planean aplicar lo que han aprendido en su vida cotidiana y en sus relaciones personales.</p>	1 hora
	Cierre:	<p>Resumen de la discusión y destacar los logros y aprendizajes clave.</p> <p>Agradecimiento y cierre oficial del programa de educación emocional.</p>	30 min
Recursos:		Espacio adecuado para la discusión grupal, hojas de papel y bolígrafos para tomar notas, si es necesario.	
Evaluación:		<p>Se evaluará:</p> <p>La participación y aportes constructivos en la discusión grupal.</p> <p>Los compromisos finales y las intenciones de aplicar lo aprendido en la vida cotidiana.</p>	

ANEXO 2

Tabla 10 Sesión: 1. Rúbrica de evaluación

CRITERIOS DE EVALUACION	NIVELES DE DESEMPEÑO		
	INSUFICIENTE	SUFICIENTE	SOBRESALIENTE
Conciencia Emocional	No sabe que es conciencia emocional	Comprende sobre conciencia emocional.	Identifica aspectos de la educación emocional.
¿Comprende las emociones básicas?	No Identifica las emociones.	Identifica algunas emociones.	Identifica y nombra situaciones que le generan, tristeza, alegría, enojo, miedo, vergüenza y sorpresas.
¿Usa correctamente el Termómetro de Emociones?	No usa el termómetro para expresar emociones.	Usa el termómetro para expresar sus emociones.	Utiliza el termómetro para expresar y gestionar sus emociones de manera efectiva.
¿Maneja la Regulación Emocional ?	Tiene dificultades para aplicar técnicas de regulación.	Aplica técnicas de regulación.	Aplica con éxito una variedad de técnicas de regulación en situaciones emocionales diversas.
¿Identifica estrategias de regulación?	No identifica las estrategias de regulación emocional.	Experimenta dificultades para aplicar técnicas de regulación.	Puede identificar y explicar diversas estrategias de regulación emocional.
¿Usa correctamente el Botiquín Emocional?	No utiliza el botiquín emocional.	Aprende a hacer el botiquín emocional y reconoce sus beneficios para expresar y afrontar desafíos cotidianos.	Utiliza el botiquín emocional de manera efectiva cuando enfrenta desafíos emocionales.
¿Participa en actividades Sociales?	Poco participa en actividades grupales y no es sociable.	Participa en actividades grupales.	Participa en las actividades grupales y comparte opiniones con sus compañeros.
¿Participa en juegos de roles?	Poco participa en juegos de roles.	Participa en los juegos de roles.	Participa activamente y demuestra comprensión de las habilidades sociales en los juegos de roles.
¿Promueve habilidades para comunicarse y resolver conflictos?	No expresa sus emociones, se le dificulta resolver conflictos cotidianos.	Expresa sus emociones y promueve la sana convivencia	Comunica efectivamente sus emociones y resuelve conflictos de manera constructiva.
¿Colabora en actividades grupales?	Trabaja de manera aislada en actividades grupales.	Trabaja en conjunto con sus compañeros.	Colabora y contribuye positivamente al trabajo en equipo.
¿Participación en Juegos Cooperativos?	Participa con poco entusiasmo en los juegos cooperativos.	Participa con entusiasmo en los juegos cooperativos.	Participa activamente, mostrando empatía y cooperación en los juegos.
¿Comprende el concepto de resiliencia?	Tiene una comprensión limitada de la resiliencia.	Comprende el concepto de resiliencia.	Comprende el concepto de resiliencia y sus implicaciones.

Fuente: Elaboración de la autora, 202

ANEXO 3

Tabla 11 Rúbrica de evaluación

4= SIEMPRE, 3= A VECES, 2= ESCASAMENTE, 1= NUNCA.					
ASPECTOS		1	2	3	4
1	Identifica las emociones en sí mismo y de los demás.				
2	Reconoce y resuelve conflictos.				
3	Fomenta la resiliencia entre sus compañeros.				
4	Comparte opiniones grupales.				
5	Respeto la opinión de los demás.				
6	Se relaciona fácilmente con las personas.				
7	Juega sanamente sin ofender y pelear.				