



PROPUESTA PEDAGÓGICA: TEJIENDO EMOCIONES EN EL AULA

AUTORAS:

ELIZABETH LÓPEZ ZAPATA
SANDRA LUCIA NAVARRO MARTÍNEZ
LAURA JULIANA SUAREZ PAEZ

2025

The background of the page is decorated with several colorful cartoon faces in circles. There is a pink face at the top left, a yellow face at the top center with a heart above it, a purple face at the top right, a yellow face on the left, a red face on the right, a green face on the bottom left, a pink face on the bottom right, a purple face at the bottom left, a red face at the bottom center, and a blue face at the bottom right. A small red heart is also located above the title banner.

INTRODUCCIÓN

Esta propuesta pedagógica surge como un resultado de la investigación "La Gestión emocional en la infancia: Un proceso clave para las relaciones sociales asertivas"

realizada en la Maestría de Infancias, en la Universidad Santo Tomás: Se diseña con el fin de que se implemente en los diferentes contextos educativos. Se propone sea desarrollada mediante talleres pedagógicos que promueven la participación activa, se diseña de esta manera con el fin de que sean espacios que permitan reflexionar, construir aprendizaje colaborativo e intercambiar puntos de vista. En los talleres, se llevarán a cabo actividades lúdicas, artísticas y colaborativas que se estructurarán en tres momentos motivación, Exploración y socialización.

The background of the page is decorated with several colorful cartoon faces in circles. There is a pink face at the top left, a yellow face at the top center with a heart above it, a purple face at the top right, a yellow face on the middle left, a red face on the middle right, a green face on the bottom left, a pink face on the bottom right, and a red face at the bottom center. There are also some black scribbles and lines scattered around the faces.

PRÓPOSITO

Con esta propuesta pedagógica se busca promover la gestión emocional en los niños, sus familias y docentes fortaleciendo las relaciones socioafectivas en el contexto educativo.

EJES TEMÁTICOS

Esta propuesta, parte de cinco ejes temáticos: reconocimiento de las emociones, expresión emocional, autorregulación emocional, el rol del docente como mediador emocional y la familia y las emociones. Estos ejes buscan promover un trabajo articulado entre escuela y familia, favoreciendo el desarrollo emocional de los niños y un clima educativo más armónico y afectivo.

¿ PARA QUIENES
FUE DISEÑADA?

Niños de
preescolar (5 años)

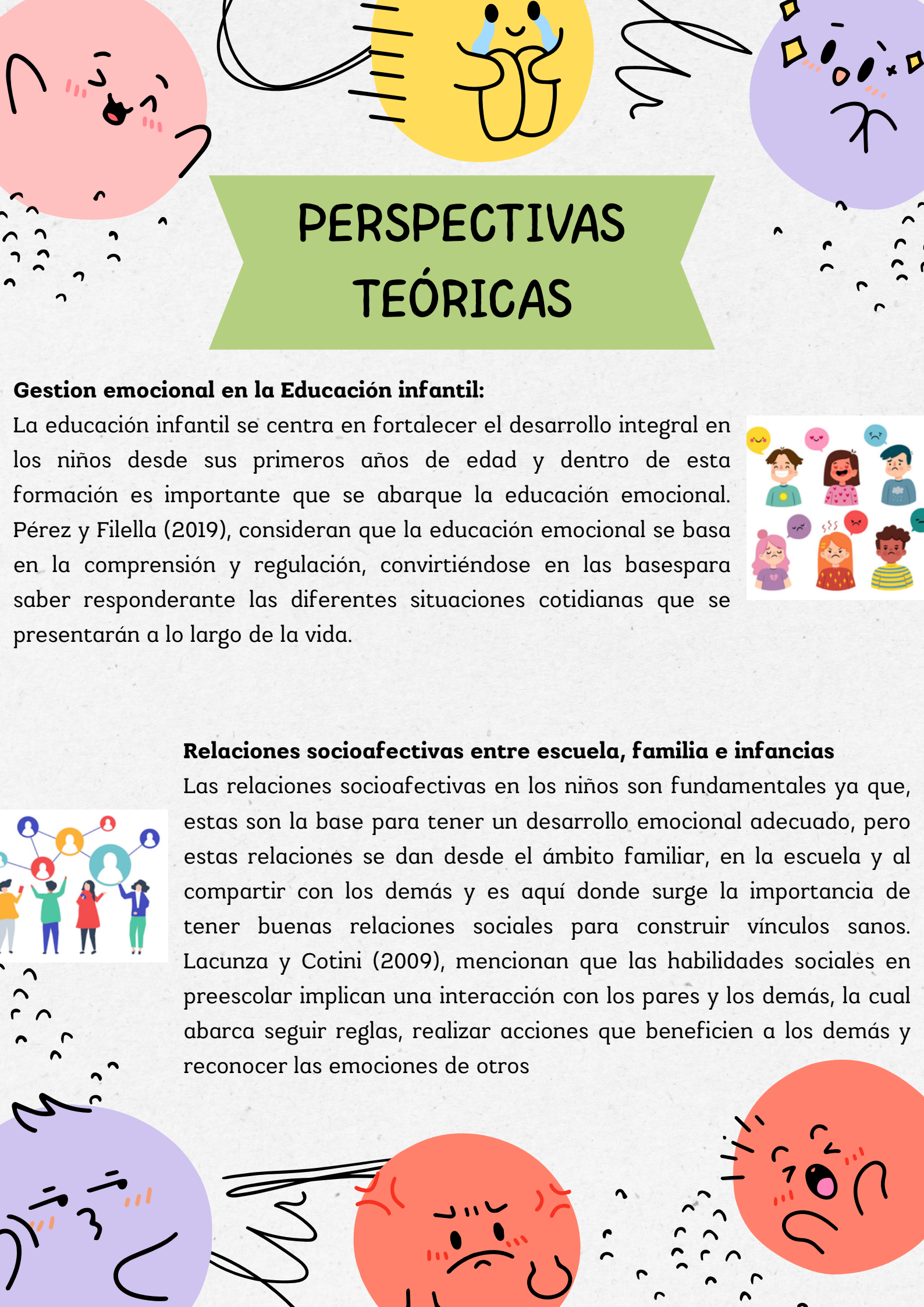
Familias

Docentes

¿CÓMO SE REALIZARÁ?

Tendrá una proyección de desarrollo a lo largo de tres meses, mediante diez talleres pedagógicos, seis se realizarán con los niños en dos sesiones por mes. Para el caso de las familias se organizarán dos encuentros en el primer y último mes y para los docentes dos, en el segundo y tercer mes de aplicación de la propuesta.

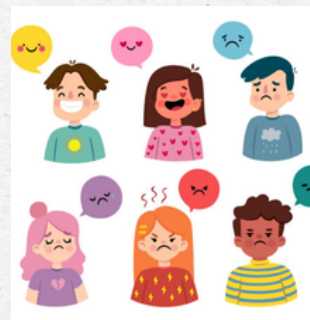




PERSPECTIVAS TEÓRICAS

Gestión emocional en la Educación infantil:

La educación infantil se centra en fortalecer el desarrollo integral en los niños desde sus primeros años de edad y dentro de esta formación es importante que se abarque la educación emocional. Pérez y Filella (2019), consideran que la educación emocional se basa en la comprensión y regulación, convirtiéndose en las bases para saber responder ante las diferentes situaciones cotidianas que se presentarán a lo largo de la vida.



Relaciones socioafectivas entre escuela, familia e infancias

Las relaciones socioafectivas en los niños son fundamentales ya que, estas son la base para tener un desarrollo emocional adecuado, pero estas relaciones se dan desde el ámbito familiar, en la escuela y al compartir con los demás y es aquí donde surge la importancia de tener buenas relaciones sociales para construir vínculos sanos. Lacunza y Cotini (2009), mencionan que las habilidades sociales en preescolar implican una interacción con los pares y los demás, la cual abarca seguir reglas, realizar acciones que beneficien a los demás y reconocer las emociones de otros



PERSPECTIVAS TEÓRICAS

Propuestas pedagógicas para abordar la gestión emocional en preescolar:

González (2010), considera Las estrategias pedagógicas como el conjunto de acciones que se usan en el aula con el objetivo de que los estudiantes tengan un aprendizaje significativo.

Las estrategias pedagógicas permiten guiar, acompañar, construir y motivar, pero es importante rescatar que no solo es significativo el conocimiento o la lección a transmitir, sino que responda a las necesidades de los estudiantes. Según López (2010), las estrategias deben ir más allá de la transmisión de conocimientos para también desarrollar habilidades sociales y emocionales en los estudiantes.





PROPUESTA PEDAGÓGICA

NIÑOS

- Dos talleres Pedagógicos de reconocimiento de las emociones
- Dos talleres Pedagógicos de expresión y comunicación emocional.
- Dos talleres Pedagógicos de Autoregulación emocional

DOCENTES

- Taller Pedagógico sobre las emociones en el aula
- Taller Pedagógico de estrategias de regulación emocional en el aula

FAMILIAS

- Taller Pedagógico emociones predominantes en el hogar
- Taller Pedagógico Estrategias de regulación emocional en el hogar



EJE 1: RECONOCIMIENTO DE LAS EMOCIONES

Estrategia: conociendo mis emociones

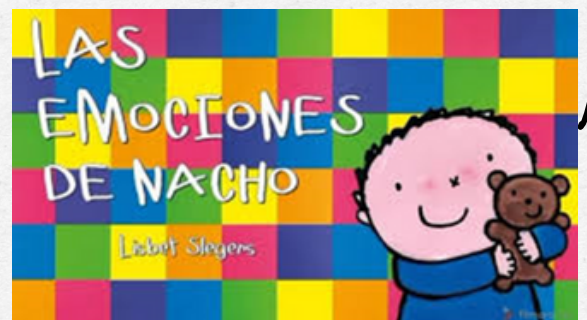
Objetivo: promover en los niños de preescolar el reconocimiento e identificación de las emociones básicas (alegría, tristeza, miedo, enojo y sorpresa) para que puedan nombrarlas y expresarlas adecuadamente.

Taller 1

Motivación:

Para iniciar la docente o el profesional hará lectura del cuento "las emociones de nacho"

<https://www.collegesidekick.com/study-docs/6722756>.



Exploración:

La docente muestra a los niños paletas de las emociones, con el fin de explicar sus nombres y algunas situaciones cotidianas que las generan.

Socialización:

Finalmente, la docente pondrá papel Kraft en la pared y con pintura los niños representarán la emoción que los represente o que este más presente en sus vidas. De fondo, sonará música clásica para hacer de este un espacio de relajación y expresión asertiva mediante el arte.

https://www.youtube.com/watch?v=RU-EBPP-lcg&list=RDRU-EBPP-lcg&start_radio=1



EJE 1: RECONOCIMIENTO DE LAS EMOCIONES

Estrategia: conociendo mis emociones

Taller 2

Motivación:

Para dar inicio la docente encargada realizará ejercicios de estiramiento, movimientos corporales y gestuales acompañado de una melodía que permitirá la relajación en los niños. https://www.youtube.com/watch?v=-lihy3IH-Uo&list=RD-lihy3IH-Uo&start_radio=1.

Luego la docente, mostrara a los niños una ruleta con las emociones básicas y representaciones graficas de estas.



Exploración:

La docente de manera individual pone a cada niño frente al espejo e ira nombrando cada emoción con el fin de que los a través de gestos faciales represente la emoción. (ejemplo: si es alegría muestra los dientes con una gran sonrisa)

Socialización:

Para finalizar la sesión, la docente organizara a los niños sentados en circulo en cojines en el piso del aula, para mostrarles tarjetas de las emociones de "intensamente", e ira preguntando ¿cómo actúa una persona cuando se siente...?



EJE 2: EXPRESIÓN Y COMUNICACIÓN EMOCIONAL

Estrategia: comunicando mis emociones

Objetivo: Promover en los niños y niñas de preescolar la expresión adecuada de sus emociones mediante el desarrollo de habilidades artísticas, gestuales y corporales que contribuyan a la comunicación emocional

Taller 1:

Motivación:

Para iniciar la docente organizara a los niños en grupos y le entregara a cada uno una lotería de las emociones, y deberán reconocer las emociones que están en los tableros con las de las fichas



Exploración:

La docente, junto con los niños y niñas, organizará un espacio en el aula llamado "El mural de las emociones". Con pinturas e imágenes representativas, crearán un lugar donde estarán reflejadas las diferentes emociones cotidianas. En una sección del mural habrá stickers o emoticones de cada emoción, para que los niños, cuando la estén vivenciando puedan colocar el correspondiente debajo. De esta manera, la docente y sus compañeros podrán ofrecer un mensaje de apoyo, promoviendo la empatía, las relaciones sociales asertivas y la expresión emocional positiva.

Socialización:

Para finalizar la sesión, la docente traerá la calma al aula, para ello pondrá a los niños en colchonetas sin zapatos, en posición de buda y enseñara a los niños la técnica del globo, la cual consiste en que los niños simulan que su estómago es un globo que se llena y expulsa aire lentamente. Indicándoles que lo pueden hacer cuando tienen emociones intensas.



EJE 2: EXPRESIÓN Y COMUNICACIÓN EMOCIONAL

Estrategia: comunicando mis emociones

Taller 2:

Motivación:

La docente presentara a los estudiantes un video educativo "el Baile de las Emociones" https://www.youtube.com/watch?v=cpr7ttt1sOO&list=RDcpr7ttt1sOO&start_radio=1, con el fin de que por cada emoción realicen un movimiento corporal particular (ejem. Miedo tiembla el cuerpo).



Exploración:

La docente prepara el cuento de "el monstruo de colores", <https://hscope.cl/wp-content/uploads/2020/03/El-Monstruo-de-Colores.pdf>. Lo presentara a los niños por medio de títeres, explicando como expresar cada emoción que vive el monstruo según el color.



Exploración:

Para finalizar la sesión, cada niño decorara su propio monstruo de un color según como se sientan, para luego explicar por qué lo decoraron con ese color.



EJE 3: AUTOREGULACIÓN EMOCIONAL

Estrategia: calma y regulación

Objetivo: Promover estrategias de regulación emocional con los niños, para que manejen adecuadamente frustraciones, conflictos y cambios emocionales.

Taller 1:

Motivación:

La docente ubicara a los niños en círculo sentados en colchonetas o cojines, en posición de buda, para realizar un espacio de relajación "imaginando mi lugar de calma". La docente con tono de voz suave ira narrando un lugar de relajación, con objetos, personas o animales que sean de interés en los niños y les genere calma, con el fin de que ellos vayan imaginando. Para que sea un ejercicio más enriquecedor se acompañara de música relajante.



[https://www.youtube.com/watch?](https://www.youtube.com/watch?v=S4Lgh3Ibzl4&list=RDS4Lgh3Ibzl4&start_radio=1)

[v=S4Lgh3Ibzl4&list=RDS4Lgh3Ibzl4&start_radio=1](https://www.youtube.com/watch?v=S4Lgh3Ibzl4&list=RDS4Lgh3Ibzl4&start_radio=1)

Exploración:



Fuente: Valverde (2023)

La docente enseñara a los niños una técnica de control emocional llamada "el volcán de las emociones", señalando que las emociones cuando son fuertes se pueden convertir en esa lava que está dentro del volcán y si no se expresan adecuadamente, explota y causa daños.

Socialización:

La docente para finalizar, dibujara un volcán grande en el tablero y generara un espacio para conversar sobre situaciones o cosas que les enfada y reacciones de cuando lo están. Esto lo irán ubicando en el volcán dibujado. La docente explicara a los niños las maneras adecuadas para enfrentar momentos de tensión.



EJE 3: AUTOREGULACIÓN EMOCIONAL

Estrategia: calma y regulación

Taller 2:

Motivación:

Para esta sesión los niños llevarán su peluche favorito al aula, ellos estarán acostados sobre colchonetas y pondrán su juguete sobre su estómago. La docente, pondrá música y guiará con su voz el proceso de respiración (inhalar, exhalar), y los niños verán como su peluche sube y baja a medida que respiran, se realizará por lo menos 8 minutos. Lo ideal, es que ellos sean más conscientes en el momento de respirar y la importancia de hacerlo al enfrentar emociones fuertes.



Exploración:

La docente hablara a los niños de la importancia de tener diferentes técnicas de control emocional, por ello les lleva una nueva "el frasco de las emociones", el cual es un recipiente transparente con agua, escarcha, color y círculos de papel brillante, que tendrá un efecto de relajación visual cuando los niños enfrenten situaciones de tensión o tristeza.

Socialización:

Para finalizar la sesión, la docente y los niños tendrán a la mano frascos o botellas transparentes para elaborar sus propios recipientes, ellos diseñaran un frasco para cada emoción y los ubicaran en un rincón del aula y cada vez que alguno de ellos experimente alguna de esas emociones podrán tomarlo y agitarlo y a su vez respirar contando hasta 10.



EJE 4: DOCENTE COMO MEDIADOR EMOCIONAL

Estrategia: el docente como regulador emocional

Objetivo: Fortalecer en los docentes sus competencias emocionales para que brinden un acompañamiento adecuado en el desarrollo emocional de los niños.

Taller 1:

Motivación: para iniciar la docente o la profesional encargada realizar la técnica "Body Scan", la cual permite tener conciencia de las diferentes partes del cuerpo, por ende, el grupo de docentes debe ubicarse en colchonetas acostados boca arriba con los ojos cerrados, e ira recibiendo indicaciones de la docente (ejemplo: mueve tus pies lentamente, respira y sé consciente de esa parte del cuerpo, ahora la pierna, etc.). Esto permitirá que entre en estado de relajación y puedan estar dispuestos para la actividad. Este ejercicio se hará acompañado de música relajante.



Exploración: para continuar, se desarrollará una mesa redonda donde la docente encargada del taller les ira mostrando al grupo de docentes imágenes de las diferentes emociones y hará preguntas como:

¿Ha estado presente esta emoción en tu aula? ¿Cómo la has manejado desde tu rol docente? ¿Qué emoción predomina en su aula y por qué?

¿Qué le gustaría que sus estudiantes aprendieran sobre las emociones con el apoyo de usted?

Esto se hace con el fin de conocer las emociones que se viven en el aula de los docentes y como desde su rol las abordan.



Socialización: para finalizar y tener en cuenta que las emociones de los docentes también son importante, se generara un espacio seguro para que ellos puedan expresar su sentir, para ello se les dará una hoja y colores para que dibujen como se han sentido en los últimos días al terminar el dibujo lo dejaran sobre una mesa (el dibujo debe estar sin nombre), luego cada uno debe tomar uno diferente al propio y exponer como cree que se siente el compañero y lo que más le gusta del dibujo.



EJE 4: DOCENTE COMO MEDIADOR EMOCIONAL

Estrategia: el docente como regulador emocional

Taller 2:

Motivación: para iniciar, se realizará una actividad dinámica con los docentes, la cual consiste en que ellos irán caminando por el aula y la profesional que guía la dinámica ira nombrando las emociones básicas junto a un ritmo que caracterice la emoción (alegría caminan y hace cara de feliz y la música será alegre, tristeza música más lenta). Los docentes irán caracterizando cada emoción cada vez con mayor exageración.

Exploración:

Se entregará a cada docente una tarjeta con diferentes técnicas de relajación y regulación emocional, con el fin de contarles un poco sobre ellas y como poder usarlas en el aula con los niños.



Socialización:

Para finalizar la sesión, se pondrán en el suelo imágenes de las emociones básicas, cada docente deberá ponerse frente a cada una e interpretar una canción de su interés según la emoción (ejemplo, si esta en el enojo, debe cantar la canción con ira). <https://vt.tiktok.com/ZSyJnrbNU/>



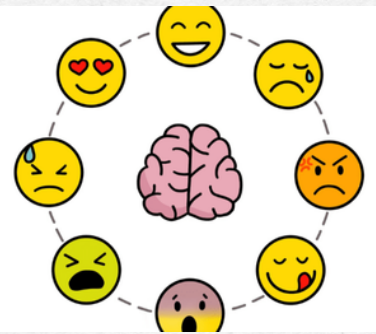
EJE 5: FAMILIA Y LAS EMOCIONES

Estrategia: Familias emocionalmente inteligentes

Objetivo: Fortalecer en las familias la educación emocional para que sean agentes activos en el desarrollo emocional de sus hijos.

Taller 1:

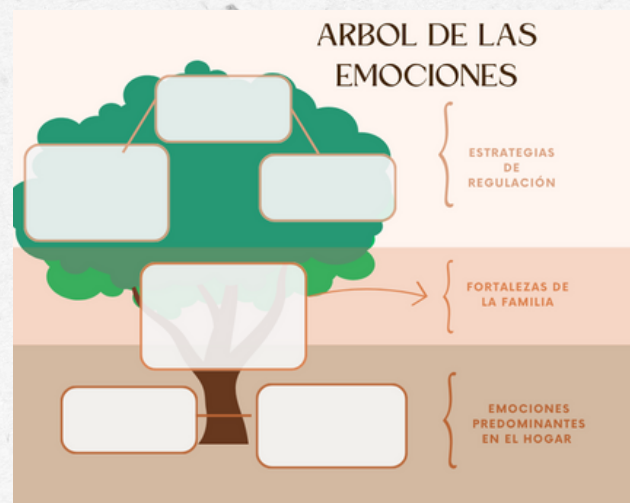
Motivación: para iniciar la sesión con las familias, se les dará una hoja, la dividirán en dos en un lado dibujaran cuando eran niños y en la otra mitad como son ahora, alrededor de esos dibujos pondrán las emociones con mayor fuerza en su infancia y en su etapa actual, luego cada uno contara como las manejan en cada etapa y que personas han sido importantes en este desarrollo emocional.



Exploración:

Para continuar la docente presenta a las familias un video educativo sobre la importancia de acompañar y validar las emociones de los niños https://www.youtube.com/watch?v=6fNlq-0T5_8. Luego de observar el video, se realiza un conversatorio con las familias sobre la manera en como ellos manejan sus emociones, las de sus hijos y en familia.

Socialización: para finalizar, se pegará en la pared papel Kraft pegado, donde se dibujará un árbol, este será diseñado en conjunto con las familias. En la raíz del árbol irán esas emociones que están más presentes en el hogar, en el tronco, lo que los fortalece como familia y en las hojas esas estrategias que utilizan en el hogar para gestionar las emociones.



EJE 5: FAMILIA Y LAS EMOCIONES

Estrategia: Familias emocionalmente inteligentes

Taller 2:

Motivación: para iniciar el espacio se desarrollará yoga para padres, para esto las familias deberán ponerse en posición de buda, y la profesional guiará el proceso con ayuda de música relajante. https://www.youtube.com/watch?v=HQvKPn67z-k&list=RDHQvKPn67z-k&start_radio=1&t=8s. Se indica a las familias que este es un ejercicio de relajación que pueden usar todos los días en casa junto a sus hijos para mantener la calma.



Exploración:

Se presentará a las familias una "ruleta de la calma", donde se irán explicando las diferentes estrategias para manejar las emociones fuertes en casa.



Socialización:

Para finalizar el espacio, se entregará a la familia hojas, cartulinas, marcadores y colores, se les enseñará diseñar un cuadernillo que se llamará "el diario de las emociones" el cual será llevado a casa para que junto a sus hijos diariamente escriban como se sintieron y que situaciones tuvieron que enfrentar en el día, iniciando por lo positivo, luego lo negativo y finalmente como actuaron frente a ello.





RECURSOS

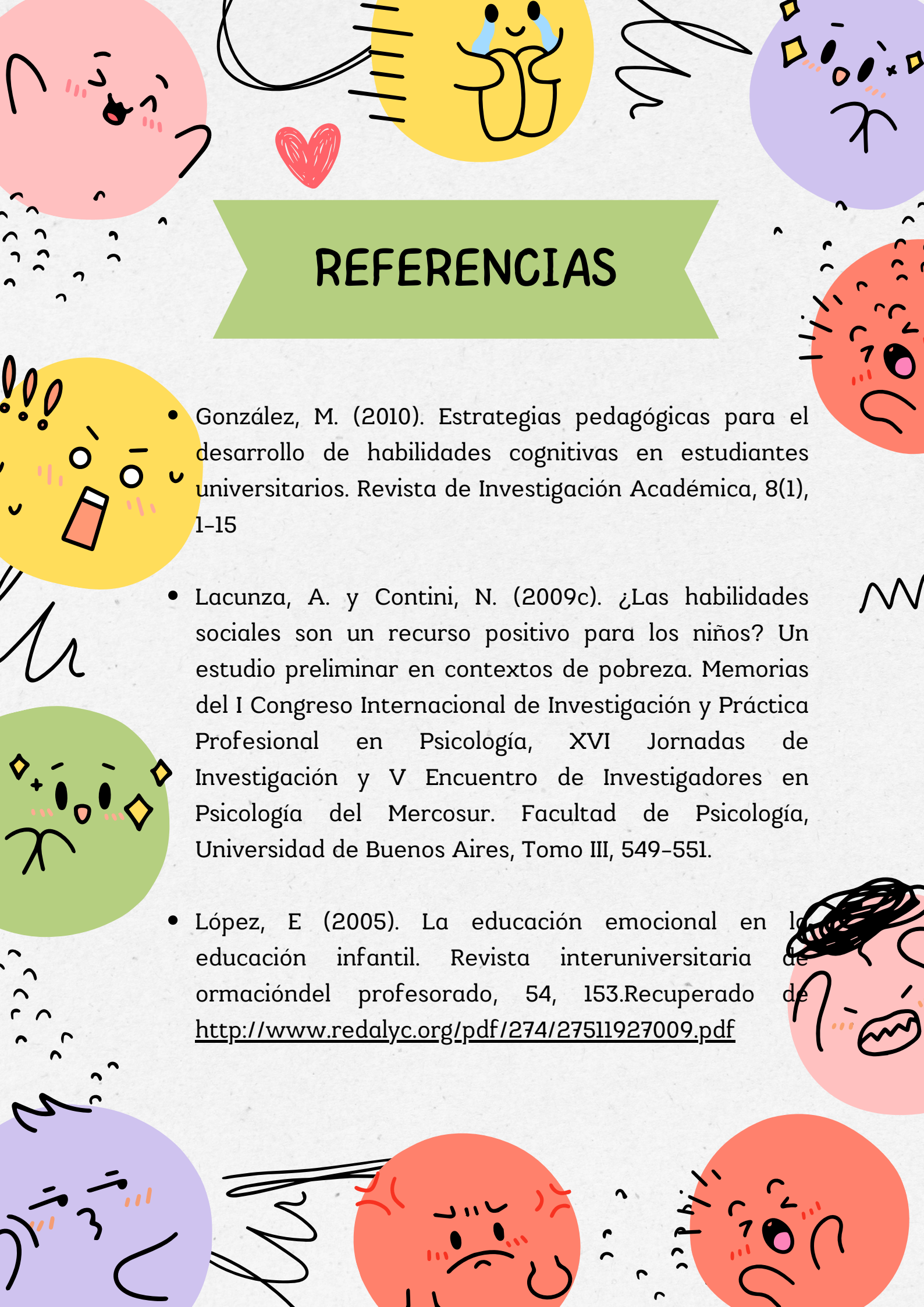
- Material didáctico
- hojas, marcadores
- espacio físico
- recursos humanos
- recursos tecnológicos.



EVALUACIÓN

Rubrica de evaluación propuesta

Grupo	Criterio	Análisis
Niños	-Identifica emociones básicas (alegría, tristeza, enojo, miedo, sorpresa).	
	Participan activamente en los talleres	
	Expresa sus emociones de manera adecuada (verbal o gestual).	
Docentes	Aplica estrategias lúdicas y afectivas acordes para su aula	
	Participan activamente en los talleres	
	Apropia estrategias de autorregulación para aplicar en el aula	
Familias	Las familias reconocen la expresión emocional de los niños.	
	Las familias son conscientes de las emociones predominantes en sus hogares	
	Apropian y comprenden las estrategias de regulación para que los practiquen en casa	
	Participan activamente en los talleres	



REFERENCIAS

- González, M. (2010). Estrategias pedagógicas para el desarrollo de habilidades cognitivas en estudiantes universitarios. Revista de Investigación Académica, 8(1), 1-15
- Lacunza, A. y Contini, N. (2009c). ¿Las habilidades sociales son un recurso positivo para los niños? Un estudio preliminar en contextos de pobreza. Memorias del I Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología, XVI Jornadas de Investigación y V Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires, Tomo III, 549-551.
- López, E (2005). La educación emocional en la educación infantil. Revista interuniversitaria de formación del profesorado, 54, 153. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/274/27511927009.pdf>