



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA  
NACIONAL

*Educadora de educadores*

# LA RECREACIÓN COMO ESTRATEGIA PEDAGÓGICA PARA EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

**Autora:**

Karen Alexandra Vargas Acuña

Universidad Pedagógica Nacional

Facultad de Educación física

Licenciatura en Recreación

Proyecto de grado

Bogotá, D.C

28 de noviembre del 2023



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA  
NACIONAL  
*Educadora de educadores*

# LA RECREACIÓN COMO ESTRATEGIA PEDAGÓGICA PARA EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

Trabajo de grado para optar por el título de Licenciada en Recreación

**Autora:**

Karen Alexandra Vargas Acuña

Código: 2018123039

**Asesor:**

Samuel Eduardo Sediles.

Universidad Pedagógica Nacional

Facultad de Educación física

Licenciatura en Recreación

Bogotá, D.C

28 de noviembre del 2023

## **Agradecimientos**

Agradezco a los docentes del Colegio La Concepción quienes, por su labor, me enseñaron el gran impacto del maestro en la vida de los alumnos, decían que son mi motivación e inspiración y que sin su excelente labor y cariño por la educación no hubiera decidido el camino actual, a los chicos de la institución que abrieron las puertas de su salón para recibir una clase diferente y que con su actitud e interés mostraron que los jóvenes de hoy si están interesados en aprender; también agradezco a esa minoría de docentes con quienes choqué en mi paso por la adolescencia. Por ello debo agradecer el apoyo incondicional de mi tutor de proyecto Samuel Sediles debido a que con sus palabras, cariño y conocimiento me sigue demostrando el tipo de docente que deseo ser a futuro, el que con pasión y carisma me demuestra todos los días que ser profesor vale la pena. Quiero agradecer a mi madre que con su esfuerzo y dedicación me enseñó que puedo lograr y cumplir lo que me proponga con mucho esfuerzo, que pese a todas las adversidades siempre se puede salir y mejorar cada día más. Por último, quiero agradecerme a mí porque pese a los momentos e instantes difíciles no me he dado por vencida, decidí llevar el rumbo de mi vida con la mejor actitud y eso ha forjado en mí un excelente carácter, por ello debo decir que agradecer y agradecernos a diario es importante en nuestras vidas, siempre debemos agradecer la presencia y la ausencia de todo y de todos, porque en todo momento esto nos ayudará a crecer.

## **Dedicatoria**

Dedico este proyecto a mi madre quien durante todos mis días me ha acompañado y me ha apoyado en este proceso profesional, quien con su constancia y perseverancia me enseñó lo importante luchar y superar siempre mis propias expectativas, es mi principal ejemplo y la persona con la mayor fortaleza que conozco, quiero agradecer a mi padre quien ya no está con nosotros, quien pese a nuestros limitados recursos veló en su vida por darnos la mejor educación posible, y a pesar de que no compartíamos ideales, nunca tronco, ni limito mi futuro. También quiero agradecer a mis dos hermanos quienes siempre han estado a mi lado y me han acompañado en las diferentes etapas de crecimiento, con los que he pasado los mejores y peores momentos de mi vida, por ellos he logrado crecer de una forma única y me han demostrado ese amor y apoyo familiar que siempre he necesitado. También quiero dedicar esto a mi Tía Angelica quien es el ejemplo de superación personal más impactante que conozco y quien no ha dudado nunca en ayudarme de ser necesario, ha sido una segunda mamá en mi vida y por ella hoy puedo tener experiencias que me ayudaron a formar mi perspectiva como persona. Por último, lo dedico a mi yo de 16 años quien tenía muchas expectativas de su vida y que hoy debo decir que cumple y supera todos los sueños de esa pequeña que un día decidió ser maestra.

## **Introducción**

El presente trabajo de grado evidencia el desarrollo de la inteligencia emocional a través de un entorno pedagógico-recreativo, con los estudiantes del Colegio IED La Concepción como actores principales. Los estudiantes participaron en diversas experiencias recreativas diseñadas para fomentar la inteligencia emocional a través de escenarios prácticos. El objetivo principal de estas experiencias era verificar la relación entre la recreación como estrategia educativa y el desarrollo de la inteligencia emocional en las instituciones.

Para ello se consideraron las diferentes propuestas del Ministerio de Educación nacional para abordar el ámbito emocional de los alumnos, para lo que se evidencio que son pocas las alternativas pedagógicas que propone el estado para tratar la perspectiva emocional de los alumnos en las instituciones, considerando esto se identificaron las posibilidades para proponer una propuesta Recreo-pedagógica con la que se promueva el desarrollo de la Inteligencia emocional en las instituciones educativas, enfocado en la población e institución a intervenir.

Considerando lo anterior, la investigación busca implementar estrategias recreativas para desarrollar la IE mediante actividades lúdicas, artísticas y prácticas que permitan a los actores recibir experiencias en las que se pueda aprender y reconocer los aspectos necesarios para fortalecer su IE. Esta propuesta se desarrolló teniendo presente los intereses del colegio, cumpliendo con los pilares y enfoques educativos, que se tienen en cuenta al sustentar y realizar el programa.

Para este proyecto es necesario tener presente los diferentes conceptos relevantes durante el desarrollo de la investigación, la Inteligencia emocional como eje fundamental y propósito para el desarrollo, la recreación como medio pedagógico estructural para encontrar alternativas de aprendizaje mediante variadas experiencias, la educación emocional al tener presente la

emocionalidad en ámbitos escolares, las competencias emocionales como eje de fortalecimiento en el entorno escolar y el bienestar estudiantil, complementado como derecho institucional y por el cual se vela por cumplir.

En consecuencia, se realiza una Investigación cualitativa, con un enfoque metodológico de IAP (Investigación Acción Participativa) el cual brinda diferentes herramientas las cuales se relacionan con la recreación y los objetivos prácticos de la misma, llevando a cabo experiencias por medio de la estrategia pedagógica de talleres o intervención práctica.

Por último, podrá encontrar los diferentes talleres realizados, la recopilación de las diferentes experiencias recogidas durante el proceso, el desarrollo de las distintas actividades prácticas que buscaron promover la IE y la evidencia del uso de la recreación como medio pedagógico para cumplir con el objetivo del proceso, al finalizar se muestra los resultados y conclusiones obtenidos durante la investigación, adicional a las diferentes reflexiones que se hacen luego de realizar el proyecto.

## **Resumen /Abstract**

El presente trabajo de grado aborda el desarrollo de la inteligencia emocional en estudiantes del Colegio IED La Concepción mediante un enfoque pedagógico-recreativo. Para este se diseñaron y ejecutaron experiencias recreativas con el fin de explorar la relación entre la recreación como estrategia educativa y el desarrollo de la inteligencia emocional en entornos institucionales.

Se destaca la escasa oferta de alternativas pedagógicas del Ministerio de Educación Nacional para abordar la dimensión emocional de los alumnos. En respuesta a esto, se propone una estrategia Recreo-pedagógica centrada en el desarrollo de la inteligencia emocional, adaptada a las necesidades y características específicas del Colegio IED La Concepción.

Los objetivos de la investigación incluyen determinar la incidencia de la recreación en el desarrollo de la inteligencia emocional en jóvenes de 12 a 14 años y fomentar el enfoque en inteligencia emocional como alternativa pedagógica para la convivencia por medio de esta se resaltaré el papel de la experiencia estudiantil en la propuesta de enseñanza desde la recreación.

Esta investigación se basa en una metodología cualitativa con enfoque de Investigación-Acción-Participación (IAP), que involucra a los participantes en la construcción del conocimiento y la mejora de su entorno social. Se implementaron talleres y prácticas recreativas para fomentar la inteligencia emocional, considerando la emocionalidad en el ámbito escolar, las competencias emocionales y el bienestar estudiantil.

La investigación aporta que las experiencias recreativas efectivamente contribuyen al desarrollo de la inteligencia emocional, facilitando el manejo de las emociones y promoviendo la integración positiva en el grupo. Se identifica la necesidad de abordar la autoestima en estas

edades, la práctica recreativa se posiciona como una alternativa pedagógica relevante para la implementación de la inteligencia emocional en instituciones educativas.

En el entorno escolar la recreación emerge como un elemento crucial para abordar diversos aspectos que influyen en los estudiantes, ofreciendo experiencias enriquecedoras y propiciando un aprendizaje significativo tanto académico como personal. Se recomienda la incorporación constante de la recreación en las aulas para maximizar su impacto positivo.

## Índice de contenido

Agradecimientos.....	3
Dedicatoria .....	4
Introducción.....	5
Resumen /Abstract.....	7
Índice de contenido.....	9
1. Planteamiento del problema .....	10
1.1. Formulación del problema .....	14
1.3. Objetivos .....	14
1.3.1. General .....	14
1.4. Justificación.....	15
2. Marco referencial.....	18
2.1. Antecedentes.....	18
2.2. Marco Contextual .....	24
2.3. Marco Teórico .....	25
2.4. Marco Legal.....	33
3. Metodología.....	35
3.1. Enfoque de investigación .....	35
3.2. Diseño de investigación.....	36
3.3. Muestra enfoque de estudio.....	37
3.4. Técnica e instrumentos de recolección.....	38
3.4.1. Entrevista .....	38
3.5 Fases de la investigación: .....	43
4. Resultados .....	48
4.1. Análisis de Resultados.....	49
5. Conclusiones.....	75
6. Reflexiones Finales .....	77
7. Recomendaciones.	
Referencias bibliográficas .....	79
Anexos.....	86

## **1. Planteamiento del problema**

Según un reporte publicado por el Infobae (2023) con cifras de Oxfam (Confederación internacional formada por 19 organizaciones no gubernamentales), Colombia se sitúa como el segundo país más desigual en América Latina. Según datos del Banco Mundial la brecha de desigualdad es realmente preocupante, ya que el 10% de la población más acomodada del país recibe 11 veces más ingresos que el 10% más desfavorecido.

Esta significativa diferencia económica en Colombia tiene implicaciones de gran magnitud para la sociedad. Estos factores afectan la estabilidad emocional de las personas en su vida diaria. Sin embargo, no es la única problemática que puede influenciar a los niños y jóvenes en la actualidad.

Para entender de manera más cercana a esta población, es fundamental considerar factores externos que evitan que los jóvenes puedan dedicar la mayor parte de su tiempo y esfuerzo al logro de resultados académicos esperados por ellos, sus padres e instituciones educativas. Elementos como el bullying, abandono, violencia intrafamiliar, redes sociales, tendencias suicidas y más, son cosas con las que lo jóvenes hoy día deben lidiar.

El Programa Internacional de Evaluación de Estudiantes (PISA 2018) llevó a cabo un estudio que evaluó a adolescentes de 15 años en diversas competencias académicas. Sin embargo, el aspecto más significativo de este estudio se centra en el bienestar estudiantil, que demuestra cómo la influencia de limitaciones sociales, económicas, afectivas y otras, tiene un impacto amplio desde la perspectiva de la mente de los estudiantes. Esto arroja un resultado objetivo sobre cómo las circunstancias del entorno social van afectando las habilidades cognitivas y socioemocionales de los adolescentes. Por ello se considera importante resaltar cómo las instituciones educativas dirigen sus

esfuerzos hacia la obtención de resultados académicos excelentes, sin tener en cuenta la presión y el desgaste mental que esto puede generar en los jóvenes.

Por ello, se evidencian falencias de que tiene el sistema educativo al tratar y atender estos asuntos, que, aunque no generan mayor impacto en los aprendizajes académicos, pueden influir en el seguimiento emocional en el ambiente educativo, razón por la que se considera visibilizar y aportar mejor atención y seguimiento a las problemáticas de la población.

De acuerdo con Extremera. Et al (2013 p.1) plantea que, en el ámbito de las emociones, ha surgido una nueva orientación de investigación que se enfoca principalmente en explorar diferentes formas de representarlas individualmente. Esta área se denomina inteligencia emocional (IE), la cual ha venido ganando terreno e interés en diversos campos de formación, como el de la educación, ya que se ha podido identificar que esta juega un rol relevante para la creación de vínculos y el control de las emociones, estos factores pueden influenciar al alumno con el tiempo y la experiencia a mejorar su conducta, carácter y manejo de sus relaciones sociales, estos elementos se vuelven necesarios para la construcción del sujeto, lo que aporta para el desarrollo de la IE.

Quinto et al, en el documento *“Inteligencia Emocional en el aula: Una Revisión de Prácticas y Estrategias para promover el Bienestar Estudiantil”* realizó una revisión de investigaciones en la cual, el estudio de Maccann et al (2020) analizó la conexión entre la inteligencia emocional y el desempeño académico. Los hallazgos de su investigación indicaron que la inteligencia emocional se presenta como un indicador relevante en lo que respecta al rendimiento académico. Esto sugiere que fomentar el desarrollo de habilidades emocionales en los estudiantes podría tener un efecto beneficioso en su éxito en el ámbito académico.

Sin embargo, se puede inferir que no existen programas que apunten de manera explícita al aprendizaje de carácter emocional. Bisquerra (2003) señala, que la educación se ha centrado tradicionalmente en el desarrollo cognitivo, con un olvido generalizado de la dimensión emocional.

En el documento *Identificación de problemáticas actuales asociadas a la calidad en la educación secundaria y media en instituciones privadas y oficiales de la ciudad de Bogotá*, propuesto por Camargo Rodríguez (2021), se expone que la evaluación de la educación colombiana se realiza a través de la medición de los resultados en pruebas nacionales, como las pruebas Saber, así como otros tipos de evaluación estandarizada, que busque medir la calidad de la educación desde lo cognitivo. No obstante, este mismo autor refiere que los resultados obtenidos por los estudiantes pueden estar influenciados por diversas variables del entorno y la vida de los estudiantes.

De aquí se infiere que las instituciones educativas procuran brindar los conocimientos necesarios para la obtención de buenos resultados en las pruebas estandarizadas de calidad, pero, debido a ello, es frecuente que dentro del currículo no se tenga en cuenta temas como la emocionalidad, si bien el MEN en su programa de *Estrategias para la formación socioemocional*, propone la implementación de la educación emocional en las instituciones, tiene la intención, entre otras, de mitigar la deserción, el bullying, el uso de drogas y otras problemáticas propias de la adolescencia y ayudar a los jóvenes con su desarrollo para el futuro. En ese mismo sentido, se ha podido encontrar que el MEN ha propuesto un conjunto de estrategias para la formación de competencias socioemocionales denominado “*Guía de Estrategias de Formación de Competencias Socioemocionales en la Educación Secundaria y Media*”, actualizado en el año 2021. Esta guía incluye una serie de propuesta didáctica, delimitada paso a paso, buscando que los docentes puedan desarrollar las competencias socioemocionales con sus alumnos.

Esta guía está creada para cursos a partir de grado octavo. Esto implica que los estudiantes en cursos anteriores no puedan acceder a estos, y adicional a ello el que estos planes estén propuestos no necesariamente significa que los docentes tengan espacios específicos para implementarlos, y las problemáticas, mientras tanto, siguen presentándose sin que se pueda evidenciar un direccionamiento concreto de intervención (Ministerio de educación nacional, MEN, 2021).

Este escenario deja entrever una fuerte necesidad de mejorar y trabajar en aspectos que puedan ayudar a mejorar los ambientes familiares, educativos y sociales. Debido a ello, luego de revisar el plan estratégico que propone el MEN para la formación socioemocional de los alumnos, se evidencia que se propone una estructura didáctica con diferentes herramientas, presentadas como guía para el desarrollo de la socio-emocionalidad como cuadernillos de aprendizaje pedagógico, que, si bien procuran recopilar en su mayoría diferentes componentes relevantes, no logran tener el impacto y la divulgación suficiente para que se implemente efectivamente.

Adicional a ello se evidencia que, aunque es cierto que desde el ámbito teórico se pueden trabajar diferentes estrategias para esta formación, también es necesario adquirir experiencias prácticas que le permitan al estudiante desenvolverse en diferentes ambientes, no obstante debemos recordar que este plan estratégico está garantizado únicamente de grado octavo a once, es decir que los demás cursos no tendrán acceso al mismo, razones por las cuales puede llegar a entrar como un proceso retrasado en el plan de aprendizaje de un adolescente. Sin embargo, aunque este plan exista, no está entre las prioridades institucionales, recordando que la misión fundamental de las mismas es lograr la obtención de buenos resultados en las pruebas académicas las cuales miden la cantidad de saberes obtenidos por el estudiante, mismas pruebas que no revisan el estado emocional del estudiante que se presenta, razón por la que no se evalúa este estado en los jóvenes.

Goleman (2007), expone que: la inteligencia académica no proporciona directamente ninguna preparación para los desafíos o las oportunidades que la vida conlleva. Sin embargo, aunque un coeficiente intelectual elevado no es garantía de prosperidad, prestigio ni felicidad en la vida, la escuela y la cultura se concentran en las habilidades académicas e ignoran la inteligencia emocional, un conjunto de rasgos que algunos podrían llamar carácter que también tienen una enorme importancia para nuestro (sir) destino personal.

Es en este sentido, este trabajo de grado busca aportar a esta necesidad con una estrategia

pedagógica desde la recreación para los estudiantes de los cursos inferiores a grado octavo, de tal manera que también puedan conocer sobre la inteligencia emocional, y ante ello se fórmula la siguiente pregunta de investigación.

### **1.1. Formulación del problema**

¿Cómo la recreación se presenta como posibilidad para abordar el desarrollo de la inteligencia emocional con estudiantes de 12 a 14 años, en 7mo grado?

### **1.3. Objetivos**

#### **1.3.1. General**

Determinar la incidencia de la recreación, como posibilidad para abordar el desarrollo de la inteligencia emocional, en jóvenes de 12 a 14 años, mediante el uso de una secuencia de aprendizaje orientada al manejo emocional.

#### **1.3.2. Específicos**

- Fomentar el enfoque en inteligencia emocional como alternativa pedagógica para la convivencia, mediante las diferentes herramientas de aprendizaje que tiene la recreación.
- Resaltar el papel de la experiencia de estudiantes en edad escolar, en el marco de una propuesta de enseñanza orientada desde la recreación y el fomento de la inteligencia emocional.
- Vincular la recreación como práctica en las aulas, para el desarrollo de la Inteligencia emocional.
- Destacar las cualidades de la recreación para el abordaje de la Inteligencia Emocional.

#### **1.4. Justificación**

La presente propuesta se realiza con el fin de reconocer la recreación como alternativa para el desarrollo de la inteligencia emocional y como la misma puede impactar en espacios que demuestren su eficacia al momento de generar o crear proyectos que aporten a una comunidad en especial. Para ello en este trabajo se presentan los componentes, perspectivas, cualidades y fortalezas que puede tener la recreación a la hora de intervenir en programas institucionales para abordar cierta problemática, en este caso la inteligencia emocional en los adolescentes, para ello se presenta la relevancia de lo emocional en la sociedad actual y como esta se puede fortalecer desde diferentes metodologías.

Brackett et al (2021) resaltan la importancia de la inteligencia emocional en el ámbito escolar como un factor fundamental para establecer un entorno de aprendizaje saludable. Además, proponen un enfoque estructurado para la incorporación de intervenciones relacionadas con la inteligencia emocional en el campo educativo.

Esto no es solo al tema de la estructuración teórica, sino, también no está pensado para el dinamismo del aprendizaje, si bien el programa que propone el MEN (2021) es de carácter secuencial lo que permite ir avanzando considerablemente, no se refleja bajo las necesidades sociales del alumnado, es decir las competencias socioemocionales según el MEN (op. Cit.) Son las que involucran el desarrollo de procesos cognitivos o mentales, y aspectos emocionales como la conciencia y regulación de las emociones, habilidades de interacción social y la capacidad de contribuir a la sociedad (2017), según estos programas podrían tener un mejor reconocimiento si se trabaja desde el área práctica y experiencial, ya que pone al individuo en situaciones reales, lo que el

trabajo teórico no puede proporcionar, ayudaría a crear nuevas expectativas y metodologías que ayuden a implementar conocimientos en la sociedad.

En consecuencia, se plantea la recreación como un medio pedagógico-experiencial. Para ello se revisó el concepto es propuesto por Dewey (1938) quien expresa que: el aprendizaje no es una preparación para el trabajo o la vida futura; es la adquisición de experiencias que aumentan las capacidades para la vida futura. De modo que la recreación se relaciona como la experiencia que promueve aprendizajes significativos, con esto se puede hacer la estructuración de un posible plan estratégico para el desarrollo de la inteligencia emocional.

Otra definición de educación experiencial es la de la AEE (Asociación para la educación experiencial, 1995) que la presenta como: Un proceso mediante el cual las personas desarrollan conocimientos, adquieren habilidades y fortalecen sus valores a partir de experiencias propias y directas. De modo que, con ello nos adentrarnos a identificar las cualidades pedagógicas con las que cuenta el medio recreativo para construir una metodología alterna para las guías de intervención institucional y su función a la hora de presentar propuestas de carácter experiencial.

Para ello, se debe abordar inicialmente la recreación misma, que desde el “Proyecto de Ley No. 400 de 2021 del Congreso de la República” se define como:

Una práctica positiva que surge de la participación activa, consciente y autónoma de individuos y grupos en actividades relacionadas con el arte, la cultura, el juego y la interacción entre lo ambiental, lo social y el entorno. Esto constituye una forma de abordar la vida que fomenta la colaboración en lugar de la competencia, promoviendo el compartir como una manera de vivir. Además, esta perspectiva implica una percepción lúdica que equilibra la rutina diaria y abre la puerta a la exploración de otros posibles entornos.

Teniendo en cuenta esta definición podemos aclarar que la recreación en su mayoría es activa y esta mediada con diferentes tipos de prácticas, las cuales al realizarse aportan al individuo a tener una mejor relación con sí mismo, el entorno y la sociedad en general, lo que ayuda a generar cualidades para mantener un vínculo social equilibrado; debido a la variedad de experiencias que se pueden obtener a través de la recreación, el sujeto tiene la posibilidad de producir diferentes emociones y aptitudes durante la integración de la misma.

Por consiguiente, de acuerdo con el enfoque presentado por la Licenciatura en Recreación de la Universidad Pedagógica Nacional en su documento maestro (2013), define la recreación como una disciplina innovadora que busca crear espacios para revivir expresiones y manifestaciones lúdicas y recreativas, el juego y la libertad. Estos elementos se integran en las prácticas socioculturales, encuentros con otras personas y la comunidad en general. Este enfoque se basa en un diálogo de conocimientos que conduce a la reflexión, estimula las conciencias, los sentimientos y las emociones, generando placer y bienestar.

Con esta definición se puede relacionar más el conocimiento personal y experimental, para poder proporcionar correctamente una propuesta pedagógica; la recreación se puede ver desde lo lúdico, divertido, educativo y social, es un mediador de procesos emocionales, sociales y placenteros, que favorecen a la integración social adecuada y activa, además, tiene en cuenta las reacciones de los participantes, lo cual ayuda a tratar con conciencia y sensibilidad cada problemática que se presente durante la práctica de ella, esto permite al estudiante generar cuestionamientos efectivos que estimulen su desarrollo emocional. Aunque la generación de diversas experiencias puede resultar en respuestas tanto positivas como negativas, estas actividades tienen la posibilidad de enriquecer el desarrollo mental y promover la regulación de las interacciones sociales.

Por ello, se registran diferentes experiencias diseñadas para satisfacer las necesidades de los estudiantes de séptimo grado, con quienes se planea realizar vivencias relacionadas con lo emocional. Así, se plantea una propuesta pedagógico-recreativa que fomente la inteligencia emocional en niños y jóvenes de manera dinámica y experiencial. Esta propuesta incorpora diversas actividades, como juegos, artes plásticas, teatro y danza, como estrategias para llevar a cabo el proyecto. Además, se hace uso de diversos elementos, como la música, la pintura, los medios audiovisuales, entre otros, que pueden presentarse como elementos novedosos en la implementación de métodos educativos experienciales.

Estas estrategias buscan generar en los alumnos sensaciones que promuevan el conocimiento socioemocional y que les brinden experiencias placenteras para abordar su estado emocional y en las que los estudiantes encuentren formas de expresar y reconocer su espectro emocional, para manifestarlo correctamente con la sociedad, produciendo las habilidades y capacidades necesarias para su futuro.

## **2. Marco referencial**

Para lograr el entendimiento y la profundización de la investigación de estudio, es esencial sentar las bases sólidas sobre las cuales se construirán los diferentes conceptos. El marco referencial es fundamental en el proceso, ya que proporciona el contexto conceptual y las perspectivas necesarias para comprender los diferentes temas a tratar. En este sentido, esta investigación se apoya en un sólido marco teórico que aborda los conceptos, las teorías y las investigaciones previas relacionadas con estos. Con este marco, se pretende explorar y analizar en profundidad las diversas dimensiones de la problemática, encaminado a desarrollar la investigación.

### **2.1. Antecedentes**

El presente apartado es para reconocer las principales investigaciones que sirvieron de referencias para el desarrollo del trabajo y para identificar el estado actual de la relación entre Inteligencia emocional y practicas recreativas.

### **2.1.1. Antecedentes Internacionales**

El primer antecedente es de: Cayambe Toalombo. (2014) y su investigación titulada “El derecho a la recreación y su incidencia en el desarrollo de la inteligencia emocional de las niñas del cuarto grado paralelo “b” del centro de Educación General Básica”. En este documento se enfatiza el cumplimiento del derecho social a la recreación para niños, niñas y jóvenes, que debe implementarse en las instituciones y por el que se refiere a la eficiencia que podría tener sobre inteligencia emocional. Allí se analiza mediante cuestionarios, encuestas, entre otros elementos que determinan el estado de la institución sobre el trato y manejo que se presenta al atender y cumplir este derecho, así como se obtiene la perspectiva del alumnado con base en su estado emocional y si se representa efectivamente en su ambiente escolar y docente.

Además, se concluye que se ve una fuerte incapacidad de los docentes al usar y promover el derecho a la recreación y por ello se obtienen resultados negativos sobre su integración con la IE. Además, se evidencia que los estudiantes valorados no tienen conocimiento suficiente para hacer valer sus derechos y compartir las necesidades que deben trabajar con base en su emocionalidad, así se recomienda fortalecer en estos campos para mejorar este ámbito desde lo institucional.

Para continuar se presenta el documento de Muchica Puma, (2019). La inteligencia emocional y su relación con el rendimiento académico en Comunicación en los alumnos del 1 de secundaria de la IEN Lastenia Rejas de Castañón. El cual investiga la relación entre el manejo de la inteligencia emocional y el rendimiento académico en el área de comunicación en la institución donde se realiza la investigación, en la cual se analiza con diferentes herramientas desde la

perspectiva del alumnado, ya que la IE afecta su percepción y rendimiento según lo académico, así que se enfatiza en que no se obtuvieron los resultados esperados porque no se pudo realizar de forma más profunda, teniendo en cuenta que varios de los alumnos presentaban conocimientos sobre el uso de la IE.

En este trabajo se concluyó que aunque hay una relación positiva con la IE es bastante débil aún y por esta razón se ve que puede integrarse con el rendimiento académico a la hora de realizar actividades escolares, del igual forma se ve que los estudiantes cuentan con cualidades básicas para el uso de la IE, que recomienda que se trabaje desde lo institucional el mejoramiento de estrategias que promuevan esto y también que se apliquen pruebas en las que se pueda hacer un seguimiento sobre el estado mental de los alumnos

### **2.1.2. Antecedentes Nacionales**

El documento “Desarrollo de la inteligencia emocional en la primera infancia: una guía para la intervención, escrito por Guil et al., (2018)”. Para la Pontificia Universidad Javeriana, Colombia, propone un guía para realizar programas para el desarrollo de la inteligencia emocional en niños de 0 a 3 años, la cual expone la importancia de desarrollar la IE desde edades más tempranas, lo cual permitirá tener una buena base emocional para las diferentes situaciones del futuro, lo cual genera una conciencia tanto en el niño como en la persona que le ayudara a procesar estos conocimientos, muchas veces padres o familiares; en este trabajo tienen en cuenta sobre todo las perspectivas de los teóricos Henri Wallon, Carroll Izarde, Mayer y Salovey, quienes con aportes en sus diferentes campos ayudan a complementar y fundamentar lo estudiando en este trabajo.

Este trabajo plantea la necesidad de pensar en este campo desde la primera infancia, proponiendo a los niños como eje de estudio especial debido a la poca relevancia que se cree que la IE en estas edades, por ello presenta una propuesta de guía con un programa específico que ayudaría al desarrollo de la IE en estas edades.

A continuación, se expone el trabajo realizado por Duque et al (2021). Titulado “Sistematización de experiencias sobre la creación de la fundación Haclapa para fomentar el desarrollo de la inteligencia emocional a través del arte en la población vulnerable de primera infancia de 0 a 6 años, del barrio El Rincón del Lago de la comuna 4 del Municipio de Soacha.” El cual sistematiza el trabajo realizado con la población vulnerable del municipio de Soacha con la fundación Haclapa en el buscan intervenir con talleres, actividades y otras temáticas de carácter creativo, artísticos y pedagógicos que les permiten desarrollar la IE de forma activa, teniendo en cuenta las condiciones que la pandemia ha dejado y en la cual los espacios de intervención social han venido disminuyendo, promoviendo habilidades artísticas, motoras y sociales.

Concluyendo así que las edades de trabajo muestran grandes cambios e influencias para el desarrollo socioemocional del niño, lo que hace que sea fundamental atender y tratar estos temas desde la infancia, adicional a ello mencionan que es necesario crear más propuestas y proyectos enfocados en promover el cuidado de la salud mental y emocional de todos, recomendando herramientas prácticas como el arte para fomentar la creatividad y la expresión de niños.

### **2.1.3. Antecedentes Locales**

Para continuar con los antecedentes se presenta el trabajo realizado por Rodríguez (2018) titulado “Cuadernos de trabajo comunitario. Tips pedagógicos para el desarrollo emocional”, esta propuesta es un claro ejemplo de una herramienta necesaria que puede aplicarse de forma institucional la cual busca ayudar con la sugerencia de diferentes actividades, que propicien el uso y fomento de la IE en diferentes instituciones de índole educativo. Al respecto, es importante cuestionar inicialmente los conocimientos sociales sobre la emocionalidad, y hacer hincapié en necesidad que hay de construir elementos que aporten con problemáticas sociales desde diferentes escenarios; obteniendo así como resultado la creación de un cuadernillo con tips y estrategias pedagógicas para tratar diferentes aspectos emocionales, en este podemos encontrar la explicación

básica de las emociones, diferentes temáticas didácticas para el desarrollo de la IE, la generación de vínculos y el tratamiento correcto de diferentes situaciones, teniendo como énfasis el aporte social que tiene el mismo a la hora de aplicarse en la población académica en la que lo desarrolla, conociendo así una perspectiva interesante sobre el desarrollo de la educación emocional y el impacto que trae a través de los diferentes proyectos en su medio, buscando también abrir el panorama educativo para implementación de nuevos programas inclinados al desarrollo de la IE.

Vamos a ver ahora, el proyecto creado por Merchán (2015) “Catarsis: una estrategia para el desarrollo de la inteligencia emocional y las competencias cognitivas a través de la cultura escrita”, este proyecto busca por medio de la lectoescritura promover entre los estudiantes del IED La Concepción el desarrollo y uso de la inteligencia emocional, para lo cual desarrolla actividades de carácter lúdico, artístico y escrito, que le permiten a través de la misma desarrollar las diferentes capacidades emocionales de los alumnos de 6 a 9 grado propiciando la lectura como eje central y la relación entre estos procesos con su vida personal, con el objetivo de identificar y mejorar las diferentes problemáticas académicas de los estudiantes, este proyecto logro encontrar una forma de relacionar la falta de lectura y escritura textual como una herramienta que proporciona bases para mejorar y mantener el estado emocional en buen equilibrio, mejorando así el manejo de emociones y las relaciones interpersonales. Concluyendo así que en efecto las actividades realizadas en el proyecto son positivas para mejorar el ambiente emocional del niño y le permiten identificarlas de tal modo que puede buscar alternativas para tratarlas de ser necesario; también cabe reconocer que se recalca una clara necesidad de mejorar e implementar estos proyectos como algo más importante en las instituciones, de igual modo se propone alternativas para mejorar el Catarsis y seguir creciendo en la institución.

Por último, se ve necesario reconocer los proyectos realizados por la secretaria de educación distrital “SED” en adelante, para el cuidado y desarrollo de la socio-emocionalidad en la comunidad educativa.

Inicialmente se encontró en la página de la Secretaria de educación Bogotá el programa “Integral de Educación Socioemocional, Ciudadana y Escuelas como Territorios de Paz” (2021) el cual busca fomentar la educación integral en las instituciones educativas de la ciudad, implementándose en 20 localidades de la ciudad, teniendo como eje principal generar espacios como territorio de paz, educación socioemocional y ciudadana; esta propuesta trae consigo diferentes estrategias para su implementación, poniendo como prioridad el derecho a la paz, proporción de una orientación pedagógica para la emocionalidad, fortalecer los lazos familiares, mejorar la convivencia y aportar conocimientos para la resolución de conflictos. Con este programa se logró realizar una gran cantidad de acompañamientos socioemocionales, promover escenarios de cuidado de la salud mental y conductas suicidas, adicional a ello se avanzó con la vinculación de varios orientadores para las instituciones con el fin de fomentar el acompañamiento institucional en casos de cuidado emocional y salud mental de los estudiantes de las instituciones. Adicional a ello se llevaron espacios para la generación de diálogo sobre una generación de paz y proactiva para la participación en espacios sociales y culturales.

Prosiguiendo con lo encontrado en la Página de la SED, se ve el programa “Emociones para la vida” el cual tiene como principal objetivo fortalecer las competencias socio-emocionales en los niños de los grados primero a quinto, con una serie de cuadernillos didácticos que contienen la guía para él la enseñanza del mismo (docentes, padres y madres) y las actividades a desarrollar con los niños que van a desarrollar el programa; con este cuadernillo se busca promover el aprendizaje emocional de los niños, es decir, el conocimiento sobre las emociones, el manejo de las emociones,

la relación de las emociones propias y las del entorno, la importancia de la resolución de conflictos de forma sana y pacífica, lo cual no solo busca ampliar la interacción en el ambiente académico y escolar, sino, también el mejoramiento de las actitudes en espacios como el hogar, y su entorno social en general ya que estas cualidades le permitirán relacionarse mejor en ámbitos familiares, laborales y personales.

**Tomado de:**

[https://www.educacionbogota.edu.co/portal\\_institucional/transparencia/emociones-para-la-vida](https://www.educacionbogota.edu.co/portal_institucional/transparencia/emociones-para-la-vida) Fecha de publicación: Dom, 03/03/2019

## **2.2. Marco Contextual**

El Colegio La Concepción, institución educativa pública, está en la localidad de Bosa en Bogotá. Su dirección es KR 87 K # 69 - 40 SUR, en la zona suroccidente de la ciudad. Ofrece servicios educativos en los niveles de preescolar, básica primaria, básica secundaria y media, siguiendo el calendario A del sistema académico distrital, este colegio tiene funcionamiento de jornada mañana y tarde.

El PEI de la Institución Educativa La Concepción es “Construyendo hechos de vida” orientado desde una Cátedra denominada "Concepción Ciudadana", Que encamina la formación de los estudiantes a su constitución como ciudadanos participativos y conscientes de su rol en la sociedad.

La misión de la institución es: Trabajar en la búsqueda de una educación integral por medio de espacios y oportunidades que generen dinámicas de participación, investigación y autonomía en la que busca formar seres humanos autogestores, críticos y emprendedores, con la capacidad de superar dificultades, con diferentes propuestas y proyecciones en la vida como ciudadanos competentes, útiles a sí mismos, a su familia y la sociedad.

La visión de la institución para el año 2025 es fortalecer su presencia entre los colegios de la localidad por ofrecer una formación integral en educación inicial, básica y media vocacional;

fundamentada en el respeto y la promoción por los Derechos Humanos, por medio de escenarios de convivencia oportunidades educativas y ambientes que fortalecen el aprendizaje y el desarrollo y progreso de ciudadanos líderes y capaces de enfrentarse a diferentes problemáticas con acierto y responsabilidad.

## **2.3. Marco Teórico**

### **2.3.1. Inteligencia emocional:**

Como se ha dicho antes se exponen las diferentes perspectivas de autores entre la relación inteligencia emocional y la importancia para el desarrollo del ser social y personal. La autora Lidia, G. (2011), nos expone que los autores Salovey y Mayer definieron la inteligencia emocional como: La habilidad de reconocer y comprender de manera precisa las señales y manifestaciones emocionales tanto en uno mismo como en los demás, facilitando la gestión de las emociones y guiando el pensamiento y el comportamiento de manera eficaz y apropiada en función de los objetivos personales y el entorno circundante, esto quiere decir que al desarrollar esta capacidad se podría mejorar la efectividad de las personas a la hora de relacionarse, con sí mismo y del mismo modo con su entorno, teniendo en cuenta sus prioridades personales, sin llegar a afectar sus al rededores, obteniendo un mejor control sobre su percepción emocional.

En el mismo artículo la autora expone la postura de Bar-On 1997, quien se ve influenciado por la manifestación propuesta por Salovey y Mayer, describiendo la IE como: un conjunto de aptitudes y conocimientos en el ámbito emocional y social que impactan en nuestras capacidades en general para enfrentar de manera efectiva las exigencias de nuestro entorno. (p.12). Aquí se debe considerar la relación del autor con la inteligencia social (una inteligencia diferente) pero relacionada con la IE. Algún modo el autor nos expone que para que esta inteligencia se vea más complementada es necesario considerar los factores externos que la influyen, pero sin dejar de lado lo importante del trabajo del ser consigo mismo al desarrollar alguna habilidad en el ámbito emocional.

Con una visión muy cercana a la expuesta por Salovey et al, se presenta la postura de Delgado, quien propone la Inteligencia emocional como: La capacidad de emplear las emociones de manera beneficiosa, permitiéndonos abordar los desafíos cotidianos de manera más efectiva y eficiente. Con base a esto se puede entender que esta habilidad nos ayuda a resolver problemas, aunque no se tiene en cuenta el desarrollo personal del sujeto, ni como la misma puede ayudarle a armonizar su vida personal y el trato consigo mismo. Esta visión da a entender algo como esto beneficiario en su mayoría a lo exterior, ya que la resolución problemas diarios no mejora explícitamente la relación del sujeto con su interior.

En el apartado anterior se comentó una falencia con relación al concepto inteligencia emocional y la relación consigo mismo, para ello Goleman define la Inteligencia emocional como: La habilidad de identificar y gestionar nuestras propias emociones, motivarnos y supervisar nuestras relaciones personales, aquí el autor nos habla de “identificar” este término haciendo referencia a ver hacia dentro del sujeto y generar un autoexamen mental para el manejo de los sentimientos y las emociones que hay, adicional a ello busca la motivación personal para mejorar el manejo de las relaciones interpersonales, teniendo en cuenta que al mejorar internamente la parte emocional, puede fácilmente generarse una transición hacia la sociedad más fácil, generando allí un equilibrio personal entre la emocionalidad autónoma y la que se genera en un ambiente compartido. De esta forma se puede decir que no es un proceso solo para la mejora de las relaciones externas y el manejo de problemas o situaciones diarias, sino, también es indispensable el desarrollo del sujeto desde su autoconciencia.

Para finalizar Martineaud et al. (1996) nos exponen la IE La capacidad de comprender nuestros propios sentimientos, regular nuestros impulsos, pensar con claridad mantener la calma y una actitud optimista en momentos de adversidad, y estar receptivos a las perspectivas de los demás.

### **2.3.2 Cerebro emocional:**

Hay que tener presente que para el desarrollo de la inteligencia emocional hay unos factores del cerebro que se involucran en esta, Paul Mac Lean propone la teoría del cerebro triuno en esta expone que, la cognición, la emoción y la conducta humana no se ven de manera aislada, sino que trabajan de manera coordinada e interdependiente. Esta interconexión influye de manera definitiva en el desempeño del individuo en diversos ámbitos de su vida. En otras palabras, se reconoce que la mente humana opera de manera holística, y tanto los procesos cognitivos como emocionales y conductuales están entrelazados, afectando conjuntamente el rendimiento y la experiencia del sujeto en distintos contextos.

Mac Lean (citado por LeDoux en 1999) introduce la idea de un cerebro ternario compuesto por tres capas interconectadas. La capa más primitiva se denomina cerebro reptil, seguida por el cerebro mamífero, también conocido como emocional, y finalmente, la capa más reciente, el cerebro humano. Esta estructura sugiere una evolución en capas, donde las funciones más básicas y fundamentales se encuentran en las capas más antiguas, mientras que las capacidades cognitivas más avanzadas se desarrollan en la capa más reciente.

Según Mac Lean cada tipo de cerebro (reptiliano, mamífero/emocional y humano) posee características distintivas que contribuyen a formas específicas de inteligencia, memoria, percepción del tiempo y del espacio, así como funciones motoras y otras funciones. En este enfoque, se reconoce que las diferentes capas evolutivas del cerebro tienen sus propias capacidades y especializaciones.

De la Cuesta (2016), el sistema límbico juega fundamental en el desarrollo de las emociones, destaca la parte del cerebro donde se desarrolla específicamente las emociones y motivaciones. Dentro de su estructura, se encuentra la amígdala y el hipocampo, siendo este último vinculado con la memoria. Ambas estructuras son responsables de determinar qué recuerdos se almacenan a largo plazo y en qué parte del hemisferio cerebral. La amígdala, además, registra y evalúa estímulos

externos a través del tálamo. En caso de que estos estímulos sean percibidos como negativos, la amígdala puede bloquear la transmisión de información hacia los lóbulos prefrontales, impidiendo así el proceso de aprendizaje. Es crucial subrayar el papel significativo de la amígdala en el aprendizaje, ya que influye en las reacciones positivas o negativas ante la información que ingresa al cerebro mediante diversos estímulos.

La colaboración entre el sistema límbico, la neocorteza, la amígdala y los lóbulos prefrontales resulta en una mejora de la inteligencia emocional. Esta interacción coordinada y positiva, según Goleman (1996), no solo beneficia la inteligencia emocional en sí, sino que también conduce a mejoras en la inteligencia cognitiva. En este sentido, la sinergia entre estas áreas del cerebro contribuye a un desarrollo integral, donde la comprensión y gestión de las emociones se entrelazan de manera positiva con las capacidades cognitivas.

### **2.3.3 Recreación:**

Al abordar el concepto recreativo en la planificación de este proyecto, es crucial considerar su influencia en el ámbito emocional. Aunque la recreación puede abordarse desde múltiples perspectivas que contribuyen a la educación, es fundamental establecer su vínculo con las emociones que surgen durante su práctica y cómo estas pueden impactar en el desarrollo de la inteligencia emocional. Por lo tanto, presentamos la recreación desde la perspectiva de diversos autores que destacan su capacidad para influir en aspectos emocionales. Además, buscamos resaltar las variadas actividades recreativas que pueden promover el desarrollo de la inteligencia emocional.

En línea con lo dicho anteriormente se resalta la definición de Recreación desde el Plan Nacional de Recreación y Deporte (2020-2026) del Ministerio del deporte de Colombia, el cual propone una visión de la recreación como: una experiencia producida por medio de participación activa, consensual e independiente por parte de una o más personas, mediante la cual se pueden desarrollar practicas por medio del arte, juego, cultura, vínculos sociales, naturales y con el entorno,

que crean formas para afrontar y apoderarse de la vida, dejando de lado la competencia y promoviendo la convivencia como una manera de ser y estar con el mundo.

Al contrastar los conceptos de la inteligencia emocional ya mencionados, hay que reconocer la influencia que puede tener la recreación para el desarrollo de esta, ya que le permite al sujeto reconocer aspectos de su vida y ubicarlos en el mundo real para mejorar y enfrentar su vida para el futuro, lo que hace más importante usar la recreación como medio pedagógico para crear programas que, mediante las diferentes prácticas que usan mejorar estas habilidades emocionales en niños y jóvenes (Mindeporte,20).

Para ello la autora Gerlero 2004 expone la recreación como: Un conjunto de actividades sociales que se llevan a cabo de manera individual o colectiva durante el tiempo libre, dentro de un contexto de tiempo y lugar específico. Estas actividades brindan un disfrute temporal y respaldada el valor social atribuido y reconocido a ciertos elementos, que incluyen aspectos psicológicos, simbólicos y materiales.

Considerando lo anterior la práctica de la recreación puede influir en diferentes espacios sociales, generando beneficios y efectos en varios aspectos personales, lo cual relaciona la recreación con la generación de experiencias que, provocan una variedad de sensaciones lo que sugiere puede contribuir al desarrollo de la inteligencia emocional.

Agregado a lo anterior hay que reconocer miradas que incluyan a la recreación como generador de conocimiento y para desarrollar algún tipo de aprendizaje, por ello Arboleda citando a Ordoñez y Trujillo, (2010) define la recreación como: “Un campo de retos y necesidades, y la consideramos como una práctica pedagógica que brinda herramientas novedosas a la escuela” (p.41), por ello es importante resaltar la relevancia practica que tiene la recreación en ambientes pedagógicos o institucionales que puedan servir para mejorar la necesidad de algún campo de

estudio, aunque a diferencia de la percepción del autor anterior, en este caso la recreación no se presenta como generadora de experiencias psicológicas o emocionales.

Vinculado a las posturas presentadas anteriormente en el artículo "La recreación comunitaria, una opción para ocupar el tiempo libre de los jóvenes" Zenaida et al. (2010) citando a Joffre Dumazedier expone que la recreación es: el conjunto de eventos y conexiones que aparecen al utilizar el tiempo libre por medio actividades terapéuticas, preventivas, educativas, deportivas o artísticas y culturales, sin que haya una presión externa, lo que genera, satisfacción, felicidad y crecimiento personal.

En este apartado los autores nos sugieren la recreación como varios factores que pueden realizarse mediante diferentes actividades que ayudan al sujeto en el desarrollo de experiencias externas o internas, además, recalca la versatilidad de la recreación al proponer actividades que sirvan para promover el desarrollo del ser humano.

Comprendiendo lo anterior se puede decir que, la recreación es un conjunto de diferentes experiencias compuesta de diferentes prácticas como, el juego, el arte, la cultura y las relaciones sociales, lo cual permite por medio de ellas desarrollar en su practica la inteligencia emocional.

#### **2.3.4 Educación emocional:**

Explorando la recreación como un elemento pedagógico para el desarrollo de la IE también Hay que divisar el conocimiento actual sobre la educación emocional y sus diferentes conceptos, para generar un enlace entre lo educativo, recreativo y emocional, recordando que esta tesis va ligada al aprendizaje institucional.

Partiendo de lo anterior el primer acercamiento de Bisquerra, (2000), que expone que la educación emocional es un proceso de aprendizaje continuo y constante, para fortalecer el desarrollo de

habilidades emocionales como componente esencial del crecimiento humano, para preparar a las personas para la vida y contribuir a la mejora del bienestar personal y social.

En relación con lo anterior podemos divisar una pequeña relación entre la recreación y la educación emocional a la hora de dar aportes para el desarrollo del sujeto y sus capacidades para el futuro, con base al conocimiento emocional del mismo sobre sus experiencias, adicional a ello podemos ver que el autor nos habla de un “proceso formativo” es decir una serie de procedimientos constantes para crear o generar la incorporación de ciertos conocimientos en este caso del ámbito emocional, teniendo en cuenta este procedimiento lleva una serie de características para su efectividad.

De igual modo otra conceptualización que Bisquerra (2003) propone, la educación emocional como una innovación educativa que se justifica en las necesidades sociales. Su principal objetivo es fomentar el desarrollo de competencias emocionales que promuevan un mayor bienestar en los ámbitos personal y social. Explorando lo que el autor enuncia hay que tener en cuenta el planteamiento de innovación educativa, es importante entrever que la educación emocional es un aspecto nuevo o que empezó a usarse hace un corto tiempo, por lo cual la creación de aprendizajes en este medio se vuelve innovadora y relevante para la institucionalidad.

Por otra parte, Casassus (2017) nos conceptualiza con la siguiente definición: La educación emocional es un proceso educativo que se enfoca en desarrollar la conciencia y comprensión emocional. En este sentido, abarca dos aspectos fundamentales: uno relacionado con la toma de conciencia de la experiencia emocional individual y otro vinculado con la comprensión emocional. Aquí es importante considerar que el proceso de la educación emocional es importante al intentar implementar el desarrollo de la IE, ya que nos expresa que, con base en la educación, se puede generar cualquier tipo de conocimiento, también expone la importancia de entender desde las dos

direcciones una perspectiva diferente ya que en cada ámbito el manejo emocional puede llegar a ser diferente para cada niño al enseñar.

### **2.3.5 Competencias socioemocionales:**

A la hora de revisar la documentación se puede evidenciar el interés en desarrollar las competencias socioemocionales de los jóvenes y así mejorar su aprendizaje emocional por ello es importante tener clara la definición de “competencia emocional” para ello, Bisquerra. Et al, la entiende como el conjunto de conocimientos, habilidades, capacidades y actitudes necesarios para comprender, expresar y gestionar de manera adecuada los fenómenos emocionales; en relación con lo anterior podemos ver como este concepto está muy acercado al desarrollo de la IE debido a que genera diferentes cualidades que se usan para un proceso emocional efectivo; del mismo modo nos explica que para el desarrollo de estas competencias es necesario entender que se dividen en los siguientes bloques: “conciencia emocional, regulación emocional, autonomía personal, inteligencia interpersonal y habilidades de vida y bienestar. (p.70), al revisarlo puede confundirse un poco con lo que se plantea sobre la IE, pero lo que se busca explicar aquí es que para desarrollar la misma hay que pasar inicialmente por este proceso de generar competencias en el área, y del mismo modo reconocer como estas aportan a la investigación.

Por otra parte Saarni (2000) exponen que “La competencia emocional se relaciona con la demostración de autoeficacia al expresar emociones en las transacciones sociales” (p.68), teniendo en cuenta esto también enfoca un poco en hacer énfasis en la autonomía, es decir que hay una clara relación entre generar conciencia emocional autónomamente para implementarla en un ámbito social, de esta forma se genera o se construye la IE, recordando que no se trata solo de aportar a este problema por mejorar a las personas desde lo social, si no también ayudando a ver una mejor perspectiva desde el autorreconocimiento emocional.

### **2.3.6 Bienestar estudiantil:**

Parte de lo que se desarrolla durante el proceso pedagógico será revisar el área de “Bienestar estudiantil” que se ofrece a los alumnos, para ello debemos conocer su concepto y porque es importante a la hora de trabajar la inteligencia emocional en los jóvenes; teniendo en cuenta lo anterior León. (2014) expone que: se refiere concretamente al bienestar de los estudiantes en los aspectos biológicos, psicológicos y sociales. Este concepto abarca el proceso de enseñanza-aprendizaje, la dimensión emocional y la promoción de una convivencia pacífica, entre otros aspectos. De modo que, no solo se propone mantener el bienestar físico, si no, también revisar la estabilidad psicológica para su bienestar mental y la integración y buena convivencia con sus compañeros.

Olivero et al (2022) la describen como una acción estratégica que se lleva a cabo en el entorno educativo de manera integral, para influir positivamente en la organización y en las personas que la componen. Este enfoque busca fomentar el desarrollo tanto a nivel individual como colectivo dentro de la institución. Teniendo en cuenta lo anterior esta propuesta se plantea desde un carácter social es decir que no está específicamente solo enfocado en la individualidad, sino, también en fomentar el compañerismo y la mejora de la comunidad escolar.

Por otra lado Pozo (2017) señala que el bienestar estudiantil se refiere a una parte de la institución educativa que tiene como objetivo proporcionar a los estudiantes un entorno en el cual puedan recibir una atención rápida y efectiva en cualquier situación que puedan enfrentar, de modo que se plantea ofrecer a los alumnos un ambiente sano y educativo en la institución donde desarrollen las diferentes capacidades emocionales de cada uno y les permita de este modo enfrentar diferentes situaciones.

## **2.4. Marco Legal**

LEY 1620 DE 2013: Por la cual se crea el Sistema Nacional de Convivencia Escolar y Formación para el Ejercicio de los Derechos Humanos, la Educación para la Sexualidad y la Prevención y Mitigación de la Violencia Escolar.

El propósito de esta ley es contribuir a la educación de ciudadanos activos que desempeñen un papel fundamental en la construcción de una sociedad democrática, participativa, diversa e intercultural, en consonancia con lo establecido en la Constitución y la Ley General de Educación - Ley 115 de 1994. Este sistema tiene como objetivo fomentar y fortalecer la convivencia escolar y la promoción de los derechos humanos, sexuales y reproductivos de los estudiantes en los niveles de preescolar, básica y media. Además, busca prevenir y reducir la violencia en las escuelas y los embarazos en la adolescencia.

Proyecto de ley número 438 de 2021 Senado, por medio de la cual se crea y se implementa la cátedra de educación emocional en todas las instituciones educativas de Colombia en los niveles de preescolar, básica y media y se adoptan otras disposiciones.

Teniendo en cuenta los diferentes estudios académicos que han concluido que la educación emocional con carácter preventivo tiene varios componentes positivos y significativos para el manejo de las emociones, el cuidado de la salud mental y la convivencia en los niños, niñas y jóvenes. Con el objetivo de fortalecer el desarrollo de habilidades para la vida y competencias emocionales en la comunidad educativa, un grupo de parlamentarios de diversas corrientes políticas ha presentado en el Congreso de la República el Proyecto de Ley 438 de 2021 Senado. Este proyecto crea e integra la cátedra de educación emocional en los niveles de preescolar, básica y media, en línea con el plan educativo institucional (PEI) de todas las instituciones educativas a nivel nacional.

Aunque este proyecto de ley está propuesto aún no se concluye la implementación del mismo en Colombia, y de la misma forma no está reconocido a nivel distrital lo cual genera que las

instituciones educativas, en su mayoría públicas aun no tengan conocimiento sobre la importancia y relevancia de la educación emocional para las instituciones, esto se ve reflejado en el colegio donde se desarrolla la previa investigación.

### **3. Metodología**

Hernández et al., (2018) plantea que “la investigación cualitativa se enfoca en comprender los fenómenos, explorándolos desde la perspectiva de los participantes en un ambiente natural y en relación con su contexto.” (p. 358), es decir que esta no planea comprobar un ente social, sino, indagar sobre las actitudes, nociones y perspectivas que se reflejan en el problema inicial. Con base a ello esta metodología permite abrir el campo a diferentes formas de introducirse al contexto, generando un ambiente de comunicación donde se pretende analizar las cualidades que emergen con los participantes. Además, esta metodología sirve para investigar sobre temas poco explorados o índole inexplorada.

#### **3.1. Enfoque de investigación**

La IAP promueve una afinidad cultural con lo propio, lo cual posibilita superar el vocabulario académico restrictivo. Según Oliveira citando a Borda (1987) busca alcanzar un equilibrio mediante una combinación de métodos de análisis cualitativo y de investigación colectiva e individual y se propone combinar y acumular selectivamente el conocimiento que proviene tanto de la aplicación de la razón instrumental cartesiana como de la racionalidad cotidiana, del corazón y experiencias de las gentes comunes, para colocar ese conocimiento sentí-pensante al servicio de los intereses de la comunidad.

Selener (1997) por otro lado, sintetiza los principios de la IAP en considerar a los participantes como miembros activos de la sociedad, dotados de sus propias voces, habilidades para la toma de decisiones, capacidad reflexiva y disposición para participar activamente en el proceso de

investigación y cambio. El objetivo es apoyar a los miembros de la comunidad o grupo para que adquieran una comprensión crítica de la realidad y desplieguen su capacidad de generar cambios positivos, teniendo en cuenta esto también la meta a desarrollar junto a la IAP ya que, a diferencia de otras investigaciones, la Investigación Acción Participación pretende abordar y resolver problemas específicos de un grupo o comunidad. Esto le confiere un alto grado de importancia social. Por ello la transformación se alcanza a través de enfoques progresivos, abordando desde problemas simples hasta los más complejos, todo ello guiado por un plan de acción.

### **3.2. Diseño de investigación**

El presente proyecto va enfocado en la línea de “IAP” investigación acción participación, la cual tiene diferentes elementos que recogen lo cualitativo esto lo plantea Sirvent et al (2014), el cual expone que la IAP es: un modo de hacer ciencia de lo social que procura la participación real de la población involucrada en el proceso de objetivación de la realidad en estudio (p. 14).

Lo importante es considerar la participación de los integrantes de la comunidad que planea investigar, generar conocimientos o aprendizajes basados en la realidad actual, adicional a ello se presenta relevancia para mejorar o fortalecer ambientes sociales que permitan promover espacios de cambio.

Para ello se tiene en cuenta que los objetivos para desarrollar un estudio con IAP son:

- Generar nuevos conocimientos sobre la realidad de la población participante.
- Fortalecer los procesos de transformación social en la comunidad.
- Promover la modificación de las condiciones para el mejoramiento social.

Al considerar los objetivos previamente mencionados de la Investigación-Acción Participativa (IAP), es importante destacar que estos pueden adaptarse según la orientación que se

les dé en la presente investigación. Dado que el objetivo principal es la mejora social, un aspecto difícil de evaluar directamente, se relaciona estrechamente con lo que se promueve sobre el buen manejo de las emociones y la IE. Esto establece una conexión evidente con la importancia de mejorar el entorno social, específicamente la interacción entre los estudiantes y su entorno social, como lo es, la institución educativa.

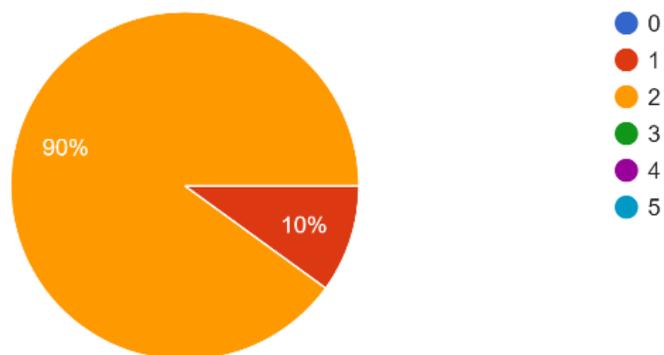
Para ello la ruta metodológica por la cual este proyecto se encamina es la siguiente:

1. Realizar un diagnóstico frente al espacio, situación y estado actual de los diferentes ámbitos que pueden influir en el desarrollo de la IE en el Colegio IED La Concepción.
2. Programación: Con base en el desarrollo de actividades relacionadas con el enfoque de crecimiento emocional del alumno, organizar horarios según el cronograma institucional para proponer las estrategias a desarrollar con la comunidad educativa elegida.
3. Conclusiones y reflexiones del proceso: Revisión enfocada en el método cualitativo para elaborar conclusiones y reflexiones obtenidas mediante la implementación del proyecto y validación con la institución del proceso formativo desarrollado junto con los alumnos.

### **3.3. Muestra enfoque de estudio**

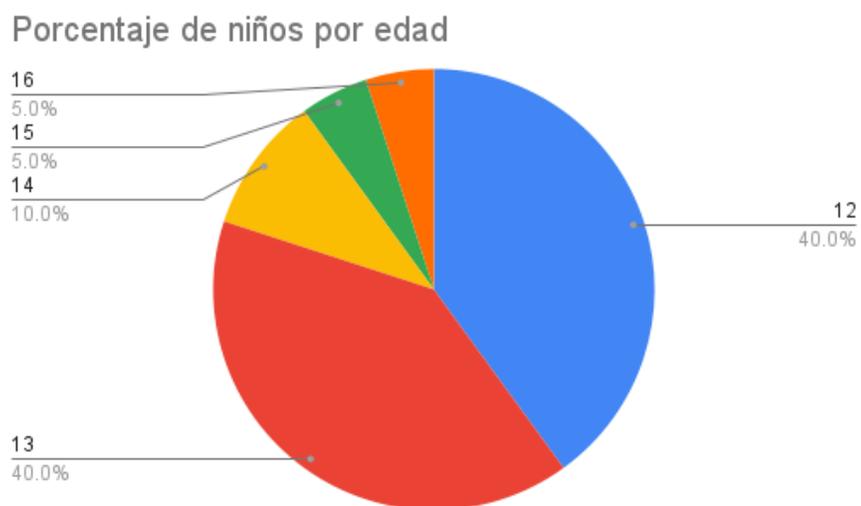
El Colegio IED La Concepción se encuentra ubicado en la localidad séptima de Bosa, por lo propuesto anteriormente en el planteamiento problema se decide desarrollar la investigación con el grupo de estudio de grado séptimo, más específicamente con el curso 701, 30 alumnos con un rango de edad entre lo 12 y los 16 años, residentes de la localidad séptima de Bosa los cuales se encuentran en estratos sociales 1 y 2

Figura 1 Estrato:



Autoría propia.

Figura 2 Edad:



Autoría propia

### 3.4. Técnica e instrumentos de recolección

#### 3.4.1. Entrevista.

Se utiliza para acercarse por primera vez a la población escolar a intervenir, en esta se define el grupo específico a intervenir, los diferentes conocimientos con los que cuenta la institución sobre la

IE y como se ha implementado hasta ahora, adicional se consideran las diferentes necesidades a fortalecer en la población mediante la IE.

Campoy (2009) et al exponen que: La entrevista se define como una serie de encuentros cara a cara entre el investigador y el entrevistado, diseñados para comprender a fondo la opinión y la perspectiva que un individuo tiene en relación a su vida, experiencias o situaciones vividas. En este caso se utilizará para visualizar mediante la orientadora del colegio como son los procesos emocionales de los alumnos en esta etapa de la vida y como el colegio se involucra o no en este tipo de situaciones.

Preguntas realizadas en la entrevista:

- I. ¿Qué programas ofrece la institución para el desarrollo de la Inteligencia emocional de sus alumnos?
- II. ¿Qué espacios tiene la institución para que los alumnos acudan a informarse sobre situaciones emocionales?
- III. ¿Reconoce algún programa o proyecto de carácter nacional o distrital que promueva el manejo de las emociones en los estudiantes de grado séptimo u otros?
- IV. ¿Cuáles son los grados académicos en los que considera se debe trabajar la Inteligencia emocional?
- V. ¿Hay algún espacio para la formación de conocimientos y aplicación de la IE en el colegio?
- VI. ¿En qué aspectos emocionales considera que se debería intervenir con mayor persistencia en la población de grado séptimo?
- VII. ¿Qué opina del uso de la recreación para el desarrollo de la IE en los alumnos?



desarrolladas, de este formato se utilizará específicamente; las emociones, para reconocer diferentes emociones y tener la perspectiva representativa de cada niño en ellas, seguidamente el significado de las emociones, es decir, comentar sobre la situación del día y la actividad que sintió y como lo sintió, del mismo modo que se proponen las diferentes situaciones que le generan sentimientos frente a su desarrollo personal y colectivo.

### **3.4.3: Registro fotográfico:**

Se plantea como un recurso para capturar visualmente el conjunto de actividades realizadas, permitiendo evidenciar las diversas experiencias en las que los alumnos participaron. Su propósito es que los estudiantes se vean reflejados en estas imágenes y, de esta manera, puedan autodefinirse en el futuro, de este modo se pretende visibilizar las diferentes emociones y reacciones que tienen los alumnos a la hora de involucrar diferentes actividades recreativas en sus espacios escolares.

Augustowsky (2007) resalta el considerable potencial de la fotografía como herramienta para documentar lo que se puede observar, un análisis minucioso podría revelar información valiosa sobre la cultura material de la escuela, la disposición de los espacios y la organización de alumnos y profesores en esos entornos, entre otros aspectos significativos. De esta forma se propone acertado un registro fotográfico ya que al ser capaz de capturar y al mismo tiempo generar contenidos, se presenta como una herramienta de investigación de gran utilidad.

### **3.4.4: Talleres:**

Se plantean como medio por el que se promueve el desarrollo de la IE porque son funcionales tanto teóricos como prácticos, y son un dispositivo de trabajo eficaz para muchos grupos. Mediante actividades, fomentan la integración entre los participantes y se convierten en un método práctico experiencial relacionado con el concepto de recreación. Ríos (2011) Menciona que los talleres de clase representan una opción pedagógica y organizativa de gran relevancia, que ha experimentado un amplio desarrollo y aplicación en la educación. Esto me

implica crear espacios diferenciados en el aula, equipados con los recursos necesarios, donde los estudiantes pueden realizar actividades muy relacionadas con sus intereses, y se dispone de esta técnica para lograr los objetivos del proyecto.

#### **3.4.5. Pieza de audio final “PODCAST”:**

Por medio de este se busca evaluar parte de los conocimientos compartidos a los alumnos, verificar por medio de sus palabras si estas estrategias que se utilizaron funcionaron para que ellos presenten una postura crítica frente a los diferentes factores que desarrollan la Inteligencia emocional. Frente a esto Solano et al (2010) propone que, dentro del campo de la educación, el podcast puede ser visto como un recurso pedagógico que implica la disponibilidad de un archivo de audio con contenido educativo, creado a partir de una planificación didáctica previa. Para complementar Andrade et al (2021) en su proyecto propone el podcast como una herramienta que simplifica la implementación de los procesos de retroalimentación con el propósito de mejorar la evaluación del aprendizaje de los estudiantes, teniendo en cuenta lo anterior se determina el uso del podcast como herramienta de recolección de resultados, para ello se usara el siguiente formato de guion para podcasts.

***Tabla 2: Libreto para el desarrollo de podcasts***

### LIBRETO

Audio 1	
Audio 2	
Audio 3	
Audio 4	
Audio 5	
Audio 6	
Audio 7	
Audio 8	

Guión:  
Integrantes:  
Tema:  
Título:  
Duración general:

INTERVENCIÓN	TEXTOS	EFFECTOS DE SONIDO	DURACIÓN
1	INICIO	Da la entrada (Bienvenida)	
2	Título del programa		
3	Música de fondo	<i>Cortina de inicio</i>	
4	LOCUTOR ( )		
5	LOCUTOR ( )		
6	LOCUTOR ( )		
7	LOCUTOR ( )		
8	LOCUTOR ( )		

Tabla 2 Adaptado de La Pedagógica Radio (2018)

### 3.5 Fases de la investigación:

Teniendo en cuenta lo ya planteado en el enfoque metodológico se tiene en cuenta realizar el proceso con las siguientes etapas:

**Primera etapa - Diagnóstico:** Trabajo de campo. Observación participante, entrevistas, conocimiento contextual del territorio y acercamiento a la problemática a partir de la documentación existente y de entrevistas a representantes institucionales y asociativos.

En esta etapa se ha venido desarrollando una serie de investigaciones documentales desde el año 2022 en los cuales se puede reconocer la problemática que se planea abordar y los diferentes elementos que se proponen en otras áreas de estudio para tratarles, de igual forma en el presente año se realizó una entrevista y observación del entorno, lo cual aporta con el diagnóstico inicial en el que se encuentra tanto el curso como la institución educativa entorno al desarrollo de la Inteligencia emocional de sus alumnos.

Para dar paso a la siguiente etapa se considera importante presentar en este diagnóstico cuales los factores o aspectos determinantes que se planean trabajar mediante la investigación , que si bien es la Inteligencia emocional, hay que ver cómo se puede desarrollar la misma, para ello la psicóloga y escritora Ibarrola dedicada al trabajo de la inteligencia emocional expone en el programa “Aprendamos juntos” sobre como educar para las emociones, por ello para este proceso se hará énfasis especial en los aspectos que la autora propone para el desarrollo de la IE.

1. Enseñar a nombrar las emociones en la edad más temprana posible, reconocer y entender como de cada sujeto interpreta las emociones es indispensable para el desarrollo de la Inteligencia emocional.
2. Aprender a valorarse, desarrollar una buena autoestima es indispensable a la hora de desarrollar la personalidad en general, pero enseñarles a los niños que son seres con limitaciones y potencialidades va a hacer que tenga una conciencia en la que no todo lo que hace es perfecto y aun así está bien, no se trata de festejar los pequeños logros para fomentar la autoestima, sino más bien reconocer con sinceridad las cosas que le cuestan o no.
3. Tolerar la frustración, es crucial educar a los niños reconociendo que hay aspectos fuera de su control y que, aunque algunas situaciones puedan resultar desagradables, no deben ser impedimento para alcanzar metas o realizar logros. Fomentar la adaptabilidad y comprender que el éxito no siempre depende solo de las acciones propias contribuirá a afrontar

eficazmente situaciones que generen la sensación de fracaso, y se pretende brindar herramientas para superar estas situaciones.

4. Regular las emociones, aprender a expresar y manifestar de forma correcta las emociones es crucial para el desarrollo de la Inteligencia emocional, debido a que controlar y buscar soluciones en medio de situaciones difíciles va a hacer que el niño de un espacio de reflexión y cuestionamiento sobre cómo sobrellevar esta situación sin desbordar o descontrolar las emociones, esto es algo indispensable para la convivencia en sociedad lo que permite mejorar ambientes escolares.
5. Aprender a entrar en calma, desarrollar actividades que le permitan al niño disipar sus emociones por medio de la misma es un punto importante para el desarrollo emocional, debido a que presenta herramientas de satisfacción y tranquilidad que le ayudan al niño a mejorar el ítem anterior de regulación de emociones.
6. La empatía, permitir ponerse en el lugar del otro y tratar de comprender en mayor medida las situaciones que afrontan los demás, debido a que somos seres sociales, es normal buscar en mayor medida una aceptación social, pero esta se puede desarrollar de una forma asertiva promoviendo la empatía en los grupos, comprender la realidad del otro ayuda a fortalecer la tolerancia lo cual permite tener un espectro más amplio antes de generar acoso, maltrato o algún tipo de violencia, lo que se resume en una mejor convivencia escolar y mejor trato de los conflictos.
7. Aprender a comunicarse de forma asertiva, esto implica la capacidad de expresar y comunicar sus necesidades de manera precisa sin comprometer su posición. Esta habilidad está estrechamente ligada a aprender a respetar las opiniones externas y mantener la calma incluso cuando estas difieren de la propia. Aprender a comunicarse también implica reconocer que no siempre se comparte la misma opinión y que las perspectivas ajenas son

tan valiosas como las personales. Este aprendizaje capacitará a los niños para expresar sus necesidades, solicitar ayuda y apoyo cuando sea necesario, permitiendo abordar las sensaciones difíciles de manera inmediata y contribuyendo a la mejora continua del alumno.

Los aspectos ya mencionados fueron los seleccionados previamente para desarrollar un proceso prospero para el proyecto.

**Segunda etapa. Programación:** Proceso de apertura a todos los conocimientos y puntos de vista existentes, utilizando métodos cualitativos y participativos.

Para iniciar esta etapa se pretende realizar un trabajo de campo, recolectando datos por diferentes medios y desarrollando talleres que reconozcan el uso y manejo de la recreación para trabajar la IE e identificar, cambios, actitudes, mejoras, crecimientos o decrecimientos en los alumnos con su implemento.

Para ello se propone realizar:

- 1) **Trabajo de campo:** Intervención para dar con los ejes principales con los que los alumnos tienen afinidad, para ello se hacen preguntas sobre las actividades prácticas que más disfrutaban, las que les gustaría desarrollar y las que no disfrutaban, pero que les gustaría hacer de nuevo, este trabajo sirvió para dar cuenta de las actividades que se ven más posibles de desarrollar a futuro y también para reconocer los intereses de los alumnos, dando a entender que su opinión se considerará al desarrollar la investigación.
- 2) **Talleres:** Los presentes será utilizados para fortalecer los procesos de los alumnos a la hora de desarrollar la IE estos serán divididos en diferentes sesiones y se proponen a la institución previamente para no interrumpir con el cronograma escolar y en el espacio más acorde a los objetivos del proyecto.
- 3) **Cronograma de trabajo:**

- A) Taller 1 (31 de marzo del 2023): Actividad rompehielos y trabajo de campo sobre actividades prácticas de su disfrute.
- B) Taller 2 y 3 (13 y 19 de abril del 2023): Crea tu diario
- C) Taller 4 (03 de mayo del 2023): Identifica tus emociones, representación autónoma de las emociones (Dibujo)
- D) Taller 5 (10 de mayo del 2023): Teatro de las emociones, desarrollo de mis emociones frente a diferentes situaciones.
- E) Taller 6 (24 de mayo del 2023): Danza de las emociones, relaciono el baile como herramienta de expresión de emociones y como estrategia para la obtención de nuevas sensaciones.
- F) Taller 7 (31 de mayo del 2023): Burbuja de las emociones, reconozco los aspectos emocionales que debo cuidar en mi vida y como debo respetar las emociones de los demás.
- G) Taller 8 (07 de junio del 2023): Inteligencia emocional y autoestima, reconozco el concepto de la IE, identifico mis potencialidades y limitaciones personales y relaciono oportunidades de mejora para mis limitaciones.
- H) Taller 9 (18 de agosto del 2023): Juego del aro; Integración en contacto y trabajo en grupo, experimento nuevas emociones compartiendo con mis compañeros y relaciono estos espacios recreativos para obtener nuevas experiencias.
- I) Taller 10 (25 de agosto del 2023): Pintura “La puerta de entrada” desarrollo una pintura representativa sobre la entrada de personas en mi vida y como considero que esta puerta puede influir en mi vida.
- J) Taller 11 y 12 (01 y 08 de septiembre del 2023): Danza del amor y la amistad, desarrollo habilidades comunicativas con mis compañeros, busco la empatía, el buen sentir y manejo de las emociones propias y de mis compañeros.

- K) Taller 13 (14 de septiembre de 2023): Carta de amor y amistad, reconozco mis potencialidades y limitaciones en el desarrollo de una pieza manual, utilizo el pensar en positivo sobre los compañeros para generar buenos deseos y crea buenas expectativas sobre sí.
- L) Taller 14 (21 de septiembre del 2023): Globoflexia para las frustraciones, reconozco mis habilidades y potencialidades a la hora de realizar un producto de globoflexia, reviso los diferentes fracasos y manejo las frustraciones para perseverar hacia el objetivo o discernir del mismo de forma positiva.
- M) Taller 15 (05 de octubre del 2023) “Videos emocionantes” En esta actividad los alumnos
- N) Taller 16 (26 de octubre del 2023): Planeación Podcasts, se desarrolla el guion y la elección de temas a evaluar por grupos de trabajo.
- O) Taller 17 (03 de noviembre del 2023): Ejecución de podcasts

### **Tercera etapa Conclusiones y propuestas**

En el contexto educativo actual, el desarrollo de la Inteligencia Emocional (IE) es fundamental para el crecimiento integral de los jóvenes de séptimo grado. La adolescencia es una etapa marcada por cambios significativos a nivel emocional y social, para lo que se brinda posibles estrategias recreativas para cultivar habilidades entorno a la IE que van más allá de la mera adquisición de conocimientos académicos.

## **4. Resultados**

Este apartado propone los resultados obtenidos por el desarrollo y la integración de las actividades recreativas desarrolladas para promover la inteligencia emocional en los alumnos de grado séptimo del Colegio IED La Concepción.

#### 4.1. Análisis de Resultados

Entrevista: Posterior a la entrevista realizada a la orientadora del colegio se realizó el respectivo análisis teniendo en cuenta que se desarrolló previamente para reconocer el estado de la institución alrededor de la Inteligencia emocional en los alumnos de grado séptimo.

En el mes de marzo del 2023 se realizó una previa investigación en la institución en la cual se realizara la intervención, con la representante de orientación de la institución, el cual se encarga de promover en estos casos el desarrollo de espacios necesarios para el cuidado de la salud mental de los alumnos, esta investigación se realizó por medio de una entrevista que permitió identificar el conocimiento de la institución en la integración de actividades y proyectos que aporten al desarrollo de la IE de los alumnos, para ello la orientadora de la institución brinda la siguiente información:

No hay conocimiento de proyectos o actividades específicas por parte del MEN para el desarrollo de la IE o competencias emocionales; pese a ello la institución cuenta con proyectos transversales que si bien no tratan específica y únicamente este tema, si trabajan alrededor de dinámicas que permiten la mejora en la convivencia y el trato social entre los estudiantes. También cuentan con jornadas de bienestar educativo, aunque se ve el problema de que estas jornadas se realizan alrededor de 4 veces al año, teniendo en cuenta esto no se logra hacer ni una jornada al mes para bienestar estudiantil, ahora bien se tiene en cuenta que se realizan algunos talleres sobre (cuidado personal, conciencia social y responsabilidad afectiva), esto no es suficiente para abarcar toda la población escolar porque comenta que estos talleres se realizan específicamente de los grados noveno a once, esto quiere decir que no todos los alumnos pueden acceder a estos conocimientos.

Para finalizar la orientadora comenta que le parece muy importante trabajar el manejo de las emociones y las competencias socio-emocionales en cursos más bajos a noveno ya que en estos grados es que los alumnos empiezan a reconocer y a obtener sus primeras posturas sociales y personales, que le ayudaran a desarrollarse para el futuro, de este modo se concluye también que

aunque hay espacios de formación como el área de “ética y concepción ciudadana” que procuran acercarse a estos temas, no cuentan con las herramientas suficientes para desarrollarles de una forma dinámica, debido al poco conocimiento en programas lúdicos para tratar la IE, por lo cual enfatiza en que tiene conocimiento de ambientes recreo-deportivos que podrían aportar de una forma eficiente con el proceso educativo socio-emocional de los alumnos.

#### **4.2. Desarrollo y análisis de intervenciones:**

**Sesión 1:** “introducción”, se desarrolla el día 31 de marzo, el taller 1 tiene como objetivo reconocer y validar las diferentes actitudes de los alumnos frente a conceptos como la “recreación” y la “Inteligencia emocional”. Para ello la clase se divide en dos espacios: primero el espacio de integración para observar cómo los alumnos se desenvuelven frente a un reto y como en grupo se logra cumplir el objetivo de la actividad, en esta actividad se pudo observar que los alumnos tienen diferentes grupos de integración, de la misma forma se puede evidenciar que en estos grupos de trabajo hay diferentes tipos de participación y también que dentro de los mismos hay alumnos que tienen la capacidad de resolver y hablar sobre las situación, mientras que hay otros que les cuesta más y entran en conflicto.

Específicamente en esta primera actividad se dio un conflicto por mala comunicación el cual en compañía del docente se medió con los alumnos, de allí se pudo evidenciar que había una necesidad notoria sobre el manejo de frustraciones debido a que el pensar en el fracaso hacía que los alumnos entraran en conflicto, del mismo modo se ve relevante el trabajo alrededor del manejo de las emociones empatía entre los compañeros.

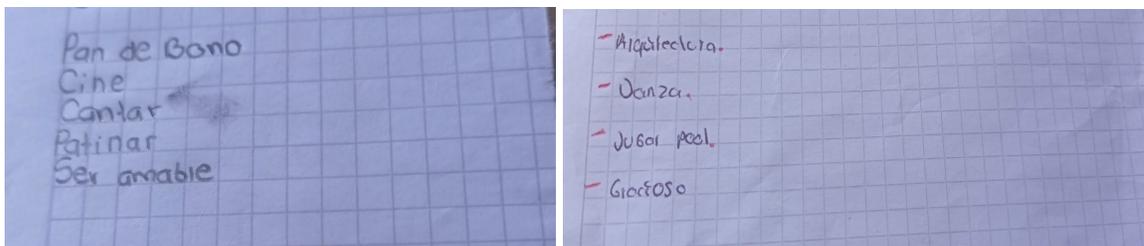
En el segundo espacio se socializo sobre recreación e inteligencia emocional, para dar una perspectiva clara sobre el rumbo de las futuras actividades, allí se nota que los alumnos tienen como perspectiva de recreación, animación, baile, juegos y experiencias disfrutas, del mismo modo los alumnos dieron su conocimiento sobre la Inteligencia emocional, en la que hablan del manejo de las

situaciones difíciles con tranquilidad, de las capacidades para enfrentarse a diferentes momentos cruciales en sus vida y también sobre el uso de estas experiencias.



*Figura 1 Fotografía tomada en el colegio IED La Concepción, Autoría propia.*

Del mismo modo se realizó una pequeña actividad para reconocer las diferentes actividades recreativas que los alumnos tenían interés de desarrollar, para de alguna forma darle relevancia a la opinión de los alumnos a la hora de desarrollar las actividades, de esta forma se pudo evidenciar que la mayoría de los alumnos desean participar en actividades recreativas relacionadas con las artes, los juegos y los deportes.



*Figuras 2 y 5: Fotografía tomada en el colegio IED La Concepción. Realizado por alumnos del grado 701.*

Por último, se enfatiza la importancia del tema que se planea trabajar en el espacio, que será el desarrollo de la Inteligencia emocional, ya que se evidencia una clara deficiencia al usar lo relacionado con las emociones.

**Sesión 2 y 3:** Desarrollo de taller “crea tu diario” estos talleres se realizan el 13 y 19 de abril, tienen como objetivo realizar el diario emocional de cada uno de los niños, esto debido a que es una de las herramientas principales de trabajo para el proyecto (Anexo 1). Durante esta actividad se evidencia el compañerismo que se genera en el aula porque desde un inicio se menciona que los materiales de apoyo para desarrollar el diario, allí se vio que hay alumnos con mayor capacidad de entendimiento al realizar esta actividad manual, pero no es impedimento para ayudar a los compañeros que no entendieron, de igual forma se logra observar que los alumnos tienen un interés especial en desarrollar actividades que les permitan expresarse libremente, en las que hay un objetivo de desarrollar con diferentes medios, conocimientos, materiales y agregar su producto.



*Figuras 6 y 7 Fotografía tomada en el colegio IED La Concepción. Realizado por alumnos del grado 701.*

Esta actividad se considera indispensable para el proceso a desarrollar debido a que al realizar el diario a mano desde 0 los alumnos tienden a tomarle una mayor relevancia e importancia a el mismo, debido a que es un resultado que les genera satisfacción propia, y aunque no todos tienen la misma capacidad para que quede exacto el hecho de lograr un resultado que evoque sus

capacidades y su esfuerzo hace que se genere un vínculo más fuerte con el diario, lo que es el objetivo.

**Sesión 4:** ejecución del taller “identifico mis emociones”, este taller se realiza el 03 de mayo, y su objetivo es poder ver cómo cada uno de los alumnos perciben las diferentes emociones, para ello se utilizaron las diferentes emociones principales, en las que se pudo identificar que los alumnos conciben las emociones de formas diferentes, todos en diferente medida, es decir. Las emociones tienen representaciones visuales muy diferentes entre los alumnos. Aquí también se puede entrever como los alumnos evocan diferentes experiencias alternativas que les ayuda a representar estas emociones.



*Figuras 8, 9, 10 y 11 Fotografía tomada en el colegio IED La Concepción. Realizado por alumnos del grado 701.*

Los alumnos manifestaron por medio de esta actividad que no reconocían claramente las diferentes emociones que tienen las personas, debido a que no han tenido una previa educación sobre las emociones, lo cual les ayuda a entender las diferentes formas de manifestar las emociones y como pueden tener presente esto a la hora de utilizarlas en los diferentes momentos que en su vida,

también es importante dar cuenta que en este proceso se plantea no solo reconocer, sino, también hacer representativas estas emociones en la vida, admitir que esta bien manifestar y sentir las diferentes emociones y apreciar su impacto en las diferentes situaciones que se presenten, también reconociendo las mismas es mas sencillo para los alumnos nombrar la emoción que le genera algún hecho, lo cual es muy importante para el desarrollo de la IE.

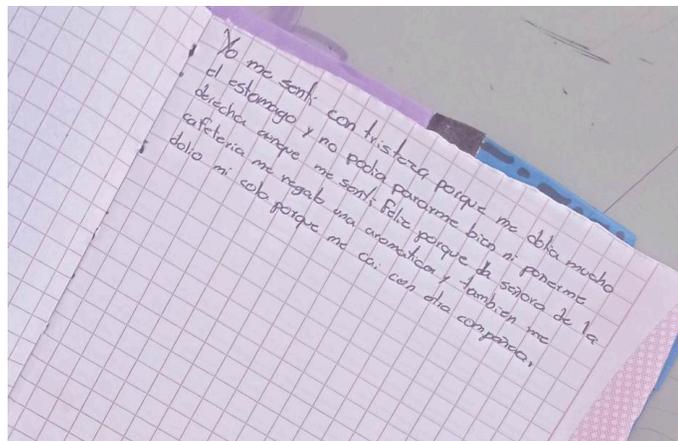
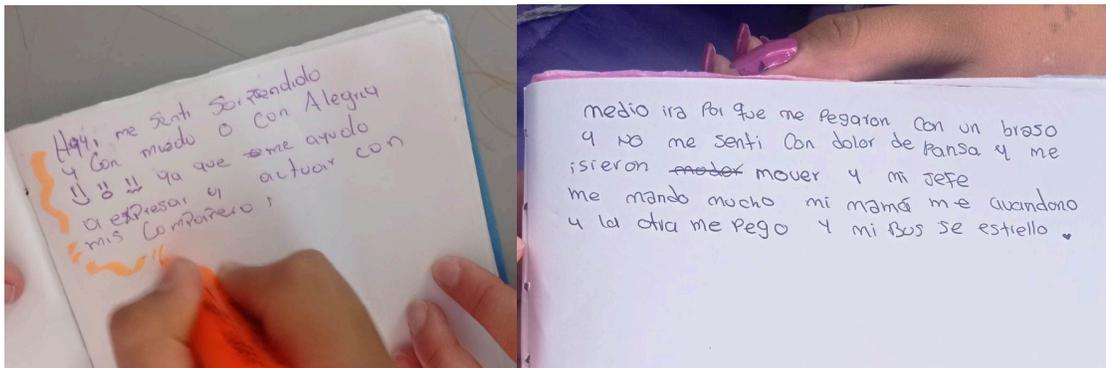
**Sesión 5:** Desarrollo del taller “teatro de las emociones”, en este taller se busca principalmente observar los diferentes manifiestos de las emociones de cada uno de los alumnos, poniéndolos en diferentes situaciones en las que los alumnos deberán tomar una postura que puede involucrar una emoción positiva o negativa.

Durante este taller se pudo evidenciar que los alumnos no han tenido acercamientos artísticos en el área teatral y por ende a muchos de ellos les cuesta expresar tranquilamente sus emociones y actitudes, de igual forma se puede evidenciar que muchos de los contextos en los que los alumnos se les involucra en la mayoría de los casos eligen el escenario menos favorable, es decir, que en la situación que se propone en la mayoría de casos uno de los involucrados busca el camino de el conflicto o las discusiones, si bien es un trabajo de actuación se puede percibir que muchos de ellos conciben como solución a muchos problemas la violencia o el uso de emociones como, la ira, la tristeza o el asco, que si bien no esta mal que se presenten, si da cuenta de como son mas representativas las mismas en su vida.



*Figuras 12 y 13 Fotografía tomada en el colegio IED La Concepción, autoría propia.*

En segunda estancia en esta actividad los alumnos debían escribir en sus diarios como se sintieron y que emoción les generó esta actividad.



*Figuras 14, 15 y 16 Fotografía tomada en el colegio IED La Concepción, Realizado por alumnos del grado 701.*

Aquí se evidenciaron las reacciones de los alumnos frente a la actividad en la que, aunque hay alumnos que les agrada, hay otros que tienen otras perspectivas, lo importante es resaltar cómo los alumnos pueden identificar y manifestar como y porque se sintieron con la actividad, también cabe recalcar que como se pusieron en diferentes situaciones en las que tenían que actuar con diferentes personas cada uno tomó su rol y se sintió en una situación muy diferente a la de otro.

**Sesión 6:** en la cual se lleva a cabo el taller “danza de las emociones”, esta actividad se realiza el día 24 de mayo, para ello se busca la expresión corporal de los alumnos por medio de la danza, ya que en la actividad anterior se evidenció la necesidad de presentar espacios que le permita

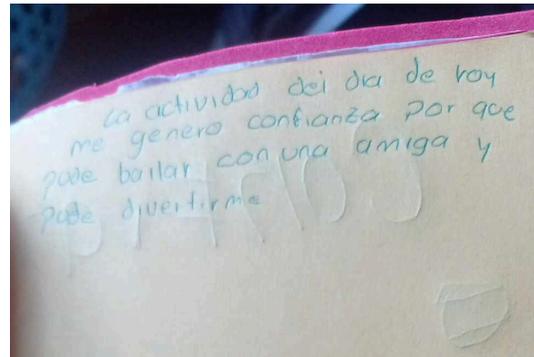
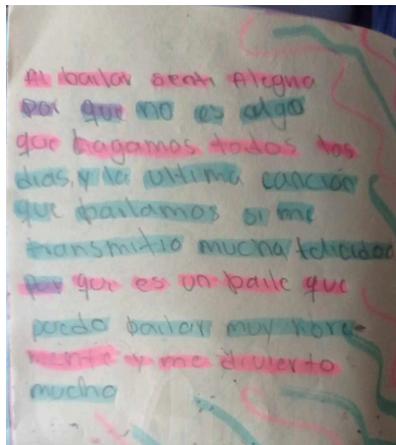
a los alumnos expresar con mayor seguridad sus emociones y sensaciones, debido a ello y a el interés de varios alumnos por esta actividad.

Mediante este taller se pudo observar cómo los alumnos buscan en la música diferentes formas de expresarse lo cual se usara para futuras ocasiones, ya que se ve que por medio de este tipo de relación con la música los alumnos sienten más confianza a la hora de expresarse, también en este caso se evidencia que hay falta de espacios adecuados para este tipo de actividades, ya que varios alumnos expresaban que el espacio hacía que no pudieran desarrollar la actividad con el entusiasmo que deseaban.



*Figuras 17 y 18 Fotografía tomada en el colegio IED La Concepción, autoría propia.*

Esto representa como los diferentes espacios de la institución también pueden impactar a la hora de generar sensaciones en los alumnos, el hecho de tener un espacio agradable para las actividades puede ser significado de que esto puede producir en los alumnos una mejor actitud a la hora de expresarse oral y físicamente, también esta actividad ayudo a algunos alumnos a sentir más seguridad de sí mismos, lo que ayuda en su autoestima debido a que el bailar les genera tranquilidad, esto también se puede ver reflejado en los diarios, a la hora de escribir como se sintieron en este taller.



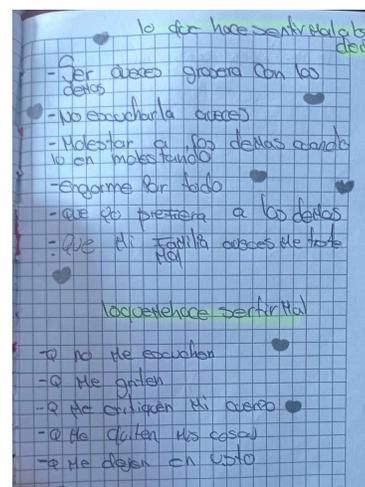
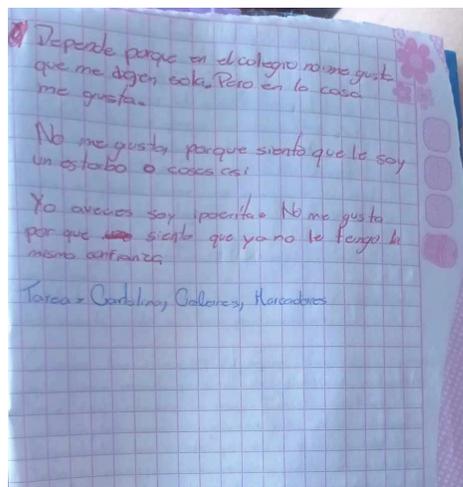
*Figuras 19 y 20 Fotografía tomada en el colegio IED La Concepción, Realizado por alumnos del grado 701.*

**Sesión 7:** En esta se realiza el taller de “la burbuja de las emociones”, el objetivo de esta actividad es reconocer las cosas que me hacen sentir bien y las cosas que creo que hacen mis compañeros que sin darse cuenta hieren sus emociones, por medio de esta se pudo evidenciar las diferentes cosas que los jóvenes de esta población tiene como preocupaciones a la hora de socializar, conceptos como, la hipocresía, el estigma social, las condiciones físicas, la soledad, ignorar o denigrar al otro, son cosas que para jóvenes de esta edad ya tienen que entender y afrontar en esta edad, entender que los jóvenes hoy tienen que pararse frente a un espacio donde constantemente son evaluados y juzgados genera en ellos grandes preocupaciones que en la mayoría de casos no se tienen presente, la burbuja representa todas esas cosas que ellos deben mejorar de si para evitar herir las emociones y sensaciones de sus otros compañeros y también les ayuda a entender como el cuidar y respetar esta burbuja puede significar mejorar la relación con el otro o si por el contrario la burbuja estalla significa que aún deben velar por promover valores que eviten dañar al otro.



Figura 21 y 22 Fotografía tomada en el colegio IED La Concepción, autoría propia.

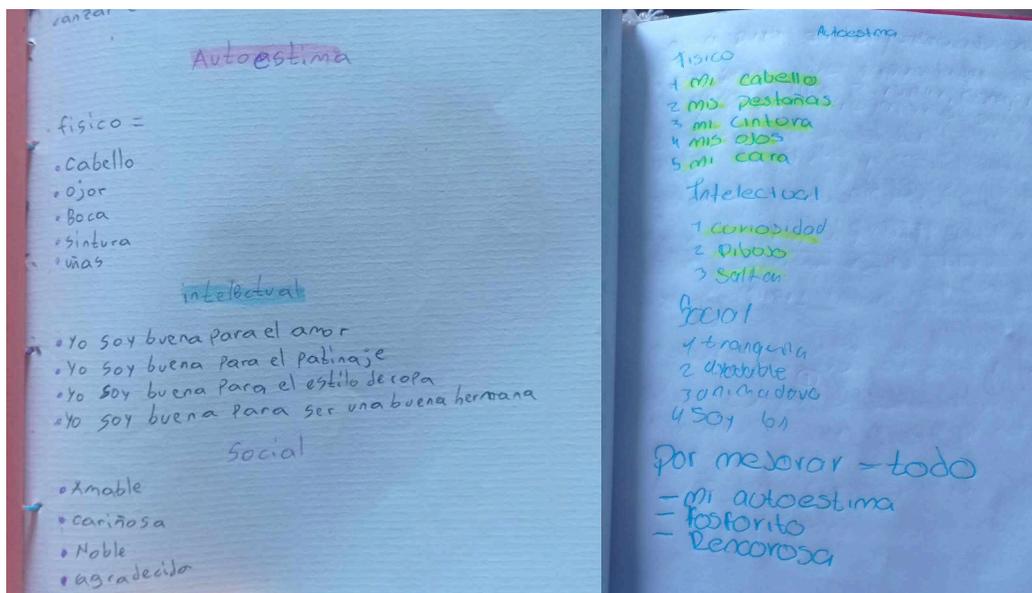
En esta ocasión se decidió escribir en el diario esas cosas que cada uno es con los demás que puede hacerles sentir mal y de igual forma esas cosas que hacen otras personas que impactan y significan que lo hagan sentir mal, esto puso en evidencia estas diferentes cosas que se mencionaban inicialmente, esto ayudo también a los alumnos a expresar que también con nuestros actos podemos generar consecuencias negativas en los demás.



Figuras 23 y 24 Fotografía tomada en el colegio IED La Concepción. Realizado por alumnos del grado 701.

**Sesión 8:** se pone en ejecución el taller “desarrollo de la autoestima” en esta actividad se deja prevalecer el espacio teórico con los alumnos y su espacio con los diarios, por medio de este se

buscaba reconocer las diferentes percepciones de los alumnos sobre la autoestima, en consecuencia, esta actividad hizo notar que los alumnos aun no tienen una perspectiva clara de su propia autoestima y tampoco saben cómo desarrollarlo o si es importante. Aquí se debía escribir en el diario que cosas le gustaban de sí mismo respecto a diferentes aspectos como lo son, intelectualmente, socialmente y físicamente, debido a que es importante reconocer las diferentes potencialidades y limitaciones que cada uno tiene, por ello también se solicitaba escribir algo en lo que les gustaría mejorar para sí mismo.



Figuras 25 y 26 Fotografía tomada en el colegio IED La Concepción. Realizado por alumnos del grado 701.

Esta actividad deja en evidencia la importancia de trabajar la autoestima en los niños desde una edad temprana, debido a que en esta población de trabajo los alumnos aun no la consideran importante para el desarrollo de su inteligencia emocional, debido a que, por lo general la autoestima se debe desarrollar de forma individual, pero se considera necesario el generar estrategias para los que los alumnos hablen de este tema y comprendan que su desarrollo personal es tan importante como su desarrollo intelectual, de esta forma desde niños lograr desarrollar estas características de forma correcta y que a futuro lo tomen como algo natural y no teman hablar o

tomar este tema como algo de gran relevancia en la vida, mas adelante se adentrara en este tema de una forma directa.

**Sesión 9:** Este taller se desarrolló luego del paso de las vacaciones de mitad de año escolar, en el día 18 de agosto, fue una actividad de “reencuentro” en esta actividad se buscaba observar el estado del grupo luego del paso de las vacaciones, por medio de esta actividad se pudo notar un avance en cuanto al manejo de las situaciones en el grupo, a diferencia de la primera actividad recreativa que se desarrollo en esta actividad no se presentaron conflictos pese a que se puso al grupo en una situación en la que implica tener cuidado porque es de impacto fisico, también se noto que el grupo era mas unido, a diferencia de la primera sesión en esta se comunicaban mas para lograr los objetivos, podian llegar a acuerdos con las personas que no se llevaban bien que no dieran como resultado una situación negativa o de discusión.

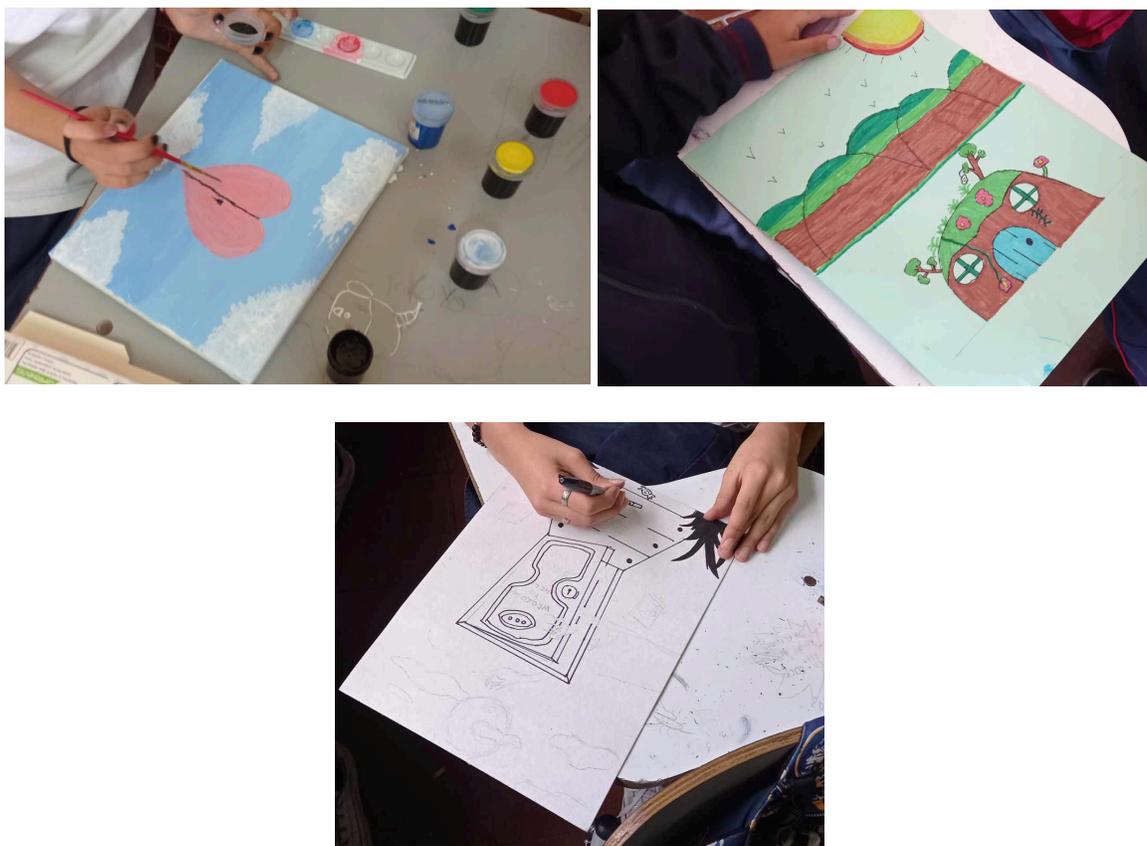


*Figuras 27 y 28 Fotografía tomada en el colegio IED La Concepción, autoría propia.*

Durante esta actividad se decidió hacer un conversatorio con los alumnos a medida que se iba realizando el taller, aquí los alumnos manifestaron su interés por continuar con las actividades debido a que las diferentes actividades recreativas propuestas les generaban un buen aprovechamiento de los espacios de la clase, adicional a que aprendían un poco sobre diversos temas y tenían la posibilidad de expresarse de forma más segura en el ambiente escolar.

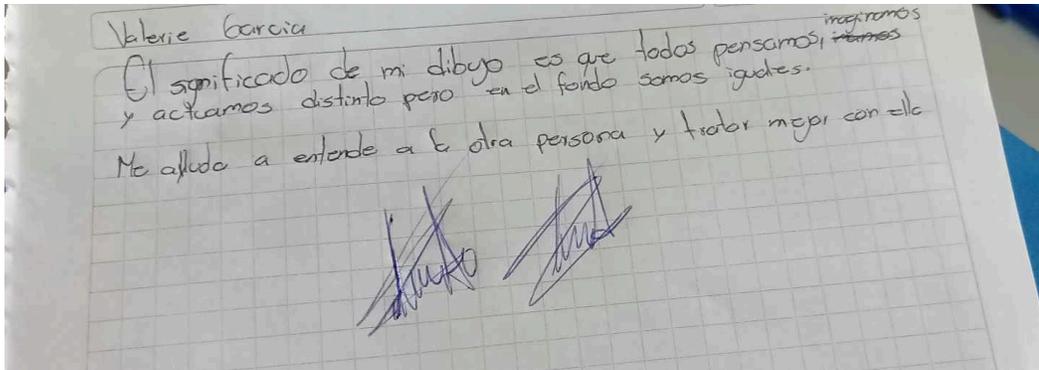
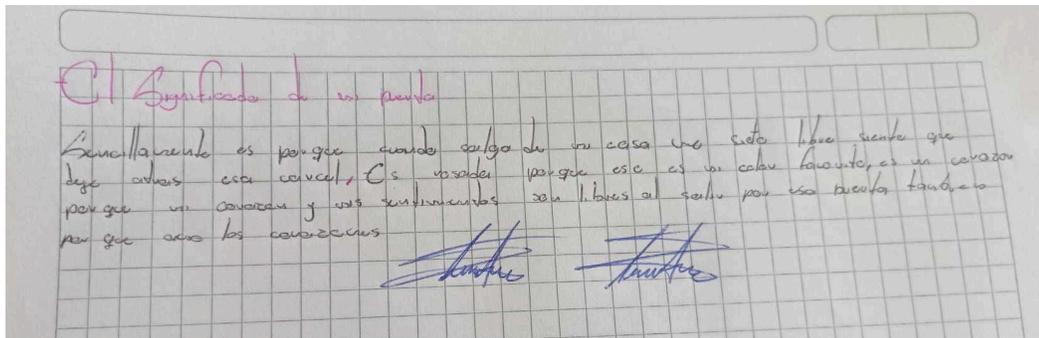
**Sesión 10:** Taller “la puerta de entrada” durante la ejecución de este taller se pretende por medio de una expresión artística la forma en la que los alumnos consideran que las puertas de su vida se representan, por consiguiente se puede observar las diferentes formas en la que los alumnos

creen que puede ser la puerta para ingresar a su vida, varios alumnos manifestaron que su actividad favorita no era pintar pero debido a que se dio un objetivo y una complejidad baja se pudo desarrollar con tranquilidad, en otros casos se presentaron problemas de frustración, debido que en más de una ocasión un par de estudiantes durante la actividad sintieron que el trabajo no era lo que querían representar lo que les generó frustración, para ello la docente intervino de forma amable, ayudo y apoyo a buscar posibles soluciones para lograr ejecutar el taller.



*Figuras 29, 30 y 31 Fotografía tomada en el colegio IED La Concepción. Realizado por alumnos del grado 701.*

De aquí también se puede ver en el diario los diferentes significados que los alumnos le dan a sus puertas de entrada.



Figuras 32 y 33 Fotografía tomada en el colegio IED La Concepción. Realizado por alumnos del grado 701.

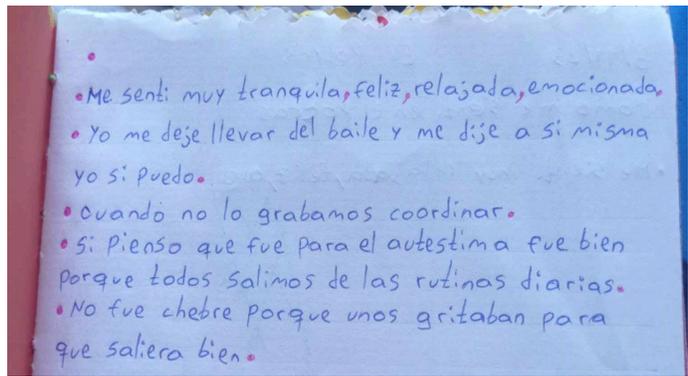
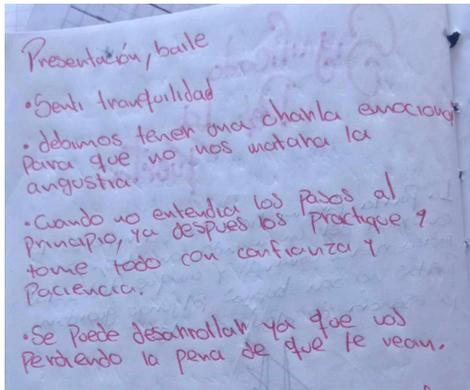
Esta actividad se planeo como posibilidad para que los alumnos busquen actividades que les representen momentos de calma, lo cual les puede ayudar como estrategia a futuro para expresar de una forma mas clara sus emociones y darlas a conocer a su exterior, adicional debido a los diferentes sucesos que se presentaron alrededor de la frustración, se enseño que esta bien no tener las habilidades perfectas para todas las cosas y que como bien se vio en la actividad del autoestima se hace enfasis en que todos tenermos diferentes capacidades y potencialidades, lo que promueve entender que la frustración es normal y que aunque a otros se les facilite y a otros no, lo importante es reconocer que esas potencialidades son lo que debemos impulsar y siempre buscar la mejora en los ambitos que generan estas frustraciones.

**Sesión 11 y 12:** ejecución de taller previo para presentación de baile “Creación de baile para el amor y la amistad”, es clara la importancia que tienen los individuos externos a la hora de influenciar en el desarrollo personal de las personas, teniendo en cuenta ello se busca por medio de esta presentación generar una seguridad individual y conjunta a la hora de enfrentarse con situaciones que se presentan en la institución, esto en busca de fortalecer la autoestima de los alumnos.



*Figuras 34 y 35 Fotografía tomada en el colegio IED La Concepción, autoría propia.*

En esta actividad se logra afianzar el trabajo en grupo del curso debido a que esta actividad involucra a la mayoría de los integrantes del grado 701, en consecuencia, se manifiesta que esta actividad les ayuda a mejorar la seguridad en sí mismos, y a reconocer que si bien se hace el mejor esfuerzo de todos para que salga bien hay factores como, la práctica y la constancia que les ayuda a determinar mejores resultados, esta actividad también tuvo un impacto interesante para la comunidad educativa debido a que una de las cosas que se buscó promover era el sentirse bien con la pareja de baile, lo que hizo que en muchos casos no se hiciera la tradicional pareja de hombre y mujer, sino, que los alumnos tomaron el valor de presentarse algunos bailando con parejas de su mismo género, que por diferentes motivos les generaron una mejor confianza a la hora de bailar, esto fomenta el uso del autoestima en los alumnos que hacen predominar su sentimientos por encima de lo que la sociedad promueve.



*Figuras 36 y 37 Fotografía tomada en el colegio IED La Concepción. Realizado por alumnos del grado 701.*

Esto se vio reflejado en los diarios, debido a que a la hora de poner como se sintieron y demas resaltaron los diferentes momentos que les generaron preocupación, tambien que cosas les funcionaron de forma positiva y como las cosas van mejorando alrededor de buscar el objetivo en común, también hacen sugerencia de la importancia que es tener un espacio de hablar y animar al grupo para prepararse antes de una presentación frente a muchas personas porque les puede generar nervios que sin embargo se compensan por la compañía del grupo.

**Sesión 13:** Taller de “Carta para el amor y amistad”, aprovechando el mes de septiembre que le emociona mucho a los estudiantes, se decidió realizar un taller significativo para entregar un detalle a los compañeros del grupo, este tenia como objetivo escribir cosas positivas en una carta que podria ser recibido por cualquier otro alumno, este taller fomento las habilidades manuales de los alumnos, y nuevamente se presentaron los problemas de frustración por no lograr el objetivo de la misma forma que el grupo, pero pese a ello los alumnos ya han logrado tomar un carácter diferente frente a esta situación y persistir frente al objetivo lo que demuestra que hay un claro cambio frente a actitudes que se presentaban anteriormente, en las cuales el docente se tiene que involucrar más directamente para mejorar la percepción del alumno, en esta instancia ellos ya tienen

una conciencia de frustración lo cual hace que estos momentos se den pero sean cortos y ya sepan como manejar estas situaciones.



*Figuras 38, 39 y 40 Fotografía tomada en el colegio IED La Concepción. Realizado por alumnos del grado 701.*

En esta actividad se evidencia el compañerismo entre el grupo, mostrando actitudes de servicio y apoyo frente a las dificultades del resto de los alumnos, un fortalecimiento conjunto para las buenas relaciones interpersonales, el crecimiento individual de cada estudiante para tomar actitudes positivas frente a las diferentes situaciones o en su defecto lograr manejar la misma de forma asertiva.

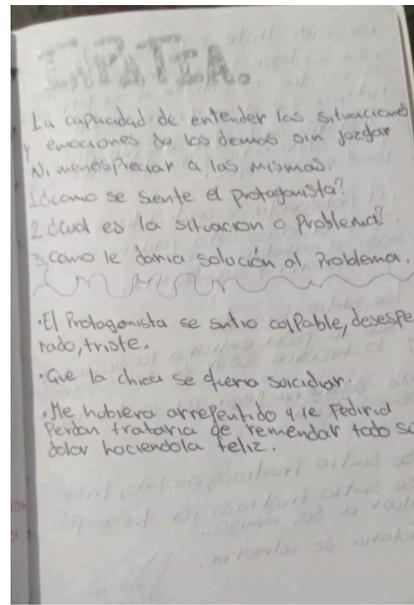
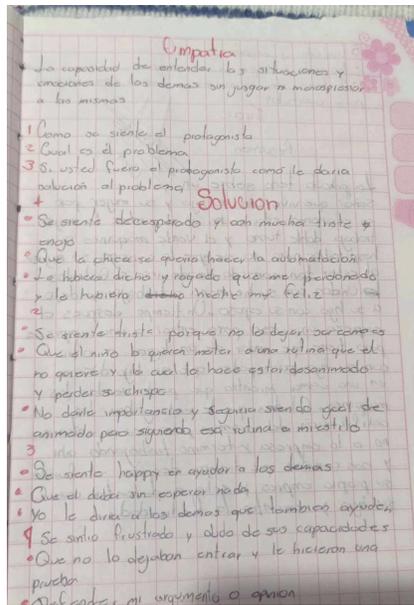
**Sesión 14:** ultimo taller de fortalecimiento para el manejo las frustraciones 21 de septiembre “Globoflexia Para Las Frustraciones”, esta actividad recreativa es una que se considera muy positiva a la hora de promover el manejo de la frustración debido a que por su media complejidad a la hora de desarrollarse, se pueden obtener muchas sensaciones diferentes, si bien esto fortalece este tema también se manifiesta que refuerza también la paciencia, en consecuencia los alumnos tienen que prestar una atención más especial debido a de esto depende lograr los objetivos de la clase, también se tiene que tuvo que tener un cuidado especial con los globos debido a que un mal uso del mismo podía hacer que se dañara y por ende dejar un impacto negativo, esto se evidencia debido a que los alumnos en su mayoría desean terminar rápidamente el taller y evidentemente tenía un proceso que les involucraba esperar para poder entender el paso a paso.



*Figuras 41 y 42 Fotografía tomada en el colegio IED La Concepción, autoría propia.*

Aunque esta actividad generó un gran interés no logró impactar a la cantidad suficiente de alumnos, debido a que desafortunadamente no se logró el objetivo inicial que era ir generando tres figuras cada vez una más difícil que la anterior, solo una minoría se interesó en continuar el proceso pese a que estaban fuera del espacio académico, la actividad les impactó que decidieron quedarse en su descanso para aprender el resto del taller, lo cual es muy interesante porque en definitiva manifestaron que si es una actividad que les ayuda mucho para manejar la frustración y la paciencia debido a que la facilidad con la que se puede desarmar la figura o la facilidad con la que se puede dañar el globo hace que sea más difícil de alcanzar el objetivo, pero que si se presenta el interés si se logra desarrollar esto por medio de ella.

**Sesión 15:** Taller para el fortalecimiento de la empatía “Videos Emocionantes”, esta fue una propuesta audiovisual que se hizo para que los estudiantes tuvieran un espacio de esparcimiento más tranquilo, pero enriquecedor, con el fin de observar cómo se concibe la empatía frente a situaciones externas en ellos, esta actividad les dejó muchas reflexiones debido a que están muy familiarizados con los diferentes ejemplos audiovisuales que se presentaron, este día se pudo evidenciar como los alumnos toman una postura crítica antes una situación que no es de ellos pero que se pretende simpatizar con el protagonista de cada clip, los cuales como cada alumno tiene una perspectiva diferente, da una conclusión distinta frente a los diferentes casos de conflicto que se proponen.



Figuras 43 y 44 Fotografía tomada en el colegio IED La Concepción. Realizado por alumnos del grado 701.

En esta actividad se reflejan las actitudes de los alumnos frente a situaciones que pudieron tener en otros impactos negativos, lo que les sirvió para reflexionar sobre sus actos y las consecuencias que pueden tener al no manejar o regular las emociones en momentos de estrés o vulnerabilidad cruciales para afectar su vida o la de otro, usando el diario para expresar y transcribir estas sensaciones.

Sesión 16 y 17: Por último y para cerrar la investigación el taller “Crea Tu Podcast” esta última sesión fue realizada el 03 de noviembre, esta actividad pretende reconocer los diferentes conocimientos adquiridos por los alumnos y su interpretación de los mismos por medio de un producto final desarrollado y producido por ellos, con un acompañamiento clave de la docente la cargo, en esta actividad se ve reflejado el proceso realizado con los alumnos durante todas las sesiones, en este taller los involucrados deben realizar un guion en el cual desarrolle o ejecute uno de los temas vistos en clase, se dio la posibilidad de elegir los diferentes temas, debido a ello se puso evidenciar que entre la mayoría de temas el que fue ignorado por miedo a no saber cómo

representarlo fue la autoestima, en consecuencia de esto se considera importante develar que los alumnos aún no están preparados mentalmente para asumir una postura propia e independiente hacia la autoestima, lo que deja entrever que sigue siendo un tema de poca relevancia en el grupo de trabajo.



*Figuras 45 y 46 Fotografía tomada en el colegio IED La Concepción, autoría propia.*

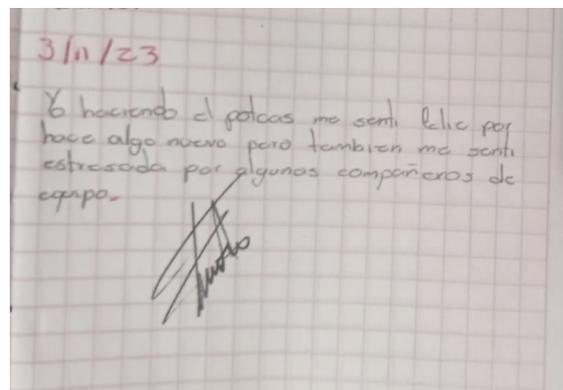
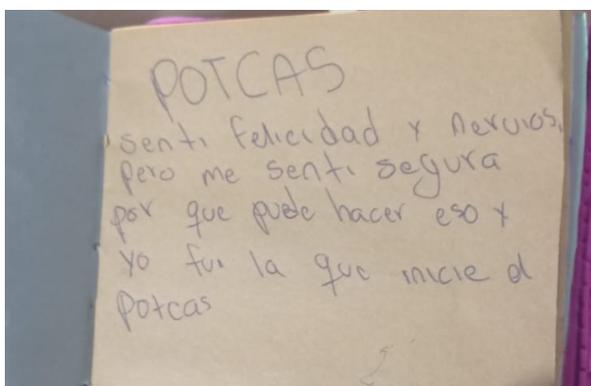
Los alumnos se ven interesados en desarrollar una actividad diferente, en este caso aprovechando los recursos que tiene la institución ya que ellos no habían tenido la posibilidad de tener una interacción con estos entornos, esto es muy crucial a la hora de realizar la ejecución del podcast ya que se manifiesta por varios alumnos cierta comodidad en el espacio para la grabación del podcasts, debido que la interacción especial que se manifiesta por cada grupo le genera seguridad y tranquilidad a los alumnos lo que hace se expresa en ellos como las ganas de quedarse en ese entorno seguro.





*Figuras 47, 48 y 49 Fotografía tomada en el colegio IED La Concepción, autoría propia.*

En concordancia con la experiencia y los productos que los alumnos crearon, se puede realizar el espacio de interacción de la experiencia con el diario que durante el proceso fue indispensable para recoger esas emociones y sensaciones que les genera a los estudiantes.



*Figuras 50 y 51 Fotografía tomada en el colegio IED La Concepción. Realizado por alumnos del grado 701.*

Gracias a estas experiencias se pudo observar mediante los podcasts que los alumnos entienden y utilizan actualmente los diferentes aspectos tenidos en cuenta a la hora de desarrollar las clases, también se pudo notar el buen trabajo en grupo que desarrollo cada uno de ellos para sacar su tema adelante y dejarlo representado de la forma más clara posible, si bien todos conciben cada tema de forma diferente es importante resaltar que cada una de las propuestas que se presentaron giraban en todo a conocimientos adquiridos en el espacio de las sesiones organizadas, esto también ayudo que a la hora de escuchar los diferentes podcast como grupo, cada uno decidió darle un estilo propio

argumentando que es parte de lo que ellos aprendieron en la clase parte de ser asertivos y respetar la opinión de los otros es notar que cada grupo en su representación cuidó todos estos aspectos para no herir, juzgar o criticar ninguna persona, si no por el contrario, mostraron esas herramientas de las que muchas veces los seres humanos carecen y como por medio de su imaginación les gustaría ofrecer una solución a estos problemas emocionales.

Por ello se presentó la pieza final de resultados en la cual los grupos representaron mediante un podcast una situación característica para el desarrollo de la inteligencia emocional, para ello se utilizaron los diferentes ítems a tratarse en el espacio educativo, para con ello reconocer y evidenciar la forma en la que los niños interpretaron el aprendizaje en clase, los temas tratados fueron, manejo de la frustración, control de las emociones, reconocimiento de emociones, empatía, resolución de adecuada de conflictos y representación de la tristeza.

Teniendo en cuenta los anteriores ítems para el desarrollo de la inteligencia emocional, se hace una revisión por cada tema y se analizan para obtener los resultados finales.

#### **4.1.2 Análisis de resultados productos finales.**

Grupo 1 “En los zapatos del otro”, en este equipo se evidencia la claridad del concepto de la empatía, debido que se menciona su significado, además de ello hacen mención a la importancia de la empatía en el buen vivir de la sociedad, adicional nos hablan de la forma en la que se puede representar la empatía, aunque hacen una crítica sobre la falta de la empatía en la sociedad actual, debido a que pese a que es de vital importancia en el tema muchas veces no es usado de la mejor forma, aunque no deja de perder su gran valor en la vida diaria.

Grupo 2 “Intensamente” en este equipo se presenta una situación para el manejo de las emociones y la resolución de conflictos, en la cual por medio del diálogo y la comunicación logran solucionar un problema que les afecta emocionalmente, esto fue algo que se resaltó en las intervenciones teniendo presente que es mejor hablar sobre lo que se siente antes de hacer juicios sobre los demás lo cual

deja en evidencia que el grupo encuentra en el espacio una forma de dar uso a sus aprendizajes en una situación de la vida cotidiana.

Grupo 3 “Frustración”, aquí los alumnos hacen énfasis en como consideran que la frustración llega a sus vidas, poniendo estados de estrés y diferentes situaciones que les generan frustración, también enfatizan en como todos los seres en algún momento de la vida pueden tener frustración y así mismo proponen una “solución” en forma de juego para mejorar los momentos de frustración.

Grupo 4 “De salud mental” tienen como propuesta hablar sobre el reconocimiento de las emociones, poniendo una breve entrevista sobre las emociones y como sus compañeros aconsejan manejarlas en diferentes momentos, para ello usan una dinamiza de emociones por color en la cual por medio de los colores hablan sobre como cada uno concibe en su visión las diferentes emociones y una situación en la que sintió que esa emoción les afectaba, del mismo modo diferentes formas de mejorar o tratar estas situaciones difíciles de una forma sana, también pude evidenciar que los jóvenes buscan soluciones adversas para resolver estas situaciones, aunque muchos de ellos no tienen como primera dimensión hablar sobre el problema o sentimientos.

Grupo 5 “Manejo de las emociones” este equipo decidió representar las emociones desde la representación de las mismas, es decir que cada quien representaba una emoción lo cual le ayuda a buscar el manejo de la misma viendo la perspectiva de cada una hacia una situación de la vida cotidiana, también teniendo presentes los diferentes aspectos que les ayudan a poder mantener las emociones en armonía, teniendo en cuenta la opinión de todas para el desarrollo de las actividades diarias, lo que da de cuenta que los jóvenes logran representar y entender las emociones claramente entendiendo lo que puede significar entender cada una de ellas en sus vidas.

Grupo 6” Emisora de la tristeza”, En este equipo se habla de lo que para ellos es la tristeza y como consideran que cada persona la manifiesta, del mismo modo hacen énfasis en cuando tienen estas situaciones y deciden hablarse en el colegio muchas veces no es respetada su privacidad, por lo cual

se comenta con la “psicóloga” de la institución se presentan casos en los que otros docentes terminan enterándose de una situación que le afecta al alumno y que no quería que alguien más supiera. Lo que les genera desconfianza a futuro para decidir contar sus problemas por temor a como puede ser tratada la información por los demás.

#### **4.2 Resultados finales:**

- Desde la primera actividad recreativa, se evidenció que el grupo de trabajo carecía de conocimiento suficiente sobre el uso y manejo de la inteligencia emocional (IE).
- Se logró identificar cómo los alumnos perciben las diferentes emociones a través de una representación gráfica.
- Los participantes expresaron sus sentimientos y emociones generadas por la experiencia mediante la escritura, el arte y los juegos lo cual permite que estos tengan más posibilidades de hablar y exteriorizar sus emociones para el futuro.
- Se reconoce el concepto de la autoestima de los alumnos y cómo lo representan en sus vidas, mediante actividades recreativas, identificar los aspectos emocionales que cada individuo debe considerar, así como la importancia de cuidar y valorar sus propias emociones y las de sus compañeros.
- Los participantes respondieron positivamente a las diversas experiencias lúdicas, como la danza, el teatro y el dibujo, aprovechándolas como herramientas de expresión emocional y medios para experimentar nuevas sensaciones.
- Los alumnos reflexionan sobre sus emociones y sentimientos frente a algún aspecto importante de la clase que le haya impactado positiva o negativamente, de modo que se destaca la relevancia que estas actividades pueden tener en los alumnos.

- Se promovieron diversas dinámicas de grupo que ayudaron a que los niños logaran aceptar e interactuar con todos sus compañeros, fomentando la empatía y el cuidado por los demás.
- Se observó una resolución positiva de conflictos y desacuerdos a través de la comunicación, lo que resultó en un ambiente escolar libre de violencias físicas.
- Se destacó el valor de cada ser humano, considerando las potencialidades y limitaciones de cada integrante del grupo, las actividades les aportan a entender mejor como esto se manifiesta en la autoestima.
- Se evidenció que, a través de las diferentes actividades, cada alumno demostró habilidades variadas, desarrollando algunas con mayor facilidad que otras. Esto fomentó la gestión del fracaso y la tristeza en estas situaciones, logrando así desarrollar características importantes para el desarrollo de la inteligencia emocional.
- Los participantes llegaron a conclusiones positivas gracias a los aprendizajes adquiridos, trabajando de manera efectiva en grupo y logrando la integración de todo el equipo de manera asertiva.
- Las experiencias recreativas promueven el desarrollo de la inteligencia emocional mediante sus diferentes dinámicas, poniendo a los alumnos en situaciones de conflicto, interés, acuerdos y desacuerdos que les permiten a los jóvenes entender las habilidades para las emociones que pueden afectarle y a los demás.

### **4.3 Hallazgos**

Recordando lo que plante Brackett et al (2021) sobre importancia de la inteligencia emocional en el ámbito escolar como un factor fundamental para establecer un entorno saludable de aprendizaje, esto hay que recalcarlo debido a lo que mencionan los alumnos sobre las frustraciones recordando que estas empiezan en el ámbito escolar, como la cantidad de trabajos que dejan en la

institución o el estrés que les genera tener que pasar las materias con buenas notas, lo cual nos indica que evidentemente mejorar en el manejo de las frustraciones por medio de la inteligencia emocional si puede aportar a mantener un ambiente escolar saludable e integro para los alumnos.

Rodríguez et al citando a Ramos (1986) menciona la educación y como parte de ella la recreación como un medio de educación no formal, se percibe como una función social fundamental, en este contexto, se adopta una metodología vivencial de conocimientos que abarca elementos como la creatividad, la iniciativa, el liderazgo, la toma de decisiones y la autoestima, en este sentido se da cuenta la importancia de la recreación para el desarrollo de la inteligencia emocional de los alumnos, dando cuenta de que las diferentes experiencias recreativas permiten desarrollar las características necesarias para la inteligencia emocional.

Considerando lo anterior, se recalcan las actividades que sirven como eje diferenciador al ayudar a los alumnos a salir de su zona de confort escolar, por ejemplo, la danza se concibe como un baile a partir de movimientos que permiten representar algo mediante una pieza artística, en el desarrollo del presente proyecto también se utiliza como herramienta pedagógica para desarrollar la inteligencia emocional con la que mediante la recreación se desarrollan diferentes tipos de danza que les permite a los alumnos desarrollar su autoestima, sentir emociones representativas y forjar lazos amistosos.

Igualmente, la globoflexia se considera como una actividad recreativa de entretenimiento que se utiliza para la decoración, representación artística, entre otras, que requieren cierto tipo de habilidad manual, no obstante, en este caso se utiliza como actividad facilitadora para la frustración, obteniendo de esta, características emocionales como la paciencia, el manejo de la frustración y valor a las capacidades individuales.

Egocheaga (2017) destaca que hay una estrecha relación entre la inteligencia emocional y la convivencia escolar en su análisis y explica la conexión significativa de estas relacionadas con un

competente interpersonal, lo que sugiere que el desarrollo de la inteligencia emocional puede contribuir a una mayor estabilidad y convivencia en el entorno escolar, destacando la importancia de las habilidades emocionales en las interacciones y relaciones dentro de la comunidad educativa, esto significa que el desarrollo de las actividades que se están llevando a cabo si funcionan en torno al mejoramiento de la misma.

Por último, se destacan las diferentes formas de representar los diferentes aspectos emocionales frente a cada uno de los alumnos, con esto se hace referencia a las distintas maneras que tienes los seres de ver y concebir la vida, cada uno de los aprendizajes y momentos de la investigación tuvo un impacto diferente en los involucrados, puede que haya días positivos en los que la actividad sea de gran interés para el grupo y decidan desarrollarla, aunque también se puede presentar la actividad tranquila que no demanda muchos elementos pero que no genera interés y vuelve de un espacio tranquilo un ambiente difícil de moderar, la importancia de las relaciones interpersonales e influencia en los jóvenes de esta población en especial da cuenta de la vulnerabilidad emocional en la misma, la falta de interés de las instituciones por promover este tipo de enseñanzas representa en sus alumnos los diferentes problemas para manejar y gestionar sus emociones en el ambiente escolar, obteniendo entre otros muchas problemáticas a nivel académico y personal de los alumnos.

## **5. Conclusiones**

A través de la investigación realizada se concluye que, se evidencia que las experiencias recreativas sí fomentan el desarrollo de la inteligencia emocional, generando situaciones en los alumnos que contribuyen a manejar sus propias emociones. Las actividades recreativas muestran las diferentes cualidades de esta al proponer prácticas claras para abordar aspectos de la inteligencia emocional.

Se refleja que, mediante las actividades, los alumnos desarrollan experiencias que les permiten integrarse con el grupo de forma positiva, también se identificó que los jóvenes en estas edades no tienen una perspectiva clara sobre su autoestima y aún no consideran relevante el desarrollo de esta.

En vista de las diferentes reflexiones que se pueden realizar entornos para usar la inteligencia emocional en los jóvenes, se puede deducir que al acercarse con ella puede funcionar como alternativa para la convivencia escolar.

Se considera pertinente emplear diferentes medios y recursos de expresión (artísticos y recreativos), que permitan al estudiante generar confianza con su contexto y así poder comunicar de manera más efectiva las situaciones frente a sus propias emociones, así se despliega un panorama de herramientas de visualización sobre cómo se siente o qué puede sentir el estudiante, y así darle un mejor manejo.

Es importante resaltar como la práctica recreativa en el ambiente escolar, funciona como alternativa pedagógica y propuesta institucional para lograr la implementación de la Inteligencia emocional en las instituciones educativas desde temprana edad como séptimo grado. Además, destacan las cualidades de la recreación, las experiencias artísticas, los juegos y la lúdica, son factores significativos al abordar los aspectos necesarios para promover el desarrollo de la inteligencia emocional.

La incidencia de la recreación en el desarrollo de la inteligencia emocional representa las posibilidades de este campo para abordar los aspectos que influyen a los estudiantes para manejar sus emociones, mediante esta se obtienen experiencias realizadoras que permiten orientar el aprendizaje emocional en pro de la convivencia escolar.

Se considera relevante hacer uso de la recreación en las aulas de una forma más constante, debido a que esta cuenta con diferentes cualidades especiales que generan en los alumnos un

aprendizaje más enriquecedor y provechoso dentro del ámbito académico e impactante en lo personal.

## **6. Reflexiones Finales**

Por medio de la presente investigación se pudo determinar la importancia de trabajar alrededor del manejo de emociones desde lo académico, si bien el buen desarrollo psicológico de los estudiantes no depende de los docentes, si pueden incidir en tener aprendizajes y conocimientos más claros si desde la escuela, colegio o instituto se imparten enseñanzas relacionadas promover la inteligencia emocional de los alumnos.

Se considera de vital importancia que se tenga presente enfocarse en el desarrollo de la inteligencia emocional en las instituciones educativas debido a las diferentes problemáticas que presentan los estudiantes en las diferentes etapas de su vida, no solo para mejorar la convivencia escolar, asuntos como la frustración, la tristeza, la ira entre otras emociones y sentimientos que los alumnos no saben manejar han dejado desafortunadas consecuencias y secuelas en diferentes estudiantes del país, no solo está en juicio lo que se propone desde las escuela para tratar todo este tipo de problemáticas, sino también las propuestas desde lo político para enfrentar esta problemática que si bien aún no afecta directamente a la sociedad si está afectando a los futuros participantes activos de la sociedad.

Desde la recreación es vital generar propuestas diferentes que permitan investigar los diferentes campos de estudio pedagógicos que se puedan generar y reconocer que con esta se pueden atender asertiva y efectivamente estos casos, por lo que se destaca la importancia de que la

recreación tenga más espacios de intervención en las instituciones estudiantiles ya que con los conocimientos que se pueden adquirir con esta se obtienen resultados enriquecedores.

Se considera importante dar a conocer el rol que cumplen los docentes en la vida de sus alumnos y como se debe velar que los profesionales busquen desarrollar la IE en las poblaciones donde este decida enfocarse, por ello se enfatiza en reflexionar e indagar alrededor de las poblaciones más vulnerables y necesitadas en torno al estudio de las emociones.

## **7. Recomendaciones**

Se considera importante incentivar el aprendizaje en educación emocional dentro y fuera de las instituciones educativas, ya que es un tema de necesidad en el ámbito social e individual del ser humano, buscando el desarrollo de prácticas alternativas para promover este tipo de aprendizajes, es fundamental promoverlo no solo en niños y jóvenes, si no, también en adultos y en instituciones de educación superior debido a que estos profesionales tendrán a futuro una perspectiva más amplia sobre este tema, lo que hará que se trate con mejor dominio y se reconozca el manejo de diferentes situaciones que se presenten de esta índole en sus diferentes contextos.

Posicionar la educación desde la recreación como estrategia pedagógica generadora de aprendizaje, promoviendo espacios de esparcimiento social e institucional para el uso y disfrute por medio de la misma, dejando de lado los estigmas frente a la recreación y buscándola como un derecho y una posibilidad practica para desarrollar diferentes aprendizajes.

Se propone nuevas estrategias educativas para desarrollar la inteligencia emocional en todas las poblaciones por la poca demanda en este ámbito, destacando la importancia de espacios prácticos al desarrollar estas proyecciones, ya que desde lo teórico se pueden desarrollar muchas cosas en cuanto a aprendizaje intelectual, pero el aprendizaje emocional se desarrolla con situaciones prácticas que permitan reflexionar.

### Referencias bibliográficas

- Aleidy Rodríguez C. Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso Martínez, U. (2003, diciembre 2). La recreación: una estrategia de enseñanza para el desarrollo del contenido actitudinal del diseño curricular en alumnos de tercer grado, de la escuela bolivariana ambrosio plaza. Redalyc.org. <https://www.redalyc.org/pdf/410/41040203.pdf>
- Alzina, R. B. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. Revista de investigación educativa, 21(1), 7-43.
- Andrade, R. F., & Páez Paredes, M. (2021). El podcast como herramienta de retroalimentación en la evaluación de actividades virtuales. Mendive. Revista de Educación, 19(1), 16-29.
- Arboleda Márquez, C., & Guarín, M. L. (2019). La recreación como herramienta pedagógica en la aplicación de las habilidades básicas del grado preescolar de la Institución Educativa Ciudadela Nuevo Occidente del corregimiento San Cristóbal.

- Augustowsky, G. (2007). El registro fotográfico en la investigación educativa. Sverdlick (Comp.), La Investigación educativa: Una herramienta de conocimiento y de acción, 147-177.
- Belcazar, F. E. (2003). Investigación acción participativa (iap): Aspectos conceptuales y dificultades de implementación. San luis, Argentina.
- Benavidez, V., & Flores, R. (2019). La importancia de las emociones para la neuro didáctica. Wimb lu, 14(1), 25-53.
- Bisquerra Alzina, R., & Escoda, N. P. (2007). Las competencias emocionales
- Bisquerra Alzina, R., & García, E. (2018). La educación emocional requiere formación del profesorado. Participación educativa.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. Revista de Investigación Educativa, 21(1), 7-43
- Brackett, M. A., & Rivers, S. E. (2021). Developing emotional intelligence in schools. In J. D. Mayer & P. Salovey (Eds.), The handbook of emotional intelligence (pp. 597-611). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195123270.003.0029>
- Builes Jaramillo, J. F. (2003). El abordaje de la educación experiencial (Bachelor's thesis, Universidad de la Sabana).
- Campoy, T & Gomes, E. (2009). Técnicas e instrumentos cualitativos de recogida de datos. Editorial EOS,284.
- Casassus, J. (2017). Una introducción a la educación emocional. RELAPAE (7), pp 121-130
- Casassus, J. (2017). Una introducción a la educación emocional. Revista latinoamericana de políticas y administración de la educación, (7), 121-130.
- Cayambe Toalombo, B. M. (2014). El derecho a la recreación y su incidencia en el desarrollo de la inteligencia emocional de las niñas del cuarto grado paralelo “b” del centro de Educación

General Básica “Tres de Noviembre” de la parroquia Huachi Chico del cantón Ambato (Master's thesis).

De la Cuesta, I. (2016). Neurodidáctica aplicada. Recuperado de: [www.diva-portal.org/smash/record.jsf?Pid=diva2:944465](http://www.diva-portal.org/smash/record.jsf?Pid=diva2:944465)

Dewey, J. (1938). Experiencia y educación Libro de John. Estados Unidos: Kappa Delta Pi.

EGOCHEAGA LEÓN, Carmen Rosa. Inteligencia emocional y la convivencia escolar en estudiante de tercero de secundaria. Trabajo de investigación. Lima, Perú. 2017.

Gerlero, J. (2004). ¿Ocio, tiempo libre o recreación? Aportes para el estudio de la recreación. Neuquén: Neuquén.

Goleman D (1996). Inteligencia Emocional. Barcelona: Kairós

Goleman, D. (1996). La Inteligencia Emocional. México: Ediciones S. A.

Gómez, D. (2017, febrero 18). El Diario Emocional: Modelo en PDF y Técnica para Usarlo para Ser Más Feliz. Somos Inteligencia Emocional. <https://www.somosinteligenciaemocional.com/el-diario-emocional/>

Guil, R., Mestre, J. M., Gil-Olarte, P., Gabriel, G., & Zayas, A. (2018). Desarrollo de la inteligencia emocional en la primera infancia: una guía para la intervención. Universitas Psychologica, 17(4).

Hemingway, E. Catarsis: una estrategia para el desarrollo de la inteligencia emocional y las competencias cognitivas a través de la cultura escrita. Premio a la Investigación e Innovación Educativa, 145.

[https://educacionbogota.edu.co/portal\\_institucional/noticia/apuesta-por-una-educacion-socioemocional-en-la-escuela](https://educacionbogota.edu.co/portal_institucional/noticia/apuesta-por-una-educacion-socioemocional-en-la-escuela) (Fecha de publicación: Lun, 13/12/2021)

INFOBAE 2023 Hermann Sáenz <https://www.infobae.com/colombia/2023/05/19/por-que-colombia-es-el-segundo-pais-mas-desigual-de-latinoamerica/>

- Juntos, A. [@aprendemosjuntos]. (2021, abril 19). V. Completa. Educar para sentir. Begoña Ibarrola, psicóloga y escritora. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?V=SW9yNpGYXoM>
- Ledoux, J. (1999). El cerebro emocional. Barcelona: Editorial Planeta.
- León González, F. J. (2011). Significados que otorgan estudiantes y profesores.
- Lidia, G. (2011). Temas para la educación. Revista digital para profesionales de la enseñanza.
- Luna, C. (2018). Cuadernos de trabajo comunitario. Tips pedagógicos para el desarrollo emocional. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.12209/13562>.
- Márquez, C. A. (2019). La recreación como herramienta pedagógica en la aplicación de las habilidades básicas del grado preescolar de la institución educativa Ciudadela Nuevo Occidente del corregimiento San Cristóbal. Trabajo para optar al título de: Especialista en Pedagogía de la Educación Física, La Recreación y El Deporte Infantil.
- Martineaud, S. & Engelhart, D. (1996). El Test de inteligencia emocional. Barcelona: Martínez Roca.
- Ministerio de educación nacional, publicaciones, 10 de noviembre 2021, Estrategia de Formación de Competencias Socioemocionales en la Educación Secundaria y Media. <https://www.mineduccion.gov.co/portal/men/Publicaciones/Guias/385321:Estrategia-deformacion-de-Competencias-Socioemocionales-en-la-Educacion-Secundaria-y-Media>
- Ministerio del deporte (2020), Plan nacional de recreación 2020-2026) <https://www.mindeporte.gov.co/mindeporte/quienes-somos/dependencias/direccion-fomento-desarrollo/recreacion>
- Muchica Puma, V. G. (2019). La inteligencia emocional y su relación con el rendimiento académico en Comunicación en los alumnos del 1 de secundaria de la IEN Lastenia Rejas de Castañón, Tacna, 2017.

- Olivero, E., Vega, Y., Acosta, J., & Castro, A. (2022). Relación entre la gestión de la innovación y la satisfacción estudiantil en el área de bienestar universitario. *Formación universitaria*, 15(4), 9-20. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062022000400009>
- Pacheco, N. N. E., & Fernández-Berrocal, P. (2013). Inteligencia emocional en adolescentes. *Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers*, (352), 34-39
- Pozo, M. (2017). La coordinación de los procesos del departamento de bienestar estudiantil de la unidad académica de ciencias religiosas de la Universidad de Cuenca y su incidencia en la calidad de atención a los estudiantes [Tesis de maestría, Universidad de Cuenca].  
[Http://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/722/1/TESIS%20POZO%20RADO%20M%c3%93NICA%20JANNETH.pdf](http://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/722/1/TESIS%20POZO%20RADO%20M%c3%93NICA%20JANNETH.pdf)
- Programa para la Evaluación Internacional de Alumnos (PISA) 2018  
[https://www.oecd.org/pisa/publications/PISA2018\\_CN\\_COL\\_ESP.pdf](https://www.oecd.org/pisa/publications/PISA2018_CN_COL_ESP.pdf)
- Quinto, N. M. M., Paredes, B. F. R., Moreno, I. M. M., López, M. E. C., & Barreiro, B. L. R. (2023). Inteligencia Emocional en el aula: Una Revisión de Prácticas y Estrategias para promover el Bienestar Estudiantil. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(2), 1461-1477.
- Saarni, C. (2000). Emotional Competence. A Developmental Perspective. En baron, R. Y J. D. A. Parker (Eds.), *The Handbook of Emotional Intelligence. Theory, Development, Assessment, and Application at Home, School, and in the Workplac*. San Francisco, Ca: josseybass, 68-91.
- Salovey, P., & Campbell, S. D. (2007). ¿QUÉ ES INTELIGENCIA EMOCIONAL? Introducción a la *Salud Mental*, 49.
- Sánchez, M. J., Fernández, M., & Diaz, J. C. (2021). Técnicas e instrumentos de recolección de información: análisis y procesamiento realizado por el investigador cualitativo. *Revista científica UISRAEL*, 8(1), 107-121.

Selener, D. (1997). Participatory action research and social change. NY: Cornell University

Participatory Action Research Network.

Senado de la república (2021). Educación emocional: la cátedra que urge en Colombia. Senado de la

república de Colombia <https://www.senado.gov.co/index.php/component/content/article/13-senadores/2651-educacion-emocional-la-catedra-que-urge-en-colombia>

Sirvent, M. T., & Rigal, L. (2014). La investigación acción participativa como un modo de hacer ciencia

de lo social. Revista Decisión, 38, 32-37.

Solano, I. & Sánchez, M. (2010). Aprendiendo en cualquier lugar: el podcast educativo. Pixel-Bit.

Revista de Medios y Educación, 1(36), 125-139. Recuperado

de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?Id=36815128010>

Zea Duque, C. C., Cantor Alfonso, H. J., & Macias, G. P. (2021). Sistematización de experiencias sobre

la creación de la fundación Haclapa para fomentar el desarrollo de la inteligencia emocional a

través del arte en la población vulnerable de primera infancia de 0 a 6 años, del barrio El Rincón

del Lago de la comuna 4 del Municipio de Soacha (Doctoral dissertation, Corporación

Universitaria Minuto de Dios).



## **Anexos**

Anexo 1: Planeaciones de clase.

En el presente se pueden ver las diferentes planeaciones que se utilizaron a la hora de realizar los diferentes talleres de clase.

FECHA	TEMA	OBJETIVOS	DESARROLLO	MATERIALES	REFLEXIÓN PEDAGÓGICA
Taller 1: Introducción a proyecto	Introducción a la Recreación y a la inteligencia emocional	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dar a conocer a los alumnos a recreación como experiencia pedagógica.</li> <li>2. Reconocer las diferentes actividades recreativas que disfrutaban los alumnos.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ La docente se presenta con el grupo de estudio, en la cual se hizo explicación sobre la recreación y la inteligencia emocional, y la idea es que en el espacio se trabajara sobre el uso y el manejo la inteligencia emocional en espacios conjuntos, En el espacio se hizo una observación general del grupo, en el cual se demostró cómo funciona el grupo en relaciones interpersonales, su manera de</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Hojas de papel</li> </ul>	<p>En la competitividad los alumnos aumentaban su destreza gracias a la esencia del juego “Recursos”, esto provocó que se dieran comportamientos de competencia fuerte al punto de generar fricciones en el grupo por ver quién generaba más</p>

			<p>afrontar frente a la solución de conflictos y su desarrollo de emociones.</p> <p>➤ Reconocer los aspectos de recreación afines de cada estudiante.</p>		<p>dentro del juego.</p> <p>Esto desplegó un conflicto que permitió tanto a la docente como a los estudiantes tomar posturas emocionales que permitiesen una sana solución a un problema competitivo.</p>
<p>Taller 2: Crea tu diario</p> <p>13/04/2023</p>	<p>Compañerismo y paciencia.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Crear diario de emociones</li> <li>2. Fortalecer el compañerismo y apoyo en grupo.</li> <li>3. Usar las manualidades para el</li> </ol>	<p>➤ Con la actividad se pretende realizar un diario artesanal, en el que los alumnos puedan escribir y expresar sus emociones y sensaciones al</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas de tamaño carta</li> <li>• Aguja Capotera</li> <li>• Hilo Calabrese</li> <li>• Colbon</li> <li>• Portada</li> <li>• Colores</li> <li>• Marcadores</li> </ul>	<p>Se evidencia el compañerismo entre los alumnos, aunque algunos necesitan apoyo a la</p>

		desarrollo de la paciencia.	<p>realizar las diferentes actividades.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Durante la actividad se planea que los alumnos, compartan, apoyen y se integren con el resto de sus compañeros.</li> <li>➤ El desarrollo de la actividad tiene complejidad como coser a mano entre las hojas, medir exactamente cada una y usar habilidades motrices que promueven el uso de la paciencia.</li> </ul>		<p>hora de comunicarse e informar si necesitan ayuda o algún material, se observa la disposición de compartir de los alumnos en general.</p>
<p>Taller 3: Crea tu Diario Parte 2. Acuerdos y lineamientos.</p>	<p>Método de autorrepresentación, autoestima y</p>	<p>1. Creación y diseño de pieza artística que represente la esencia de cada alumno.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Con antelación al cuerpo del diario, se crea la portada, cuyo objetivo es representar arte, en el que cada alumno podrá</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas de tamaño carta</li> <li>• Aguja Capotera</li> <li>• Hilo Calabrese</li> <li>• Colbon</li> <li>• Portada</li> </ul>	<p>Una de las reflexiones es el reconocimiento propio de</p>

19/04/2023	establecimiento de reglas.	2. Creación de pautas para el uso adecuado del diario	<p>expresarse libre y creativamente sobre sí mismos u otros temas interesados en el libro.</p> <p>➤ Luego de eso y basándose en el contenido del diario. Cada estudiante debe crear unos lineamientos de uso, los cuales van a dar camino al correcto uso del diario.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Colores</li> <li>• Marcadores</li> </ul>	<p>habilidades a través del diario, en el que los estudiantes reconocen destrezas en manualidades, arte, ilustración entre otras más.</p> <p>Creando un mayor interés en la creación del libro gracias a que una creación propia te ayuda a reconocer habilidades.</p> <p>Adicionalmente se reconoce la distribución del</p>
------------	----------------------------	---	---	---	--

					material de trabajo entre los estudiantes, esto haciéndose a través de un objetivo conjunto y es hacer que el diario de cada uno sea algo memorable para cada uno.
Taller 4: “Identifico mis emociones”  03/05/2023	Tipos de emociones, qué producen las emociones y como se representan.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Creación y representación de las emociones de acuerdo a la subjetividad del estudiante.</li> <li>2. Ayudar a reconocer en los estudiantes el funcionamiento de cada emoción.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Tras terminar el cuerpo total del diario, se realizan las diversas representaciones de las emociones en las hojas designadas por cada alumno, donde tenían libertad creativa de tomar las hojas y los materiales que</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Materiales a libre consideración del alumno</li> </ul>	Se evidencia una clara necesidad de apoyo y difusión educativa de las emociones, dado al resultado y a las conclusiones de los estudiantes al

			quisieran para representar a gusto y exactitud.		terminar sus hojas de emociones. Los cuales evidenciaron por sí mismos la falta de conocimiento sobre las emociones y cómo repercuten en las personas.
Taller 5: “Teatro de las emociones” 10/05/2023	Manejo de las emociones en situaciones de vulnerabilidad moral.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Observar y analizar al grupo al momento de ponerlos en situaciones de la vida que por diversos aspectos generan controversia y diferencia de ideales entre los mismos.</li> <li>2. Generar una reflexión</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Se llevó al grupo a un espacio libre para generar comodidad, con el fin de llevar al teatro una representación de actuación de personajes en sociedad, con el objetivo de entender la visión y perspectiva de cada ser</li> </ul>	3. No aplica	Existe un reto importante al intentar afrontar la sociedad de esta población, dado a que existen diversas experiencias a nivel de educación que

		<p>general y particular frente a las situaciones puestas en el ejercicio y aclarar dudas frente a las emociones en el grupo.</p>	<p>humano en sus emociones y sentires.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Luego se hacen parejas para representar esas situaciones reales y ver el comportamiento de los estudiantes frente a la situación presentada al momento de presentar sus respectivas actuaciones.</li><li>➤ Al finalizar se muestra una reflexión más visualizada y enfocada hacia la inteligencia emocional en estos momentos, para poder entender de la forma más inteligente dichas situaciones presentadas en la sociedad.</li></ul>		<p>viene tanto desde la casa, como de sus amistades cercanas.</p> <p>Creando múltiples dudas que aún deben ser resueltas para poder dar mejores respuestas a estímulos sociales en un futuro cercano.</p>
--	--	--	--	--	---

<p>Taller 6</p> <p>“La Danza de las emociones”</p> <p>24/05/2023</p>	<p>La danza como recurso de la inteligencia emocional.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Buscar nuevas sensaciones positivas en los alumnos a partir de la interacción y la danza en grupo.</li> <li>2. Dar espacio al diario para describir las diferentes emociones percibidas por ellos mismos en el ejercicio del baile.</li> </ol>	<p>➤ Poner a los niños en un salón en un ambiente controlado en el cual el docente eligió diferentes canciones para representar el baile, en las que se evidenciaron diversas habilidades en los estudiantes, aquí se usó el divertimento para permitir un espacio de liberación corporal en el estudiante.</p>	<p>➤ Bafle</p>	<p>El baile también debe permitirse momentos de libertad, abrir espacios donde la gente baile para sentirse mejor consigo misma, ayudando a un manejo adecuado de las emociones mediante recursos corporales como el sencillamente moverse.</p>
--	--	--	---	----------------	---

<p>Taller 7</p> <p>“La burbuja de las emociones”</p> <p>31/05/23</p>	<p>El doble camino de las emociones.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Percibir las diversas preocupaciones que tienen los jóvenes a la hora de socializarse o enfrentarse a las personas.</li> <li>2. Generar reflexión en el grupo sobre las consecuencias que pueden desplegarse a través de nuestros propios actos. Ya sean palabras, expresiones, formas de ser, entre otras.</li> </ol>	<p>➤ La docente hizo una retroalimentación de clases anteriores, para posteriormente introducir las dos preguntas: ¿Qué cosas haces tú que afectan a tus compañeros emocionalmente? Y ¿Qué cosas hacen tus compañeros que te afectan a ti emocionalmente? Con estas dos preguntas se buscó reflexionar sobre los diversos aspectos relacionados a la empatía y socialización, sabiendo que, aunque existen personas que piensen o actúen diferente,</p>	<p>➤ Globos</p> <p>➤ Marcadores</p>	<p>El cuidado del otro es un valor que no se destaca en estos días, y estos ejercicios plantean una tarea importante a nivel de salud mental e inteligencia emocional, y es incentivar hábitos y costumbres sanas mentalmente como el autocuidado, la autoestima, el cuidado mutuo y la empatía.</p>
--	--	--	---	-------------------------------------	--

			<p>pueden vivir en sociedad. Para estos se utilizaron globos para poder escribir las respuestas correspondientes a cada persona. Se hacía una analogía en el salón que consistía en cuidar el globo del otro, porque, así como cuido de mí mismo, debo cuidar de los demás.</p>		
<p>Taller 8</p> <p>“Desarrollo de la autoestima”</p>	<p>Autorreflexión y formas para encontrarse consigo mismo.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dar una importante introducción al grupo sobre la autoestima y todos los diversos componentes a considerar para trabajarla para sí mismos.</li> <li>2. Percibir los potenciales y debilidades de</li> </ol>	<p>➤ El grupo se dispuso a usar el diario para escribir diversos aspectos de sí mismos, teniendo en cuenta que gustan de sí mismos desde lo social, intelectual, y físico. Y qué cosas podrían</p>	<p>➤ No Aplica</p>	<p>El desarrollo de una buena autoestima podría verse beneficiada si se procede desde ámbitos académicos,</p>

		los estudiantes frente a su autoestima.	mejorar de sí mismos.		<p>permitiendo dar asesoría, cuidado y acompañamiento a los estudiantes desde ambientes académicos.</p> <p>Permitiendo el reconocimiento y desarrollo de la autoestima en edades tempranas.</p>
<p>Taller 9</p> <p>“Reencuentro”</p> <p>18/08/2023</p>	<p>Evaluación</p> <p>grupal post vacaciones</p>	<p>1. Evaluar el estado actual del comportamiento de grupo en diversas actividades físicas y recreativas, tanto a nivel individual como grupal.</p>	<p>➤ La docente plantea un juego de aros y una dinámica recreativa, mediante la que se pone a los alumnos en presión y toma rápida de decisiones. Los niños realizaron</p>	<p>➤ Aros</p>	<p>Los alumnos pudieron generar una comunicación más asertiva entre ellos, en las que tuvieron en cuenta</p>

			la dinámica de manera grupal.		<p>sus propias emociones y las de los demás, en pro de lograr un objetivo en común. Contribuyendo a un mejor ambiente académico y personal entre todos.</p>
<p>Taller 10</p> <p>“Pintura, la puerta de entrada”</p> <p>25/08/2023</p>	<p>Creatividad, expresión de emociones y entendimiento de las influencias que ingresan en su vida.</p>	<p>1. Reconocer las diferentes muestras artísticas que los alumnos obtienen al cuestionarles sobre cómo ven “las puertas que permiten la entrada en sus vidas”.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se explica a los alumnos la dinámica que se va a desarrollar exponiendo la pregunta ¿Cuál es la puerta de entrada a tu vida?</li> <li>• Se procede a usar los diferentes materiales para representar esta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Cartulina, cartón paja o lienzo.</li> <li>➤ Pintura, marcadores y colores.</li> <li>➤ Pinceles</li> </ul>	<p>En la actividad se evidenciaron las habilidades artísticas de los alumnos y puede influir en los</p>

		<p>2. Observar la relación de la puerta del alumno con lo que conciben de la puerta de su vida.</p>	<p>puerta de la vida de los alumnos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Al finalizar se hace la respectiva reflexión en el diario sobre la actividad y lo que significa la puerta que cada uno realizo.</li> </ul>		<p>objetivos que desean frente a lo que hacen sus compañeros, como priorizan hacer un trabajo mejor que el de otros y que sea representativo, lo que genera frustración por no lograr hacer lo mismo que los demás.</p>
<p>Taller 11 y 12 “Creación de baile”</p>	<p>Amistad, amor, compañerismo y trabajo en grupo.</p>	<p>1. Mejorar la relación del grupo por medio de una pieza artística. 2. Presentar a la institución un producto</p>	<p>➤ Al principio se llega a un acuerdo de las canciones que los alumnos deseaban bailar para tener presente su</p>	<p>➤ Bafle</p>	<p>En esta actividad se evidencian los momentos de</p>

<p>01 y 08 de septiembre</p>		<p>cultural para mostrar los procesos que se han ido llevando a cabo con la población escolar.</p> <p>3. Reconocer la constancia de los alumnos a la hora de hacer una presentación en público.</p>	<p>comodidad al presentarse.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Se acuerdan los grupos de baile y las parejas con las que desean bailar, para participar de la actividad tranquilamente y con un compañero seguro.</li> <li>➤ La docente crea las coreografías a partir de las canciones elegidas y de realizan los respectivos ensayos previos a la presentación.</li> <li>➤ Por último, se presenta el producto a la institución.</li> </ul>		<p>desarrollo del trabajo porque en el producto se evidencian los momentos de reflexión y mejora de los alumnos, también el cambio de relacionamiento de estos entre si son más respetuosos, y la capacidad de empatizar con los alumnos de diferentes formas en las distintas situaciones</p>
----------------------------------	--	---	--	--	--

					presentadas durante el proceso y desarrollo de la actividad.
Taller 13 “Carta al amor y amistad” 14/09/2023	Amor, amistad, compañerismo, empatía y expresión de emociones.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mediante una carta expresar por medio de palabras positivas que puede leer otro compañero en el día de amor y amistad.</li> <li>2. Mostrar mediante palabras agradables la percepción de los alumnos frente el día de amor y amistad sin buscar un destinatario en especial.</li> <li>3. Hacer un cambio de detalles</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Se organiza el grupo para observar el video de referencia para realizar la carta</li> <li>➤ Inicia la creación de la carta de tal manera que los alumnos compartan y se ayuden entre sí para obtener un resultado positivo para todos.</li> <li>➤ Escribir mensajes en la carta alusivos al amor y la amistad para cualquier persona.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Cartulina</li> <li>➤ Hojas iris</li> <li>➤ Colbon</li> <li>➤ Tijeras</li> <li>➤ Marcadores.</li> </ul>	Con esta actividad los alumnos pudieron compartir un espacio de esparcimiento artístico dedicado a darse un detalle de amor y amistad, como la entrega fue aleatoria, los alumnos buscaron

		<p>mediante una carta que se intercambia con los otros compañeros de forma aleatoria.</p>	<p>➤ Intercambio de cartas de forma aleatoria.</p>		<p>cómo ayudarse para que todos obtengan un resultado agradable para entregar. También se ve la frustración en algunos alumnos que no pueden hacer la actividad al principio, pero que con el apoyo de los compañeros se logran, lo que deja en evidencia el desarrollo de la empatía en el grupo.</p>
--	--	---	--	--	--

<p>Taller 14</p> <p>“Globoflexia para las frustraciones”</p> <p>21/09/2023</p>	<p>Frustración, paciencia, escucha activa y focalización de la atención.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mediante la actividad de globoflexia desarrollar en los alumnos la paciencia a la hora de realizar el taller.</li> <li>2. Fortalecer el manejo de la frustración en los alumnos debido a que esta actividad es de una media complejidad por lo cual los alumnos a veces no logran cumplir con el objetivo o con el seguimiento del proceso.</li> <li>3. Procurar mantener al grupo focalizado en la actividad aprovechando la motivación</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Inicialmente se organiza al grupo de tal forma en la que todos puedan observar y escuchar para desarrollar el taller de forma tranquila y en calma.</li> <li>➤ Se da inicio al taller realizando la primera figura en globoflexia, para ello los alumnos prestan atención y se acercan a la docente de forma tranquila cuando no logran obtener el resultado con el seguimiento del proceso.</li> <li>➤ El primer resultado se da con la figura, seguidamente se desarrolla una segunda figura de mayor</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Globos de globoflexia</li> <li>➤ Inflador</li> <li>➤ Marcadores.</li> </ul>	<p>Mediante esta actividad se puede reflexionar frente al uso de estas actividades para tratar de entender la complejidad de muchos problemas que se presentan al día a día y como hay que esperar para entenderlos antes de entrar en crisis, igual que al ser tan fácil estallar el globo los</p>
--	--	---	---	--	---

		de los alumnos.	complejidad, lo que llama la atención de los alumnos. ➤ Se finaliza con una reflexión frente a como la paciencia y la calma en este tipo de actividades también funcionan en la vida, ya que deben analizar cómo funciona el proceso y revisar detenidamente donde se comete el error y cómo se puede mejorar.		alumnos presentan un pequeño miedo frente a esto, lo que hace que tengan presente como situaciones en las que hay que tener mayor delicadeza, pese a que esta actividad fue de alto impacto y el grupo estaba muy interesado, y no se pudo controlar adecuadamente por algunos alumnos que buscaron dañar
--	--	-----------------	---	--	---

					el trabajo de los otros compañeros.
Taller 15 “Videos emocionantes” 05/10/2023	Empatía, manejo de las situaciones y reconocimiento de emociones externas.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reconocer las diferentes situaciones en las que se pueden involucrar diferentes personajes en videos emocionantes.</li> <li>2. Desarrollar la empatía buscando que el alumno se ponga en el lugar del protagonista de cada uno de los videos y procurar proponer una respuesta a la situación si este pudiera reemplazar al protagonista.</li> <li>3. Presentar a los alumnos diferentes situaciones en</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Se organiza el grupo de forma cómoda para ver los diferentes videos</li> <li>➤ Se ponen las diferentes preguntas a responder respecto a cada video, ¿Cuál es la situación en la que se encuentra el protagonista?, ¿Si usted fuera el protagonista que haría frente a esta situación?, ¿Cómo cree que se siente el protagonista?</li> <li>➤ Cada alumno tenía que responder las preguntas en su diario a medida</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Televisor</li> <li>➤ Celular</li> <li>➤ Videos</li> <li>➤ Sonido amplio</li> </ul>	En esta actividad se pueden evidenciar las diferentes formas de entender las situaciones que se ven en las que los alumnos mediante su conocimiento tratan de explicar, de la misma forma como mediante a sus conocimientos para enfrentar estas situaciones dan una

		<p>las que se debe tener o desarrollar la inteligencia emocional para superarles.</p>	<p>que iban pasan los videos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Se reflexiona frente a las diferentes situaciones que se muestran en los videos y se hace un énfasis especial en tratar de hacerse las preguntas anteriores antes de juzgar o criticar a alguien en una situación.</li> </ul>		<p>solución personal frente a estas diferentes situaciones, los alumnos se encuentran cautivados por algunos de los videos que se presentan lo que hace del taller algo muy tranquilo.</p>
<p>Taller 16 “Guion de podcast”  26/10/2023</p>	<p>Manejo de la frustración, control de las emociones, reconocimiento de emociones, empatía,</p>	<p>1. Plasmar de forma escrita la reflexión de los diferentes temas mediante un guion para realizar un podcast para presentar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Se explica tabla de guion para el desarrollo del podcast, se responden preguntas sobre la forma en la que se debe diligenciar el formato.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Formato de guion.</li> <li>➤ Esferos.</li> </ul>	<p>En esta actividad se escuchan las diferentes reflexiones de los</p>

	<p>resolución de adecuada de conflictos y representación de la tristeza.</p>	<p>2. Identificar los temas que los alumnos mejor entendieron y con los que más se familiarizaron.</p> <p>3. Analizar las propuestas de los alumnos para proponer una forma de presentar su planeación para el desarrollo de su podcast.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Se hace la respectiva distribución de temas, adjudicando a cada grupo uno de los temas propuestos para desarrollar el podcast.</li> <li>➤ Se organizan los grupos y se escuchan las diferentes propuestas que tienen los grupos para presentar su tema.</li> <li>➤ Se apoya y colabora en el desarrollo de cada guion pasando por cada grupo a escuchar y dar guía sobre las diferentes propuestas procurando no involucrarse ni cambiar las ideas de los alumnos, dando</li> </ul>		<p>alumnos ante el espacio y muestran las posturas que tuvieron frente al entendimiento de los temas elegidos, mostrando aquí su creatividad sin dejar de lado tratar el tema de la forma más asertiva y correcta.</p> <p>También se evidencia las diferentes relaciones interpersonales que</p>
--	--	--	--	--	--

			<p>en si un direccionamiento o mejor direccionamiento de la propuesta.</p>		<p>los alumnos tienen entre ellos y como las manifiestan en grupo de trabajo para lograr un objetivo mediando sus diferentes aportes.</p>
<p>Taller 17 “Ejecución de los podcasts”  03/10/11</p>	<p>Manejo de la frustración, control de las emociones, reconocimiento de emociones, empatía, resolución de adecuada de</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Observar la forma en la que los alumnos ejecutan sus diferentes productos.</li> <li>2. Escuchar el tipo de podcast que elaboro cada grupo frente al tema elegido.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Se dirigen por grupo a la sala de comunicaciones para realizar la grabación del podcast.</li> <li>➤ Cada grupo tiene la posibilidad de personalizar su podcast mediante el apoyo de</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Sala de grabación</li> <li>➤ USB</li> <li>➤ Guion</li> <li>➤ Computadores</li> <li>➤ Audífonos.</li> </ul>	<p>En esta actividad se evidencian los resultados de los alumnos en el espacio de aprendizaje, donde,</p>

	<p>conflictos y representación de la tristeza, convivencia e integración en grupo.</p>	<p>3. Observar cómo se sienten los alumnos a la hora de desarrollar una actividad que no están acostumbrados hacer.</p> <p>4. Evidenciar en los productos de los alumnos los resultados del proceso realizado durante las diferentes sesiones.</p>	<p>edición del docente.</p> <p>➤ Se hace una reflexión final de las diferentes sensaciones de los alumnos a la hora de ir a grabar el podcast.</p>		<p>emocionados por hacer otra actividad en otro espacio, el apoyo de los docentes y la privacidad por grupo les ayudo a sentirse de forma más cómoda y segura al grabar los podcasts.</p>
--	--	--	--	--	---

Anexo 2: Formato de consentimiento informado utilizado para la investigación.

**Vicerrectoría de Gestión Universitaria  
Subdirección de Gestión de Proyectos – Centro de Investigaciones CIUP  
Comité de Ética en la Investigación**

En el marco de la Constitución Política Nacional de Colombia, la Ley 1098 de 2006 – Código de la Infancia y la Adolescencia, la Resolución 0546 de 2015 de la Universidad Pedagógica Nacional y demás normatividad aplicable vigente, considerando las características de la investigación, se requiere que usted lea detenidamente y si está de acuerdo con su contenido, exprese su consentimiento firmando el siguiente documento:

**PARTE UNO: INFORMACIÓN GENERAL DEL PROYECTO**

<b>Facultad, Departamento o Unidad Académica</b>	<b>Educación física</b>
<b>Título del proyecto de investigación</b>	<b>Recreación como estrategia para el desarrollo de la Inteligencia Emocional.</b>
<b>Descripción breve y clara de la investigación</b>	<b>Este proyecto busca realizar diferentes actividades recreativas con las que el alumno pueda reconocer y aplicar la IE en su vida.</b>
<b>Descripción de los posibles riesgos de participar en la investigación</b>	<b>Ninguno.</b>

<b>Descripción de los posibles beneficios de participar en la investigación.</b>	<b>Desarrollo de la IE.</b>  <b>Participación en entornos recreo-educativos.</b>  <b>Reconocimiento de emociones.</b>  <b>Manejo y uso adecuado de las emociones.</b>		
<b>Datos generales del investigador principal</b>	<b>Nombre(s) y Apellido(s) : KAREN VARGAS ACUÑA</b>		
	<b>N° de Identificación:</b>  <b>1000464182</b>	<b>Teléfono:</b>	<b>3197718433</b>
	<b>Correo electrónico: kavargasa@upn.edu.co</b>		
	<b>Dirección: Trans 88 #72 B 44 SUR</b>		

**PARTE DOS: CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Yo \_\_\_\_\_ mayor de edad, identificado con Cédula de Ciudadanía N° \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_, con domicilio en la ciudad de \_\_\_\_\_ Dirección: \_\_\_\_\_ Teléfono y N° de celular: \_\_\_\_\_ Correo electrónico: \_\_\_\_\_

Como adulto responsable del niño(s) y/o adolescente (s) con:

Nombre(s) y Apellidos:

Tipo de Identificación

N°

\_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Autorizo expresamente su participación en este proyecto y

**Declaro que:**

1. He sido invitado(a) a participar en el estudio o investigación de manera voluntaria.
2. He leído y entendido este formato de consentimiento informado o el mismo se me ha leído y explicado.

3. Todas mis preguntas han sido contestadas claramente y he tenido el tiempo suficiente para pensar acerca de mi decisión de participar.
4. He sido informado y conozco de forma detallada los posibles riesgos y beneficios derivados de mi participación en el proyecto.
5. No tengo ninguna duda sobre mi participación, por lo que estoy de acuerdo en hacer parte de esta investigación.
6. Puedo dejar de participar en cualquier momento sin que esto tenga consecuencias.
7. Conozco el mecanismo mediante el cual los investigadores garantizan la custodia y confidencialidad de mis datos, los cuales no serán publicados ni revelados a menos que autorice por escrito lo contrario.
8. Autorizo expresamente a los investigadores para que utilicen la información y las grabaciones de audio, video o imágenes que se generen en el marco del proyecto.
9. Sobre esta investigación me asisten los derechos de acceso, rectificación y oposición que podré ejercer mediante solicitud ante el investigador responsable, en la dirección de contacto que figura en este documento.

Como adulto responsable del menor o adolescente autorizo expresamente a la Universidad Pedagógica Nacional utilizar sus datos y las grabaciones de audio, video o imágenes que se generen, que reconozco haber conocido previamente a su publicación en: \_\_\_\_\_

En constancia, el presente documento ha sido leído y entendido por mí, en su integridad de manera libre y espontánea. Firma el adulto responsable del niño o adolescente,

\_\_\_\_\_

Nombre del adulto responsable del niño o adolescente: \_\_\_\_\_

Nº Identificación: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Firma del Testigo:

\_\_\_\_\_

Nombre del testigo: \_\_\_\_\_

Nº de identificación: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

**Declaración del Investigador:** Yo certifico que le he explicado al adulto responsable del niño o adolescente la naturaleza y el objeto de la presente investigación y los posibles riesgos y beneficios que puedan surgir de la misma. Adicionalmente, le he absuelto ampliamente las dudas que ha planteado y le he explicado con precisión el contenido del presente formato de consentimiento informado. Dejo constancia que en todo momento el respeto de los derechos el menor o el adolescente será prioridad y se acogerá con celo lo establecido en el Código de la Infancia y la Adolescencia, especialmente en relación con las responsabilidades de los medios de comunicación, indicadas en el Artículo 47.

En constancia firma el investigador responsable del proyecto,

\_\_\_\_\_

Nombre del Investigador responsable: \_\_\_\_\_

Nº Identificación: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

