

UNIVERSIDAD SIGLO 21



TRABAJO FINAL DE GRADO

Plan de Intervención
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN
Gobiernos Educativos y Planeamiento:

“La educación emocional: estrategia pedagógica para fortalecer vínculos en la convivencia escolar”.

Autora: Marisa Andrea Laban.

Legajo: VEDU11716.

Tutora: Debora Brocca.

Río Turbio-Santa Cruz
Julio-2020

Índice

Resumen	4
Palabras claves	4
Introducción	5
PRESENTACIÓN DE LA LÍNEA TEMÁTICA	7
SÍNTESIS DE LA INSTITUCIÓN SELECCIONADA	9
Datos generales de la institución educativa	9
Historia institucional.....	10
Misión.....	12
Visión.....	12
Valores.....	13
DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA/NECESIDAD	13
OBJETIVOS	16
Objetivo general	16
Objetivos específicos.....	16
JUSTIFICACIÓN	16
MARCO TEÓRICO	18
PLAN DE TRABAJO	23
Actividades	25
ETAPA I.....	25
ETAPA II.....	29
ETAPA III	33
Cronograma	39
Recursos y presupuestos.....	39
Evaluación	40

RESULTADOS ESPERADOS	42
Conclusión	43
Referencias	46
Anexos.....	49

Resumen

Diferentes investigaciones revelan cómo en los últimos años la educación pasó a ser un ámbito propicio para incorporar la educacional emocional como complemento al desarrollo del potencial cognitivo de alumnos y alumnas. En la actualidad existen proyectos, propuestas y estrategias encaminados a favorecer la resolución de conflictos y dificultades mediante el conocimiento, gestión, dominio y regulación de las emociones propias y del otro. Es posible poner en práctica recursos capaces de modificar sentimientos, actitudes y acciones en las relaciones interpersonales, importantes para la formación integral de las y los estudiantes. En esta intervención se propone un conjunto de actividades lúdicas, desde el área de educación física, guiadas por profesionales expertos que ofrecen una oportunidad para mejorar la convivencia escolar y prevenir posibles situaciones de violencia, reduciendo conductas antisociales y agresivas que permitan fortalecer vínculos, favorecer la autorregulación y empatía en alumnos y alumnas. La propuesta busca trabajar directamente en el contexto cotidiano, con un seguimiento a través de observaciones y registros que posibiliten el análisis y recogida de información, permitan conocer el nivel de satisfacción de los participantes y la eficacia, eficiencia y grado de consecución de los objetivos propuestos.

Palabras Claves: convivencia escolar- educación emocional- emociones.

Introducción

En el siguiente Trabajo Final de Graduación de la Licenciatura en Educación de la Universidad Siglo 21 se presenta un Plan de Intervención (PI) que se enmarca dentro de los "Gobiernos Educativos y Planeamiento" y tiene como título: *“La educación emocional: estrategia pedagógica para fortalecer vínculos en la convivencia escolar”*. Surge en respuesta a la necesidad de incorporar la gestión de las emociones a las normas de convivencia tradicionales que ya existen en la institución escolar. La intervención se propone luego de analizar minuciosamente las diferentes fuentes de información brindadas por los directivos y personal del establecimiento e identificar que necesita un plan concreto dentro de su currícula que apunte a la formación integral de alumnos y alumnas. Se identificó que lo único que hay en materia de convivencia son una serie de normas y suspensiones, amonestaciones y la imposibilidad de ingresar el año siguiente a la entidad ante la trasgresión de alguna de ellas.

Con la implementación del plan propuesto se pretende que las y los estudiantes de 5^{to} grado, ciclo lectivo 2020 del Instituto Santa Ana, logren fortalecer vínculos, mejorar la convivencia escolar, prevenir situaciones de violencia y favorecer la autorregulación, empatía y resolución de conflictos que puedan emerger en su contexto cotidiano, en el periodo de un trimestre.

La convivencia escolar es una preocupación constante en toda comunidad educativa. Prevenir situaciones de violencia escolar, trabajar en las resoluciones de conflictos y formar ciudadanos con valores es el fin último que persigue toda entidad escolar. La misión es, desde la educación, tender hacia una formación integral y permanente de ciudadanos y ciudadanas que, en sus acciones diarias, reflejen valores

fundantes de toda persona tales como la comprensión, bondad, cooperación, responsabilidad, sinceridad, amor, gratitud, humildad, perdón, empatía, entre otros.

Este Plan de Intervención se desarrollará en el área de Educación Física de manera alternada cada 15 días con el fin de lograr mejores resultados y posibilitar un mayor seguimiento de los objetivos propuestos mediante la implementación de diferentes actividades, divididas en tres etapas y acompañadas por profesionales. Es necesario resaltar que su cumplimiento permitirá a las y los estudiantes aplicarlo en cualquier contexto en el que se desenvuelvan.

Esta intervención fue realizada durante el cursado del Seminario Final de la Licenciatura en Educación, en el transcurso de un cuatrimestre (marzo- julio 2020) en la Localidad de Río Turbio, Provincia de Santa Cruz Argentina.

PRESENTACIÓN DE LA LÍNEA TEMÁTICA

El presente plan de intervención se enmarca dentro *Gobiernos Educativos y Planeamiento*: una herramienta de gobierno que se construye sobre un marco de referencias que aporta un proyecto político educativo emisor de diferentes legislaciones. En la actualidad, como ejemplo de estas leyes, se encuentran la Ley de Educación Nacional (LEN) 26.206 y sus especificidades respecto de las políticas de igualdad, las leyes provinciales y regulaciones que definen el proyecto político local, entre otras. Todas ellas son recursos para la toma de decisiones y para la acción, apuntan a impulsar cambios para mejorar la educación tanto en el nivel del sistema educativo como institucional.

Al hablar de gobiernos educativos, planeamiento y legislaciones destinadas a potenciar una mejor educación, es importante incluir en este marco a los *Acuerdos de Convivencia Escolar*: “[...] un documento legal con aval ministerial que brinda efectividad en materia de superación de conflictos y violencia, enmarcados dentro de una convivencia en que se valoren las diferencias y la solidaridad.” (Marinconz, V y Pacheco, M. 2017, p. 134).

Teniendo en cuenta la línea temática y la importancia de los Acuerdos de Convivencia Escolar que dan respuesta a una necesidad de las entidades educativas, este plan de intervención será una propuesta destinada al Instituto Santa Ana de Córdoba, provincia que expone su acuerdo en la Resolución 149/10 del Ministerio de Educación y en la Resolución N° 93/09 del Consejo Federal de Educación. A nivel provincial:

Se ha venido enfocando la mirada, sistemáticamente, sobre la problemática de la convivencia en las escuelas. Ella atañe a cuestiones centrales tales como el incremento de la violencia en situaciones

cotidianas, el aumento de la conflictividad en la trama de relaciones intra e interinstitucionales, el debilitamiento de la función de autoridad y la creciente fragilidad de los sistemas normativos. (Programa Convivencia Escolar del Ministerio de Ed. de la Provincia de Córdoba, 2012, p. 21).

El Instituto Santa Ana posee un Acuerdo de Convivencia Escolar avalado por el Programa “Convivencia Escolar” del Ministerio de Educación de la provincia de Córdoba que apunta a la formación integral de estudiantes mediante el trabajo cotidiano, a través de proyectos específicos. Si bien este acuerdo resalta que: “Es importante destacar que no es lo mismo un Reglamento de Disciplina que un Acuerdo Escolar de Convivencia” (UES 21. Instituto Santa Ana: Acuerdos escolares de Convivencia p.2), que propone educar en valores como el respeto, la solidaridad, la ayuda al prójimo y el diálogo como medio de resolución del conflicto, en su Proyecto Educativo Institucional (PEI) expone que:

Ante la trasgresión de un norma, problemas de conductas, agresiones verbales o físicas y luego del dialogo, serán severamente sancionados a través del libro de disciplina, amonestaciones y sanciones, que pueden llegar incluso a la reconsideración respecto a la reinscripción del alumno. (UES 21. Instituto Santa Ana: PEI, p.p.11-13).

Por otro lado, dentro de los Gobiernos Educativos y Planeamiento en los últimos años comenzó a emerger *la educación emocional* entendida como:

Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como elemento indispensable del desarrollo cognitivo, construyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la persona integral [...]. Se propone el desarrollo de conocimientos y

habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social” (Bisquerra, 2004, p. 243).

Siguiendo la línea anterior, convivencia escolar y educación emocional se relacionan ya que ambas se consideran una:

Habilidad centrada en la autorregulación de las sensaciones y los sentimientos en relación con el razonamiento; en vista de que consiste en aprender a canalizar las propias reacciones psicofisiológicas que producen alteraciones en los estados de ánimo, a favor de formas más inteligentes de pensar y actuar frente a conflictos de la vida cotidiana. (Greenberg, Rice y Elliot, Robert, 1996, p. 96).

Según lo expuesto, podemos afirmar que la convivencia escolar es una tarea necesaria, posible, compleja, enseñable y aprendible que involucra a todos los actores del sistema educativo. Es un reto y una alternativa para los profesores que acuden a las capacidades emocionales para guiar con éxito y lograr no solo resultados académicos sino convivenciales desde una alfabetización emocional que posibilite a alumnas y alumnos el desarrollo de mencionadas habilidades y capacidades pero sobre todo los prepare para afrontar y actuar ante los desafíos que se presenten en la vida cotidiana.

SÍNTESIS DE LA INSTITUCIÓN SELECCIONADA

• **Datos generales de la institución educativa:**

Nombre de la escuela: Instituto Santa Ana.

Sector: privado-laico. (Mixto).

Dirección postal: Ricardo Rojas 7253.

Código postal: 5147.

Barrio: Argüello.

Localidad: Córdoba.

Departamento: Córdoba.

Provincia: Córdoba.

País: Argentina.

Teléfono: 03543 42-0449.

E-mail: info@institutosantaana.edu.ar.

E-mail del director general: bergelrd@yahoo.com.ar.

Facebook: https://www.facebook.com/SantaAnaInstituto/?_rdc=1

&_rdr (UES 21. Instituto Santa Ana: pp. 6-8).

• **Historia institucional:**

El Instituto Santa Ana es un colegio mixto y laico, de gestión privada, bilingüe (castellano-inglés), de doble escolaridad obligatoria a partir de la sala de 5 años, que funciona en la localidad de Córdoba, en un edificio propio donde asisten 407 alumnos y 72 docentes distribuidos en dos turnos, mañana y tarde, con dos orientaciones: Humanidades y Ciencias Sociales.

Su historia comienza en el año 1979, en una ciudad donde existían dos colegios: solo uno de educación bilingüe inglés-español y uno español-francés, que satisfacían las necesidades de una educación abierta al mundo. En consecuencia, por acción e iniciativa privada, surge la idea de crear el instituto. Las familias fundadoras anhelaban una formación bilingüe castellano-inglés para sus hijos y así lograron concretar la idea de la fundación de una escuela con nivel inicial, primer y segundo grado en el año 1980.

El instituto comenzó a funcionar en 1980 en una casona amplia, con un gran espacio verde. En el edificio se distribuyeron las aulas y dependencias administrativas con sala de jardín de infantes, primero y segundo grado, con un total de 52 alumnos. La modalidad siempre fue de doble escolaridad, con el dictado de los contenidos de castellano por la mañana e inglés por la tarde. Posteriormente se construyó el edificio principal, se adaptó la casona a oficinas y se adosaron nuevas zonas para el comedor y la sala de computación.

Los fundadores respondían a las características de personas con idearios muy marcados en lograr que la libertad y la creatividad marquen el rumbo del aprendizaje y la formación integral de la persona. En sus comienzos se constituyó como una sociedad anónima compuesta por tres inversores: el encargado del aspecto pedagógico y dos responsables de la administración. Con el tiempo, los inversores comenzaron a irse (quien se encargaba de lo pedagógico entre 1985 y 1986), de modo tal que hacia el año 2008 solo quedaba uno de los fundadores.

En 1982 la escuela recibió la resolución de la adscripción a la enseñanza oficial. En ese mismo año se construyó el Proyecto Educativo Institucional (PEI), que se traza alrededor de la enseñanza bilingüe de doble escolaridad, atendiendo particularmente a una educación personalizada, con base en el constructivismo y en estrecha relación con los valores humanos con postulados fundacionales humanísticos.

En 1984 se incorporó un director para el nivel secundario y se inauguró el edificio para la educación primaria, donde actualmente se encuentran las aulas para primaria y secundaria. Luego, se incorporó un director de nivel inicial y en el año 2017 se refuncionalizó la infraestructura de la entidad y se incorporó una segunda división en sala de 3 años. (UES 21. Instituto Santa Ana: pp. 26-28).

- **Misión:**

El Instituto Santa Ana fue creado con el objetivo de brindar una educación bilingüe que cubriera las expectativas de numerosas familias que, como las fundadoras, solicitaban una educación con esas características.

La radicación en el predio donde hoy se encuentra la institución residió en la necesidad de un amplio espacio verde que permitiera desarrollar actividades en contacto con la naturaleza, atendiendo al concepto de ecología, que ya se vislumbraba la necesidad de reflexión sobre la relación del hombre con la naturaleza sin dejar de enfatizar en que los alumnos logren un amplio dominio del inglés. (UES 21. Instituto Santa Ana: pp. 26-27).

- **Visión:**

Es una escuela que considera a cada alumno como un ser único, con una historia y un contexto que se conoce y con un proyecto de vida que se descubre y se potencia. Es una institución que desarrolla la autoestima y la empatía en sus alumnos para colocarlos en su rol de actores y lectores críticos de la realidad que los rodea.

La entidad educativa manifiesta que trabaja para la excelencia académica, se forman personas intelectualmente activas, autónomas, curiosas e interesadas por el conocimiento. Los alumnos son grandes observadores, experimentan, ensayan, argumentan y aceptan equivocarse para conseguir mejores niveles de producción, reflexión, sensibilidad y objetividad en la lectura del hacer y sentir de sí mismos y de los otros. Además, brinda una enseñanza personalizada, construida desde un trabajo en equipo interdisciplinario y articulado con el nivel primario, priorizando el crecimiento de cada alumno y estimulando sus capacidades individuales. Intenta abrir caminos a múltiples experiencias y crear escenarios diferentes que promuevan los distintos

aprendizajes y el pensamiento crítico de los alumnos. (UES 21. Instituto Santa Ana: pp. 34-35).

• **Valores:**

Se aspira a una educación bilingüe, en un ámbito en donde se dé especial énfasis a valores esenciales del hombre: la libertad, la solidaridad, el respeto, la honestidad y la individualidad, donde el niño y su familia encuentren la posibilidad de fortalecer su autoestima, prepararse para la apertura a la sociedad y donde la convivencia escolar tenga su base en el conocimiento de las normas que la regulan, el diálogo para lograr internalizarlas y el respeto de los límites para quienes las vulneran. (UES 21. Instituto Santa Ana: pp.27-34).

DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA/NECESIDAD

Entre los años 1990 y 2000, el Instituto Santa Ana pasó por momentos que denominaron “críticos”. Fue una época donde se vio afectada la imagen y el prestigio de la institución y surgieron ideas como que “el secundario era fácil” y que “en los alumnos había muchos problemas de conducta” lo que provocó un descenso de la matrícula (UES21.Instituto Santa Ana: pp.31-32).

Para revertir la situación “se generó un plan de trabajo con el foco en la redefinición de la modalidad pedagógica, el perfil de alumno, la familia y los docentes” (UES 21. Instituto Santa Ana: p.32). Si bien en la lectura de la documentación y en las entrevistas a directores del instituto no se visualiza este plan de trabajo, se puede deducir que el momento crítico quedó en el pasado ya que aumentó la matrícula y el número de divisiones, y se amplió la infraestructura del lugar.

En la documentación se hace hincapié en ideas como: “Somos una escuela que desarrolla la autoestima y la empatía en sus alumnos para colocarlos en su rol de actores

y lectores críticos de la realidad que los rodea.” (UES 21. Instituto Santa Ana: p.129). Aunque en los diferentes niveles se tiene en cuenta el espacio curricular identidad y convivencia, ellos apuntan al respeto de los derechos de niños y niñas, de los animales y al fortalecimiento de las relaciones entre pares. Se visualiza que en la práctica el instituto desarrolla proyectos más orientados a lograr objetivos conceptuales que actitudinales o de formación integral del sujeto.

Se observa que en el segundo ciclo de la educación primaria existen escasos proyectos que apunten a trabajar las normas de convivencia, los valores, los buenos tratos, los problemas de conductas y la gestión emocional para tomar mejores decisiones, reducir el estrés, la ansiedad y la depresión, favorecer las relaciones interpersonales y la empatía y mejorar el conocimiento de uno mismo, el rendimiento académico y convivencial, el desarrollo personal, la capacidad de influencia y liderazgo, el bienestar psicológico, el aumento de la motivación y el control de las emociones.

Al partir de los hechos mencionados en los párrafos anteriores, se determinó que el Instituto Santa Ana *necesita* un Plan de Intervención concreto dentro de su currícula que apunte a la formación integral de alumnos y alumnas, ya que lo único que hay en materia de convivencia son proyectos orientados al cuidado del medio ambiente, los animales o al desarrollo de contenidos conceptuales. Al delimitar el problema/necesidad, surgen preguntas como: ¿Es siempre efectivo tratar problemas de conducta con suspensiones, amonestaciones o la imposibilidad de ingresar el año siguiente a la entidad? ¿Qué formas de abordaje de problemas se pueden poner en práctica, además de las citaciones familiares? ¿Cuál es el trabajo pedagógico diario que se debe llevar a cabo para evitar los problemas de convivencia escolar? Hablar de empatía, formación integral, solidaridad, cooperación, respeto es fundamental en los

contextos actuales pero se requiere de trabajo diario y de proyectos específicos para lograrlo.

Este Plan de Intervención plantea trabajar la gestión de las emociones para fortalecer vínculos, abordar la convivencia escolar y prevenir posibles problemas de conductas en el contexto cotidiano, teniendo en cuenta que la institución educativa se propuso desarrollar el Plan de Mejora Institucional (PMI) que considera como meta “El ejercicio de la palabra como instrumento por excelencia para regular la convivencia escolar” (UES 21. Instituto Santa Ana: p.128) y como oportunidad: “la libertad para desarrollar propuestas” (UES 21. Instituto Santa Ana: p.131).

El desafío radica en implementar, desde la dimensión pedagógica, una propuesta educativa real, transversal y articulada que tenga como eje central al sujeto, que disminuya la brecha entre el primer y segundo ciclo y evite momentos críticos como los ocurridos entre los años 1990 y 2000 que implicó más de 15 años de trabajo para cambiar el imaginario de la institución según la entrevista brindada por los directivos.

Implementar proyectos de esta índole también ayudaría a reducir las amenazas reales que se puntualizan desde la institución escolar. En este caso se trata de la “revalorización de la escuela pública como oferta de calidad educativa” e “instalación en las proximidades de una escuela bilingüe subsidiada por el Estado...” (UES 21. Instituto Santa Ana: pp. 130-131). De esta manera, se podrá seguir ofreciendo excelencia académica y un lugar donde las relaciones interpersonales sean abiertas, basadas en el diálogo fluido, la naturalidad del conocer, sentir y actuar y un crecimiento sustentado en la seguridad, autoestima y respeto como bases de la convivencia escolar armónica.

OBJETIVOS

• Objetivo general:

◦ Diseñar una propuesta de trabajo para incluir la educación emocional en el área de educación física, con el propósito de fortalecer vínculos, mejorar la convivencia escolar, prevenir situaciones de violencia y favorecer la autorregulación, empatía y resolución de conflictos en las y los estudiantes de 5^{to} grado, ciclo lectivo 2020 del Instituto Santa Ana.

• Objetivos específicos:

◦ Promover el conocimiento y autocontrol de las emociones en las y los estudiantes de 5^{to}. grado del Instituto Santa Ana desde el área de Educación Física.

◦ Reconocer, mediante el juego, las propias emociones y las emociones de los demás, atendiendo la dimensión emocional a través de la acción motriz (cuerpo-movimiento-emoción).

◦ Desarrollar habilidades para regular las propias emociones, automotivarse y generar emociones positivas que aporten a la formación integral de estudiantes de 5to. grado del Instituto Santa Ana.

◦ Generar actividades lúdicas que posibiliten el autocontrol, la identificación y expresión emocional, asertividad, autoestima, empatía y comunicación entre los miembros de la clase.

JUSTIFICACIÓN

En la actualidad, el sistema educativo se ha vuelto más consciente de que la educación tiene el compromiso de posibilitar que niñas y niños fortalezcan sus capacidades y adquieran competencias y habilidades que los preparen para la vida, reconociéndolos como sujetos plenos de derechos. En el mismo sentido, se insiste que

desde el ámbito institucional se debe propiciar las condiciones necesarias para un desarrollo integral de la infancia en todas sus dimensiones y brindar una formación que permita asumir los valores de libertad, paz, solidaridad, igualdad, respeto a la diversidad, justicia, responsabilidad, entre otros.

El Instituto Santa Ana cuenta con un Acuerdo de Convivencia Escolar enmarcado en la Ley Nacional de Educación 26.206 y acuerdos provinciales que retoman lo dicho anteriormente dejando abierta la posibilidad de implementar alternativas que no solo promuevan mencionados valores sino que contribuyan a lidiar con las amenazas vigentes, evitar situaciones que desprestigien la imagen del instituto pero sobre todo atiendan los escenarios actuales de convivencia escolar donde las sanciones, amonestaciones e imposibilidad de reinscripción no resultan ser la mejor opción sino una vulneración los derechos de las y los alumnos.

Por ello, el contexto actual requiere del desarrollo de planes de intervención con acciones y medidas concretas que apunten, no solo a cumplir con el currículum y las normas de disciplinas en la institución escolar, sino a prevenir las situaciones diarias con las que se puede encontrar un grupo o clase tales como: dificultades de autocontrol y para la identificación de los sentimientos y emociones, ausencia de empatía y afecto, falta de habilidades y de interacción, desmotivación, desinterés por el trabajo académico, agresiones verbales y físicas, situaciones de violencias, intolerancia, frustraciones, etc. Todas estas circunstancias tienen una gran repercusión negativa en el proceso educativo, los resultados obtenidos y la vida y formación de esas niñas y niños.

Por lo expuesto, se hace imprescindible el diseño e implementación de un plan de intervención que posibilite al Instituto Santa Ana seguir ofreciendo una educación de excelencia que también promueva competencias sociales y emocionales en el contexto

escolar. Estas acciones contribuirán a la mejora de la expresión emocional, las habilidades sociales, las relaciones interpersonales, el bienestar personal de los integrantes de la comunidad escolar así como también al aumento de la autoestima, la motivación y la empatía al momento de la toma de decisiones.

Contemplar la dimensión emocional desde cualquier área en las escuelas es una oportunidad para ofrecer educación de calidad y abordar la convivencia escolar de una forma diferente, teniendo en cuenta lo expresado por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura: “Lo que no funciona en materia de convivencia escolar son las políticas de tolerancia cero que buscan “extirpar” el problema o la violencia escolar” (UNESCO 2008, p, 5), más bien debemos buscar: “Regresar la convivencia escolar a la pedagogía y al aula, generar formas y sistemas de apoyo (y no castigo) en las escuelas e incorporar nuevas perspectivas para la convivencia en las escuelas” (UNESCO 2008,p. 10).

En síntesis, es importante “diseñar proyectos de educación emocional que apunten al desarrollo integral del niño que aprende nociones y conceptualizaciones, pero también sentimientos y emociones siendo capaz de expresar, entender, sentir y compartir...” (UNESCO 2008, p. 29) es una alternativa útil y eficaz de abordar el nivel intelectual, físico, emocional y social de los sujetos y dar una respuesta pertinente a las realidades educativas actuales.

MARCO TEÓRICO

La convivencia es asumida en dos sentidos:

Como un hecho ideal en las relaciones sociales, expresada en la unidad y la armonía entre los individuos, como un fin último; y como una construcción colectiva que posibilita la vida en sociedad, pues constituye

un medio para el proceso de humanización y formación integral del individuo (Uribe,2003, p.38).

Esta requiere no solamente de convicción, buenas razones y voluntad sino también de condiciones sociales e institucionales mínimas. Al respecto, el especialista en programas de revisión emocional, Voli Franco, indica a que la convivencia consiste en:

Vivir consigo mismo y con los demás, en un ambiente de aceptación, respeto mutuo, aprendizaje los unos de los otros, comprensión, empatía y cariño compartidos. El punto de partida para aprender a convivir es aceptarse a sí mismo y a los demás en cuanto a personas (Voli, F 2004, p. 39).

Por otro lado, existen autores como Rafael Bisuqerra que entiende a la educación emocional como:

Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como elemento indispensable del desarrollo cognitivo, construyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la persona integral [...]. Se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social (Bisquerra, 2004, p, 243).

En consecuencia, educación emocional y convivencia escolar se asemejan a las capacidades emocionales contempladas en la alfabetización emocional expuestas por Goleman como: “autoconocimiento emocional, el manejo de las emociones y el

aprovechamiento productivo de las emociones”. (Goleman 2008, p. 304). Dicho de otro modo, consiste en la práctica de estrategias de regulación emocional que modifican sentimientos, actitudes y acciones propias y del otro.

El interés por la educación en relación con la inteligencia emocional ha aumentado en los últimos años, tanto en el ámbito científico, político, educativo como en la población general, especialmente a raíz de la publicación del libro de Daniel Goleman titulado *Inteligencia Emocional* en el año 1995. Anteriormente, las emociones estaban exceptuadas de las investigaciones en los distintos campos, no se ponía el énfasis en la importancia de las mismas y en su relación con la educación para mejorar problemas convivenciales o académicos. Poco se conocían las emociones propias y de los demás, la importancia de identificarlas y regularlas. Esto ocasionó algunas de las problemáticas actuales como el desinterés por establecer vínculos, los problemas de socialización y, en definitiva, de desarrollo personal y social.

Ante estas y otras tantas problemáticas vigentes en la realidad educativa, Bisquerra plantea una nueva “educación para la felicidad”, basada en conocimientos científicos que permitan desde los primeros años atender estas eventualidades e instaurar una verdadera innovación educativa.

Según investigaciones actuales de diferentes autores, la educación emocional supondrá una verdadera revolución educativa en los próximos años. Entonces: *¿por qué implementar la educación emocional para mejorar los problemas convivenciales y favorecer al desarrollo integral de las y los estudiantes?* La respuesta es: una de las finalidades de la educación es el desarrollo integral de la persona en todos sus ámbitos. Son numerosos los autores que confirman la necesidad de incluir la educación emocional en la práctica educativa (Darder, Izquierdo o Bisquerra, por ejemplo, en el

contexto español). Aunque el proceso de concienciación sobre la necesidad de esta integración es lento, en los últimos años y en la actualidad se le está dando el reconocimiento que se merece. Uno de los acontecimientos que le dio impulso fue el Congreso Estatal de Educación Emocional (Barcelona, 2000), donde se planteó que muchos de los comportamientos disruptivos de los alumnos tienen su origen en problemas emocionales. Es por ello que conducir a los niños y niñas para que aprendan a gestionar la propia vida emocional es un factor decisivo para la socialización. (Abarca, 2003, p.108).

Según lo expuesto, el propósito de la educación emocional debe ser el desarrollo de competencias y habilidades emocionales y su finalidad es la optimización y armonización del bienestar personal y social. Aquí, las competencias emocionales hacen referencia a un conjunto de conocimientos, habilidades, actitudes, procedimientos y comportamientos que permiten comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales y un mejor conocimiento de nosotros y de los demás, que se traducen en una mejor comprensión y control de las emociones negativas definidas ampliamente por los psicólogos Bisquerra y Goleman.

Las emociones negativas como: ira, miedo, ansiedad, tristeza, vergüenza, entre otras no son malas en sí, son básicas y todos los seres humanos las sienten. Son sensaciones innatas que toda persona experimenta y comienza a sentir a los pocos meses de vida. El desafío radica en trabajarlas desde temprana edad, conocerlas, aceptarlas y aprender a gestionarlas. Su presencia significa que se necesita cambiar o prestar atención a algo.

Siguiendo esta línea temática *¿por qué trabajar desde Educación Física?* El psicólogo Rolando Toro, creador del término “Inteligencia Afectiva”, afirma que

“mediante la integración del movimiento, el juego y diversos ejercicios en grupos podemos llegar a percibir nuestras emociones, aceptarlas y gestionarlas de forma efectiva”. (Toro, R 2007, p.13). En este sentido, la licenciada Ruano habla de que: “el cuerpo tiene una dimensión física, mental y emocional que siempre van de la mano y nunca deben contemplarse por separado, explicando de esta forma cómo cuerpo, movimiento y emoción están estrechamente relacionados”. (Ruano, 2004, p.92).

En consecuencia, la clase de Educación Física es un lugar adecuado para abordar las relaciones convivenciales desde el plano emocional y lograr autorregular las emociones negativas nombradas anteriormente. Lo primordial radica en que estas clases son un espacio significativo para aprender a trabajar e implementar, desde el juego, lo que autores como Bisquerra y Goleman denominan “emociones positivas”: aceptación, afecto, agradecimiento, alegría, amor, bienestar, diversión, felicidad, humor, motivación entre otras.

Estas emociones positivas permiten a las personas sentirse mejor por la sensación agradable o de satisfacción que provocan y si se trabajan desde temprana edad y durante toda la escolaridad tendrían un papel fundamental en el crecimiento y desarrollo personal y en los estados mentales y comportamientos que preparan a las personas para tiempos difíciles.

Partiendo de las conceptualizaciones anteriores y de la delimitación de emociones negativas y positivas que experimenta el ser humano, este Plan de Intervención se desarrollará teniendo en cuenta el modelo para educar en emociones propuesto por Daniel Goleman, quien afirma que desde la inteligencia emocional se debe buscar desarrollar la capacidad de interactuar con el mundo de forma aceptable y adecuada.

Para que ello sea posible, todo individuo necesita conocer y manejar las propias emociones, motivarse a sí mismo, reconocer las emociones de los demás y establecer relaciones con el fin de desarrollar características básicas y propias de la persona que le permitan: tener suficiente grado de autoestima, motivación, ilusión e interés; ser personas positivas y empáticas, reconocer los propios sentimientos, ser capaces de expresar las emociones positivas y controlar las negativas y poseer espíritu de superación ante las dificultades y frustraciones.

En el contexto actual, una persona que se conoce a sí misma, puede regular sus emociones y sentir empatía por otros sujetos, posiblemente sea alguien que tome mejores decisiones. Si se tiene en cuenta la situación actual que atravesamos a nivel mundial, con la aparición del COVID-19 que obligó a la humanidad a permanecer en un contexto hostil, de encierro y aislamiento social, resulta fundamental desarrollar una formación basada en conocimientos y competencias emocionales que permita a las y los estudiantes afrontar el día a día con éxito y sobrellevar de la mejor manera posible las situaciones que derivan del contexto. Es importante que puedan lograrlo desde todas las esferas de su vida (personal, social, familiar, académico) para aumentar su bienestar y mejorar sus relaciones interpersonales dentro y fuera del hogar.

PLAN DE TRABAJO

El Plan de Intervención tendrá una duración de tres meses, se desarrollará en el área de Educación Física respetando la curricula establecida: dos clases semanales de cuarenta minutos. Las actividades serán grupales, estarán coordinadas por la Licenciada en Educación, Marisa Andrea Laban, quien contará con el acompañamiento del profesor y auxiliar de Educación Física y el integrante del gabinete psicopedagógico del Institución Educativa.

Los destinatarios serán los alumnos y las alumnas de quinto grado del Instituto Santa Ana, quienes trabajarán, mediante el desarrollo de actividades lúdicas, el conocimiento y autocontrol de las emociones propias y las de los demás, con la finalidad de fortalecer vínculos, mejorar la convivencia escolar, prevenir situaciones de violencia, favorecer la autorregulación, empatía y resolución de conflictos u obstáculos que se puedan presentar en su contexto cotidiano.

El Plan de Intervención estará dividido en tres etapas, se desarrollará en el transcurso de un trimestre y cada etapa contará con diferentes actividades. En una semana pero en diferentes días se realizarán dos actividades de cuarenta minutos cada una, respetando la carga horaria del área de Educación Física. El intervalo entre actividades será de quince días con excepción de la actividad nueve que se formalizará una semana después de la actividad siete y ocho. Las mismas tendrán lugar en el playón deportivo y en el salón de usos múltiples del establecimiento.

En la **primera etapa** se realizarán actividades que promuevan el conocimiento y autocontrol de las emociones de las y los alumnos del Instituto Santa Ana con la participación de la Coach en Emociones, Paula Vera, quien brindará una videoconferencia al alumnado del instituto en una de las actividades,

En la **segunda etapa** se trabajará en reconocer, mediante el juego, las propias emociones y las emociones de los demás, atendiendo la dimensión emocional a través de la acción motriz.

Finalmente, en la **tercera etapa** se llevarán a cabo actividades que posibiliten a las y los estudiantes desarrollar habilidades para regular las propias emociones, automotivarse y generar emociones positivas que favorezcan su formación integral,

posibiliten el autocontrol, la identificación y expresión emocional, asertividad, autoestima, empatía y comunicación entre los miembros de la clase.

A continuación, se describen detalladamente cada una de ellas:

Actividades:

ETAPA I:

Actividad 1A: “Presentación del Plan de Intervención”

Temporalización: 1 hora (De 09:00 a 10:00hs.)

Materiales: plan de intervención- guía con temas centrales- proyector.

Participantes: equipo directivo de todos los niveles. Coordinadora general.

Integrante del gabinete psicopedagógico. Profesor y auxiliar de Educación Física. Docentes de quinto grado.

Organización: grupal.

Objetivo: dar a conocer y compartir el plan de intervención y sus implicancias.

Esta actividad se realizará antes de comenzar a trabajar con las y los estudiantes del Instituto Santa Ana con el fin de presentar el proyecto, ajustar posibles cambios o superposiciones, acordar formas de trabajo y presentar a los directivos las metas que se pretenden alcanzar con el desarrollo del plan de intervención.

Para ello, la coordinadora utilizará un power point en el cual se observarán y proyectarán los ejes fundamentales de la propuesta para que se visualice, comprenda y se pueda contribuir en caso que creer necesario.

Actividad 1B/ Clase 1: “El tren de la calma”

Temporalización: una clase de 40 minutos.

Participantes: Coordinadora general. Integrante del gabinete psicopedagógico. Profesor y auxiliar de Educación Física. Directivos y docente de quinto grado de nivel primario.

Destinatarios: alumnos y alumnas de quinto grado del Instituto Santa Ana.

Objetivo: conocer y gestionar las propias emociones.

Materiales: audio.

Organización: grupo- clase.

Primer momento (10 minutos): se realizará una presentación sencilla del programa a las alumnas y los alumnos de quinto grado de la institución.

Segundo momento (15 minutos): al inicio, los niños y niñas realizarán junto a los profesores de educación física la entrada en calor habitual priorizando los ejercicios de relajación con el propósito de mantener una relación con la actividad consecuente. Luego, la coordinadora general y la asistente pedagógica de la institución invitarán a las y los estudiantes a realizar una actividad utilizando como estrategia el recurso mindfulness, una alternativa que ayuda a niños y niñas a tomar conciencia de sí mismos, mejorar su atención y concentración, aprender a gestionar sus emociones, desarrollar la empatía y la compasión. Para ello, se solicitará a las y los educandos que se pongan cómodos, continúen relajados, escuchen el siguiente audio: (https://www.youtube.com/watch?v=mbX1zehQt_Y) y realicen las acciones solicitadas en el mismo.

Tercer momento: (15 minutos): mediante el diálogo con las y los estudiantes, se solicitará que, de forma oral, comenten cómo se sintieron durante la realización de la actividad. Luego, realizarán la higiene correspondiente y continuarán con sus clases habituales.

Actividad 2/ Clase 2: “Conociendo mis emociones”

Temporalización: una clase de 40 minutos.

Participantes: coordinadora general. Integrante del gabinete psicopedagógico.

Profesor y auxiliar de Educación Física.

Destinatarios: alumnos de quinto grado del Instituto Santa Ana.

Materiales: proyector- tráiler de la película “Intensamente”- computadora- fichas de emociones¹, afiches- fotocopias con notas para el cuaderno de comunicación.

Organización: grupo-clase/ subgrupos mixtos.

Objetivo: explorar en el conocimiento de las emociones.

Primer momento (10 minutos): el profesor y el auxiliar de Educación Física realizarán la habitual entrada en calor mediante la realización de diferentes ejercicios en el playón de la institución. Luego, se dirigirán con el alumnado al salón de usos múltiples.

Segundo momento (20 minutos): la coordinadora le dará la bienvenida a las y los estudiantes, los invitará a sentarse donde más les guste y a visualizar el siguiente tráiler que proyectará: <https://www.youtube.com/watch?v=Yw9YVJupVjA>. Luego de observar el audiovisual, oralmente se preguntará a las y los participantes si vieron el tráiler o la película, si en algunas ocasiones le suceden situaciones similares y si pueden ejemplificar algunas de ellas. En esta clase se buscará que mediante la visualización de la película, el diálogo posterior y una actividad grupal sencilla, puedan mencionar, identificar, ejemplificar y relacionar las fichas de emociones con escenas de furia, alegría, tristeza, desagrado y temor que aparecen en el tráiler.

¹ Ver anexo N°1

Tercer momento: (10 minutos): se dividirá a la clase en grupos mixtos de cuatro o cinco integrantes, se les entregará un afiche y se les solicitará que realicen como tarea una lámina que exponga las emociones trabajadas y que mencionen ejemplos cotidianos donde se manifiestan las mismas. El trabajo será entregado en el próximo encuentro que se desarrollará dentro de quince días luego de la videoconferencia prevista. La actividad será comunicada previamente en el cuaderno de comunicaciones.

Actividad 3/ Clase 3: “Videoconferencia”

Temporalización: 1 hora (De 10:30 a 11:30hs.)

Materiales: proyector- computadora- buzón de preguntas- video con un cuento.

Participantes: coach en Emociones, Paula Vera. Equipo directivo y docente de quinto grado. Coordinadora general. Integrante del gabinete psicopedagógico. Profesor y auxiliar de Educación Física.

Destinatarios: comunidad educativa presente.

Organización: grupal.

Objetivo: identificar y clasificar las emociones positivas y negativas.

Primer momento (5 minutos): se llevará adelante en el salón de usos múltiples, desde donde se dará la bienvenida a la profesora en Educación Tecnológica y Coach en Educación Emocional, Paula Vera.

Segundo momento (25 minutos): la profesora Paula Vera compartirá con los presentes sus conocimientos sobre las emociones haciendo hincapié en las emociones positivas y negativas, explayándose en las últimas con el propósito de clarificar si son tan malas como se las presentan. Luego, mediante la ejemplificación de situaciones sencillas con diferentes alumnos y alumnas de la clase, brindará algunas estrategias

útiles que se pueden poner en práctica para autorregular las emociones negativas y gestionar las positivas.

Tercer momento (30 minutos): la asistente pedagógica acercará el buzón de preguntas realizadas por las y los alumnos previamente en el área de lengua, luego de trabajar las emociones mediante la lectura de diferentes cuentos. Seguidamente, la Coach en Educación Emocional contestará las mismas, invitando a las y los participantes a continuar representando algunas situaciones que se manifiesten en las diferentes preguntas con el fin de lograr una mejor comprensión. Finalmente, antes de invitarlos a continuar con sus clases habituales, la profesional se despedirá dejándoles un vídeo con el cuento de Anna Llenas: “El monstruo de colores.”²

ETAPA II:

Actividad 4/ Clase 4: “Vigilando las emociones de los monstruos de colores”

Temporalización: una clase de 40 minutos.

Participantes: coordinadora general. Integrante del gabinete psicopedagógico.
Profesor y auxiliar de Educación Física.

Destinatarios: alumnos y alumnas de quinto grado del Instituto Santa Ana.

Materiales: proyector- computadora- video con un cuento-tiza- tarjetas de emociones negativas.

Organización: grupo mixto-clase.

Objetivos: Reflexionar sobre las emociones que se manifiestan en la clase de Educación Física.
Desarrollar la capacidad empática y adquirir técnicas de resolución de conflictos.

² Ver anexo N°2.

Primer momento (5 minutos): se iniciará la actividad retomando el cuento “El monstruo de colores” de Anna Llenas, proyectado en formato audiovisual por la Coach en Emociones en la clase anterior. La actividad 4 se desarrollará en el salón de usos múltiples.

Segundo momento (10 minutos): se dialogará sobre el contenido del cuento, invitando a niños y niñas a reconocer, identificar y ejemplificar las emociones que visualizaron durante la escucha y observación del cuento. Además se los invitará a reflexionar acerca de las emociones que se vivencian en la clase de Educación Física y a conciliar estrategias grupales para mejorarlas o propiciarlas.

Tercer momento (25 minutos): realizarán el juego piedra, papel y tijera recargado, donde los alumnos y alumnas deberán dividirse en dos grupos con la misma cantidad de integrantes, ubicarse en dos hileras paralelas y a la orden del silbato deberán recorrer un camino delimitado en la misma dirección. Al encontrarse, deberán jugar el tradicional piedra, papel y tijera. El alumno que pierda regresará a su hilera mientras que el que gane seguirá avanzando para encontrarse con el siguiente compañero, y así sucesivamente, hasta llegar a la hilera contraria sumando un punto para su equipo.

El juego contará con cinco observadores rotativos externos (alumnos/as) que se ubicarán en lugares estratégicos del playón deportivo con el fin de vigilar las emociones negativas que manifiesten los monstruos de colores (compañeros) durante el juego, sacarle una tarjeta, darle un consejo para autogestionar mencionada emoción, entrar al juego y formar del equipo ganador. De esta forma se brindará la posibilidad al equipo contrario de igualar o invertir la situación. Terminado el juego, continuarán con la clase siguiente luego de realizar la higiene correspondiente.

Actividad 5/ Clase 5: “Cazadores y liebres”

Temporalización: una clase de 40 minutos.

Participantes: coordinadora general. Integrante del gabinete psicopedagógico.

Profesor y auxiliar de Educación Física.

Destinatarios: alumnos de quinto grado del Instituto Santa Ana.

Materiales: afiches- tarjetas con emociones positivas y negativas.

Organización: grupo mixto-clase.

Objetivo: explorar en el conocimiento de mis emociones y las de los demás.

Primer momento (10 minutos): la coordinadora y asistente pedagógica darán la bienvenida a los educandos en el salón de usos múltiples, solicitarán que se ubiquen en los grupos conformados antes de la videoconferencia y que compartan cómo trabajaron en la realización del afiche. Aquí, mediante un plenario, irán desarrollando y debatiendo las diferentes emociones que se visualicen mientras se exponen los trabajos.

Segundo momento (30 minutos): el profesor de Educación Física y su auxiliar explicarán las instrucciones a seguir para jugar a “Cazadores y liebres”. Para ello, las alumnas y alumnos deberán separarse y conformar el grupo A y B.

Cuando juegue el grupo A, el grupo B será observador y registrará las emociones que manifiesten sus compañeros sacando una tarjeta con la emoción correspondiente. Luego, intercambiarán roles.

Con el juego se busca que tanto mujeres como varones además de divertirse, puedan identificar las emociones que vinieron trabajando las clases anteriores, mediante el registro y la observación.

Tercer momento: (5 minutos): será un momento socialización y reflexión sobre las emociones que cada equipo manifestó durante el juego, haciendo una puesta en

común de lo observado y transmitiendo oralmente cuáles creen que producen sensaciones agradables y cuáles deberían corregir. Antes de realizar la higiene correspondiente y finalizar la clase se solicitará como tarea que observen la película “Intensamente” para seguir aprendiendo sobre las emociones en familia.

Actividad 6/ Clase 6: “El buzón atrapamiedos”

Temporalización: una clase de 40 minutos.

Participantes: coordinadora general. Integrante del gabinete psicopedagógico.

Profesor y auxiliar de Educación Física.

Destinatarios: alumnos y alumnas de quinto grado del Instituto Santa Ana.

Materiales: colchonetas- equipo de sonido- buzón.- hojas con formas- lápiz o birome.

Organización: grupo-clase-individual.

Objetivo: reconocer las propias emociones y las emociones de los demás.

Primer momento (20 minutos): realizada la entrada en calor habitual en la clase de Educación Física, la coordinadora y la asistente psicopedagógica de la institución invitarán a las alumnas y los alumnos a ubicarse en las colchonetas que estará distribuidas en diferentes lugares del playón, recostarse sobre ellas, cerrar los ojos y realizar la actividad en la que utilizarán nuevamente el recurso de mindfulness para lograr gestionar sus propias emociones. En esta ocasión se trabajará sobre el miedo o temor y para ello escucharán el siguiente audio y realizarán lo solicitado en el mismo: <https://www.youtube.com/watch?v=VZb0nT4xi3M>

Segundo momento (5 minutos): se dialogará sobre cómo se sintieron al efectuar la actividad y qué emociones de las trabajadas hasta el momento manifestaron durante

la experiencia, mientras realizan ejercicios de estiramiento y flexibilidad con los profesores de Educación Física.

Tercer momento (15 minutos) la coordinadora les presentará un buzón con el lema: “Atrapamiedos”, repartirá una hoja con diferentes formas y solicitará a las y los estudiantes que escriban en ella una situación que les provoque mucho temor o miedo. Luego les pedirá que escriban una situación que le produzca mucha alegría o calma y lo pongan en el buzón. Para finalizar la clase, la coordinadora los invitará a recordar solo la emoción que le produce alegría y dejar dentro del buzón la que le produce temor. Les recomendará que cada vez que sientan miedo o temor recuerden solo la emoción que le produce alegría. Finalmente, la coordinadora y la asistente pedagógica revisarán el buzón y de ser necesario se programará una reunión con la familia para informar lo que escribió el niño o niña, brindándole alternativas para ayudarlos a superar esa situación.

ETAPA III:

Actividad 7/ Clase 7: “Semáforo de las emociones”

Temporalización: una clase de 40 minutos.

Participantes: coordinadora general. Integrante del gabinete psicopedagógico.

Profesor y auxiliar de Educación Física.

Destinatarios: alumnos de quinto grado del Instituto Santa Ana.

Materiales: semáforo de emociones. Silbato.

Organización: grupo-clase.

Objetivo: reconocer, mediante el juego, las propias emociones y las emociones de los demás, atendiendo la dimensión emocional a través de la acción motriz.

Primer momento (5 minutos): el profesor y el auxiliar de Educación Física, realizarán la habitual entrada en calor, mediante la realización de ejercicios de estiramiento y elongación, en el playón de la institución.

Segundo momento (32 minutos): a continuación, se explicará y realizará una actividad con las y los estudiantes utilizando el semáforo de las emociones, fabricado por la coordinadora. El mismo tendrá la finalidad de identificar y reconocer las emociones que se manifiestan durante la actividad lúdica y/o deportiva que llevarán adelante con los docentes.

El semáforo tiene la intención de que los y las participantes consigan encontrar la calma cuando están en un estado de enfado o enojo y logren controlar, manejar y dominar sus emociones. Durante el juego deportivo (fútbol mixto) los estudiantes podrán utilizar el semáforo que estará expuesto en una de las cuatro esquinas del playón deportivo y se encenderá inmediatamente al presionar el interruptor cuando ellos admitan la presencia de una emoción, sin importar si es negativa o positiva.

Se explicará a qué emoción corresponde cada color y los pasos que deberán seguir si presionan tal o cual color:

Rojo: estamos muy alterados, PARÁ, respirá profundamente y explicá lo que sientes al resto de la clase.

Amarillo: nos estamos calmando, hacé una pausa para calmarte a vos mismo, en ese momento hacé un plan, PENSÁ que es lo que podes hacer al respecto.

Verde: totalmente calmado, es momento de ACTUAR, después de reflexionar. Ahora tenés que elegir la mejor opción y ponerla en práctica.

También el profesor advertirá que si utiliza el silbato para que los participantes se den cuenta de que están manifestando una emoción sin activar el interruptor, se le

descontará un punto. Seguidamente, jugarán una partido de fútbol mixto en el que pondrán en práctica lo explicado y deberán ser ellos mismos los que accionen el interruptor correspondiente ante la presencia de una emoción.

Tercer momento (3 minutos) antes de finalizar, realizarán ejercicios de respiración junto a los profesores. Luego continuarán con la siguiente clase.

Actividad 8/ Clase 8: “El conflicto: cambiando posiciones”

Temporalización: una clase de 40 minutos.

Participantes: coordinadora general. Integrante del gabinete psicopedagógico.

Profesor y auxiliar de Educación Física.

Destinatarios: alumnos de quinto grado del Instituto Santa Ana.

Materiales: una fruta.

Organización: grupo-clase- subgrupos.

Objetivos: desarrollar la capacidad de ponerse en el lugar del otro.

Propiciar la comunicación entre pares y tener flexibilidad de opinión.

Favorecer el control de la ansiedad.

Primer momento (10 minutos): se inicia la clase en el salón de usos múltiples dividiendo al grupo en tres subgrupos: A, B y C. Seguidamente, el coordinador propondrá diferentes situaciones previamente ensayadas con un grupo de cuatro alumnos quienes, a través de la actuación, presentarán tres escenas de debates a los participantes y cuyas temáticas serán:

- a. No se puede lograr la convivencia saludable entre alumnos de diferentes cursos.
- b. La violencia es necesaria para protegerse.
- c. El bullying, una alternativa para liderar.

A partir de la dinámica, el coordinador puede abordar los siguientes temas: la convivencia, la violencia en los centros escolares y el hostigamiento escolar.

Segundo momento (20 minutos): se colocará los asientos de los grupos A y B enfrentados y al grupo C como observador. Se introducirá un tema de debate y se pedirá a los grupos A y B que tomen posiciones contrarias respecto al tema. Posteriormente, se pedirá al grupo C que se mantenga en la imparcialidad, escuchando los argumentos de los grupos A y B. Luego, una vez terminado el debate entre los grupos A y B, se solicitará al grupo C que intervenga señalando los aspectos positivos y negativos de ambas posturas.

A continuación, el grupo A pasará a tomar el sitio del grupo C, observador-conciliador y éste tomará su sitio en el debate. Por último B hace de observador-conciliador mientras A y C debatirán sobre los mismos temas.

Tercer momento (10 minutos): antes de culminar la clase, se solicitará a los alumnos y alumnas que se laven las manos y tomen su fruta favorita que se les solicitará con antelación mediante una nota en el cuaderno de comunicación. Luego, realizarán un ejercicio de mindfulness donde deberán observar el aspecto de la fruta, su textura y los olores. Se propondrá que realicen un mordisco, introduzcan la comida muy lentamente en la boca con los ojos cerrados y lo exploren con la lengua durante 15 segundos. Finalmente, poco a poco, irán masticando y conectando con las sensaciones que se despiertan. Con ello, se busca que los niños y las niñas calmen su nivel de ansiedad, incursionen en la alimentación saludable y ejerciten comer paulatinamente, atendiendo a los estímulos sensoriales que se producen y contribuyen a desarrollar una relación placentera con la comida.

Actividad 9/ Clase 9: “Disputa de globos”

Temporalización: una clase de 40 minutos.

Participantes: coordinadora general y profesores de Educación Física.

Destinatarios: alumnos de quinto grado del Instituto Santa Ana.

Materiales: globos- silbato-colchonetas-sonido.

Objetivo: fortalecer vínculos mediante el desarrollo y análisis de situaciones conflictivas.

Propiciar las relaciones interpersonales.

Primer momento (15 minutos): con el fin de realizar la entrada en calor correspondiente los y las niñas se desplazarán de distinta formas y se saludarán de diferentes maneras con los compañeros que se crucen, según indiquen los profesores:

Caminando: saludamos chocando las manos derechas y decimos: “¡hola! que tengas un bonito día”.

Caminado rápido: chocamos las manos izquierdas y decimos: “adiós que tengo prisa, luego hablamos”.

Trotando: tocamos uno de los hombros de mi compañera o compañero y le decimos: “¡Buen día, que bien te ves!”.

Marcha atrás: chocamos nuestras espaldas y expresamos: “ups, no te vi, disculpa”.

Desplazamiento lateral: nos cruzamos con las y los compañeros y le decimos: “hasta luego (nombre del compañero o compañera)”.

Corriendo: al cruzarnos nos decimos: “Adiós, luego te llamo”.

Saltando en una pierna (con la que mejor me salga): saludamos con la mano diciendo “Qué bueno verte”.

Segundo momento (15 minutos): las y los estudiantes conformarán dos grupos, y tendrán globos de colores diferentes que se atarán al tobillo. Ante el sonido del silbato, ellos deberán evitar que los oponentes los exploten. El equipo que primero consiga vencer a su oponente será el ganador. Finalizado el juego, cada equipo comentará qué emociones intervinieron y qué acciones pueden realizar para controlarlas o propiciarla.

Tercer momento (10 minutos): con el fin de prepáralos para la próxima clase y relajarlos, la coordinadora los invitará a sentarse en las colchonetas, acostarse, cerrar los ojos, relajarse y seguir las instrucciones que escucharán a continuación:
<https://www.youtube.com/watch?v=PE2J7utkeV8>.

Finalmente, la coordinadora se despedirá de las y los estudiantes y los mismos volverán a su rutina habitual.

Cronograma:

ACTIVIDADES		MESES		
		1	2	3
		SEMANAS	SEMANAS	SEMANAS
ETAPA I	Actividad 1A: “Presentación del Plan de Intervención”	■		
	Actividad 1B/ Clase 1: “El tren de la calma”	■		
	Actividad 2/ Clase 2: “Conociendo mis emociones”	■		
	Actividad 3/ Clase 3: “Videoconferencia”		■	
ETAPA II	“Vigilando las emociones de los monstruos de colores”		■	
	Actividad 5/ Clase5: “Cazadores y liebres”		■	
	Actividad 6/ Clase 6: “El buzón atrapamiedos”		■	
ETAPA III	Actividad 7/ Clase 7: “Semáforo de las emociones”			■
	Actividad 8/ Clase8: “El conflicto: cambiando posiciones”			■
	Actividad 9/ Clase9: “Disputa de globos”			■

Figura 1. Diagrama de Gantt. (Elaboración propia).

Recursos y presupuestos: si bien a continuación se realiza un análisis de presupuestos y costos aproximados teniendo en cuenta la financiación del trimestre completo, los mismos serán solventados por el Instituto Santa Ana que cuenta con la infraestructura y los recursos necesarios para cumplir con los fines propuestos e implementar el Plan de Intervención. La coordinadora general de proyecto y la coach en Emociones brindarán sus servicios ad honórem.

RECURSOS		PRESUPUESTO		
X	Concepto	Precio Unitario	Cantidad	Coste Total
HUMANOS	Coordinadora General	34000,00	1	34000,00
	Coach en Emociones	10000,00	1	10000,00
	Integrante del gabinete psicopedagógico	27000,00	1	27000,00
	Profesor de Educación Física	25000,00	1	25000,00
	Auxiliar de Educación Física	25000,00	1	25000,00
				SUBTOTAL
MATERIALES/TÉCNICOS	Alquiler notebook	4000,00	1	4000,00
	Alquiler equipo de sonido portátil	8000,00	1	8000,00
	Alquiler proyector	6500,00	1	6500,00
	Alquiler sala de usos múltiples	6000,00	1	6000,00
	Alquiler playón deportivo	6000,00	1	6000,00
	Internet x 3meses	4500,00	1	4500,00
	Celulares alumnos	-	-	-
	Alquiler kits elementos deportivos x 3 meses	5000,00	1	5000,00
		50,00	30	1500,00
	Alquiler de sillas	100,00	10	1000,00
	Alquiler de mesas	1500,00	1	1500,00
	Semáforo de las emociones	639,10	1	639,10
	Tiza color x 100 unidades	535,20	1	535,20
	Fibrón x 12 unidades	287,90	1	287,90
	Resma oficio de 500 hojas	435,18	1	435,18
	Afiche x 20 unidades	210,38	1	210,38
			SUBTOTAL	46107,76
DE CONTENIDO	Videoconferencia (Honorario coach)	-	-	-
	Videos de YouTube	-	-	-
	Juegos	-	-	-
	Música	-	-	-
	Fotocopias (test- cuestionarios juegos)	3,00	400	1200,00
			SUBTOTAL	1200,00
ECONÓMICOS	Honorarios profesionales		121000,00	121000,00
	Insumos materiales y técnicos		46107,76	46107,76
	Recursos de Contenidos		1200,00	1200,00
			TOTAL	\$168307,76

Figura 2. Tabla de recursos y presupuesto. (Elaboración propia).

Evaluación:

La evaluación del Plan de Intervención tendrá un carácter abierto, flexible y participativo, se realizará de manera procesual, caracterizada por la objetividad y la

participación de los actores implicados. Se contemplará cada momento y tendrá una doble intención: en primer lugar, detectar los puntos débiles y mejorables de dicha intervención para proponer reformas de ser necesario. En segundo lugar, averiguar si se han alcanzado los objetivos del plan propuesto durante su implementación.

La evaluación será realizada por la coordinadora en colaboración con las demás partes involucradas de la institución educativa. Los instrumentos de evaluación a emplear serán la observación y el registro diario con el fin de elaborar un informe final escrito que refleje el proceso, la utilidad, pertinencia y la eficacia del Plan de Intervención. Para ello se tendrá en cuenta:

		FUNCIONES	OBJETIVOS
ATENDIENDO AL MOMENTO	Procesual	<p>Diagnóstica. Inicial Previa a la intervención</p> <ul style="list-style-type: none"> ◦ Tomar por anticipado las decisiones de mejora que puedan elevar las potencialidades de Plan de Intervención. ◦ Conocer a los destinatarios y el contexto de implementación. 	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Facilitar la implementación de la intervención. ◦ Esclarecer la calidad técnica del programa, su viabilidad práctica y su evaluabilidad. ◦ Ofrecer y poner en marcha la intervención en condiciones óptimas.
	<p>Formativa Continua Durante la intervención</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Constatar la implementación del Plan de Intervención. ◦ Detectar errores o debilidades. ◦ Percibir nuevas necesidades no contempladas. 	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Modificar e implementar estrategias nuevas. ◦ Tomar decisiones durante la marcha.
	<p>Sumativa Final</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Comprobar si se alcanzaron los objetivos previstos. ◦ Constatar la consecución de objetivos. 	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Analizar y valorar los resultados. ◦ Certificar la calidad del plan de intervención.

Figura3. Tabla de evaluación. (Elaboración propia).

RESULTADOS ESPERADOS

Con la implementación de este Plan de Intervención se pretende presentar una alternativa pedagógica que permita fortalecer vínculos, resolver situaciones conflictivas y trabajar la convivencia escolar entre pares sin la necesidad de imponer sanciones o amonestaciones ya que estas no son un régimen que atestigüe una convivencia escolar saludable y emplearlas no garantiza un cambio inmediato en el comportamiento, conducta o accionar de las y los estudiantes.

Se espera abordar la convivencia escolar desde una mirada integral donde las normas y reglas promuevan relaciones interpersonales abiertas, basadas en el diálogo, la naturalidad del conocer, sentir y actuar en valores y con respeto, estableciendo lazos de comunicación efectivos y significativos.

La ejecución del Plan de Intervención no busca dejar de lado las normas y acuerdos establecidos sino enriquecerlos mediante un trabajo que propicie la convivencia comprometida de las partes involucradas y un trato cordial, considerando que se evidenciaron situaciones e imaginarios negativos en la institución que costó años de trabajo desarraigarlos.

Se proyecta que el logro de los objetivos se dé en el periodo estipulado, que las actividades, metodología y recursos a emplear en cada clase sean los adecuados y permitan generar vínculos. Además, se pretende lograr el bienestar personal y social de cada niño y niña, a partir del desarrollo de habilidades que le permitan tomar conciencia de las emociones propias y ajenas y regularlas para lograr su bienestar y el de su entorno, a través de un espacio adecuado y técnicas como el juego y la puesta en común.

Conclusión

En el presente Trabajo Final de Grado se realiza un relevamiento institucional del Instituto Santa Ana de la ciudad de Córdoba y se pone especial atención en la forma en que trabajan la convivencia escolar, se abordan los problemas de conducta y se fortalecen los vínculos entre pares.

Del análisis de la documentación escrita y las entrevistas brindadas por los directivos de la institución se detecta que durante los años 1990-2000 la imagen y el prestigio del instituto se vio afectada y surgieron opiniones tales como que “el secundario era fácil” y que “entre los alumnos había muchos problemas de conducta”. Esto provocó un descenso de la matrícula (UES21.Instituto Santa Ana: pp.31-32) y cambiar la situación llevó a la entidad educativa más de quince años de trabajo, compromiso y responsabilidad. Aunque en la actualidad cuenta con varios proyectos en los diferentes niveles, ninguno apunta a trabajar los aspectos mencionados.

Atendiendo a la necesidad, se diseña este Plan de Intervención que se enmarca en la educación emocional y es una estrategia pedagógica a desarrollarse desde el área de Educación Física. Busca, en la realidad educativa, fortalecer vínculos, mejorar la convivencia escolar, prevenir situaciones de violencia y favorecer la autorregulación, empatía y resolución de conflictos reduciendo conductas antisociales y agresivas en el presente ciclo lectivo.

La convivencia es un proceso de interrelaciones que no se construye por una sola persona o parte de los actores involucrados, sino que es una construcción colectiva de todos los que forman parte de una institución educativa. En este proceso continuo de construcción colectiva se circunscribe la educación emocional como una estrategia de

regulación de emociones que modifica sentimientos, actitudes y acciones propias y del otro.

Educación en las emociones implica trabajar en el desarrollo de competencias emocionales tales como habilidades sociales, la toma de conciencia, la autonomía, la expresión y gestión emocional, es decir, habilidades fundamentales para llevar una vida plena. En esta intervención centrada en la educación emocional desde educación física, las y los estudiantes trabajan con emociones positivas y negativas como el miedo, la alegría, la tristeza, la furia, el desagrado, bienestar, la motivación, el amor, necesarias para toda persona.

La fortaleza de este Plan de Intervención radica en la toma de conciencia por parte de todos los actores educativos de la importancia de incluir la gestión de las emociones de manera transversal dentro de la currícula establecida. La incorporación de actividades lúdicas, relajantes, flexibles y adaptables en la esfera escolar permiten a los alumnos y alumnas aprender a identificar, controlar y gestionar sus emociones y mejorar sus habilidades sociales. Esta intervención permitirá observar cómo, a través de la educación en las emociones, los y las estudiantes incrementan su vocabulario emocional y practican la empatía y sentir con el otro. Los destinatarios de este Plan de Intervención estarán centrados en tomar conciencia de sus emociones para gestionarlas y prepararse para afrontar la vida día a día. Además les permitirá practicar la colaboración y cooperación como técnica para construir conocimiento.

Desde el rol de coordinadora propondría ampliar este plan a todos los niveles educativos para enriquecer, fortalecer y garantizar a largo plazo el cumplimiento de los objetivos propuestos. Es posible generar intervenciones futuras, extender la propuesta e incluir a toda la comunidad educativa a través de capacitaciones destinadas a directivos

y docentes, talleres con la familia y encuentros con otras escuelas. También es posible ampliar y adaptar el plan a otros contextos, teniendo en cuenta las particularidades y características de cada uno de ellos, como ser clubes, comisiones vecinales e iglesias.

Este Plan de Intervención busca alcanzar los objetivos propuestos y ser un antecedente dentro del instituto para que otras entidades puedan recurrir y ampliar la mirada al momento de trabajar la convivencia escolar. Es importante cumplir las reglas y normas pero también trabajar con las emociones desde la visión que admite el neurólogo Facundo Manes (2018):

Los seres humanos, en numerosas oportunidades, no podemos modificar las emociones que surgen de manera visceral pero sí trabajar para modular las consecuencias de estas emociones. Esto nos diferencia de otras especies. La educación, la cultura, las instituciones, la sanción social y las leyes, entre otras acciones eminentemente humanas, pueden influir en el control de la violencia. Para que el huevo nunca llegue a ser serpiente. (Manes, Facundo, 2018, p.1).

A modo de síntesis, nuestra realidad educativa, nuestra sociedad y el contexto actual demandan la inclusión colectiva y transversal de la educación emocional desde edades tempranas porque nuestros niños y niñas necesitan ser educados y aprender a conocer, gestionar y autorregular las emociones. La educación emocional y las relaciones interpersonales son decisivas para el desarrollo integral de toda persona y de aspectos que se vinculan a ella como la socialización, la adquisición de competencias sociales, el rendimiento académico, la convivencia escolar, el fortalecimiento de vínculos, el desarrollo de empático y el bienestar personal y social.-

Referencias

- **UES 21.** Instituto Santa Ana.pdf.
- **UES 21.** Instituto Santa Ana: PEI p.p.11-13).pdf.
- **UES 21.** Instituto Santa Ana: Acuerdos escolares de Convivencia p.2.pdf.
- **Instituto Santa Ana.** (s. f. c). La Institución. Recuperado de:
<https://www.institutosantaana.edu.ar/area-educativa/> .
- **Facebook Instituto Santa Ana.** (2017). Opiniones en Facebook. Recuperado de:
https://www.facebook.com/pg/Instituto-Santa-Ana-243024459040910/reviews/?ref=page_internal
- **Ministerio de Educación de la Provincia de Córdoba.** (2018). Diseño curricular de la educación primaria 2011-2020. Recuperado de:
http://www.igualdadycalidadcba.gov.ar/SIPECCBA/publicaciones/EducacionPrimaria/DCJ_Primary-23-02-2018.pdf
- **Mayer, J. D. y Salovey, P.** (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey y D. J. Sluyter (Eds.), Emotional development and emotional intelligence: Educational implications (p, p, 3-34). Nueva York: Harper Collins.
- **Goleman, Daniel** (2008).La práctica de la inteligencia emocional. Recuperado de:
<http://mendillo.info/Desarrollo.Personal/La.practica.de.la.inteligencia.emocional.pdf>
- **Lanni, Norberto Daniel** (2003). Cultura de centro y convivencia escolar. Recuperado de:
<https://www.oei.es/historico/valores2/monografias/monografia02/reflexion02.htm>
- **Ley 26206** (2006). Ley de Educación Nacional. Honorable Congreso de la Nación Argentina. Recuperado de:
<http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/verNorma.do?id=123542>

- **Proyecto de ley educación emocional:** Recuperado en: http://legislemos.org/uploads/sw_adjuntos/e423ac88_Proyecto%20de%20Ley%20educaci%C3%B3n%20emocional..pdf
- **VOLI, Franco** (2004). Sentirse bien en el aula. Manual de convivencia para profesores. Madrid: Educar.
- **UNESCO.** (2008) Educación para la Convivencia y la Cultura de la Paz en América Latina y El Caribe. Recuperado de: <http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/FIELD/Santiago/pdf/Educacion-Convivencia-Paz.pdf>
- **Acuerdo Normativo sobre Convivencia Escolar.** (2015) Recuperado de: http://oei.org.ar/lineas_programaticas/documentos/valores/NormaConv2.pdf
- **Vicario, M. V., Velasco Martínez, L. C. y Tójar Hurtado, J. C.** (2018). Proyecto de intervención sobre educación emocional en la comunidad El Milagro (Iquitos, Perú). Cuestiones Pedagógicas. Recuperado de: <https://books.google.com.ar/books?hl=es&lr=&id=KNiyBjygT8IC&oi=fnd&pg=PA15&dq=rafael+bisquerra+pdf&ots=cXMm72p7ZY&sig=5W-pAGX3kwdKeohnewTdrFqIlg#v=onepage&q=rafael%20bisquerra%20pdf&f=false>
- **Ley 9870 Ministerio de Educación de la Provincia de Córdoba.** Recuperado de: https://dges-cba.infed.edu.ar/sitio/upload/Ley_9870.pdf
- **Marinonz, V y Pacheco, M.** (2017). Anuario de Investigaciones, Vol. 3, N°2, Pág. 134. Recuperado de: <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/aifp/article/view/18662>
- **Goleman, Daniel.** (1995). Inteligencia Emocional, Barcelona, España: Paidós. Recuperado de:

<http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Inteligencia%20Emocional%20%20Daniel%20Goleman.pdf>

- **Bisquerra, Rafael.** (2011). Educación emocional. Propuestas para educadores y familias. Bilbao: Desclée de Brower. Recuperado de: <https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/61626547/Educacion-Emocional.-Propuestas-para-educadores-y-familias-Rafael-Bisquerra-Alzina->
- **Abarca Castillo, María M.** (2003). Educación emocional en la Educación Primaria: Currículo y Práctica. Recuperado de de <http://www.tdx.cat/handle/10803/2349>
- **Toro, rolando.** (2007). Biodanza. Providencia: Cuarto propio. Recuperado de: http://www.biodanzahoy.cl/monografias/Estudiantes_Universitarios/katherine_jackson_estudiantes-universitarios_cl.pdf.
- **Ruano arriagada, Kiki.** (2004). La influencia de la expresión corporal sobre las emociones. Recuperado de: http://oa.upm.es/451/1/KIKI_RUANO_ARRIAGA.pdf
- **Manes, Facundo.** (2018). El mal de la violencia. Recuperado de: <https://www.diariopopular.com.ar/salud/el-mal-la-violencia-n374379>.
- **Anna Llenas.** (2012). El monstruo de colores. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=dDn_nQOEaB8

Anexos

Anexo n°1: fichas de emociones para relacionar con diferentes escenas que surgen en el tráiler.



Recuperado de <https://www.cineforever.com/wp-content/uploads/2015/06/Intensamente.jpg>

Anexo n°2: cuento de Anna Llenas: “El monstruo de colores”: Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=dDn_nQOEaB8

ANEXO E – FORMULARIO DESCRIPTIVO DEL TRABAJO FINAL DE GRADUACIÓN

AUTORIZACIÓN PARA PUBLICAR Y DIFUNDIR TESIS DE POSGRADO O GRADO A LA UNIVERIDAD SIGLO 21

Por la presente, autorizo a la Universidad Siglo21 a difundir en su página web o bien a través de su campus virtual mi trabajo de Tesis según los datos que detallo a continuación, a los fines que la misma pueda ser leída por los visitantes de dicha página web y/o el cuerpo docente y/o alumnos de la Institución:

Autor-tesista (<i>apellido/s y nombre/s completos</i>).	LABAN, Marisa Andrea.
DNI (<i>del autor-tesista</i>)	30.249.151
Título y subtítulo (<i>completos de la Tesis</i>)	Gobiernos Educativos y Planeamiento: <i>“La educación emocional: estrategia pedagógica para fortalecer vínculos en la convivencia escolar”.</i>
Correo electrónico (<i>del autor-tesista</i>)	maricxxa@yahoo.com
Unidad Académica (<i>donde se presentó la obra</i>)	Universidad Siglo 21

Otorgo expreso consentimiento para que la copia electrónica de mi Tesis sea publicada en la página web y/o el campus virtual de la Universidad Siglo 21 según el siguiente detalle:

<p>Texto completo de la Tesis <i>(Marcar SI/NO)[³]</i></p>	<p>SI</p>
<p>Publicación parcial <i>(Informar que capítulos se publicarán)</i></p>	

Otorgo expreso consentimiento para que la versión electrónica de este libro sea publicada en la página web y/o el campus virtual de la Universidad Siglo 21.

Lugar y fecha: _____

Firma autor-tesista

Aclaración autor-tesista

[³]Advertencia: Se informa al autor/tesista que es conveniente publicar en la Biblioteca Digital las obras intelectuales editadas e inscriptas en el INPI para asegurar la plena protección de sus derechos intelectuales (Ley 11.723) y propiedad industrial (Ley 22.362 y Dec. 6673/63. Se recomienda la NO publicación de aquellas tesis que desarrollan un invento patentable, modelo de utilidad y diseño industrial que no ha sido registrado en el INPI, a los fines de preservar la novedad de la creación.