

# Universidad Católica Redemptoris Mater

Facultad de Humanidades



## Informe de Práctica Pedagógica basada en Investigación Acción

Educación y Sociedad  
Evaluación y asesoría educativa

*La disciplina positiva como estrategia de convivencia y motivación en el proceso de enseñanza y aprendizaje de estudiantes de 4to grado del Colegio Cristo Rey Managua – II semestre 2025*

### AUTOR(ES)

Molina-Areas, Jessica María  
<https://orcid.org/0009-0006-0359-060X>

Managua, Nicaragua  
29 de noviembre de 2025

# Universidad Católica Redemptoris Mater

Facultad de Humanidades



## Informe de Práctica Pedagógica basada en Investigación Acción

Educación y Sociedad  
Evaluación y asesoría educativa

*La disciplina positiva como estrategia de convivencia y motivación en el proceso de enseñanza y aprendizaje de estudiantes de 4to grado del Colegio Cristo Rey Managua – II semestre 2025*

### **AUTOR(ES)**

Molina-Areas, Jessica María  
<https://orcid.org/0009-0006-0359-060X>

### **TUTOR CIENTÍFICO Y METODOLÓGICO**

Bonilla-Jarquín, Alex Martín  
Máster en Administración y Gestión de la Educación,  
Máster en Gerencia Social,  
Investigador y Especialista en Educación  
<https://orcid.org/0000-0002-7276-9615>

**Managua, Nicaragua**  
**29 de noviembre de 2025**

## Resumen

El presente estudio se fundamenta en corrientes pedagógicas contemporáneas que destacan el carácter integral del estudiante y la importancia del clima socioemocional para el aprendizaje. Desde el enfoque humanista, se reconoce que el aprendizaje significativo ocurre en ambientes seguros y respetuosos (Rogers, 1969), mientras que el constructivismo, desde Piaget (1976) y Vygotsky (1978), resalta que el conocimiento se construye activamente mediante la interacción social. Estos principios sustentan la investigación, desarrollada con estudiantes de cuarto grado, donde la convivencia escolar y la motivación se comprenden como procesos formativos en evolución.

Asimismo, la propuesta se apoya en el aprendizaje significativo (Ausubel, 1983), la psicología adleriana y la Disciplina Positiva, enfoque que explica que el comportamiento infantil responde a la búsqueda de pertenencia y contribución (Dreikurs, 1968; Nelsen, 2009). También integra la educación socioemocional (Goleman, 1995; CASEL, 2015), clave para fortalecer la autorregulación emocional, la empatía y las habilidades relacionales necesarias para una convivencia armoniosa.

Se desarrolla cuatro conceptos centrales: convivencia escolar, motivación, disciplina positiva e interioridad. La convivencia escolar se entiende como las interacciones respetuosas y cooperativas entre los estudiantes (UNESCO, 2015); la motivación se aborda desde la Teoría de la Autodeterminación, que señala la importancia de la autonomía, competencia y relación (Ryan & Deci, 2000). La Disciplina Positiva orienta prácticas basadas en el respeto mutuo, la amabilidad y la firmeza, mientras que la interioridad incorpora técnicas corporales de Koeppen (1974) para favorecer la regulación emocional, reducir tensiones y mejorar la disposición al aprendizaje.

### **Palabras Claves:**

Convivencia escolar, disciplina positiva, autorregulación emocional, interioridad, motivación.

## Abstract

This study is based on contemporary pedagogical approaches that emphasize the holistic development of students and the importance of the socio-emotional climate for learning. From a humanistic perspective, it is recognized that meaningful learning occurs in safe and respectful environments (Rogers, 1969), while constructivism, drawing on Piaget (1976) and Vygotsky (1978), highlights that knowledge is actively constructed through social interaction. These principles underpin the research, conducted with fourth-grade students, where school coexistence and motivation are understood as evolving formative processes.

Moreover, the proposal draws on meaningful learning (Ausubel, 1983), Adlerian psychology, and Positive Discipline, an approach that explains that children's behavior responds to the need for belonging and contribution (Dreikurs, 1968; Nelsen, 2009). It also integrates socio-emotional education (Goleman, 1995; CASEL, 2015), which is key for strengthening emotional self-regulation, empathy, and relational skills necessary for harmonious coexistence.

Four central concepts are developed: school coexistence, motivation, Positive Discipline, and interiority. School coexistence is understood as respectful and cooperative interactions among students (UNESCO, 2015); motivation is approached through the Self-Determination Theory, which emphasizes the importance of autonomy, competence, and relatedness (Ryan & Deci, 2000). Positive Discipline guides practices based on mutual respect, kindness, and firmness, while interiority incorporates body-based techniques from Koeppen (1974) to promote emotional regulation, reduce tension, and enhance readiness for learning.

**Keywords:** School coexistence, positive discipline, emotional self-regulation, interiority, motivation.

## Índice

<b>Introducción</b> .....	<b>1</b>
<b>Objetivos</b> .....	<b>2</b>
<b>Justificación</b> .....	<b>3</b>
<b>Marco Teórico</b> .....	<b>4</b>
1. Fundamentos Generales de la Educación .....	4
2. Conceptos Clave del Estudio.....	5
3. Enfoques y Modelos Pedagógicos Relacionados.....	7
4. Estrategias Didácticas Utilizadas efectivas para la convivencia y la motivación .....	8
<b>Marco Metodológico</b> .....	<b>15</b>
<b>Propuesta de Intervención (Estrategia)</b> .....	<b>18</b>
Fase 1: Desarrollo personal, autoestima y autorregulación emocional.....	18
Fase 2: Convivencia, comunicación respetuosa y valoración de las diferencias.....	19
<b>Resultados de la Propuesta de Intervención</b> .....	<b>21</b>
1. Resultados en el ámbito personal y emocional.....	21
2. Resultados en comunicación y convivencia .....	22
3. Resultados en la disciplina y el clima escolar .....	23
<b>Dificultades Encontradas</b> .....	<b>24</b>
1. Dificultades relacionadas con la autorregulación emocional.....	24
2. Dificultades en la convivencia y la comunicación.....	24
3. Dificultades en la regulación del comportamiento y cumplimiento de normas.....	25
4. Dificultades derivadas de las dinámicas grupales preexistentes .....	25
5. Dificultades logísticas y de tiempo .....	26
<b>Conclusiones</b> .....	<b>27</b>
<b>Referencias</b> .....	<b>29</b>
<b>Anexos</b> .....	<b>1</b>

## Introducción

La disciplina positiva se ha consolidado como una estrategia fundamental para mejorar la convivencia escolar y potenciar la motivación de los estudiantes en el proceso de enseñanza-aprendizaje. En un contexto educativo, promover una convivencia armónica y respetuosa no solo facilita un ambiente propicio para el aprendizaje, sino que también contribuye al desarrollo integral de los estudiantes, fortaleciendo su autoestima, autonomía y habilidades sociales. La disciplina positiva va más allá de la simple corrección de conductas inadecuadas; se basa en principios constructivos que buscan enseñar y guiar a los alumnos mediante el respeto mutuo, la empatía y la resolución pacífica de conflictos.

Esta estrategia educativa se fundamenta en la idea de que los errores y desafíos en el comportamiento son oportunidades para el aprendizaje y crecimiento personal, en lugar de situaciones que deben ser castigadas o ignoradas. Mediante técnicas como la comunicación asertiva, el establecimiento claro de límites y normas consensuadas, y el refuerzo positivo, la disciplina positiva fomenta en los estudiantes una actitud responsable y proactiva hacia su propio aprendizaje y convivencia. En particular, cuando se aplica en grupos de estudiantes de nivel primario, como es el caso de cuarto grado, esta disciplina se adapta a sus necesidades emocionales y cognitivas, promoviendo un sentido de pertenencia y cooperación dentro del aula.

La disciplina positiva influye directamente en la motivación de los estudiantes, al generar un entorno seguro donde se valoran sus opiniones y se reconoce su esfuerzo. Este enfoque favorece que los niños desarrollen habilidades socioemocionales esenciales para la vida, tales como la empatía, la autoregulación y la capacidad para trabajar en equipo.

## Objetivos

### Objetivo General

Implementar un plan basado en la disciplina positiva que promueva la mejora de la convivencia escolar y la motivación de los estudiantes de 4.º grado del Colegio Cristo Rey, a través de la co-construcción de normas, metodologías activas y estrategias de participación familiar, con el propósito de favorecer un ambiente propicio para el aprendizaje significativo.

### Objetivos específicos

1. Diseñar y aplicar actividades dirigidas a la co-construcción de normas de convivencia con los estudiantes de 4.º grado para fomentar el respeto y la responsabilidad compartida en el aula.
2. Implementar metodologías activas, centradas en la disciplina positiva, que incentiven la participación activa y la motivación de los estudiantes durante el proceso de aprendizaje.
3. Establecer y fortalecer estrategias de comunicación y participación que contribuyan a la consolidación de un ambiente escolar armonioso y de apoyo mutuo entre la escuela, y los estudiantes.

### Pregunta de investigación:

¿De qué manera la clase de creciente en valores debe promover la mejora de la convivencia y la motivación en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes de 4to grado, con enfoque de disciplina positiva?

## **Justificación**

La desmotivación y la falta de convivencia armónica en el aula constituyen obstáculos significativos para el desarrollo integral y el aprendizaje efectivo de los estudiantes. La disciplina positiva ofrece un enfoque pedagógico fundamentado en el respeto mutuo, la empatía y la cooperación, permitiendo sustituir las prácticas punitivas tradicionales por estrategias que fomentan la autorregulación, la responsabilidad compartida y la comunicación asertiva.

Según estudios internacionales y nacionales (Deci & Ryan, 1985; Nelsen, 2006; Ministerio de Educación del Perú, 2021), la aplicación coherente de esta metodología contribuye a fortalecer la motivación intrínseca, mejorar el clima emocional del aula y facilitar la resolución pacífica de conflictos. Asimismo, la integración de metodologías activas y el involucramiento familiar potencializan estos efectos al generar sentido de pertenencia y compromiso en los estudiantes.

La intervención propuesta se justifica para transformar un contexto educativo con bajos niveles de motivación y convivencia, buscando impactar positivamente en el desempeño académico y la calidad de las relaciones interpersonales en el Colegio Cristo Rey, además de contribuir a la formación profesional mediante la aplicación práctica de teorías educativas contemporáneas.

## Marco Teórico

### 1. Fundamentos Generales de la Educación

El presente estudio se enmarca dentro de una serie de corrientes educativas que fundamentan la intervención pedagógica orientada al fortalecimiento de la convivencia y la motivación en estudiantes de cuarto grado. En primer lugar, se sitúa en el enfoque humanista, cuya base radica en la comprensión del estudiante como una persona integral con necesidades emocionales, cognitivas, espirituales y sociales. Rogers (1969) plantea que “el aprendizaje significativo solo ocurre cuando existe un clima emocional cálido, seguro y genuino” (p. 45). Este principio es indispensable en un grupo como cuarto grado, donde los estudiantes requieren sentirse aceptados y valorados para participar y convivir de manera armoniosa.

Asimismo, se incorpora el constructivismo, el cual sostiene que el aprendizaje se construye activamente mediante la interacción con el entorno y la reorganización de esquemas previos. Piaget (1976) explica que el estudiante analiza, clasifica, reorganiza y relaciona la información según su nivel de desarrollo. Vygotsky (1978), por su parte, subraya el papel mediador del entorno social afirmando que “toda función en el desarrollo cultural del niño aparece primero en el plano social y luego en el plano individual” (p. 84). En el contexto de la convivencia escolar, esto significa que la interacción con los compañeros y el docente es determinante para que los estudiantes aprendan formas respetuosas de relacionarse.

El aprendizaje significativo, propuesto por Ausubel (1983), también fundamenta esta investigación. Ausubel plantea que el nuevo conocimiento debe vincularse directamente con la estructura cognitiva del estudiante para que sea duradero y funcional. En la asignatura *Creciendo en Valores*, se trabaja con situaciones reales, emociones y comportamientos cotidianos del aula, lo que permite que los contenidos adquieran un sentido vivencial y profundo.

Por otra parte, se integra la psicología adleriana, base teórica de la Disciplina Positiva. Adler, citado en Nelsen (2009), sostiene que el comportamiento humano está motivado por el deseo de pertenencia y contribución. Dreikurs (1968) desarrolló esta teoría afirmando que “todo comportamiento del niño tiene un propósito, y ese propósito es social” (p. 22). Desde

esta perspectiva, los conflictos, la desmotivación y los comportamientos disruptivos pueden interpretarse como la búsqueda de un lugar en el grupo. La Disciplina Positiva, por tanto, brinda herramientas pedagógicas para reencauzar esa búsqueda hacia actitudes de cooperación y respeto.

Finalmente, esta práctica se sustenta en la educación socioemocional, la cual reconoce que las emociones desempeñan un papel crucial en el aprendizaje, la conducta y las relaciones interpersonales. Goleman (1995) afirma que “el autocontrol emocional es un predictor más poderoso del éxito escolar que las habilidades cognitivas” (p. 43). En cuarto grado, donde los estudiantes experimentan emociones intensas y un notable desarrollo social, la autorregulación se vuelve esencial para mantener una convivencia adecuada y para participar activamente en el aprendizaje.

En síntesis, los fundamentos generales de este estudio parten de una visión del estudiante como ser integral, activo, social, emocional y en desarrollo. La intervención se sustenta en enfoques que priorizan el clima emocional, la participación, la interacción social, el sentido de pertenencia y la autorregulación; elementos centrales para comprender y mejorar la convivencia y la motivación en cuarto grado.

## **2. Conceptos Clave del Estudio**

### **2.1 Convivencia Escolar**

La convivencia escolar es un concepto multidimensional que abarca las relaciones, interacciones y prácticas que se dan entre los miembros de la comunidad educativa. La UNESCO (2015) define la convivencia como “el conjunto de relaciones que se establecen en la escuela y que permiten el desarrollo de un clima democrático y armónico” (p. 12). Fierro y Carbajal (2013) añaden que convivir implica interactuar de manera respetuosa, cooperativa y propositiva con los demás.

En el contexto del presente estudio, la convivencia escolar se refiere al ambiente emocional y social que se genera durante las clases de Creciendo en Valores, donde se observan conflictos, desacuerdos y dificultades para expresar emociones. Estos

comportamientos deben interpretarse no como faltas aisladas, sino como manifestaciones de un aprendizaje aún en desarrollo.

**Definición operativa para este estudio:**

La convivencia escolar es el conjunto de interacciones respetuosas, empáticas y cooperativas que los estudiantes de cuarto grado establecen en el aula, lo que les permite aprender juntos en un ambiente seguro y positivo.

**2.2 Motivación Escolar**

La motivación es considerada un factor determinante del rendimiento académico y del involucramiento emocional del estudiante. Ryan y Deci (2000), desde la Teoría de la Autodeterminación, afirman que la motivación surge cuando se satisfacen tres necesidades psicológicas básicas: autonomía, competencia y relación. Según González (2012), la motivación puede ser intrínseca o extrínseca, siendo la intrínseca la más duradera y significativa por estar ligada al interés y disfrute de las actividades.

Pintrich (2003) resalta que los estudiantes se motivan más cuando perciben un clima emocional positivo y sienten apoyo del docente. En cuarto grado, donde la identidad social y emocional aún está en desarrollo, la motivación está estrechamente vinculada con sentirse aceptados, valorados y reconocidos dentro del grupo.

**Definición operativa:**

Es la disposición emocional, cognitiva y social del estudiante para participar activamente en las actividades de Creciendo en Valores, influida por su sentido de pertenencia, sus emociones y la seguridad del ambiente escolar.

**2.3 Disciplina Positiva**

La Disciplina Positiva es un enfoque educativo que surge de la psicología adleriana y que se centra en el respeto mutuo, la cooperación y el desarrollo de habilidades socioemocionales. Nelsen (2009) afirma que “la disciplina positiva es una filosofía basada en la dignidad y el respeto mutuo” (p. 18). Lott y Glenn (2010) explican que este enfoque se basa en la firmeza y la amabilidad, promoviendo relaciones horizontales entre docentes y estudiantes.

Sus pilares esenciales son:

- ✓ Respeto mutuo

- ✓ Firmeza con amabilidad
- ✓ Conexión antes que corrección
- ✓ Enfoque en soluciones, no castigos
- ✓ Desarrollo de habilidades socioemocionales
- ✓ Enseñanza de pertenencia y contribución

Para Nelsen (2009), la conducta no debe ser controlada, sino guiada, y el rol del docente es “invitar al niño a actuar desde la cooperación en lugar de la obediencia ciega” (p. 41).

#### **2.4 Interioridad**

El concepto de interioridad se refiere al proceso de tomar conciencia del cuerpo, emociones, pensamientos y sensaciones, con el objetivo de fortalecer la autorregulación emocional. El MINEDU Perú (2017) define la interioridad como “la capacidad del estudiante para reconocer su mundo interno a través de prácticas de respiración, conciencia corporal y relajación muscular” (p. 20).

Koeppen desarrolló una serie de ejercicios de relajación muscular, entre ellos: *El Gato Perezoso se Estira*, *La Tortuga y su Caparazón*, y *La Mosca Molesta*. Estas técnicas buscan que el niño identifique tensiones físicas y las relacione con emociones, logrando así relajación y control emocional.

#### **Definición operativa:**

Interioridad es el conjunto de prácticas corporales utilizadas en cuarto grado para ayudar a los estudiantes a identificar sus emociones, regular tensiones y prepararse emocionalmente para convivir y aprender.

### **3. Enfoques y Modelos Pedagógicos Relacionados**

#### **3.1 Aprendizaje por Competencias**

Tobón (2012) sostiene que las competencias integran conocimientos, habilidades, actitudes y valores para actuar en la vida. Este enfoque prioriza situaciones reales, resolución de problemas y aplicación práctica de valores y habilidades socioemocionales. En Creciendo en

Valores, la convivencia y la autorregulación son competencias esenciales para el desarrollo integral del estudiante.

### **3.2 Aprendizaje Cooperativo**

Johnson y Johnson (1999) explican que el aprendizaje cooperativo fomenta la responsabilidad compartida, la interdependencia positiva y el trabajo colaborativo. Para los autores, “los estudiantes aprenden más y mejor cuando colaboran para alcanzar metas comunes” (p. 22). Esta perspectiva es coherente con el uso de acuerdos de convivencia, trabajo en parejas y actividades de reflexión conjunta aplicadas en esta investigación.

### **3.3 Educación Socioemocional**

La organización CASEL (2015) identifica cinco dimensiones fundamentales de la educación socioemocional: autoconciencia, autorregulación, conciencia social, habilidades relacionales y toma responsable de decisiones. Estas habilidades están presentes en el desarrollo de la convivencia escolar y son fortalecidas directamente mediante la Disciplina Positiva y las técnicas de interioridad.

### **3.4 Modelo Adleriano**

El modelo adleriano sostiene que el ser humano actúa con un propósito social. Dreikurs (1968) explica que los niños presentan “metas equivocadas del comportamiento” cuando no logran pertenecer: búsqueda de atención excesiva, lucha de poder, venganza o demostración de incapacidad. La Disciplina Positiva propone estrategias para reconducir estas metas hacia comportamientos de cooperación.

## **4. Estrategias Didácticas Utilizadas efectivas para la convivencia y la motivación**

Las evidencias recogidas en la bitácora y en la matriz de análisis de contenido muestran que el problema central no se limita a la falta de normas, sino a la necesidad de metodologías activas que conecten con los intereses de los estudiantes y les permitan participar de forma significativa. En coherencia con ello, se seleccionan estrategias didácticas que articulan la Disciplina Positiva con juegos cooperativos, trabajo en grupo, espacios de diálogo y el uso pedagógico de recursos TIC, entendidos como mediadores del aprendizaje y la convivencia.

Diversas investigaciones han demostrado que el aprendizaje cooperativo mejora tanto el rendimiento como la convivencia escolar. Johnson y Johnson definen el aprendizaje cooperativo como el empleo didáctico de grupos reducidos en los que los estudiantes trabajan juntos para maximizar su propio aprendizaje y el de los demás (Johnson & Johnson, 1999). Estudios posteriores en contextos de educación primaria señalan que el trabajo cooperativo favorece la ayuda mutua, la responsabilidad compartida y la disminución de conductas disruptivas, contribuyendo a un clima de aula más positivo (Azorín, 2018; Vilarrasa-Comerma, 2013). En el caso de este estudio, las actividades en pequeños grupos permiten vincular la resolución de tareas con el aprendizaje de habilidades sociales como escuchar, respetar turnos de palabra y llegar a acuerdos.

Los juegos cooperativos y las dinámicas lúdicas se destacan como una estrategia especialmente adecuada para cuarto grado. Alonso López (2013) plantea que el juego cooperativo es una vía idónea para transitar hacia el aprendizaje cooperativo porque combina el componente lúdico con la necesidad de coordinarse, compartir información y aceptar reglas comunes. En esta línea, la matriz de análisis de contenido orienta a incorporar juegos estructurados que, además de divertir, exijan colaboración, diálogo y regulación de impulsos, lo cual se articula con la Disciplina Positiva al promover la pertenencia al grupo y la búsqueda de soluciones conjuntas antes que el castigo.

Otra estrategia clave es el trabajo sistemático mediante debates guiados, asambleas de aula y círculos de diálogo. Desde la perspectiva sociocultural, Mercer y Littleton sostienen que la conversación exploratoria entre estudiantes, cuando se estructura con normas claras de respeto, favorece el razonamiento y el desarrollo de la empatía (Mercer & Littleton, 2007). Investigaciones más recientes sobre enseñanza dialógica inclusiva muestran que establecer "reglas básicas de la conversación" y crear un clima seguro donde todas las voces son escuchadas contribuye a mejorar la convivencia y a prevenir conflictos (Rapanta, 2021). En esta investigación-acción, estas evidencias respaldan el uso de asambleas de aula, debates breves sobre situaciones de la vida cotidiana y espacios para expresar cómo se sienten antes y después de las actividades de interioridad.

El uso pedagógico de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) también puede potenciar la motivación y el aprendizaje colaborativo cuando se integra de manera crítica y orientada a objetivos claros. García-Valcárcel y Hernández señalan que las TIC ofrecen oportunidades para construir y compartir conocimiento de forma conjunta, siempre que se combinen con metodologías colaborativas (García-Valcárcel & Hernández, 2014). Revisiones recientes muestran que las TIC favorecen la motivación, el compromiso con la tarea y el desarrollo de competencias colaborativas cuando se utilizan para actividades interactivas y no solo para la transmisión de información (Barba, 2023; Ábalos-Aguilera, 2024). En el contexto del Colegio Cristo Rey, esto puede traducirse en el uso moderado de recursos digitales sencillos (presentaciones, videos breves, juegos interactivos) que sirvan como disparadores de reflexión, sin sustituir el contacto humano ni la conversación en el aula.

En relación con la motivación, los estudios sobre gamificación muestran que la incorporación de mecánicas de juego (puntos, retos, misiones cooperativas) al currículo incrementa el interés y la perseverancia de los estudiantes. Prieto-Andreu (2022) y Muzgo (2024) documentan cómo las experiencias gamificadas en primaria mejoran la motivación y el compromiso con la tarea, especialmente cuando se vinculan a objetivos de cooperación y no solo a recompensas individuales. Más recientemente, Bolaño (2025) y otros trabajos señalan que la gamificación bien diseñada también puede contribuir al desarrollo de competencias socioemocionales, como la autorregulación y la empatía, al plantear desafíos que obligan a coordinarse y a respetar las reglas del grupo.

Todas estas estrategias se articulan directamente con los principios de la Disciplina Positiva. La guía de disciplina positiva para escuelas y familias del Ministerio de Educación del Perú destaca que las prácticas basadas en el respeto mutuo, la participación activa y la búsqueda conjunta de soluciones ayudan a disminuir el uso de castigos y a fortalecer la responsabilidad compartida (MINEDU, 2017). Las reuniones de clase, los acuerdos de convivencia y las actividades cooperativas son presentadas como herramientas concretas para implementar la Disciplina Positiva en el aula, en línea con lo propuesto por Nelsen, Lott y Glenn (2013). En este estudio, las técnicas de interioridad se complementan con estas estrategias,

ofreciendo a los estudiantes momentos para calmarse, reconocer sus emociones y, posteriormente, dialogar y cooperar desde un estado de mayor regulación.

Desde el punto de vista teórico, estas prácticas se sostienen en la Teoría de la Autodeterminación, que plantea que la motivación aumenta cuando se satisfacen las necesidades de autonomía, competencia y relación (Deci & Ryan, 1985). Los juegos cooperativos y las actividades gamificadas ofrecen retos ajustados al nivel de los estudiantes (competencia), margen para tomar decisiones (autonomía) y oportunidades constantes de interacción social (relación). De igual manera, el aprendizaje cooperativo y el diálogo en el aula materializan los postulados de la educación socioemocional, al crear contextos donde se practican la autorregulación, la empatía y la toma de decisiones responsables. Teóricamente se espera que, al aplicar de forma consistente estas estrategias, mejoren la convivencia, se reduzcan los conflictos verbales, aumente la participación activa y se fortalezca la motivación por aprender en el grupo de cuarto grado.

### **Técnicas de Interioridad de Koeppen**

Las técnicas de interioridad de Koeppen (1974). El Gato Perezoso, La Tortuga y La Mosca Molesta, forman parte del método de “Relajación Progresiva Infantil” (Child Relaxation Training), derivado originalmente de la técnica de relajación muscular progresiva descrita por Jacobson en 1938. Koeppen adaptó este método para niños entre 6 y 12 años, utilizando metáforas corporales para que los menores aprendieran a identificar, tensar y relajar grupos musculares específicos.

Estas técnicas permiten:

- ✓ Reducción de la ansiedad
- ✓ Mejora de la concentración
- ✓ Mayor disposición para aprender
- ✓ Reconocimiento emocional
- ✓ Disminución de comportamientos impulsivos

#### **4.1 Fundamentación psicológica y educativa**

La literatura científica revisada en Dialnet, Redalyc, Academia.edu y Google Scholar coincide en que estas técnicas producen efectos positivos en la autorregulación emocional, disminución del estrés y mejoría del clima escolar. Diversos autores han afirmado que la relajación muscular progresiva permite reducir la activación fisiológica implicada en estados de ira, ansiedad y tensión corporal (Olivares-Olivares & Méndez, 1999; García-Tornel, 2006). En el contexto educativo, se ha demostrado que los ejercicios de conciencia corporal aumentan la atención sostenida, favorecen la convivencia y mejoran la disposición al aprendizaje (López-Torrecillas, 2014).

#### **4.2. Técnica “El Gato Perezoso se Estira”**

Esta técnica consiste en tensar y relajar grupos musculares mediante la metáfora del gato que se despereza al despertar. Redalyc destaca que las metáforas animales facilitan la comprensión simbólica y la conexión afectiva con la actividad (Ramírez & Barragán, 2016). En estudios de intervención escolar, se ha observado que los ejercicios de estiramiento reducen la hiperactividad motora y mejoran la atención (Herrera-Pérez, 2018).

#### **4.3. Técnica “La Tortuga y su Caparazón”**

Esta técnica trabaja la contracción y relajación de brazos, hombros y cuello, simbolizando el movimiento de esconderse en el caparazón y salir lentamente. Investigaciones en Google Académico muestran que esta metáfora permite comprender el autocontrol durante el enojo o el miedo (Martínez López et al., 2019). La tortuga enseña “retirarse”, “pausar” y “volver a salir”, conceptos similares a los métodos de regulación cognitivo-conductual para niños.

#### **4.4 Técnica “La Mosca Molesta”**

Consiste en tensar el rostro y manos como si una mosca estuviera rondando y luego relajarse al “alejarse”. Dialnet señala que los ejercicios faciales disminuyen la tensión oral y maxilar asociada a la ansiedad infantil (Gómez-Serrano, 2017). Esta técnica, en particular,

ayuda a identificar micro expresiones de frustración y canalizarlas hacia la calma.

#### **4.5. Beneficios esperados según la evidencia revisada**

- ✓ Reducción significativa de ansiedad, tensión muscular y conductas impulsivas (Koeppen, 1974; Olivares-Olivares & Méndez, 1999).
- ✓ Mejora de la atención y concentración en niños de primaria (Herrera-Pérez, 2018).
- ✓ Regulación emocional en situaciones de conflicto interpersonal (López-Torrecillas, 2014).
- ✓ Disminución de conductas disruptivas en el aula (Ramírez & Barragán, 2016).
- ✓ Aumento del rendimiento académico en contextos donde se implementa como rutina diaria (García-Tornel, 2006).

#### **4.6. Integración con la Disciplina Positiva**

La Disciplina Positiva sostiene que la autorregulación emocional es la base de la cooperación. Las técnicas de interioridad permiten que el niño acceda a un estado de calma, requisito previo para el diálogo respetuoso y la resolución de conflictos. Nelsen (2009) afirma que sin conexión emocional no puede haber corrección efectiva. Las técnicas de Koeppen proporcionan ese puente, ya que preparan el sistema nervioso para pensar con claridad.

#### **Conversatorios socioemocionales**

El diálogo guiado permite que los estudiantes expresen emociones, reflexionen y aprendan a escuchar al otro. Nelsen (2009) indica que “la conexión emocional es el primer paso para la cooperación auténtica” (p. 60).

#### **6. Acuerdos de convivencia**

La co–construcción de normas fomenta el sentido de pertenencia. Lott y Glenn (2010) señalan que la participación activa en la creación de normas incrementa la responsabilidad.

#### **7. Materiales y Recursos**

Los recursos utilizados incluyen:

- ✓ Cuadernos de interioridad,
- ✓ Láminas y afiches,
- ✓ Cuentos socioemocionales,

- ✓ Música suave,
- ✓ Colchonetas o espacio físico para relajación.

Mayer (2001) documenta que los recursos audiovisuales favorecen los procesos cognitivos y emocionales al activar múltiples canales de aprendizaje.

### **8. Evaluación del Aprendizaje**

La intervención utilizó una evaluación **formativa**, cuya finalidad, según Black y Wiliam (1998), es “retroalimentar el aprendizaje en tiempo real para mejorar la comprensión y desempeño del estudiante” (p. 73).

Asimismo, se aplicó evaluación por **competencias** (Tobón, 2012), centrada en evidencias de desempeño en convivencia, autorregulación emocional y motivación.

Los instrumentos fueron:

- ✓ Listas de cotejo socioemocional,
- ✓ Observaciones sistemáticas en bitácora,
- ✓ Autoevaluaciones emocionales,
- ✓ Registros de participación.

Estas herramientas permitieron identificar progresos, ajustar estrategias y documentar el impacto de la Disciplina Positiva.

## **Marco Metodológico**

### **Diseño**

La presente investigación es una investigación cualitativa del tipo investigación acción, la cual se basa en el método descriptivo para revelar la situación del problema en el contexto de un aula de 4.º grado de primaria. En este espacio se estudió la problemática de desmotivación, falta de respeto, y dificultades en la convivencia escolar, que afecta el proceso de enseñanza-aprendizaje en el Colegio Cristo Rey, ubicado en Managua, barrio Jorge Dimitrov. La investigación-acción es una metodología en la que los investigadores buscan comprender y mejorar la práctica social mediante ciclos de planificación, acción, observación y reflexión. Según Kurt Lewin (1946), quien popularizó el término, la investigación-acción implica un proceso participativo y colaborativo, donde los investigadores y los participantes trabajan juntos para identificar problemas y desarrollar soluciones contextualizadas.

Kemmis y McTaggart (1988) destacan que esta metodología es ideal para mejorar la práctica educativa, ya que promueve la participación activa de los docentes en la investigación sobre sus propias prácticas. Además, Elliott (1991) resalta que la investigación-acción tiene una doble intención: contribuir al conocimiento y a la mejora directa de la práctica, lo que la convierte en una herramienta transformadora.

También, esta es una investigación acción porque se ha aplicado una intervención pedagógica a partir de un diagnóstico de la práctica docente, en donde se implementó una estrategia de cambio para mejorar la problemática identificada en un ciclo de sesiones educativas en el aula; toda la información del proceso se registró en una bitácora de investigación, para describir el paso a paso del proceso y los resultados obtenidos. Durante el desarrollo de esta, se estudió el problema en el entorno de un aula de clases.

### **Población y muestra**

El estudio se desarrolló en el segmento poblacional de 24 estudiantes, 22 niñas y 2 niños, del aula de 4.º grado de primaria del Colegio Cristo Rey, ubicado en el barrio Jorge Dimitrov, Managua. Se trabajó con la totalidad del grupo para intervenir directamente en la dinámica grupal y promover mejoras en la motivación y convivencia.

### **Técnicas e Instrumentos**

Para realizar esta investigación, se utilizaron técnicas e instrumentos propios de la investigación acción, además se siguió la lógica del enfoque cualitativo. En este sentido se utilizaron las siguientes técnicas e instrumentos:

1. Revisión documental: se llevó a cabo un análisis de documentos teóricos como investigaciones, artículos científicos y tesis de maestría para identificar la evidencia teórica pertinente a este estudio, con la que se construyó la base teórica y antecedentes. Además, se revisó el currículo nacional de educación básica, específicamente el área relacionada con la convivencia escolar y la disciplina positiva.
2. Bitácora de investigación: instrumento esencial que permitió documentar de manera sistemática las experiencias, observaciones y reflexiones durante la práctica cotidiana. A través de entradas regulares se registraron situaciones, reacciones y avances en el contexto de trabajo. La intervención se desarrolló del 1 de octubre al 5 de noviembre, con un total de 6 sesiones, una por semana.
3. Autodiagnóstico de la práctica docente: utilizado por la docente-investigadora para evaluar y comprender profundamente la propia práctica educativa, identificando fortalezas y áreas de mejora, adaptando las intervenciones a las necesidades reales de los estudiantes.
4. Encuesta de convivencia escolar: aplicada inicialmente para diagnosticar la situación de la convivencia en el aula y posteriormente para evaluar los cambios tras la intervención. Además, se realizó un acompañamiento y reuniones con la directora y la maestra de planta para identificar estrategias adecuadas para la intervención.

### **Procedimientos de análisis de la información**

Se realizó la búsqueda y revisión de información en bases de datos especializadas como Dialnet, Google Académico, Scielo, y repositorios institucionales de UNAN Managua y UNICA. Se seleccionaron textos fundantes, investigaciones recientes y documentos nacionales para construir el marco teórico.

Las observaciones de aula se registraron en la bitácora y se contrastaron con la evidencia teórica para analizar la coherencia entre la práctica docente y las mejores prácticas en convivencia y motivación escolar.

Se garantizó el consentimiento informado, anonimato y confidencialidad con la directora y docentes informados sobre el proceso, así como sobre la toma de fotografías y videos con fines documentales para la investigación, respetando siempre la privacidad de los participantes.

### **Propuesta de Intervención (Estrategia)**

La presente intervención se desarrolló con el propósito de fortalecer las habilidades socioemocionales, la convivencia escolar y la disciplina positiva en los estudiantes de cuarto grado del Colegio Cristo Rey. El proceso se organizó en dos fases complementarias: la primera orientada al desarrollo personal y a la autorregulación emocional; y la segunda centrada en la interacción social, la comunicación respetuosa y la aceptación de las diferencias individuales. Ambas fases se ejecutaron de forma progresiva para asegurar que los estudiantes construyeran aprendizajes significativos y coherentes con sus necesidades reales.

#### **Fase 1: Desarrollo personal, autoestima y autorregulación emocional**

Esta fase tuvo como objetivo fortalecer las bases emocionales y actitudinales necesarias para el desarrollo de una disciplina positiva dentro del aula. Se inició con la **evaluación diagnóstica**, una actividad clave para identificar las características personales de cada estudiante, su nivel de autoestima, sus habilidades de control emocional y las principales dificultades que enfrentaban en el cumplimiento de normas y en sus relaciones interpersonales. El diagnóstico permitió comprender las dinámicas grupales y orientar las actividades posteriores de manera adecuada.

Después de esta etapa inicial, se desarrolló la actividad **“Nuestro trabajo con sentido”**. En ella, los estudiantes asumieron responsabilidades específicas dentro del aula, tales como coordinador del orden, encargado de materiales, cuidador del ambiente y promotor de la paz. A partir de estos roles elaboraron un mural colectivo que representaba cada función y los valores relacionados, como respeto, colaboración, solidaridad y responsabilidad. Esta actividad fortaleció el sentido de pertenencia y la valoración del trabajo individual dentro del grupo, promoviendo un ambiente donde cada estudiante se reconoce como parte importante de la dinámica escolar.

Posteriormente, se llevó a cabo la estrategia **“Técnicas de interioridad”** (1.3), orientada a favorecer la autorregulación emocional. Mediante ejercicios de reflexión guiada, respiración consciente y reconocimiento de emociones, los estudiantes aprendieron a nombrar lo que

sienten y comprender cómo estas emociones influyen en su comportamiento diario. Además, se promovió el uso de un vocabulario emocional amplio que les permitió expresarse de forma clara, evitando reacciones impulsivas y facilitando la resolución pacífica de conflictos. Esta actividad se convirtió en un recurso fundamental para la construcción de un clima de aula más estable, pues brindó a los estudiantes herramientas para manejar la frustración, la ira, la tristeza y la euforia.

En conjunto, las actividades de esta fase permitieron fortalecer la autoestima, la capacidad de introspección y la responsabilidad individual, creando las condiciones necesarias para avanzar hacia habilidades de convivencia más complejas.

## **Fase 2: Convivencia, comunicación respetuosa y valoración de las diferencias**

Una vez afianzadas las habilidades personales, se inició la segunda fase del proceso, centrada en el desarrollo de habilidades sociales, la regulación del comportamiento y el fortalecimiento de la convivencia armónica.

La primera actividad fue **“El micrófono del respeto”**, una dinámica que permitió practicar la escucha activa y la comunicación asertiva. Los estudiantes utilizaron un micrófono simbólico que otorgaba el derecho a expresar ideas, opiniones, sentimientos o necesidades sin interrupciones. Esta herramienta fomentó la paciencia, la tolerancia y la valoración de la palabra del otro. Durante las dramatizaciones se representaron situaciones reales del aula, lo que permitió reflexionar sobre conductas inadecuadas y construir alternativas más respetuosas y dialogadas.

Seguidamente, se desarrolló la actividad **“Aprendiendo de los errores”**. A través del análisis de casos, situaciones escolares y dilemas morales, los estudiantes reflexionaron sobre la importancia de reconocer los errores sin temor, asumir responsabilidades y buscar soluciones constructivas. Se enfatizó que equivocarse forma parte del aprendizaje y que la corrección positiva contribuye al crecimiento personal. Esta actividad fortaleció la capacidad de reflexión, redujo conductas defensivas y promovió la adopción de actitudes más flexibles y empáticas.

Finalmente, se implementó la estrategia **“Mis lentes para ver el mundo”**, donde cada estudiante diseñó unos lentes simbólicos que representaban su forma particular de interpretar la realidad. A través de esta experiencia creativa se reflexionó sobre la diversidad de pensamientos, emociones, experiencias y puntos de vista presentes en el aula. La actividad permitió comprender que cada persona observa el mundo desde su propia historia, por lo que es necesario respetar las diferencias, evitar los prejuicios y valorar la singularidad de cada compañero.

Esta fase contribuyó significativamente al desarrollo de competencias de convivencia, la solución pacífica de conflictos y el respeto por la diversidad. Al mismo tiempo, fortaleció la identidad grupal y generó un ambiente más armónico, propicio para el aprendizaje.

### **Síntesis del proceso**

El proceso de intervención se consolidó como una estrategia integral que articula el crecimiento personal con la convivencia colectiva. La secuencia de actividades permitió que los estudiantes:

- Reconocieran sus fortalezas personales y desarrollaran una autoestima positiva.
- Identificaran y regularan sus emociones de manera más consciente.
- Practicaran formas respetuosas y asertivas de comunicarse.
- Comprendieran el valor formativo de los errores.
- Aceptaran y valoraran las diferencias individuales dentro del grupo.

En conjunto, la intervención no solo mejoró la disciplina dentro del aula, sino que también fortaleció habilidades socioemocionales clave para la vida escolar y social de los estudiantes.

## **Resultados de la Propuesta de Intervención**

La propuesta de intervención desarrollada en los estudiantes de cuarto grado del Colegio Cristo Rey generó resultados significativos tanto en el ámbito socioemocional como en la convivencia y la disciplina dentro del aula. Los efectos observados permiten concluir que el proceso fue pertinente, oportuno y efectivo para atender las necesidades diagnosticadas, fortaleciendo habilidades individuales y colectivas que favorecen un clima escolar más armónico y regulado.

### **1. Resultados en el ámbito personal y emocional**

Uno de los principales logros se vinculó con el fortalecimiento de la autoestima y la identidad personal de los estudiantes. A partir de las diversas actividades desarrolladas, se evidenció un mayor reconocimiento de sus cualidades, funciones y responsabilidades. El mural elaborado en la estrategia “Nuestro trabajo con sentido” se convirtió en una herramienta que reforzó el sentido de pertenencia, pues los estudiantes lograron identificarse como miembros activos del grupo y valoraron sus aportes dentro del aula. Este ejercicio contribuyó a que los alumnos mostraran mayor iniciativa, seguridad y compromiso en las tareas asignadas.

En cuanto a la autorregulación emocional, se observaron transformaciones positivas. La actividad “Zoom con mis ojos” permitió que los estudiantes mejoraran su capacidad para identificar, nombrar y expresar sus emociones de manera más adecuada. Antes de la intervención, era común que los estudiantes reaccionaran impulsivamente ante situaciones de frustración o desacuerdo. Después de las sesiones, mostraron mayor calma para enfrentar conflictos, utilizaron expresiones verbales para explicar cómo se sentían y evitaron respuestas agresivas. También se evidenció un progreso en la comprensión de la relación entre emociones y comportamientos, lo que favoreció conductas más reflexivas y menos reactivas.

Estos avances en la dimensión emocional tuvieron un impacto directo en el comportamiento diario, reduciendo episodios de indisciplina, discusiones innecesarias y

actitudes negativas. En suma, los estudiantes adquirieron herramientas básicas para gestionar sus emociones de forma más autónoma y efectiva.

## **2. Resultados en comunicación y convivencia**

La segunda fase de la intervención permitió observar mejoras importantes en la convivencia y en la interacción social entre los estudiantes. La actividad “El micrófono del respeto” tuvo un impacto notable en la escucha activa y la expresión asertiva. Se registró un cambio significativo en la forma en que los estudiantes tomaban la palabra: esperaban su turno, respetaban la opinión del compañero y utilizaban un tono de voz adecuado. Este ejercicio redujo interrupciones, conflictos verbales y situaciones de competencia por hablar. Asimismo, se observó que los estudiantes desarrollaron la capacidad de formular mensajes claros, expresar desacuerdos con respeto y pedir aclaraciones sin recurrir a gestos o palabras ofensivas.

Otro resultado relevante se relaciona con la reflexión sobre los errores y la responsabilidad personal. Durante la actividad “Aprendiendo de los errores”, los estudiantes lograron comprender que equivocarse es parte del proceso de aprendizaje y que corregir una acción de manera positiva es una oportunidad para crecer. Este cambio de perspectiva redujo conductas defensivas y aumentó la disposición a disculparse, reparar daños y aceptar consecuencias sin resistencia. Se evidenció mayor honestidad, transparencia y apertura al diálogo en situaciones conflictivas.

La actividad “Mis lentes para ver el mundo” promovió avances importantes en la aceptación de las diferencias individuales. Los estudiantes demostraron mayor empatía al comprender que cada compañero tiene una forma distinta de pensar, sentir y percibir las situaciones. Esto ayudó a disminuir burlas, críticas y actitudes de rechazo, favoreciendo la integración grupal. Se observó una mejora en la cooperación, la tolerancia y el apoyo mutuo, especialmente en actividades colectivas.

### **3. Resultados en la disciplina y el clima escolar**

Como consecuencia de los avances socioemocionales y de convivencia, se registraron mejoras claras en la disciplina del aula. Los estudiantes mostraron mayor disposición para cumplir normas, respetar acuerdos y mantener una actitud más responsable durante las clases. La regulación del comportamiento se volvió más autónoma, disminuyendo la necesidad de llamados de atención constantes por parte del docente. Igualmente, se redujeron los episodios de comportamiento disruptivo y aumentó la capacidad del grupo para autorregularse colectivamente.

El clima escolar experimentó una transformación positiva: se observaron relaciones más sanas, un trato más respetuoso y un ambiente de mayor confianza entre los estudiantes. Las actividades brindaron un espacio para expresar emociones, dialogar, reflexionar sobre conductas problemáticas y comprender las perspectivas ajenas, lo que favoreció un ambiente más estable y seguro. El aula se convirtió en un espacio más equilibrado, donde el respeto mutuo y la colaboración se evidenciaron con mayor frecuencia.

### **4. Impacto global de la intervención**

De manera general, la propuesta de intervención logró cumplir sus objetivos principales, dejando impactos visibles en la dinámica grupal. Los estudiantes no solo fortalecieron habilidades personales y sociales, sino que integraron estas herramientas en su convivencia diaria. Se constató una mejora global en la actitud, la comunicación, el manejo emocional y el comportamiento, lo cual sugiere que la intervención fue pertinente y eficaz.

Además, la implementación de actividades dinámicas, simbólicas y participativas favoreció la motivación y el involucramiento activo de los estudiantes, lo que permitió que los aprendizajes fueran significativos y con alta probabilidad de permanencia en el tiempo. El proceso contribuyó al desarrollo integral de los alumnos, preparándolos para enfrentar de manera más consciente y respetuosa las situaciones que se presentan en el entorno escolar y social.

## **Dificultades Encontradas**

Durante el desarrollo de la propuesta de intervención en los estudiantes de cuarto grado del Colegio Cristo Rey se identificaron diversas dificultades que influyeron en el ritmo, la dinámica y la profundidad del proceso. Estas dificultades no impidieron la ejecución de las actividades, pero sí exigieron ajustes, estrategias alternativas y una constante reflexión pedagógica para garantizar el logro de los objetivos planteados.

### **1. Dificultades relacionadas con la autorregulación emocional**

Una de las dificultades más notorias durante la intervención fue la limitada capacidad inicial de los estudiantes para reconocer y expresar sus emociones. Al inicio del proceso, muchos alumnos tenían dificultades para identificar cómo se sentían o para verbalizarlo de forma adecuada. Este desconocimiento emocional generaba respuestas impulsivas, discusiones innecesarias, llantos frecuentes o comportamientos evitativos ante situaciones que les generaban frustración o incomodidad.

Asimismo, se observó que algunos estudiantes mostraban resistencia a participar en actividades introspectivas, como “Zoom con mis ojos”, porque no estaban acostumbrados a reflexionar sobre lo que sienten. La falta de vocabulario emocional y la tendencia a minimizar sus emociones dificultó la profundidad de las primeras sesiones, lo cual requirió mayor acompañamiento, ejemplos concretos.

### **2. Dificultades en la convivencia y la comunicación**

Otra dificultad importante fue la presencia de patrones de comunicación poco asertivos dentro del grupo. Antes de la intervención, era frecuente que los estudiantes interrumpieran, elevaran el tono de voz, se burlaran de los compañeros o reaccionaran con frases defensivas o desafiantes. Estas conductas afectaron inicialmente actividades como “El micrófono del respeto”, donde algunos estudiantes intentaron monopolizar la palabra o expresaron ideas sin considerar los sentimientos del otro.

También se observó que existía escasa tolerancia ante opiniones diferentes, lo que generaba conflictos verbales y actitudes de rechazo. La actividad “Mis lentes para ver el mundo” permitió evidenciar que algunos estudiantes no comprendían que las personas tienen perspectivas distintas, lo que generó comentarios despectivos o incomodidad en quienes se sentían juzgados. Esta dificultad requirió un proceso de sensibilización más profundo para promover la empatía y el respeto por la diversidad.

### **3. Dificultades en la regulación del comportamiento y cumplimiento de normas**

En la dimensión conductual, una de las dificultades más comunes fue la inconstancia en el cumplimiento de las normas del aula. Aunque los estudiantes comprendían las reglas, no siempre lograban mantener comportamientos adecuados de manera sostenida. La falta de hábitos de autocontrol, la impulsividad y la necesidad constante de supervisión directa del docente dificultaron el desarrollo de una disciplina positiva en las primeras sesiones.

Además, algunos estudiantes mostraron resistencia al asumir responsabilidades, especialmente durante la actividad “Nuestro trabajo con sentido”. Hubo casos en los que costó que se apropiaran de su rol, comprendieran su importancia o cumplieran con las tareas asignadas. Este comportamiento reflejó, en parte, experiencias previas donde no se había desarrollado un sentido claro de responsabilidad individual dentro del aula.

### **4. Dificultades derivadas de las dinámicas grupales preexistentes**

El grupo presentaba ciertos patrones de convivencia ya establecidos antes de la intervención, como la existencia de pequeños grupos cerrados, estudiantes que ejercían cierto liderazgo negativo o compañeros que eran frecuentemente aislados. Estas dinámicas dificultaron al inicio la integración plena en actividades grupales y la libre expresión de opiniones.

También se evidenciaron relaciones conflictivas previas entre ciertos estudiantes, lo que generaba tensiones durante los trabajos colaborativos. Estas diferencias personales

afectaron el clima de algunas sesiones y requerían la intervención del docente para facilitar acuerdos y promover un ambiente más equilibrado.

### **5. Dificultades logísticas y de tiempo**

La intervención también presentó desafíos vinculados al tiempo disponible para ejecutar cada actividad, ya que algunas requerían un espacio más prolongado para reflexionar, dialogar o realizar dramatizaciones. En ocasiones, el horario escolar no permitía completar todas las etapas previstas en una sesión, lo que obligó a dividir actividades o reducir ciertos momentos de retroalimentación.

Además, hubo sesiones en las que algunos estudiantes no contaban con materiales necesarios para actividades creativas, como los lentes simbólicos, lo cual retrasó la dinámica y requirió adaptaciones improvisadas para evitar que quedaran excluidos.

### **6. Dificultades relacionadas con la atención y el enfoque**

Otro reto significativo fue la dispersión y el manejo de la atención durante actividades reflexivas o de diálogo. Algunos estudiantes tenían dificultades para mantener la concentración, especialmente en actividades que requerían mayor silencio, escucha activa y paciencia. Esta falta de atención afectó el ritmo de las sesiones y generó la necesidad de implementar estrategias de transición, pausas activas o recordatorios constantes.

En conjunto, las dificultades evidenciadas revelan que el grupo requería un acompañamiento intensivo en habilidades socioemocionales básicas, especialmente en el manejo emocional, la comunicación respetuosa y la regulación del comportamiento. Estas limitaciones iniciales no fueron un obstáculo para el proceso, sino una oportunidad para profundizar el trabajo pedagógico y ajustar las estrategias de la intervención.

## Conclusiones

La intervención implementada con los estudiantes de cuarto grado del Colegio Cristo Rey permitió evidenciar avances significativos en el fortalecimiento de las habilidades socioemocionales, la convivencia y la disciplina positiva dentro del aula. A partir de las actividades diseñadas, se constató que los estudiantes desarrollaron un mayor nivel de autoconocimiento, responsabilidad individual y capacidad para reconocer y expresar sus emociones de manera más adecuada, lo cual repercutió positivamente en su comportamiento y en el clima escolar.

Los resultados obtenidos demuestran que el trabajo sistemático en autoestima, autorregulación emocional, comunicación asertiva y aceptación de las diferencias conduce a mejoras visibles y sostenidas en la convivencia. Las estrategias utilizadas tales como la reflexión guiada, los espacios de diálogo, la expresión artística y las dinámicas simbólicas facilitaron que los estudiantes se involucraran activamente en su propio proceso formativo, permitiendo que los aprendizajes adquiridos fueran significativos y aplicables a situaciones reales de su vida escolar.

Asimismo, las actividades orientadas a promover la comunicación respetuosa y la resolución pacífica de conflictos favorecieron la construcción de relaciones más armónicas entre los estudiantes. Se observó un cambio en la forma de interactuar, expresarse y escuchar a los demás, lo que fortaleció el respeto mutuo, la empatía y la cooperación. Estas competencias sociales se convirtieron en elementos determinantes para mejorar la disciplina, reducir conductas disruptivas y generar un ambiente de aula más seguro y propicio para el aprendizaje.

No obstante, el proceso también permitió identificar dificultades vinculadas a la autorregulación, la tolerancia a la frustración y la constancia en el cumplimiento de normas. Estas limitaciones reflejan la necesidad de continuar desarrollando habilidades socioemocionales de manera permanente, integrándolas como parte del currículo escolar y no

únicamente como acciones aisladas. La intervención evidenció que los estudiantes requieren acompañamiento continuo, oportunidades para practicar la reflexión y rutinas socioemocionales estables para consolidar los avances logrados.

En términos generales, se concluye que la propuesta de intervención fue pertinente, necesaria y efectiva para atender las problemáticas identificadas. Los progresos alcanzados validan la importancia de implementar estrategias educativas basadas en la disciplina positiva, el diálogo, la participación activa y la valoración de las diferencias individuales. Se recomienda dar continuidad al proceso, fortalecer la formación docente en competencias socioemocionales y promover espacios de participación estudiantil que consoliden un clima escolar sano y respetuoso.

## Referencias

- Ábalos-Aguilera, F. (2024). TIC, motivación y rendimiento académico en educación. *Education in the Knowledge Society*, 25(1), 1–20.
- Adler, A. (s. f.). *Psicología adleriana*.
- Alonso López, C. (2013). *Del juego cooperativo al aprendizaje cooperativo*. Universidad de Valladolid.
- Ausubel, D. (1983). *Teoría del aprendizaje significativo*. Trillas.
- Azorín, C. M. (2018). El método de aprendizaje cooperativo y su aplicación en el aula. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 23(78), 181–204.
- Barba, N. G. S. (2023). Aprendizaje colaborativo y uso de las TIC en la educación. *Revista de Educación a Distancia*, 23(75), 1–21.
- Black, P., & Wiliam, D. (1998). Assessment and classroom learning. *Assessment in Education: Principles, Policy & Practice*, 5(1), 7–74.
- Bolaño, M. A. P. (2025). La gamificación como estrategia innovadora para mejorar la motivación y el aprendizaje. *Revista Iberoamericana de Ciencias*.
- CASEL. (2015). *Core SEL competencies*. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Springer.
- Dreikurs, R. (1968). *Psychology in the classroom*. Harper & Row.
- Fierro, C., & Carbajal, J. (2013). *Convivencia escolar: Una mirada a la práctica educativa*. SEP.
- García-Tornel, I. (2006). Estrategias de relajación infantil. *Revista Pediátrica Española*, 64(3), 215–223.
- García-Valcárcel, A., & Hernández, A. (2014). Las TIC en el aprendizaje colaborativo en el aula de primaria. *Comunicar*, 42, 65–74.

- Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. Kairós.
- Gómez-Serrano, C. (2017). Técnicas de relajación facial y ansiedad infantil. *Revista de Terapias Psicológicas*, 12(2), 45–58.
- González, F. (2012). *Motivación y aprendizaje*. Editorial Pueblo y Educación.
- Herrera-Pérez, M. (2018). Relajación progresiva y atención sostenida en educación primaria. *Revista Latinoamericana de Psicología Educativa*, 20(1), 55–72.
- Jacobson, E. (1938). *Progressive relaxation*. University of Chicago Press.
- Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (1999). *Learning together and alone: Cooperative, competitive, and individualistic learning*. Allyn & Bacon.
- Koeppen, A. W. (1974). Relaxation training for children. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 5(2), 97–100.
- López-Torrecillas, T. (2014). Relajación muscular y regulación emocional en escolares. *Revista de Psicología y Educación*, 9(1), 33–47.
- Martínez López, M., Ruiz-González, E., & Paredes, M. (2019). Técnicas de interioridad y autocontrol infantil. *Revista Electrónica de Psicología Educativa*, 15(4), 401–420.
- Mayer, R. (2001). *Multimedia learning*. Cambridge University Press.
- Mercer, N., & Littleton, K. (2007). *Dialogue and the development of children's thinking: A sociocultural approach*. Routledge.
- Ministerio de Educación del Perú. (2017). *Guía de disciplina positiva para el desarrollo de habilidades socioemocionales en la escuela y trabajo con las familias*. MINEDU.
- Muzgo, L. A. B. (2024). Estrategias de gamificación en el aula de primaria: efectos en la motivación y el compromiso. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 26(2), 1–18.
- Nelsen, J. (2009). *Disciplina positiva*. Ediciones Médici.
- Nelsen, J., Lott, L., & Glenn, H. (2013). *Positive discipline in the classroom*. Harmony Books.
- Olivares-Olivares, P. J., & Méndez, F. (1999). Tratamiento de los trastornos emocionales infantiles mediante relajación. *Anales de Psicología*, 15(1), 95–108.
- Piaget, J. (1976). *La psicología del niño*. Morata.

- Pintrich, P. (2003). A motivational science perspective on the role of student motivation in learning and teaching contexts. *Journal of Educational Psychology, 95*(4), 667–686.
- Prieto-Andreu, J. M. (2022). Gamificación, motivación y rendimiento en educación: una revisión sistemática. *Revista Electrónica Educare, 26*(1), 251–276.
- Ramírez, L., & Barragán, P. (2016). Intervenciones de interioridad en contextos escolares. *Revista Iberoamericana de Educación, 70*(1), 115–130.
- Ramírez, L., & Colaboradores. (2020). *Técnicas psicocorporales para la autorregulación emocional*. Redalyc.
- Rapanta, C. (2021). El reto de la enseñanza dialógica inclusiva en la escuela. *Revista de Educación Inclusiva, 14*(1), 45–63.
- Rogers, C. (1969). *Freedom to learn*. Charles Merrill.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist, 55*(1), 68–78.
- Tobón, S. (2012). *Metodología para el desarrollo de competencias*. ECOE Ediciones.
- UNESCO. (2015). *Guía para el buen vivir en la escuela*. UNESCO.
- Vilarrasa-Comerma, A. (2013). *Aprendizaje cooperativo y mejora de la convivencia dentro del aula*. Universidad Internacional de La Rioja.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.









## Anexo 2. Fotografía

### Técnica de interioridad.



**Dramatizaciones**



## Teléfono descompuesto



## Conociendo mis emociones



**Practica de las emociones**



## Anexo 3

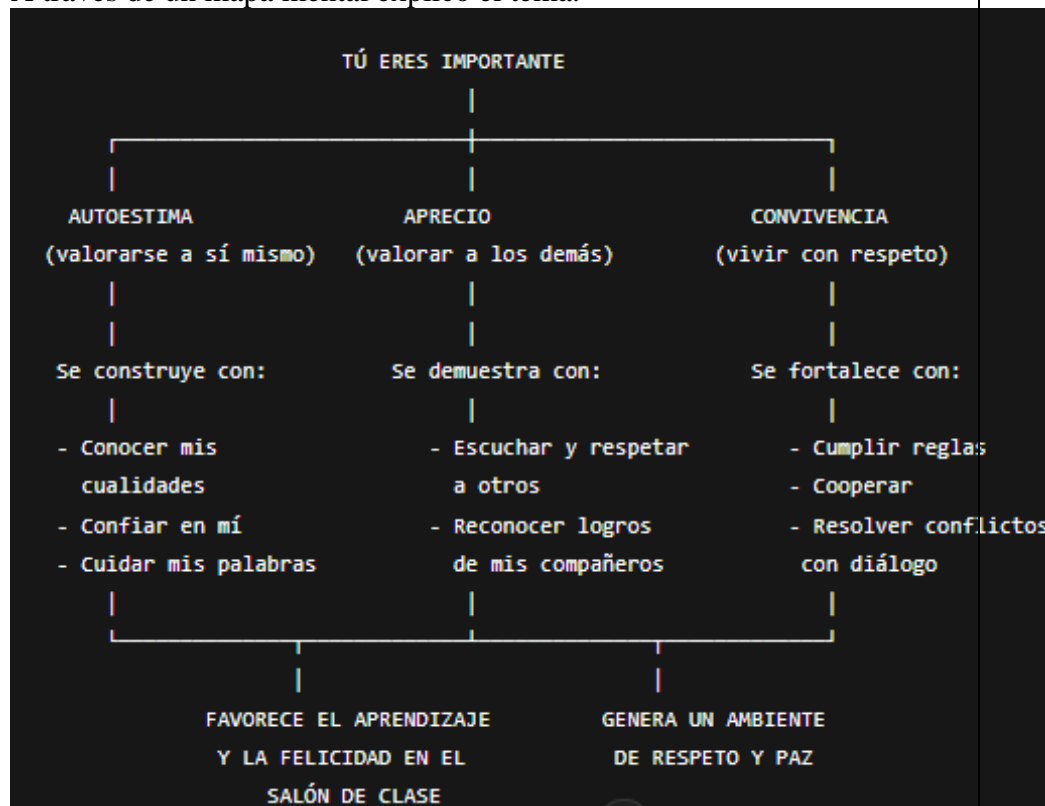
**Planes de clases**

<b>Plan Diario de Clase 1</b>		
<b>Fecha: 11 de octubre de 2025</b>	<b>Asignatura:</b> Creciendo en valores.	
<b>Grado:</b> 4to	<b>Sección:</b> A	<b>Tiempo:</b> 45 minutos
<b>Indicador de Logro:</b> Reconoce su propia valía y la de los demás mediante la expresión de cualidades personales y actitudes de respeto, empatía y cooperación dentro del grupo.		
<b>Contenido:</b> <u>Tu eres importante</u>  • Autoestima		
<b>Criterio de Evaluación:</b> C1. Comprende el significado de la autoestima y el aprecio como fundamentos de la convivencia. C2. Participa en dinámicas grupales que promueven el respeto y la valoración mutua.		
Momentos de la Acción Didáctica		
<b>Actividades de Iniciación (10min)</b>		
<b>Actividad:</b> “El espejo mágico”  • El docente muestra un espejo y pregunta: “¿Quién creen que es la persona más importante que verán hoy?” • Luego muestra el espejo y dice: “La persona más importante eres tú”. • Se promueve una breve conversación: ○ ¿Qué cosas te hacen importante? ○ ¿Por qué todos somos valiosos, aunque seamos diferentes? • El docente anota en el pizarrón palabras clave mencionadas por los alumnos		

(amable, respetuoso, alegre, solidario, etc.).

### Actividades de Desarrollo (30min)

A través de un mapa mental explico el tema.



Actividad: Lúdica y creativa “Mi flor de cualidades” (20 minutos)

Materiales: hojas de colores, tijeras, pegamento, plumones, crayones.

Desarrollo:

1. Cada niño dibuja una flor. En el centro escribe su nombre.
2. En cada pétalo anota una cualidad positiva.
3. Intercambia un pétalo con un compañero, quien escribe una cualidad que percibe en él o ella.
4. Arma su flor completa y la coloca en un mural grupal titulado “Todos somos importantes”.

### Actividades de Culminación (Evaluación y Conclusión) (5min)

<ul style="list-style-type: none"> <li>• En círculo, cada alumno comparte una acción con la que demostrará que se valora o valora a los demás (por ejemplo: “No diré cosas feas de mí” o “Ayudaré a un compañero”).</li> <li>• El docente concluye con una frase de refuerzo: “Todos somos importantes. Cuando nos respetamos y valoramos, construimos un grupo feliz y unido.”</li> </ul>
--

<b>Plan Diario de Clase 2</b>		
<b>Fecha:</b> 11 de octubre de 2025	<b>Asignatura:</b> Creciendo en valores.	
<b>Grado:</b> 4to	<b>Sección:</b> A	<b>Tiempo:</b> 45 minutos
<b>Indicador de Logro:</b> Participa de manera activa y responsable en actividades del aula que promueven la colaboración, el sentido de pertenencia y el compromiso con el grupo		
<b>Contenido:</b> <u>Trabajar con sentido en el aula</u>		
<b>Criterio de Evaluación:</b> C1. Demuestra actitud colaborativa y responsable al participar en actividades del aula. C2. Identifica la importancia de asumir responsabilidades dentro del grupo.		
Momentos de la Acción Didáctica		
<b>Actividades de Iniciación (10min)</b>		
<b>Actividad:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conversatorio motivador: El docente inicia preguntando: ¿Por qué creen que es importante ayudar en las actividades del aula?</li> <li>• Lluvia de ideas: Los estudiantes mencionan diferentes tareas que ayudan al grupo (recoger materiales, cuidar el orden, borrar la pizarra, etc.).</li> <li>• Lectura guiada: Se presenta el texto “Trabajar con sentido en el aula”. El docente lee en voz alta y hace preguntas breves para comprobar comprensión.</li> </ul>		
<b>Actividades de Desarrollo (30min)</b>		

<p>Explicación del tema:</p> <p>El docente explica que “trabajar con sentido” significa realizar las tareas del aula no solo porque se nos pide, sino porque entendemos que ayudan al grupo, al aprendizaje y al bienestar de todos.</p> <p>Se aclara que cuando cada uno colabora, el aula se convierte en un espacio más agradable, ordenado y feliz.</p> <p>Se destacan los valores que se ponen en práctica: responsabilidad, empatía, solidaridad y pertenencia.</p> <p><b>Aplicación de la estrategia:</b></p> <p>El docente organiza a los estudiantes en pequeños grupos y les asigna responsabilidades con sentido (encargado de materiales, asistencia, limpieza, portafolios, decoración, etc.). Cada grupo reflexiona sobre por qué su tarea es importante y cómo beneficia a todos. Elaboran un cartel o mural titulado “Nuestro trabajo con sentido” donde escriben o dibujan su función y el valor que representa (por ejemplo: “Cuidar los materiales = responsabilidad”).</p>
<b>Actividades de Culminación (Evaluación y Conclusión) (5min)</b>
<p><b>Autoevaluación:</b> Cada estudiante responde oralmente o por escrito:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué aprendí sobre el trabajo con sentido?</li> <li>• ¿Qué tarea me gustaría asumir en el aula?</li> <li>• ¿Cómo puedo ayudar a que mi grupo funcione mejor?</li> </ul> <p><b>Cierre reflexivo:</b> El docente concluye resaltando que cuando todos colaboran con sentido, el grupo se fortalece y se aprende mejor.</p>

<b>Plan Diario de Clase 3</b>		
<b>Fecha: 11 de octubre de 2025</b>	<b>Asignatura:</b> Creciendo en valores.	
<b>Grado:</b> 4to	<b>Sección:</b> A	<b>Tiempo:</b> 45 minutos
<b>Indicador de Logro:</b> <b>Aplica</b> estrategias sencillas para autorregular sus emociones y mantener la calma en diferentes situaciones escolares.		
<b>Contenido:</b>		
<u>La autorregulación emocional</u>		
<b>Criterio de Evaluación:</b>		
C1. Reconoce sus emociones y reacciones frente a diferentes situaciones.		

C2. Utiliza estrategias de calma y concentración para autorregularse.
Momentos de la Acción Didáctica
<b>Actividades de Iniciación (10min)</b>
<p><b>Actividad:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diálogo inicial: El docente pregunta: ¿Qué sentimos cuando algo no nos sale bien? ¿Qué hacemos cuando estamos enojados o tristes?</li> <li>• Dinámica “caritas de emoción”: se muestran imágenes con expresiones de alegría, enojo, tristeza y calma, y los estudiantes comentan cuándo se sienten así.</li> <li>• Presentación del tema: El docente explica que hoy aprenderán sobre la autorregulación, es decir, cómo mantenernos tranquilos y enfocados cuando sentimos emociones fuertes o estamos muy agitados.</li> </ul>
<b>Actividades de Desarrollo (30min)</b>
<p><b>Actividad “El Gato Perezoso se Estira”</b></p> <p><b>Dimensión corporal:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “Vamos a convertirnos en un gato muy perezoso que quiere estirarse...”</li> <li>• Los estudiantes estiran los brazos frente a ellos, luego hacia arriba y hacia atrás, sintiendo el tirón en los hombros.</li> <li>• Dejan caer los brazos a los lados.</li> <li>• Repiten la secuencia <b>tres veces</b>, cada vez con más control y calma.</li> </ul> <p><b>Dimensión emocional:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El docente pregunta: “¿Sienten cómo sus brazos y hombros están más relajados?”</li> </ul> <p><b>Dimensión cognitiva:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “¿Estás bien cuando estás relajado? ¿Qué podrías cambiar en tu actitud para sentirte así más seguido?”</li> </ul> <p><b>Dimensión espiritual:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Momento breve de silencio y respiración profunda.</li> </ul> <p><b>Dimensión social:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comparten cómo se sintieron con el estiramiento.</li> </ul> <p><b>2. Actividad “La Tortuga y su Caparazón”</b></p> <p><b>Dimensión corporal:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Los niños imaginan que son una tortuga tomando el sol.</li> <li>• De pronto hay “peligro”, deben meter la cabeza en su caparazón (subir hombros hacia las orejas).</li> <li>• Relajan, salen del caparazón.</li> <li>• Repetir tres veces.</li> </ul> <p><b>Dimensión emocional:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “¿Cómo se sienten ahora que su cuello y hombros están relajados?”</li> </ul> <p><b>Dimensión cognitiva:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “¿Qué cambios pueden hacer cuando su cuerpo está tenso para volver a sentirse</li> </ul>

tranquilos?”

Dimensión espiritual:

- Breve silencio consciente, sintiendo el cuerpo relajado.

Dimensión social:

• Expresan cómo se sienten y comparten situaciones donde podrían usar esta técnica.

#### **4. Actividad “La Mosca Molesta”**

**Dimensión corporal:**

• Una mosca imaginaria se posa en la nariz..No pueden usar las manos: deben arrugar la nariz fuerte para espantarla.

Se tensan la nariz, mejillas, frente, ojos...

Luego relajan completamente toda la cara.

Repetir tres veces.

Dimensión emocional:

- “¿Qué se siente tener la cara relajada después de tenerla muy tensa?”

Dimensión cognitiva:

- “¿Qué cambios harían en su actitud cuando están tensos o enojados?”

Dimensión espiritual:

- Minuto de silencio consciente.

Dimensión social:

- Comparten cómo se sienten ahora y cuándo usarían esta técnica.

#### **Actividades de Culminación (Evaluación y Conclusión) (5min)**

Reflexión grupal:

- ¿Cuál de las actividades les ayudó más a relajarse?
- ¿Cómo se sintió su cuerpo después de tensarlo y luego relajarlo?
- ¿En qué momentos de su vida escolar o en casa podrían usar estas técnicas?
  - cuando están molestos
  - cuando sienten nervios
  - cuando no se concentran
  - cuando discuten con alguien

Cierre reflexivo:

• La docente resalta que autorregularse significa conocer nuestro cuerpo y usar técnicas para calmarnos.

• Realizan una respiración profunda final y agradecen el momento de calma antes de despedirse.


<b>Plan Diario de Clase 4</b>		
<b>Fecha: 11 de octubre de 2025</b>	<b>Asignatura:</b> Creciendo en valores.	
<b>Grado:</b> 4to	<b>Sección:</b> A	<b>Tiempo:</b> 45 minutos
<b>Indicador de Logro:</b> Practica habilidades de comunicación respetuosa mediante la escucha activa y la expresión asertiva en situaciones cotidianas del aula		
<b>Contenido:</b> <u>Habilidades de comunicación respetuosa</u>		
<b>Criterio de Evaluación:</b> C1. Reconoce la importancia de comunicarse con respeto, escuchando y expresando sus ideas de manera adecuada.  C2. Aplica la escucha activa y la expresión asertiva en actividades grupales y dramatizaciones.		
Momentos de la Acción Didáctica		
<b>Actividades de Iniciación (10min)</b>		
<p>Conversatorio inicial: El docente inicia con la pregunta: ¿Qué sucede cuando no escuchamos a los demás? ¿Cómo nos sentimos cuando alguien nos grita o interrumpe? → Se reflexiona sobre la importancia de comunicarse con respeto.</p> <p>Juego “Teléfono descompuesto”: Los estudiantes pasan un mensaje en voz baja hasta el final de la fila. Se compara el mensaje original y el final, destacando que escuchar bien es esencial para entendernos.</p> <p>Presentación del tema: El docente explica que aprenderán sobre las habilidades de comunicación respetuosa, necesarias para convivir mejor en el aula y en casa.</p>		
<b>Actividades de Desarrollo (30min)</b>		
<p>1. <b>Explicación guiada:</b> El docente explica las tres formas de comunicarse:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>Pasiva:</b> No decir lo que pienso.</li> <li>○ <b>Agresiva:</b> Decirlo gritando o sin respeto.</li> <li>○ <b>Asertiva:</b> Decirlo con respeto y claridad.</li> </ul> <p style="padding-left: 40px;">Se enfatiza que todos en el aula practicarán la <b>asertividad</b>.</p> <p>2. <b>Dinámica “El micrófono del respeto”:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Se usa un objeto (pelota o micrófono de juguete).</li> <li>○ Solo quien lo sostiene puede hablar; los demás escuchan en silencio.</li> </ul>		

<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Cada estudiante dice algo como: “<i>Me siento bien cuando...</i>”</li> <li>○ El docente modela la escucha activa (mirar a quien habla, no interrumpir).</li> </ul> <p>3. <b>Ejercicio “Escucha con el corazón”:</b> En parejas, uno cuenta una pequeña experiencia y el otro escucha atentamente. Luego repite lo que entendió. → Se reflexiona sobre cómo se sintieron al ser escuchados.</p> <p>4. <b>Mini dramatizaciones:</b> Grupos representan breves escenas con comunicación pasiva, agresiva y asertiva. El grupo identifica cuál fue la forma más respetuosa y por qué.</p>
<b>Actividades de Culminación (Evaluación y Conclusión) (5min)</b>
<p>Reflexión <span style="float: right;">final:</span></p> <p>El docente pregunta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “¿Qué aprendimos sobre comunicarnos con respeto?”</li> <li>• “¿Por qué es importante escuchar antes de hablar?”</li> </ul> <p>Se refuerza la idea de que la buena comunicación mejora la convivencia</p> <p>Cierre <span style="float: right;">reflexivo:</span></p> <p>Ronda final con la frase:</p> <p style="text-align: center;">“Yo practico la comunicación respetuosa cuando...”</p> <p>El docente concluye recordando que hablar con respeto y escuchar con atención son señales de buena convivencia</p>

<b>Plan Diario de Clase 5</b>		
<b>Fecha: 11 de octubre de 2025</b>	<b>Asignatura:</b> Creciendo en valores.	
<b>Grado:</b> 4to	<b>Sección:</b> A	<b>Tiempo:</b> 45 minutos
<b>Indicador de Logro: Reconoce</b> los errores como oportunidades de aprendizaje y demuestra disposición para corregirlos con actitud positiva.		
<b>Contenido:</b> <u>Los errores y como corregirlos</u>		
<b>Criterio de Evaluación:</b> C2. Participa en actividades donde reflexiona y corrige sus errores de forma constructiva.  C3. <b>Actitudinal:</b> Acepta sus errores con actitud positiva y se esfuerza por		

mejorar sin temor ni vergüenza.	
<b>Momentos de la Acción Didáctica</b>	
<b>Actividades de Iniciación (10min)</b>	
Diálogo	motivador:
El docente pregunta:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• “¿Alguna vez te has equivocado en algo?”</li> <li>• “¿Qué sentiste cuando cometiste ese error?”</li> <li>• “¿Crees que equivocarse está bien o está mal?”</li> </ul>	
Se escuchan las respuestas y se anota en la pizarra lo que los estudiantes piensan del error.	
Historia	breve:
Se narra un cuento o anécdota, por ejemplo: “ <i>El pintor que derramó su pintura</i> ”, donde un error se convierte en una hermosa obra de arte.	
→ Se comenta: “El error puede ser el inicio de algo mejor.”	
<b>Actividades de Desarrollo (30min)</b>	
Explicación del tema:	
El docente explica de manera sencilla:	
“Un error es cuando hacemos algo que no sale como esperábamos. A veces pensamos que equivocarse es terrible, pero no lo es. Todos los seres humanos cometemos errores.	
La disciplina positiva nos enseña que los errores son parte del aprendizaje. Lo importante no es evitar equivocarse, sino qué hacemos después. Cuando aceptamos un error y tratamos de corregirlo, estamos aprendiendo algo nuevo y creciendo como personas.”	
Se comentan las ideas principales del texto:	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Todos nos equivocamos; así aprendemos.</li> <li>2. El error es fuente de creatividad y mejora.</li> <li>3. Lo que importa es qué hacemos después de equivocarnos.</li> <li>4. En un ambiente de respeto, es más fácil reconocer los errores.</li> </ol>	
2. Actividad principal: “Aprendiendo de los errores”	
.	
Desarrollo:	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El docente divide al grupo en equipos pequeños.</li> <li>2. Cada equipo recibe tarjetas con situaciones cotidianas donde alguien comete un error.</li> </ol>	
Ejemplos:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Ana olvidó hacer su tarea.</li> <li>○ Luis empujó sin querer a un compañero en el recreo.</li> <li>○ María rompió una regla del juego.</li> <li>○ Carlos respondió de forma grosera a su maestra.</li> </ul>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Los equipos deben leer la situación, analizarla y responder tres preguntas en cartulina o en sus cuadernos:</li> </ol>	

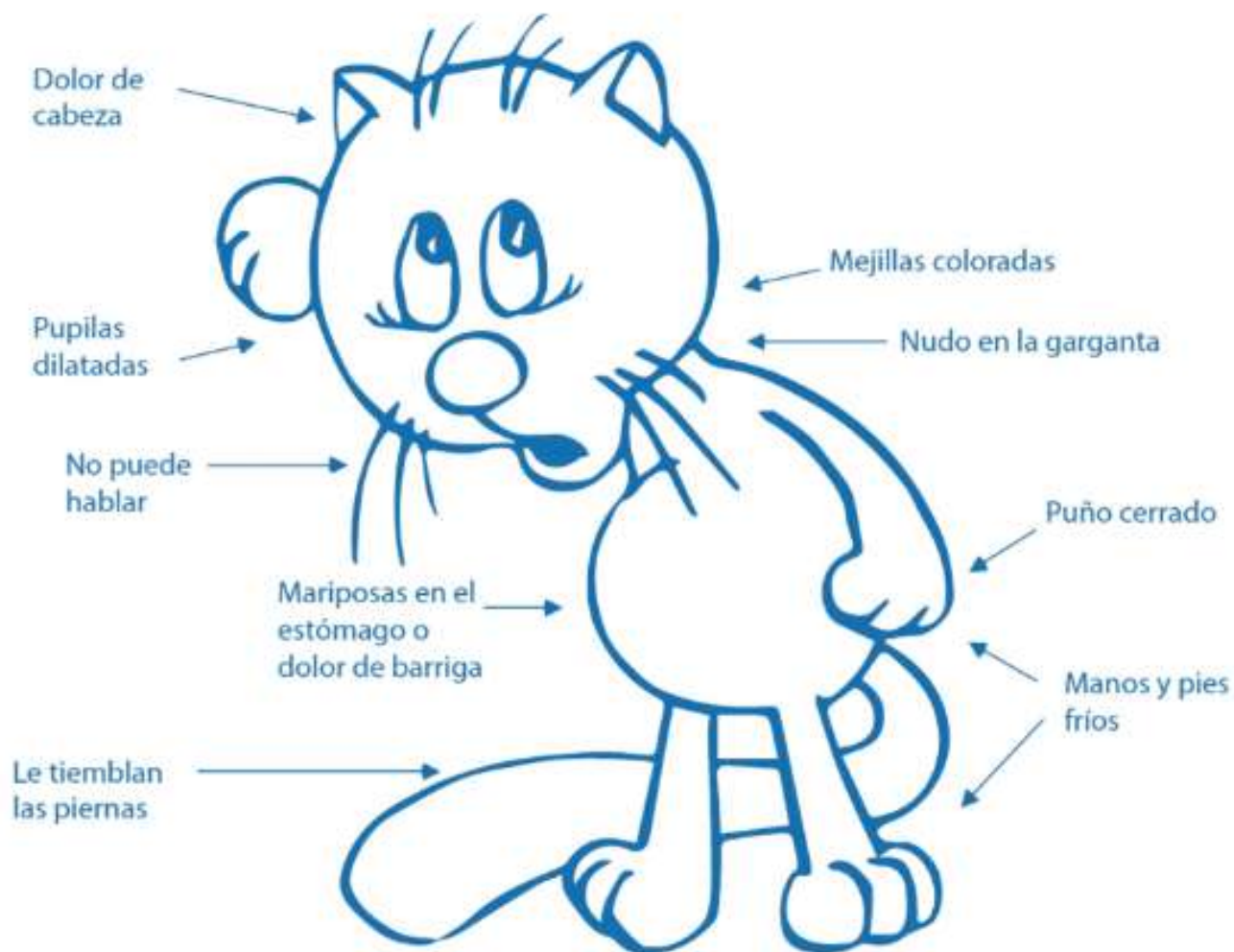
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ ¿Cuál fue el error?</li> <li>○ ¿Qué podría hacer la persona para corregirlo?</li> <li>○ ¿Qué aprendió de esa situación?</li> </ul> <p>4. Luego, cada grupo expone su caso al resto del aula, y el docente guía la reflexión:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ “¿Qué aprendieron al corregir sus errores?”</li> <li>○ “¿Por qué es importante no tener miedo a equivocarse?”</li> </ul>
<b>Actividades de Culminación (Evaluación y Conclusión) (5min)</b>
<p>Cada estudiante elabora una pequeña tarjeta de compromiso:</p> <p>“Cuando me equivoque, voy a respirar, pensar y volver a intentarlo.”</p> <p>Se colocan en un mural titulado “<b>Aprender de los errores nos hace grandes</b>”</p>

<b>Plan Diario de Clase 6</b>		
<b>Fecha: 11 de octubre de 2025</b>	<b>Asignatura:</b> Creciendo en valores.	
<b>Grado:</b> 4to	<b>Sección:</b> A	<b>Tiempo:</b> 45 minutos
<b>Indicador de Logro:</b> Valora las diferencias individuales y culturales como parte importante para la convivencia y el respeto mutuo.		
<b>Contenido:</b>		
<u>Respetar las diferencias.</u>		
<b>Criterio de Evaluación:</b>		
C1. Reconoce que cada persona percibe la realidad desde su propia perspectiva.		
C2. Participa en actividades que promueven el respeto y la aceptación de las diferencias.		
C3. Demuestra empatía y respeto hacia las ideas, costumbres y formas de ser de los demás		
Momentos de la Acción Didáctica		
<b>Actividades de Iniciación (10min)</b>		

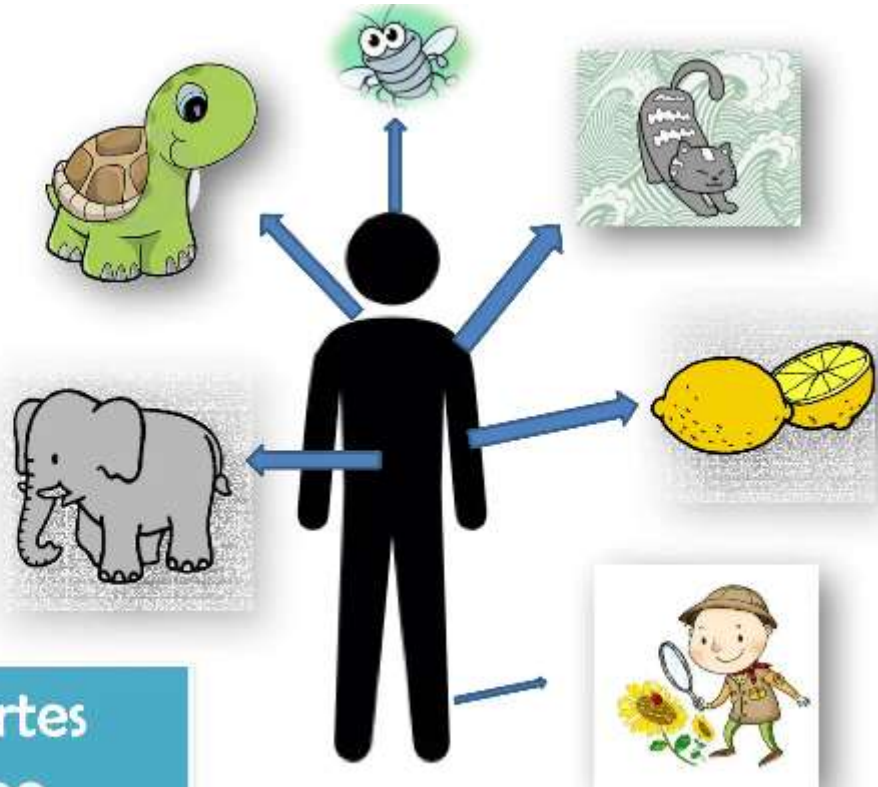
<p>1. <b>Conversatorio motivador:</b> El docente inicia con las preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ “¿Todos pensamos igual?”</li> <li>○ “¿Por qué a veces no estamos de acuerdo con los demás?”</li> </ul> <p>Los estudiantes comparten ejemplos (gustos, ideas, formas de vestir, costumbres familiares).</p> <p>2. <b>Lectura breve o video reflexivo:</b> Se presenta una pequeña historia o video donde los personajes tienen opiniones diferentes, pero aprenden a escucharse y respetarse. → Se comenta que <b>respetar las diferencias</b> es aceptar que cada persona tiene una manera única de ver el mundo.</p>
<p><b>Actividades de Desarrollo (30min)</b></p>
<p><b>1. Explicación del tema:</b> El docente explica de forma sencilla: “Respetar las diferencias significa entender que todos vemos el mundo de una manera distinta. Cada persona tiene su historia, su cultura, su manera de pensar y de sentir. Eso no nos hace mejores ni peores, solo diferentes. Cuando aprendemos a mirar con el corazón y no solo con la cabeza, comprendemos mejor a los demás.” Se menciona la idea de <b>Jane Nelsen (1999)</b>: “Cada persona tiene una lógica privada o un filtro por el que ve la realidad. No existe una sola opinión correcta.” El docente guía una pequeña reflexión:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “¿Por qué a veces discutimos si cada uno tiene su manera de pensar?”</li> <li>• “¿Cómo podemos convivir si todos somos distintos?”</li> </ul> <p><b>2. Actividad central: “Mis lentes para ver el mundo”</b> <b>Objetivo:</b> Comprender que cada persona tiene su forma única de percibir la realidad.</p> <p><b>Desarrollo de la actividad:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. El docente reparte a cada estudiante una plantilla o dibujo de unos lentes grandes de papel.</li> <li>2. En los lentes, cada niño escribe o dibuja cómo ve el mundo: lo que le gusta, sus ideas o lo que considera importante.       <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Ejemplo: “Veo el mundo con alegría porque me gusta compartir”, “Veo el mundo con curiosidad porque me encanta aprender”.</li> </ul> </li> <li>3. Luego, comparten sus lentes en grupos pequeños y comentan las diferencias. → El docente resalta que cada lente es diferente porque todos percibimos la realidad de manera única.</li> </ol> <p>3. <b>Diálogo guiado:</b> Se conversa con preguntas como:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “¿Qué sentiste al ver que tus compañeros piensan distinto?”</li> <li>• “¿Por qué crees que es bueno que no todos seamos iguales?”</li> <li>• “¿Cómo podemos demostrar respeto cuando alguien no piensa igual que nosotros?”</li> </ul>

<p>El docente guía la reflexión: “Cuando respetamos las diferencias, construimos una comunidad más justa y amable, donde todos se sienten valorados.”</p>
<p><b>Actividades de Culminación (Evaluación y Conclusión) (5min)</b></p>
<p>Los estudiantes pegan sus “lentes del respeto” en un mural con el título <b>“Todos miramos el mundo de una forma diferente, pero juntos formamos una gran comunidad.”</b></p> <p><b>Cierre</b> <span style="float: right;"><b>emocional:</b></span></p> <p>El docente refuerza: “Respetar las diferencias nos ayuda a convivir mejor, aprender más y sentirnos felices con los demás.”</p>

### ¿Cómo siente Félix la ansiedad en su cuerpo?



## Técnicas de Koeepen



¿Qué partes  
del cuerpo  
relajamos?