



DESARROLLO DE LAS HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES A TRAVÉS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

Jhassan Baruck Gutiérrez Barrientos¹, Ma. del Carmen Villanueva Reyes² y Norma Lyssette Medina Villalobos²

1 Centro de Estudios Superiores de Educación Especializada (CESEE), 2 Centro de Estudios Superiores de Educación Especializada (CESEE). 1906110130000@cese.edu.mx

Las competencias socioemocionales son el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes que favorecen el entendimiento, comprensión, y regulación de las emociones que experimentan ante un fenómeno. Estas competencias permiten sentir, mostrar empatía por los demás que permite establecer y desarrollar relaciones positivas, la tomar decisiones responsables, así como permitir adaptarse y afrontar los retos que viven día a día hasta alcanzar sus metas. Estas competencias socioemocionales resultan importantes pues son consideradas en el currículum de la Nueva escuela mexicana, por ello, en este trabajo se realizó una investigación cualitativa bajo la metodología de de investigación-acción, en ella se realizaron diversas actividades físicas mediante la estrategia didáctica de juegos modificados que fomentaron las 5 dimensiones de la educación socioemocional: el autoconocimiento, autorregulación, autonomía, empatía y colaboración. Una vez realizadas las actividades se realizaron entrevistas a los participantes donde se determinó el desarrollo de cada una de las dimensiones a través de entrevistas, así como el uso de sociogramas que permitieran identificar la interacción de los participantes. En conclusión, el uso de juegos modificados orientados a las 5 dimensiones de educación socioemocional permitió observar mejoras en la interacción entre los alumnos, especialmente la colaboración y empatía.