

## **Estrategias pedagógicas acticas para el desarrollo de habilidades de autorregulación emocional en los estudiantes de quinto año de Educación General Básica.**

Active Pedagogical Strategies for the Development of Emotional Self-Regulation Skills in Fifth-Year Students of Basic General Education.

**Lic. Sandra Janneth Toro Paredes**

Unidad Educativa Pedro Carbo

[sandra.toro@educacion.gob.ec](mailto:sandra.toro@educacion.gob.ec)

<https://orcid.org/0009-0000-1634-6493>

Ecuador - Guaranda

**MSc. Guadalupe del Rocío Toro Paredes**

Unidad Educativa John F. Kennedy

[guadalupe.toro@educacion.gob.ec](mailto:guadalupe.toro@educacion.gob.ec)

<https://orcid.org/0009-0008-3824-9078>

Ecuador – Santo Domingo

**Lic. Beatriz Elicia Arellano Velásquez.**

Escuela de Educación Básica General Julio Andrade

[beatriz.arellano@educacion.gob.ec](mailto:beatriz.arellano@educacion.gob.ec)

<https://orcid.org/0009-0007-1236-4345>

Ecuador – Chimbo

**MSc. Maritza Petita Gonzales Sobenia**

Escuela de Educación Básica Adelaida de Planas

[maritza.gonzales@educacion.gob.ec](mailto:maritza.gonzales@educacion.gob.ec)

<https://orcid.org/0009-0004-7641-1559>

Ecuador – Jujan

**MSc. Gregorio José Silva Gonzales**

Independiente

[gregorigonzales914@gmail.com](mailto:gregorigonzales914@gmail.com)

<https://orcid.org/0009-0005-8893-2412>

Ecuador – San Miguel

**Lcda. Ligia Marcela Padilla Herrera**

Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado

[ligia.padilla@educacion.gob.ec](mailto:ligia.padilla@educacion.gob.ec)

<https://orcid.org/0009-0005-2150-6187>

Ecuador – San Miguel de los Bancos

### **Formato de citación APA**

Toro, S. Toro, G. Arellano, B. Gonzales, M. Silva, G. Padilla, L. (2025). Estrategias pedagógicas acticas para el desarrollo de habilidades de autorregulación emocional en los estudiantes de quinto año de Educación General Básica. Revista REG, Vol. 4 N°(2). 859 – 874.

### **PROYECTO CIENCIA**

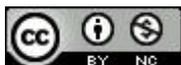
**Vol. 4 (Nº. 2). Abril - junio 2025.**

**ISSN: 3073-1259**

Fecha de recepción: 09-05-2025

Fecha de aceptación :27-05-2025

Fecha de publicación:30-06-2025



## RESUMEN

El presente proyecto sobre Estrategias pedagógicas activas para el desarrollo de habilidades de autorregulación emocional, se desarrolló en la Unidad Educativa Pedro Carbo, ubicada en provincia de Bolívar, cantón Guaranda, con el propósito de diseñar e implementar un manual didáctico que promueva la gestión emocional en estudiantes de quinto año de Educación General Básica. La investigación surge ante la necesidad de atender las dificultades emocionales observadas en el aula, como comportamientos disruptivos, baja tolerancia a la frustración y escasa capacidad para resolver conflictos, factores que afectan negativamente la convivencia escolar y el rendimiento académico. A través de un enfoque mixto, no experimental y de corte transversal, se aplicaron encuestas a docentes, cuyos resultados evidenciaron una limitada capacidad de los estudiantes para manejar y expresar adecuadamente sus emociones. En respuesta a esta problemática, se elaboró un manual pedagógico con estrategias activas y lúdicas que incluyen juegos de rol, cuentos ilustrados, dinámicas grupales y técnicas de respiración, enfocadas en fortalecer habilidades como la empatía, el autocontrol y la conciencia emocional. Los resultados obtenidos reflejan que la aplicación de estas estrategias activas favorece un clima escolar positivo, mejora la participación en el aula y potencia el desarrollo emocional de los estudiantes. Esta propuesta representa una alternativa práctica y replicable para docentes que deseen fomentar la inteligencia emocional en contextos educativos similares, contribuyendo así a una formación integral desde las primeras etapas escolares.

**PALABRAS CLAVE:** autorregulación emocional; estrategias activas; inteligencia emocional; convivencia escolar; manual pedagógico.

### ABSTRACT

This project, "Active Pedagogical Strategies for the Development of Emotional Self-Regulation Skills," was developed at the Pedro Carbo Educational Unit, located in the province of Bolívar, Guaranda canton. The purpose of this project was to design and implement a teaching manual that promotes emotional management in fifth-year students of Basic General Education. The research arose from the need to address the emotional difficulties observed in the classroom, such as disruptive behaviors, low frustration tolerance, and poor conflict resolution skills, factors that negatively affect school coexistence and academic performance. Using a mixed, non-experimental, and cross-sectional approach, surveys were administered to teachers, the results of which showed a limited capacity of students to adequately manage and express their emotions. In response to this problem, a teaching manual was developed with active and playful strategies that include role-playing games, illustrated stories, group dynamics, and breathing techniques, focused on strengthening skills such as empathy, self-control, and emotional awareness. The results obtained reflect that the application of these active strategies fosters a positive school climate, improves classroom participation, and enhances students' emotional development. This proposal represents a practical and replicable alternative for teachers who wish to foster emotional intelligence in similar educational contexts, thus contributing to comprehensive education from the earliest stages of school.

**KEYWORDS:** emotional self-regulation; active strategies; emotional intelligence; school coexistence; pedagogical manual

## INTRODUCCIÓN

El desarrollo de habilidades socioemocionales en la educación básica constituye un pilar esencial para la formación integral de los estudiantes, pues permite no solo potenciar su rendimiento académico, sino también fortalecer su bienestar emocional y sus relaciones interpersonales. Entre estas competencias, la autorregulación emocional destaca como una capacidad crucial que permite a los niños reconocer, comprender y gestionar sus emociones de forma adecuada, adaptándose a diversas situaciones del entorno escolar y social.

La importancia de promover estrategias para el desarrollo de la autorregulación emocional en la infancia radica en la necesidad de formar individuos capaces de enfrentar conflictos de forma pacífica, mejorar su autoestima y establecer relaciones sociales saludables. Según García et al. (2022), la dificultad para autorregular las emociones genera conflictos dentro y fuera del aula, afectando negativamente la convivencia, el aprendizaje y la salud emocional de los estudiantes.

En este sentido, resulta relevante abordar esta problemática desde el ámbito pedagógico, incorporando estrategias activas que propicien un aprendizaje significativo y vivencial. Las emociones influyen directamente en la memoria, la atención y la toma de decisiones; por tanto, integrar actividades que desarrollen la conciencia emocional favorece el clima escolar y promueve una participación activa del estudiante en su proceso formativo (Hurtado et al., 2023).

La pertinencia de esta investigación se sustenta en la necesidad de responder a un problema observable en el aula: la falta de habilidades emocionales básicas en los estudiantes de quinto grado de educación básica. La aplicación de un manual con estrategias pedagógicas activas permitirá atender esta necesidad, mediante dinámicas adaptadas al nivel cognitivo y emocional de los niños, facilitando así su autorregulación, socialización y aprendizaje (Ibarra & Rodríguez, 2023).

Los beneficiarios directos de esta propuesta son los estudiantes de quinto grado de la Unidad Educativa Pedro Carbo, ubicada en la provincia de Bolívar, Cantón Guaranda, quienes podrán fortalecer su autoconocimiento, empatía y capacidad para resolver conflictos. Indirectamente, también se benefician los docentes, al contar con herramientas para el acompañamiento emocional, y las familias, al observar una mejora en el comportamiento y bienestar de sus hijos (Boza et al., 2024).

A nivel internacional, estudios como el de Puertas-Molero et al. (2020) han evidenciado que el desarrollo de la inteligencia emocional en contextos escolares contribuye al aumento del rendimiento académico, la motivación y el bienestar subjetivo. Estos hallazgos refuerzan la necesidad de implementar programas estructurados de educación emocional como parte de la formación integral del estudiante.

En el contexto latinoamericano, Rojas (2023), en una investigación desarrollada en Bolivia, demostró que la falta de control emocional en niños y adolescentes provoca desinterés por el aprendizaje, rebeldía y tendencia a abandonar los estudios. Asimismo, identificó una relación directa entre la autorregulación emocional y estrategias de aprendizaje como la gestión del tiempo, el esfuerzo y la metacognición, lo que evidencia la urgencia de abordar el componente emocional desde la etapa escolar.

En Ecuador, Ronquillo y Villamarín (2021), en un estudio realizado en la ciudad de Quito, señalaron que, si bien existen esfuerzos inclusivos en el sistema educativo, aún no se han implementado de manera sistemática estrategias orientadas al desarrollo emocional. La falta de programas específicos ha generado limitaciones en la convivencia escolar, especialmente en niveles iniciales, donde los estudiantes presentan dificultades para adaptarse y socializar adecuadamente.

En el nivel local, en la Unidad Educativa “Pedro Carbo”, se detectaron serias dificultades en la expresión y control emocional de los estudiantes de quinto año básico. Estas manifestaciones incluyen baja tolerancia a la frustración, agresividad, retraimiento y escasa participación en actividades grupales. Este diagnóstico fue respaldado mediante la aplicación de encuestas a docentes, quienes señalaron la necesidad urgente de incorporar estrategias didácticas para el manejo emocional (Boza et al., 2024).

El contexto sociofamiliar también influye considerablemente en la regulación emocional de los estudiantes. Se evidenció que muchos niños no reciben acompañamiento emocional por parte de sus padres, debido a conflictos familiares o largas jornadas laborales. Esto genera un sentimiento de soledad, baja autoestima y desmotivación, afectando su desempeño académico y su integración en el aula (Prieto et al., 2022).

Teóricamente, la investigación se apoya en los fundamentos de la inteligencia emocional propuestos por Goleman (citado en Bello, 2021), quien señala que el conocimiento y control de las emociones son elementos clave para el éxito personal y social. Las estrategias seleccionadas se inspiran en metodologías activas que promueven el juego, la creatividad y la reflexión, como los cuentos ilustrados, juegos de rol, teatro, asambleas escolares y ejercicios de respiración (Vives, 2021).

La propuesta pedagógica se materializa en un manual dirigido a docentes de quinto año básico, que contiene actividades diseñadas para desarrollar habilidades emocionales básicas, como el reconocimiento de emociones, la expresión adecuada de sentimientos y la resolución pacífica de conflictos. Estas actividades están contextualizadas y estructuradas por bloques didácticos, permitiendo una implementación progresiva y adaptativa en el aula (Boza et al., 2024).

Se espera que, mediante la implementación de este manual, los estudiantes desarrollen habilidades de autorregulación que les permitan desenvolverse en un ambiente colaborativo, seguro y emocionalmente sano. Además, esta propuesta tiene el potencial de ser replicada en otras instituciones educativas del país, como una alternativa viable para fortalecer la educación emocional desde edades tempranas, respondiendo así a una de las necesidades más urgentes del sistema educativo actual (Treviño et al., 2019).

### **MÉTODOS MATERIALES**

La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque mixto, el cual integra tanto técnicas cuantitativas como cualitativas para obtener una comprensión más amplia del fenómeno estudiado. Este enfoque permitió no solo medir estadísticamente la percepción de los docentes respecto a las estrategias pedagógicas activas, sino también interpretar sus valoraciones, experiencias y observaciones dentro del contexto educativo real. De acuerdo con Hernández et al. (2014), el enfoque mixto permite complementar las fortalezas de ambos enfoques y mejorar la validez de los resultados, sobre todo en fenómenos complejos como el desarrollo emocional.

El estudio se enmarca dentro de un diseño no experimental de tipo transversal, ya que los datos fueron recolectados en un solo momento sin manipular las variables, lo que permitió describir la situación actual sobre las habilidades de autorregulación emocional en los estudiantes. Este diseño es pertinente cuando se pretende observar e interpretar un fenómeno en su estado natural, sin intervenir directamente en su curso (Arias, 2022).

El paradigma que orienta esta investigación es complementario, integrando la objetividad del paradigma positivista con la comprensión del paradigma interpretativo. De esta manera, se consideraron tanto los datos medibles obtenidos mediante encuestas como las interpretaciones del contexto, permitiendo analizar el impacto del manual propuesto desde una visión holística.

El alcance de la investigación fue descriptivo, ya que se orientó a caracterizar las percepciones docentes sobre las estrategias implementadas y su relación con las habilidades emocionales de los estudiantes. Asimismo, se identificaron comportamientos observables, niveles de participación, expresión emocional y control de impulsos en el aula. La investigación se llevó a cabo en modalidad de campo, desarrollándose directamente en la Unidad Educativa Pedro Carbo, ubicada en la Provincia de Bolívar, del Cantón Guaranda. Este entorno permitió observar el fenómeno en condiciones reales, fortaleciendo la validez ecológica del estudio (Sampieri & Mendoza, 2018).

La población estuvo compuesta por 20 docentes de la básica, mientras que la muestra fue de tipo no probabilístico e intencional, conformada por 2 docentes que trabajan directamente con

estudiantes de quinto grado. Esta selección respondió a criterios específicos relacionados con la experiencia pedagógica y la cercanía al grupo focal del estudio (Arias & Covinos, 2021).

Para la recolección de datos se emplearon dos técnicas: la encuesta estructurada, como instrumento cuantitativo, y la observación sistemática, como herramienta cualitativa. El cuestionario aplicado constó de 10 ítems organizados según las dimensiones de las variables de estudio. Dicho instrumento fue validado por tres expertos en educación y arrojó un coeficiente Alfa de Cronbach de 0,83, lo que evidencia una alta fiabilidad (Pedrosa et al., 2013).

Paralelamente, se utilizó una guía de observación aplicada durante las sesiones de clase en las que se implementó el manual pedagógico. Esta técnica permitió registrar aspectos conductuales relacionados con la participación, la empatía, la autorregulación y la expresión emocional de los estudiantes durante las actividades propuestas. Los registros obtenidos fueron analizados mediante codificación temática, permitiendo identificar patrones relevantes que complementaron los resultados cuantitativos.

La propuesta metodológica giró en torno a la aplicación de un manual de estrategias pedagógicas activas, que incluía actividades organizadas en tres bloques: (1) reconocimiento y expresión de emociones, (2) regulación emocional y control de impulsos, y (3) desarrollo de la empatía y resolución pacífica de conflictos. Cada bloque integró dinámicas participativas como juegos de rol, cuentos ilustrados, ejercicios de respiración y actividades colaborativas. La implementación del manual se realizó durante un periodo de dos semanas, con sesiones de entre 40 y 50 minutos, dentro del horario escolar. Las actividades fueron facilitadas por los docentes participantes, quienes contaron con una guía estructurada que orientó cada intervención. Este proceso buscó promover un entorno emocionalmente seguro, que permitiera a los estudiantes aprender de forma activa, significativa y afectiva.

Para el análisis de datos cuantitativos se recurrió a la estadística descriptiva (frecuencias y porcentajes), que permitió organizar e interpretar la información recolectada con las encuestas. Por su parte, los datos cualitativos derivados de la observación fueron analizados bajo la técnica de análisis de contenido, lo que facilitó identificar categorías emergentes vinculadas con la autorregulación emocional, el comportamiento colaborativo y la respuesta emocional ante las estrategias aplicadas.

La validez interna de la investigación se fortaleció mediante la triangulación de técnicas (encuesta y observación) y fuentes (docentes y registros de aula), lo que permitió contrastar los hallazgos desde distintas perspectivas. Además, se garantizó el cumplimiento de los principios éticos

como el consentimiento informado, el anonimato de los participantes y el respeto al contexto escolar, asegurando una intervención respetuosa y adecuada al nivel de desarrollo de los estudiantes.

#### Propuesta metodológica

La propuesta metodológica del presente proyecto se centró en la elaboración y aplicación de un manual pedagógico de estrategias activas orientado al desarrollo de habilidades de autorregulación emocional en los estudiantes de quinto año básico. Este manual fue diseñado con base en los resultados obtenidos durante la fase diagnóstica, los cuales evidenciaron dificultades significativas en el reconocimiento, expresión y regulación emocional dentro del aula, así como carencias en la interacción social y la convivencia pacífica.

El manual se estructuró en tres bloques temáticos, cada uno con actividades secuenciadas, adecuadas al nivel de desarrollo de los estudiantes, y fundamentadas en principios del aprendizaje activo, la educación emocional y la pedagogía lúdica. Estos bloques son los siguientes:

**1.Reconocimiento y expresión de emociones:** Este bloque se enfocó en ayudar a los estudiantes a identificar y nombrar emociones básicas como la alegría, la tristeza, el enojo, el miedo y la sorpresa. Las actividades incluidas fueron cuentos ilustrados, tarjetas de emociones, dramatizaciones sencillas y juegos de asociación entre situaciones cotidianas y estados emocionales. El objetivo fue ampliar el vocabulario emocional de los niños y favorecer la expresión verbal y corporal de sus sentimientos.

**2. Regulación emocional y control de impulsos:** En este segundo bloque, las estrategias se orientaron a enseñar técnicas que les permitieran a los estudiantes manejar de forma adecuada sus reacciones emocionales, especialmente en situaciones de conflicto o frustración. Se trabajaron dinámicas como “la botella de la calma”, ejercicios de respiración consciente, el semáforo emocional, y juegos de roles donde se planteaban escenarios problemáticos y posibles formas de actuar. El propósito fue fortalecer el autocontrol y la reflexión antes de actuar impulsivamente.

**3. Empatía y resolución pacífica de conflictos:** El tercer bloque promovió habilidades sociales relacionadas con la comprensión de las emociones ajenas, la toma de perspectiva y la búsqueda de soluciones pacíficas a los desacuerdos. Las actividades incluyeron juegos colaborativos, círculos de diálogo, lectura de fábulas con mensajes de convivencia y el uso de historias ilustradas que abordaban valores como el respeto, la solidaridad y la cooperación. Con ello se buscó fomentar la empatía y mejorar las relaciones interpersonales dentro del aula.

Cada actividad del manual fue planificada con una duración de 40 a 50 minutos y se aplicó de manera secuencial durante un período de cuatro semanas. Las sesiones fueron dirigidas por los

docentes del grado, quienes contaron con una guía metodológica clara, orientaciones de implementación y materiales didácticos sugeridos. Se garantizó que las dinámicas fueran lúdicas, participativas, accesibles y contextualizadas a la realidad de los estudiantes, procurando un entorno emocionalmente seguro y estimulante.

Esta propuesta no solo pretende intervenir en la problemática identificada, sino también convertirse en una herramienta de uso continuo que pueda ser replicada en otros niveles o instituciones educativas, como una estrategia preventiva y formativa para el desarrollo socioemocional infantil.

### ANÁLISIS DE RESULTADOS

A continuación, se presentan los resultados obtenidos a partir de los instrumentos aplicados durante el desarrollo de la investigación, los cuales permitieron valorar la percepción docente respecto a la implementación de estrategias pedagógicas activas y su influencia en el desarrollo de habilidades de autorregulación emocional en los estudiantes de quinto grado. Mediante el análisis de las encuestas estructuradas, se identificaron tendencias cuantificables en cuanto a la efectividad de las actividades propuestas, mientras que a través de las guías de observación se recopilaron evidencias cualitativas que complementan la comprensión del impacto generado en el aula. Esta triangulación metodológica facilitó una visión más completa del fenómeno, permitiendo contrastar los datos empíricos con las experiencias vividas por los docentes durante la aplicación del manual pedagógico.

Tabla 1.

#### Análisis de la entrevista a los docentes de quinto año básico.

Dimensión	Pregunta	Entrevista 1	Entrevista 2	Interpretación
<b>Reconocimiento emocional</b>	¿Sus estudiantes identifican con facilidad sus emociones básicas?	Algunos sí, especialmente cuando están felices o tristes, pero les cuesta reconocer el enojo o la frustración.	La mayoría necesita apoyo, muchos confunden sus emociones o no saben nombrarlas correctamente.	Se evidencia una dificultad generalizada en los estudiantes para identificar emociones básicas, especialmente las negativas.
<b>Expresión emocional</b>	¿Cómo expresan los estudiantes sus emociones dentro del aula?	Generalmente lo hacen con gritos o llanto, les cuesta hablar sobre lo que sienten.	Se muestran agresivos o se aíslan; pocos verbalizan sus emociones.	Las respuestas indican una tendencia a la expresión inadecuada de emociones, con predominio de

				conductas impulsivas.
<b>Regulación emocional</b>	¿Qué estrategias utilizan los estudiantes para calmarse en momentos de enojo o ansiedad?	Casi ninguno usa estrategias; algunos se quedan callados, otros explotan.	No saben cómo calmarse, necesitan que el docente intervenga para regularse.	Existe una escasa autonomía en el manejo emocional; los estudiantes dependen del adulto para lograr autorregularse.
<b>Convivencia escolar</b>	¿De qué forma impactan las emociones en la relación entre compañeros?	Cuando no se controlan, terminan peleando por cualquier cosa.	Hay conflictos frecuentes por cosas mínimas, a veces por malentendidos emocionales.	Las emociones mal gestionadas afectan directamente la convivencia, generando conflictos y poca cooperación.
<b>Rol docente</b>	¿Qué hace usted como docente para apoyar la autorregulación emocional?	Uso cuentos, charlas breves o actividades lúdicas para hablar de emociones.	Intento crear un ambiente de respeto y empatía, pero a veces no sé cómo actuar.	Los docentes utilizan recursos informales, pero expresan necesidad de herramientas más estructuradas para apoyar el proceso.

**Nota:** Resultados de la entrevista aplicada a los docentes de Quinto año básico.

Los resultados obtenidos a través de las entrevistas aplicadas a docentes de quinto año básico evidencian que los estudiantes presentan dificultades significativas en el reconocimiento y la expresión de sus emociones. Aunque algunos niños logran identificar emociones básicas como la alegría o la tristeza, se observa una marcada limitación para reconocer estados emocionales más complejos o negativos como el enojo, la frustración o la ansiedad. Esta carencia emocional repercute directamente en su comportamiento, manifestándose a través de expresiones impulsivas, gritos, llanto o conductas de aislamiento, lo cual confirma la ausencia de estrategias adecuadas para canalizar sus emociones de forma saludable.

En cuanto a la regulación emocional, se detecta una falta de autonomía por parte de los estudiantes para gestionar situaciones estresantes o de conflicto. La mayoría requiere la intervención directa del docente para lograr calmarse, ya que no cuentan con herramientas personales para autorregularse. Esta dependencia limita su desarrollo emocional y su capacidad de resolver conflictos de manera asertiva. Además, se destaca que la desregulación emocional impacta negativamente en la

convivencia escolar, generando roces frecuentes, malentendidos y dificultades para trabajar en equipo, afectando así el clima del aula.

Por último, los docentes entrevistados expresan interés y compromiso en apoyar el desarrollo socioemocional de sus estudiantes, implementando actividades como cuentos, diálogos espontáneos o dinámicas lúdicas. Sin embargo, también manifiestan sentirse limitados en cuanto a recursos metodológicos específicos que les permitan abordar esta problemática de forma sistemática. Este hallazgo reafirma la pertinencia de propuestas como el manual de estrategias pedagógicas activas, que brinda herramientas concretas para guiar el proceso de autorregulación emocional en el aula, fortaleciendo tanto la labor docente como el bienestar integral del estudiante.

*Tabla 2.*  
*Análisis de la observación participante*

<b>Dimensión</b>	<b>Característica observada</b>	<b>Análisis del dato relevante</b>
<b>Reconocimiento emocional</b>	Identificación de emociones básicas en situaciones cotidianas	Se observó que varios estudiantes reconocen emociones como la alegría, pero confunden el enojo con la tristeza, lo que evidencia un desarrollo parcial de esta habilidad.
<b>Expresión emocional</b>	Forma en que los estudiantes comunican sus emociones	Predomina la expresión emocional a través del llanto, gritos o actitudes de rechazo; la verbalización de emociones es limitada en la mayoría.
<b>Regulación emocional</b>	Capacidad de autorregularse ante conflictos o frustraciones	Ante una situación conflictiva, la mayoría de los estudiantes reaccionó de forma impulsiva. Solo algunos recurrieron a estrategias como respirar hondo o pedir ayuda al docente.
<b>Interacción social</b>	Participación e integración en actividades grupales	Se evidenció que varios estudiantes presentan dificultades para cooperar; tienden a discutir con sus pares o retirarse de la actividad si no están de acuerdo.
<b>Clima emocional del aula</b>	Ambiente general durante las actividades	Las dinámicas que incluían juegos o expresión artística generaron mayor participación y un ambiente emocionalmente más positivo y colaborativo.

**Nota:** Resultados de la observación aplicada a estudiantes de Quinto año básico.

Los datos recogidos a través de la observación participante permiten identificar que los estudiantes presentan un desarrollo incipiente en cuanto al reconocimiento y expresión de sus emociones. Si bien algunos logran identificar estados como la alegría, existe confusión frecuente entre emociones negativas como el enojo y la tristeza. Esta falta de claridad emocional limita su capacidad para responder adecuadamente ante diversas situaciones del entorno escolar, lo que puede generar frustración o malentendidos tanto con sus pares como con los docentes.

En relación con la regulación emocional, se constató que la mayoría de los estudiantes reacciona de forma impulsiva ante conflictos o frustraciones, mostrando conductas como gritar, llorar o abandonar las actividades. Solo un pequeño grupo demostró el uso incipiente de estrategias autorregulatorias, como respirar profundo o buscar apoyo en el adulto. Esta situación evidencia la necesidad urgente de implementar estrategias pedagógicas que fomenten el autocontrol y la reflexión emocional desde el aula, como las que se proponen en el manual elaborado.

Por otro lado, se observó que el nivel de interacción social es irregular, ya que algunos estudiantes tienen dificultades para cooperar y tolerar la opinión o participación de sus compañeros, lo que genera conflictos o aislamiento. Sin embargo, se evidenció que las actividades lúdicas y expresivas, como los juegos en grupo o dinámicas artísticas, favorecen un ambiente más positivo, promoviendo la participación activa y la creación de un clima emocional más armónico. Estos hallazgos respaldan la pertinencia del uso de metodologías activas para fortalecer el desarrollo socioemocional en este nivel educativo.

## DISCUSIÓN

La triangulación de resultados obtenidos a través de los instrumentos aplicados como las encuestas, entrevistas y observación participante nos permitió identificar una coincidencia significativa en torno a las dificultades que presentan los estudiantes de quinto año básico en relación con la autorregulación emocional. Tanto docentes como observadores externos reconocieron que los estudiantes logran identificar con mayor facilidad emociones positivas como la alegría, pero enfrentan serios obstáculos para reconocer y nombrar emociones negativas como el enojo, la frustración o la ansiedad, lo cual coincide con lo expuesto por García et al. (2022), quienes afirman que la carencia de un vocabulario emocional adecuado limita la expresión y comprensión de los estados afectivos.

Asimismo, las entrevistas revelaron que la mayoría de los estudiantes no dispone de estrategias propias para calmarse ante situaciones de conflicto, recurriendo a gritos, aislamiento o conductas agresivas. Este hallazgo fue respaldado por la observación directa, en la que se evidenció un comportamiento impulsivo generalizado ante frustraciones. Según Rojas (2023), esta ausencia de regulación emocional adecuada no solo impacta el aprendizaje, sino que también afecta la convivencia escolar, al generar relaciones tensas, competitividad excesiva o exclusión entre compañeros.

En cuanto a las encuestas aplicadas a docentes, se detectó una alta coincidencia en la percepción de que los estudiantes requieren un acompañamiento estructurado para gestionar sus emociones, especialmente cuando se enfrentan a dinámicas grupales o situaciones estresantes. En palabras de Boza et al. (2024), los docentes reconocen que los conflictos interpersonales en el aula suelen estar relacionados con la incapacidad de los estudiantes para controlar sus impulsos o comprender las emociones de los demás. Esta observación fue reforzada por los datos de la entrevista, donde los docentes señalaron sentirse limitados en cuanto a recursos pedagógicos para abordar esta problemática de forma efectiva.

La propuesta metodológica aplicada en el aula, el manual de estrategias pedagógicas activas, demostró ser pertinente y efectiva, especialmente en actividades del tercer bloque, donde se promovieron dinámicas de empatía y resolución pacífica de conflictos. Durante las sesiones observadas, se evidenció una mejora en la participación colaborativa y en la capacidad de diálogo de los estudiantes. Esta evolución concuerda con lo afirmado por Vives (2021), quien sostiene que las metodologías activas promueven un aprendizaje emocional significativo al integrar el juego, la reflexión y la expresión artística como herramientas pedagógicas.

Otro punto relevante de la triangulación es el cambio percibido en el clima emocional del aula. La observación participante reveló que las actividades lúdicas no solo ayudaron a identificar y gestionar emociones, sino que también transformaron el ambiente en un espacio más armónico y seguro. Esto coincide con lo señalado por Treviño et al. (2019), quienes concluyen que el aprendizaje emocional no solo beneficia el desarrollo individual, sino que también impacta positivamente la dinámica grupal y el rendimiento académico.

Finalmente, los resultados triangulados confirman la necesidad de incorporar de manera sistemática estrategias pedagógicas activas orientadas al desarrollo emocional en la educación básica.

La coincidencia entre las distintas fuentes de información valida la efectividad del manual propuesto, que no solo facilitó el aprendizaje de habilidades emocionales, sino que también fortaleció la labor docente, promovió un mejor ambiente escolar y contribuyó al bienestar integral del estudiante. Estos hallazgos respaldan la continuidad y expansión de este tipo de propuestas en contextos similares.

### CONCLUSIONES

Los resultados del diagnóstico inicial evidenciaron que los estudiantes de quinto año básico presentan deficiencias significativas en el reconocimiento y regulación de sus emociones, afectando su comportamiento, la convivencia en el aula y su desempeño escolar. Esta problemática se manifestó a través de conductas impulsivas, dificultad para expresar sentimientos de forma verbal y una limitada capacidad de empatía entre compañeros.

La aplicación del manual de estrategias pedagógicas activas permitió desarrollar de manera progresiva habilidades de autorregulación emocional en los estudiantes, facilitando la identificación de emociones, el control de impulsos y la mejora en las relaciones interpersonales. Las actividades implementadas como juegos de rol, cuentos ilustrados y ejercicios de respiración demostraron ser eficaces al generar un ambiente emocionalmente seguro y participativo.

El objetivo de diseñar y aplicar un recurso didáctico que promueva la autorregulación emocional fue alcanzado satisfactoriamente, ya que se logró una mejora observable en la conducta emocional de los estudiantes, validada tanto por la observación participante como por la percepción de los docentes entrevistados. La propuesta demostró tener un impacto positivo en la dinámica del aula, fortaleciendo tanto el desarrollo emocional como la colaboración entre pares.

Los docentes valoraron positivamente el manual propuesto, reconociéndolo como una herramienta pertinente, práctica y adaptable a las necesidades del grupo. Sin embargo, también expresaron la necesidad de seguir fortaleciendo sus competencias en educación emocional, lo que sugiere la importancia de incorporar este tipo de estrategias de forma continua y sistemática dentro del currículo escolar.

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Amaya. (2022). Proyecto de inteligencia emocional con la estrategia de taller vivencial y la influencia en los niños y niñas de grado primero de la escuela Nuestra señora de Fátima de la IE la Milagrosa.  
<https://doi.org/https://repositorio.ucp.edu.co/server/api/core/bitstreams/da87392f3bf5-484a-b8d1-fcb1ddb89779/content>
- Arias, F. (2022). *El proyecto de investigación: Introducción a la metodología científica* (8.ª ed.). Episteme.
- Arias, M., & Covinos, D. (2021). Estrategias para la educación emocional en el aula: Un estudio en escuelas rurales. *Revista Latinoamericana de Educación Inclusiva*, 15(2), 125-140.  
<https://doi.org/10.4067/S0718-73782021000200125>
- Bello. (2021). La inteligencia emocional de Daniel Goleman: qué es y cómo desarrollarla. Daniel Goleman's emotional intelligence: what it is and how to develop it.  
<https://doi.org/https://acortar.link/pTAFyf>
- Bisquerra, R. (2003). *Educación emocional y bienestar*. Praxis.
- Boza, G., Cedeño, A., & Mendoza, M. (2024). *Estrategias pedagógicas activas para el desarrollo de habilidades de autorregulación emocional en los estudiantes de segundo grado de la Escuela de Educación Básica Morona Santiago*. [Tesis de maestría, Universidad Técnica de Babahoyo].
- Fernández, & Cabello. (2021). La inteligencia emocional como fundamento de la educación emocional.  
<https://doi.org/http://ri.iberomx:8080/handle/iberomx/6043>
- García Santana, D. A., Navarrete Pita, Y., García Santana, D. A., & Navarrete Pita, Y. (2022). Estrategia lúdica para el desarrollo de la inteligencia emocional en estudiantes de preparatoria. *Revista Estudios del Desarrollo Social: Cuba y América Latina*, 10(3).  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S230801322022000300005&lng=es&nr\\_m=iso&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S230801322022000300005&lng=es&nr_m=iso&tlng=es)
- García, L., Jaramillo, P., & Muñoz, R. (2022). Inteligencia emocional en niños y su influencia en el aprendizaje. *Revista Científica de Educación y Desarrollo*, 20(1), 45-52.
- Guerrero, Herrera, Rueda, Borbua, & Morales. (2020). Estrategias pedagógicas propiciadoras del fomento lector en estudiantes de básica primaria . 11(1), 46-57.  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.15658/INVESTIGIUMIRE.201101.04>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw-Hill Education.



- Hurtado, Sánchez, Valverde, & Mucha. (2023). Inteligencia emocional en el contexto de la educación a distancia. 7(29). <https://doi.org/https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v7i29.596>
- Ibarra, & Rodriguez. (2023). Estrategia pedagógica activa para el aprendizaje significativo de la asignatura Educación Cultural y Artística. 8(1). <https://doi.org/doi.org/10.33386/593dp.2023.1-1.1591>
- Pedrosa, I., Suárez-Álvarez, J., & García-Cueto, E. (2013). Evidencias sobre la fiabilidad de los test psicométricos: Conceptos, modelos y métodos. *Psicothema*, 25(1), 98–106. <https://doi.org/10.7334/psicothema2013.259>
- Prieto Rojas, C., González Arias, M., Prieto Rojas, C., & González Arias, M. (2022). Desarrollo de Competencias Emocionales en estudiantes de séptimo y octavo de educación básica. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 48(1), 323-341. <https://doi.org/10.4067/S0718-07052022000100323>
- Rojas, F. (2023). Educación emocional en contextos vulnerables: Un estudio de caso en Bolivia. *Revista Iberoamericana de Psicología Educativa*, 11(2), 79-90.
- Romero, Gallarday, & Arana. (2022). Impacto de las estrategias pedagógicas en las habilidades de comprensión lectora. 6(25). <https://doi.org/https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v6i25.417>
- Ronquillo, C., & Villamarín, D. (2021). Inteligencia emocional y adaptación escolar en el nivel Inicial II. *Revista Científica Yachana*, 10(1), 35-41.
- Sampieri, R. H., & Mendoza, C. (2018). *Fundamentos de metodología de la investigación: Administración, economía, ciencias sociales y humanidades*. McGraw-Hill Education.
- Treviño, E., Valdés, A., & Donoso, R. (2019). Clima escolar, relaciones interpersonales y bienestar estudiantil. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 49(1), 9-34. <https://doi.org/10.48102/rlee.2019.49.1.3>
- Vetter, T. (2017). Uso de estadística descriptiva en estudios educativos. *Revista Internacional de Investigación en Educación*, 15(3), 189–203.
- Vives, M. (2021). Aplicación de cuentos y juegos cooperativos para desarrollar la inteligencia emocional en estudiantes de primaria. *Educación y Desarrollo*, 20(2), 101–114.

**CONFLICTO DE INTERÉS:**

Los autores declaran que no existen conflicto de interés posibles

**FINANCIAMIENTO**

No existió asistencia de financiamiento de parte de pares externos al presente artículo.

**NOTA:**

El artículo no es producto de una publicación anterior.

