



Ciencia Latina
Internacional

Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), marzo-abril 2024,
Volumen 8, Número 2.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2

**LOS JUEGOS RECREATIVOS COMO
ALTERNATIVA PARA FORTALECER LA
INTELIGENCIA EMOCIONAL EN
ESTUDIANTES DE PRIMARIA**

**RECREATIONAL GAMES AS AN ALTERNATIVE TO
STRENGTHEN EMOTIONAL INTELLIGENCE IN
ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS**

Sergio Ramón Dzib Qui

Universidad Pedagógica Nacional “María Lavalle Urbina”

Felipe Antonio Fernández Canul

Universidad Pedagógica Nacional “María Lavalle Urbina”

DOI: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.10562

Los Juegos Recreativos como Alternativa para Fortalecer la Inteligencia Emocional en Estudiantes de Primaria

Sergio Ramón Dzib Qui¹

<https://orcid.org/0009-0003-3340-0078>

Universidad Pedagógica Nacional “María Lavalle Urbina”
Unidad 041.

Felipe Antonio Fernández Canul

<https://orcid.org/0000-0002-4313-4100>

Universidad Pedagógica Nacional “María Lavalle Urbina”
Unidad 041.

RESUMEN

En el Plan 2022, México, las emociones son consideradas como parte de la formación escolar de los estudiantes, por ello, los juegos recreativos pueden ser una alternativa para fortalecer la inteligencia emocional en los alumnos que cursan la educación primaria debido a que no saben expresarla ni tampoco regularla. El objetivo general fue presentar una propuesta de juegos recreativos como estrategia para fortalecer la inteligencia emocional, tuvo un enfoque cualitativo, investigación-acción, los instrumentos de recolección de datos fueron la guía de observación, la lista de cotejo y el test Mesquite cuyas siglas en inglés Emotional Intelligence Pre-Saber Test(tm) (MSCEIT). Los resultados demostraron que los juegos recreativos si fortalecieron la inteligencia emocional ya que ayudaron a los estudiantes a establecer relaciones de convivencia con sus compañeros del aula, es decir, el juego les permitió ser una alternativa de expresión, porque se les dio el espacio para procesar emociones como el miedo e inseguridad.

Palabras clave: juegos recreativos, inteligencia emocional, educación primaria

¹ Autor principal.
Correspondencia:

Recreational Games as An Alternative to Strengthen Emotional Intelligence in Elementary School Students

ABSTRACT

In the 2022 Plan, Mexico, emotions are considered part of the school education of students, therefore, recreational games can be an alternative to strengthen emotional intelligence in students who attend primary education because they do not know how to express it or regulate it. The general objective was to present a proposal of recreational games as a strategy to strengthen emotional intelligence, it had a qualitative approach, research-action, the data collection instruments were the observation guide, the checklist and the Mesquite test whose acronym in English Emotional Intelligence Pre-Saber Test (MSCEIT) (MSCEIT). The results showed that recreational games did strengthen emotional intelligence since they helped students to establish cohabiting relationships with their classmates, that is, the game allowed them to be an alternative expression, because they were given the space to process emotions such as fear and insecurity.

Keywords: recreational games, emotional intelligence, primary education

*Artículo recibido 20 febrero 2024
Aceptado para publicación: 25 marzo 2024*



INTRODUCCIÓN

Maturana (2019) afirma que: “todas las acciones humanas se funden en lo emocional, independientemente del espacio operacional en que surjan, y no hay ninguna acción humana sin una acción que la establezca como tal y la tome como posible acto” (p. 12).

Los alumnos y alumnas de la Escuela Primaria “Don Melchor Ocampo” de la localidad de Javier Rojo Gómez del municipio de Othón P. Blanco, Quintana Roo, cuentan con sus conocimientos, actitudes, habilidades y valores propias que se aprecian en los resultados de la evaluación diagnóstica. De ahí la importancia del diagnóstico ya que permiten ampliar las acciones formativas durante la práctica docente con el objetivo de mejorar continuamente en los resultados, sin embargo, existen situaciones que influyen en los aprendizajes de los alumnos, así como en la forma en que expresan sus emociones, por ejemplo, la mayoría de los padres de familia consideran que sus hijos (alumnos de la escuela) ya pueden realizar sus quehaceres sin apoyo o ayuda de algún de ellos. A pesar de que el trabajo de la escuela con miembros de la comunidad está bien establecido, no todos participan, siendo siempre los mismos que apoyan. Es decir, la selección de estrategias y métodos que implementa la escuela para lograr una mayor vinculación no logran los resultados esperados, como por ejemplo, lograr un ambiente sano, equitativo y de inclusión que les permita expresar sus emociones dentro de un ambiente de aprendizaje.

El sexto grado, grupo “A” está integrado por 24 alumnos, de los cuales 16 son niños y 8 niñas. Todos tienen 11 años de edad. De acuerdo al desarrollo cognitivo de Piaget se encuentran en la etapa de transición de las operaciones concretas a las operaciones formales mientras que su pensamiento preadolescente ya es más científico y por lo tanto, pueden hacer razonamientos complejos. El nivel de dominio de las competencias básicas (lectura, escritura, cálculo) aún expresan los efectos de la pandemia por el COVID -19, por ejemplo, no dominan los procesos básicos de multiplicación, división, suma, resta, comparación de fracciones como también el cálculo de áreas de las diferentes figuras geométricas, entre otros. No logran resolver preguntas luego de la lectura de un texto y casi no logran redactar oraciones sencillas. En cuanto a sus emociones, no saben expresarlas ni tampoco regularlas por lo que durante la convivencia dentro de la escuela y del aula se observan acciones como no respetar las reglas básicas del salón, mantener el orden en sus actividades y tareas, depositar la basura en el bote, hablar con respeto y con un tono moderado así como participar esperando su turno, por lo que se considera



primordial atender tanto las emociones como las cuestiones académicas como alternativa para contribuir a su desarrollo integral como emana desde el artículo tercero constitucional.

En educación primaria, en el Plan 2022 las emociones son consideradas como parte de la formación escolar de los estudiantes, por lo que es necesario diseñar alternativas que procuren fortalecer la inteligencia emocional, es decir, es indispensable para la formación y el aprendizaje, por ello, las emociones deberían ser entendidas como organizadoras del comportamiento, esenciales en la regulación del pensamiento, del aprendizaje y la actividad de los niños (Wolf y Bell, 2007). En este sentido, este trabajo considera que la inteligencia emocional, es una de las principales habilidades del ser humano que permite reconocer y evaluar, nuestras propias emociones y las de los demás, además de que contribuir al desarrollo integral del alumno así como se estipula en el artículo tercero constitucional (CPEUM, 2019).

Por otra parte, los alumnos y alumnas de educación básica, particularmente la primaria, tienen el gusto por participar en los diversos juegos que organizan entre ellos, como por ejemplo, fútbol, fut-beis, quemados, entre otros que representen un reto para ellos, y es que, mientras son parte del juego, regulan, en muchas ocasiones, la forma de convivir con los otros compañeros de los diversos grados escolares, sin importar la edad. Esta actividad, el juego, puede ser una alternativa para trabajar la inteligencia emocional en los estudiantes ya que brinda una auténtica oportunidad de aprender jugando, por lo que puede ser considerada como una actividad importante para su bienestar emocional, social, físico y cognitivo.

El desarrollo de este trabajo investigativo, planteó como objetivo, presentar una propuesta de juegos recreativos como estrategia para fortalecer la inteligencia emocional en los alumnos que cursan el sexto grado “A” durante el segundo trimestre del ciclo escolar 2022-2023. Goleman (1995) fue quien primero conceptualizó la inteligencia emocional, “es una meta-habilidad que determina el grado de destreza que podemos conseguir en el dominio de nuestras otras facultades” (p.68). También, Portillo y Valenzuela (2018) mencionan que “el adecuado manejo de las emociones es esencial para el desarrollo por parte del alumnado dentro de la escuela” (p.12). Sin embargo, no solamente es la escuela el espacio donde se puede fortalecer la inteligencia emocional, tampoco la única, sino que es la familia como a bien se menciona a continuación.



La inteligencia emocional, puede ser mejorada a través de la educación; no obstante, la base de la que cada niño parte es diferente y ello hace que el aprendizaje emocional no sea el mismo para todos, el primer lugar donde el niño desarrolla su inteligencia emocional es en el seno familiar, ya que no se trata de un simple aprendizaje cognoscitivo, sino que está lleno de emocionalidad al producirse en un ambiente tan afectivo como es el hogar. (Montero, 2019, p. 57)

Siguiendo con el trabajo, Cáceres (2020) hace hincapié en que “Aunque la escuela es un contexto adecuado para la educación de emociones, no debemos delegar la responsabilidad total en los centros educativos, olvidando el papel fundamental que desempeña la familia en la educación de los jóvenes”(p. 313).

Describir los aportes de los juegos recreativos a la inteligencia emocional los convierten en una actividad indispensable para el desarrollo integral porque puede transmitir en su aplicación, diversas emociones como alegrías al convivir con otros compañeros y ser parte de un equipo o bien, todo lo contrario, es decir, “lo importante no es realizar bien la técnica o ganar sino la diversión, lo cual genera placer”. (Paredes, Freire , 2011). El juego recreativo puede ser una acción que contribuya directa o indirectamente en el proceso de enseñanza aprendizaje de las emociones .

El presente trabajo tuvo un enfoque cualitativo, donde se implementó la investigación-acción. De acuerdo con McNiff y Whitehead (2010), la investigación-acción es un instrumento de desarrollo profesional que alimenta la confianza de los docentes en la práctica, contribuye a la adquisición de conocimiento, a recoger y usar evidencia y a aprender con base en sus experiencias. Este método aplicado a la educación contribuye a generar alternativas prácticas para la mejora continua del aprendizaje de los estudiantes, es decir, en el contexto escolar, implica que las y los docentes participen de un proceso de indagación conjunta, en la que buscan resolver desafíos de su quehacer pedagógico y proponer acciones que fortalezcan el aprendizaje de sus estudiantes (De Tezanos, s.f).

Los instrumentos para la recolección de datos fueron una guía de observación que en palabras de Campos y Lule (2012).

“la guía de observación es el instrumento que permite al observador situarse de manera sistemática en aquello que realmente es objeto de estudio para la investigación; también es el

medio que conduce la recolección y obtención de datos e información de un hecho o fenómeno”. (p.56)

Listas de cotejo que tuvieron el objetivo de detallar los criterios que seguir para lograr resolver con eficacia una determinada actividad de aprendizaje y los indicadores que permiten observar con claridad que esos criterios se han cumplido y el test de Mesquite cuyas siglas en inglés Emotional Intelligence Pre-Saber Test (tm) (MSCEIT), con el acompañamiento de un profesional en Psicología. Según Armendáriz (2018) afirma que “es un test de detección de los niveles de inteligencia emocional tanto para niños como para adultos, en este caso se les aplicó a los estudiantes que se constituyeron en un grupo focal para evaluar la inteligencia emocional” (p. 12).

DESARROLLO

El diseño de los juegos recreativos consideró ser inclusivos, con la finalidad de que todos los estudiantes del sexto grado puedan participar. Los juegos tuvieron tres momentos, el inicio, donde se explicaron el nombre del juego, las instrucciones y las reglas; el desarrollo, donde se lleva a cabo el juego con la información que ya tienen los estudiantes y el cierre, donde al concluir, se recuperan mediante ejercicios de respiración y luego, comparten sus experiencias entre ellos. Para finalizar, la implementación de la propuesta consistió en cinco juegos recreativos, con el apoyo y acompañamiento de un profesional en Psicología, luego, se aplicó la prueba a los estudiantes en un solo momento.

Materiales y métodos describir el diseño de la investigación

La propuesta se integra por cinco juegos recreativos que procuran fortalecer la inteligencia emocional en los alumnos que cursan el sexto grado “A”. A continuación, se exponen:

Título 1: Responder a una acusación.

Propósito: Establecer relaciones de convivencia con los compañeros del salón.

Inicio: En el aula el profesor debe leer en voz alta el comienzo de una historia que se haya vivido en la escuela, en la cual se presente una problemática: Por ejemplo: “Va Gerónimo muy contento por el parque, cuando de repente ve a Miguel viniendo a su encuentro. Miguel tiene una mirada muy rara. Gerónimo se pregunta ¿qué le estará pasando? Se acercan y se saludan, pero inmediatamente Miguel comienza a gritar. Dice que Gerónimo le ha hecho quedar muy mal con los otros chicos del grupo, que es mal amigo y que tiene la culpa de todo lo que le pasa. Entonces Gerónimo...

Desarrollo: Una vez leído la historia, los alumnos deben pensar de forma individual cómo actuarían si se encontraran en la situación en la que está Gerónimo. Después se comparten las respuestas y se clasifican en dos grupos: Las que permiten la conciliación y buscan un camino pacífico y el otro grupo, promueven un mayor conflicto.

Cierre: Ambos equipos se preparan para jugar quemados, a quién se le toque con la pelota, menciona sus emociones respecto al caso de Gerónimo, por último, se llega a la conclusión del por qué es mejor buscar soluciones que más problemas.

Evaluación: Se evaluará mediante una rúbrica.

Materiales: Varias historias que presenten una problemática, hojas blancas y de colores, lápices, colores y pelotas.

Ajustes razonables: Se puede dar opción para que algún alumno mencione una historia personal o familiar.

Título 2: Escribe un cuento.

Propósito: Establecer relaciones de convivencia con los compañeros del salón.

Inicio: Esta actividad pretende que los alumnos distingan entre las formas de responder a diversas situaciones y, además, aprendan a controlar sus emociones. Se sientan en círculos, se les narra un cuento sin final, de ahí con el apoyo de bola de hilo comienza a combinársela, a quién se le asigne expresará una solución al conflicto planteado. Es decir, mediante situaciones hipotéticas que van más allá de los ámbitos de su experiencia construirán soluciones entre todos.

Desarrollo: Luego, se separa al grupo por parejas. Después imaginan una situación en la que haya un conflicto. Entonces, cada pareja escribe un cuento corto que debe tener estos elementos:

- Adolescentes que hablan o se envían mensajes por móvil
- Una acusación
- Solución que deja el camino abierto al diálogo

Cierre: Los cuentos se comparten y se hace una valoración grupal de las ventajas e inconvenientes de la solución al conflicto, de modo que se comprenda lo que al final implica desde el punto de vista emocional para las personas implicadas en la historia.

Evaluación: Se evaluará las actitudes de los alumnos durante la actividad y la asertividad en la solución de problemas cotidianos.

Materiales: Hojas blancas, lápices, colores, bola de hilo.

Ajustes razonables: Se puede dar la flexibilidad para que los alumnos propongan la problemática y al mismo tiempo le den una respuesta.

Título 3: Mi nombre, mis virtudes.

Propósito: Establecer relaciones de convivencia con los compañeros del salón.

Inicio: Formaremos equipos de cuatro integrantes cada uno y se platicará sobre las cualidades positivas y negativas que influyen en una persona y cómo estás impactan en la vida. Se escribirán las cualidades en una cartulina.

Desarrollo: En una hoja blanca o de color el alumno deberá escribir su nombre en forma vertical (de arriba hacia abajo), y de cada letra de su nombre sacar una cualidad positiva. El niño puede realizarlo con su propio nombre o con el de un familiar o amigo, lo importante es poner aspectos positivos, aunque el sentido del humor siempre es importante, y quizás introducir una palabra graciosa, haga más divertida la propuesta.

C Confiado

A Astuto

R Risueño

L Luchador

O Ordenado

S Sincero

Luego, pasarán a meterlo en una caja de cartón, y conforme vayan siendo nombrados, elegirán una cartulina, leerán en voz alta, y los demás integrantes, con base a ello, mencionaran quién es y al descubrirlo, saldrá corriendo para tocar la base y así no ser eliminado del juego.

Cierre: Se pedirá que expresen una reflexión sobre tener una imagen positiva de uno mismo para sentirse y estar bien.

Evaluación: Se evaluó mediante una rúbrica.

Materiales: Marcadores, cartulinas, hojas blancas, pinceles.



Ajustes razonables: El acróstico puede ser del alumno, de un familiar o un amigo.

Título 4: Pantalla de protección.

Propósito: Que el estudiante pueda expresar sus emociones mediante diversas representaciones.

Inicio: A través de este juego se pretende que el alumno y alumna verbalicen sus ideas, creencias, valores y variables relacionadas con la inteligencia emocional. Conocer al otro y que nos explique sus ideas y creencias es ideal para respetarte y comprender su estilo de vida. El objetivo de este juego es que produzca una comunicación eficiente y respeto por parte de todos los miembros del grupo.

Desarrollo: El profesor, solicitará que cada alumno y alumna elaboren un avioncito de papel y lo decoren a su gusto, posteriormente deberán jugar a arrojarlo, y se hará un listado de quienes lograron alejarse una mayor distancia, esta lista será el orden de participación, en tanto el docente presenta una gran variedad y cantidad de fotos o recortes e invita a cada participante a que elija una, de ahí encontrarán al compañero que tiene la pareja de la foto o recorte que hayan elegido. A continuación, cada uno, de la pareja formada, describirán las emociones que les provoca la foto o recorte; lo importante es contrastar las emociones que les provoca la misma imagen. Luego, al concluir, en el extremo habrá dibujos que expresarán diversas emociones (emoticones) que, al concluir, irán por ellos mediante saltos en costales.

Cierre: Se dará un tiempo, mientras se recuperan, para que los alumnos reflexionen sobre sus propias emociones.

Evaluación: Registro anecdótico de la actividad.

Materiales: Fotos y recortes de revistas, hojas blancas, colores, costales.

Ajustes razonables: Para facilitar la participación se puede implementar el juego “Se quema la bola”.

Título 5: La estrella.

Propósito: Que el estudiante tenga la confianza en sí mismo para poder compartir sus emociones dentro del grupo al que pertenece.

Inicio: Se les explica que la autoconfianza es una variable psicológica que proporciona fuerza y valentía, permite lograr nuevos objetivos y superar los momentos complicados que puedan ir surgiendo en nuestro camino. Tener unas expectativas positivas sobre aquello que podemos hacer nos ayuda a fijarnos objetivos motivadores y a orientarnos hacia la resolución de problemas. Se organizan dentro del aula.



Desarrollo: Esta dinámica fue sencilla. Si se realiza en el aula, simplemente hay que hacer un círculo con el grupo de estudiantes. Los miembros del círculo deben abrir un poco las piernas y darse las manos, y el grupo se separa de manera que los brazos quedan estirados. Se enumera a los participantes con los números uno y dos, Las personas con el número uno irá hacia adelante y las personas con el número dos hacia atrás. Es importante que los participantes vayan hacia adelante o hacia atrás despacio hasta lograr un punto de equilibrio.

Cierre: Tras acabar la dinámica, se realiza una serie de preguntas a los participantes para que compartan su experiencia y asimilen mejor lo aprendido. Por ejemplo, ¿Has notado dificultades?, ¿Cómo representarías lo aprendido en la vida real a la hora de confiar en un grupo?

Evaluación: Registro anecdótico

Materiales: ninguno.

Ajustes razonables: Es posible cambiar los números unos a los del número dos, e incluso hacerlo de manera ininterrumpida.

Resultados: lógica y secuencial

La forma en que se implementaron los juegos recreativos permitió que los estudiantes lograron fortalecer su inteligencia emocional ya que se consideraron varios factores para su diseño, entre ellos, la edad y las características de los estudiantes. También ofrecieron pautas de la forma en que se relacionan con sus contextos inmediatos, el estilo y ritmo de aprendizaje. Ante la diversidad existente, fue necesario considerar la inclusividad, por último, los materiales a utilizar, que sean de fácil acceso para todos y todas porque de esta manera se sienten parte del grupo debido a que muchas veces, ante la falta de material para desarrollar la actividad, su interés y voluntad por aprender y compartir, se maximiza.

Del primer al tercer juego recreativo se procuró generar y establecer relaciones de convivencia entre ellos ya que se observó, durante las jornadas escolares, que a pesar de que el juego es una alternativa que puede mejorarla, casi siempre genera problemas entre los participantes. El cuarto y quinto juego recreativo tuvieron como propósito expresar y compartir sus emociones con sus compañeros como una forma de percibir su inteligencia emocional ante nuevos escenarios escolares porque a pesar de que muchas veces se les diera la oportunidad de expresarse, por diversos motivos, no era así, por ejemplo, la inseguridad ante la burla de sus compañeros.

Cuando se les conversó a los estudiantes los juegos que se implementarían, expresaron diversas emociones, unos de alegría, otros de incertidumbre y los demás de apatía. Sin embargo, escucharon con atención la información relacionada con los juegos recreativos. En este sentido, se pudo observar que los niños y niñas que no se expresaban, tenían limitadas las habilidades de la inteligencia emocional ya que así como no reconocían sus propias emociones, tampoco lo solían hacer con sus compañeros del grupo por lo que, a consecuencia se presentaban situaciones que no permitían construir y generar relaciones con los otros. Por lo que los juegos recreativos fortaleció este aprendizaje ya que en su participación en las diversas actividades les permitió reducir sentimientos de frustración ante una circunstancia difícil que fue la competencia con otros compañeros.

Juegos recreativos del 1 a 3.

Ahora bien, el primer juego “Responder a una acusación” al principio del juego, se empezaron a percibir diversas formas de poner resistencia para relacionarse con sus compañeros, por ejemplo, ¡no me llevo con él!, ¡no me cae bien!, ¡no quiero jugar porque no me gusta jugar! o bien, ¡no me gusta ese juego! En ese tenor se mantuvo el desarrollo del juego, muy entrecortado. Sin embargo, se desarrollaron todas las actividades que incluía realizando ajustes de tiempo, es decir, se anexaron 10 minutos más de lo establecido. Por lo que se puede decir que, los juegos son oportunidades de aprendizaje, pero requieren encontrar formas de solucionar conflictos cuando así suceden.

En el segundo juego implementado fue “Escribe un cuento” procuro el mismo propósito que el anterior, sin embargo, en este en particular pretendió fortalecer y aprender distintos valores procurando evitar el temor a la equivocación, en la medida en que conocieron las instrucciones del juego, y dialogando sobre lo acontecido en el primer juego, los estudiantes pudieron experimentar diversas emociones, por ejemplo, progresivamente comenzaron a comunicarse entre ellos, es decir, se generaron manifestaciones de convivencia y de respeto. Entre las manifestaciones estuvieron el uso de los recursos corporales, entre diversos movimientos y gestos de aceptación y mayor participación en las situaciones del juego implementado.

El tercer juego implementado “Mi nombre, mis virtudes” requirió una escucha atenta en todo momento, acción constante y movimiento, es decir, mayor interacción entre los participantes permitiéndoles expresarse libremente de tal manera que entre ellos se mencionaban las virtudes que tenía cada



compañero de aula. Cuando se integraron en el juego grupal, los alumnos debían estar atentos a la lectura de los nombres de sus compañeros, pero lo importante era reconocer los aspectos positivos que cada alumno o alumna mencionaba. Los comentarios durante el juego eran sobre el afecto e imagen positiva que había hacia sus amigos (as) de grupo.

Juegos 4 y 5

El juego cuatro “Pantalla de protección” tuvo como propósito que el estudiante pueda expresar sus emociones mediante diversas representaciones. Con la ayuda de los juegos implementados anteriormente, los estudiantes aprendieron y se interrelacionan con sus compañeros del salón y su entorno. Ahora bien, era importante generar un ambiente afectivo y a la vez productivo que les permita expresar sus emociones. Por lo que se sentaron las instrucciones del juego. El juego consistió en elaborar aviones para luego, lanzarlos lo más lejos que puedan. De ahí, seleccionar una imagen de una carita que exprese su sentir, sin comentar alguna palabra. A continuación, se juntaron con aquellos compañeros que seleccionaron la misma imagen. Se sentaron en círculo y conversaron por qué la eligieron. Una vez ya integrados, volvieron a lanzar sus aviones pero lo hacían de manera natural, entre ellos se organizaban, marcaban sus líneas de salida y sus puntos de llegada. Pudieron expresar sus emociones entre sus compañeros, y de forma espontánea, lograban convivir con sus compañeros que al principio, primer juego, comentaron que no le gustaba convivir o llevarse con él o ella, recordando que son estudiantes de sexto grado, de 11 y 12 años de edad.

Por último, en el quinto juego, con el objetivo de entender y analizar la contribución de los juegos recreativos al fortalecimiento de la inteligencia emocional y como parte importante es lograr compartirlo, se implementó el juego “La estrella” donde los estudiantes, a partir de estas experiencias previas, pudieron conocer y establecer, progresivamente, un ambiente de seguridad y confianza que les fue permitiendo llegar al momento de poder compartir sus emociones. Ahora bien, el juego consistió en formar una figura entre todos los participantes, cada uno se le asignó un número ya sea 1 o 2, los unos tiraban hacia adelante y los dos, hacia afuera, hasta lograr un equilibrio de fuerzas y así mantener un tiempo la postura de la estrella. Es importante porque el alumno conoció, practicó y desarrolló la resiliencia y logró poco a poco una autoconfianza en sus capacidades.

Discusión de resultados: argumentos que respaldan los resultados



La escuela valora la ejecución de la clase activa para lograr un ambiente sano, pero sobre todo equitativo y de inclusión, a pesar de que los estudiantes que cursan el sexto grado se enfrentan a problemas emocionales complejos, por lo que se consideró al juego recreativo como una alternativa que pueda fortalecer la inteligencia emocional y lograr así que les sirva como una forma de expresión dentro de sus contexto inmediatos. Es decir, que el juego les permita crear un espacio y tiempo para procesar sus emociones. En este sentido, el juego es un excelente medio para que se conozcan a ellos mismos, para que conozcan el entorno que les rodea, y para incentivar y afianzar las relaciones humanas con todos aquellos que pertenecen e integran su entorno inmediato.

Claramente, de acuerdo a lo anterior se establece el deseo de mantener una vinculación entre los juegos recreativos y la inteligencia emocional, es decir,

El esfuerzo de la educación emocional, debe ser orientado a que los educandos aprendan a aceptar sus emociones y sentimientos, y a partir de ello aprendan a decidir qué conducta es la más apropiada a ser manejada según las circunstancias, de manera tal que las mismas contribuyan a una interacción social y personal constructiva, positiva, capaz de contribuir a la elevación de su calidad de vida. (García, 2018, p. 24)

Quizá no se logre, en este primer momento, llegar a su totalidad, sin embargo, es necesario contar con las herramientas necesarias para mejorar tanto personal como académicamente. De tal manera que las emociones forman parte de nuestra vida diaria, por lo que no es suficiente trabajar solamente contenidos académicos, en este sentido, el juego recreativo aborda desde su reconocimiento, descripción hasta la manera de expresarlo y cómo éstos pueden mejorar aspectos tanto sociales, afectivos y de aprendizaje. En relación a lo obtenido en las guía de observación y las listas de cotejo se puede mencionar que los primeros tres juegos recreativos, ayudaron a los estudiantes a procesar las emociones difíciles de establecer relaciones de convivencia con sus compañeros del aula, es decir, cuando se enfrentaron a problemas emocionales complejos, el juego les permitió ser una alternativa de expresión, porque se les dio el espacio para procesar emociones como el miedo e inseguridad. También les permitió aprender a reconocer y manejar las emociones cuando se es parte de un grupo. De igual manera, los estudiantes obtuvieron, mediante los juegos recreativos, un mayor compromiso afectivo, físico e intelectual con el



mundo personal y social ya que la comprensión de sí mismos a través de las experiencias recreadas permitieron generar relaciones sociales significativas.

En relación a la aplicación del Test, los resultados fueron los siguientes: de los 24 estudiantes, 18 alcanzaron puntajes entre 7 y 15 puntos por lo que se categorizan en la inteligencia moderada, mientras que el faltante, seis, obtuvieron puntajes menores a seis por lo que es considerada escasa su inteligencia emocional, sin embargo, los juegos recreativos podrían ser una alternativa para seguir trabajando la inteligencia emocional en los estudiantes que cursan la educación primaria.

Por último, se puede mencionar que los datos obtenidos mediante la guía de observación, la lista de cotejo y el test, expresaron que los juegos recreativos si logran fortalecer la inteligencia emocional en los estudiantes que cursan el sexto grado de educación primaria, es decir, logran expresarlas y en algunas situaciones regularlas, la convivencia dentro del aula y la escuela se observaron acciones que dieron cuenta el respeto a las reglas básicas que permitieron mantener el orden en sus actividades y tareas, ahora depositaron la basura en el bote, hablaban con respeto y con un tono moderado así como participaron esperando su turno, es decir, atendieron la habilidad de reconocer, regular y comprender a los demás, por lo que conectaron con otras personas que les permitieron comunicarse de manera efectiva.

CONCLUSIONES

En los diversos juegos recreativos que se implementaron, los estudiantes pudieron experimentar y manifestar abiertamente sus emociones y aprender a gestionarlas, por lo que resultó ser una alternativa que puede contribuir para el desarrollo de su inteligencia emocional, ya que les facilitó expresar sus emociones y aliviar tensiones que surgen entre el grupo de compañeros. Por otra parte, los juegos recreativos son un medio que les permitió socializar con los compañeros de grupo, también van aprendiendo a respetar normas de convivencia y a conocer y regular sus emociones por ello, pueden ser considerados como una alternativa importante en el desarrollo de su personalidad.

El juego recreativo brinda la oportunidad de fortalecer la inteligencia emocional de los alumnos al darles experiencias de aprendizaje que se viven cotidianamente, les da la oportunidad de vivir un caso para determinar las acciones que han de realizar para lograr una respuesta adecuada. Desarrollar actitudes como la asertividad, la empatía, la solidaridad, y otras habilidades que le permitirán desenvolverse

socialmente y de la mejor manera. Las reglas del juego, a su vez, enseñan a los niños y jóvenes lo que se puede hacer y no se puede hacer, que son pautas importantes dentro de la sociedad. A través del juego los niños y niñas aprenden a regular sus emociones viviendo casos que se le presentan en su contexto. En este sentido, los niños tienen necesidades e intereses muy básicas y específicas que pueden encontrar una respuesta en los juegos recreativos ya que muchas veces al generar ambientes de aprendizajes través de las relaciones interpersonales con los compañeros del grupo fortalecen un desarrollo armónico integral. Es decir, el juego recreativo puede ser el acceso del niño a una realidad social que no ponga en riesgos su integridad, favorezca la aceptación y prevenga o elimine el rechazo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Armendáriz C. (2018). El test mesquite para detectar el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños. Scielo, 12.
- Cáceres Mesa, M. L., García Cruz, R. & García Robelo, O. (2020). El manejo de la inteligencia emocional en los estudiantes de Secundaria. Un estudio exploratorio en una Telesecundaria en México. *Revista Conrado*, 16(74), 312-324. <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v16n74/1990-8644-rc-16-74-312.pdf>
- Campos, G. y Lule, N. E. (2012). La observación, un método para el estudio de la realidad. *Xihmai*, 7(13), 45-60. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3979972>
- De Tezanos, A. (s.f). Notas sobre Investigación-Acción. Documento Red Maestros de Maestros, Unidad de Inducción y Mentoría en el ejercicio profesional docente. CPEIP.
- Goleman, D. (1995). La inteligencia emocional. Ediciones B México.
- Malaisi Lucas, J. (2014). Modo creativo: Educación Emocional del adulto. 1ª ed.-San Juan Educación Emocional Argentina.
- Maurice J. Elías, Steven E. Tobías y Brian S. (1999: Friedlander. Educar con inteligencia emocional. 3ª edición.
- Mireya Vivas, D. Gallego y Belkis, G. (2007). Educar las emociones. 2da edición 2007.
- Lúdica, juego y motricidad. Experiencias lúdicas y aprendizaje / Alixon David Reyes Rodríguez. -1ª ed.- Dirección de Posgrado; Magíster en Ciencias de la Motricidad Humana; Observatorio de



Educación para Latinoamérica; Grupo de Estudios AFSYE & Pedagogía en Educación Física,
Universidad Adventista de Chile.

Maturana M. (2019). Las acciones humanas y su propósito emocional. México: Trillas.

McNiff, J. and Whitehead, J. (2010). You and your action research. Routledge. [Links]

Paredes Freire, A. (2011). Investigación Acción. Primera Edición. Quito- Ecuador : Rijabal, 2011.

Portillo-Peñuelas, S. A. & Valenzuela-Santoyo, A. (2018). La inteligencia emocional en educación primaria y su relación con el rendimiento académico. *Revista Electrónica Educare*, 22(3), 1-15. <https://www.scielo.sa.cr/pdf/ree/v22n3/1409-4258-ree-22-03-228.pdf>

Sánchez Mendiola M; Martínez González, A. (2020). Evaluación del y para el aprendizaje: Instrumentos y estrategias. 1ª ed. Ciudad de México, UNAM.

Wolfe, C.D. & Bell, M.A. (2007). The integration of cognition and emotion during infancy and early childhood: Regulatory processes associated with the development of working memory. *Brain and Cognition*, 65, 3–13.

