



Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla
Especialidad en Docencia Digital

Diseño de recursos multimedia para orientar a un colectivo docente.

Trabajo práctico para obtener la Especialidad en Docencia Digital

Presenta

Sonia Martínez Jiménez



UPAEP – Secretaría General

Dirección General de Apoyos Académicos

Dirección del Centro de Recursos para el Aprendizaje y la Investigación.

Biblioteca Central - **Karol Wojtyła**

Tesis Digitales Restricciones de uso:

DERECHOS RESERVADOS ©

PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis está protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de textos, imágenes, gráficas, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente de donde la obtuvo mencionando el autor o autores involucrados en el documento.

Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

ÍNDICE

CONTEXTO DEL PROBLEMA.....	1
DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA.....	4
RELACIÓN DEL TRABAJO CON EL PLAN EDUCATIVO.....	6
OBJETIVOS.....	8
MARCO TEÓRICO	9
1. EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL.....	9
2. CAPACITACIÓN DOCENTE.....	10
3. RECURSOS MULTIMEDIA.....	12
PROPUESTA Y ESTRATEGIA PARA LA SOLUCIÓN DE LA PROBLEMÁTICA.....	17
RESULTADOS ESPERADOS U OBTENIDOS DEL PROYECTO	29
CONCLUSIONES.....	31
ANEXOS	34
REFERENCIAS (APA)	40

CONTEXTO DEL PROBLEMA

La Educación Básica es un tipo de educación que debe garantizar el Estado y la federación como lo estipula el artículo 3° Constitucional y las Leyes que de ella emanan. La Telesecundaria es un tipo de Educación Básica que garantiza el derecho a la educación, y de acuerdo a este modelo educativo, cada maestro debe promover el desarrollo integral de los alumnos y alumnas, acercarles las herramientas adecuadas para su propio aprendizaje y lograr la colaboración en proyectos comunitarios.

De acuerdo al modelo pedagógico diverso y flexible de Telesecundaria, los materiales impresos, programas televisivos, así como las TIC son un apoyo indispensable para el aprendizaje y por supuesto, un soporte para los maestros que atienden todas las asignaturas marcadas en el plan de estudios 2017 y propician situaciones de aprendizaje dinámicas, múltiples, de interés.

La escuela Telesecundaria “Álvaro Gálvez y Fuentes” C.C.T.21DTV0057J está ubicada en la cabecera municipal de Mazapiltepec de Juárez perteneciente a la parte centro-este del estado de Puebla, colinda con los municipios de San Salvador el Seco y Soltepec. El plantel, al estar ubicado en el municipio, se ve beneficiado con los servicios básicos en salud, medios de comunicación y transporte, entre otros; cuenta con infraestructura y equipamiento básico para atender una matrícula de 100 alumnos, colaboran 5 docentes, personal administrativo y de mantenimiento escolar.

El municipio que alberga a la telesecundaria antes mencionada está clasificado según el Instituto Nacional para el Federalismo y el Desarrollo

Municipal (INAFED), con un grado de desarrollo humano medio (0.8 Índice de Salud, 0.5 Índice de Educación, 0.6 Índice de Ingresos) lo que equivale a pensar que tiene la capacidad básica de contar con una vida larga y saludable, pero aún existe alfabetismo y baja tasa de asistencia escolar aunado al limitado acceso de recursos que permitan gozar de una vida digna. Cabe resaltar que, ante este panorama, la participación de los tutores o padres de familia de la institución para adquirir infraestructura y equipamiento es limitada, obteniendo material directamente de programas federales –estatales y por largos periodos de gestión ante las autoridades municipales, tal es el caso de la adquisición de un domo escolar que fue gestionado por 6 años.

Este material inmueble y mueble es pertinente pero no suficiente ya que en términos de material tecnológico solo se tiene un laboratorio de cómputo para 15 alumnos(as) que fue proporcionado por el gobierno de México; los materiales didácticos impresos y digitales se han recibido con algunos faltantes, pero la situación fue resuelta desde la supervisión escolar o plantel.

A partir de una encuesta realizada a la comunidad estudiantil del ciclo escolar 2020-2021 sobre el perfil socioeconómico de los estudiantes, los resultados obtenidos indican que el 80% de los ellos cuentan con teléfono móvil, lo usan principalmente para fines de entretenimiento, tienen acceso a redes sociales y a la web desde la internet de casa o con el suficiente saldo (megas). Sin embargo, este dispositivo de comunicación resulta no ser útil en la escuela como medio de información y para el uso de algunas herramientas digitales ya que la escuela no cuenta con el servicio de la internet.

De la misma forma señalo, después de revisar las bitácoras de los Consejos Técnicos Escolares(CTE) de la institución antes indicada, que existen amplias limitaciones en el uso de herramientas digitales en la mayoría de los docentes; el laboratorio de cómputo no era eficiente y ante ello, los maestros implementaron un club relacionado con tecnología; además, no se tiene conocimiento pedagógico sobre el trabajo con emociones y se ha recibido escasa asesoría como material para tratar la Educación Socioemocional en Secundaria.¹

Para finales del ciclo escolar 2019-2020 y durante el siguiente ciclo escolar, los docentes y alumnado de educación básica a nivel nacional consideraron la educación a distancia como una opción educativa ante la contingencia sanitaria a causa del coronavirus. Lo que llevó a los docentes a utilizar los recursos multimedia, plataformas web, redes sociales, programación televisiva y demás herramientas digitales disponibles en la web o propuestos por la Secretaria de Educación Pública (SEP).

Con todo este escenario, gran parte de la comunidad escolar tuvo un gran avance en el uso de la tecnología para la educación, pero en particular y con base a las bitácoras de CTE, los docentes del plantel antes citado siguen presentando limitaciones y debilidades para el trabajo con las emociones y ahora más ante el distanciamiento escolar pues algunas formas para estimular las emociones son el contacto, la socialización, el diálogo, entre otras; sin las asesorías y materiales pertinentes aunado al poco interés de los maestros por la preparación profesional

¹ Educación Socioemocional es un área que forma parte de las Áreas de Desarrollo Personal y Social del Plan y programa de estudio para la educación básica 2017.

en dicha área, el tratamiento de la educación socioemocional desde la escuela continuará siendo inapropiado o nulo.

DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

Recientemente, la educación en México ha vivido dos reformas educativas en los años 2011 y 2017 centrándose principalmente en el desarrollo de competencias y reforzamiento del currículo. Estos cambios implicaron mejoras en los materiales y recursos didácticos, pero presentaron problemas de accesibilidad y de producción. Esta problemática se acentuó más en el ciclo escolar 2020-2021 y en el grado tercero de Telesecundaria ya que varios materiales multimedia sugeridos en el libro de texto gratuito aún no están disponibles en la plataforma digital de la SEP.

La Educación Socioemocional es un área curricular con indicadores de logro, algunas orientaciones didácticas y recomendaciones de evaluación especificados en el documento Plan y programas de estudios 2017, pero desafortunadamente muchos maestros aún no tienen claro los principios pedagógicos, estrategias y características para trabajar habilidades sociales.

En el caso de los docentes de la escuela que son objeto de estudio de este proyecto, comentan que han desarrollado algunas sesiones de trabajo con Educación Socioemocional utilizando el poco material disponible en la internet, pero lo han hecho “sin rumbo”, es decir, sin orientaciones, sugerencias o material pedagógico suficiente. Como ya se sabe el material no es el fin, pero si el medio y

ante la poca orientación sobre esta área los maestros del plantel se sienten desarmados y no asertivos en sus prácticas docentes.

Después de explorar las páginas oficiales y la web en general, se sabe que hay material digital sobre el currículo de Educación Básica 2017, proyectos de Educación Emocional en Educación Media Superior y material diverso para niveles escolares como Preescolar y Primaria pero no localice material específico para nivel Secundaria. Esta situación ejemplifica la “falta de material” para trabajar con emociones y ante las necesidades pedagógicas sobre esta área, el colectivo docente propuso en la Ruta de Mejora Escolar (estrategia de gestión) investigar de forma personal sobre el tema y solicitar asesoría a la Supervisión Escolar, sin una respuesta inmediata la situación continúa y los avances dependerán directamente de la profesionalización personal de cada docente.

Todo lo anterior permite distinguir claramente la problemática a desarrollar en este documento: los maestros de la Telesecundaria “Álvaro Gálvez y Fuentes” tienen limitada orientación pedagógica y acceso a materiales educativos para trabajar con el área de Educación Socioemocional, dando lugar a que las prácticas escolares no sean asertivas de acuerdo a los propósitos curriculares. De continuar con esta problemática dentro del plantel escolar se estaría desatendiendo el desarrollo integral de los estudiantes de secundaria.

Planteada esta situación, surge la siguiente pregunta con respecto al objeto de estudio del proyecto en desarrollo:

¿Qué tipo de materiales son adecuados para orientar a los docentes en el área de Educación Socioemocional.

RELACIÓN DEL TRABAJO CON EL PLAN EDUCATIVO

El desarrollo de este proyecto práctico cobra relevancia ante la propuesta educativa 2019 del gobierno de México titulada “Nueva Escuela Mexicana”, que plantea el objetivo de alcanzar la equidad y excelencia en la educación bajo un enfoque humanista e inclusivo. Aquí mismo se estipula la relevancia del desarrollo de las habilidades emocionales y sociales como una pieza clave para adquirir y generar conocimientos.

Aunado a la propuesta educativa 2019 se definen el perfil profesional docente 2020 en Educación Básica, en el que se remarca nuevamente que el docente no solo debe orientar las practicas docentes al logro de aprendizajes sino al desarrollo de habilidades socioemocionales. Además, se determina que el docente debe ser responsable de su proceso de formación continua para fortalecer su ejercicio docente y para ello la asesoría externa e interna coadyuva al cumplimiento del mismo.

La Especialidad Docencia Digital contribuye a la profesionalización docente necesaria para atender las necesidades y objetivos educativos actuales. En específico, mediante los conocimientos: *Analiza las plataformas educativas y los entornos virtuales para el aprendizaje*, se reconocen diferentes formas de crear comunidades de aprendizaje a distancia; y *Fundamenta el proceso de enseñanza, aprendizaje y evaluación mediado por tecnologías*, da paso a que una asesoría pedagógica o clase se apoye de la tecnología para que sea más accesible, oportuna y eficiente.

Habilidades como: *Ejecuta las aplicaciones Web 2.0 en el proceso de enseñanza y aprendizaje*, permite reconocer ventajas y desventajas de ciertas herramientas digitales; ante el análisis anterior se procede a proponer los materiales multimedia pertinentes y emprender su diseño/uso como lo indica la habilidad *Construir recursos multimedia*; estos recursos deben cumplir con los requerimientos de contenido, técnicos, de diseño y seguridad como lo propicia la habilidad *Determinar criterios de seguridad en el uso de la web 2.0*.

Finalmente, este proyecto se desarrolló bajo el valor *Promueve la actitud de servicio, responsabilidad social y solidaridad*, al buscar que un colegiado avance en satisfacer las necesidades pedagógicas comunes, un grupo de alumnos y alumnas logre un trabajo colaborativo o bien, de forma individual contribuya en el aprendizaje de otros.

Así mismo, cada acción propuesta en este proyecto será fundamentada para lograr su asertividad gracias a la actitud *Se preocupa por tomar decisiones fundamentadas teórica y metodológicamente*; e igualmente, *Valora los beneficios de la web 2.0 en la educación* es otro valor que da paso a que esta propuesta se apoye de la tecnología para lograr el máximo aprendizaje y desarrollo integral del educando.

OBJETIVOS

Continuando con la problemática escolar se considera que el maestro de Telesecundaria mejorará las prácticas educativas relacionadas con Educación Socioemocional, en el momento que trabaje de forma individual y colegiada en la capacitación y orientación sobre conceptos pedagógicos de esta área; después de conocer y reflexionar sobre los fundamentos básicos del área, es esencial e importante conocer experiencias educativas de colegas sobre estrategias, técnicas y actividades pertinentes para fortalecer las prácticas; dicho bagaje de información deberá estar disponible en medios asequibles. El proceso de formación y capacitación docente es continuo y requiere del análisis de los resultados obtenidos a partir de las acciones implementadas.

Por lo tanto, el propósito general de este proyecto es contribuir a la asesoría pedagógica docente mediante recursos digitales que orienten sobre Educación Socioemocional. Además, el proyecto está orientado en los siguientes objetivos específicos:

- Reconocer los recursos digitales adecuados para orientar sobre fundamentos pedagógicos.
- Seleccionar y diseñar algunos recursos digitales para un colectivo docente con las mismas necesidades, pero diferentes características.
- Evaluar el material considerando las opiniones del colectivo docente.

MARCO TEÓRICO

1. Educación Socioemocional.

El concepto “inteligencia emocional” ha comenzado a interesar a los educadores e investigadores desde inicios del siglo XXI, pues según De Andrés Vilorio (2005) “El ritmo de vida está provocando que se sustituyan las necesidades emocionales de los niños por videoconsolas. El vacío emocional incapacita a los niños a enfrentarse...”.

La idea anterior se refuerza con “...los niños están afectados por dos grandes problemas: menos atención en casa y una creciente influencia de la televisión. Su desarrollo emocional es mucho más vulnerable por las calamidades y privaciones de afecto a que están expuestos. No tienen modelos, para desarrollar competencias que necesitan para la vida presente...” (Shapiro 2001, citado en De Andrés Vilorio, C., 2005).

La inteligencia emocional es definida por Daniel Goleman, quien afirma que existen dos mentes que forjan el destino de la persona: lo racional y la emocional; la mente que siente (la emocional) tiene cinco componentes: concientización, autorregulación, orientación motivacional, empatía y socialización; estas habilidades permiten manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones. Aunado a esto, De Andrés Vilorio propone que es en la escuela donde existirá educación emocional y aunque no hay un tratamiento curricular específico para estimular las habilidades emocionales, el docente tiene herramientas fundamentales como el diálogo y la tutoría.

Según Bisquerra (2000, citado en SEP, 2017), la educación emocional es resultado de reconocer en primera instancia a la inteligencia emocional (parte de las inteligencias múltiples) que dan paso a las competencias emocionales. Mediante la educación emocional o proceso educativo continuo y permanente con emociones, se potenciará el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, esto llevará a un mejor bienestar personal y social.

La educación socioemocional está relacionada con la neurociencia y las ciencias de la conducta, lo que permite reconocer la influencia de las emociones en el comportamiento y la cognición del ser humano, específicamente en el aprendizaje. Contribuye a que los estudiantes alcancen sus metas, establezcan relaciones sanas entre ellas, con su familia y comunidad, mejoren su rendimiento académico (SEP, 2017).

2. Capacitación docente.

El personal docente y directivo que forman parte de la comunidad educativa pertenecen, según una clasificación por contexto tecnológico, a las diferentes generaciones: baby boomer (1946-1964), generación X (1965-1980), generación Y (1981-1997), generación Z (1998-2009) y generación alfa (2010-2025). Por tal situación el proceso de capacitación y aprendizaje permanente es diverso, pero sin duda se apoyará de los recursos digitales. En específico, el aprendizaje de los “millennials” (personas nacidas entre los años 1980 y 2000) se basa en la autodidaxia, el mundo digital y la gamificación (Cataldi, Z. y Dominighin, C., 2015).

Según Perrenoud (2004) una de las competencias del maestro es “Organizar la propia formación continua” y para ello no solo basta con seleccionar los cursos, talleres y recursos que tomará. Es necesario aprender y cambiar a partir de distintos métodos personales y colectivos de autoformación, por ejemplo, la lectura, la experimentación, la innovación, el trabajo en equipo, la participación en un proyecto institucional, la reflexión personal regular, la escritura de un diario o la simple discusión con los compañeros.

La efectividad de una capacitación o asesoría docente depende principalmente de la motivación intrínseca y de la responsabilidad de su propio aprendizaje, aunado a un diagnóstico adecuado de sus debilidades, así como tener el apoyo de su comunidad escolar, especialmente del director. Además, la modalidad a distancia da cobertura y el facilitador o guía del curso tiene que dar apertura a las actividades de reflexión, colaboración y retroalimentación.

Entonces, aunque se tengan cursos diseñados por especialistas, si no se logra la reflexión contextualizada se estaría limitando el proceso de capacitación, según el INEE². De entre los retos que tienen los maestros para su capacitación esta la falta de capacidades tecnológicas de los asesorados, lo que ha llevado a la frustración al usar algún recurso digital (inmigrantes digitales) y de repensar si está es la mejor manera de formar maestros en servicio (Santibañez, L., Rubio, D., y Vázquez, M. 2017).

² INEE es el Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación 2002, sustituido por la Comisión Nacional para la Mejora Continua de la Educación 2019.

3. Recursos multimedia.

Las plataformas digitales administradas desde diferentes dispositivos facilitan al profesorado la creación, administración, gestión y distribución de clases, cursos, asesorías, proyectos, etc. En específico, un teléfono móvil da paso al aprendizaje móvil, pues el estudiante y/o asesorado puede trabajar en casa con videos, textos u otros recursos informativos para que en el aula o en colegiado se disponga el tiempo para debatir ideas, trabajar en equipo, trabajar en laboratorio, etc. Las tecnologías móviles, por ser accesibles en peso y costo, han ampliado las posibilidades y la viabilidad del aprendizaje personalizado, según la UNESCO (2013).

Los recursos audiovisuales son grandes herramientas en el proceso de enseñanza y aprendizaje y según Cabero (1996, citado en Ezquerra, A. y Polo, A., 2011) su valor pedagógico y educativo depende no solo del producto sino del proceso de producción implicado. Algunos estudios determinan que se recuerda el 10% de lo que se ve, el 20% de lo que se oye, el 50% de lo que se ve y se oye, y el 80% de lo que se ve, oye y hace, por lo tanto, un recurso multimedia como el video tiene amplias ventajas en el aprendizaje.

Aunque los costes de producción y demás etapas técnicas para la elaboración de videos educativos son altos y por lo general, las autoridades educativas se apoyan de especialistas en la materia, se puede comenzar a producir de forma libre materiales audiovisuales con herramientas libres de la web para diferentes propósitos educativos (Ezquerra, A. y Polo, A., 2011).

El podcast o colección pre-grabada de archivos de audio que pueden ser manipulados y reproducidos desde el ordenador o desde una herramienta de audio móvil, surgió desde 2005 como parte de un programa de la compañía Apple y ha avanzado hasta posicionarse en la web y en el área de la educación. Según Skiba, el podcast da la posibilidad de superar las barreras temporales, geográficas, psíquicas y culturales debido a sus características como la adaptabilidad y disponibilidad (2006, citado en Solano, I. Ma. y Sánchez. Ma. M.,2010).

Entonces, tanto el docente como el alumno descargan podcast para su escucha, graban y crear una página en XML para difundir podcast de su interés. Las universidades han utilizado este recurso para la disseminación de cursos, la grabación de clases y eventos de interés, también se han usado como aplicaciones para el estudio como audiolibros, glosarios y lista de vocabulario.

Según Colle (2004), la infografía es la unidad espacial en la cual se utiliza una combinación de códigos icónicos y verbales para mostrar información amplia y precisa. Localizadas en textos científicos o técnicos, de divulgación y en periodismo, son un recurso visual complementario para la publicación científica principalmente, como se puede ver en la revista Near Journal³ (Vilaplana, A.J.,2019).

Según Palacios (1983, citado en Marín, B.E., 2009) la imagen es uno de los elementos más importantes para la cultura y la comunicación del pensamiento, es decir, leemos más imágenes que textos para recibir información de forma

³ Revista científico-educativa internacional de periodicidad semestral que surge de los grupos de investigación de la Universidad de Alicante, España.

intuitiva y sensorial (sin racionalizar y de forma instantánea). Existe evidencia de infografía en periodismo desde los años 80 y recientemente en el periodismo digital; de ahí surge la “infografía digital” que aprovecha todas las herramientas de la internet para dotarla de las siguientes características: hipertextualidad, instantaneidad, interactividad, multimedialidad, cinética, estética, etc.

El recurso multimedia se puede definir como el objeto o producto que usa una combinación de medios (texto, color, gráficas, animaciones, video, sonido, etc.) en un mismo entorno, donde el estudiante interactúa con los recursos para mejorar y complementar su aprendizaje. Entre sus características esta la navegación e interacción; adecuación a los usuarios y a su ritmo de trabajo; incentiva la autoiniciativa y el autoaprendizaje (Marqués, P. 1999).

Desde una foto hasta un LMS (siglas en inglés de ambientes o aula virtuales) pueden fungir como recurso multimedia; hay que considerar según Fernández (2007) que a la hora de diseñar un medio debemos de tener en cuenta los objetivos de aprendizaje planteados, las posibilidades que tiene ese medio para promover dichos objetivos y la disponibilidad tecnológica de los usuarios finales (citado en Solano, I. Ma. y Sánchez. Ma. M., 2010).

Considerando la Teoría Cognoscitiva del Aprendizaje Multimedia de Mayer (2005, citado en Latapie, I., 2007), existen tres tipos de almacenaje en la memoria: memoria sensorial (recibe los estímulos sensoriales externos y almacena brevemente la información que llega por nuestros sentidos), de trabajo (retiene información por intervalos de tiempo muy cortos) y de largo plazo (capacidad de retención, apoyado del conocimiento previo para la construcción del nuevo

conocimiento), para procesar por diferentes e independientes canales (auditivo y visual) material verbal y no verbal.

El aprendizaje multimedia hace referencia a la construcción de representaciones mentales ante una presentación multimedia, es decir, se logra construir un conocimiento. Cabe resaltar que Mayer propone principios a considerar en la elaboración de mensajes en los recursos multimedia:

- **Coherencia:** es recomendable eliminar cualquier información superflua del mensaje (incluidos elementos de formato como dibujos, marcos, viñetas).
- **Señalamiento:** señalar los elementos importantes del mensaje.
- **Contigüidad:** colocar elementos relacionados cerca uno de otros para evitar que la memoria de trabajo tenga que invertir recursos en identificar esas relaciones.
- **Segmentación:** dividir la información en bloques para que los contenidos puedan ser procesados en la memoria de trabajo.
- **Pre-entrenamiento:** proporcionar con anticipación nombres y características de los conceptos principales.
- **Redundancia:** presentar la misma información dos veces requiere que el espectador la procese dos veces, eso consume los recursos de su memoria de manera innecesaria.
- **Modalidad:** presentar las palabras de forma hablada.

- Multimedia: presentar palabras e imágenes, y no sólo palabras para aprovechar los dos canales de la memoria sensorial y de trabajo (González, P. y León, M., 2017).

La teoría de aprendizaje constructivista considera que el aprendizaje se construye a través de la experiencia; este aprendizaje debe ser activo por lo que las nuevas tecnologías expanden la capacidad de crear, compartir y dominar el conocimiento. El estudiante o asesorado en una educación a distancia (implica uso de recursos multimedia) tiene la responsabilidad de ejecutar su propio estudio, organizar su estructura mental y ampliar su habilidad para usar el contenido ya aprendido (Fallas s/f, citado en Flores, G. I., González, A. y Reyes, J.L., 2013).

PROPUESTA Y ESTRATEGIA PARA LA SOLUCIÓN DE LA PROBLEMÁTICA

Para la solución de la problemática planteada propongo desarrollar un proyecto práctico en etapas con el objetivo de contribuir al asesoramiento al interior de un colegiado docente sobre el área Educación Socioemocional, para ello se seleccionará y/o elaborará material multimedia y se reconocerá su pertinencia a partir de las respectivas evaluaciones que se hagan al producto. Entonces, la estrategia torna en el siguiente plan de acción:

- 1) ETAPA 1: inicio del asesoramiento con la “Fase introductoria”.
- 2) ETAPA 2: continuación del asesoramiento con la “Fase de acompañamiento”.

En la fase introductoria se presentará el proyecto al colectivo docente y los recursos multimedia que les permita abarcar el tema 1 “Bases curriculares y conceptuales de la Educación Socioemocional”, para ello se trabajará en las siguientes actividades:

- 1.1 Búsqueda de material multimedia disponible y en lo posible, la elaboración de material auditivo (podcast) y visual (infografía).
- 1.2 Presentación de los objetivos del proyecto y de los recursos multimedia.
- 1.3 Evaluación, por parte del colegiado, de los recursos multimedia consultados.

La etapa 1 se desarrollará durante 3 semanas y se apoyará de las diversas herramientas web para la edición de podcast (<https://www.audacityteam.org/>)

e infografías (<https://www.genial.ly/es>), así como de las herramientas de google para presentar y evaluar los productos de la etapa.

En la fase de acompañamiento se buscará mayor interacción y acercamiento digital por parte del colegiado. Reconocer y rescatar las experiencias de prácticas pedagógicas es fundamental, de esa forma se obtendrán estrategias, técnicas y/o actividades ya trabajadas y que podrán ser de gran utilidad para otros colegas; entonces se abordará el segundo tema “Estrategias, técnicas y/o actividades trabajadas y sugeridas para Educación Socioemocional”, por lo que se proyectan las siguientes actividades:

2.1 Creación de una comunidad de aprendizaje digital para compartir de forma escrita estrategias, técnicas y/o actividades, dicho escrito considera las orientaciones propuestas en un video tutorial.

2.2 Diseñar videos tutoriales sobre las prácticas pedagógicas compartidas y otras estrategias, técnicas y/o actividades que se sugieran como resultado de una indagación previa.

2.3 Presentar los videos tutoriales y establecer un diálogo pedagógico.

La etapa 2 contempla 7 semanas de trabajo debido a que la participación del colegiado es indispensable y los diversos ritmos de estudio de cada docente es diverso. Se recurrirá a herramientas para la edición de videos (<https://screencast-o-matic.com/>, <https://www.canva.com/>, <https://genial.ly/es>) y de sitios web para la interacción y retroalimentación (por ejemplo el blog y canal de video) de los productos correspondientes a la etapa.

Debido al tiempo programado para la ejecución de todo el proyecto y a la disposición en tiempo y forma del colegiado participante, se optó por trabajar solo la etapa 1. Comienzo a trabajar en la primera acción considerando los siguientes parámetros de búsqueda digital para seleccionar el material multimedia:

- a) Abarca el tema 1 “Bases curriculares y conceptuales de la Educación Socioemocional”, es decir, muestra la relevancia de la Educación Socioemocional desde el aspecto psicológico, pedagógico, social y otras bases.
- b) Editados por fuente viables y profesionales, por ejemplo, las páginas web de universidades (UNAM, IBERO), de instituciones gubernamentales (SEP, IMSS, ISSSTE) y no gubernamentales (ONU, UNESCO, UNICEF).
- c) Se prioriza la selección de infografías y podcast, sin dejar a un lado videos u otros recursos digitales.

Como resultado de la búsqueda obtengo videos, podcast e infografías que abordan el tema de Educación Socioemocional de forma general pero no en específico el tema 1. Los materiales se enlistan en el apartado Anexo 1 y no se descartan, por el contrario, se consideran como material complementario. Continuando con la actividad 1 y ante el limitado material multimedia recopilado, procedo a la planeación, análisis, diseño, desarrollo y evaluación de podcast e infografías.

Como parte de la planeación considero guiones generales (de elaboración propia) para la estructuración de infografías y podcast que abarcarían los subtemas derivados del tema 1: Subtema 1.1 “Bases curriculares de la Educación

Socioemocional en Secundaria” y Subtema 1.2 “Bases conceptuales de la Educación Socioemocional en Secundaria”.

Tabla 1. Guion general de podcast

AUDIENCIA: Docentes de diferentes edades.		DURACIÓN: 15 a 30 minutos.	
ELEMENTO/SECCIÓN	CONTENIDO	TIEMPO	RECURSOS AUDITIVOS
Introducción	Presentar el tema y participantes.	5 minutos	Música de fondo
Cuerpo	Desarrollar la entrevista, la lectura, diálogo o textos con práctica de vocabulario.	15 a 20 minutos	Música de fondo
Cierre	Agradecer y recapitular.	5 minutos	Música de fondo

Tabla 2. Guion de una infografía.

LECTORES: Docentes de diferentes edades.		TEMATICAS: pedagogía, psicología, educación.
ELEMENTO /SECCIÓN	CONTENIDO	RECURSOS DE CONFIGURACIÓN Y ORGANIZACIÓN
Encabezado	Presentación del título y un resumen de lo que se encontrará en el cuerpo.	Tamaño grande y con color contrastante.
Cuerpo	Datos relevantes resultado de la investigación, priorizando una sucesión de acontecimientos, descripción de un proceso, una secuencia, explicación de un mecanismo complejo, visualizar o dimensionar un hecho.	Datos alineados, cortos y con imagen según la temática.
Referencia y créditos	Datos de la fuente consultada, datos de contacto y/o autor.	Tamaño pequeño y simbolizado.

Se continúa con el diseño y producción de los materiales multimedia, pero antes hago una pausa para el análisis de los siguientes aspectos respectivos por el tipo de recurso:

- 1) Usar un lenguaje adecuado al lector, evitando en lo posible los términos científicos desconocidos.
- 2) En el caso del texto considerar que una justificación centrada indica formalidad, la justificación a la izquierda facilita la lectura y hacia la derecha, es recomendable para títulos o contenidos informales (Alpiste y otros, 1993 citado en Navarro, O., 2015). Evitar los efectos disruptivos como las fuentes difíciles de leer o pequeñas, los fondos estampados o el uso de texto centrado (Johnson, 2020 citado en Navarro, O., 2015).
- 3) Las ilustraciones no deben ser ambiguas y deben contener información escrita o de audio adicional. Los colores deben resaltar puntos cruciales, para dar advertencia; el sistema visual humano reconoce tres canales de colores oponentes: rojo-verde, amarillo-azul, blanco-negro (Ware, 2008 citado en Navarro, O., 2015).
- 4) Después de reconocer la audiencia a la que va dirigido el podcast, se debe considerar el tipo de contenido (cognitivo, procedimental, actitudinal); para el caso de la etapa 1 se opta por contenidos que respondan al saber qué: conocimientos de hechos, conceptos y principios (cognitivo apoyado de explicaciones y no de manera literal). Entonces se presenta un proceso de reactivación de conocimientos previos, de asimilación o conocimientos de los nuevos, así como la conclusión para la recapitulación. También es

primordial considerar el tipo de formato: profcasting, de contenidos básicos, de audio ficción, participativo- interactivo, audio libro, entrevistas, ponencia grabada (Reynoso, A., Rodríguez, R. y Zepeda, I., 2016).

Para el diseño, se buscará que tanto el podcast como la infografía del respectivo subtema se complementen para evitar la redundancia, ser cortos pero precisos, basados en una investigación para mostrar veracidad. A continuación, se muestra parte del guion técnico literario (Reynoso, A., Rodríguez, R. y Zepeda, I., 2016) del podcast, así como la ficha técnica de la infografía previos al desarrollo y evaluación de producción.

Tabla 3. Parte del guion técnico literario de un podcast.

Tiempo (segundos)	Instrucción técnica	Instrucción literario
00-05	Entra música fuerte y baja para intervención.	¡Actualizándonos juntos!
10-20	Entra música y baja para intervención.	-¡Hola a todos! Pero principalmente a nuestros colegas docentes que nos escuchan; estamos iniciando el primer episodio relacionado con Educación Socioemocional.
21-35	Entra música de fondo y silencio.	-En algún momento pensamos ¿Cómo trabajaré con mis alumnos y alumnas las emociones, si estas son muy variadas en cada persona? o bien, ¿Por qué es tan importante estimular las emociones hoy en día?, o quizá comenzamos a buscar material de apoyo en diferentes fuentes bibliográficas y pedimos la opinión de los colegas; pero aun con todas esas acciones

		nos preguntamos ¿estaré trabajando adecuadamente la Educación Socioemocional desde el salón de clases?
36-45	Entra música de fondo y silencio.	-Soy Sonia, una maestra de educación secundaria y les presentaré información sobre los fundamentos curriculares de la educación Socioemocional, esperando que les sirva para fortalecer o iniciar el trabajo escolar de esta área.
...
15 minutos	Entra música fuerte y baja para la primera parte de cierre. Entra música y salen créditos.	- ¡Hemos llegado al final!, si estuviste conmigo muchas gracias. Nos escuchamos en la próxima edición y recuerda que este espacio es nuestro. -Una producción de un colegiado de Telesecundaria.

Tabla 4. Parte de la ficha técnica de una infografía.

Tipo de infografía por su finalidad: Didáctica <input type="checkbox"/> * Periodística <input type="checkbox"/>	Tipo de infografía por su composición ⁴ : Cronológica <input type="checkbox"/> Comparativa <input type="checkbox"/> Diagrama de flujo <input type="checkbox"/> Descriptiva <input type="checkbox"/> * Secuencial <input type="checkbox"/> Estadística <input type="checkbox"/> Geográfica <input type="checkbox"/> Jerarquía <input type="checkbox"/>	
OBJETIVO: describir aspectos clave de las dimensiones y habilidades socioemocionales e indicadores de logro en educación secundaria.		ELEMENTOS VISUALES
ENCABEZADO: a) Título: ¿Qué trabajar en Tutoría y Educación Socioemocional?		Ilustración que haga

⁴ Clasificación propuesta por Alcalde, 2015 (citado en Quiroz 2020)

<p>b) Texto introductorio: “La inteligencia intrapersonal es una de las 8 inteligencias múltiples que propone Howard Gardner, 1979 y se refiere a la capacidad que tiene una persona para conocer su mundo interno, es decir, sus propias y más íntimas emociones y sentimientos, así como sus propias fortalezas y debilidades.”</p> <p>¿Pero qué es inteligencia? Para Howard Gardner (1995), «implica la habilidad necesaria para resolver un problema o para elaborar productos que son importantes en un contexto cultural».</p>	<p>referencia a las inteligencias múltiples (libre)</p>
<p>CUERPO:</p> <p>a) DATO 1: Goleman (2000) centró su atención en la inteligencia emocional (IE) y lo definió en competencias emocionales que integran 4 dimensiones: el conocimiento de uno mismo, la autorregulación, la conciencia social, la regulación de las relaciones interpersonales. Pero, ¿qué es una competencia?</p> <p>“Competencias son el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarios para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales cuya finalidad es aportar un valor añadido a las funciones profesionales y promover el bienestar personal y social.” (Bisquerra, 2009)</p> <p>b) DATO 2: Según Bisquerra (2000), la educación emocional es resultado de reconocer en primera instancia a la inteligencia emocional (parte de las inteligencias múltiples) que dan paso a las competencias emocionales.</p> <p>“Las dimensiones se cultivan mediante el desarrollo de las habilidades específicas que las componen, las cuales tienen diferentes indicadores de logro para cada grado escolar” (SEP, 2017)</p>	<p>Fotografía de Goleman como pionero del concepto IE.</p> <p>Ilustración de los 4 pilares de la educación del siglo XXI.</p> <p>Ilustración de las 5 dimensiones propuesto por la SEP.</p> <p>Ilustración de indicadores que indiquen gradualidad.</p>

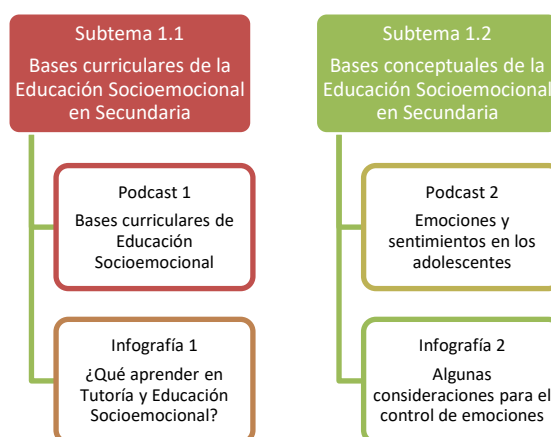
<p>c) DATO 3: ¿Qué es un indicador de logro? Son evidencias o comportamientos visibles que marcan la asimilación de cada habilidad socioemocional y a la vez ir concretando las competencias emocionales.</p> <p>Cada indicador de logro por grado escolar es complementario y son el eslabón del desarrollo emocional del nivel medio superior.</p>	
<p>...</p>	<p>...</p>

Concluida la actividad 1, procedo a presentar al colegiado los recursos multimedia mediante una página web disponible en la siguiente liga:

<https://docs.google.com/forms/d/1D9FjDvNoMEFROKhHm7HxpVCEWXC5BvkeYXLY1eJrVUU/edit?usp=sharing> ; mediante esta actividad 2, el colectivo docente

podrá conocer el objetivo general del proyecto en curso e interactuar con los materiales multimedia correspondientes al tema 1 que a continuación se enlistan.

Diagrama 1. Listado de materiales complementarios del tema 1.



Se cierra la etapa 1 con la participación de los docentes para la revisión de los materiales sugeridos y posteriormente, con la realización de la

heteroevaluación de los mismos mediante un instrumento de evaluación (cuestionario disponible en el sitio web) que permita valorar los alcances del material, es decir, saber qué tan oportuno y asertivo es el material con respecto a su contenido y presentación.

Para el desarrollo de la etapa 2 del proyecto se supone un trabajo colaborativo, gradual y de acompañamiento; con las aportaciones de los maestros participantes e invitados se tendrá el contenido y/o elementos base para el avance del resto de la etapa. La integración de un canal de comunicación (blog escolar) adecuado para la interacción ante dudas, sugerencias, propuestas, es la primera actividad a ejecutar durante 1 a 3 semanas. Con apoyo de un video tutorial (incrustado en el mismo blog), los participantes podrán compartir de forma escrita experiencias o prácticas docentes trabajadas o sugeridas en Educación Socioemocional; parte del contenido del video considera los siguientes datos clave:

- a) Título de la actividad, técnica o estrategia.
- b) Objetivo de la actividad, técnica o estrategia.
- c) Participantes, tiempo y materiales necesarios para el desarrollo de la actividad, técnica o estrategia.
- d) Explicación del desarrollo de la actividad en sus tres momentos: inicio, desarrollo y cierre.
- e) Sugerencias y adecuaciones.
- f) Referencias bibliográficas consultadas si es el caso.

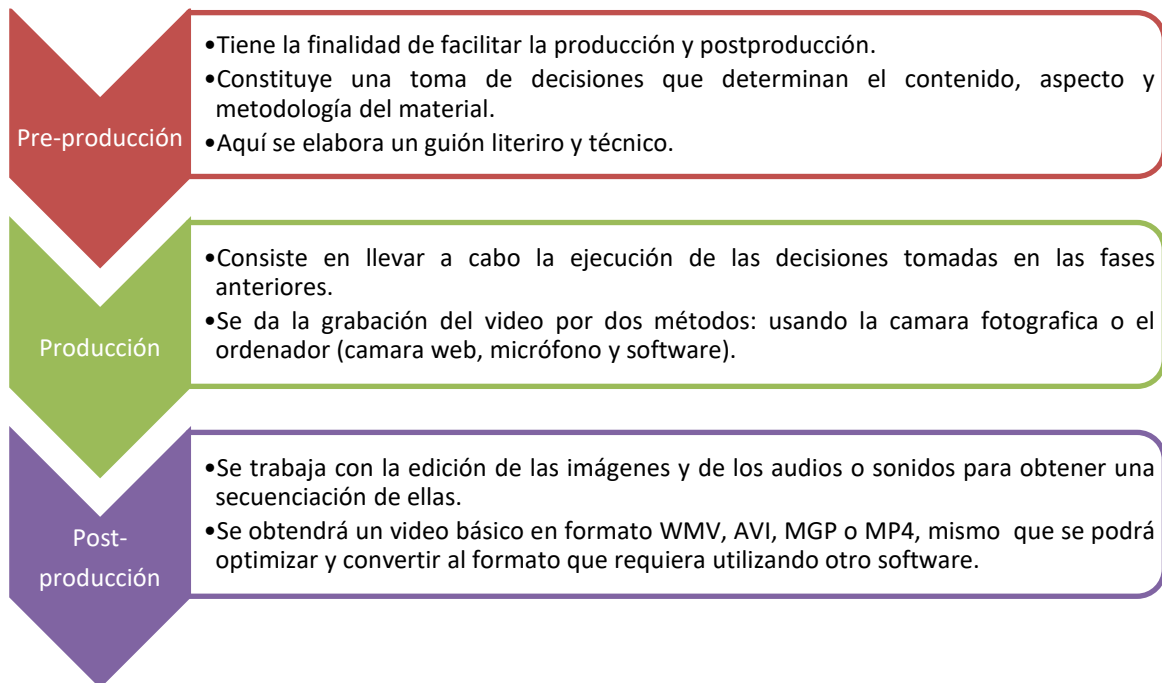
Posteriormente y una vez que los colegas hayan compartido sus experiencias se procederá al diseño, producción y evaluación de videos tutoriales online (por parte del compañero asesor) para presentar los escritos compartidos, mismos que servirán de guía en el proceso de enseñanza y aprendizaje de los estudiantes que están a cargo del colegiado docente. Algunas recomendaciones para el diseño y la producción son:

- Considerar una duración de entre 10 a 15 minutos. Si se necesita más tiempo es preferible repartirlo entre varios videos.
- Elaborar un guion donde se identifican necesidades, objetivos, perfil del usuario, tema o temas a abordar, así como la estructura (preámbulo, contenido, referencias), aspectos durante la producción (sonido, voces, diálogos, texto, imágenes, etc.), así como los recursos (iluminación, locación, fondo, software de producción, etc.).
- Elegir el formato más apropiado según el contenido a tratar: busto parlante, diapositivas, animaciones, acciones en pantalla, etc.
- Usar un lenguaje sencillo, centrar la atención en las áreas significativas de la pantalla con el cursor u otra señal, si es necesario incluir subtítulos en no más de dos líneas (Bengochea, L. y Medina, J.A., 2013).

La segunda actividad anterior se ejecutará durante 3 semanas con el apoyo de algún programa de producción (<https://www.canva.com/>, <https://www.powtoon.com/>, etc.) y editor de videos (<https://screencast-o-matic.com/>, <https://www.openshot.org/es/>, etc.); cabe mencionar que considerar las etapas para elaborar cualquier video (imagen 1) y todos los

elementos técnicos-literarios necesarios, dará como resultado un producto de calidad, pertinente y accesible.

Imagen 1. Etapas para la elaboración de un video (Vélez, R., 2017)



La actividad 3 de la fase de acompañamiento consiste en presentar los videos tutoriales producidos mediante herramientas de la web (<https://www.youtube.com/>, <https://vimeo.com>, <https://www.dailymotion.com/>, etc.); durante una semana el colegiado docente puede interaccionar con el material y entablar un diálogo pedagógico para conocer puntos de vista, sugerencias, recomendaciones sobre el contenido del material multimedia compartido.

RESULTADOS ESPERADOS U OBTENIDOS DEL PROYECTO

Ya se ha mencionado que los docentes tienen que atender su profesionalización, actualización y formación continua ante las necesidades educativas del siglo XXI. Esta es una tarea de corresponsabilidad entre las autoridades gubernamentales y cada maestro, por tal razón el trabajar en colegiado para recibir asesoría docente ha sido la estrategia conveniente para atender algunas de las necesidades de un plantel escolar.

Después de valorar el desarrollo y cierre de la fase 1 del proyecto y retomando los resultados del cuestionario para la evaluación de los materiales multimedia (Anexo 2) así como la pregunta de investigación inicial “¿Qué tipo de materiales son adecuados para orientar a los docentes en el área de Educación Socioemocional?” resalto lo siguiente:

- El colegiado docente mostró interés y participación en el proyecto pues el material compartido resultó innovador y accesible.
- En específico, se muestra un gran interés por el podcast ya que su contenido fue interesante, accesible e incluso de nueva incorporación para la mayoría del colegiado.
- Las infografías son más usadas por los participantes; las que fueron revisadas resultaron útiles porque no son redundantes con el contenido del podcast, aunque es importante atender su diseño gráfico, específicamente la imagen.
- Los participantes de mayor edad y por pertenecer a generaciones baby boomer (1946-1964) y generación X (1965-1980), solicitaron ayuda para

explorar la página web indicada en la actividad 2 e incluso no tenían claro el concepto de podcast.

- Los participantes de generación Y (1981-1997) y generación Z (1998-2009), emitieron comentarios más críticos al momento de evaluar los materiales multimedia proporcionados.
- La asesoría docente sobre Educación Socioemocional en la fase 1 se concretó y se reforzaron las habilidades digitales del colegiado al momento de usar las diferentes herramientas web usadas para el plan de acción.

Después de analizar las opiniones y valoraciones realizadas a los materiales multimedia, destaco que el cuestionario utilizado para la evaluación de los recursos permitió saber qué tan oportuno e interesante es el material con respecto a su contenido y presentación; su total eficiencia dependerá del grado de comprensión y adquisición de nuevos conocimientos o datos sobre el tema “Bases curriculares y conceptuales de la Educación Socioemocional en Secundaria” por parte de cada maestro participante.

También es pertinente remarcar que de acuerdo a las opiniones de los compañeros docentes y al estar más familiarizados con las infografías, la imagen es un elemento básico que aporta información por lo tanto para infografías posteriores debe priorizarse la “imagen”. Estas ideas están estrechamente relacionadas con las complicaciones que tuve en el diseño de la infografía, pues al utilizar plantillas prediseñadas no se logra adaptar el contenido al diseño gráfico seleccionado, obteniendo así infografías poco atractivas en imagen, pero no menos relevantes para la labor docente.

Las opiniones, comentarios y sugerencias de los participantes como parte de la evaluación de las acciones desarrolladas en la fase 1, fueron claves para reconocer que los docentes del plantel involucrado tienen la disposición por atender en lo posible sus necesidades pedagógicas. Si hay un material, curso o comunidad de aprendizaje que los apoye, ellos mostrarán una participación activa aún más si se trata de herramientas innovadoras y aptas a sus necesidades.

CONCLUSIONES

Atender las emociones desde la escuela implica que el docente a cargo de un grupo de alumnos y alumnas haya trabajado en sus propias habilidades socioemocionales, conozca las nociones curriculares y conceptuales básicas, considere estrategias, técnicas y actividades para orientar al alumnado en el área de Educación Socioemocional. La capacitación docente en esta área ha sido limitada desde el 2017; estimular las habilidades emocionales en educación básica y media superior es un reto docente pues tienen que iniciar y/o fortalecer su propio dominio en el área para planear las prácticas educativas más pertinentes.

Hasta este momento los maestros se han acercado a diversos materiales multimedia debido a la contingencia sanitaria iniciada en 2019, sus habilidades digitales se han estimulado y se ha emprendido un trabajo escolar en la modalidad Educación a distancia; sin embargo, aunque los maestros de Telesecundaria cuentan con recursos digitales e impresos, programación televisiva y metodologías definidas para el proceso de enseñanza y aprendizaje, aún es escaso el material para las áreas como Educación Socioemocional.

En definitiva, los maestros necesitan atender su capacitación docente de forma particular ante el lento avance de la Reforma Educativa 2017. Queda claro que una reforma educativa implica cambios y mejoras paulatinas, pero cuando se trata de lograr los nuevos objetivos curriculares mediante las practicas escolares hay una gran separación entre lo que se espera y lo que se logra; tal situación se debe en gran medida al escaso acceso a materiales y cursos de actualización y en ocasiones, a un trabajo del colegiado nulo o inadecuado para atender las necesidades de un plantel en particular.

Con el desarrollo de la fase 1 del proyecto práctico se atendieron los objetivos previamente planteados y resalta lo siguiente:

- El trabajo con material multimedia fue accesible, innovador y pertinente para atender los diversos estilos de aprendizaje de docentes de diversas edades y estilos de aprendizaje; en la primera fase se consideró trabajar los canales visual y auditivo por separado mediante podcast e infografías, en la segunda fase se programa el trabajo con videos para aprovechar las amplias posibilidades de este recurso.
- Se tiene una colección de material multimedia (podcast, infografías y videos) que aportan información sobre Educación Socioemocional; aunado a esto se incorporan podcast e infografías de producción personal específicos en el tema “Bases curriculares y conceptuales de Educación Socioemocional en Secundaria”.
- Los docentes del plantel educativo se acercan a los materiales con facilidad e interés, emiten de forma crítica sus opiniones del material proporcionado y entablan un diálogo pedagógico. Dichas opiniones me permiten como

docente asesor, retroalimentar mis conocimientos y habilidades digitales sobre diseños y producciones de podcast e infografías principalmente.

- Se inicia una comunidad de aprendizaje entre colegas docentes para recibir asesoría pedagógica mediante recursos digitales acordes y así resolver las necesidades escolares comunes.

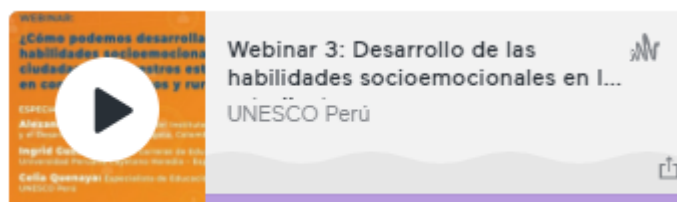
El trabajo de investigación ejecutado significó un avance gradual a las competencias docentes de un colectivo en específico, al mostrar que el trabajo en colegiado y colaborativo mediado por materiales multimedia, contribuye a la profesionalización y actualización docente.

Conforme pase el tiempo, las herramientas web permitirán ampliar las posibilidades para obtener, crear e innovar en recursos digitales. Los materiales multimedia irán adaptándose a las necesidades de las generaciones sociales y avances tecnológicos y ante esto, los docentes deben continuar en el desarrollo de sus habilidades digitales y actualización pedagógica. Será oportuno acercarse al trabajo con LMS (siglas en inglés Learning Management System), siendo este el espacio para que los docentes consoliden las comunidades de aprendizaje de manera permanente, con interactividad, con diversidad de recursos y contenidos digitales y con mayores formas de seguimiento y acompañamiento.

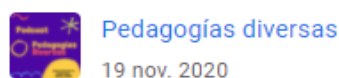
ANEXOS

Anexo 1. Listado de algunos recursos multimedia disponibles en la web.

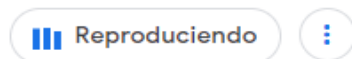
1) Podcast con el título “Desarrollo de habilidades socioemocionales en los estudiantes en el contexto actual” localizado en <https://es.unesco.org/fieldoffice/lima/educacionresiliente/audios>



2) Podcast con título “Educación Socioemocional” localizado en <https://podcasts.google.com/feed/aHR0cHM6Ly9hbmNob3IuZm0vcy8zZDFlZmI1O C9wb2RjYXN0L3Jzcw?sa=X&ved=0CAkQlvsGahcKEwigkd7p-- jxAhUAAAAAHQAAAAAQAg&hl=es-419>



Educación Socioemocional



En este episodio escucharemos a la [Dra. Cimenna Chao Rebolledo](#) sobre la importancia de la Educación Socioemocional para las familias en este periodo de confinamiento. Estamos en un momento en donde el bienestar personal y social es vulnerable, nos encontramos en un cambio radical en el estilo de vida, ha resultado un periodo largo de confinamiento por lo que hemos tenido que cambiar la manera de convivir.

3) Infografía con título “Tips para mejorar el crecimiento emocional”.



4) Infografía con título “Reconoce tus emociones”

CienciaUNAM

Reconoce tus EMOCIONES

No existe un método único que nos enseñe a manejar las emociones, las cuales surgen desde que nacemos. A partir de ese momento hay una predisposición biológica, tanto para sentirnos como para expresarlas; no obstante, la familia tiene un papel fundamental en cómo las manejamos, pues es en ella donde obtenemos las pautas que nos guían.

La mayoría nos preocupamos por elevar nuestras habilidades intelectuales, pero las emociones están olvidadas. “El escaso uso de las redes sociales y de la tecnología en general, ha ocasionado una falta de contacto y de interacción con los demás”, refiere Alicia Velaz García, académica del Laboratorio de Neurociología y Psicología de la Facultad de Psicología de la UNAM.

Identificando lo que siento
Cada vez que te sientas alegre, nervioso, enojado, temeroso, frustrado o decepcionado se debe a que estás experimentando alguna emoción que provoca que te sientas así. Las emociones son una serie de reacciones que experimentamos los seres humanos y algunas especies semejantes a nosotros; se presentan ante diversas situaciones o personas, y orientan nuestro comportamiento. Sentir una emoción hace que reaccionemos de una forma determinada, incluso nos impulsa para alcanzar ciertas metas.

Para entender las emociones
En la actualidad, se reconoce que las emociones se originan en el sistema límbico y que estos complejos estados tienen los siguientes componentes:

Fisiológico. Es la primera reacción frente a un estímulo y son involuntarios; la respiración aumenta y se dan cambios a nivel hormonal, entre otros.

Cognitivo. La información es procesada a nivel consciente e inconsciente. Influye en nuestra experiencia subjetiva.

Conductual. El estímulo provoca un cambio en el comportamiento, los gestos de la cara y el movimiento del cuerpo se modifican con las emociones.

Mayor discapacidad emocional que intelectual

En la actualidad, se ha observado la manera de manejar la disciplina y los límites en los niños, incluso, se le pide que experimenten la frustración, de modo que cuando crecen y comienzan a buscar empleo surgen los problemas, porque se está fomentando la cultura del mínimo esfuerzo y de la poca empatía.

Es posible que comiencen a evadir las actividades de grupo, pues no se sienten capacitados o emocionalmente preparados para interactuar. Incluso, suelen haber muchos más fracasos por discapacidad emocional, que por discapacidad intelectual.

Pero, ¿en qué parte del cerebro se encuentran las emociones? Según la especialista, se han de solito diversas estructuras como parte de un sistema emocional que se encuentran debajo de la corteza cerebral. Estas estructuras son el tálamo, el hipotálamo, la amígdala cerebral y el hipocampo.

Caras y gestos

El rostro es capaz de crear más de diecisiete expresiones faciales diferentes, las cuales dan cuenta de lo que estamos sintiendo. De acuerdo con el psicólogo Paul Ekman, el primero en el estudio de las emociones.

Aunque no se puede controlar todas las emociones, especialmente las negativas, sí podemos aprender a manejarlas mediante el pensamiento consciente. Esto es de suma importancia, ya que las emociones juegan un papel fundamental cuando enfrentamos al mundo e influyen en la manera de percibirlo.

Tipos de emociones

Los humanos somos capaces de experimentar emociones de todo tipo: tristeza, alegría, ira o esfuerzo, entre muchas otras. Estas se dividen de la siguiente manera:

Primarias. Alegría, tristeza, miedo, afecto, sorpresa.	Secundarias. Amor, orgullo, envidia, compasión, ira, desprecio, lástima, pesimismo.	Sentimientos más complejos. Depresión, odio, compasión, vergüenza.
---	--	---

La intensidad de estas emociones tiene que ver con el nivel de respuesta de lo que estamos sintiendo, dependiendo de la situación. De acuerdo con el Instituto para la Atención y Prevención de las Adicciones (IAPA), las emociones son respuestas inmediatas ante un estímulo. “Los sentimientos surgen cuando somos conscientes de lo que nos provoca dicha emoción y somos capaces de asociarla con nuestros conocimientos previos.”

Aunque es difícil encontrar un método para manejar las emociones, se cuenta con algunos instrumentos e herramientas que ayudan a controlarlas y que nos permiten modificar nuestra conducta; por ejemplo, podemos:

Identificar nuestras emociones para manejarlas y ponerlas en el lugar del otro. También debemos considerar que nuestras acciones tienen un efecto así; por ejemplo, cuando estamos enojados, recordarnos debemos respirar, pensar y, sólo entonces, actuar.

Así pues, el control emocional es una habilidad muy compleja y complicada de aprender, debido a que lo ser humano somos emocionales por naturaleza; es decir, que reaccionamos a nuestras propias emociones de forma inmediata. El primer paso para ser emocionalmente inteligente es dar nos cuenta de lo que estamos experimentando y controlarlo para poder actuar de manera adecuada.

Comprender y regular nuestras emociones, pensamientos y comportamientos nos ayudará a tener un mayor control sobre nuestro cerebro al trazarnos un objetivo o una meta concreta.

TEXTO: ISABEL PÉREZ. DISEÑO: JUAN NAVARRA. IMÁGENES: SHUTTERSTOCK.COM
INFORMACIÓN: MIRA A LA VEZ GARCÍA, FACULTAD DE PSICOLOGÍA DE LA UNAM

Anexo 2. Cuestionario para la evaluación de los materiales multimedia.

COMPÁRTENOS TU OPINIÓN

Después de explorar el material sugerido, comparte tu opinión sobre el formato y contenido de los recursos digitales. Tu opinión es muy importante para mejorar y avanzar juntos.

***Obligatorio**

1. Correo electrónico *

2. 1.-¿Qué valor le das a los podcast como un medio para conocer y aprender temas relacionados a educación? *



Marca solo un óvalo.

1 2 3 4

Nada oportuno Muy oportuno y eficiente

3. 2.-Según los podcast revisados, ¿El contenido proporcionó información nueva para su labor docente? *

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4

Nada relevante Muy relevante

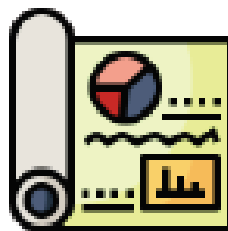
4. 3.-¿Cuál de los podcast revisados fue más oportuno para su labor docente, según su formato de edición? *

Marca solo un óvalo.

- Podcast 1: presentación de datos informativos
- Podcast 2: entrevista con especialista
- Podcast 1 y 2
- Ninguno

5. 4.-Comenta alguna sugerencia sobre la forma de presentar los temas de educación mediante podcast. *

6. 5.-¿Qué valor le das a las infografías como un medio para conocer y aprender temas relacionados sobre educación? *



Marca solo un óvalo.

1 2 3 4

Nada oportuno Muy oportuno y eficiente

7. 6.-Según las infografías revisadas, ¿El contenido proporcionó información nueva para su labor docente? *

Marca solo un óvalo.

	1	2	3	4	
Nada relevante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muy relevante

8. 7.-¿Cuál de las infografías revisadas fue más oportuno para su labor docente, según sus recursos gráficos y contenido? *

Marca solo un óvalo.

- Infografía 1: presentación de datos específicos.
- infografía 2: secuencia de pasos o consejos
- Infografía 1 y 2
- Ninguna

9. 8.-Comenta alguna sugerencia sobre la forma de presentar los temas de educación mediante infografías. *

Google no creó ni aprobó este contenido.

Google Formularios

REFERENCIAS (APA)

De Andrés Vilorio, C. (2005). "La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela. Programas de educación socioemocional, nuevo reto en la formación de los profesores". UAM: <https://revistas.uam.es/tendenciaspedagogicas/article/view/1856>

Bengochea, L. y Medina, J.A. (2013). El papel de los video tutoriales accesibles en el aprendizaje del futuro. *ESVIAL*: http://www.esvial.org/wp-content/files/Videotutoriales_BengocheaMedina.pdf

Cataldi, Z. y Dominighin, C. (2015). La generación millennial y la educación superior. Los retos de un nuevo paradigma. *Laboratorios*: <http://laboratorios.fi.uba.ar/lie/Revista/Articulos/121219/A3.pdf>

Colle, R. (2004). Infografía: Tipología. *Revista Latina de Comunicación Social*, 58. Redalyc: http://www.ull.es/publicaciones/latina/latina_art660.pdf

Ezquerro, A. y Polo, A. (2011). Requisitos para la elaboración de audiovisuales escolares. *Redined*: <https://redined.mecd.gob.es/xmlui/handle/11162/160622>

Flores, G. I., González, A. y Reyes, J.L. (2013). El paradigma del constructivismo en la educación a distancia. *UAEH*: <https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/tepeji/n2/e4.html>

González, P. y León, M. (2017). "¿Cómo procesamos la información multimedia?", en *Revista Digital Universitaria (RDU)*, vol. 18, núm. 7, septiembre-octubre. DOI: <http://doi.org/10.22201/codeic.16076079e.2017.v18n7.a9>

Latapie, I. (2007). Acercamiento al aprendizaje multimedia. En Investigación Universitaria Multidisciplinaria, Udgvirtual: [http://mc142.uib.es:8080/rid=1LSRTKTS2-Z35XP7-1Y5/aprendizaje%20multimedia\(mayers\).pdf](http://mc142.uib.es:8080/rid=1LSRTKTS2-Z35XP7-1Y5/aprendizaje%20multimedia(mayers).pdf)

Marin, B. E. (2019). La infografía digital, una nueva forma de comunicación. Tesis Doctorals en Xarxa : <https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/48653/bemo1de1.pdf.js>

Marqués, P. (1999). Multimedia educativo: clasificación, funciones, ventajas, diseño de actividades. Recuperado en : <http://www.peremarques.net/funcion.htm>

Navarro, O. (2015). Pautas para el diseño de materiales educativos multimedia en Educación Primaria. UCLM: <https://ruidera.uclm.es/xmlui/bitstream/handle/10578/10074/TESIS%20Navarro%20Mart%C3%ADnez.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Perrenoud, P. (2004). Diez nuevas competencias para enseñar, Quebecor World, México, págs.169.

Reynoso, A., Rodríguez, R. y Zepeda, I. (2016). Podcast educativo. UNAM: https://www.cch.unam.mx/aprendizaje/sites/www.cch.unam.mx.aprendizaje/files/Podcast_educativo_2019.pdf

Santibáñez, I., Rubio, D., y Vázquez, M. (2017). Formación Continua de Docentes: Política Actual en México y Buenas Prácticas Nacionales e Internacionales. México: INEE/BID.

SEP. (2017). “Educación Socioemocional y tutoría”, en Plan y programa de estudios para la educación básica, Secretaria de Educación Pública, México, págs. 517-181.

Solano, I. Ma. y Sánchez. Ma. M. (2010). Aprendiendo en cualquier lugar: el podcast educativo. Redalyc: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=36815128010>

UNESCO. (2013). Directrices para las políticas de aprendizaje móvil. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, Francia, pág. 43

Vélez, R. (2017). Modelo de producción de videos didácticos para la modalidad presencial de la enseñanza universitaria. REDALYC:

<https://www.redalyc.org/journal/5235/523556566005/html/>

Vilaplana , A. J. (2019). Las infografías como innovación en los artículos científicos: valoración de la comunidad científica. *Enseñanza & Teaching: Revista Interuniversitaria De*

Didáctica, 37(1), 103-121. USAL: <https://revistas.usal.es//index.php/0212-5374/article/view/et2019371103121>