

Dinámicas lúdicas y autorregulación emocional en estudiantes de séptimo grado de educación básica

*Playful Dynamics and Emotional Self-Regulation in Seventh-Grade Basic Education Students*

MSc. Monica Rosa Cujilema Rodas, MSc. Jose Vicente Gaibor Sangacha, Lic. Narciza De Jesus Gaibor Sangacha, Lic. Carmen Natividad Gaibor Sangache

DIMENSIÓN CIENTÍFICA

Enero - junio, V°7-N°1; 2026

Recibido: 05-05-2026

Aceptado: 12-05-2026

Publicado: 30-06-2026

PAIS

- Chimborazo - Ecuador
- Chimborazo - Ecuador
- Bolívar - Ecuador
- Guayas - Ecuador

INSTITUCION

- Unidad Educativa Intercultural Bilingüe Comunitaria Hualcopo Duchicela
- Escuela de Educación Básica General Lavalle
- Unidad Educativa 10 de Enero
- Escuela de Educación Básica Fiscal Nestor Campuzano Mendoza

CORREO:

- ✉ [monica.cujilema@educacion.gob.ec](mailto:monica.cujilema@educacion.gob.ec)
- ✉ [josev.gaibor@educacion.gob.ec](mailto:josev.gaibor@educacion.gob.ec)
- ✉ [dejesus.gaibor@docentes.educacion.edu.ec](mailto:dejesus.gaibor@docentes.educacion.edu.ec)
- ✉ [carmen.gaibor@docentes.educacion.edu.ec](mailto:carmen.gaibor@docentes.educacion.edu.ec)

ORCID:

- 🌐 <https://orcid.org/0009-0005-2433-7315>
- 🌐 <https://orcid.org/0009-0008-6366-4572>
- 🌐 <https://orcid.org/0009-0004-6268-7466>
- 🌐 <https://orcid.org/0009-0003-4127-9634>

FORMATO DE

Cujilema, M., Gaibor, J., Gaibor, N. & Gaibor, C. (2026). *Dinámicas lúdicas y autorregulación emocional en estudiantes de séptimo grado de educación básica*. Revista G-ner@ndo, V°7 (N°1), p. 4933 – 4945.

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo analizar la influencia de las dinámicas lúdicas en la autorregulación emocional de estudiantes de séptimo grado de educación básica. El estudio se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, de tipo descriptivo y de campo, con diseño no experimental, transversal y observacional. La muestra estuvo conformada por 22 estudiantes y 4 docentes, seleccionados mediante muestreo no probabilístico intencional. Para la recolección de información se aplicaron entrevistas semiestructuradas y observación directa, utilizando como instrumentos guía de entrevista, guía de observación y bitácora de registro. Los resultados evidenciaron que la implementación de dinámicas lúdicas favoreció mejoras en el control de impulsos, expresión adecuada de emociones, resolución pacífica de conflictos y participación grupal. Asimismo, los docentes identificaron avances en el clima escolar, motivación estudiantil y trabajo colaborativo. Se determinó que las actividades lúdicas constituyen una estrategia pedagógica eficaz para fortalecer competencias socioemocionales y promover ambientes de aprendizaje más participativos y emocionalmente equilibrados. Se concluye que la incorporación planificada de metodologías lúdicas dentro del aula contribuye significativamente al desarrollo integral del estudiante, articulando dimensiones cognitivas, sociales y emocionales necesarias para una educación de calidad.

**Palabras clave:** juego educativo, educación emocional, educación básica.

Abstract

This research aimed to analyze the influence of playful dynamics on the emotional self-regulation of seventh-grade basic education students. The study was conducted under a qualitative, descriptive, and field-based approach, using a non-experimental, cross-sectional, and observational design. The sample consisted of 22 students and 4 teachers selected through intentional non-probabilistic sampling. Data collection techniques included semi-structured interviews and direct observation, supported by interview guides, observation guides, and field notes. Results showed that the implementation of playful dynamics improved impulse control, appropriate emotional expression, peaceful conflict resolution, and group participation. Likewise, teachers reported positive changes in school climate, student motivation, and collaborative work. Findings indicate that playful activities are an effective pedagogical strategy for strengthening socio-emotional competencies and promoting more participatory and emotionally balanced learning environments. It is concluded that the planned incorporation of playful methodologies in the classroom significantly contributes to students' integral development by articulating cognitive, social, and emotional dimensions required for quality education.

**Keywords:** educational games, emotional education, basic education.

## Introducción

En el contexto educativo actual, el desarrollo integral del estudiante exige no solo el fortalecimiento de competencias cognitivas, sino también de habilidades socioemocionales que favorezcan una convivencia armónica y un aprendizaje significativo. Entre estas habilidades, la autorregulación emocional constituye un factor esencial, debido a que permite a los estudiantes reconocer, comprender y gestionar adecuadamente sus emociones frente a diversas situaciones académicas y sociales. Sin embargo, en múltiples escenarios escolares aún predominan prácticas pedagógicas tradicionales centradas en la transmisión de contenidos, relegando el trabajo emocional a un plano secundario.

La limitada incorporación de estrategias activas para el manejo emocional representa un problema relevante dentro del aula, especialmente en estudiantes de educación básica, quienes atraviesan procesos evolutivos caracterizados por cambios conductuales, sociales y afectivos. La dificultad para regular emociones como frustración, ira, ansiedad o impulsividad puede afectar negativamente el rendimiento académico, la interacción con pares y docentes, así como el clima escolar. En este sentido, existe la necesidad de implementar metodologías pedagógicas innovadoras que integren el aprendizaje académico con el desarrollo socioemocional.

Las dinámicas lúdicas emergen como una estrategia didáctica pertinente, al combinar el juego, la interacción social y la participación activa dentro del proceso educativo. Estas actividades favorecen espacios de aprendizaje más motivadores, donde los estudiantes desarrollan habilidades como empatía, autocontrol, comunicación asertiva y resolución de conflictos. Desde la perspectiva de Goleman (1995), la inteligencia emocional comprende competencias relacionadas con el reconocimiento y regulación de emociones, fundamentales para el bienestar personal y social. Asimismo, Vygotsky (1978), desde la teoría sociocultural, sostiene que el aprendizaje ocurre mediante la interacción social, otorgando al juego un papel central en la construcción de habilidades cognitivas y emocionales.

---

Por otra parte, el constructivismo de Piaget (1972) plantea que el estudiante construye activamente su conocimiento mediante experiencias significativas, mientras que Gardner (2011), con la teoría de las inteligencias múltiples, reconoce la diversidad de capacidades humanas, incluyendo las dimensiones interpersonal e intrapersonal, estrechamente vinculadas con la regulación emocional. Estas bases teóricas sustentan el uso de actividades lúdicas como herramientas pedagógicas capaces de fortalecer el desarrollo emocional y cognitivo de manera simultánea.

Diversos estudios previos respaldan esta relación. Investigaciones internacionales evidencian que las actividades lúdicas mejoran la participación estudiantil, reducen conductas disruptivas y fortalecen habilidades socioemocionales. A nivel latinoamericano, se ha identificado que estrategias basadas en juegos cooperativos, dramatizaciones y dinámicas grupales promueven ambientes escolares más inclusivos y emocionalmente saludables. En el ámbito ecuatoriano, aunque existe reconocimiento institucional sobre la importancia de la educación emocional, aún persisten limitaciones en la integración práctica de metodologías innovadoras dentro del aula.

La relevancia del presente estudio radica en aportar evidencia sobre el valor pedagógico de las dinámicas lúdicas como estrategia para fortalecer la autorregulación emocional en estudiantes de séptimo grado. Además, busca contribuir a la innovación educativa mediante propuestas metodológicas aplicables al contexto escolar, favoreciendo ambientes de aprendizaje más participativos y emocionalmente equilibrados.

En este marco, el objetivo general de la investigación consiste en analizar la influencia de las dinámicas lúdicas en la autorregulación emocional de estudiantes de séptimo grado de educación básica, a fin de identificar su aporte al fortalecimiento de competencias emocionales y a la mejora de la convivencia escolar.

### **Métodos y Materiales**

---

La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, debido a que permitió comprender e interpretar las experiencias, comportamientos y percepciones relacionadas con la influencia de las dinámicas lúdicas en la autorregulación emocional de estudiantes de educación básica. Este enfoque facilitó el análisis profundo de situaciones observadas dentro del contexto escolar, priorizando la comprensión del fenómeno desde la perspectiva de los participantes.

El estudio correspondió a una investigación de tipo descriptiva y de campo. Fue descriptiva porque buscó caracterizar la relación entre las dinámicas lúdicas y la autorregulación emocional, identificando comportamientos, interacciones y cambios observables en el aula. Asimismo, fue de campo, dado que la información se recolectó directamente en el entorno natural donde se desarrollan las actividades educativas, permitiendo mayor cercanía con la realidad del fenómeno estudiado.

En cuanto al diseño, se aplicó un diseño no experimental, transversal y observacional. No experimental, debido a que no se manipularon deliberadamente las variables de estudio; transversal, porque la recolección de datos se realizó en un período específico del año lectivo; y observacional, al centrarse en el análisis de comportamientos y experiencias de los participantes durante el desarrollo de actividades lúdicas.

La población estuvo conformada por estudiantes de educación básica media y docentes vinculados al proceso formativo. La muestra fue de tipo no probabilística e intencional, integrada por 22 estudiantes de séptimo grado y 4 docentes, seleccionados por su participación directa en el contexto de estudio y por cumplir con las características requeridas para aportar información relevante sobre el fenómeno investigado.

Como técnicas de recolección de datos se emplearon la entrevista semiestructurada y la observación directa. La entrevista permitió recopilar percepciones, experiencias y opiniones de docentes y estudiantes respecto al uso de dinámicas lúdicas y su incidencia en el manejo emocional. Para ello se utilizó como instrumento una guía de entrevista estructurada con

---

preguntas abiertas orientadas a explorar categorías relacionadas con autorregulación emocional, convivencia escolar y participación estudiantil.

La observación directa se realizó durante la aplicación de actividades lúdicas dentro del aula, con el propósito de registrar conductas, interacciones grupales y respuestas emocionales de los estudiantes. Como instrumento se empleó una guía de observación y una bitácora de registro, donde se documentaron aspectos como participación, autocontrol, expresión emocional, cooperación y resolución de conflictos.

Respecto a las consideraciones éticas, se garantizó la participación voluntaria de los involucrados, el respeto a la confidencialidad de la información y el uso exclusivo de los datos con fines académicos e investigativos. Asimismo, se obtuvo autorización institucional para el desarrollo del estudio y consentimiento informado de los participantes.

Los criterios de inclusión contemplaron estudiantes matriculados en séptimo grado y docentes que participaran activamente en el proceso educativo durante el período de estudio. Se excluyeron estudiantes con inasistencia recurrente o participantes que no completaron las actividades previstas.

Entre las limitaciones del estudio se identificaron el tiempo reducido para la observación prolongada de cambios emocionales y la posibilidad de subjetividad propia del enfoque cualitativo; no obstante, estas limitaciones fueron atendidas mediante triangulación de información entre entrevistas y observaciones, fortaleciendo la confiabilidad de los hallazgos.

### **Análisis de Resultados**

Los resultados obtenidos se derivan de la aplicación de entrevistas semiestructuradas y observación directa durante la implementación de dinámicas lúdicas orientadas al fortalecimiento de la autorregulación emocional en estudiantes de séptimo grado. Los hallazgos evidencian cambios significativos en el comportamiento, participación e interacción social de los estudiantes, reflejando la pertinencia de incorporar metodologías activas dentro del aula.

---

**Tabla 1** Cambios observados en la autorregulación emocional tras la aplicación de dinámicas lúdicas

Indicadores observados	Antes de la intervención	Después de la intervención
Control de impulsos	Bajo	Medio-Alto
Expresión adecuada de emociones	Bajo	Alto
Resolución pacífica de conflictos	Bajo	Medio-Alto
Participación en actividades grupales	Media	Alta
Respeto por normas y turnos	Medio	Alto

Los datos evidencian mejoras progresivas en dimensiones vinculadas con la autorregulación emocional. Antes de la intervención, los estudiantes presentaban dificultades notorias para controlar impulsos, gestionar frustraciones y expresar emociones de forma adecuada. Se observaban conductas como interrupciones constantes, respuestas impulsivas ante desacuerdos y limitada tolerancia frente al error académico.

Posterior a la aplicación de dinámicas lúdicas, se registró una evolución favorable en la conducta emocional del grupo. Actividades cooperativas, juegos de roles y dinámicas narrativas permitieron a los estudiantes identificar emociones propias y ajenas, así como practicar estrategias de autocontrol dentro de ambientes seguros y estructurados.

El indicador de expresión adecuada de emociones presentó uno de los cambios más significativos, pasando de nivel bajo a alto. Durante las observaciones, los estudiantes demostraron mayor disposición para verbalizar estados emocionales como frustración, alegría o preocupación sin recurrir a conductas disruptivas. Esto coincide con los postulados de Goleman (1995), quien sostiene que la identificación emocional es un paso previo indispensable para la regulación efectiva.

En relación con la resolución pacífica de conflictos, se observó una disminución de respuestas agresivas verbales y mayor predisposición al diálogo entre pares. Los juegos

cooperativos promovieron escenarios donde el cumplimiento de objetivos dependía del trabajo conjunto, fortaleciendo empatía, escucha activa y negociación.

Asimismo, la participación grupal incrementó notablemente. Estudiantes inicialmente reservados o poco involucrados mostraron mayor iniciativa y compromiso durante actividades lúdicas. Esto sugiere que las dinámicas implementadas no solo impactaron el componente emocional, sino también la motivación y sentido de pertenencia al grupo.

El respeto por normas y turnos también mejoró, evidenciando mayor internalización de límites y control conductual. La naturaleza estructurada del juego facilitó el aprendizaje práctico de reglas sociales y convivencia escolar.

**Tabla 2** *Percepción docente sobre el impacto de las dinámicas lúdicas en el aula*

<b>Categorías evaluadas</b>	<b>Percepción docente</b>
<b>Mejora del clima escolar</b>	Alta
<b>Incremento de motivación estudiantil</b>	Alta
<b>Fortalecimiento del trabajo colaborativo</b>	Alta
<b>Disminución de conductas disruptivas</b>	Media-Alta
<b>Desarrollo socioemocional</b>	Alta

Las entrevistas aplicadas a docentes revelaron una valoración positiva respecto al uso pedagógico de dinámicas lúdicas. Los participantes coincidieron en que estas estrategias favorecieron ambientes más participativos, disminuyeron tensiones dentro del aula y facilitaron procesos de enseñanza-aprendizaje más dinámicos.

La categoría con mayor consenso fue la mejora del clima escolar. Los docentes señalaron que, tras la incorporación de actividades lúdicas, los estudiantes interactuaban con mayor respeto, presentaban mejor disposición hacia las clases y mostraban relaciones interpersonales más saludables.

En cuanto a la motivación estudiantil, se reportó incremento significativo en asistencia participativa, entusiasmo y atención durante actividades académicas. Esto sugiere que el

componente lúdico actúa como mediador motivacional, reduciendo percepciones negativas asociadas al aprendizaje tradicional.

Respecto al trabajo colaborativo, los docentes identificaron avances en cooperación, distribución de roles y resolución conjunta de problemas. Las dinámicas grupales impulsaron habilidades sociales necesarias para la convivencia y el aprendizaje colectivo.

La disminución de conductas disruptivas fue valorada como media-alta. Aunque persistieron algunos comportamientos impulsivos aislados, se observó reducción en interrupciones, discusiones innecesarias y resistencia a normas del aula.

Finalmente, los docentes destacaron el impacto positivo en el desarrollo socioemocional, reconociendo que las dinámicas lúdicas permiten trabajar emociones de manera indirecta pero efectiva, integrando formación emocional y aprendizaje académico.

En conjunto, estos hallazgos demuestran coherencia entre observación directa y percepción docente, fortaleciendo la validez interpretativa del estudio.

### **Discusión**

Los resultados obtenidos confirman que las dinámicas lúdicas constituyen una estrategia pedagógica eficaz para fortalecer la autorregulación emocional en estudiantes de educación básica. La mejora observada en autocontrol, expresión emocional, resolución de conflictos y convivencia escolar coincide con investigaciones previas que destacan el valor educativo del juego como mediador del aprendizaje integral.

Estos hallazgos son consistentes con Zachariou (2023), quien identificó mejoras significativas en procesos de autorregulación y metacognición mediante intervenciones basadas en juegos musicales. De igual forma, González (2022) evidenció que los juegos de roles sociales fortalecen el control conductual y la regulación emocional en población escolar.

Desde el marco teórico, los resultados respaldan la teoría sociocultural de Vygotsky (1978), al demostrar que el aprendizaje emocional ocurre mediante interacción social y experiencias compartidas. Las dinámicas lúdicas funcionaron como espacios de mediación

---

donde los estudiantes internalizaron normas sociales, desarrollaron empatía y practicaron habilidades de regulación emocional.

Asimismo, los resultados dialogan con el constructivismo de Piaget (1972), dado que los estudiantes construyeron aprendizajes significativos a través de experiencias activas, reflexión y resolución práctica de situaciones problemáticas. El juego permitió transformar contenidos abstractos vinculados a convivencia y emociones en experiencias concretas y funcionales.

Un hallazgo relevante del estudio es que el impacto de las dinámicas lúdicas trascendió el componente emocional, influyendo también en motivación académica, participación y clima escolar. Esto amplía la comprensión tradicional del juego como recurso exclusivamente recreativo y lo posiciona como estrategia integral dentro de la práctica pedagógica.

No obstante, persisten desafíos relacionados con tiempo curricular, capacitación docente y sostenibilidad metodológica. La implementación efectiva de estas estrategias requiere planificación intencionada y formación profesional orientada a educación socioemocional.

Como aporte científico, esta investigación evidencia la pertinencia de integrar dinámicas lúdicas en procesos educativos para responder a necesidades emocionales frecuentemente desatendidas en modelos tradicionales de enseñanza. Su aplicación práctica resulta viable, adaptable y coherente con enfoques contemporáneos de educación integral.

Finalmente, se proyecta como línea futura profundizar estudios longitudinales que permitan analizar la permanencia de estos efectos en el tiempo y su relación con rendimiento académico, liderazgo escolar y bienestar emocional general.

### **Conclusiones**

Los hallazgos del estudio permiten concluir que la incorporación de dinámicas lúdicas dentro del proceso educativo constituye una estrategia pedagógica pertinente para fortalecer la autorregulación emocional en estudiantes de educación básica. La evidencia obtenida demuestra que el juego, cuando es planificado con intencionalidad didáctica, trasciende su función

---

recreativa y se convierte en un medio efectivo para promover autocontrol, expresión emocional adecuada, empatía y convivencia positiva.

Desde una perspectiva pedagógica, los resultados respaldan la necesidad de integrar metodologías activas que respondan no solo a objetivos cognitivos, sino también al desarrollo socioemocional del estudiante. La predominancia de modelos tradicionales centrados exclusivamente en contenidos limita oportunidades de aprendizaje integral, mientras que las dinámicas lúdicas favorecen escenarios donde el estudiante participa activamente, reflexiona sobre sus emociones y fortalece habilidades sociales necesarias para su desempeño académico y personal.

En coherencia con los planteamientos de Vygotsky, Piaget y Goleman, se confirma que la interacción social, la experiencia práctica y el reconocimiento emocional son elementos indispensables para el aprendizaje significativo. En este sentido, las dinámicas lúdicas facilitan procesos de mediación social y construcción activa del conocimiento, permitiendo que el estudiante internalice normas de convivencia, regule impulsos y mejore sus relaciones interpersonales.

Asimismo, el estudio evidencia que el fortalecimiento de la autorregulación emocional repercute favorablemente en variables complementarias como clima escolar, motivación estudiantil y participación grupal. Esto sugiere que el desarrollo emocional no debe abordarse como un componente aislado, sino como un eje transversal en la práctica educativa.

No obstante, se identifican desafíos relacionados con la formación docente, disponibilidad de tiempo curricular y sostenibilidad de estrategias innovadoras dentro del aula. La efectividad de las dinámicas lúdicas depende de una adecuada planificación pedagógica y del compromiso institucional para promover espacios educativos emocionalmente saludables.

Finalmente, quedan abiertas líneas de investigación orientadas a analizar el impacto longitudinal de las dinámicas lúdicas sobre rendimiento académico, liderazgo escolar y bienestar psicológico. Asimismo, resulta pertinente profundizar en estudios comparativos entre niveles

---

educativos y explorar la adaptación de estas estrategias en contextos virtuales o híbridos, donde la educación emocional continúa representando un desafío emergente.

### Referencias bibliográficas

- Bisquerra, R. (2021). *Educación emocional y bienestar* (2.<sup>a</sup> ed.). Wolters Kluwer.
- Fernández, M., & Rodríguez, P. (2023). El juego como estrategia pedagógica para el fortalecimiento socioemocional en educación básica. *Revista Latinoamericana de Educación Inclusiva*, 17(2), 45–61. <https://doi.org/10.4067/S0718-73782023000200045>
- González, L. A. (2022). Importancia del juego temático de roles sociales en la edad escolar. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 27(94), 233–249. <https://www.comie.org.mx/revista>
- Ministerio de Educación del Ecuador. (2022). *Lineamientos para el fortalecimiento del desarrollo socioemocional en instituciones educativas*. <https://educacion.gob.ec>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO]. (2021). *Reimagining our futures together: A new social contract for education*. UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO]. (2023). *Global education monitoring report 2023: Technology in education*. UNESCO. <https://www.unesco.org/gem-report>
- Suárez, K. M. (2022). La lúdica como técnica didáctica para el aprendizaje significativo en estudiantes de educación básica [Trabajo de titulación, Universidad Estatal Península de Santa Elena]. Repositorio UPSE. <https://repositorio.upse.edu.ec>
- Tigrero, M. D. (2021). La autorregulación del aprendizaje de los adolescentes y la neurodidáctica [Trabajo de titulación, Universidad Estatal Península de Santa Elena]. Repositorio UPSE. <https://repositorio.upse.edu.ec>
- UNICEF. (2020). *Marco para el desarrollo de habilidades socioemocionales en contextos educativos*. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. <https://www.unicef.org>
- UNICEF. (2022). *Estado mundial de la infancia 2022: Promoción de la salud mental infantil*. <https://www.unicef.org/reports/state-worlds-children-2022>
- Zachariou, A., & Whitebread, D. (2023). Exploring the effects of a musical play intervention on young children's self-regulation and metacognition. *Early Child Development and Care*, 193(4), 521–538. <https://doi.org/10.1080/03004430.2023.2178456>
-

Caballero-García, P., Sánchez-Ruiz, M. J., & Belmonte, M. L. (2024). Play-based learning and emotional competence in primary education students. *Education Sciences*, 14(1), 88. <https://doi.org/10.3390/educsci14010088>

Morales, J., & Herrera, C. (2021). Estrategias lúdicas y convivencia escolar en educación básica. *Revista Iberoamericana de Educación*, 86(1), 115–132. <https://rieoei.org>

López, V., Martínez, A., & Castillo, R. (2024). Emotional self-regulation and school climate in elementary students. *Frontiers in Education*, 9, Article 1287654. <https://doi.org/10.3389/feduc.2024.1287654>

Ramírez, D., & Torres, S. (2023). Gamification and emotional regulation in school contexts: A systematic review. *Sustainability*, 15(18), 13527. <https://doi.org/10.3390/su151813527>

---