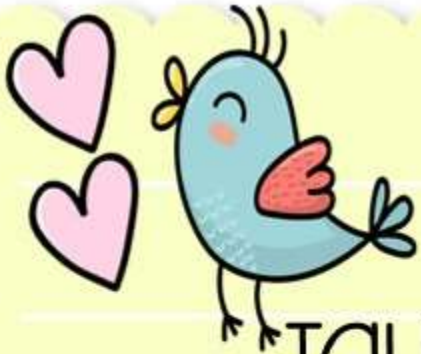
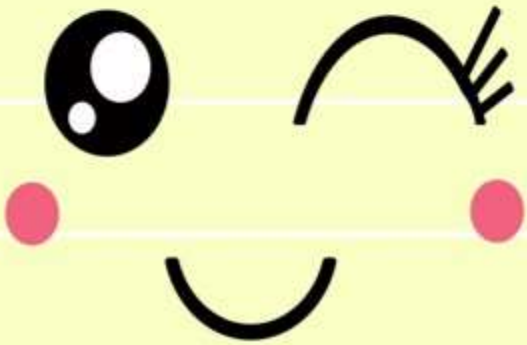


Taller intensivo de capacitación

Horizontes:

Colaboración y autonomía para aprender mejor.



Actividad 1. Nombrar nuestras emociones

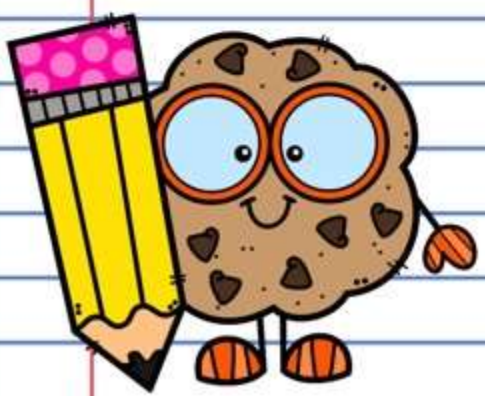
Trabajo individual

Observa los siguientes materiales. **Analiza** si la situación que describen es parecida a lo que tu vives, si las emociones que mencionan son similares a las tuyas, si los aspectos que preocupan del regreso a clases también te generan inquietud.

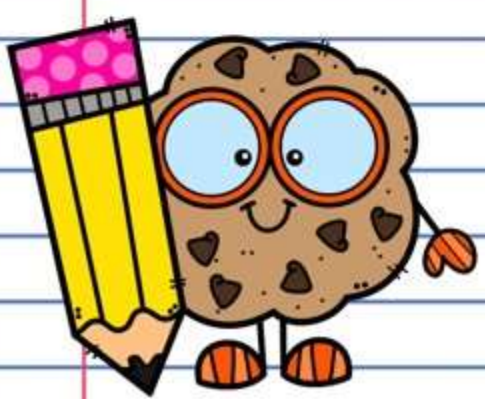
- Video 1. Liderazgo escolar en tiempos de crisis: Autocuidado y gestión de emociones de docentes y directivos https://youtu.be/Mjf8NSzY3BM?t=580 (del 9:40 al 19:31)
- Video 2. Aprender y desarrollar habilidades emocionales en la escuela https://youtu.be/VtmDQECSPSI?t=2850 (del 47:31 al 51:16)

Escribe una carta con el título "Lo que siento al regresar a clases...". Trata de darte un momento para identificar y nombrar detalladamente las ideas y las sensaciones que estás experimentando ante el reinicio de actividades escolares.
Imagina cómo se sienten tus colegas y **anótalo** en el reverso de tu escrito. ¿Crees que se sienten igual que tú? ¿Consideras que les preocupan las mismas cosas? ¿Qué emociones comparten como colectivo? ¿Por qué?

"Lo que siento al regresar a clases"



Y mis colegas.... ¿que sienten?



Actividad 2. Identificar las habilidades socioemocionales

Las emociones no son buenas o malas, lo relevante es lo que hacemos con ellas y cómo las manifestamos. Ten presente que las emociones se pueden manejar debido a que la principal característica del cerebro es su plasticidad y puede cambiar, pero hay que entrenarlo.

El primer paso es identificar y nombrar lo que sentimos, lo cual hiciste al escribir la carta. El segundo paso es usar nuestras habilidades para manejar las emociones de manera constructiva, identificando aquello que necesitamos fortalecer o modificar para evitar conductas que nos dañen o dañen a los demás. Tener conductas de autocuidado ayuda a recuperar la calma y la fortaleza, además nos da la posibilidad de brindar a las y los alumnos un ambiente de confianza y seguridad.

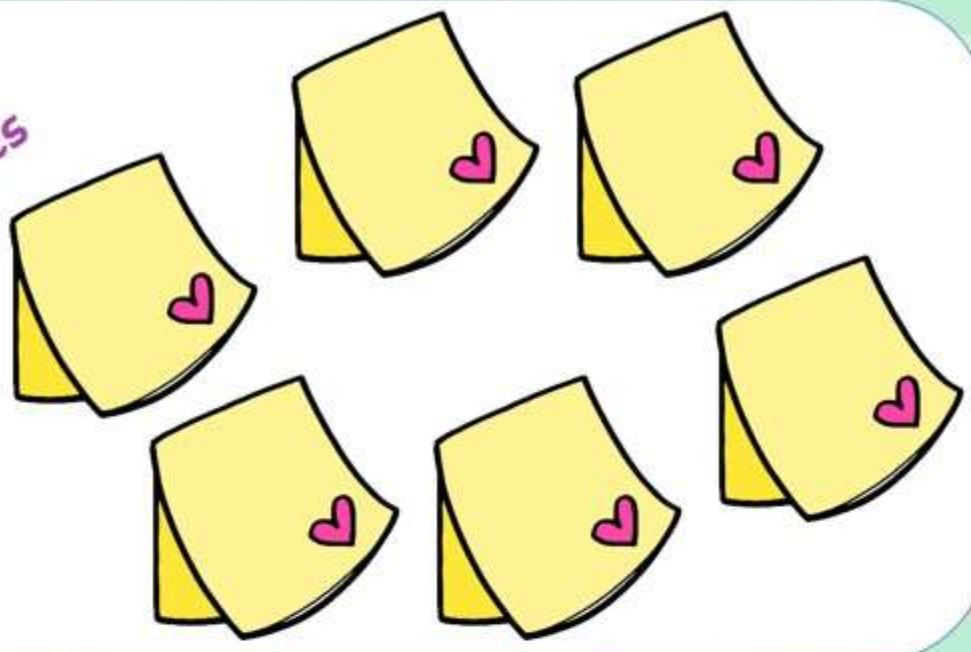
Observa el siguiente material y **resuelve** la sopa de letras:

Video 3. ¿Qué son las habilidades socioemocionales? https://youtu.be/6yhDw0NtHWY?t=20 (del 0:20 al 2:31)

K	C	E	D	A	D	I	L	I	B	I	X	E	L	F	U	A	N	I	B
D	O	N	X	H	A	S	E	J	E	A	G	C	V	J	Z	R	E	H	O
S	N	O	Y	Y	V	G	J	E	W	M	S	Z	L	C	V	B	N	A	A
S	T	I	D	R	T	G	A	Z	B	T	P	R	F	Y	F	I	O	Z	S
K	E	C	N	J	Q	N	S	X	Y	Z	L	A	D	N	K	C	I	N	E
K	N	A	S	D	Q	O	U	M	P	D	H	V	T	O	R	A	C	A	R
S	C	C	A	Q	B	Z	W	T	M	Z	S	Z	C	I	K	K	N	I	T
N	I	I	D	Y	C	S	G	E	P	Z	E	Q	H	C	A	P	E	F	I
A	O	N	W	G	D	V	O	R	I	P	S	Q	U	A	C	F	T	N	V
X	N	U	I	O	C	N	J	H	M	S	I	N	K	R	E	Z	A	O	I
R	C	M	L	F	Y	O	Q	M	O	G	W	W	A	O	L	Z	T	C	D
A	P	O	X	M	T	P	V	E	E	X	X	J	D	B	T	W	Y	L	A
I	Q	C	S	L	W	S	W	U	G	P	P	S	Z	A	N	A	H	A	D
I	Z	E	I	C	S	T	X	B	Y	A	P	Y	I	L	J	X	I	Y	E
H	L	A	U	T	O	R	E	G	U	L	A	C	I	O	N	S	S	J	Q
J	G	D	B	I	E	N	E	S	T	A	R	E	C	C	Q	T	M	Z	N
S	M	X	J	K	I	T	F	D	Y	S	V	X	S	L	T	D	A	M	Y
W	N	U	B	O	D	S	D	N	N	L	K	Z	J	W	Z	Y	R	G	U
O	R	Y	U	R	E	M	O	C	I	O	N	E	S	V	K	V	Q	A	X
T	I	R	A	U	T	O	C	O	N	O	C	I	M	I	E	N	T	O	C

AUTOREGULACION
EMPATIA
AUTOCONOCIMIENTO
ATENCION
BIENESTAR
EMOCIONES
CONTENCION
FLEXIBILIDAD
CONFIANZA
ASERTIVIDAD
COMUNICACION
COLABORACION

Mis habilidades socioemocionales



Contesta las siguientes preguntas:	
¿Cuál es la habilidad que tienes más desarrollada?	
¿Cuál te gustaría fortalecer? ¿Cómo podrías hacerlo?	
¿Cuáles te sirven más para hacer frente a las emociones que te genera el regreso a las actividades escolares?	

Para regresar a nuestros salones con fortaleza y entusiasmo, nos hace bien: 1) reconocer nuestras emociones, 2) identificar las habilidades que tenemos para manejarlas asertivamente y 3) buscar espacios de contención, tanto con familiares, amigos o colegas, para compartir lo que sentimos e identificar lo que necesitamos antes de comenzar las clases.

Actividad 3. La importancia de mostrar empatía

Trabajo en equipo

La **empatía** es sentir o comprender lo que otro vive o siente. Ayuda a mostrar respeto y consideración hacia los demás. Es una habilidad personal; sin embargo, para vivir sus beneficios colectivos se requiere de la participación de la comunidad escolar.

Observen el siguiente material:

- Video 4. ¿Por qué es importante la empatía docente en la crisis actual? https://youtu.be/P2Dqji79a2U?t=967 (del 16:07 al 22:57)

Reflexionen:

- ¿Con qué acciones muestran empatía hacia sus familiares y amigos en este momento de crisis?

- ¿Con qué acciones muestran empatía hacia sus colegas?

- ¿Con qué acciones podrían mostrar empatía hacia sus alumnas y alumnos?

Tema 2. La empatía

Elaboren una infografía dirigida a la comunidad educativa para impulsar la presencia de la empatía en las relaciones entre maestros, NNA, personal administrativo, de apoyo, directivo y con las familias. Tomen como referencia las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo les gustaría que les trataran en el regreso a clases?
2. ¿De qué manera podrían mostrar empatía hacia sus colegas y directivos?
3. ¿Qué muestras de empatía les gustaría que tuvieran las familias?
4. ¿Cómo podrían enseñar la empatía a sus alumnos y alumnas?

Como hemos revisado, nuestro cerebro es flexible y por ello podemos ejercitarlo para generar respuestas constructivas ante situaciones difíciles. Pongamos atención a los pensamientos, pues estos determinan lo que sentimos y nuestra forma de actuar.

Actividad 4. Aprender a escuchar

Trabajo individual

Para desarrollar empatía se requiere aprender a escuchar. **Observa** al siguiente video y **realiza** el ejercicio de escucha atenta que se indica, pueden hacerlo con el apoyo de un colega o familiar.

Video 5. Elsa Punset: Mejorar la empatía
https://youtu.be/WY04O7wMkDk?t=71
(del 1'11'' al 6'28''

Tema 2. La empatía

Observa los siguientes materiales y reflexiona de qué manera las estrategias sugeridas te podrían ayudar a generar la calma y disposición que tú y tus alumnas y alumnos necesitan.

Material	Reflexión
Video 6. Trabajar con los pensamientos que nos atormentan - V4 https://youtu.be/7df8kHfWzHY (del inicio al 5:51)	
Video 7. Transformar el reto en una oportunidad – V2 https://youtu.be/IQXkKyflW3Q (del inicio al 4:23)	
Video 8. No te estreses por tu estrés V0.2 https://youtu.be/zsoGSJaDX2I (del inicio al 3:40)	

Trabajo en plenaria virtual
Tiempo estimado 1 hora 20 minutos

Bienvenidas y bienvenidos al trabajo en plenaria. Destinaremos este espacio para compartir reflexiones a propósito de lo que hemos trabajado de manera individual o en equipo.
Tratamos temas muy relevantes en torno a las emociones que nos genera el regreso a clases y revisamos algunas estrategias para manejarlas. También vimos la importancia que tendrá la empatía para generar un ambiente seguro y confiable para afrontar el inicio del ciclo.

Actividad 5. Desarrollar habilidades socioemocionales desde el colectivo docente (25 minutos)

Ahora realizaremos una **lluvia de ideas** en torno a la siguiente pregunta: ¿Qué acciones podemos realizar como colectivo para transmitir calidez y seguridad para el regreso a clases? Para organizar las ideas, llenaremos la siguiente tabla con el apoyo del relator del día:

Habilidades socioemocionales	Acciones para desarrollar estas habilidades
Autoconocimiento	
Comunicación asertiva	
Empatía	
Escucha atenta	
Autorregulación	

Actividad 6. Construir un ambiente de confianza y seguridad

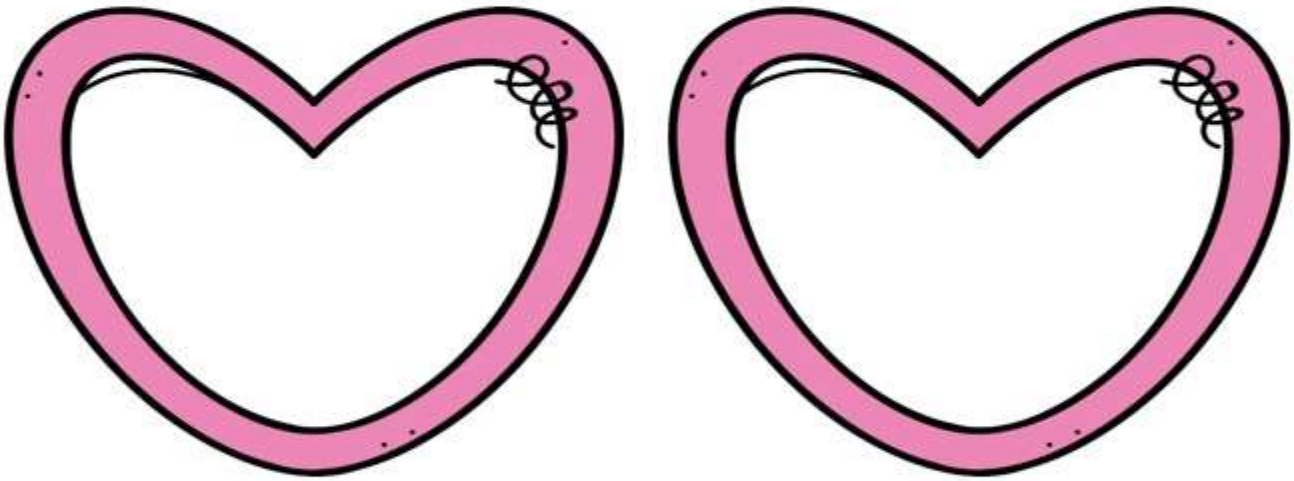
(25 minutos)

A partir de las siguientes preguntas, **reflexionemos** de qué manera podemos ayudar a generar un ambiente de confianza para tener un regreso seguro a la escuela:

- Lo que necesito de mis compañeros es… _____
- Lo que mis compañeros necesitan de mí… _____
- Para impulsar la empatía puedo… _____
- Lo que ofreceré a mis alumnos y alumnas… _____

Con base en la reflexión, **escribiremos** dos frases que reflejen nuestro compromiso para que nuestras habilidades socioemocionales ayuden a construir un ambiente de seguridad y confianza. Estas frases serán retomadas en la sesión 4 para la integración del **Decálogo de la colaboración en la escuela**. (Ver ejemplo en Anexo 1)

Frases que representan mi compromiso para un ambiente de seguridad y confianza al regreso a clases:



Tema 4. Construyendo desde la NEM

Actividad 7. Las leyes que orientan nuestras prácticas escolares

(20 minutos)

Las leyes son los instrumentos que nos aportan el marco de acción que debemos cumplir, como ciudadanos, de manera corresponsable, para procurar el bienestar de todos, ya que regulan nuestra convivencia. Es decir, son formulaciones que nos dan guía y horizonte para tomar decisiones y orientar nuestros esfuerzos de trabajo diario.

En este sentido, es preciso recordar que las acciones que emprendamos para afrontar los desafíos de la actualidad, a nivel personal y colectivo, están enmarcados por las pautas de la Ley General de Educación. Por ello, revisaremos lo relacionado con las funciones y la orientación integral de la NEM.

Realizaremos una lectura comentada del marco jurídico de la NEM para identificar las ideas que requieren de la colaboración entre colegas al regresar a las actividades escolares, a distancia o de manera presencial (ver Anexo 2). Pueden resaltar con un color las ideas clave de la lectura.

Cierre de la sesión

(20 minutos)

Para cerrar la sesión de hoy, destinaremos un momento a la reflexión personal para identificar la **gratitud** que siente al tener la oportunidad de volver a las actividades que dan sentido a nuestra vida profesional:

Quiero regresar a mi trabajo porque…	Al volver a estar en contacto con mis colegas puedo…	Ayudaré a que mis alumnas y alumnos sientan entusiasmo para lograr…	Brindaré apoyo muy especial a quienes más lo necesitan porque…

Es momento de destinar 5 minutos para que el equipo presente la síntesis de la sesión, enfatizando dos preguntas: qué aprendimos y cómo lo aprendimos.

Preparación del trabajo individual y en equipo para la sesión 2

Maestras y maestros, destinaremos unos minutos para conversar sobre el trabajo de la sesión 2 del taller intensivo, cuyo tema es "Fortalecimiento de la colaboración en la escuela".

En esta sesión tendremos oportunidad de reflexionar sobre el sentido de formar comunidad y propondremos acciones para mantener e impulsar la participación de padres, madres, tutores y cuidadores como partícipes de la comunidad escolar. Revisaremos también el papel de la escuela en el bienestar de la comunidad y diseñaremos una campaña de vida saludable.

Realizaremos 6 actividades, las 4 primeras con trabajo individual y en equipo y nos reuniremos en plenaria virtual para realizar las 2 últimas. Es necesario que definamos con nuestro equipo la forma de organizarnos, ya que varias actividades se inician con trabajo individual y se continúan en equipo, la actividad 4, en cambio, se realiza totalmente en equipo.

Quien tenga el rol de relator(a) en la sesión 2 de cada equipo, tomará las notas. Recordemos que los roles para el trabajo en equipo se cambian diariamente, para que cada participante tenga la experiencia de vivir distintos roles.

En la actividad 4 diseñaremos una campaña de vida saludable. Cada equipo decidirá y orientará su propuesta a un ámbito de la vida saludable, por ello es necesario que hoy decidamos qué ámbito abordará cada equipo:

Ámbito de vida saludable	Equipo
1. Alimentación y nutrición	
2. Comportamientos del movimiento (actividad física, tiempo sedentario y sueño)	
3. Higiene y limpieza	
4. Prevención de enfermedades (transmisibles y no transmisibles) e inmunizaciones	
5. Salud mental	
6. Prevención de adicciones consumo de drogas, alcohol y tabaco	

Recordemos que todas las actividades individuales y en equipo se retomarán en el trabajo en plenaria virtual. Estas actividades se sugiere realizarlas en un tiempo aproximado de 2 horas 20 minutos. Es fundamental autorregularnos y esto se refleja en el manejo del tiempo para el adecuado desarrollo de la sesión y que todas las aportaciones sean tomadas en cuenta.
Para retomar las actividades en plenaria virtual el día de mañana, acordaremos la hora de reunión.

Tema I. Sentido de pertenencia a la escuela

Propósito: Desarrollar estrategias que impulsen la participación corresponsable entre los actores de la comunidad escolar para promover el bienestar de todos.

Trabajo individual y en equipo
Tiempo estimado 2 horas 20 minutos

Actividad 1. Sentido de pertenencia

El periodo de contingencia nos mostró otras formas de aprender y de enseñar fuera de un salón de clases. Ser y sentirse parte de la escuela es un factor importante para garantizar:

- un buen ambiente escolar,
- gestar relaciones interpersonales,
- desarrollar emociones, y
- vivir experiencias que nos hacen madurar.

Trabajo individual

Responde las siguientes preguntas:

¿Qué representa para mí como docente formar parte de esta escuela?	
Si el estudiante aprende en casa ¿qué hace indispensable a la escuela?	
Dadas las condiciones sociales que van emergiendo ¿es necesaria una escuela diferente?	
¿Cuál es mi papel en la organización colaborativa para transformar la escuela y enfrentar los cambios necesarios para el nuevo ciclo escolar?	

Tema I. Sentido de pertenencia a la escuela

Trabajo en equipo

Vean el siguiente material, **compartan** las respuestas y **tomen notas** de la reflexión:
Video 9. ¿Cuál es el sentido de la escuela? https://youtu.be/-Nodl-UX_fM (del inicio al 2:57)

Notas:

Actividad 2. Construyendo comunidad

La comunidad escolar se construye desde la relación afectiva y solidaria, así como en la acción colectiva en torno a sus propósitos educativos.
Dinamizar y fortalecer las comunidades escolares convoca a la participación y a la toma de decisiones para mejorar no solamente el trabajo al interior de la escuela, sino también en el contexto social en el cual está inmersa la escuela, especialmente con las familias.

Trabajo individual

Revisa el significado de comunidad y comunidad educativa (ver Anexo 3).
Observa el siguiente material:
Video 10. Rebeca Anijovich Práctica Reflexiva https://youtu.be/y6TzvbP8ekc
(del inicio al 10:11)
A partir de la reflexión sobre las prácticas actuales, **desarrolla** dos ideas para fortalecer el trabajo colaborativo: con tus pares de otros grados, asignaturas o escuelas; con padres y madres de familia; con el director o supervisor. Precisar si son generales o para cada uno.

idea 1

idea 2

Nuestra participación como maestras y maestros es fundamental para lograr una comunidad escolar dinámica en la que participen, NNA, madres y padres de familia, tutores, cuidadores, maestras y maestros, personal administrativo, de intendencia y la comunidad donde se ubica la escuela.

Trabajo en equipo

Compartan las propuestas de cada integrante del equipo y analicen las que sean más relevantes, dadas las condiciones de inicio de ciclo escolar.
El producto de cada equipo se compartirá en la sesión plenaria. Las ideas desarrolladas podrán recuperarse en la construcción del **Decálogo de la colaboración en la escuela**, que se integrará en la sesión 4.

Notas:

Actividad 3. Participación de la familia "Yo te cuido, tú me cuidas, todos nos cuidamos"

Estamos en un periodo de nueva normalidad en donde es necesario replantear el cuidado de cada uno de nosotros, de la familia y de la comunidad, de tal manera que logremos cuidarnos entre todas y todos, especialmente en torno a la construcción de una vida saludable.

Trabajo en equipo

Completen la siguiente tabla:

"Yo te cuido, tú me cuidas, todos nos cuidamos"		
Cómo es la participación de las familias hasta hoy	A qué tipo de participación aspiramos	Acciones del colectivo docente para impulsar la participación de las familias para una **Vida saludable** en la escuela
La mayoría de las familias:		
Algunas familias:		
Pocas familias:		

Actividad 4. Factores de riesgo y protección del bienestar

Trabajo individual

La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) 2018, realizada por la Secretaría de Salud, el Instituto Nacional de Salud Pública y el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), muestra que en varias entidades del país el porcentaje de población de 12 a 19 años con obesidad se encuentra por encima de 20%.

La misma encuesta señala que en todos los grupos de población más de un 80% consume bebidas no lácteas endulzadas; en la población de 1 a 19 años entre 53% y 64%, dependiendo el grupo de edad, consume botanas, dulces y postres, y 22% de la población entre 0 y 4 años se identifica en riesgo de sobrepeso, solamente por mencionar datos en materia de nutrición.

Esta información pone de manifiesto la relevancia que adquiere el cuidado de la salud desde edades tempranas. En la sección *Sugerencias de material de consulta* podrás encontrar la liga de acceso a la Encuesta.

Realiza lectura del texto "El bienestar en la escuela. Una vida saludable" (ver Anexo 4).

Observa el siguiente material: Video 11. Hábitos de vida saludable. 42 consejos para un colegio feliz https://youtu.be/7FV2Q57iiKU (del inicio al 3:24)

Responde las siguientes preguntas:	
¿Qué factores ponen en riesgo el bienestar de los integrantes de la comunidad?	¿Cómo se puede procurar la vida saludable y el bienestar físico, emocional y afectivo, social y cognitivo desde la escuela?

Actividad 5. Campaña de vida saludable

Trabajo en equipo

Retomen las reflexiones surgidas de la actividad anterior para generar ideas que permitan diseñar una **campaña de Vida saludable** que se realizará en la escuela a lo largo del ciclo escolar.

Una campaña social es una iniciativa de comunicación que se realiza con el propósito de sensibilizar y concienciar sobre una problemática social, en ella, se informa, persuade y promueven conductas alternativas con la finalidad de influir en la conducta de los individuos.

Para construir nuestra campaña desde un enfoque colaborativo, requeriremos la escucha activa, el diálogo, la comunicación asertiva, la deliberación y asignar tareas a partir de reconocer los talentos de cada uno, etc.

Consideremos que la Campaña que diseñemos como producto de este taller se vinculará con las acciones que realizaremos para un regreso seguro a las escuelas ante el COVID-19, la cual trabajaremos en la semana intensiva del CTE. Sin embargo, en ella se incluyen distintos ámbitos para la vida saludable además de los relativos a la prevención del contagio, y que se relacionan con la nueva asignatura de Vida saludable que se abordará en la sesión 5.

Ámbito de vida saludable	Equipo
1. Alimentación y nutrición	
2. Comportamientos del movimiento (actividad física, tiempo sedentario y sueño)	
3. Higiene y limpieza	
4. Prevención de enfermedades (transmisibles y no transmisibles) e inmunizaciones	
5. Salud mental	
6. Prevención de adicciones consumo de drogas, alcohol y tabaco	

Describan los elementos necesarios para el diseño de la campaña.
En el desarrollo de la campaña incluyan estrategias para:

- Fomentar una cultura del cuidado individual y colectivo.
- Promover relaciones seguras y cálidas.
- Tener como principio "Yo te cuido, tú me cuidas, todos nos cuidamos".

Es conveniente considerar distintos medios para la difusión de la campaña y aprovechar materiales ya elaborados y de libre acceso.

Trabajo en plenaria virtual
Tiempo estimado 1 hora 30 minutos

Actividad 6. La colaboración en la comunidad escolar

(20 minutos)

Nuevamente estamos juntos y esta será la oportunidad de compartir el trabajo.
Como parte de la actividad 2, cada equipo **compartirá** las acciones que consideran más relevantes para impulsar la colaboración a partir la reflexión sobre la práctica. Escucharemos con atención. ¿Qué equipo quiere iniciar?

Actividad 7. Integración de la campaña de vida saludable

(60 minutos)

Nuestra última actividad de la sesión consiste en **integrar** la **Campaña de vida saludable**, con la propuesta de cada equipo, **escuchemos** las propuestas elaboradas para cada ámbito de la vida saludable, los invito a tomar nota de sus dudas, ideas y propuestas para lograr que las distintas actividades conformen una única campaña. ¿Qué equipo inicia?
Todos los equipos nos han presentado sus propuestas y es momento que determinemos juntos los ajustes necesarios y las ideas para integrar la campaña de nuestra escuela.
La Campaña que hemos diseñado formará parte del Programa Escolar de Mejora Continua que se definirá en la Fase Intensiva del CTE. Con ella promoveremos la vida saludable en todos los integrantes de la comunidad escolar, además del abordaje que se hará de este tema sobre esta nueva asignatura que revisaremos en la sesión 5.

Cierre de la Sesión

(10 minutos)

Destinaremos 5 minutos para que el equipo presente la síntesis de lo que aprendimos y cómo lo aprendimos de nuestra sesión de hoy.

Preparación del trabajo individual y en equipo para la sesión 3.

Maestras y maestros, conversaremos sobre el trabajo de la sesión 3 del Taller intensivo, cuyo tema es "Hacia nuevos roles de docentes y estudiantes".
Un nuevo rol del docente impulsa un cambio en el rol de las y los alumnos. En la medida que se entienda esta transformación se logrará favorecer una nueva forma de enseñar y aprender, en las que se considere a la colaboración y la autonomía como factores clave para el aprendizaje de NNA.
En las actividades de trabajo se invita a realizar una reflexión sobre cómo hacer posible esta transición.
Las primeras actividades se realizarán individualmente y en equipo. En la actividad 1 elaborarán un listado de palabras clave. En la actividad 2 contestarán algunas preguntas y desarrollarán dos frases para la construcción del Decálogo de la colaboración en la escuela. En la actividad 3 elaborarán un Tríptico de los roles de docentes y estudiantes. Estas actividades se sugiere realizarlas en un tiempo aproximado de 2 horas y es necesario hacer un buen manejo de éste para que todas las voces sean escuchadas antes de la plenaria virtual. Para las últimas actividades del día de mañana, es momento de acordar la hora de reunión.

Propósito: Reflexionar sobre la construcción y transición hacia un rol docente que impulse a sus estudiantes a aprender de forma colaborativa, promoviendo el trabajo en equipo y el trabajo autónomo a partir de su experiencia y saber.

Trabajo individual y en equipo
Tiempo estimado 2 horas

Tema I. Nuevas formas de enseñar y aprender

Actividad 1. Los retos de enseñar y aprender desde el contexto actual

Trabajo individual

Los cambios sociales, culturales e históricos demandan de la educación diversificar las formas de enseñar y aprender. El contexto actual nos pone de frente la necesidad de repensar nuestro quehacer como docentes y la importancia del papel que tenemos.
Revisa los siguientes materiales y **elabora** una lista de palabras clave:

Video 12. Nuevas formas de aprender y enseñar a partir de la pandemia
https://youtu.be/Tgr0mfEYhUs (del 0:09 al 7:40)
Anexo 5. Eréndira Piñón, Los maestros frente a la crisis de la covid-19 ¡Mis alumnos no tienen internet! https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/552729/Boletin4.pdf

Tema 2. El rol de docentes y estudiantes

Actividad 2. Reflexión sobre el rol de docentes y estudiantes

Trabajo individual

En la construcción de la Nueva Escuela Mexicana el docente es el principal agente de cambio. La posibilidad de tener un nuevo rol, con características que recuperen su experiencia e integren otras habilidades, implica reflexionar sobre su práctica.
Como cualquier transición, esta conlleva un proceso gradual, paro lo cual las actividades propuestas en este taller, y especialmente en esta sesión, son un punto de partida.

Reflexiona y **contesta** las siguientes preguntas, apóyate en el material de la actividad 1 y el listado de palabras clave que elaboraste.	
En la actualidad, ¿qué características tiene un docente y un estudiante?	
¿Cómo sería un nuevo rol del estudiante en el mundo actual lleno de desafíos e incertidumbres?	
¿Cuáles son los principales desafíos que se presentan en la función del docente?	
¿Qué habilidades, conocimientos, actitudes y valores son necesarios en un nuevo rol del docente?	
¿Cómo transito hacia un nuevo rol docente que me permita ayudar a las y los alumnos a desarrollar su nuevo rol?	

Elabora dos frases para la construcción del **Decálogo de la colaboración de la escuela**.
Ponte de acuerdo con tus pares, dado que la siguiente actividad es en equipo.

Frase 1

Frase 2

Tema 3. Transición hacia nuevos roles (Primera parte)

Actividad 3. Tríptico de los roles de docentes y estudiantes

Trabajo en equipo

Un cambio del rol en el docente incita modificaciones y transformaciones en el rol de las y los alumnos. Al reflexionar podemos identificar, además de características de los roles, las estrategias que nos permitan llevarlas a cabo.

Dialoguen sobre las respuestas de la actividad anterior y, con base en los puntos de convergencia, **elaboren** un **Tríptico de los roles de docentes y estudiantes.**

Características del docente actual	Nuevo rol del docente	¿Cómo transitar hacia el nuevo rol del docente?
Características del estudiante actual	Nuevo rol del estudiante	¿Cómo provocar el desarrollo del nuevo rol del estudiante?

Trabajen en el diseño gráfico del tríptico para que sea un producto atractivo, que refleje su dedicación y esmero; pueden darle identidad e imagen a través de un logotipo y nombre al equipo.

Tema 3. Transición hacia nuevos roles (Segunda parte)

Actividad 4. El nuevo rol de docentes y estudiantes

(50 minutos)

Bienvenidas y bienvenidos. Vamos a dar la oportunidad para que cada equipo nos **presente** su tríptico y **comente** los aspectos que consideren más relevantes. ¿Qué equipo desea iniciar?

El tríptico que cada equipo elaboró es un referente para **orientar el trabajo con las y los a las y los alumnos**, por lo que les sugiero hacerlo visible en el aula, la escuela y compartirlo con las familias. Tengamos en cuenta que las reflexiones y orientaciones plasmadas en el tríptico **también nos pueden permitir guiar la actividad entre las y los alumnos y la de las familias hacia un trabajo más colaborativo.** Este producto puede retomarse para elaborar el periódico mural.

Actividad 5. Los nuevos roles y el aprendizaje colaborativo

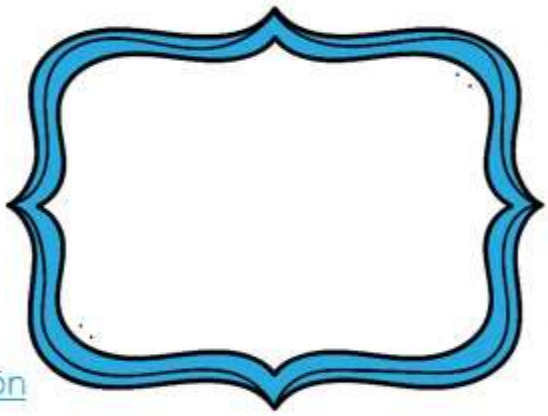
(60 minutos)

Trabajar de manera colaborativa no implica únicamente formar parte de un equipo o estar en un grupo, considera la posibilidad de ayudar y dejarse ayudar, participar y respetar los turnos al conversar, valorar las aportaciones de los demás, aunque difieran de las mías, cumplir con lo que me corresponde, entre otros aspectos.

Ahora **compartiré** con ustedes algunas ideas del texto "Aprendizaje Colaborativo: Un cambio en el rol del profesor" (Preparar presentación o mapa conceptual apoyándose en el Anexo 6). Les pido su participación para **conversar** sobre los siguientes aspectos:

- La colaboración es útil porque…
- Me gustaría aprender a colaborar para…
- Mis experiencias de colaboración son…
- Mejoro mi disposición a la colaborar cuando…
- Siento motivación a colaborar cuando…

A partir de las ideas más significativas del día, **escribiremos** dos frases para el **Decálogo de la colaboración en la escuela.**



Cierre de la sesión

(10 minutos)

Para concluir nuestra tercera sesión, daremos la palabra al equipo que realizará la síntesis del día de hoy en 5 minutos.

Preparación del trabajo individual y en equipo para la sesión 4

El tema de la sesión de mañana es "El aprendizaje colaborativo en el aula de la NEM", tendremos 3 actividades, que requerirán de la participación entusiasta de cada uno de nosotros.

En la primera actividad trabajaremos con nuestro equipo en el diseño de un proyecto con el tema "Trabajo a distancia con y sin uso de tecnología", para lo cual las experiencias de los últimos meses serán muy valiosas. Esta actividad nos permitirá vivenciar una de las metodologías que impulsan el aprendizaje colaborativo.

Asimismo, realizaremos un ejercicio de coevaluación, para el cual debemos organizarnos sobre el intercambio de proyectos entre equipos. Para esta actividad dispondremos de aproximadamente 2 horas de trabajo.

Para las actividades 2 y 3 nos reuniremos mañana en plenaria virtual, por lo que es necesario que acordemos la hora de reunión.

Propósito: Adquirir herramientas del aprendizaje colaborativo para responder a las necesidades y retos de una educación itinerante, presencial y a distancia.

Trabajo individual y en equipo
Tiempo estimado 2 horas

Tema I. Trabajo por proyectos

Actividad 1. El trabajo a distancia con y sin uso de TIC

Trabajo en equipo

El aprendizaje colaborativo es una habilidad esencial, que se desarrolla desde la escuela, promoviendo que las y los alumnos trabajen colaborativamente, estén juntos o en diferentes espacios físicos (como en la contingencia).
Para lograrlo, existen diversas metodologías y estrategias didácticas: aprendizaje basado en problemas, aprendizaje servicio, trabajo por proyectos, aula invertida, entre otras, que cada uno de nosotros podemos usar de acuerdo con las características del grupo, las necesidades de aprendizaje, el tiempo del que se dispone, la tarea a realizar, etc.
Hoy trabajarán sobre **el diseño de un proyecto con el tema "Trabajo a distancia"**. Cabe destacar que no hay una forma única para el desarrollo de proyectos, por lo que aquí se brindan orientaciones, pero en el proceso deberán investigar, dialogar y tomar decisiones, considerando los distintos contextos de las y los alumnos.
Realicen el diseño de un proyecto, tomando en cuenta las siguientes consignas:
o Identificar una situación problemática relacionada con el aprendizaje de las y los a las y los alumnos, a partir del trabajo a distancia con y sin Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC).
Conversar sobre las posibles soluciones, considerando el aprendizaje colaborativo. Pueden acudir a los siguientes materiales de apoyo:
Video 13. El Aprendizaje colaborativo en clase https://youtu.be/TIlpXkkkFhA (del inicio al 2:45)
Video 14. Habilidades del Siglo XXI: Colaboración https://youtu.be/B3I_UYEANqg (del inicio al 5:05)

Pensar en los resultados y productos esperados, así como en las actividades que deben realizar, en qué momento se podrían llevar a cabo y con ayuda de quién.
o Considerar los recursos y las condiciones que se necesitan para llevar a cabo el proyecto.
o Reflexionar sobre una estrategia de seguimiento y evaluación del proyecto, en la que se destaque la retroalimentación.

Incluyan los siguientes apartados, en la redacción del proyecto:
o Nombre del proyecto
o Problema que se atiende
o Objetivos
o Destinatarios
o Acciones para la implementación
o Recursos
o Resultados y productos esperados
o Seguimiento y evaluación

Ahora, **intercambien** su proyecto con otro equipo para emprender un ejercicio de coevaluación. Al revisarlo, destaquen los siguientes aspectos:
o Lo que les pareció más interesante.
o Lo que resulta más retador y que enriquece su propio trabajo.
o Lo que es viable de las actividades de trabajo a distancia con y sin TIC.
o Lo que se podría mejorar.

Trabajo en plenaria virtual Tiempo estimado 2 horas

Tema 2. Acompañamiento y seguimiento del trabajo por proyectos

Actividad 2. El trabajo por proyectos

(50 minutos)

Bienvenidas y bienvenidos nuevamente. Es momento para dar oportunidad a que cada equipo **presente** su proyecto. **Escuchemos** atentamente cada proyecto. Una vez que hemos conocido cada proyecto, les invito a que **compartamos** los aspectos que se destacan del ejercicio de coevaluación.

Hemos vivido la experiencia de realizar un proyecto. Tratemos de emplear esta estrategia para el trabajo con las y los alumnos y, al hacerlo, recordemos que **es muy importante que les brindemos orientación y guía, así como retroalimentación continua a lo largo del proceso de desarrollo. Esto es necesario para que se sientan motivados y concluyan con éxito su proyecto.**

Daremos un espacio para **reflexionar** sobre el acompañamiento y seguimiento al realizar trabajo por proyectos. ¿Qué equipo quiere ser el primero en **compartir**?

Tema 3. Compromisos con el aprendizaje colaborativo

Actividad 3. Decálogo de la colaboración en la escuela

(60 minutos)

Durante las sesiones se elaboraron frases o pensaron en ideas sobre el Decálogo. En este momento vamos a retomarlas para elegir las que representen nuestro compromiso para incorporar el aprendizaje colaborativo de manera gradual a nuestras prácticas cotidianas. Tendremos el apoyo de un(a) relator(a). Ya que decidimos las frases, **pensemos**:

o De qué manera lo daremos a conocer a las y los alumnos y las familias.

o Cómo lograremos tenerlo presente y visible para que recordemos nuestros compromisos a lo largo del ciclo escolar.

También pueden enmarcarlo y presentarlo con un diseño gráfico que los identifique como escuela.

Cierre de la sesión

(10 minutos)

Para concluir nuestra cuarta sesión, **escuchemos** al equipo que realizará la síntesis de la sesión en 5 minutos.

Preparación del trabajo individual y en equipo para la sesión 5

Maestras y maestros, el tema de la sesión de mañana es "Nuevos planteamientos curriculares".
El contexto actual en general y la situación originada por la aparición del Covid-19, en particular, provocan que la escuela se replantee la atención de ciertas necesidades. Por ello, a nuestra labor cotidiana se integran dos asignaturas que, si bien contienen temáticas que nos resultan familiares, se plantean desde otra perspectiva, permitiéndonos configurar nuevos horizontes: la generación de hábitos para una vida saludable y la vivencia de una nueva ciudadanía a través de la formación cívica y ética.
Para conocer el nuevo enfoque de la asignatura Formación Cívica y Ética, realizaremos algunas actividades individuales y en equipo, durante aproximadamente 2 horas de trabajo.
Posteriormente es necesario reunirnos en plenaria virtual, para abordar la nueva asignatura Vida Saludable, por lo que debemos acordar el horario de encuentro para el día de mañana.

Propósito: Conocer las orientaciones y las estrategias didácticas de las nuevas asignaturas desde un enfoque didáctico, vivencial y reflexivo.

Trabajo individual y en equipo Tiempo estimado 2 horas

Tema I. Formación civica y etica

La aspiración de vivir en un lugar donde las personas se desarrollen en libertad, igualdad, prosperidad, con bienestar y paz, ha sido una constante en la historia de la humanidad. En México, esta aspiración se renueva ante una realidad cambiante que presenta desafíos entre las personas, las culturas y la naturaleza.

Los cambios nos interpelan en lo más profundo, porque significan rupturas con lo que considerábamos imperecedero, por ejemplo: abrazarnos, saludarnos de mano y de beso, el agua y la naturaleza.

Además, las configuraciones locales, nacionales y globales han estado cambiando bajo el fenómeno de la migración generalizada propiciando interacciones con personas provenientes de diversas culturas, en un país donde todavía no se consolida el reconocimiento y valoración a nuestras culturas originarias. Los conflictos personales, sociales y políticos han sido cada vez más frecuentes y las acciones para afrontarlos han traspasado en muchas ocasiones los límites del respeto por la vida y la dignidad humana.

La Nueva Escuela Mexicana, según la Ley General de Educación (LGE), deberá considerar entre sus propósitos y contenidos las siguientes líneas:

- La necesidad de fortalecer el tejido social.
- El combate a la discriminación y a la violencia.
- La construcción de relaciones sociales, políticas, económicas y culturales basadas en la responsabilidad ciudadana,
- La vivencia de la democracia y los derechos humanos.
- La formación y práctica de valores como la honestidad, la justicia, la solidaridad, la reciprocidad, la lealtad y la libertad.

En este sentido, la educación que provea el Estado deberá contribuir a la formación de personas conscientes de la compleja realidad en la que viven, al mismo tiempo, que estén convencidos que su contribución como ciudadanos, a la vida social, política, económica y cultural es indispensable e intransferible. Esta formación situada en la realidad y al mismo tiempo orientada a construir compromisos con responsabilidad, solidaridad y participación activa, pone el acento en la necesidad de fortalecer la Formación Cívica y Ética (FCyE) la educación básica, siendo este el espacio en el que se podrá propiciar que niñas, niños y adolescentes, experimenten oportunidades de reflexión, diálogo y participación colectiva en beneficio de sus entornos próximos.

En este marco, el trayecto educativo en el que se consolida la FCyE de la educación básica, cobra especial relevancia para favorecer, desde la escuela, el desarrollo de personas comprometidas con la transformación de la sociedad en todos sus ámbitos, lo que hace necesario que niñas, niños y adolescentes, construyan relaciones basadas en principios y prácticas democráticas, interculturales y éticas, desde edades tempranas y en diferentes espacios de socialización.

En la presente sesión se busca reflexionar sobre esta realidad y la contribución que la educación puede aportar para transformarla, con apoyo de la nueva perspectiva pedagógica que orienta el programa de FCyE en la educación básica, mediante el análisis de los cambios y continuidades en la asignatura.

Actividad 1. Los desafíos sociales que enfrenta la educación

Trabajo individual

Explora los diferentes recursos que se proponen más adelante (artículos periodísticos, videos, documentales breves), respecto a distintas situaciones que ocurren en México.
Elige un material sobre el cual profundizar. **Identifica** en éste los diferentes niveles de responsabilidad involucrados, las consecuencias sociales que generan y a las que nos enfrentamos como sociedad y como individuos, directa o indirectamente.
Materiales propuestos:

Videos

Video 15. Kipatla – Gaby. Chicles de canela (14:38) https://youtu.be/3H26KAxZv88 Video 16. Kipatla – El talento de Cristina (17:55) https://youtu.be/FMl2HEatZGI
Video 17. Racismo en México (03:50) https://youtu.be/5bYmtq2fGmY
Video 18. Informe desigualdades en México - Dos historias de vida (02:40) https://youtu.be/GF92dkoN2XM Video 19. Cortometraje: El sándwich de Mariana (10:26) https://youtu.be/f-8s7ev3dRM

Plataforma

- Plataforma. Faro democrático sobre cultura cívica para adolescentes https://www.ine.mx/faro-democratico/

Artículos

- Artículo periodístico 1. "Teníamos ganas de matar a Christopher" https://www.eluniversal.com.mx/articulo/nacion/sociedad/2015/08/23/teniamos-ganas-de-matar-christopher
- Artículo periodístico 2. Las secuelas familiares que marcaron la vida de José Ángel, el niño que disparó en Coahuila https://www.animalpolitico.com/2020/01/familia-padres-jose-angel-nino-tiroteo-colegio-coahuila/
- Breviario de política 1. Fortalecer la formación ciudadana en la educación obligatoria https://www.inee.edu.mx/wp-content/uploads/2019/02/P1C721.pdf
- Breviario de política 2. Promover prácticas escolares de participación entre los estudiantes para hacer de la escuela un espacio libre de violencia https://www.inee.edu.mx/wp-content/uploads/2019/02/P1C716.pdf

Material Analizado:	
¿Cuál es la relación que identifico conmigo o con mi vida cotidiana?	¿Cómo se vincula con mis prácticas pedagógicas?

Trabajo en equipo

Compartan las apreciaciones que tienen sobre las situaciones que plantean estos recursos y, con base en las preguntas anteriores, **reflexionen** sobre la relación que encuentran entre estas situaciones y lo que sucede en su vida cotidiana, en particular en su comunidad escolar.

Escriban las ideas principales de las reflexiones a las que llegaron.

Si bien, en estos recursos encontramos problemáticas con diversos actores involucrados e implicaciones sociales complejas, desde la educación es posible contribuir en la transformación de nuestra sociedad a través de la formación de niñas, niños y adolescentes conscientes de sí mismos, de los otros y de la realidad en la que viven, fomentando su compromiso como ciudadanos capaces de generar vínculos en los que existan principios y prácticas democráticas, interculturales y éticas en diferentes espacios de socialización.

El Estado mexicano tiene la obligación de usar todos los recursos institucionales y mecanismos de los que dispone para que la aspiración de libertad, igualdad, prosperidad, bienestar y paz se construya como una realidad para quienes habitamos este país y este planeta. Por ello, el Artículo 3° Constitucional establece, entre otros elementos, que la educación que imparta deberá incluir en sus planes de estudio la promoción de valores, el conocimiento y valoración de la diversidad étnica, cultural y lingüística, el respeto por el medio ambiente, así como fomentar en el ser humano el civismo, el amor a la patria, el respeto a los derechos humanos, la cultura de paz y la conciencia de la solidaridad internacional en independencia y justicia.

Actividad 2. Revisión de elementos centrales del nuevo programa

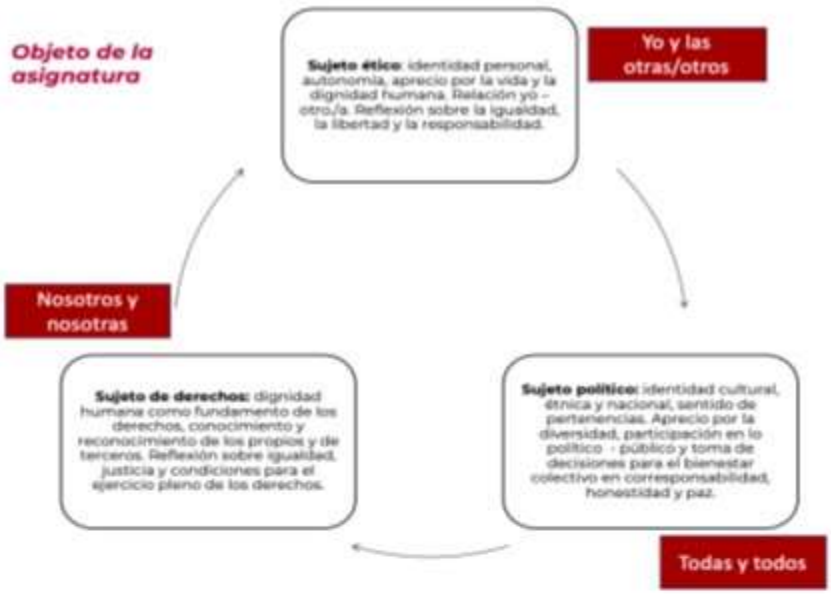
A partir de este ciclo escolar, la asignatura de Formación Cívica y Ética estará presente en toda la educación **primaria y secundaria**. A continuación, veremos algunos elementos centrales de esta asignatura.

Trabajo individual

Analiza los siguientes elementos que integran el programa de la asignatura de Formación Cívica y Ética con la intención de identificar sus cambios y continuidades con relación a los programas actuales.

Objeto de estudio de la Formación Cívica y Ética en la educación básica.

La asignatura promueve el desarrollo de disposiciones en las y los alumnos para que, con autonomía, orienten sus acciones personales y sociales conforme a principios éticos y democráticos. Apunta a que desarrollen capacidades, actitudes y valores para el ejercicio de la ciudadanía democrática en el contexto de una sociedad plural, culturalmente diversa, interconectada, en constante transformación y que enfrenta desafíos como: desigualdad económica, violencia, injusticia, corrupción, discriminación, deterioro ambiental, entre otros.



La Formación Cívica y Ética en la educación básica contribuirá al desarrollo de sujetos éticos, políticos y de derechos que participan en la vida democrática, comprometidos con la convivencia pacífica en sus entornos cercanos, de manera presencial y virtual, y que establecen relaciones interculturales e inclusivas, con base en valores y principios democráticos que favorecen las relaciones de confianza y solidaridad entre personas, culturas y con la naturaleza.

Enfoque pedagógico de la asignatura

Su enfoque didáctico es **vivencial, reflexivo y dialógico,** porque lo que construye al sujeto ético, político y de derechos, es la interacción de éste con otros sujetos que conforman comunidades sociales, políticas y culturales diversas. Es en comunidad donde se ejercen los derechos y las responsabilidades ciudadanas, se fortalece la confianza y el apego a lo valioso para la vida personal y colectiva. A partir del reconocimiento, aprecio y vivencia en común de las normas, los valores y las instituciones, se construye y reconstruye el sentido de comunidad. El espacio escolar es propicio para promover interacciones diversas, con base en el ejercicio de los derechos, el cumplimiento de responsabilidades y la participación colectiva para el bien común.

Enfoque pedagógico

Vivencial
El sujeto ético, político y de derechos se construye a partir de las interacciones entre las personas que conforman comunidades sociales, políticas y culturales diversas, por eso se promueven experiencias de aprendizaje intencionadas en las que se ejercite la ciudadanía activa y la ética del cuidado.

Reflexivo
Los procesos de reflexión individuales y colectivos posibilitan el desarrollo de la sensibilidad ética y la actuación conforme a principios sustentados en el respeto irrestricto a la dignidad humana, los derechos humanos y el bienestar colectivo.

Dialógico
En diálogo respetuoso y la escucha activa se priorizan como una forma de interacción que posibilita la construcción colectiva de acuerdos para la atención de problemas comunes, en el ejercicio de los derechos, el cumplimiento de las responsabilidades, la solución no violenta de conflictos y la construcción de ambientes democráticos.

En términos formativos, el enfoque vivencial, dialógico y reflexivo contribuirá a que las y los alumnos desarrollen capacidades de índole cívica y ética. Una capacidad que engloba un conjunto de conocimientos, saberes, conductas y valores. Esta no es innata, se forma desde los primeros años de vida dependiendo de las oportunidades y fuentes de socialización, por eso, cada una(o) las mostrará de manera diferenciada.

Las capacidades se utilizan según lo demandan las interacciones que se van estableciendo. De manera que, a mayor contacto y demanda del medio, para usarlas, mayores posibilidades de potenciarlas y transformarlas, hasta convertirlas en disposiciones habituales de largo plazo. En la escuela, las capacidades se complementan, a medida que se fortalece una, da lugar a potenciar las otras. Su desarrollo es un proceso progresivo de mediano plazo, con lo que se busca que se vaya incrementando y perfeccionando en la interacción continua, el acercamiento a saberes y conocimientos, el fortalecimiento de habilidades y el desarrollo de actitudes cívicas y éticas.

Las capacidades que se trabajarán con la asignatura son las siguientes:

Trabajo en equipo

Después de conocer los elementos centrales del nuevo programa, **analicen** cuáles son los principales cambios:

¿Cuáles elementos coinciden y cuáles son completamente nuevos?
¿Cómo cambia el enfoque para abordar esta asignatura?
¿De qué manera se fortalece o enriquece el aprendizaje de tus estudiantes?

Posiblemente se identificó que para el logro de las aspiraciones que plantea el Artículo 3° constitucional y de la propia asignatura se involucra al currículo en su conjunto, por lo que el plano didáctico demanda un trabajo transversal y articulado con otras asignaturas del mismo grado, eso implica una planificación de actividades para abordar contenidos de varias asignaturas o problemas sociales que promuevan la expresión de ideas, emociones, iniciativas de los estudiantes, en un ambiente de respeto organizado y regulado por las maestras y los maestros con la participación de los estudiantes.

Actividad 3. Prácticas pedagógicas

Las estrategias didácticas se enmarcan en el enfoque vivencial, reflexivo y dialógico, por lo que las y los maestros contextualizarán los aprendizajes y las estrategias didácticas en los ámbitos con los que interactúan las y los alumnos. Esto dotará de sentido al aprendizaje, como algo que ayuda a comprender y cuestionar la realidad en la que viven y les dará herramientas para transformarla; de este modo se potencia la capacidad formativa del trabajo en esta asignatura.

Tomando en cuenta lo anterior, serán las y los maestros quienes podrán decidir cuál es el momento preciso para abordar los distintos aprendizajes esperados y cómo articularlos para que cobren sentido ante situaciones que se presenten en su entorno. El libro de texto será un apoyo para flexibilizar y contextualizar el abordaje de los aprendizajes.
Las estrategias didácticas pueden recuperar planteamientos didácticos activos entre los que destacan: comunidades de diálogo y deliberación, trabajo por proyectos, proyectos solidarios, asambleas escolares, consultas, votaciones, análisis de bitácoras o diarios, uso crítico de los medios de comunicación, juegos cooperativos y socioafectivos, discusión de dilemas morales, juegos de roles, entre muchas otras propuestas metodológicas.

Trabajo en equipo

Dialoguen sobre las implicaciones que esta asignatura tendrá en sus prácticas pedagógicas y la organización escolar para fomentar el desarrollo de las capacidades cívicas y éticas a lo largo de la educación básica, independientemente del nivel educativo y la asignatura que imparten:

Formación cívica y ética	
¿Qué prácticas realizan actualmente con su grupo y en la comunidad escolar?	¿Cuáles podrían promover?

Aprender a convivir y participar en el espacio escolar es aprender a conducirse por valores y actitudes en la construcción de relaciones sociales, basadas en el respeto a la dignidad humana en todos sus ámbitos. ***Reflexionen*** sobre las siguientes preguntas:

- ¿Estoy dispuesta o dispuesto a ser un agente promotor de la formación cívica y ética?
- ¿Qué desafíos y oportunidades representa para mis prácticas pedagógicas?
- ¿Cuáles son mis principales compromisos para promover una cultura cívica y ética en mi comunidad educativa?

Esperamos que hayan adquirido nuevos aprendizajes respecto a los elementos centrales del planteamiento para la asignatura de Formación Cívica y Ética, así como herramientas que les permitan fortalecer sus prácticas pedagógicas en la formación de niñas, niños y adolescentes que contribuyan a la construcción de una sociedad más próspera.

Recuerden que lo que podemos lograr en colectivo tiene mayor impacto y es de mayor beneficio que las acciones individuales.

Trabajo en plenaria virtual ***Tiempo estimado 2 horas***

Tema 2. Vida saludable

Actividad 1. Un contexto desafiante que demanda nuevos contenidos

Seguramente te habrás preguntado: ¿una nueva asignatura?, ¿Vida Saludable?, ¿qué temas veré?, ¿qué trabajaré con mis alumnas y alumnos?, entre otras cuestiones. Efectivamente el ciclo escolar está por comenzar y contempla cambios; sin embargo, no partes de cero; tienes una amplia y sólida experiencia como docente que te permitirán conducir a las y los alumnos de forma exitosa.

La incorporación de esta nueva asignatura responde a que en México se ha experimentado una transición demográfica, epidemiológica y nutricional sumamente importante en los últimos 40 años. En la actualidad, las principales causas de mortalidad son las enfermedades crónicas asociadas con la obesidad, diabetes, cáncer, cardiovasculares, entre otras, derivadas de la mala alimentación y los diferentes estilos de vida. Lo cual, se ha reflejado con cierto dramatismo al mostrar a las poblaciones con estas enfermedades, como altamente vulnerables frente a la reciente pandemia mundial de COVID-19.

Esta situación pone de manifiesto la necesidad urgente de una respuesta articulada para afrontar esta problemática desde la primera infancia.

Ante este escenario, la Secretaría de Educación Pública en coordinación con la Secretaría de Salud, plantean el desarrollo de una asignatura que ayude a desarrollar hábitos orientados al cuidado de la salud desde temprana edad y con esto impulsar el cuidado de la salud desde la prevención. Para ello se consideran, de manera integral, las dimensiones social, física, emocional y mental de las personas, al reconocer su influencia en el bienestar de las mismas.

La asignatura tendrá un tratamiento reflexivo, dialógico y vivencial. Tendrá contenidos nuevos relacionados con la pandemia del COVID-19 y profundizará en aprendizajes presentes en los actuales programas de estudio (por ejemplo, la importancia de una alimentación correcta y los beneficios que aporta al cuidado de la salud, necesidades nutrimentales en relación con las características de la dieta correcta, componentes químicos importantes que intervienen en el funcionamiento del cuerpo humano).

Las líneas curriculares de esta asignatura son:

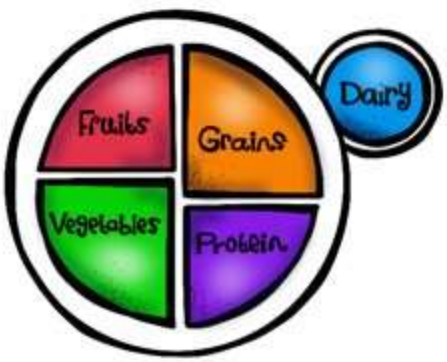
- Alimentación y nutrición
- Comportamientos del movimiento (actividad física, tiempo sedentario y sueño)
- Higiene y limpieza
- Prevención de enfermedades (transmisibles y no transmisibles) e inmunizaciones
- Salud mental
- Prevención de adicciones consumo de drogas, alcohol y tabaco

Ahora **realizaremos** una lluvia de ideas sobre algunas temáticas o aprendizajes asociados a esta asignatura que hayas abordado con tus alumnas y alumnos, como parte de los programas de estudio vigentes, a lo largo de tu trayectoria profesional.

Reflexionemos a partir de las siguientes preguntas:

¿Cuáles aprendizajes o contenidos se relacionan con la asignatura de Vida saludable?	
¿Cuáles aprendizajes o contenidos podrían enriquecerse?	
¿Cuáles aprendizajes o contenidos faltan?	
¿Cuál era la propuesta didáctica para abordarlos?	

Con este ejercicio es posible ver que, aunque se trata de una nueva asignatura, en realidad los temas que aborda han estado presentes en la escuela desde hace tiempo.



Actividad 2. Relación de acciones con las experiencias

A partir de nuestra experiencia **analicemos** cómo se podría enriquecer la enseñanza de estos aprendizajes o contenidos que ya están considerados en los programas de estudio y cómo se podrían vincular entre ellos para favorecer el desarrollo de hábitos que promuevan la salud y el bienestar.

¿Qué acciones podríamos emprender en el aula?
¿Qué acciones podríamos emprender en la escuela?

Tengamos presente que, con independencia de la asignatura o el grado que impartimos, se nos convocará, en mayor o menor medida, a incorporar prácticas que contribuyan a la construcción de una vida más saludable para todos.

Veamos cómo estas prácticas pueden fortalecer al colectivo docente, al participar activamente en la transformación de la calidad de vida de todos en la escuela, independientemente de la asignatura que impartamos (en el caso de secundaria) o en relación con otras asignaturas del mismo grado o nivel educativo para que transversalmente se analicen, **comprendan** y **formulen** propuestas de acción ante situaciones de la vida cotidiana.

Entre todos **realizaremos** un cuadro de doble entrada en donde se escriba en la primera columna las prácticas o experiencias en común y en la segunda columna, las acciones que se tendrían que implementar con sus alumnas y alumnos. Se sugiere trabajar en un documento compartido desde alguna aplicación como *Google Drive, One Drive* u otra que posibilite el trabajo de todos de forma sincrónica.
Contemplen que nuestro actuar diario promueve un estilo de vida saludable.

Temáticas seleccionadas de Vida Saludable	Planificación de acciones

Actividad 3. Asumir el compromiso

Les invito a que **comentemos** lo siguiente:
- ¿Cómo puedo ser un agente promotor de una vida saludable?
- ¿Qué desafíos/retos le implican a mi estilo de vida?
- ¿De qué manera se puede impulsar una vida saludable desde el trabajo colaborativo?

¡Ahora manos a la obra!
Elaboraremos un árbol de hábitos, nos guiaremos por las siguientes recomendaciones:

o En las raíces, escriban los temas seleccionados de Vida Saludable, que han "sembrado" durante su trayectoria profesional.
o En el tronco, señalen las acciones que se seleccionaron para implementar en el aula o en la escuela.
o En las ramas, coloquen las tareas que deberán guiar las acciones que realizará cada persona desde su función: supervisores, directores, docentes, alumnos, padres de familia, comités, etc.
o En los frutos, los hábitos que espera desarrollar en el corto plazo (ciclo escolar) al implementar las acciones relacionadas con la experiencia de las asignaturas de Vida Saludable. Dichos hábitos deben corresponder con las metas "plantadas" en las raíces.

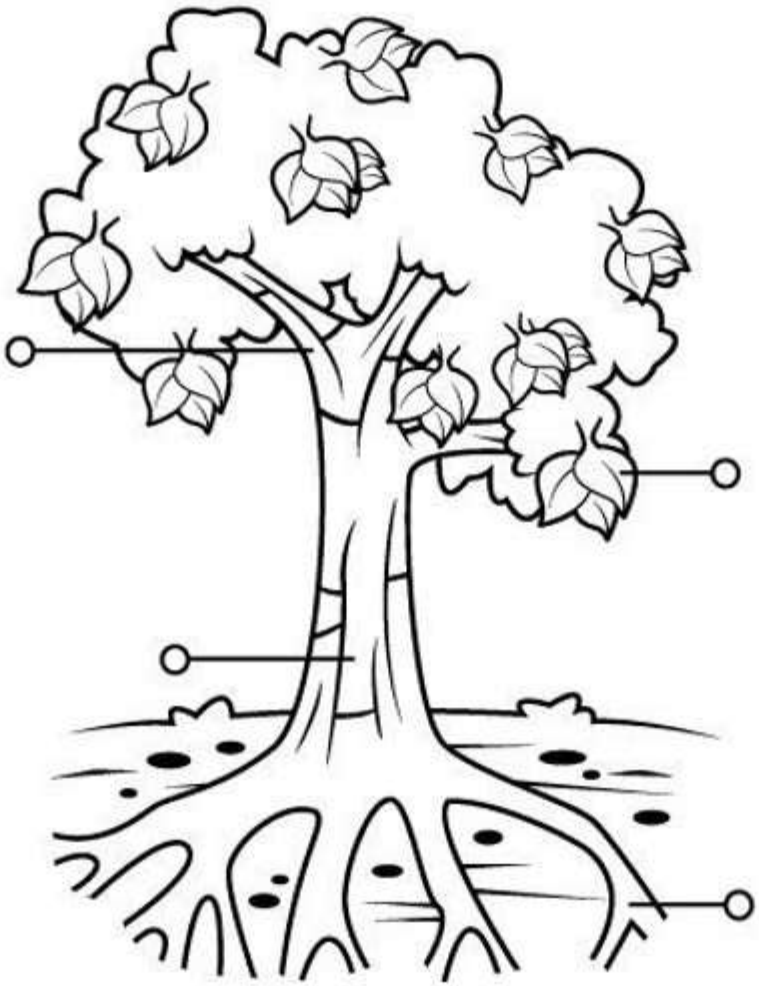
Coloquen su árbol de hábitos en el periódico mural para que sean visibles las acciones y compromisos de cada persona.

Cierre y evaluación del taller

(30 minutos)

Para concluir nuestra quinta sesión, **escuchemos** al equipo que realizará la síntesis de la sesión en 5 minutos.

Trabajo en plenaria virtual
Esperamos que este taller les haya dejado aprendizajes para afrontar estos tiempos complejos. **Recuerden que lo que podemos lograr en colectivo tiene mayor impacto y es de mayor beneficio que las acciones individuales.**
Por último, contesten la encuesta de valoración del taller, sus respuestas ayudarán mejorar los procesos de formación.

Planes Miss Sandy

Nuestro árbol de hábitos para la Vida Saludable