

ACTIVIDAD 16 (FORO). HABLANDO EL MISMO IDIOMA.

La estrategia o acción que seleccione: Sonreír más y relajar el cuerpo. Tener actos de generosidad (que puedan compartirlos, a través de frases, dibujos u objeto).

¿Cómo la he practicado?

Sonreír más y relajar el cuerpo: La pongo en práctica diariamente con las pausas activas, entre las cuales implemento diferentes, pero en la que he notado más aceptación o agrado por parte de los alumnos, hace que cambie su energía y estén más activos, es con estiramientos y movimientos de todo el cuerpo (de manos, pies, hombros, cabeza, etc.) además de que al final se forman líneas (filas) y se dan pequeños masajes en los hombros, esto hace que sonrían porque a algunos les dan cosquillas o se relajan, cabe aclarar que hay que puntualizar que se tiene que hacer con respeto, sin tanta fuerza para no lastimar a su compañero o que esten jugando, para que todos reciban masaje después la fila da media vuelta y se vuelve a repetir la acción de masaje en los hombros. Para terminar los estiramientos les pido que imaginen como si una cuerda estuviera colgada del techo frente a ellos y quisieran jalarla pero para eso tienen que alcanzarla y realizan más movimientos para estirar, lo cual es beneficioso para bajar los niveles de distracción, aburrimiento, estrés o cansancio, en esto último también hay que puntualizar que no se pueden subir a las sillas o mesas para alcanzar la cuerda porque puede ocurrir algún accidente.

Tener actos de generosidad (que puedan compartirlos, a través de frases, dibujos u objeto): Con la actividad “el aula de las palabras amables”, esta se encuentra en el ptp 2 pero ya la había trabajado antes, en la cual se coloca una hoja en blanco en la espalda de cada alumno y solo se pueden escribir cosas buenas o positivas sobre el alumno, esto hace que entre ellos mismos reconozcan sus virtudes o fortalezas las cuales muchas de las veces no reconocen porque la mayoría de las ocasiones solo se les remarca lo negativo, por ejemplo ¿Alguien ha mandado llamar a un padre de familia para reconocer alguna acción positiva de un alumno? (Que no sea en reuniones trimestrales o el mismo padre se haya acercado a preguntar por su hijo) creo que la mayoría no lo hacemos, por lo que es una excelente actividad, además de fomentar el respeto y sana convivencia entre los alumnos (valores).

Una de las estrategias que compartió un compañero y analice, estando completamente de acuerdo con él sobre las relaciones afectivas de los alumnos

(sanas) utilizando estrategias que los ayuden a convivir sin violencia ya que esto juega un papel fundamental en el ambiente de aula y esto puede ocasionar dos cosas, si es un ambiente armonioso y adecuado se concretaran satisfactoria mente los procesos de desarrollo de aprendizaje (aprendizajes esperados) y si es malo o poco armónico no se concretaran, ocasionando un rezago y una problemática en la que la escuela tendrá que puntualizar como prioridad en su PEMC, lo que vendría siendo un área de oportunidad, pero es difícil cambiar la actitud o pensamientos de los alumnos cuando ya traer desde casa este problema de convivencia aunque no imposible, siempre y cuando se trabaje en conjunto (padres, alumnos, maestros, directivos).