

ACTIVIDAD 11. HABLANDO EL MISMO IDIOMA

Algunas de las estrategias y acciones que seleccioné que consideré relevantes para mejorar la educación socioemocional en mi aula y escuela fueron las siguientes: mantener la calma; elogiar a tus estudiantes; compartir retroalimentación de su día a día o de momentos especiales; detección de estados de ánimo del alumnado; practicando la calma; practicar la escucha; fomentar la empatía hacía los estudiantes y entre ellos/as; aprender a distinguir con el grupo cuando una comunicación es agresiva, pasiva y asertiva y practicarlo.

A lo largo de este ciclo escolar que está a escasas semanas de concluir me pude percatar que el ambiente que se vive con los estudiantes de secundaria no es favorable, identificando que en su mayoría se comunican de manera agresiva, por otra parte, al hacer el análisis me di cuenta que he utilizado algunas estrategias y acciones que seleccioné y que fueron funcionales para el proceso de aprendizaje y convivencia de mis alumnos entre los que destaco son elogiar a mis estudiantes (reconocer sus logros), eso favoreció a que su autoestima mejorara y sintieran que iban mejorando; fomentar la empatía entre ellos me ayudó bastante a favorecer un ambiente sano dentro del aula, a lo largo del ciclo veía como realizaban muchas acciones de empatía como prestar material, pasar los apuntes, explicar un ejercicio, ofrecer comida, entre muchas otras.

Considero que es importante seguir fortaleciendo las acciones y estrategias ya aplicadas, pero es necesario aplicar otras como la escucha activa, ya que en particular mis alumnos son muy distraídos y pierden con facilidad la atención, por otra parte, buscar actividades para mantener la calma ya que éstos son muy inquietos.

En el Grupo de Facebook cerrado, comparto muchas ideas con el maestro Bravo Raúl, ya que al menos 3 veces a la semana realizo pausas activas, lo que hace que mis alumnos cambien de inmediato sus emociones y reactiven su energía, además, los formo en parejas para que puedan darse un masaje de relación en los hombros lo cual también ha favorecido en las emociones de los alumnos.

Las actividades analizadas y aplicadas hasta el día de hoy me fortalecen como docente mi autoconocimiento emocional, y me ayudan a tener las herramientas para la educación socioemocional con mis alumnos y en la escuela.

Criterio	Excelente (2 puntos)	Aceptable (1 punto)
Relevancia del Contenido	La publicación aborda de manera suficiente y detallada la importancia de educar en emociones, proporcionando ejemplos claros y bien argumentados.	La publicación menciona la importancia de educar en emociones, pero de manera superficial y sin ejemplos claros.
Claridad y Coherencia	La publicación está escrita de manera clara y coherente, con un flujo lógico de ideas y sin errores gramaticales o de ortografía.	La publicación es comprensible, pero presenta varios errores de gramática o ortografía y la coherencia es limitada.
Originalidad y Creatividad	La publicación muestra originalidad y creatividad, aportando ideas novedosas o perspectivas únicas sobre el tema.	La publicación es algo original, pero se basa en ideas comunes sin mucha creatividad.
Participación en el Debate	El participante participa de manera constructiva y respetuosa en los procesos de intercambio de experiencias y saberes, fomentando un debate enriquecedor.	El participante contribuye al debate del grupo de manera superficial y sin aportar su experiencia o lo hace de manera poco respetuosa.
Recuperación de ideas y aportaciones del grupo	La publicación recupera aportaciones del grupo o la Comunidad de manera adecuada.	La publicación menciona de manera superficial alguna aportación del grupo o en la Comunidad.

