

1.1

¿Cómo vamos a trabajar?

Introducción

Una manera de establecer un ambiente de respeto y cooperación en el aula es formular acuerdos de trabajo en conjunto con los estudiantes. Cuando estos participan en la construcción de acuerdos, se motivan a expresar sus necesidades, a asumir la responsabilidad de su comportamiento, y generar una comunidad en donde todos desarrollen un sentido de pertenencia y disfruten el aprendizaje juntos. Este proceso será esencial para el curso de Autorregulación y para el resto de las clases en general.

¿Cuál es el objetivo de la lección?

Que usted y sus estudiantes identifiquen un conjunto de acuerdos para trabajar con sus emociones durante el curso.

¿Por qué es importante?

Porque facilita un clima positivo en el aula, fundamental para el aprendizaje.

Concepto

Clima positivo en el aula

"El poder se crea no cuando unas personas obligan a otras sino cuando voluntariamente actúan juntas unidas por un propósito común".
Hannah Arendt

¿Cómo es un salón de clases en el que sí quieres estar y que te ayuda a aprender? ¿Qué tipo de cosas hace o dice el profesor? ¿Qué hacen o dicen los compañeros? ¿Cómo te sientes en este salón? Acudir a un salón con un clima positivo promueve que todos disfruten estar ahí, se cultivan relaciones de cercanía, se fomenta el gusto por aprender y se propicia el aprendizaje.

El reto es establecer acuerdos que nos ayuden a trabajar con nuestras emociones durante el curso.

Actividad 1. ¿Cómo es un salón en el que quieres estar?

- Reflexiona por un momento en las siguientes preguntas: ¿Cómo es un salón en el que sí quieres estar? ¿Cómo te sientes? ¿Cómo nos tratamos entre estudiantes y maestros? ¿Qué cosas suceden?¹
- Realicen una lluvia de ideas completando la frase: "Un salón en el que me gusta estar, es un salón en el que"

Cuando se repita una frase o una idea márkela o subráyela.
Lee los ejemplos que comentaron los estudiantes en la ilustración:



1. Actividad adaptada de S. Hart y V. Kindle (2008), The No-Fault Classroom, Tools to Resolve Conflict and Foster Relationship Intelligence, EUA, Puddle Dancer Press.



www.sems.gob.mx/construyet

Autorregulación | 1

Orientaciones didácticas

2 min. Individual o grupal

Introducción para los estudiantes

Invite a los estudiantes a leer la introducción y la cita de la lección.

- También la puede leer usted, comentarla con sus propias palabras o leerla junto con los estudiantes. Es importante que los estudiantes tengan claro cuál será el reto de la lección, si es necesario enfatice sobre ello.

7 min. Grupal

Actividad 1:

Escriban en el pizarrón una lluvia de ideas sobre la dinámica que les gustaría tener en el salón.

- Invite al grupo a reflexionar de manera individual sobre las preguntas. Antes de compartir la lección con sus estudiantes es muy importante que usted haya reflexionado sobre estas mismas cuestiones. Tener una visión bien definida de cómo quiere que sean las interacciones en el aula le ayudará

1. S.Harty V. Kindle (2008), The No-Fault Classroom, Tools to Resolve Conflict and Foster Relationship Intelligence, EUA, Puddle Dancer Press.

a construir su propósito para enseñar y seleccionar los métodos, actividades y materiales para lograrla. Para formular esta visión reflexione: ¿Qué pasa en este salón? ¿Cómo se da el aprendizaje? ¿Cómo son las interacciones entre usted y los jóvenes y entre ellos mismos?

- Para ayudar a sus estudiantes a entender el tipo de respuesta que se espera, lean los ejemplos y comparta su propia visión del salón.
- Ejemplos de la visión del salón de otros docentes:
- Un salón donde las necesidades de todos son tomadas en cuenta, en donde se disfruta aprender y en donde resolvemos los conflictos pacíficamente.
- Un salón donde todos se sienten seguros física y emocionalmente, en donde todos sienten que pertenecen y los diferentes talentos e ideas son recibidas con respeto.
- Aliéntelos a reflexionar y a completar la frase: Un salón en el que me gusta estar es uno en el que...
- Realicen una lluvia de ideas con las opiniones de algunos voluntarios y anótenlas en el pizarrón.
- Subrayen o marquen palabras o frases que se repitan.

7 min. Grupal

Actividad 2:

Reflexionen sobre el tipo de acuerdos que necesitan para lograr esta visión en común y realicen una votación para seleccionar los acuerdos aceptados por la mayoría.

- Lea los acuerdos que se sugieren en

Actividad 2. ¿Qué tipo de acuerdos necesitaríamos para aprovechar mejor el curso? En este curso vamos a explorar nuestras emociones y vamos a aprender estrategias para regularlas. ¿Cuáles palabras y acciones suceden en este salón y cuáles no? ¿Qué hace el docente y qué hacen los estudiantes para promover un ambiente adecuado de trabajo? Realicen una votación para seleccionar de la lista los acuerdos que ayudan a que les agrade estar en este salón y completen la lista con sus propios acuerdos.

| Acuerdos | Votos a favor |
|---|---------------|
| Cuando alguien habla los demás escuchan. | |
| Se respetan las opiniones de todos. | |
| Se habla de forma respetuosa, que no ofende. | |
| Levantamos la mano para pedir la palabra. | |
| Cuando se hace la señal de silencio, todos ponemos atención a la persona que tome la palabra. | |
| Al realizar la práctica Un momento de atención, lo hacemos en silencio. | |
| | |
| | |
| | |

Reafirmo y ordeno

Si en un salón hay compañerismo, respeto, aceptación, cooperación y comunicación, el aula se convierte en un lugar en donde todos disfrutan estar y pueden aprender. Cuando los estudiantes disfrutan su estancia en el aula son más capaces de poner atención; se sienten motivados para aprender; se arriesgan a experimentar y desarrollar nuevas capacidades, y aumentan sus logros académicos.² En este curso aprenderás estrategias para regular las emociones y para que tú y tus compañeros generen un espacio de convivencia y aprendizaje constructivo.



2. P. A. Jennings y M.T. Greenberg (2009). The Prosocial Classroom: Teacher Social and Emotional Competence in Relation to Student and Classroom Outcomes. *Review of Educational Research*, 79 (1), 491–525. <http://doi.org/10.3102/0034654308325693>

la lección y voten para ver si están de acuerdo en incluirlos. Si están de acuerdo escríbanlos en la cartulina.

- Invite a sus estudiantes a crear y votar acuerdos que ellos mismos realicen.
- Puede aprovechar este momento para introducir los siguientes tres acuerdos que le ayudarán en el resto de las lecciones.
- La señal de silencio: la usará para atraer la atención del grupo. Para indicarla, levante la mano y cierre el puño. Quien lo vea también levantará la mano, la mantendrá levantada con el puño cerrado y

permanecerá en silencio en espera de que todo el grupo se dé cuenta, levante la mano, permanezca en silencio y le preste atención.

- Habla y escucha atenta: hablar desde la propia experiencia, de forma breve, sobre el tema y amablemente. Y de la misma manera escuchar con atención a la persona que habla, identificando nuestros propios impulsos a interrumpir, juzgar o planear nuestra respuesta, para evitarlos y regresar nuestra atención a la persona que habla.

Para tu vida diaria

Durante la semana ten presente estos acuerdos y cuando termine piensa si los has cumplido. Si has logrado cumplirlos, ¿en qué consideras que te han ayudado? Anota tu respuesta:

Si no lograste cumplirlos, ¿qué te impidió llevarlos a cabo? Anota tu respuesta:

¿Quieres saber más?

¿Te has preguntado cuántos problemas se pueden ahorrar si se establecen algunas reglas y acuerdos de trabajo? Te recomendamos ver la animación "El puente". Te divertirás y te servirá para reflexionar sobre la importancia del trabajo en equipo y la construcción de acuerdos para resolver situaciones de nuestro día a día.

Encuétrala en esta dirección: <http://bit.ly/2DMZ0c2>.

CONCEPTO CLAVE

Clima positivo en el aula. El "clima en el aula" es un término general que hace referencia a las condiciones que influyen en el desarrollo académico y social de los estudiantes. Algunas de sus dimensiones más importantes son "la calidad de las relaciones maestro-alumno y entre pares, las expectativas y el apoyo para el aprendizaje, el grado de conexión [empática] y seguridad que experimenten los alumnos en la escuela, y [la calidad] del espacio físico de la escuela".³ Un clima positivo en el aula será el resultado de fomentar las condiciones antes mencionadas.

3. A. Voight, y T. Hanson (2012) Summary of existing school climate instruments for middle school. REL West at WestEd. San Francisco, p. 1.

1 min. Grupal

Escribe en un minuto qué te llevas de la lección

Pida a los estudiantes que escriban en su cuaderno, o donde estén realizando las actividades, el aprendizaje más significativo de la lección. Algunas veces puede solicitarles que escriban esta reflexión en una tarjeta anónima y que se la entreguen al final de la clase. El objetivo de este ejercicio es que usted obtenga retroalimentación de sus estudiantes.

1 min. Grupal

Para tu vida diaria, ¿Quieres saber más?, Concepto Clave. Invite a sus estudiantes a poner en práctica las actividades de la sección Para tu vida diaria. Sugiera que consulten la información de las secciones ¿Quieres saber más? y del Concepto clave.

Aplicaciones para el aula y su vida diaria

La seguridad física y emocional es un requisito indispensable para el aprendizaje. Cuando el cerebro percibe peligro, ya sea emocional o físico, las áreas de la mente relacionadas con el aprendizaje y el razonamiento se paralizan. Por ello, estimular una visión en común del salón y construir los acuerdos para lograrla satisface las necesidades de los estudiantes de sentirse seguros y en un ambiente de confianza, al mismo tiempo que fortalece su sentido de pertenencia al grupo, elementos esenciales para el clima positivo del aula.

Si es posible, mantenga los acuerdos visibles dentro del salón, regrese a ellos siempre que se necesite, revíselos con el grupo, agreguen nuevos cuando se requiera o qui-

2 min. Grupal

Reafirmo y ordeno

Pregunte si a alguien le gustaría leerlo. En caso de que nadie se anime, léalo usted mismo.

- Un momento de atención: explique que durante las lecciones se realizarán actividades para fortalecer la atención de los estudiantes y, para que todo el grupo las pueda hacer, pídale que en ese momento guarden silencio.
- Si es posible, pegue la cartulina en un lugar visible del salón o mantenga los acuerdos a la mano para poder recurrir a ellos y recordarlos en el futuro.

ten los que no sirvan. Recuerde que algunos estudiantes pueden tener comportamientos habituales difíciles de cambiar, por lo cual será importante trabajar con los acuerdos como aspectos que están en desarrollo.

Cuando algún acuerdo no se cumpla, intente no juzgar al joven sino ver la manera de ayudarlo a que se dé cuenta de su hábito, de sus consecuencias y, juntos, establezcan un plan para apoyar su autorregulación.

Para saber más de este tema puede buscar en su navegador el video “*Condiciones para crear un ambiente socioemocional favorable en el aula*” o en la dirección <http://bit.ly/2r125gT>

Evaluación de la sesión

De acuerdo a las siguientes afirmaciones, seleccione la opción que refleje su opinión

| Rubro | Totalmente en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Totalmente de acuerdo |
|--|--------------------------|---------------|---------|------------|-----------------------|
| El grupo estableció los acuerdos del salón en común. | | | | | |
| Los estudiantes mostraron interés y se involucraron en la lección. | | | | | |
| Se logró un clima de confianza en el grupo. | | | | | |
| ¿Qué funcionó bien y qué efectos positivos se observaron al impartir la lección? | | | | | |
| | | | | | |
| Descripción de dificultades y áreas de oportunidad | | | | | |
| | | | | | |
| Observaciones o comentarios de la sesión | | | | | |
| | | | | | |