

Conjuego Técnico Escolar

6a Sesión Ordinaria

“Lo que pasa en el
CTE, se queda en...”

Version del juego
EL CONTAGIO

Gánate un trozo de

Flan napolitano



participando

ACTIVAMENTE

EN la sesión



DIRECTORES

CTE | ASESORÍA Y ACOMPAÑAMIENTO | CURSOS

Observa y comenta



No sabré arreglar los problemas de mi grupo, pero el Outfit para el CTE no puede faltar. Listo para darlo todo...

Despreocupado y sin conflictos con la vida, como para tener que enfrentarme a una buena arreglada solo por un CTE



Preocupado tanto por los productos del CTE, como por la comida del día del niño, festejo del 10 de mayo, estrategia para que mis alumnos mejoren su desempeño, seguimiento del niño con problemas, el regalo que nos dará el director el día del maestro..... Y por el outfit de mi amiga que no se arregló...

Seguro que lo que vendrá en el CTE será el escenario perfecto para demostrarle a mi Dire que con mi trabajo debe darme libre la semana del Día del maestro... este CTE seré una leyenda para las futuras generaciones docentes..

¿Qué profe eres en este CTE?

★ Propósitos ★

★
01

Salud y autocuidado

Promover prácticas de salud mental y autocuidado docente para fortalecer el bienestar integral de las maestras y los maestros

★
02

Planeación didáctica

Diseñar o ajustar la planeación didáctica para el siguiente periodo.

★
03

Lienamientos del CTE

Reflexionar acerca de los propósitos y funciones de los Consejos Técnicos Escolares (CTE) propuestos en los nuevos lineamientos.



DIRECTORES

CTE ASESORÍA Y ACOMPAÑAMIENTO CURSOS



Antes de entrar a los juegos



**Muéstranos tu identidad
de profesor, resolviendo
estos sencillos retos**



DIRECTORES

CTE | ASESORÍA Y ACOMPAÑAMIENTO | CURSOS

¿A qué concepto se refiere el siguiente fragmento?

La valoración que realiza el Colectivo docente sobre las condiciones educativas de la Escuela: sus retos en términos de aprendizajes y formación integral de sus estudiantes, los que enfrentan sus maestras y maestros en cuanto a sus prácticas docentes y directivas, la organización, gestión y administración de la Escuela, las condiciones de Infraestructura, el papel de madres, padres de familia y tutores, la relación con la comunidad, así como el contexto social, económico, territorial...

A

Contextualización

B

**Diagnóstico
socioeducativo**

C

Gestión escolar

¿A qué figura hace referencia el siguiente fragmento?

A la persona que realiza la planeación, programación, coordinación, ejecución y evaluación de las tareas para el funcionamiento de las Escuelas de conformidad con el marco jurídico y administrativo aplicable.



Personal con funciones de ATP



Personal con funciones de dirección



Personal con funciones de supervisión

¿Cuál de las siguientes opciones no define al docente en relación con su contribución a los procesos de enseñanza y aprendizaje?

A

Promotor

E

Atalaya

B

Coordinador



F

Investigador

C

Guía

G

Agente

D

Facilitador

H

Orientador



#1

Salud y autocuidado



COMPLETEMOS EL TEXTO

De acuerdo con la _____ (2022), “La salud _____ es un estado de _____ mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y _____ adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad. Es parte fundamental de la salud y el bienestar que sustenta nuestras capacidades individuales y colectivas para _____, establecer relaciones y dar forma al mundo en el que vivimos. La salud mental es, además, un _____ fundamental. Y un elemento esencial para el _____ personal, comunitario y socioeconómico”.

tomar decisiones

bienestar





INICIEMOS CON EL TEST

Utiliza el formulario en Drive

Anexo 1. ¿Cuido mi salud?

- Lea las prácticas de autocuidado que se enlistan, seleccione aquellas que considera lleva a cabo. (IMSS, 2023)
 - Reconozco y expreso mis emociones de manera saludable, sin ignorarlas.
 - Controlo mis emociones y no me impiden llevar a cabo mis actividades cotidianas.
 - Busco ayuda profesional si requiero apoyo para el manejo de mis emociones.
 - Tomo pequeñas pausas durante las actividades diarias para realizar ejercicios de relajación y activar el cuerpo.
 - Tengo una red de apoyo a través de la familia y amigos.
 - Evito preocuparme por cosas que aún no han sucedido, y me enfoco en aquellas que puedo trabajar en el momento presente.
 - Realizo actividades en mi tiempo libre que me gustan y disfruto.
 - Realizo 30 minutos de ejercicio al día, eligiendo una actividad que me gusta como jugar fútbol, hacer yoga, caminar, correr, etc.
 - Mantengo una dieta equilibrada, evitando comer en exceso o por debajo de lo recomendado.
 - Procuero dormir ocho horas diarias, sin interrupciones, para brindarle a mi cuerpo y mente descanso.
 - No me automedico, ni consumo sustancias o remedios sin prescripción médica.
- Responda lo siguiente:
 - ◊ En una escala del 1 al 10, ¿qué tanto cuida su salud?
 - ◊ ¿Qué prácticas de autocuidado realiza cotidianamente?, ¿cuáles no lleva a cabo?
 - ◊ ¿Qué podría hacer para mejorar sus prácticas de autocuidado? Escriba una acción que podría realizar. Por ejemplo, un docente identifica que no realiza ejercicio porque no tiene tiempo, decide que, en su trayecto casa-trabajo, se bajará del transporte unas cuerdas antes de caminar el último tramo. También, para favorecer la autorregulación de la autocontención, liberación emocional o autorrelajación, puede plantearse realizar una estrategia sencilla como la que se muestra en el video [Autocuidado Docente No 1 "Abrazo mariposa"](#).



DIRECTORES

CTE ASESORÍA Y ACOMPAÑAMIENTO CURSOS

SALUD MENTAL

Factores de riesgo y de protección

Los factores de riesgo y de protección son aspectos del ambiente o de la persona que hacen más probable (factores de riesgo) o menos probable (factores protectores) que la persona pueda desarrollar un problema específico (Centro para la Salud y Desarrollo Comunitario, 2020).



Aunque hablar de salud mental implica mucho más que referirse solamente a trastornos mentales o psicopatologías, no debemos dejar de hablar de estos y de las condiciones que pueden generarlos.



DIRECTORES

CTE ASESORÍA Y ACOMPAÑAMIENTO CURSOS

Factores de riesgo

- ✓ Fracaso académico y desmoralización estudiantil
- ✓ Déficits de atención
- ✓ Cuidar a pacientes crónicamente enfermos
- ✓ Abuso y abandono de menores
- ✓ Insomnio crónico
- ✓ Dolor crónico
- ✓ Comunicación deficiente y no asertiva
- ✓ Embarazos tempranos
- ✓ Abuso a personas adultas mayores
- ✓ Inmadurez y descontrol emocional
- ✓ Exposición a la agresión, violencia y trauma
- ✓ Conflicto familiar o desorganización familiar
- ✓ Soledad
- ✓ Bajo peso al nacer
- ✓ Enfermedad médica
- ✓ Desbalance neuroquímico
- ✓ Enfermedad mental de la madre, el padre o ambos
- ✓ Complicaciones durante el nacimiento
- ✓ Abuso de sustancias psicoactivas por parte de la madre, el padre o ambos
- ✓ Pérdida personal — duelo
- ✓ Habilidades y hábitos de trabajo deficientes
- ✓ Eventos estresantes y de mucha tensión
- ✓ Consumo de sustancias psicoactivas durante el embarazo
- ✓ Desnutrición que afecta un adecuado desarrollo de niñas y niños

Factores de protección

- ✓ Capacidad para afrontar el estrés
- ✓ Capacidad para enfrentar la adversidad
- ✓ Adaptabilidad
- ✓ Autonomía
- ✓ Estimulación cognitiva temprana
- ✓ Realizar actividad física
- ✓ Sentimientos de seguridad
- ✓ Sentimientos de dominio y control
- ✓ Crianza adecuada
- ✓ Alfabetización
- ✓ Apego positivo y lazos afectivos tempranos
- ✓ Interacción positiva entre padres e hijos
- ✓ Habilidades de resolución de problemas
- ✓ Conducta prosocial
- ✓ Autoestima
- ✓ Crecimiento socioemocional
- ✓ Manejo del estrés
- ✓ Apoyo social de la familia y amistades
- ✓ Destrezas sociales, de comunicación y de manejo de conflictos

Fuente: OMS (2004)

DIALOGUEMOS...



¿De qué manera practican el autocuidado en su día a día y cómo esto influye en su bienestar y en el trato hacia sus estudiantes?



Dada la importancia de concebir la educación y el bienestar docente como actos de corresponsabilidad entre los docentes y las autoridades educativas, ¿cómo podrían mejorarse los canales de comunicación y apoyo dentro de su escuela para fomentar el autocuidado?



¿Cómo puede, tanto en lo individual como en colectivo, desarrollar estrategias de autocuidado que favorezcan su autonomía profesional?

CONSULTA EL

MATERIAL 

COMPLEMENTARIO

No!

Establecer límites para la salud mental

Decir que “no” no es necesariamente egoísta. Cuando dices que “no” a un nuevo compromiso, estás honrando tus obligaciones existentes y asegurándote de que podrás dedicarles tiempo de alta calidad.

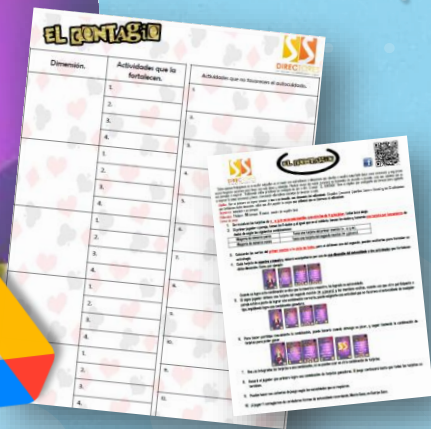


JUGUEMOS...

“El contagio”



Contáciate conociendo
todo sobre salud
mental y autocuidado



DIRECTORES

CTE ASESORIA Y ACOMPAÑAMIENTO CURSOS



#2 ajustes a la
planeación

¿Qué NNA requieren mayor apoyo o se encuentran en riesgo de reprobación o abandono escolar?, ¿se tienen identificadas las causas por las cuales se encuentran en esas situaciones?

¿En qué contenidos y procesos de desarrollo de aprendizaje las NNA han presentado mayores dificultades?, ¿qué es lo que se debe reforzar?



DIRECTORES

CTE | ASESORÍA Y ACOMPAÑAMIENTO | CURSOS



Tomemos acuerdos
con respecto a las
estrategias que
realizaremos para
atender a las NNA que
requieren **apoyos** a partir
de sus condiciones
específicas.

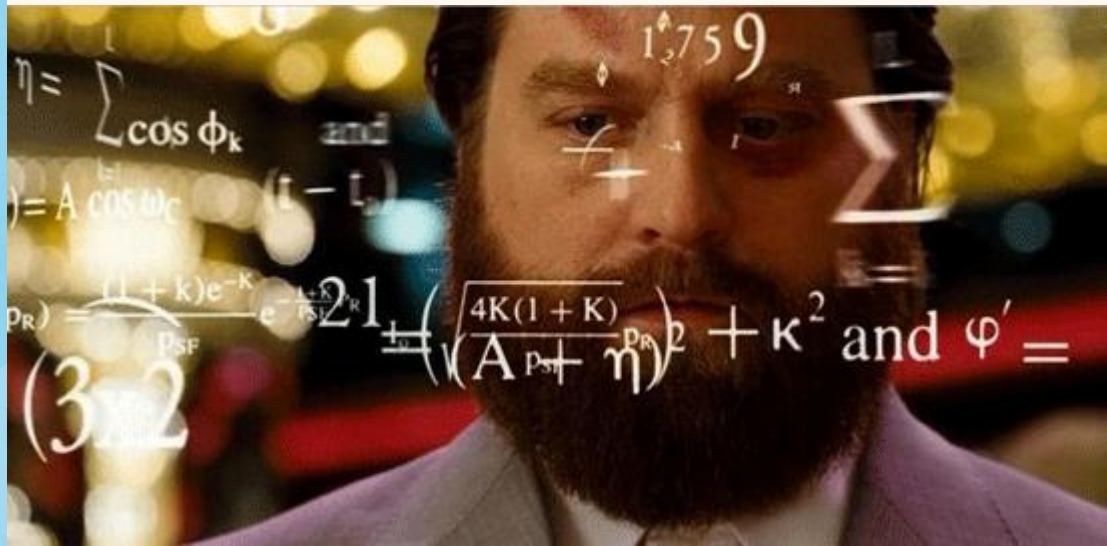
#3 Lineamientos del CTE



RECORDEMOS...

¿Cuál es el propósito del CTE y cuáles son sus funciones?

Yo con una buena idea...
para el día del niño



Lean el Capítulo II de los lineamientos de los CTE.

¿Qué **aspectos diferentes** a los que ustedes registraron se proponen como **propósitos y funciones del CTE**?

¿Qué **transformaciones** deben impulsar para que su CTE atienda a las **necesidades educativas** de la comunidad en la que se inserta su escuela?



Es hora de CONFORMAR

nuestro

Comité de Planeación y Evaluación

La intención de conformarlo en este momento es coordinar los esfuerzos del colectivo para valorar los avances en el proceso de mejora continua que están impulsando, o en su defecto comenzar a prepararlo





★ *Gracias* ★

Por utilizar los materiales de **SSDIRECTORES**

¿Te interesa algún curso o capacitación para tu centro de trabajo, zona escolar o sector educativo?

ENVÍANOS MENSAJE MEDIANTE INBOX