

CONSEJO TÉCNICO ESCOLAR

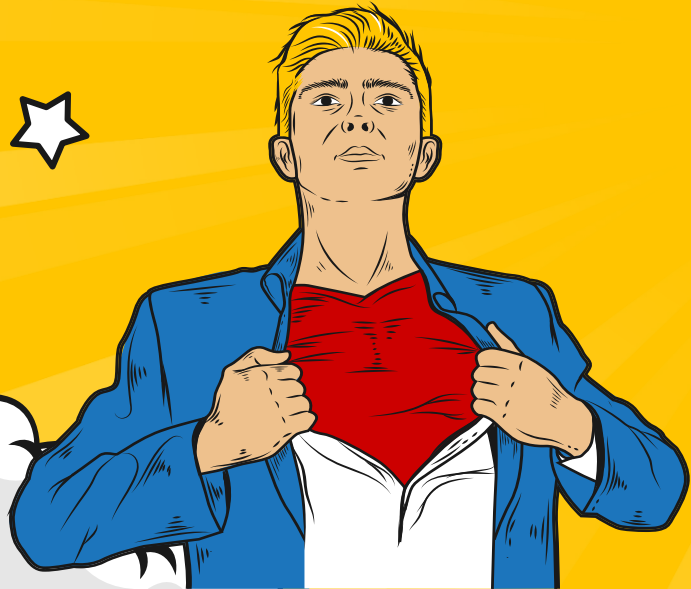
SEXTA SESIÓN
ORDINARIA

26 de abril de 2024



PRESENTACIÓN

La docencia es una profesión especializada que se reconstruye cotidianamente en las escuelas con los saberes de maestras y maestros con experiencia, pero también con los aportes de las y los docentes noveles.



Conviene reconocer que en su trabajo las maestras y los maestros están expuestos a situaciones estresantes que pueden afectar su vida laboral y personal. Revalorar el trabajo de las y los docentes implica también, reconocer los riesgos que la profesión conlleva y trabajar para superarlos.

¡Feliz día de las maestras y los maestros!

AGENDA DE TRABAJO



Salud y autocuidado docente



Construcción o ajustes a la planeación didáctica del siguiente periodo en vinculación con los LTG.



Gestión escolar.
Aproximación a los Lineamientos de los CTE



Asuntos particulares de la escuela

PROPÓSITOS



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



Diseñar o ajustar la planeación didáctica para el siguiente periodo.



Reflexionar acerca de los propósitos y funciones de los CTE propuestos en los nuevos lineamientos.





**SALUD Y
AUTOCUIDADO
DOCENTE**



De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (2022), “La salud mental es un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar 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 tomar decisiones, establecer relaciones y dar forma al mundo en el que vivimos. La salud mental es, además, un derecho humano fundamental. Y un elemento esencial para el desarrollo personal, comunitario y socioeconómico”.

En esta sesión se les propone reflexionar acerca de la salud mental y el autocuidado docente, como base del bienestar personal y también para el bienestar de las niñas, niños y adolescentes (NNA) que asisten a las escuelas de educación básica.

Se recomienda que previamente a la sesión, de manera individual analicen el **Anexo 1. ¿Cuido mi salud?**, para identificar las prácticas de autocuidado que realizan.

PDF

Anexo 1. ¿Cuido mi salud?

- Lea las prácticas de autocuidado que se enlistan, seleccione aquella(s) 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 en las 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.
 - Procuo 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.

Fragmento del texto:
Autocuidado como estandarte de docentes resilientes

Dania Villa y Herrera

Villa y Herrera, D. (2022). Autocuidado como estandarte de docentes resilientes. Enlace UIC: Revista De Investigación De La División De Posgrados De La Universidad Intercontinental, 2(4), 35-49. Recuperado a partir de <http://revistas.uic.mx/index.php/enlaceuic/article/view/5>



Observen el video del texto Autocuidado como estandarte de docentes resilientes, o bien, realicen la lectura del mismo fragmento a partir del **Anexo 2.**

PDF

Posteriormente se les propone reflexionar colectivamente en torno a la importancia del autocuidado de las y los docentes a partir de las siguientes preguntas o de las que ustedes consideren pertinentes:



¿Cómo ha cambiado su percepción sobre el rol que las maestras y los maestros han tenido?



¿De qué manera trabaja en el desarrollo de su inteligencia emocional para manejar el estrés y las emociones?

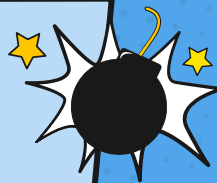


¿De qué manera practican el autocuidado en su día a día y cómo esto influye en su bienestar y en el trato hacia sus estudiantes?



¿Cómo podrían mejorarse los canales de comunicación y apoyo en su escuela para fomentar el autocuidado?

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



Para continuar se les sugiere observar el video Recomendaciones prácticas para el autocuidado, retomado de **Un libro sin recetas, para la maestra y el maestro**. Fase 6, (pp. 169-172). También pueden consultar la Infografía del texto

A partir de esta actividad pueden reflexionar en torno a las siguientes cuestiones:



Con lo reflexionado hasta el momento, establezcan compromisos de autocuidado a nivel personal y en colectivo



INDIVIDUALMENTE

Retomen el análisis de las prácticas de autocuidado que realizaron previo a la sesión (Anexo 1) y de manera voluntaria, compartan al colectivo una acción que se comprometen a realizar para favorecer su salud.

VS



EN COLECTIVO

Enfóquense en los factores de su entorno laboral sobre los que ustedes pueden influir y definan una estrategia que puedan implementar para que su escuela sea un ambiente protector.

**CONSTRUCCIÓN O AJUSTES A LA
PLANEACIÓN DIDÁCTICA DEL
SIGUIENTE PERIODO EN
VINCULACIÓN CON LOS LTG**



En este punto de la agenda se les propone avanzar en el diseño de su planeación didáctica. Para este periodo del ciclo escolar es conveniente que incorporen estrategias para atender a las alumnas y los alumnos que se encuentren en riesgo de reprobación o abandono. Analicen los resultados disponibles hasta el segundo periodo e identifiquen:



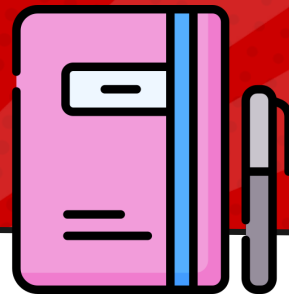
¿En qué **contenidos y procesos de desarrollo de aprendizaje** las NNA han presentado mayores dificultades?, ¿qué es lo que se debe reforzar?



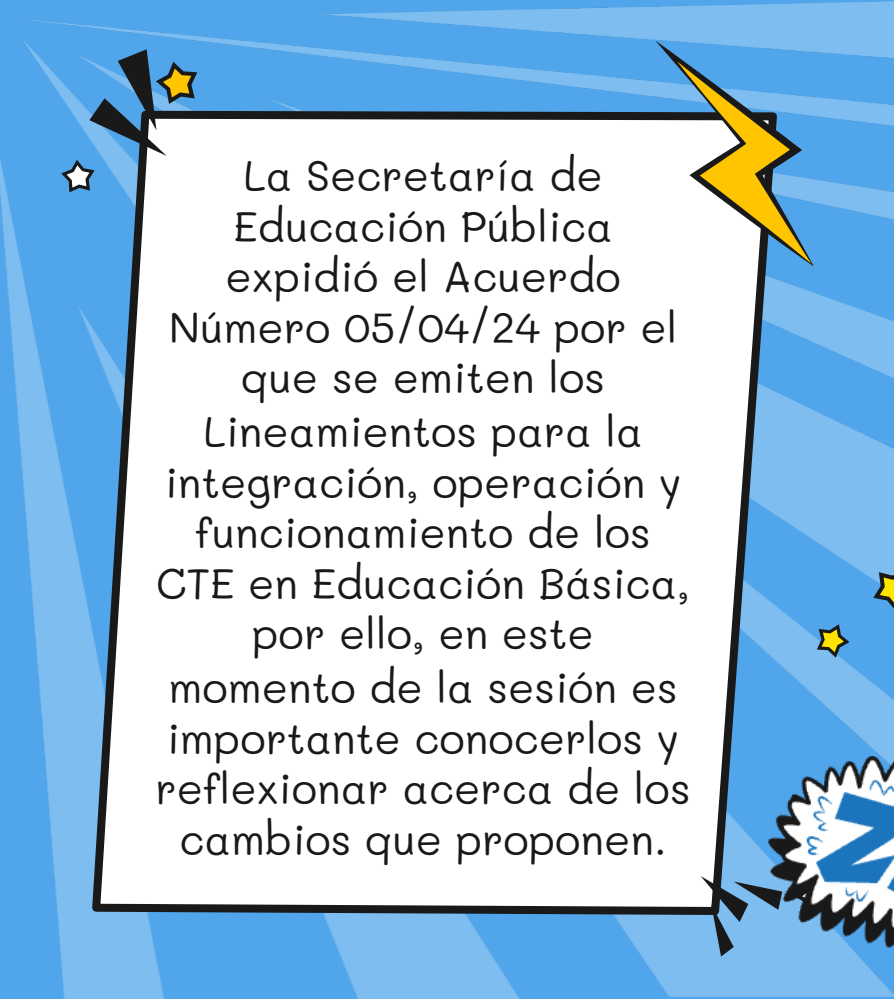
¿**Qué NNA requieren mayor apoyo** o se encuentran en riesgo de reprobación o abandono escolar?, ¿se tienen identificadas las causas?



¿**Qué estrategias pueden implementar** para apoyar a estas NNA?, de manera particular, ¿qué acciones pueden realizar para apoyar a quienes cursan el último grado?



**GESTIÓN ESCOLAR.
APROXIMACIÓN A
LOS LINEAMIENTOS
DE LOS CTE**



La Secretaría de Educación Pública expidió el Acuerdo Número 05/04/24 por el que se emiten los Lineamientos para la integración, operación y funcionamiento de los CTE en Educación Básica, por ello, en este momento de la sesión es importante conocerlos y reflexionar acerca de los cambios que proponen.



Antes de revisar los lineamientos de los CTE, se les sugiere que mediante una lluvia de ideas comenten, a partir de las concepciones que ustedes tienen, **¿cuál es el propósito del CTE y cuáles son sus funciones?** Registren las ideas principales que hayan manifestado.

A continuación, lean el Capítulo II de los lineamientos de los CTE, que se presenta en el Anexo 3.



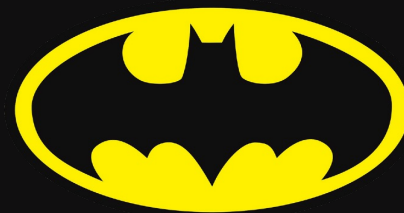
Contrasten las ideas que plantearon inicialmente con lo que se propone en los lineamientos y reflexionen acerca de:



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



¿De qué manera se vinculan los propósitos del CTE con lo que propone el Plan de Estudio 2022?



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

REVISEN

Capítulo V

Y conformen el **Comité de Planeación y Evaluación** de la escuela.

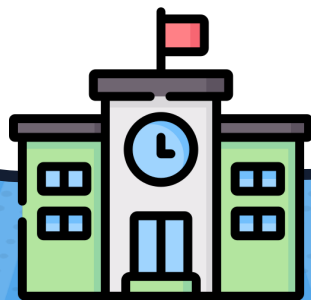


Resumen Acuerdo
05/04/24

Tengan presente que el transitorio Tercero del Acuerdo 05/04/24 establece que el Consejo Técnico Escolar de cada escuela de educación básica conformará su correspondiente **Comité de Planeación y Evaluación**, durante la sesión ordinaria inmediata posterior a la publicación de los lineamientos.

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.

**ASUNTOS
PARTICULARES
DE LA ESCUELA**



En este momento de la sesión aborden los asuntos educativos de interés para el colectivo.



Como en ocasiones anteriores, a las escuelas secundarias en todas sus modalidades, les recordamos la importancia de continuar con la **Estrategia en el aula. Si te drogas, te dañás**, con carácter preventivo, nacional y permanente, a partir de intervenciones didácticas en las aulas al menos tres veces a la semana.



También fortaleceremos las acciones de **Vida saludable** en dos sentidos: la importancia de una alimentación sana, libre de productos ultraprocesados y de actividades físicas y deportivas.



Finalmente, continuamos con actividades de la **Estrategia Nacional de Lectura**, principalmente con miércoles de lectura, retos lectores, efemérides y actividades de visitas a bibliotecas