

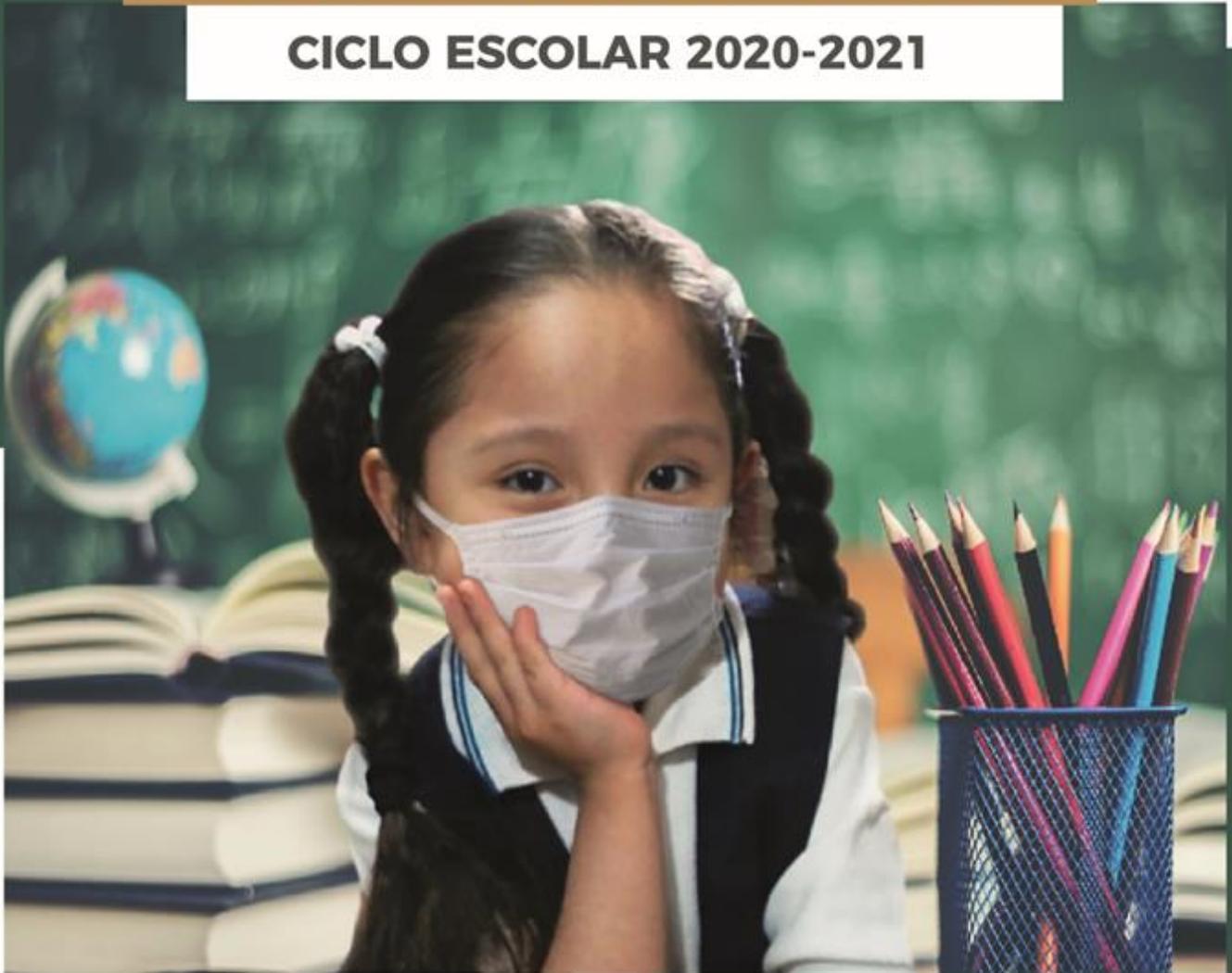


GOBIERNO DE
MÉXICO

EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

EDUCACIÓN PREESCOLAR, PRIMARIA Y SECUNDARIA

CICLO ESCOLAR 2020-2021



CONSEJO TÉCNICO ESCOLAR
7ª SESIÓN ORDINARIA

GUÍA DE TRABAJO



Consejo Técnico Escolar. Séptima Sesión Ordinaria. Ciclo Escolar 2020-2021. Educación Preescolar, Primaria y Secundaria. La guía de trabajo fue elaborada por la Dirección General de Gestión Escolar y Enfoque Territorial, adscrita a la Subsecretaría de Educación Básica de la Secretaría de Educación Pública.

Secretaría de Educación Pública

Delfina Gómez Álvarez

Subsecretaría de Educación Básica

Martha Velda Hernández Moreno

Dirección General de Gestión Escolar y Enfoque Territorial

Gustavo Sánchez Moreno

Dirección General de Desarrollo Curricular

Dirección General de Materiales Educativos

Marx Arriaga Navarro

Dirección General de Educación Indígena, Intercultural y Bilingüe

Alfonso Hernández Olvera

ÍNDICE

	Página
PRESENTACIÓN	4
RECOMENDACIONES PARA EL DESARROLLO DE LA SESIÓN A DISTANCIA	6
AGENDA DE TRABAJO	7
PROPÓSITOS, MATERIALES Y PRODUCTOS	8
ACTIVIDADES SUGERIDAS	9
I CONTINUEMOS TRABAJANDO CON LAS EMOCIONES	9
II RUMBO AL CIERRE DEL CICLO ESCOLAR	16
ANEXO 1. GLOSARIO	24
ANEXO 2. LISTADO DE FICHAS DE EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL	26
ANEXO 3. TÉCNICAS PARA EL MANEJO DE EMOCIONES	28
ANEXO 4. ¿EN QUÉ CONSISTE LA TÉCNICA PARAR?	29
ANEXO 5. PROPUESTA DE FICHA DESCRIPTIVA PARA LAS ALUMNAS Y ALUMNOS	30
ANEXO 6. DIPLOMADO VIDA SALUDABLE	31
MATERIAL COMPLEMENTARIO	32

PRESENTACIÓN

La Secretaría de Educación Pública, a través de la Subsecretaría de Educación Básica, pone a disposición de los colectivos docentes la Guía de trabajo correspondiente a la Séptima Sesión Ordinaria de Consejo Técnico Escolar (CTE).

En este momento, casi al cierre del ciclo escolar 2020-2021 y en el contexto de aprendizaje a distancia y las nuevas realidades que experimenta nuestro alumnado y sus familias, resulta relevante sistematizar la información en torno a su desarrollo personal, el ambiente familiar, las condiciones de bienestar o problemáticas que enfrentan en sus hogares, sus niveles de comunicación y participación, entre otros. Todo con la finalidad de identificar las condiciones para el aprendizaje, cómo esto repercute en su formación integral y en las áreas de mejora pendientes. Por otra parte, también es importante que cada integrante del colectivo docente asuma que ha estado expuesto a estados emocionales, que de alguna forma influyen en su bienestar, su trabajo y en sus formas de intervención.

Con la finalidad de reflexionar en torno a estos aspectos, la presente Guía de trabajo para la Séptima Sesión Ordinaria de Consejo Técnico Escolar se ha organizado en dos apartados: en el primero, **I. CONTINUEMOS TRABAJANDO CON LAS EMOCIONES**, se propone revisar los avances de la estrategia para favorecer la gestión de emociones, la empatía y la resiliencia, que han venido trabajando desde la Quinta Sesión de CTE, para fortalecerla—en los colectivos que han tenido la oportunidad de generarla— o bien tomar acuerdos para implementar algunas acciones, en aquellos colectivos que no tuvieron avances en la concreción de la misma.

En el segundo apartado, **II. RUMBO AL CIERRE DEL CICLO ESCOLAR**, se propone al colectivo docente que reúna la información que tiene sobre su alumnado y que la complemente mediante un cuestionario para conocer la opinión de las alumnas y los alumnos, así como de sus familias

respecto a su experiencia en este periodo. Se sugiere que el colectivo docente acuerde la elaboración de fichas descriptivas de sus estudiantes y comience a realizarlas, en especial de quienes están en riesgo de no alcanzar los aprendizajes esperados fundamentales, con información útil para los docentes que los atenderán el siguiente ciclo escolar; así como la elaboración de una ficha general del grupo.

Esta sesión se realizará de manera virtual¹ o presencial, según sea el caso, por lo que es fundamental que todos los integrantes del colectivo revisen previamente la Guía y realicen las actividades individuales y en equipos antes de la sesión plenaria, para que las videoconferencias se destinen a compartir los criterios, producciones o análisis generados y a la toma de acuerdos.

Es importante reiterar que esta Guía es una propuesta flexible; y, como tal, debe ser enriquecida con las experiencias y los conocimientos de docentes, directivos y otras figuras educativas. Además, es deseable que se adapte a las condiciones en las que cada colectivo brinda el servicio educativo, por lo que las actividades y productos que se proponen deben servir para orientar la reflexión y concretar las propuestas que surgen del diálogo profesional del colectivo y no como instrumentos de control administrativo.

Maestras y maestros, confiamos en que la Séptima Sesión Ordinaria del Consejo Técnico Escolar resulte en beneficio de la labor que día a día desarrollan con niñas, niños y adolescentes (NNA) de todas las regiones y comunidades de nuestro país.

¹ En las regiones del país que se ubiquen en semáforo epidemiológico verde, o bien, en aquellas que estando en semáforo de riesgo epidémico amarillo hayan constituido escuelas como Centros de Aprendizaje Comunitario, la sesión del Consejo Técnico Escolar podrá realizarse de manera presencial, solo si la autoridad educativa local así lo determina; si el personal docente y directivo considera que no se pone en riesgo la salud de ninguno de sus integrantes y solo si es posible garantizar la aplicación de medidas de prevención, higiene y sana distancia. Estas medidas incluyen: garantizar que ningún miembro del colectivo docente que presente síntomas de enfermedad respiratoria o que conviva con una persona que esté enferma de COVID-19, asista a la reunión; realizar el lavado de manos al ingreso a la escuela y de manera frecuente durante la jornada; usar cubreboca durante toda la jornada, y mantener una distancia de por lo menos 1.5 metros entre los participantes.

RECOMENDACIONES PARA EL DESARROLLO DE LA SESIÓN A DISTANCIA

La Guía está diseñada para llevarse a cabo a distancia. Sin embargo, en las escuelas que cuenten con las condiciones para desarrollarla de forma presencial habrá que hacer los ajustes correspondientes. Con la finalidad de optimizar el tiempo, se recomienda realizar las actividades en tres momentos distintos: trabajo individual y en equipos –los cuales se propone que se realicen de forma previa a la sesión virtual– y; trabajo en plenaria, donde se tomarán decisiones y se establecerán acuerdos en colectivo.

Se sugiere tomar en cuenta las siguientes reglas para el trabajo en línea:

- a. Iniciar puntualmente. Se recomienda conectarse diez minutos antes de la hora programada para evitar retrasos.
- b. Dejar encendida su cámara durante toda la sesión.
- c. **Mantener su micrófono apagado** mientras otros hablan.
- d. Utilizar la herramienta de “levantar la mano” para pedir la palabra. Es recomendable nombrar un moderador que organice las participaciones y ceda la palabra.
- e. **Revisar previamente la Guía y realizar las actividades para el trabajo individual.**
- f. Tener al alcance su cuaderno de notas para registrar las ideas relevantes que compartan con el colectivo.
- g. Designar a un relator para que registre en un archivo de texto o en el cuaderno de bitácora los acuerdos a los que lleguen como colectivo.
- h. Recapitular los acuerdos registrados y compartirlos con el colectivo por correo electrónico.
- i. Evitar conversaciones privadas durante la reunión que los distraigan durante la sesión.

AGENDA DE TRABAJO

TEMA	MODALIDAD	TIEMPO
<p>I. CONTINUEMOS TRABAJANDO CON LAS EMOCIONES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Revisión de los propósitos, materiales y productos - Comentarios al video con el mensaje de la C. Secretaria de Educación Pública - Favorezcamos la regulación emocional para lograr bienestar 	<p>Trabajo en plenaria</p> <p>Trabajo en plenaria</p> <p>Trabajo individual, en equipos y en plenaria</p>	<p>50%</p>
<p>II. RUMBO AL CIERRE DEL CICLO ESCOLAR</p> <ul style="list-style-type: none"> - Descripción de los avances y áreas de mejora de nuestras alumnas y alumnos 	<p>Trabajo individual, en equipos y en plenaria</p>	<p>50%</p>

PROPÓSITOS, MATERIALES Y PRODUCTOS

Propósitos

Que el colectivo docente:

- Dé continuidad a las acciones realizadas para favorecer el bienestar de la comunidad escolar, a través de su estrategia de gestión de las emociones, la empatía y la resiliencia (en el caso de los colectivos que pudieron realizarla) y la enriquezcan con actividades para la regulación de emociones.
- Recupere y analice la información con la que cuenta de sus alumnas y alumnos acerca de sus aprendizajes, el nivel de comunicación que mantuvieron y otros aspectos relevantes durante el periodo de aprendizaje en casa, que les permita realizar fichas descriptivas de sus avances y áreas de mejora.

Materiales

- Estrategia para la gestión de emociones y desarrollo de la resiliencia y empatía de la Sexta Sesión Ordinaria de CTE (en caso de que su colectivo haya tenido la oportunidad de integrarla y aplicarla).
- Video: *Alike*. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=kQjtK32mGJQ>
- Registros con información de sus estudiantes, que den cuenta de la situación de sus aprendizajes, formas de comunicación, estado socioemocional, ambiente familiar para el aprendizaje, entre otros.

Productos

- Estrategia de gestión de las emociones, la empatía y la resiliencia, enriquecida con técnicas para la regulación de emociones. De no contar con la misma, es momento de comenzar su planeación y aplicación.
- Ficha descriptiva del grupo que atiende.
- Ejemplo de Ficha descriptiva de una alumna o alumno que se encuentre en riesgo de no alcanzar los aprendizajes fundamentales esperados.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

1. **Revisen** la presentación, los propósitos, los productos esperados y la agenda de trabajo para esta sesión. Tomen acuerdos que les permitan organizar las actividades y hacer un uso eficiente del tiempo.
2. **Observen** el mensaje de la Secretaria de Educación Pública, Delfina Gómez Álvarez, y compartan sus opiniones, así como sus comentarios acerca de las ideas clave expuestas.

I. CONTINUEMOS TRABAJANDO CON LAS EMOCIONES

En las últimas sesiones ordinarias de CTE, han reflexionado acerca de la importancia del aspecto socioemocional para favorecer el bienestar² y el aprendizaje de sus alumnas y alumnos.

Reconocieron que existen diferencias entre las emociones y los estados emocionales. Algunas emociones básicas que los seres humanos experimentamos son: alegría, tristeza, miedo y enojo; y cuando se extienden por más tiempo se convierten en un sentimiento (estado emocional) como puede ser la angustia, la frustración, la inseguridad, entre otros.

También reconocieron que cuando somos capaces de recurrir al sentido del humor, confiamos en nosotros mismos o tenemos ideas positivas sobre el futuro podemos no solo resistir la adversidad, sino salir fortalecidos de ella (resiliencia).

En suma, han reflexionado acerca de la importancia de favorecer el desarrollo socioemocional de sus estudiantes, como un aprendizaje relevante para la vida presente y futura de sus niñas, niños y adolescentes (NNA).

Todo ello es congruente con lo que establece el Plan y los Programas de estudio:

² Consultar el glosario en el Anexo 1 de esta Guía.

"En particular se busca que los alumnos [...], desarrollen habilidades y estrategias para la expresión e identificación consciente de las emociones, la regulación y gestión de las mismas, el reconocimiento de las causas y efectos de la expresión emocional; así como adquirir estrategias para trabajar la tolerancia a la frustración y lograr postergar las recompensas inmediatas. Con ello se busca que los alumnos comprendan y aprendan a lidiar de forma satisfactoria con los estados emocionales impulsivos o aflictivos, y logren hacer de la vida emocional un detonante para la motivación, el aprendizaje y la construcción de relaciones sociales respetuosas y positivas a través del diálogo"³.

Considerando lo anterior, en el primer momento de esta sesión, se propone dar continuidad a las acciones realizadas para favorecer el bienestar de la comunidad escolar, a través de su estrategia de gestión de las emociones, mediante el análisis de lo que han realizado y ha funcionado; lo que es posible implementar en la modalidad a distancia, así como de la exploración de algunas actividades para trabajar la regulación de emociones⁴.



Actividades para trabajar en forma individual, antes de la sesión en línea

Se recomienda que las actividades individuales se realicen antes de la plenaria virtual. Se sugiere hacer las reflexiones y realizar los registros propuestos y conservarlos para compartirlos en equipo o al colectivo docente, según sea el caso, en el momento oportuno.

Favorezcamos la regulación emocional para lograr bienestar

- 3. Recupere** las acciones que haya realizado en el marco de su estrategia para la gestión de emociones y el desarrollo de la empatía y la resiliencia – en caso de que usted y su colectivo hayan tenido oportunidad de implementarla– y reflexione:

³ SEP, (2017). *Aprendizajes clave para la educación integral. Plan y programas de estudio para la educación básica*. México, SEP, p.441

⁴ Consultar glosario en el Anexo 1 de esta Guía.

- ¿Cómo le ayudaron las acciones realizadas a mejorar su propio estado emocional?
- ¿Cómo expresan las NNA sus emociones?, ¿en qué situaciones muestran alegría, miedo, enojo, tristeza? y, ¿qué hacen para sentirse mejor?
- ¿De qué forma ha procurado que sus educandos expresen, reconozcan y reflexionen sobre las emociones que presentan?
- ¿Qué indicadores le permiten reconocer si los estados emocionales de sus estudiantes han mejorado?

Recuerde que no es necesario contestar puntualmente cada pregunta, solo escriba las ideas principales de su reflexión para compartirlas en el trabajo de equipo.



Actividades para trabajar en equipo, por grado, ciclo o asignatura

Estas actividades están diseñadas para que colegas que imparten el mismo grado, ciclo o asignatura intercambien experiencias sobre aspectos específicos de la práctica docente y, a partir de ese diálogo y reflexión, construyan visiones comunes, realimenten su trabajo y tomen decisiones para ponerlas a consideración del colectivo.

4. **Observe** el siguiente video y reflexione a partir de las preguntas:

- ¿Cómo cambió el estado emocional del niño durante la historia?, ¿qué influyó en su transformación?
- Piense en las niñas, niños o adolescentes que atiende, ¿qué situaciones les producen preocupación o frustración?, ¿qué les interesa y motiva a aprender?

VIDEO ALIKE



<https://www.youtube.com/watch?v=kQitK32mGJQ>

5. **Compartan** al interior de su equipo, sus ideas en torno al video anterior y **reflexionen** a partir de los siguientes fragmentos. Tomen nota de las ideas más relevantes que identifiquen.

Saber que podemos controlar la intensidad y la forma en que reaccionamos ante una emoción nos permite regularla. Por ejemplo, cuando sentimos enojo en lugar de gritar o insultar, mantenemos la calma y expresamos lo que sentimos, así como las razones por las que lo sentimos. Eso nos coloca en un estado en el que no “perdemos la cabeza” y prevenimos situaciones de las que después nos podemos arrepentir. No se trata de ignorar, disfrazar o disimular lo que sentimos, sino de manejar nuestros detonadores emocionales, mientras analizamos la situación y la entendemos en su justa medida para reaccionar de la mejor manera; es decir, con conciencia y control de nuestras respuestas emocionales. Con ello, nos evitaríamos muchos problemas, ¿no crees?

*Programa ConstruyeT. Lección 3.4, “Ahorrarnos algunos problemas”
Disponible en: <https://bit.ly/2S44ZEv>*

Es muy importante no confundir la regulación de las emociones con la represión de las mismas, ya que el experimentar emociones de forma consciente es fundamental para poder generar una conducta reflexiva en lugar de impulsiva.

[...] La capacidad de autorregulación se puede cultivar mediante prácticas que produzcan un cambio en los procesos perceptuales y cognitivos asociados a esta capacidad, tales como la atención y la conciencia de las propias sensaciones y pensamientos, para expresar respuestas emocionales apropiadas y evitar respuestas impulsivas

SEP, (2017). Aprendizajes clave para la educación integral. Plan y programas de estudio para la educación básica. México, SEP, p. 545

- ¿Cómo favorecer en ustedes y en sus estudiantes la expresión y reflexión sobre las emociones aflitivas?
- ¿Cómo podrían apoyar las familias a sus hijas e hijos a regular sus emociones?

6. **Analicen** si en su estrategia para la gestión de emociones, la empatía y la resiliencia, ya han considerado alguna actividad para la regulación de emociones, en ustedes, sus estudiantes y familias. En caso necesario, **enriquezcanla** incluyendo alguna que conozcan.



Tomen nota de las acciones que les ayuden a mejorar su estrategia para compartirlas en plenaria.

En otro momento consulten:

El **Anexo 1** donde se presenta un Glosario con algunas definiciones relacionadas con la regulación de emociones; el **Anexo 2**, que incluye un listado de Fichas de Educación Socioemocional con la selección de algunos programas de televisión de **Aprende en casa**, del área de educación socioemocional; el **Anexo 3**, con dos técnicas para el manejo de emociones y; el video **Carola y Agustín: ¿cómo manejar nuestra ira?**, que les aportará ideas concretas para trabajar la regulación de emociones con sus estudiantes y está disponible en:

<https://www.youtube.com/watch?v=oPbIEDjHSJI>



Actividades para trabajar en sesión plenaria

Este es el momento de mayor riqueza, pues los trabajos en plenaria permitirán al colectivo docente compartir reflexiones y concretar los propósitos de la sesión al tomar decisiones, establecer acuerdos, elaborar productos finales y organizar las actividades subsecuentes.

7. **Revisen** la siguiente actividad⁵, si están en condiciones, aplíquena como una forma de practicar la regulación de emociones.

⁵Se conoce como la técnica **PARAR**, cuyo nombre es un acrónimo de los pasos a seguir cuando se experimentan emociones no gratificantes o impulsivas. Pueden consultar la descripción en el **Anexo 4** de esta guía.

Quien coordine la sesión dará las instrucciones:

- 1) Cierren los ojos.
- 2) Realicen tres inhalaciones profundas.
- 3) Recuerden algún momento en el que hayan experimentado una emoción desproporcionada, fuera de contexto o que los llevó a actuar de manera destructiva. Elijan una situación que no sea demasiado compleja: una discusión con un amigo, mucho cansancio, agobio frente al trabajo, angustia por la pandemia, etcétera).
- 4) Recreen mentalmente la situación en la que generalmente se presenta dicha emoción y tan sólo déjenla surgir:
 - ✓ Cuando la emoción se haya recreado, dejen de prestar atención a lo que la originó y concéntrense en las sensaciones corporales que experimentan. ¿Qué notan?, ¿hay algún cambio de temperatura o tensión?, ¿dónde sienten el cambio, en el rostro, en el cuello, en los hombros, en las manos, en el pecho o en el estómago?
 - ✓ Observen cómo cambian estas sensaciones.
 - ✓ Intenten relacionarse con la emoción sintiéndola en el cuerpo. Tan sólo descansen en las sensaciones físicas mientras respiran. En cuanto noten que su atención se ha distraído con ideas, imágenes mentales o ruidos, simplemente regresen la atención a las sensaciones en el cuerpo.
 - ✓ Suelten todo el esfuerzo, dejen que su mente descanse tal como está y concluyan el ejercicio.

Fin del ejercicio.

De manera voluntaria compartan sus respuestas a las siguientes preguntas:

- ✓ Describa la experiencia que recordó al estar bajo el control de la emoción.
- ✓ ¿Qué sucede con la emoción cuando logra atender las sensaciones que provoca en el cuerpo?

Actividad adaptada de la lección 11.1 *Si te acuerdas, aplica PARAR y regresa la atención al cuerpo* del Programa ConstruyeT. Disponible en: <https://www.construyet.org.mx/lecciones/estudiantes/autoconocimiento/11/estrategias-para-regular-las->

Preguntas de reflexión:

- ¿De qué manera puede beneficiarlos a ustedes y a sus NNA utilizar **PARAR** y regresar a las sensaciones del cuerpo cuando experimentan una emoción que genera reacciones impulsivas?
 - ¿Qué otras actividades para la regulación de emociones conocen? Si está a su alcance, enriquezcan su acervo de actividades con otras que conozcan o indaguen y compártanlas con sus compañeras y compañeros.
- 8. Compartan** las ideas que trabajaron en equipos sobre la conveniencia de favorecer en ustedes y en sus educandos la expresión y reflexión acerca de las emociones aflictivas, así como las técnicas o actividades para favorecer su regulación y enriquecer su estrategia (actividad **6**). Tomen acuerdos sobre lo que realizarán en el ámbito personal y en su trabajo cotidiano como docentes para contribuir al desarrollo de capacidades para la gestión de emociones y mejorar el bienestar y la convivencia.



Recuerden que, si su colectivo no ha podido desarrollar una estrategia para la gestión de emociones y desarrollo de la empatía y resiliencia, pueden empezar a proponerla o plantear algunas acciones, ya que les servirá para apoyar a sus NNA en sus estados socioemocionales, tanto en lo que queda de este ciclo escolar, como para empezar el siguiente, sobre todo si se regresa a clases presenciales.

II. RUMBO AL CIERRE DEL CICLO ESCOLAR

A lo largo de este ciclo escolar, de acuerdo con las condiciones de pandemia y el aprendizaje en casa de cada NNA, el colectivo docente ha desarrollado actividades y dado seguimiento a los avances y necesidades educativas de sus alumnas y alumnos, haciendo énfasis en quienes mantienen una comunicación sostenida, pero se encuentran en riesgo de no alcanzar los aprendizajes esperados y, en casos más limitados, con aquellos con los que se mantiene una comunicación intermitente o nula.

Con mayor o menor éxito, pero con entusiasmo y profesionalismo, se ha procurado brindar el servicio educativo a todas las NNA y se han logrado avances notables a pesar de las condiciones diversas, pero ante la proximidad de la conclusión del ciclo escolar, es importante contar con información que dé certeza y claridad a todos los integrantes del colectivo docente y familias acerca de los aprendizajes alcanzados y lo que falta por consolidar a cada NNA, considerando el nivel de comunicación que mantuvieron, el contexto familiar y las capacidades de los educandos.

Recordemos que la evaluación es más que la asignación de una calificación; para que sea justa y congruente con cada realidad, debe ser comparada con elementos observables y objetivos recuperados de diversas fuentes sobre los aprendizajes, conocimientos y habilidades que adquieren las NNA, tomar en cuenta las dificultades, los esfuerzos empeñados y sus condiciones particulares.

Por ello, en este apartado se propone **dar comienzo** a la elaboración de fichas que describan los aprendizajes que adquirieron y otros aspectos relevantes de cada una de las NNA, en particular de quienes se encuentran en riesgo de no alcanzar los aprendizajes fundamentales esperados del grado que cursan; asimismo, permita a las y los docentes establecer un diálogo entre ellos mismos y con las familias que garantice la claridad acerca de los aprendizajes alcanzados y, a sus educandos, apreciar y comprometerse en su propio avance.



Actividades para trabajar de forma individual, antes de la sesión en línea

Descripción de los avances y áreas de mejora de nuestras alumnas y alumnos

9. Lea el siguiente fragmento del Acuerdo número 26/12/20 por el que se establecen las orientaciones pedagógicas y los criterios para la evaluación del aprendizaje para la educación preescolar, primaria y secundaria en el periodo de contingencia sanitaria generada por el virus SARS-CoV2 (COVID-19) para el ciclo escolar 2020-2021.⁶

1. **Dar prioridad a la función formativa de la evaluación.** La información obtenida mediante la evaluación es la base para identificar y modificar aquellos aspectos del proceso que obstaculizan el logro de los propósitos educativos; ello implica pasar a segundo término su papel en la asignación de calificaciones.
2. **Indagar en diversas fuentes para obtener información sobre el aprendizaje y emplear estrategias complementarias.** Por ejemplo:
 - Opinión de las alumnas y los alumnos sobre sus propios aprendizajes (autoevaluación), así como el de madres y padres de familia o tutores, quienes, en la medida de sus posibilidades, han asumido un rol muy activo en el proceso educativo de las y los educandos.
 - Tareas y actividades sobre los aprendizajes esperados encargadas a las alumnas y los alumnos, realizadas y entregadas por medios digitales o impresos.
 - Saberes adquiridos, durante el periodo de la contingencia sanitaria, que no se consignan explícitamente en el programa de estudio, pero que constituyen aprendizajes relevantes para la vida. Estos saberes pueden ser obtenidos mediante narraciones orales de experiencias.
3. **Valorar los avances a partir de los puntos de partida de cada educando.** Una evaluación justa toma como parámetro el punto de partida de la alumna y el alumno, antes de la intervención pedagógica, y no sólo el resultado final esperado; así, se considerarán como positivos los avances parciales, aun cuando no se alcanzará el resultado ideal. En particular, debe ser reconocido el esfuerzo de las alumnas y los alumnos en acciones promovidas por el titular de grupo o asignatura, en la estrategia "Aprende en Casa II" o en aquellas emprendidas por iniciativa propia.

⁶ ACUERDO número 26/12/20 por el que se establecen las orientaciones pedagógicas y los criterios para la evaluación del aprendizaje para la educación preescolar, primaria y secundaria en el periodo de contingencia sanitaria generada por el virus SARS-CoV2 (COVID-19) para el ciclo escolar 2020-2021, publicado en el Diario Oficial de la Federación el 28 de diciembre de 2020.

- ¿Qué opina de la frase “evaluar para aprender”?, ¿qué tiene que ver con la mejora de las prácticas de enseñanza?
- ¿Cuándo usted revisa las calificaciones previas de una alumna o alumno al que no conoce, qué le dicen los números?, ¿qué otra información necesitaría para apoyar a sus estudiantes? En el caso de preescolar, ¿qué le dicen las observaciones plasmadas en la boleta?
- ¿A qué fuentes de información se remite al valorar los avances de sus educandos?

10. Recuperar aquellos instrumentos y fuentes de información de sus estudiantes, que den cuenta de la situación de sus aprendizajes; sus capacidades y necesidades; las formas de comunicación; su estado socioemocional, ambiente familiar, entre otros aspectos relevantes, por ejemplo:

- Resultados de evaluación de cada periodo y las observaciones correspondientes.
- Semáforos de aprendizaje, cuadros comparativos, observaciones sobre el desarrollo de habilidades básicas y socioemocionales.
- Listado de las alumnas y los alumnos que se encuentran en situación de riesgo y que requieren mayor apoyo, con comunicación sostenida o intermitente.
- Listado de alumnas y alumnos con información insuficiente de su aprendizaje y sin comunicación (actualizado).
- Opinión de las alumnas y los alumnos sobre sus aprendizajes, así como de madres, padres o tutores.
- Otras fuentes que le reporten información valiosa acerca de la situación de sus educandos.

Con base en los instrumentos seleccionados elabore una **Ficha descriptiva** breve relacionada con las fortalezas y áreas de mejora de su grupo. También puede incluir recomendaciones u otros rubros que considere relevantes. Por ejemplo:

Fortalezas:

- La mayoría de las alumnas y alumnos participó en las actividades a distancia y cumplieron con sus actividades de aprendizaje. Los padres colaboran atendiendo de forma directa a sus hijas e hijos.
- Resuelven operaciones básicas de forma mental con fluidez, aunque hay una parte del grupo que aún tiene dificultades para realizarlas.
- ...

Áreas de mejora:

- Una parte del grupo, que participó de forma intermitente en las actividades de aprendizaje, muestra un bajo dominio de los contenidos de aprendizaje que se abordaron.
- Una tercera parte del grupo muestra dificultades para transmitir un sentido comunicativo claro en sus mensajes escritos.
- ...

Recomendaciones:

- Formar equipos que permitan, a distancia o de forma presencial, el intercambio de mensajes y lecturas, con la intención de que logren comunicarse de forma clara y concisa.
- Propiciar actividades que permitan la expresión de emociones, su identificación y la reflexión en torno a las mismas con la intención de fortalecer las habilidades socioemocionales.
- ...

Alumnos en riesgo de no alcanzar los aprendizajes fundamentales:

- Ernesto González Ávila
- Luis Crescencio Fuentes Fraustro
- Claudia Villaseñor Gómez
- ...

Resultados generales de aprovechamiento escolar en el segundo periodo de evaluación:

- Español. El 55% de los educandos alcanzó los aprendizajes fundamentales, 20% se mantiene en situación regular y el 25% restante requiere apoyo.
- ...

Tenga a la mano la ficha descriptiva de su grupo y las fuentes de información que utilizó en su elaboración, para acudir a las mismas en actividades posteriores.



**Actividades para trabajar en equipo,
por grado, ciclo o asignatura**

- 11. Compartan** sus fichas descriptivas de grupo y comenten, ¿cómo la información que han registrado les ayudará a mejorar sus procesos de evaluación y de intervención docente al cierre del ciclo escolar?

12. Reflexionen con base en las condiciones actuales de la pandemia y el aprendizaje en casa:

- ¿De qué manera pueden describir las fortalezas y áreas de mejora de cada uno de sus educandos en una ficha individual?, ¿cuál será la relevancia de esta ficha?
- ¿Por qué es importante contar con información anticipada de carácter cualitativo y cuantitativo de las alumnas y alumnos que atenderá el próximo ciclo escolar?, ¿en qué contribuirá a sus formas de organización e intervención docente, en particular a la evaluación diagnóstica del siguiente ciclo escolar?
- ¿Qué información anticipada les puede resultar de utilidad, acerca de la situación del grupo y de las y los alumnos que atenderán el ciclo escolar siguiente?



Recuerde que no es necesario contestar puntualmente cada pregunta, solo registre las ideas principales de su reflexión para compartirlas en el trabajo de equipo.

13. Inicien la elaboración de fichas descriptivas de los educandos. Tomen en cuenta pautas como las siguientes:

- Aprendizajes fundamentales que muestran, o aquellos que no se logran observar.
- Formas de trabajo que favorecen el aprendizaje: individual o colaborativo.
- Desarrollo de habilidades socioemocionales.
- Formas de comunicación.
- Otros aspectos relevantes.

Y **tomen acuerdos** relacionados con:

- El formato que utilizarán.
- La información que es importante incluir.
- En el caso de secundaria, quién será el responsable de elaborarlas (el tutor o el conjunto de docentes de cada grupo).

Las calificaciones expresadas en los registros de evaluación durante el contexto de aprendizaje a distancia y las nuevas realidades no siempre comunican de forma cabal todo lo que cada educando conoce o todo aquello que aún está por aprender. En las fichas descriptivas pueden registrarse aspectos relevantes no expresados mediante una calificación y que pueden resultar de provecho para que las familias brinden apoyo a sus hijas e hijos, con la información que se les proporcione; a los educandos para tener la certeza acerca de lo que saben o de lo que necesitan mejorar; y, a los docentes que recibirán a las NNA, contar con datos que les permitan organizar sus actividades de aprendizaje en torno a los logros y dificultades registradas y como complemento a su evaluación diagnóstica del siguiente ciclo escolar.

- 14. Elaboren**, a manera de ejercicio, una ficha con la descripción de las fortalezas y áreas de mejora **de una alumna o alumno de su grupo que se encuentre en riesgo de no alcanzar los aprendizajes fundamentales esperados**. Un ejemplo de ficha puede ser la siguiente:

FICHA DESCRIPTIVA DE LA ALUMNA O EL ALUMNO	
Nivel de comunicación y participación:	
<p>Logros alcanzados (fortalezas):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tiene intención de mejorar en cada una de sus actividades de aprendizaje. • ... <p>(Aprendizajes fundamentales esperados, habilidades socioemocionales, habilidades básicas de lectura, escritura o lógico matemáticas, entre otras).</p>	<p>Dificultades que se observan (áreas de mejora):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se frustra con facilidad cuando no logra notas sobresalientes. • ...
<p>Recomendaciones generales de intervención para el docente que atenderá al educando el próximo ciclo escolar:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar actividades que fortalezcan su tolerancia a la frustración y le permitan establecer una mejor convivencia con sus compañeras y compañeros de forma virtual y a distancia. • ... <p>(Pueden enriquecer la ficha con las opiniones de mejora de los educandos y sus familias).</p>	

La ficha anterior es una propuesta, pero cada colectivo decidirá sobre el formato y rubros que mejor se adapten a sus condiciones. Pueden consultar un modelo más amplio en el **Anexo 5**.

Es importante iniciar la elaboración de las fichas descriptivas de todas y todos sus educandos y concluir las al final del ciclo escolar. Tengan presente que su propósito es compartirlas con las o los docentes que atenderán a sus estudiantes el siguiente ciclo escolar; con las NNA para entablar un diálogo con ellas y ellos, que les permita apreciar y comprometerse en su propio avance; y, con las familias, para garantizar la claridad sobre los aprendizajes alcanzados por sus hijas e hijos y los que les falta lograr.

Por esta razón, se propone comenzar con la elaboración de estas fichas descriptivas, previa reflexión en torno a su relevancia y los rubros o elementos de información de utilidad que pueden contener para cumplir con este propósito, a partir de las condiciones y características de cada grupo, para compartirlas y comentarlas en la Octava Sesión Ordinaria de CTE.

15. Enriquezcan el contenido de la ficha descriptiva individual y de grupo con las opiniones de su alumnado y sus familias *-si están en condiciones de realizarlas-* en torno a lo que ha sido su experiencia escolar en este periodo de aprendizaje en casa. Definan algunas preguntas que sirvan para integrar un cuestionario que les permita indagar, aspectos relevantes, tales como:

- ¿Cuál ha sido su mayor problemática durante el aprendizaje en casa?
- ¿Qué has aprendido en este ciclo escolar?, ¿qué fue más fácil y qué se te dificultó más aprender en este ciclo escolar?, ¿qué cosas cambiarías para aprender más y mejor?, ¿por qué?
- ¿Cómo te gustaría que fuera tu escuela durante las clases presenciales?, ¿cómo te gustaría comenzar el siguiente ciclo escolar?

Acuerden las preguntas que conviene incluir en sus cuestionarios y los medios para aplicarlas a distancia, a partir de las formas de comunicación que disponen sus alumnas y alumnos así como de sus familias.



Los resultados de las entrevistas pueden ser parte del diagnóstico para la planeación del próximo ciclo escolar y motivo de análisis en la Octava Sesión del CTE.



Actividades para trabajar en sesión plenaria

- 16. Compartan** la ficha que elaboraron en equipo (actividad **14**) y discutan cómo hacer mejoras en la descripción para que la o el docente que reciba a sus alumnas y alumnos, cuente con información relevante, clara y pertinente.
- 17. Establezcan** acuerdos con el colectivo docente para compartir los rubros y la organización de los contenidos de las fichas descriptivas de las NNA que elaborarán las semanas venideras, para compartirlas y revisarlas con una mirada común en la Octava Sesión Ordinaria de CTE.
- 18. Valoren**, a manera de conclusión, lo siguiente: ¿alcanzaron los propósitos y productos establecidos en esta guía o aquellos que como colectivo se propusieron para esta sesión?, ¿a qué lo atribuyen? Registren su respuesta en su cuaderno de Bitácora de CTE.

ANEXO 1. GLOSARIO

Autorregulación. Es la capacidad de regular los propios pensamientos, sentimientos y conductas, para expresar emociones de manera apropiada, equilibrada y consciente, de tal suerte que se pueda comprender el impacto que las expresiones emocionales y comportamientos pueden llegar a tener en otras personas y en uno mismo. La autorregulación implica modular los impulsos, tolerar la frustración, perseverar en el logro de objetivos a pesar de las dificultades, aplazar las recompensas inmediatas, afrontar pacíficamente retos y situaciones de conflicto, manejar la intensidad y duración de los estados emocionales, y lograr experimentar de forma voluntaria emociones positivas o no aflitivas. Para ello es fundamental aprender a mantener una atención plena sobre los propios pensamientos y emociones, para ser auténticos protagonistas de las conductas.

SEP, (2017). *Aprendizajes clave para la educación integral. Plan y programas de estudio para la educación básica*. México, SEP, p. 545.

Bienestar. Se refiere tanto a una condición de salud holística (física, emocional, social y cognitiva) como al proceso para alcanzar esta condición. El bienestar incluye lo que es bueno para una persona: desempeñar un papel social significativo; sentirse feliz y esperanzado; vivir de acuerdo con los valores positivos definidos localmente; tener relaciones sociales positivas y estar en un ambiente de apoyo; hacer frente a los desafíos mediante el uso de habilidades positivas para la vida; y disponer de seguridad, protección y acceso a servicios de calidad.

SEP, (2020), *Cuidar de otros es cuidar de sí mismo. Herramientas de Soporte Socioemocional para la Educación en Contextos de Emergencia*, México, SEP p. 63. Disponible en: <https://bit.ly/3xA8H9j>

Estrategia de regulación emocional. Se refiere a acciones o procesos que buscan regular la intensidad, duración, frecuencia o forma de responder ante las emociones para favorecer el bienestar personal, el aprendizaje, la convivencia y el logro de metas.

Programa ConstruyeT. Lección 11.2, *¿Qué haces cuando te sientes mal?*. Disponible en: <https://bit.ly/2R5MP4S>

Expresión de las emociones. Expresar con respeto y claridad las emociones y sentimientos, tomando en cuenta a los demás y al contexto, es fundamental para alcanzar una buena autorregulación emocional. Es importante tomar consciencia de que un estado emocional interno no necesariamente se corresponde con la expresión externa. Implica reconocer el impacto que una expresión emocional externa puede tener en el propio comportamiento y en el de otras personas, y comprender cómo las respuestas externas pueden enfatizar o moderar los estados emocionales internos de uno mismo y de los demás.

SEP, (2017). *Aprendizajes clave para la educación integral. Plan y programas de estudio para la educación básica.* México, SEP, p. 546.

Regulación de las emociones. Significa tener la capacidad de gestionar la intensidad y la duración de los estados emocionales, de manera que los estudiantes puedan afrontar retos y situaciones de conflicto de forma pacífica y exitosa sin desgastarse, lastimarse o lastimar a otros.

SEP, (2017). *Aprendizajes clave para la educación integral. Plan y programas de estudio para la educación básica.* México, SEP, p. 546.

Reprimir las emociones. Acto de la voluntad mediante el cual frenamos, contenemos o detenemos cualquier impulso que provenga de una emoción, ya sea querer evitar la experiencia de la misma o sostener un esfuerzo por inhibir la expresión de dicha emoción. Ahora bien, “reprimir las emociones puede agravarlas y hacer que se intensifiquen hasta que salgan a la superficie y, como un río que se desborda, se expresen a través de pensamientos o conductas negativas inesperadas”.

Programa ConstruyeT. Lección 3.1, Los problemas de reprimir lo que sientes.
Disponible en: <https://bit.ly/2PCIGpS>

ANEXO 2. LISTADO DE FICHAS DE EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL

Programas de televisión de **Aprende en casa** o fichas del área de Educación Socioemocional.

PREESCOLAR

- 12 de octubre, *¡Qué alegría da!*
- 23 de noviembre, *Para sentirme mejor...*
- 8 de marzo, *Me siento alegre cuando...*

Las fichas están disponibles en la siguiente liga:
<https://aprendeencasa.sep.gob.mx/site/ed-preescolar>

PRIMARIA

- 28 de septiembre, *Parar, parar, que el mundo no se va a acabar.*
- 9 de octubre, *Reconociendo a mis monstruos.*
- 26 de octubre, *Y tú, ¿sabes qué es la empatía?*
- 4 de diciembre, *Sonríe y pinta tu mundo de colores.*
- 8 de febrero, *El experto en enojo.*
- 26 de febrero, *Y a ti, ¿qué te da miedo?*
- 5 de marzo, *¡Guácala, qué asco!*
- 16 abril, *De la sorpresa al asombro.*
- 19 abril, *La magnitud de la sorpresa.*
- 23 abril, *El equipo súper entusiasta que regula el enojo.*

Las fichas están disponibles en la siguiente liga:
<https://aprendeencasa.sep.gob.mx/site/ed-primaria?id=4>

Además se recomienda explorar los recursos que se sugieren en los programas de estudio de Educación Socioemocional, en el apartado de Autorregulación/Regulación de emociones y que puede consultar en la siguiente liga:

- <https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/prim-ae-educ-Socioemocional1.html>

SECUNDARIA

Lecciones para los estudiantes del Programa ConstruyeT, áreas de Autoconocimiento y Autorregulación:

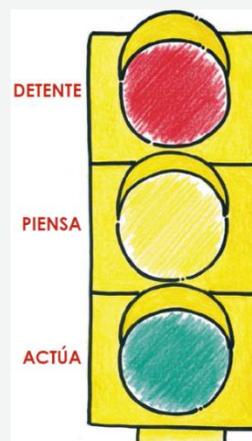
- **Área:** Autoconocimiento, lección 7 *Estrategias para trabajar la atención*. Disponible en: <https://www.construyet.org.mx/lecciones/estudiantes/autoconocimiento/7/estrategias-para-trabajar-con-la-atencion/>
- **Área:** Autoconocimiento, lección 11 *Estrategias para regular las emociones*. Disponible en: <https://www.construyet.org.mx/lecciones/estudiantes/autoconocimiento/11/estrategias-para-regular-las-emociones/>
- **Área:** Autorregulación, lección 3 *¿Qué es la regulación emocional?* Disponible en: <https://www.construyet.org.mx/lecciones/estudiantes/autorregulacion/3/que-es-la-regulacion-emocional/>

Se recomienda también explorar los recursos que se sugieren en los programas de estudio de Educación Socioemocional, en el apartado de Autorregulación/Regulación de emociones y que puede consultar en la siguiente liga:

- <https://www.planprogramasdestudio.sep.gob.mx/sec-ae-educ-socioemocional1.html>

ANEXO 3. TÉCNICAS PARA EL MANEJO DE EMOCIONES**Así puedo manejar el enojo...****1. Técnica del semáforo**

- Esta utiliza una analogía común para establecer los pasos que se recomienda seguir cuando la persona se enfrenta a una situación que ha provocado enojo.
- El primer paso consiste en detener la conducta y el pensamiento, evitando llevar a cabo respuestas impulsivas.
- El segundo paso consiste en racionalizar la situación y hacer un pequeño estudio de pros y contras sobre nuestras posibles respuestas, generando en ocasiones varias alternativas y seleccionando la más adaptativa a la situación.
- Una vez seleccionada la respuesta (conductual y cognitiva) se procede a ejecutarla.



Con esto se evita herir a otras personas y se buscan respuestas asertivas.

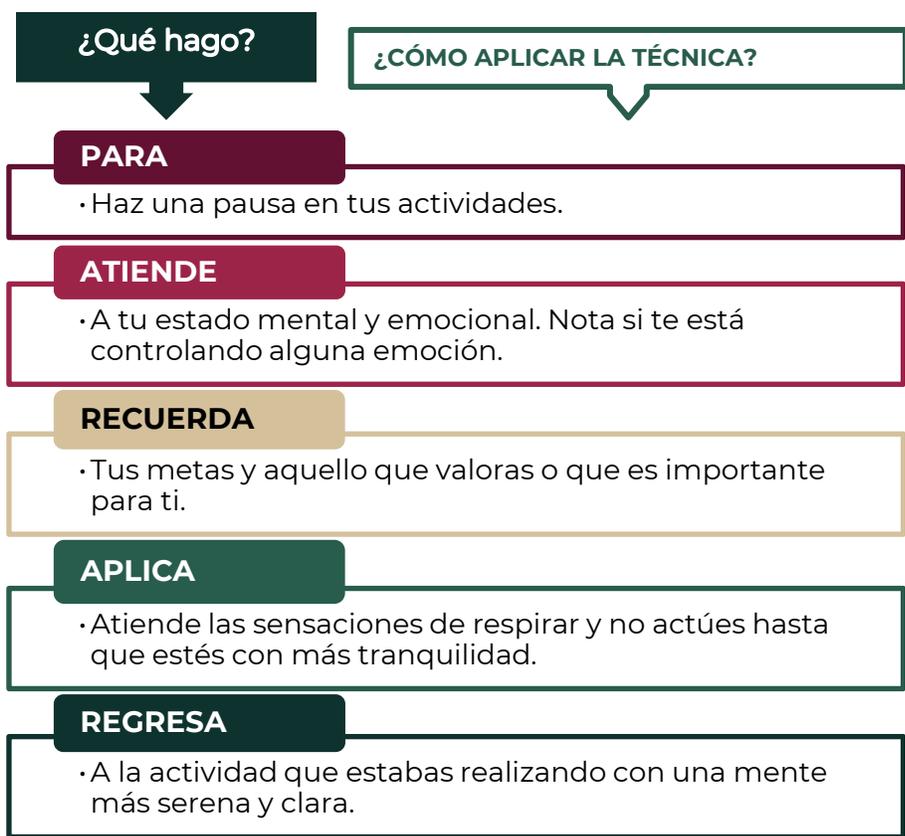
2. Método de imaginación

- Este método es efectivo para que la persona maneje el enojo. Implica visualizar activamente escenas que representen situaciones reales donde se suele sentir enojo.
- Se debe imaginar diciendo lo que quiere expresar la persona en una situación real similar a la que imaginas; se puede imaginar solucionando problemas de forma efectiva.
- Este método ayuda a pensar en las posibles áreas problemáticas y en el diseño de las respuestas y funciona como un ensayo que permite actuar sin enojo en situaciones reales o saber manejar el enojo provocado, utilizando una estrategia concreta.

Aprendiendo sobre las Emociones. Manual de Educación Emocional, (2012). Disponible en:
<https://ceccsica.info/sites/default/files/docs/Aprendiendo-emociones-manual.pdf>

ANEXO 4. ¿EN QUÉ CONSISTE LA TÉCNICA PARAR?

La técnica *PARAR* consiste en seguir una serie de pasos cuando se experimentan emociones no gratificantes⁷. El acrónimo que le da nombre ayuda a recordar los pasos a seguir. El siguiente esquema la describe.



⁷ Tomado de la lección 7.2 *Aprender a parar*, del programa de ConstruyeT. Disponible en: <https://www.construyet.org.mx/lecciones/estudiantes/autoconocimiento/7/estrategias-para-trabajar-con-la-atencion/>

ANEXO 5. PROPUESTA DE FICHA DESCRIPTIVA PARA LAS ALUMNAS Y ALUMNOS

Formato. Ficha descriptiva de la alumna o el alumno

Nombre de la alumna o alumno:

Fortalezas	Áreas de mejora
<ul style="list-style-type: none"> • Tiene habilidad para la resolución de problemas. • Lee con fluidez, cuida su escritura al redactar textos. • Presenta iniciativa para realizar sus actividades. 	<ul style="list-style-type: none"> • Requiere apoyo al redactar textos libres. • Requiere mejorar su escritura y utilizar los signos de puntuación y las reglas de acentuación. • Requiere mejorar el propósito comunicativo en la producción de textos escritos. • Tiene dificultades con el algoritmo de la multiplicación y la división. Presenta dificultades al resolver problemas donde se utilizan las operaciones básicas en la resolución de problemas. • Se frustra cuando no logra resolver un problema matemático.
Recomendaciones para su consideración en el próximo ciclo escolar	
<ul style="list-style-type: none"> • Proponer actividades en casa para fomentar la producción de textos libres con diferentes propósitos comunicativos. • Consolidar el uso de signos de puntuación en la producción de textos. • Actividades y estrategias orientadas a la resolución de problemas matemáticos. • El alumno requiere de mayor atención en casa. • Fortalecer su participación en actividades en equipo. • ... 	
Recomendaciones para las familias	
<ul style="list-style-type: none"> • Leer cuentos y pedirle que cambie el final del cuento. • Elogie el esfuerzo que realiza en las tareas de matemáticas. Evite resolver los problemas por su hija o hijo. • ... 	

ANEXO 6. DIPLOMADO VIDA SALUDABLE

DIPLOMADO VIDA SALUDABLE

La necesidad de tener una vida saludable que permita el bienestar en los ámbitos físico, emocional y social, así como procurar la salud de quienes nos rodean, ha cobrado relevancia en los últimos años.

Por ello, la Secretaría de Educación Pública, en colaboración con la Secretaría de Salud, ha diseñado el Diplomado *Vida Saludable*, a fin de contribuir en la formación del magisterio desde una perspectiva de desarrollo humano integral.

El Diplomado contempla un proceso de aprendizaje basado en el autoestudio y centrado en la experiencia personal como eje de la sensibilización y reflexión. Está orientado al cambio de hábitos, con la finalidad de impulsar la toma de decisiones informada y la generación de estrategias personales que promuevan la mejora de la salud e influyan en el entorno.

La modalidad es autogestiva, y contempla materiales de autoestudio descargables e interactivos que no requieren conexión a internet. Comprende 120 horas distribuidas en 5 Módulos: 1. Desarrollo humano integral y cuidado de la salud, 2. Salud mental, 3. Alimentación saludable y sostenible, 4. Actividad física y hábitos de sueño y 5. Higiene personal y limpieza de entornos

La Convocatoria está disponible en el Portal de la Dirección General de Formación Continua a Docentes y Directivos, de la Secretaría de Educación Pública: <https://dgfc.basica.sep.gob.mx>

EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

Maestra, maestro, la Unidad de Promoción de Equidad y Excelencia Educativa, a través de la Dirección General de Formación Continua a Docentes y Directivos, pone a tu disposición el

DIPLOMADO
VIDA SALUDABLE

Desde un enfoque pedagógico reflexivo y experiencial, te motivaremos al cambio de hábitos para tu bienestar y el de todas y todos.

¡Participa!
<http://dgfc.basica.sep.gob.mx>

MATERIAL COMPLEMENTARIO

- Andrés, M. L., Castañeiras, C. E., & Richaud, M. C. (2014). *Relaciones entre la personalidad y el bienestar emocional en niños. El rol de la regulación emocional. Cuadernos de Neuropsicología/Panamerican Journal of Neuropsychology*, 8(2). Consultado el 2 de abril de 2021 en: <https://www.redalyc.org/pdf/4396/439643138006.pdf>
- Andrés, M. L., Stelzer, F., Vernucci, S., Juric, L. C., Galli, J. I., & Guzmán, J. I. N. (2017). *Regulación emocional y habilidades académicas: relación en niños de 9 a 11 años de edad. Suma psicológica*, 24(2) pp. 79-86. Consultado el 2 de abril de 2021 en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0121438117300218>
- Martínez, V. D. (2015). *Estrategias para la autorregulación de emociones en niños de 4 a 5 años*. Tesis de Licenciatura, Universidad Pedagógica Nacional. Consultado el 2 de abril de 2021 en: <http://200.23.113.51/pdf/31129.pdf>
- Gómez P. O., & Calleja B. N. (2016). *Regulación emocional: definición, red nomológica y medición. Revista mexicana de investigación en psicología*. 8(1), 96-117. Consultado el 2 de abril de 2021 en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/revmexinvpsi/mip-2016/mip161g.pdf>
- Programa ConstruyeT, *Autorregulación, Lección 1.5 El bienestar emocional*. Consultado el 2 de abril de 2021 en: <https://www.construye-t.org.mx/lecciones/estudiantes/autorregulacion/1/que-voy-a-ver-en-este-curso/>
- Programa ConstruyeT, *Autoconocimiento Lección 5.1 Las emociones y el bienestar*. Consultado el 2 de abril de 2021 en: <https://www.construye-t.org.mx/lecciones/estudiantes/autoconocimiento/5/la-importancia-de-las-emociones-en-mi-vida/>
- Secretaría de Educación Pública (2013). *La evaluación durante el ciclo escolar, No. 2*, Serie herramientas para la evaluación de la educación básica, México. SEP.

- Secretaría de Educación Pública (2017). *Aprendizajes clave para la educación integral. Plan y programas de estudio para la educación básica*. México. SEP. Consultado el 2 de abril de 2021 en: https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/APRENDIZA_JES_CLAVE_PARA_LA_EDUCACION_INTEGRAL.pdf
- Secretaría de Educación Pública (2019). *Cuaderno de actividades para el alumno. Preescolar. del Programa Nacional de Convivencia Escolar*. México. SEP Consultado el 2 de abril de 2021 en: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/533089/PREESCOLAR_Cuaderno_PNCE_2019.pdf
- Secretaría de Educación Pública (2019). Cuaderno de actividades para el alumno. Cuarto grado. Educación Primaria. Programa Nacional de Convivencia Escolar. México. SEP Consultado el 2 de abril de 2021 en: <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/533116/4o-Cuaderno-OK-PNCE.pdf>
- Secretaría de Educación Pública (2019). Cuaderno de actividades para el alumno. Quinto grado. Educación Primaria. Programa Nacional de Convivencia Escolar. México. SEP Consultado el 2 de abril de 2021 en: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/533117/5o_Cuaderno_PNCE_2019.pdf
- Universidad de Alcalá. *Guía de bienestar psicoemocional durante la cuarentena*. Consultado el 2 de abril de 2021 en: <https://www.uah.es/export/sites/uah/es/vivir-la-uah/servicios/.galleries/Descargas-Vivir-la-UAH/Guia-de-bienestar-emocional.pdf>