



¡Hagamos comunidad!

Estrategias de apoyo pedagógico para el inicio del ciclo escolar

Cápsula del tiempo

Maestras y maestros:

Al iniciar este ciclo escolar Mejoredu pone a su disposición una serie de estrategias para apoyar el trabajo pedagógico en las escuelas de educación preescolar, primaria y secundaria, a fin de propiciar experiencias formativas a distancia o presenciales, que permitan continuar con el proceso de hacer comunidad.

Esta serie está orientada a:

- Recuperar las vivencias, saberes y emociones experimentados por los estudiantes durante el periodo de contingencia;
- Construir una comprensión compartida de la nueva normalidad, y
- Establecer vínculos entre docentes, sus estudiantes y familias para trabajar de manera conjunta.

Cada estrategia puede usarse de forma unitaria, de acuerdo con las necesidades e intereses de sus estudiantes y no está condicionada al empleo de otra.

La secuencia de actividades que conforma cada estrategia incluye adecuaciones para los distintos niveles educativos. Asimismo, ofrece variantes para el trabajo a distancia, con y sin el acceso a las tecnologías de la información y la comunicación (TIC).



**GOBIERNO DE
MÉXICO**





Estructura de las estrategias



1. Antes de empezar

Incluye cinco elementos: a) Nombre de la estrategia; b) ¿Hacia dónde vamos?: propósito y momentos que la integran; c) ¿Para qué lo vamos a hacer?: relevancia en el inicio del ciclo escolar; d) Rasgos del perfil de egreso con los que se vincula la estrategia; y e) Materiales para su implementación.



2. ¡Comencemos!

Consiste en una secuencia de actividades para el desarrollo de la estrategia.



Variantes

Especificaciones de trabajo orientadas a los distintos niveles educativos.



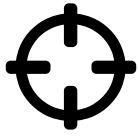
3. A distancia

Se ofrecen adecuaciones para el trabajo a distancia, con y sin el acceso a las TIC.



4. Recursos sugeridos

Se proponen recursos digitales que complementan o enriquecen las actividades de la estrategia.



Antes de empezar

¿Hacia dónde vamos?

Esta estrategia tiene el propósito de propiciar el reconocimiento de las vivencias y emociones que experimentaron sus estudiantes durante los últimos meses, como punto de partida para continuar con las actividades escolares.

La estrategia consiste en:

1. Dialogar sobre las vivencias y emociones.
2. Construir una cápsula del tiempo.
3. Guardar la cápsula.
4. Abrir la cápsula en un futuro cercano.

¿Para qué lo vamos a hacer?

Recuperar las experiencias de sus estudiantes durante la contingencia sanitaria les permite reflexionar sobre ellas e identificar los sentimientos, pensamientos y emociones que les han generado. También les da la oportunidad de construir formas colectivas para la expresión y cuidado de sus emociones.

El docente siempre ha tenido un papel clave en el desarrollo socioafectivo de sus estudiantes a través de su interacción con ellos y al acercarles herramientas para el reconocimiento, cuidado y manejo de sus emociones. Hoy más que nunca, en el contexto de esta emergencia sanitaria, resulta fundamental potencializar ese papel a fin de promover la empatía y la solidaridad.

Contribuye al desarrollo de los siguientes rasgos del perfil de egreso

En preescolar: enuncia emociones en su lengua materna; desarrolla su creatividad e imaginación al expresarse con recursos de las artes (por ejemplo, visuales).

En primaria: comunica sentimientos, sucesos e ideas, tanto de forma oral como escrita; identifica y pone en práctica sus fortalezas personales para autorregular sus emociones y poder jugar, aprender, desarrollar empatía y convivir con otros.

En secundaria: analiza los recursos que le permiten transformar retos en oportunidades; describe experiencias, acontecimientos, deseos, aspiraciones y opiniones.

Con énfasis en: *habilidades socioemocionales y proyecto de vida.*

Materiales

- ✓ Hojas de rotafolio, cartulinas o pizarrón.
- ✓ Materiales diversos, según el tipo de producciones para guardar en la cápsula.
- ✓ Caja para elaborar la cápsula.



¡Comencemos!

1. Dialogar sobre las vivencias y emociones

a) Propicie la conversación a partir de preguntas como:

- *¿Qué hicieron en los últimos meses / semanas / días?*
- *¿Dónde se encontraban?*
- *¿Qué cosas cambiaron a su alrededor (casa, escuela, calle, etcétera)?*

Elabore una lista grupal con las respuestas a la última pregunta. Entre otras, las respuestas pueden ser:

- ✓ Recibimos clases desde casa
- ✓ Hay menos gente en las calles
- ✓ La gente sale con cubrebocas
- ✓ Dejamos de abrazarnos
- ✓ Cerraron algunos parques
- ✓ Algunas personas no salen a trabajar

Inicie la conversación para generar un ambiente de confianza en el grupo. No es necesario que cada estudiante responda las preguntas, dé oportunidad a que existan participaciones libres, pues cada persona es distinta.

b) Pregunte al grupo qué emociones o sentimientos le generaron tales situaciones; por ejemplo: enojo, tristeza, alegría, cansancio, miedo, diversión, etcétera.

c) Explique que estos cambios han tenido lugar en la vida de muchas personas. Aunque la forma en que se experimentan son diferentes en varios países del mundo, de una entidad a otra, de una comunidad a otra, de una familia a otra, e incluso de una persona a otra, hay algo que sí comparten muchas personas: las emociones.

Es normal que situaciones de emergencia generen emociones como las expresadas; también lo es que se sigan experimentando, porque es probable que muchas de las actividades cotidianas que se realizan continúan transformándose. Por ejemplo, es posible que sientan miedo, angustia o estrés debido a que la forma en la cual acuden a la escuela, se ubican en el salón de clases o conviven con sus amigas o amigos es distinta;



sin embargo, platicar sobre esas emociones les permite reconocerlas y sentirse mejor para realizar otras actividades.

2. Construir una cápsula del tiempo

- a) De acuerdo con la edad de sus estudiantes refiera qué es una cápsula del tiempo y para qué se hace. Vincule a esta actividad otros contenidos curriculares, por ejemplo, de historia. Puede apoyarse en el siguiente párrafo.

Una cápsula del tiempo es un recipiente que, generalmente, se realiza de un material sólido. Su objetivo es guardar objetos por un largo tiempo, de manera que en un futuro otras generaciones puedan abrirla y conocer aspectos de épocas anteriores a través de lo depositado en su interior. La llamada “Cripta de la civilización”, realizada en 1936, es reconocida como el primer intento de la sociedad moderna por realizar una cápsula del tiempo. Su apertura se programó para el año 8113.



Ejemplo de cápsula del tiempo de la primera guerra mundial.
Fotografía: <<https://tinyurl.com/y3nqz6gk>>.

- b) Invite a sus estudiantes a realizar una cápsula del tiempo para resguardar en objetos las vivencias, emociones y sentimientos que vivieron en los últimos meses. Eso les permitirá recordarlos en un momento posterior y reflexionar sobre ellos.

Proponga abrir la cápsula al cierre del ciclo escolar. En preescolar y primer ciclo de primaria considere un lapso menor; en secundaria, plantear su resguardo para generaciones de otros ciclos escolares puede motivar el interés por su realización. En cualquier caso, retome lo propuesto en el apartado “Abrir la cápsula en un futuro cercano” (p. 7) para que puedan contrastar los cambios en las emociones depositadas en la cápsula con las de ese momento. Ello ayudará a que sus estudiantes reconozcan la transformación de sus sentimientos, valoren sus experiencias y generen certezas ante situaciones de emergencia como las que se viven.

- c) Revise la siguiente tabla, identifique el tipo de objetos que sus estudiantes pueden producir de acuerdo con su nivel escolar y solicite que los realicen para depositarlos en la cápsula. Conceda el tiempo suficiente para su elaboración.



En preescolar

Realicen figuras con plastilina o masa para modelar, que representen las emociones expresadas por sus estudiantes en el primer momento de la estrategia.

Mezclen harina y agua para elaborar la masa; elaboren las figuras y, cuando endurezcan, coloréenlas con pintura vinílica.

Registre en un papel la emoción y las vivencias o sentimientos vinculados con la figura, así como el nombre de quien la hizo, y resguárdelo junto con ésta.

En primaria

Realicen dibujos que representen algunas de las experiencias y emociones experimentadas en las últimas semanas.

Pídales que acompañen sus dibujos con textos –en su lengua materna o en braille– que describan el lugar donde se encontraban, qué estaban haciendo, cómo se sentían, etcétera.

En secundaria

Escriban cartas que narren experiencias y emociones que hayan experimentado en las últimas semanas.

Solicite que añadan recortes de revistas, periódicos o cualquier objeto que simbolice alguna de las experiencias y emociones narradas en sus cartas. De igual modo, pida que incluyan al menos un consejo para que las generaciones futuras se encuentren preparadas en caso de que se presente una situación similar.

Docentes de diversas asignaturas pueden vincularse para enriquecer las producciones; por ejemplo, se pueden escribir los conocimientos científicos que se conocen hasta el momento sobre la covid-19, las zonas geográficas que se han afectado en el país y en el mundo, etcétera.

Con el fin de motivar la realización de estas producciones, explique que las emociones no se pueden tocar, oler o ver, pero eso no quiere decir que no existan o no puedan sentirse físicamente; por ejemplo, un enojo podría convertirse en dolores de estómago o de cabeza. Por tanto, aunque las emociones no son objetos, se pueden representar de diversas maneras, siempre que no se dañen o lastimen las emociones de otras personas.



- d) Una vez que sus estudiantes tengan sus producciones es momento de que construyan su cápsula del tiempo. Imaginen cómo podría ser y de qué material; consíganlo y constrúyanla. Coloquen en la cápsula un letrero con la fecha de su apertura.
- e) La cápsula puede hacerse con una caja de madera o cartón, un garrafón de agua o cualquier otro material que permita guardar todas las producciones y ayude a protegerlas.

3. Guardar la cápsula

- a) Organice una exposición de los objetos para que sean observados por estudiantes y familiares antes de guardarlos; de ser posible tómenles fotografías. Converse con su grupo sobre lo que resguardarán.
- b) Solicite a sus estudiantes que guarden sus objetos en la cápsula. Mientras lo hacen, explique que éstos representan las vivencias, experiencias y emociones que pasaron en una etapa de incertidumbre y emergencia; sin embargo, resguardarlas en una cápsula del tiempo les ayudará a atesorarlas y valorarlas, pero también a valorar el momento presente y avanzar para tener nuevas experiencias.
- c) Por último, acuerden un lugar para resguardar la cápsula y colóquenla ahí. Marquen en el calendario la fecha en que la abrirán.

4. Abrir la cápsula en un futuro cercano

- a) Converse con sus estudiantes en torno a la pregunta: “¿cómo me siento hoy?” y haga una lista con frases o imágenes de las emociones o sentimientos que expresen.
- b) Abra la cápsula y organice la entrega de los objetos a sus respectivos dueños. En caso de que usted y su grupo hayan decidido colocar en la cápsula una fecha de apertura posterior al ciclo escolar, realicen en este momento una remembranza de los objetos depositados, por ejemplo, a través de las fotografías que tomaron durante la exposición de las producciones.
- c) Pida que comparen las vivencias y emociones que representan los objetos que depositaron en la cápsula con las emociones que sienten en ese momento. Establezca una conversación grupal en torno a:



- *¿Qué sentimientos o emociones cambiaron?*
- *¿Cuáles permanecen?*
- *¿Se deben a la misma situación?*

d) Finalmente, explique que los objetos depositados en la cápsula representan las vivencias, experiencias y emociones que pasaron en una etapa de incertidumbre y emergencia. Es normal que los objetos les remonten a ellas; sin embargo, recordarlas nos ayuda a valorar el aquí y ahora, así como a aprender de la experiencia para estar mejor preparados como seres humanos y sociedad al enfrentar situaciones similares.



Esta estrategia puede servir para el reencuentro de toda la comunidad escolar. Organice con otros docentes el desarrollo de producciones individuales por grupo, expónganlas todas en un espacio común –aula, patio, corredor, etcétera– separadas por grupo y con la consigna de no tocar los objetos. Establezcan turnos por grupo para depositar los objetos en una o varias cápsulas e inviten a otros miembros de la comunidad –personal administrativo, familias u otros– a que también realicen objetos, ya que la participación colectiva ayuda a generar lazos y sentido de pertenencia a la comunidad, necesarios en el momento que vivimos.



A distancia

- Genere un espacio para que sus estudiantes compartan sus experiencias y emociones de las últimas semanas. Puede ser a través de mensajes de texto, una videollamada, audios, videos, teléfono o por cualquier otro medio.
- Pídale que plasmen esas experiencias y emociones en objetos a depositar en una cápsula del tiempo. Apóyese en la tabla por niveles presentada en el segundo momento de la estrategia para solicitarles el tipo de producciones de acuerdo con su edad.
- Organice un encuentro virtual con el fin de que sus estudiantes conversen sobre las producciones realizadas. De no ser posible, pídale que envíen fotografías de ellas a través de correo electrónico, WhatsApp u otro portal. Compile los trabajos y haga un *collage* que pueda compartir digitalmente a todo su grupo.
- Elabore la cápsula grupal e indique que los objetos se depositarán cuando se retorne presencialmente al aula.
- En caso de no disponer de TIC, converse con las familias o cuidadores sobre el propósito de la actividad e invítelos a participar con sus propias producciones y construir una cápsula familiar.
- Cuando se retorne al aula, platique con su grupo sobre la experiencia en la construcción de la cápsula familiar o, en caso de que realice una cápsula grupal, pida que lleven sus producciones y platiquen sobre ellas antes de resguardarlas.



Recursos sugeridos

En los siguientes sitios encontrará actividades que podrá realizar con sus estudiantes para la expresión y cuidado de sus emociones.

Para preescolar y primer ciclo de primaria

- Sesame Workshop (2019 [2005]). [¡Listos a jugar! A movernos con Archibaldo.](#)
- Sistema Nacional de Protección Integral de Niñas, Niños y Adolescentes (14 de mayo de 2020). [Ejercicio para la salud física y mental de niñas y niños](#) [estado de Facebook].
- Sesame Workshop (2020). [Para, piensa y actúa.](#)
- Sesame Workshop (2020). [Conocer nuestras emociones es el primer paso para manejarlas.](#)

Para preescolar y primaria

- Naranjo, C. (2013). [Paletita de emociones. Manual de apoyo psicosocial para la niñez en post desastre.](#) Guatemala: Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura.

Para el tercer ciclo de primaria y secundaria

- Salud DGPS (17 de abril de 2020). [Irritabilidad](#) [archivo de video].

Para preescolar, primaria y secundaria

- Amuchástegui, G., Del Valle, Ma. I., Renna, H. (compiladores) (s/f). [Reconstruir sin ladrillos. Guías de apoyo para el sector educativo en contextos de emergencias.](#) Santiago de Chile: Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura / Fundación SM.
- Ministerio de Educación de Perú (2009). [Guía de recursos pedagógicos para el apoyo socioemocional frente a situaciones de desastre: la experiencia de Ica: Fuerte como el Huarango lqueño.](#) Lima: Ministerio de Educación / Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura.

Comisión Nacional para la Mejora Continua de la Educación
Área de Apoyo y Seguimiento a la Mejora Continua e Innovación Educativa (UASMCIE)

Coordinación general: Gabriela Begonia Naranjo Flores y Juan Jacinto Silva Ibarra.

Coordinación académica: Rosa Mónica García Orozco.

Redacción: Brenda Peña Barragán, Arturo Ayala Mendoza, Laura Leticia Canales Lizaola y Rosa Mónica García Orozco.

Colaboradores: Graciela Vázquez Pérez, Sandra Gisselle Flores González y Dora Dalia Molina Díaz.

Agradecemos a los docentes, directivos y especialistas en educación que colaboraron en la revisión de estas estrategias.

DIRECTORIO

Etelvina Sandoval Flores, Presidenta; María del Coral González Rendón, Comisionada; Silvia Valle Tépatl, Comisionada;

Florentino Castro López, Comisionado; Óscar Daniel del Río Serrano, Comisionado.

Armando de Luna, Secretaría Ejecutiva; Salim Arturo Orci Magaña, Órgano Interno de Control; Francisco Miranda López.

Evaluación Diagnóstica; Gabriela Begonia Naranjo Flores, Apoyo y Seguimiento a la Mejora Continua e Innovación Educativa;

Susana Justo Garza, Vinculación e Integralidad del Aprendizaje; Miguel Ángel de Jesús López Reyes, Administración.