

# ¡Hagamos comunidad!

Estrategias de apoyo pedagógico

## Siento, pienso y actúo



### **Estudiante de educación media superior, el desarrollo de este proyecto te permitirá:**

reconocer y expresar tus emociones de manera creativa, generar empatía ante vivencias y emociones ajenas, así como participar en una campaña de actividades artísticas, deportivas, recreativas u otras que contribuyan tanto a tu bienestar como al de quienes te rodean.

### **¿En qué consiste el proyecto?**

Como punto de partida, reflexiona con tu grupo sobre la importancia de cuidar sus emociones y las de otras personas. Identifiquen actividades que disfrutan hacer tanto ustedes como quienes les rodean e inicien el diseño de una campaña grupal orientada a contribuir a su bienestar.

Enseguida, intégrate a un equipo de trabajo y planeen una acción artística, cultural, deportiva o recreativa que considere las actividades preferidas de un público objetivo, con el propósito de integrarlo a su campaña.

Para finalizar, dialoga con tu equipo y con el resto del grupo acerca del proceso de planeación y ejecución de la campaña, así como de lo experimentado y aprendido como

resultado de implementar acciones a favor de su bienestar emocional. Asimismo, reflexiona sobre el alcance de la campaña, a fin de que tomen decisiones respecto a su continuidad mediante el desarrollo de otras acciones colectivas o individuales.

## ¿Qué conocimientos, habilidades y actitudes desarrollarás en este proyecto?



### HUMANIDADES

- Conocer, cuidarte y promover tu desarrollo personal y el de otros.
- Interactuar con los otros y con el medio con la mayor libertad y responsabilidad posibles.
- Conocer y valorar diversas maneras de relacionarse consigo mismo, la sociedad, la cultura y el mundo.



### COMUNICACIÓN

- Expresar ideas y conceptos en composiciones creativas.
- Valorar el papel del arte y los medios de comunicación en la recreación o la transformación de una cultura.



### GENÉRICAS

- Identificar tus emociones y expresarlas de manera constructiva.
- Valorar el arte como expresión de ideas, sensaciones y emociones.
- Aplicar distintas estrategias comunicativas en función de quienes sean tus interlocutores, el contexto en el que se encuentran y los objetivos perseguidos.

Te invitamos a participar en el desarrollo de este proyecto junto con tu grupo escolar y docentes a través de las siguientes secciones:

### Presentación del proyecto

#### Siento, pienso y actúo

El desarrollo de este proyecto te permitirá...

¿En qué consiste el proyecto?  
¿Qué conocimientos, habilidades y actitudes desarrollarás en este proyecto?

### Desarrollo del proyecto

#### Punto de partida

Planteamiento y definición del proyecto

#### ¡Hagamos un plan!

Orientaciones para la construcción de un plan de acción

#### En acción

Orientaciones para la ejecución del plan de acción

#### ¿Qué aprendimos?

Recuperación de la experiencia y valoración de los resultados del proyecto

## Recursos iconográficos



Trabajo individual



Trabajo en parejas o en equipo



Trabajo en grupo

Indican formas específicas de organización para el desarrollo del proyecto.



Portafolio de experiencias

Indica la integración de productos derivados del proyecto para la conformación de un expediente personal que te permita organizarlos y utilizarlos en este o en cualquier otro proyecto escolar, así como para documentar y mostrar tus saberes, habilidades y experiencias con el proyecto para tus fines académicos o profesionales futuros.



Recursos de apoyo

Indica recursos de apoyo para el desarrollo del proyecto; su consulta y uso es opcional.



Desde mi experiencia...

Testimonios y experiencias de personas que han participado en proyectos similares.



**Docentes, para acompañar a sus estudiantes en el desarrollo de este proyecto revisen las Orientaciones didácticas para docentes.**

## Punto de partida

*Actualmente estamos en una situación crítica, es normal sentir miedo o preocupación sobre cómo vamos a superar esto, y las repercusiones a las que nos enfrentaremos una vez que el virus sea resuelto. Sólo juntos saldremos de esto.*

**PABLO, Honduras (17 años)** (Arguello y Fernández, s/f)

A más de un año de haber sido declarado en el país el estado de emergencia sanitaria que propició el confinamiento de gran parte de la población para evitar la propagación de contagios del virus SARS-CoV-2, importa hacer una retrospectiva con objeto de reflexionar sobre lo que ha cambiado, reconocer y valorar nuestro presente, y aprender de las experiencias. Actualmente, el distanciamiento físico es uno de los cambios más difíciles que la humanidad ha comprendido y atendido; sin embargo, sus implicaciones para nuestros vínculos interpersonales, así como para nuestro bienestar emocional, no pueden pasar desapercibidas e importa que, en conjunto, actuemos a favor de ello.

Con este proyecto tendrás la oportunidad de planear y realizar actividades que contribuyan a tu bienestar y al de otras personas por medio de una campaña colectiva, la cual puede ser relevante no sólo para el contexto actual sino en cualquier otro, dada nuestra capacidad y necesidad humana de afecto y convivencia. Empieza con lo siguiente:



**1.** De manera individual, escribe una carta o graba un audio o video en el que narres cómo te sientes en este momento de tu vida. Guíate con frases como estas:

- En estos momentos me siento...
- Experimento esta emoción cuando...
- Cuando me siento de esta manera puedo...
- Cuando me siento de esta manera no puedo...
- Lo que me gustaría hacer en este momento es... porque...

Efectúa este mismo ejercicio en cualquier otro momento que desees o necesites para reconocer tus emociones e identificar sus causas, con el propósito de que te conozcas mejor y puedas realizar alguna actividad –de manera individual o en compañía de alguien–, orientada a expresarte de una manera creativa y constructiva cuando te sientas alegre, triste o con mucho enojo.

**¿Has pensado en qué tan cambiantes son tus emociones en un día o a lo largo del tiempo?, ¿qué tan diferentes o similares pueden ser tus respuestas de la lista anterior con respecto de tu grupo?**



- Acércate a un familiar, amistad o vecino para platicar sobre alguna actividad que te hace sentir bien y te gustaría realizar con su compañía. También pregúntale cuál es su actividad favorita y, si es posible, realicen las actividades: leer, bailar, cantar, jugar fútbol, dibujar, etcétera.

**Cuiden las medidas de higiene y sana distancia o hagan sus actividades de manera virtual. Consideren que puede ser un buen momento para compartir y expresar su creatividad.**



- Conversa con tu grupo escolar y docente acerca de:
  - ¿Cómo me sentí al compartir con alguien una actividad que me produce una sensación de bienestar?
  - ¿Qué actividad o actividades le gusta realizar a la persona con la que me acerqué?
  - ¿Por qué es importante que todas y todos cuidemos de nuestras emociones?
- Elaboren una lista grupal de todas las actividades que les gusta realizar tanto a ustedes como a las personas con las que se acercaron (familiares, amistades o vecinos) y organícenlas por grupo etario. Retomen sus conocimientos y habilidades matemáticas para calcular frecuencias por actividad y rangos de edad e identificar las preferencias por grupo. Pueden realizar una tabla como la siguiente o cualquier otro organizador gráfico:

Rango de edad \ Actividad	0-6	7-12	13-16	17-20	21-30	41-50	51-59	60 y más
Leer un cuento	2		6					
Escuchar series de podcast				2		5		
Bailar		2	2			3		
Cocinar							5	2
Dibujar					5	2		
Escuchar música				5	7			

Si carecen de suficiente información, realicen sondeos o diseñen una encuesta con el fin de obtener más datos sobre las actividades favoritas de las personas que les rodean.



Integra en tu **portafolio de experiencias** los cálculos y la nomenclatura utilizada con objeto de obtener los diferentes tipos de frecuencias que manejaste con los datos; te servirá para cualquier otro proyecto o tarea escolar relacionada con el manejo de datos estadísticos.



#### RECURSOS DE APOYO

Para diseñar encuestas en línea utilicen herramientas digitales gratuitas como:

- [Google Forms](#)
- [Mentimeter](#)
- [SurveyMonkey](#)
- [survio](#)

5. Revisen los resultados e identifiquen cuáles son las actividades que a las personas les hace sentir bien. Observen que muchas de ellas están relacionadas con arte, deporte y recreación, por ello, realizar una campaña con acciones referentes a este tipo de actividades puede ser reconfortante tanto para las personas que les rodean como para ustedes.

6. Junto con su docente, acuerden tres aspectos clave para el diseño de su campaña grupal:

- *Duración:* esta característica dependerá de sus motivaciones, así como de los tiempos y condiciones de trabajo disponibles (un mes, dos meses o todo el ciclo escolar). Sin importar su duración, para que una campaña tenga los efectos esperados es importante mantener su vigencia; por tal motivo, debe existir compromiso y constancia de todas las partes involucradas en ella.
- *Nombre distintivo:* procuren que sea corto, creativo y, sobre todo, aluda a su tipo de campaña. Por ejemplo, en este caso, pueden crear un nombre tipo hashtag como #CuidemosElCorazón; #SaldremosJuntxs; #EstamosContigo; #Cuerpo SanoMenteSana, #HagamosComunidad, o cualquier otro.



#### RECURSOS DE APOYO

Diversos organismos internacionales y nacionales diseñan e implementan campañas con distintos propósitos. En estos recursos encontrarán ejemplos de algunas que pueden ser inspiradoras para nombrar la suya:

- [UNICEF Argentina](#)
- [UNICEF México](#)
- [Centro de Información de la ONU para México, Cuba y República Dominicana](#)  
[CINU México](#)

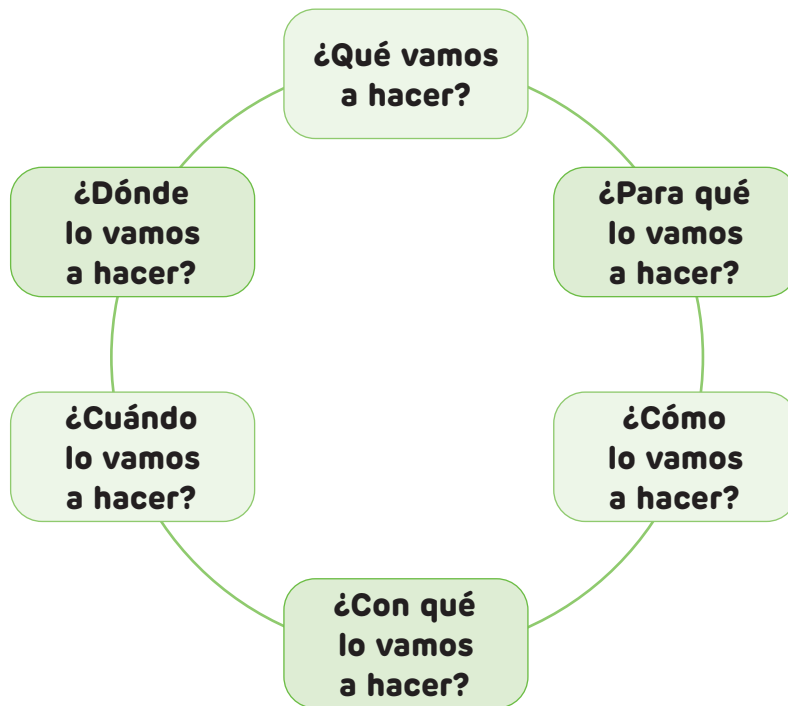
- *Organización*: conformen equipos de trabajo para diseñar y ejecutar las acciones de su campaña, pues toda campaña se conforma tanto de los esfuerzos individuales como de los colectivos.

Esta organización posibilita sostenerla por un tiempo mayor, por ejemplo, si desean que la campaña dure todo el ciclo escolar, cada equipo puede hacerse cargo de ésta durante un mes. Revisen la información del punto 4 y hagan equipos con base en sus intereses, es decir, las actividades de preferencia identificadas y los rangos de edad definidos, pues estos últimos serán los públicos objetivo de su campaña.

**También es posible que su campaña grupal la dirijan hacia un único público objetivo. Esta decisión dependerá de sus intereses y la información obtenida, por ejemplo, si consideran que sus datos reflejan un número importante de personas en un rango de edad específico, todos los equipos pueden dirigir acciones hacia ellas.**

## **iHagamos un plan!**

El primer paso para llevar a cabo un proyecto es realizar un *plan de acción*; éste implica definir objetivos, organizar ideas, así como considerar los recursos, personas, lugares y tiempo de los que se dispone con el fin de realizar las acciones necesarias para lograr nuestros objetivos. Elaborar un plan de acción precisa responder al menos las preguntas del siguiente esquema:



1. Reúnete con tu equipo, revisen las preguntas del esquema y, con apoyo de su docente, respondan cada una de ellas. Analicen la información recabada de su público objetivo, realicen gráficos o seleccionen testimonios relevantes para desarrollar su plan. Elabórenlo en un organizador gráfico, diapositivas o grabaciones de audio y video.

Consideren estas ideas:

- **¿Qué vamos a hacer?** Determinen la acción que les gustaría incluir en la campaña para apoyar el bienestar emocional de su público objetivo. Con ella participarán durante toda la campaña o por el periodo en que se harán cargo de ésta como equipo, según lo hayan definido con su docente. Revisen las aquí propuestas, adáptenlas o planteen distintas:



#### Contador@s de cuentos.

Consiste en buscar y elegir cuentos atractivos destinados a su público objetivo, los cuales les interese narrar con o sin escenificación. Aunque se trata de una actividad pensada en la niñez, también es pertinente para la población adulta, pues los cuentos tienen el potencial de trasladarnos a espacios y momentos inimaginables. Seleccionen narraciones de historias, mitos o leyendas de su localidad; asimismo, utilicen textos propios. Realicen esta acción de manera presencial o graben audios y videos que difundirán por el medio de comunicación que utilice su público objetivo (radio escolar o comunitaria, plataforma digital, red social, etcétera).





### Arriba el telón.

Reside en escenificar obras de teatro enfocadas en su público objetivo. No es necesario tener grandes recursos, pueden montar una escenografía con objetos de sus espacios cotidianos o, incluso, no disponer de una, pues la imaginación y creatividad son recursos indispensables para esta actividad. Piensen en obras de teatro cortas o tomen fragmentos de algunas largas. Otra opción consiste en adaptar guiones o redactar textos originales en los que consideren la participación e improvisación de su público, por ejemplo, para el cierre de la historia. Realicen esta acción de manera presencial o virtual –mediante actos grabados o representados en vivo–.



### Pintando sonrisas.

Realicen pinturas que colocarán a manera de galería en un espacio físico o virtual. Sus creaciones pueden ser originales o estar inspiradas en alguna pintura célebre con el fin de comunicar empatía por las condiciones y emociones vividas actualmente. Obsequien sus pinturas de manera física o virtual e inviten a su público objetivo a elaborar una que regalarán a otra persona con el propósito de motivarles a unirse a la cadena *Pintando sonrisas*.



### Moviendo el corazón.

Si a ustedes y a su grupo objetivo les gusta escuchar música, bailar o tocar un instrumento musical efectúen un acto artístico. Inspírense en sus artistas favoritos, originarios de su región o localidad. También pueden atreverse a crear piezas musicales o coreografías. Realicen la actividad de manera presencial o virtual; inviten a su público a moverse y a producir ritmos, sonidos o movimientos creativos.



### Un poema para ti.

Escriban poemas que puedan entregar a su público objetivo, de manera escrita, oral o en lengua de señas mexicana, por ejemplo, graben un audio o video y difúndanlo por los medios utilizados habitualmente, además, pueden compartirlo en un evento público. Otra opción es redactar cartas con narración de experiencias o anécdotas con mensajes, frases e imágenes reconfortantes. Durante la entrega de los poemas o cartas, de manera física o virtual, alienten a su público a elaborar los propios, con o sin el apoyo de ustedes, para que los proporcionen a una persona desconocida.



### Corazones sin fronteras.

Elaboren murales comunitarios, físicos o virtuales, con mensajes e imágenes dirigidos a su público objetivo. Esta actividad puede tener distintas variantes según los propósitos perseguidos, por ejemplo, si desean dirigirse a la población adulta, que además es migrante y transita por su localidad, realicen un mural colectivo con integrantes de su comunidad con el propósito de generar empatía ante sus condiciones de vida y mostrarles solidaridad, utilizando el o los idiomas empleados. Si su público son las niñas y los niños de su localidad, invítenles a participar en su creación, cuyo resultado puede ser colocado en un espacio público y difundido en redes con el distintivo de la campaña para alentar a otras comunidades a hacer un mural con la participación de la niñez.

No hay grandes o pequeñas acciones. Toda acción que puedan realizar contribuye al bienestar de quienes les rodean y, en situaciones que no podemos cambiar, hacen la diferencia.

**Es probable que cuando realicen su proyecto aún continúe la aplicación de las medidas sugeridas para la nueva normalidad y ello les haga pensar que es imposible llevarlo a cabo; sin embargo, es justo en estos momentos cuando sus propuestas pueden tener relevancia y significado para otras personas. En este sentido, no importa si sus acciones las desean ejecutar de manera presencial o virtual –sincrónica o asincrónica–, lo importante es que sigamos contribuyendo a nuestro cuidado y esto implica también cuidar de nuestras emociones.**

- **¿Para qué lo vamos a hacer?** Formulen un propósito particular que guíe el aporte de su equipo a la campaña. Consideren la acción que desean realizar a partir del tipo de actividades preferidas por su público objetivo y la finalidad al implementarla. Por ejemplo:
  - Realizar una serie de cuentacuentos virtual para niñas y niños de entre 7 y 12 años que les brinde un momento de diversión.
  - Utilizar la aplicación TikTok para alojar Tik loves, es decir, contenido dirigido a la población de entre 17 y 20 años con frases en diferentes idiomas motivadoras y reconfortantes ante el contexto actual.
  - Realizar una secuencia de audiolibros dirigida a la población adulta mayor de la comunidad para fortalecer nuestros vínculos sociales después de un largo periodo de distanciamiento físico.

- Proponer rutinas de ejercitación física a la población de 50 años y más que les proporcione un momento de relajación y diversión.
- Crear videos con recetas de cocina nacional e internacional compartidas por la población de 40 a 50 años para que disfruten de su actividad favorita.
- **¿Cómo lo vamos a hacer?** Es importante que visualicen la acción a realizar como equipo y todas las tareas necesarias para concretarla. Es probable que surjan situaciones no previstas durante la implementación de su plan, sin embargo, es importante estar preparados con objeto de responder de una mejor manera cuando se presenten. Por ello importa identificar con antelación las tareas relacionadas con su acción.

Una forma de organizarlas consiste en hacer una lista de cotejo o *check list* con el fin de ubicar el orden de la secuencia de estas tareas y recurrir a ella durante el proceso de ejecución para asegurarse de realizarlas en los tiempos previstos. Por ejemplo:

Acción: Contador@s de cuentos	Realizado	
	sí	No
<b>Antes</b>		
• Búsqueda de cuentos		
• Lectura de los cuentos y selección del primero a narrar	✓	
• Repartición de personajes		
• Elaborar guion de narración	✓	
...		
• Primer ensayo general		
<b>Durante</b>	Realizado	
	sí	No
• Montaje de escenografía	✓	
...		
• Grabación del cuento		
...		
<b>Después</b>	Realizado	
	sí	No
• Difusión del cuento en la red social para la campaña		
...		

- **¿Con qué lo vamos a hacer?** Empezar cualquier acción implica la movilización de recursos de tipo material, tecnológico o humano. En este sentido, es prudente revisar la lista de cotejo elaborada e identificar lo necesario para realizar cada una de las tareas previstas.

Es importante que su proyecto no genere gastos económicos, por tanto, consideren alternativas como utilizar objetos cotidianos o material reciclado para su escenografía, y elaborar su vestuario a partir de vestimenta personal.

La suma de esfuerzos también es necesaria, por ello, consideren acercarse a alguien de su plantel o de su localidad que, con su experiencia y conocimiento, participe en el desarrollo de su proyecto; por ejemplo, si realizarán una serie de cuentacuentos y una persona habla lengua de señas mexicana o una de las lenguas indígenas de su comunidad soliciten su apoyo para que durante la narración interprete lo correspondiente y su acción sea accesible para el mayor número de personas posible. Asimismo, reconozcan los saberes, las habilidades y las experiencias de cada integrante de su equipo.

**Elaboren un listado de los recursos a utilizar en cada tarea prevista.**

- 3 personas para la representación del cuento
- 1 persona narradora del cuento
- 1 persona intérprete de lengua de señas mexicana
- Escenografía (una mesa, un libro, flores)
- Vestuario (botas rojas, un sombrero, una bufanda)
- Celular o videgrabadora

- **¿Cuándo y dónde lo vamos a hacer?** En la elaboración de cualquier plan es importante considerar el mejor momento y lugar para llevar a cabo la acción prevista, de manera presencial o a distancia –grabada o en vivo-. A veces se puede tener una idea muy original, pero al ejecutarla no se obtienen los resultados esperados, justo por no atender estos factores.

Piensen en su público, el objetivo de su proyecto y el tipo de acción con la que desean participar en la campaña e imaginen el mejor momento para realizarla o difundirla –de forma virtual-. Identifiquen alguna fecha emblemática, incluida en el periodo de duración de su campaña, que consideren pueda tener un efecto significativo en sus destinatarios. Por ejemplo, el 1 de octubre fue declarado el Día Internacional de las Personas Adultas Mayores, de tal modo, pueden difundir su acción en dicho mes si está dirigida a la población adulta mayor.

**Indaguen sobre alguna fecha en particular y reflexionen acerca de los motivos de su conmemoración con el propósito de decidir si es pertinente llevar a cabo su acción en el marco de ésta; no obstante, recuerden que no hay momentos especiales para realizar acciones a favor de nuestro bienestar, todos los días pueden ser un buen día.**

También investiguen si su municipio o alguna institución de su localidad planea algún evento en particular, con objeto de acercarse eventualmente a las personas organizadoras y generar una alianza mediante su acción propuesta. Esto podría facilitarles la logística y la disponibilidad de algunos recursos como el espacio, las invitaciones, la organización del público, las sillas o el sonido si desean realizar una acción presencial.



- Presenten a su grupo el plan de acción elaborado, escuchen los de otros equipos y, con su docente, definan un **programa de trabajo** que integre todas las propuestas como parte de una misma campaña a favor del bienestar de todas y todos.

Diseñen este programa con base en las decisiones tomadas respecto a la duración y organización de la campaña. Algunos ejemplos son:

<b>Campaña</b> #EstamosContigo <b>Objetivo general:</b> _____ <b>Duración: del 1 de octubre al 25 de febrero</b>		
Acción	Responsable(s)	Periodo
Serie de podcast de audiolibros	Equipo 1	Del 1 al 31 de octubre. Todos los lunes difundirán un capítulo.
Contador@s de cuentos	Equipo 2	Del 1 al 30 de noviembre. Todos los lunes difundirán un cuento.
...	Equipo 3	...
Pintando sonrisas	...	...
...	...	...
Todos los equipos difundirán las acciones de otros equipos durante la campaña.		

**Campaña**  
#EstamosContigo

**Objetivo general:** \_\_\_\_\_  
**Duración: del 1 de octubre al 25 de febrero**

Acción	Responsable(s)	Periodo
Serie de podcast de audiolibros	Equipo 1	El último viernes de cada mes difundirán un capítulo.
Contador@s de cuentos	Equipo 2	...
...	Equipo 3	...
Pintando sonrisas	...	Todos los días de la primera semana de cada mes compartirán una pintura distinta.
...	...	...

Todos los equipos difundirán las acciones de otros equipos durante la campaña.

Si el grupo comparte el mismo público objetivo o los equipos desean realizar las acciones propuestas por otros, pueden optar por un programa como el siguiente:

**Campaña**  
#EstamosContigo

**Objetivo general:** \_\_\_\_\_  
**Duración: del 1 de octubre al 25 de febrero**

Acciones por equipo	Equipo 1	Equipo 2	Equipo 3	Equipo 4
1. Serie de podcast de audiolibros (un capítulo). 2. Contador@s de cuentos (un cuento). 3. Pintando sonrisas (difundir una pintura por cada integrante y promover las del público).	Del 1 al 31 de octubre	...	Del 1 al 31 de diciembre	...

Todos los equipos difundirán lo realizado por otros equipos durante la campaña.

3. Durante la conversación grupal y la preparación de su programa de trabajo, podrían surgir nuevas ideas, por ello, importa que revisen de nuevo su plan de acción con el fin de realizar los ajustes pertinentes.

**Este proceso de intercambio es muy enriquecedor para todos los equipos pues les ayuda tanto a compartir ideas y opiniones como a establecer acuerdos sobre las intencionalidades buscadas con cada acción propuesta y, en general, con la campaña.**



#### RECURSOS DE APOYO

Se recomienda que integren el programa de trabajo y los planes de acción en algún programa informático para la gestión de proyectos, con el propósito de dar seguimiento al avance de la campaña. Aquí algunos de ellos:

- [Microsoft Excel](#)
- [monday.com](#)
- [Hub Planner](#)

## En acción

Una vez que cada equipo defina su acción a desarrollar para la campaña, es momento de realizar todas las tareas y productos implicados en su concreción.



1. Reúnete con tu equipo, revisen su lista de cotejo, acuerden cómo llevarán a cabo cada una de las tareas (de manera individual, en parejas, tríos o en equipo) y **establezcan tiempos y responsables** para su desarrollo.
2. Utilicen todos sus conocimientos y habilidades para desarrollar las tareas y los productos, pero también **busquen información en fuentes confiables** y acérquense a sus docentes para enriquecerla mediante conversaciones individuales o colectivas.

Asimismo, **participen en talleres** orientados a desarrollar y fortalecer habilidades específicas relacionadas con su acción a realizar, y a **intercambiar recursos** (libros, revistas, artículos, ensayos, guías, videos, etcétera). Algunas temáticas pueden ser: el diseño de guiones narrativos, técnicas de expresión oral, grabación y edición de videos, técnicas de pintura, recursos literarios utilizados en poesía, aspectos técnicos en deportes, etcétera.



#### RECURSOS DE APOYO

Enseguida encontrarán algunos recursos útiles para el desarrollo de sus acciones:

- [¿Cómo hacer un guion para teatro?](#)
- [Escritura creativa para cuentos aeioTU](#)
- [Cómo dar vida a un cuento. Intervención práctica de narración oral y dramatización](#)
- [Cómo escribir una poesía](#)
- [Cómo hacer un audiocuento en Audacity](#)
- [Cómo narrar un audiolibro](#)
- [Narrando un audiolibro: técnicas, consejos y práctica con ejercicio](#)



**3. Presenten avances** de sus productos (guiones narrativos, cuentos, poemas, canciones, etcétera) a su docente y al resto de los equipos, a fin de conversar sobre ellos, ponerlos a prueba y, en su caso, modificarlos. Hay productos que conviene mantener desde la mirada de quienes los elaboran, por ejemplo, pinturas o cartas.



**4.** Integra en tu **portafolio de experiencias** cualquier producción elaborada con tu equipo o de manera individual pues puede ser útil para este o cualquier otro futuro proyecto académico o profesional: guiones para narración, bocetos, conversiones de medidas de peso incluidas en recetas, etcétera.



**5. Realicen ensayos** de sus actividades antes de implementarlas. Éstos permiten ejercitar, simular y poner a prueba sus acciones para realizar los ajustes pertinentes. Por ejemplo, durante los ensayos pueden darse cuenta de que conviene incluir un personaje nuevo o cambiar de escenografía, así como ajustar el espacio para montar la galería de pinturas, etcétera. Si deciden grabar o realizar sus acciones de manera virtual, también ensayen. Pueden realizar estos ensayos con un público conformado por estudiantes de otros grupos, sus amistades o familias.

**6.** Piensen en distintas maneras de **documentar la experiencia** mientras ejecutan su acción y preparen las herramientas con las que cuenten para ello (toma de fotografías, grabaciones en audio o video, entrevistas a participantes, recopilación de algunos productos elaborados por su público, recuperación de comentarios alojados en redes, etcétera). La información recabada posibilita apreciar el impacto de sus acciones en el momento, así como valorar la experiencia al concluir la campaña.



**7. Pongan en acción la campaña** en el periodo acordado. Durante la ejecución consideren lo siguiente:

- *El proyecto es responsabilidad de todas y todos.* Implica tener en mente las actividades que desempeñarán como equipo y de manera individual, con el fin de prepararse



para ejecutarlas, pero también estén alerta por si otro equipo necesita de su colaboración en favor de su campaña.

- *Empleen el distintivo de su campaña* en todas las acciones de equipo que realicen, para incrementar su visibilidad e impacto.

Aunque cada equipo realice una acción diferente, el uso del distintivo en todas las acciones y producciones elaboradas ayuda a que su público las reconozca como parte de una campaña, lo cual genera interés por conocer más de ella, sumarse a las acciones propuestas o, incluso, motivar la creación de otras. Consideren que el fin último de su campaña es realizar acciones enfocadas en el bienestar de todas y todos, por tanto, su crecimiento beneficia a más personas.

Si utilizan alguna red social digital para difundir sus acciones, también fomenten que su público comparta las que generó. Asimismo, agreguen aquellas realizadas por quienes no tienen acceso a tales medios. Eviten compartir datos personales de ustedes o de otras personas, así como fotografías sin autorización.



#### RECURSOS DE APOYO

Si desean utilizar algún #hashtag como distintivo de su campaña, acérquense a fuentes de información confiables para enterarse de las implicaciones de su uso, así como la manera segura y responsable de utilizar ésta u otras herramientas o recursos digitales: red social, plataforma digital, aplicación, etcétera:

- [Cómo prevenir riesgos en redes sociales / Seguridad en internet](#)
- [¿Hacemos buen uso de las redes sociales?](#)
- [Pienso luego publico. Redes sociales](#)

Consideren generar espacios en redes sociales digitales exclusivos para esta campaña.

- *Cambiar el plan no está mal.* Aunque tengan todo preparado, situaciones no previstas implican reorientar el plan justo en el momento de su implementación, por ejemplo, el clima puede ser un factor para moverse de espacio o demorar el inicio de una acción presencial. Es importante mantener la calma y buscar alternativas de solución enfocadas en utilizar los cambios a favor de su proyecto. Por ello, si el plan cambia no está mal.
- *Realicen acciones individuales.* Aunque hayan diseñado acciones de equipo como parte de su campaña, no es necesario que todas las acciones que la conformen tengan que ser en equipo. Si durante el proceso no pudiste coordinarte con un equipo de trabajo o te surgió una idea a implementar como parte de la misma campaña, lleva a cabo la acción individual que desees en cualquier momento en que dure la campaña o, incluso, posterior a ella. Por ejemplo, si utilizas redes sociales, puedes subir contenido que consideres puede ayudar a tu bienestar o al de tu público objetivo o

cualquier otro: subir un poema, una canción, una imagen con una frase motivadora, etc. No olvides utilizar el distintivo de la campaña cuando lo hagas: usa el símbolo “#”, seguido del nombre de la campaña, para etiquetarlo.

- *Disfruta el proyecto.* Canalizar tus energías a favor de otras personas durante la planeación y ejecución del proyecto no debe ser incómodo, ni para ti ni para nadie; al contrario, goza cada actividad.

## ¿Qué aprendimos?

Al término de la campaña es pertinente realizar, con tu equipo y grupo, una retrospectiva del proceso de planeación y ejecución con el propósito de recuperar lo aprendido de la experiencia, así como valorar la posibilidad de que su proyecto adquiera un nuevo punto de partida. Para ello, recomendamos:



1. Realiza un escrito o una grabación en video o audio para registrar tus ideas, experiencias y emociones surgidas durante el proyecto. Guíate a partir de preguntas como las siguientes:

- ¿Cómo te sentiste durante todo el proceso de planeación y ejecución del proyecto?, ¿qué te agradó más y qué no?
- ¿Qué aprendiste o descubriste durante todo el proyecto?
- ¿Consideras que se cumplió el objetivo de tu equipo? ¿por qué?
- ¿Qué se podría mejorar para futuros proyectos similares?



2. Comparte tu escrito o grabación con tu equipo y, de igual modo, conoce las reflexiones del resto de sus integrantes. Reconozcan lo que es común entre ustedes y lo que no. Las personas viven y significan de diferente manera la experiencia, sin embargo, compartirla permite reconocer-nos y aprender unos de otros.

3. En equipo, a partir de las reflexiones anteriores, piensen en una manera de presentar a su docente y al resto del grupo sus opiniones. Pueden elaborar un *collage* fotográfico con ideas del equipo y de su público participante, un informe con fotografías y testimonios o cualquier otro trabajo que sistematice la información derivada de la experiencia.



Integra el trabajo realizado en tu **portafolio de experiencias**, pues participar en este tipo de proyectos contribuye a fortalecer tu sentido de colaboración para actuar a favor de un bien común, así como de responsabilidad y empatía ante distintas situaciones que te rodean.



4. Presenten a su docente y grupo escolar el trabajo de valoración realizado, escuchen el de otros equipos y dialoguen en torno a:

- ¿Qué aprendimos de la experiencia?
- ¿En qué medida cumplimos con el propósito de nuestra campaña?
- ¿Cómo podemos continuar el proyecto?

Conversen sobre los resultados derivados de la experiencia y acuerden cómo pueden darle continuidad. Por ejemplo, valoren la posibilidad de establecer una nueva temporada de su campaña para implementar o difundir las acciones, incluso, diseñar nuevas –en grupo, equipos o de manera individual–, hacia el mismo público objetivo u otros; o bien, consideren divulgar su práctica para que otros grupos o comunidades escolares la conozcan y se sumen. Tomen decisiones con asesoría de su docente.

5. Para finalizar esta experiencia de trabajo, les obsequiamos el siguiente poema.

<p><b>Esperanza</b></p> <p>Cuando la tormenta pase y se amansen los caminos, y seamos sobrevivientes de un naufragio colectivo.</p> <p>Con el corazón lloroso y el destino bendecido nos sentiremos dichosos tan sólo por estar vivos.</p> <p>Y le daremos un abrazo al primer desconocido y alabaremos la suerte de conservar un amigo.</p> <p>Y entonces recordaremos todo aquello que perdimos y de una vez aprenderemos todo lo que no aprendimos.</p>	<p>Ya no tendremos envidia pues todos habrán sufrido. Ya no tendremos desidia seremos más compasivos.</p> <p>Valdrá más lo que es de todos, que lo jamás conseguido. Seremos más generosos, y mucho más comprometidos.</p> <p>Entenderemos lo frágil que significa estar vivos. Sudaremos empatía por quien está y quien se ha ido.</p> <p>[Fragmento] <b>Alexis Valdés</b> Fuente: Redacción (2020, 4 de abril). “Esperanza”, el poema del cubano Alexis Valdés en medio de la pandemia. Criterio.hn.</p>
--	--



## Desde mi experiencia

Conoce experiencias de adolescentes y jóvenes que han realizado proyectos similares como inspiración para hacer el tuyo.

*El baile me ayudó mucho a desestresarme y sentirme mejor en distintos aspectos.*

**María Dolores,**  
estudiante de Puebla, marzo de 2021

*Una de mis maestras puso un cuestionario que nos informa sobre lo que sucede este 2021, ayuda mucho a reflexionar sobre cómo nos sentimos y seguir adelante.*

**Michelle,**  
estudiante de Puebla, marzo de 2021

*Una actividad que me gustó muchísimo fue el que nosotros pudiéramos ayudar a una persona o un familiar que lo necesitara, fue gratificante poder sentir esa sensación de que estás ayudando a alguien y que esa persona tal vez por un día va a pasar un buen día por algo que tú hiciste.*

**Uriel,**  
estudiante de Puebla, febrero de 2021

*Con apoyo de éstas [actividades de ética y lenguaje] puedo aprender a comunicarme mejor con cualquier persona y sentirme bien trabajando en clases.*

**Viviana,**  
estudiante de Puebla, marzo de 2021

## Listado de recursos sugeridos

### Aplicaciones y programas informáticos:

- Google Forms (s/f). <[https://www.google.com/intl/es\\_mx/forms/about/](https://www.google.com/intl/es_mx/forms/about/)>.
- Hub Planner (2020). <<https://hubplanner.com/?r=pst&dpm=39446>>.
- Mentimeter (s/f). <<https://www.mentimeter.com/>>.
- Microsoft Excel (2021). <<https://www.microsoft.com/es-mx/microsoft-365/excel>>.
- Monday.com(s/f). <[https://monday.com/lp/mb/dpm/ppms?utm\\_source=mb&utm\\_campaign=dpm&utm\\_medium=projportfolio&dpm=39443](https://monday.com/lp/mb/dpm/ppms?utm_source=mb&utm_campaign=dpm&utm_medium=projportfolio&dpm=39443)>.
- SurveyMonkey (2021). <[https://es.surveymonkey.com/user/sign-up/?ut\\_ctatext=SUSCRIPCI%C3%93N%20GRATUITA&ut\\_source=mp&ut\\_source2=survey-templates&ut\\_source3=hero](https://es.surveymonkey.com/user/sign-up/?ut_ctatext=SUSCRIPCI%C3%93N%20GRATUITA&ut_source=mp&ut_source2=survey-templates&ut_source3=hero)>.
- Survio (2020). <<https://bit.ly/2YJqhL9>>.

### Videos:

- AeioTU (2018, 12 de abril). *Escritura creativa para cuentos aeioTU* [video]. YouTube. <<https://youtu.be/Rg7pPLa5mzg>>.
- Smartped (2010, 19 de abril). *Cómo hacer un audiocuento en Audacity* [video]. YouTube. <<https://youtu.be/fojjiPBi-kw>>.
- Gaby Olarieta (2018, 7 de mayo). *Cómo narrar un audiolibro* [video]. YouTube. <<https://youtu.be/Oj7WWR615wg>>.
- Gaby Olarieta (2018, 10 de septiembre). *Narrando un audiolibro: técnicas, consejos y práctica con ejercicio* [video]. YouTube. <<https://youtu.be/7Jkl4V9MUc8>>.
- GCFaprendeLibre (2016, 20 de octubre). *Cómo prevenir riesgos en redes sociales / Seguridad en internet* [video]. YouTube. <<https://youtu.be/BwKb4wOSB6Y>>.
- OSIseguridad (2019, 13 de marzo). *¿Hacemos buen uso de las redes sociales?* [video]. YouTube. <<https://www.youtube.com/watch?v=WMEk-bua9vA>>.
- Prepa en Línea (2017, 15 de diciembre). *Pienso luego publico. Redes sociales* [video]. YouTube. <<https://www.youtube.com/watch?v=JrltHycXgQQ>>.

### Páginas web y otros:

- Arguello, J. y Fernández, A. (s/f). *Ensayos fotográficos. La juventud hace un llamado a tomar medidas contra el COVID-19 en América Latina y el Caribe*. UNICEF. <<https://www.unicef.org/lac/historias/ureport-covid-19>>.
- Centro de Información de la ONU para México, Cuba y República Dominicana. CINU México (2021). *Campañas*. <<https://www.cinu.mx/el-cinu/campanas/>>.
- Chamorro, M. (s/f). *Cómo dar vida a un cuento. Intervención práctica de narración oral y dramatización*. <<https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/9770/C%C3%B3mo%20dar%20vida%20a%20un%20cuento.pdf?sequence=3>>.
- Nerea, N. (2015, 20 de abril). *Cómo escribir una poesía*. Nerea Nieto Blog. <<https://nereanieto.com/diariodeunaescritora/blog/como-escribir-una-poesia/>>.

RED-ILCE (s/f). *¿Cómo hacer un guion para teatro?* <[https://redescolar.ilce.edu.mx/sitios/micrositios/franciscaymuerte/como\\_hacer\\_guiion\\_teatro.pdf](https://redescolar.ilce.edu.mx/sitios/micrositios/franciscaymuerte/como_hacer_guiion_teatro.pdf)>.

UNICEF Argentina (s/f). *Página. Campañas.* <<https://www.unicef.org/argentina/campa%C3%B1as>>.

UNICEF México (s/f). *Página. Salud mental de las y los adolescentes ante el COVID-19. Recomendaciones para una nueva normalidad.* <<https://www.unicef.org/mexico/salud-mental-de-las-y-los-adolescentes-ante-el-covid-19>>.

## Comisión Nacional para la Mejora Continua de la Educación

Área de Apoyo y Seguimiento a la Mejora Continua e Innovación Educativa (AASMCIE)

### DIRECTORIO

**Etelvina Sandoval Flores**, presidenta; **María del Coral González Rendón**, comisionada; **Silvia Valle Tépatl**, comisionada; **Florentino Castro López**, comisionado; **Oscar Daniel del Río Serrano**, comisionado.

**Armando de Luna**, Secretaría Ejecutiva; **Laura Jessica Cortázar Morán**, 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.

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

**Coordinación académica:** Rosa Mónica García Orozco, Brenda Peña Barragán y Arturo Ayala Mendoza.

**Redacción:** Brenda Peña Barragán.

### Cómo citar este documento

Comisión Nacional para la Mejora Continua de la Educación (2021). *¡Hagamos comunidad! Estrategias de apoyo pedagógico para la educación media superior. Siento, pienso y actúo.*