

# Diseñando Bienestar Para Mi Futura Aula

Actividad Asincrónica 3

## Propósito de la Actividad

Diseñar una estrategia socioemocional aplicable al aula que contribuya al bienestar emocional de estudiantes en contextos educativos mediados por tecnología.

## Recurso de Referencia

Experiencia formativa del estudiante y revisión de prácticas observadas en contextos escolares.

## Instrucciones de Trabajo

El estudiante diseñará una microestrategia orientada al fortalecimiento del bienestar emocional en contextos educativos presenciales, híbridos o digitales, considerando su futura práctica profesional docente o su práctica actual según sea el caso.

La propuesta deberá ser viable, contextualizada y aplicable a un entorno escolar real.

Asimismo, deberá vincularse con los principios de la Nueva Escuela Mexicana (NEM), incorporando al menos un eje articulador y un Proceso de Desarrollo de Aprendizaje (PDA) pertinente al nivel educativo seleccionado.

La actividad deberá incluir los siguientes apartados:

- Nombre de la estrategia
- Nivel educativo y campo formativo al que se dirige
- Eje articulador de la NEM vinculado
- PDA relacionado
- Objetivo formativo
- Descripción general de la actividad
- Recursos necesarios para su implementación
- Momentos o situaciones de aplicación en el aula
- Relación de la estrategia con el bienestar emocional del estudiantado
- Posibles adaptaciones para entornos digitales o mediadas por tecnología

- Reflexión breve sobre su utilidad en la construcción de ambientes emocionalmente seguros

Se recomienda considerar experiencias observadas durante las prácticas profesionales, así como necesidades emocionales identificadas en estudiantes o en la propia experiencia formativa.

Ejemplos orientativos:

- Semáforo emocional digital
- Pausas conscientes antes de evaluaciones
- Rutinas de apertura emocional al inicio de clase
- Estrategias de desconexión digital consciente
- Espacios breves de escucha activa
- Actividades de regulación emocional antes de exposiciones

## Producto a Entregar

Diseño en formato libre (infografía, documento, presentación o esquema) con explicación mínima de 3–5 cuartillas equivalentes.

## Tabla de Entrega

Elemento	Descripción
Formato	Libre (PDF recomendado)
Extensión	3–5 cuartillas equivalentes
Fecha	26/05/2026
Medio de entrega	correo del curso

## Rúbrica de Evaluación

Criterio de evaluación	Excelente (4)	Bueno (3)	Suficiente (2)	Insuficiente (1)
<b>Pertinencia de la estrategia socioemocional</b>	La estrategia responde claramente a una necesidad emocional del contexto escolar y presenta alta viabilidad pedagógica.	La estrategia es pertinente y aplicable, aunque con algunos aspectos poco desarrollados.	La estrategia presenta relación limitada con el bienestar emocional o poca claridad en su aplicación.	La estrategia no responde al propósito de bienestar emocional o resulta poco viable.
<b>Integración de elementos de la NEM</b>	Integra de manera clara y coherente un eje articulador y un PDA pertinente al nivel educativo seleccionado.	Integra eje articulador y PDA, aunque con relación parcial a la propuesta.	Menciona elementos de la NEM de forma superficial o poco clara.	No integra ejes articuladores ni PDA.
<b>Diseño pedagógico de la propuesta</b>	Presenta estructura completa: objetivo, implementación, recursos, momentos de aplicación y adaptación digital claramente definidos.	Incluye la mayoría de los elementos solicitados con adecuada organización.	Presenta algunos elementos incompletos o poco desarrollados.	La propuesta carece de estructura pedagógica básica.
<b>Reflexión sobre bienestar emocional</b>	Analiza de manera crítica y profunda la importancia del bienestar emocional en la práctica docente y el aula.	Presenta una reflexión clara aunque poco profunda.	La reflexión es superficial o descriptiva.	No presenta reflexión significativa.
<b>Adaptación a entornos digitales</b>	Propone adaptaciones digitales creativas, viables y	Incluye adaptaciones digitales funcionales.	Las adaptaciones digitales son limitadas o poco claras.	No considera adaptación a entornos digitales.

	coherentes con la estrategia.			
<b>Creatividad e innovación</b>	La propuesta muestra originalidad, creatividad pedagógica y contextualización adecuada.	La propuesta presenta algunos elementos innovadores.	La propuesta es convencional y poco contextualizada.	La propuesta carece de creatividad o contextualización.
<b>Presentación y claridad</b>	El trabajo está bien organizado, redactado con claridad y sin errores relevantes.	Presenta buena organización y pocos errores.	La organización o redacción dificultan parcialmente la comprensión.	La presentación dificulta la comprensión del trabajo.
<b>Uso ético de IA</b>	Declara de forma transparente el uso de IA y evidencia reflexión crítica sobre su utilización.	Declara el uso de IA de manera general.	Menciona parcialmente el uso de IA.	No declara uso de IA cuando corresponde.

## Uso Ético de Inteligencia Artificial

Se permite el uso de IA como apoyo creativo o de redacción, pero la propuesta debe ser autoría del estudiante. Debe declararse si se utilizó IA en el proceso de diseño.

## Próximos Pasos

- Revisa los ejemplos proporcionados y considera cuál se adapta mejor a tus ideas.
- Comienza a esbozar tu microestrategia, pensando en los puntos clave solicitados.
- Explora herramientas de diseño para crear tu producto final.