

PANORAMA: Las 3 prácticas distintivas del SEL

ACTIVIDADES DE INCLUSIÓN DE BIENVENIDA ESTRATEGIAS DE PARTICIPACIÓN CIERRE OPTIMISTA



1. Abrir cada período de clase, reunión o experiencia de aprendizaje profesional con una **ACTIVIDAD, RUTINA O RITUAL DE INCLUSIÓN DE BIENVENIDA** que construya la comunidad y se conecte con el trabajo futuro.

Ejemplos de actividades, rutinas y rituales de bienvenida:

- Sonría cálidamente y salude a cada persona por su nombre preferido
- Actividades de saludo para todo el grupo
- Círculos matutinos
- "Do-nows" interactivos, como la ayuda con las tareas de los compañeros



2. Incorporar **ESTRATEGIAS DE PARTICIPACIÓN**, incluyendo descansos cerebrales para anclar el pensamiento y el aprendizaje, a lo largo de la experiencia. Las estrategias de participación ofrecen muchas oportunidades que varían en complejidad para practicar las habilidades de SEL. La participación y el aprendizaje individual (por ejemplo, "[turn-to-your-partner](#)") y colectivo (por ejemplo, "[Socratic Seminar](#)" y "[Jigsaw](#)") se apoyan en estrategias y actividades elegidas intencionadamente con pasos secuenciales que se adaptan a las necesidades actuales de su grupo. Construir un equilibrio de experiencias interactivas y reflexivas para satisfacer las necesidades de todos los participantes.

Ejemplos de estrategias de participación:

- Piensa, Tinta, Pareja, Comparte (tiempo de silencio para reflexionar; tiempo para escribir; discusiones en pareja; cierre compartiendo con el grupo)
- [Clock Partners](#) (preacordar compañeros para formar parejas rápidamente, para la reflexión y el debate)
- Tiempo de reflexión privado (tiempo de espera del facilitador)
- [Mindful Minute Brain Break](#) (una actividad calmante, que promueve la concentración y la disposición a aprender)



3. Cierre cada experiencia de forma intencionada. Un **CIERRE OPTIMISTA** no es necesariamente un "final alegre", sino que resalta una comprensión individual y compartida de la importancia del trabajo, y puede proporcionar una sensación de logro y apoyo para pensar en el futuro. La actividad de cierre puede ser un reflejo del aprendizaje, ayudar a identificar los próximos pasos o establecer conexiones con el propio trabajo.

Ejemplos de un cierre optimista:

- [Elogio de un minuto](#)
- Algo que aprendí hoy...
- Siento curiosidad por ...
- Quiero que llegue el día de mañana porque...
- [Haz lo que quieras](#)
- Algo que haré como resultado de esta reunión es...
- Algo que aún cuestiono...
- Algo que aún me preocupa...



Establecer un acuerdo compartido del que siempre se pueda pasar.

Anime a los participantes a decir verbalmente "Paso" o "Por favor, vuelvan a mí" si esa es su elección del día de hoy.

Acerca de las 3 prácticas distintivas del SEL

Las 3 prácticas distintivas del SEL se desarrollaron en respuesta a estas preguntas tan comunes: "*¿Pero qué aspecto tiene el SEL?*" y "*¿Cómo podemos empezar a hacer el SEL ahora mismo?*". Los educadores y los proveedores de OST entendieron y creyeron en el poder del SEL, pero buscaron claridad sobre cómo demostrar y observar el SEL en acción durante el día escolar y más allá.

Las **3 prácticas distintivas del SEL** son una herramienta para fomentar un ambiente de apoyo y promover el SEL. Intencionalmente y explícitamente ayudan a construir un hábito de prácticas a través de las cuales los estudiantes y los adultos mejoran sus habilidades de SEL. Aunque no se trata de un plan de estudios de SEL, estas prácticas son un ejemplo concreto de una forma de ayudar a la gente a entender y practicar los objetivos de un plan general sistémico de implementación del SEL.

¿Por qué? Establecemos el tono de nuestro aprendizaje e interacciones al iniciar el día escolar, dirigir una reunión de personal, dar una lección o facilitar el desarrollo profesional. Nuestro objetivo es diseñar cada elemento con propósito y atención para lograr un resultado en particular. Los adultos y los estudiantes entran en el trabajo o en la escuela cada día como si fueran todos nosotros. Traemos nuestras fortalezas, desafíos y circunstancias externas que contribuyen a la forma en que abrazamos o enfrentamos el día. Transportamos nuestra buena voluntad intencional y nuestros prejuicios implícitos. Llevamos el recuerdo de nuestra última vez en este entorno y nuestra historia de situaciones similares.

¿Qué? Las estrategias, actividades y protocolos elegidos intencionadamente fomentan interacciones que modelan el SEL en acciones y ayudan a crear una experiencia equitativa. Establecen un contenedor seguro para la equidad de la voz, para vernos verdaderamente unos a otros, y celebrarnos unos a otros como nuestro yo más completo. Al integrar momentos de reflexión, interacciones positivas y apreciaciones, creamos el clima y la cultura por los que nos esforzamos, en los que todos en la sala sienten que pertenecen a una comunidad de estudiantes segura y solidaria, en los que se les valora y se les permite aprender y trabajar juntos de forma productiva.

¿Quién? ¡Todos! Tanto los estudiantes como los adultos forman parte del proceso de aprendizaje permanente para desarrollar y usar sólidas habilidades de SEL. Los profesores, líderes, personal del distrito y agencias extraescolares utilizan estas prácticas con gran efecto, para construir en colaboración entornos en los que la plenitud de la identidad de cada persona se reconoce y se eleva.

¿Cómo? Este manual ofrece ejemplos y recursos para que pueda desarrollar su repertorio de prácticas de SEL. También ofrece ideas sobre cómo hacer que la planificación y la facilitación de las prácticas destacadas sean una parte fluida y natural de su trabajo. Usted y sus colegas son las fuentes de datos más ricas del otro, así que le animamos a dialogar regularmente sobre cómo construir consistentemente estas prácticas destacadas en su trabajo diario, y a aprender unos de otros.

¿Cuándo? Incorpore estas prácticas a lo largo del día, todos los días, como una parte regular de la planificación de las lecciones diarias, las agendas de las reuniones y la facilitación del aprendizaje profesional para crear un clima y una cultura de seguridad, inclusión y pertenencia, y para apoyar entornos de aprendizaje sólidos y eficaces.