**Acta 17º sesión**

Málaga a 10 de Mayo de 2017, se reúnen los siguientes participantes:

Barranco Villanueva, Sarai

Bedmar Arroyo, Sergio

Benítez Sala, Sergio

Bermúdez González, Alonso

García Gómez, Montserrat

Hernández Sánchez, Guillermo

Jiménez Rodríguez, María

López Salas, Eugenia Sonia

López Sánchez, Leonor María

Luque Gil, Milagros

Márquez Pérez, Inmaculada

Pérez Ruiz, Francisco Javier

Romero López, Ana Belén

Salas Cobalea, Susana María

Velasco Fano, Aránzazu

Velasco Fano, Francisco Javier

Y como coordinador Antonio Lobato Rodríguez, para trabajar los siguientes temas:

* Comentario cuestionario de ansiedad entre el profesorado.
* *El maestro atento*: Aprendizajes básicos de todo docente.
* Propuesta para la siguiente sesión.

Comenzamos la sesión comentando los resultados de la encuesta sobre ansiedad en el profesorado. En general, y al igual que en la mayoría de colegios, todos y todas obtenemos una puntuación en torno a los 60 puntos. Por tanto, la tendencia es la habitual, niveles de ansiedad altos. Debatimos durante un rato acerca de las causas y concluimos que la principal es la “hipervigilacia”, la obligación de tener que estar continuamente atentos, alerta a multitud de factores en clase.

Para regular estos niveles de ansiedad, Raquel nos ha traído la lectura de *El maestro atento*. Hacemos un repaso de los aprendizajes básicos que todo y toda docente debe desarrollar. Así:

* Conocer y desarrollar los diferentes niveles de atención.
* Competencia respiratoria.
* Competencia de relajación
* Competencia autógena de representación mental.
* La voz y el habla.
* Competencia sensorial.
* Competencia postural.
* Competencias motrices
* Energía corporal
* Habilidades especiales de meditación, relajación y mindfulness.

Por último también reflexionamos acerca de la situación familiar que sufren muchas muchos de nuestros alumnos y alumnas, sus viviendas, la alimentación en el rendimiento, personalidad, comportamiento,… como influye también este cúmulo de circunstancias en sus niveles de ansiedad y rendimiento. Patxi ilustra muy acertadamente este debate con el “test de la libreta-habitación”. Se trata de la correlación entre organización de la casa o habitación del alumnado con el nivel de estructuración y limpieza de sus libretas.

Para la siguiente sesión también contaremos con la colaboración de Raquel y continuaremos con la puesta en común de los textos que nos ha proporcionado.

Y sin más asuntos que tratar, se levanta sesión,

Coord. Formación

Antonio Lobato Rodríguez