



## HOJA DE RUTA

### “CONVIVAMOS CON NUESTRAS EMOCIONES”

- I. **DESCRIPCIÓN:** Sabemos que la situación actual trae consigo cambios en la rutina y en la vida de todos los ciudadanos, lo que implica gestionar y adaptar la logística familiar, educacional y socioemocional. En este escenario, la Dirección de Educación ha incrementado sus esfuerzos para dar respuesta a las necesidades de la comunidad educativa, elaborando distintas estrategias de apoyo, orientadas al abordaje integral de nuestros estudiantes y sus familias.
- II. **OBJETIVO:** Brindar apoyo y acompañamiento socioemocional y de convivencia a las familias en contexto de crisis sanitaria.
- III. **CÁPSULAS ONLINE:** Espacios virtuales breves para estudiantes y sus familias orientados a la entrega de estrategias de soporte socioemocional y de convivencia.
- a) **Cápsula de Inicio:** Profesionales del ámbito de la educación realizan una introducción de las temáticas a tratar en las distintas cápsulas.
  - b) **Cápsulas por Eje Temático:** Cada cápsula cuenta con uno o más videos y descripción y ficha de la actividad. Al finalizar el ejercicio, se debe responder una encuesta que se despliega en la misma página.
  - c) **Cuadernillos de Trabajo:** Cada cápsula incorpora un cuadernillo con la descripción de cada temática y sugerencias y orientaciones para realizar la actividad.

#### IV. INDICACIONES

El ingreso a la plataforma se realiza de la siguiente manera:

1. Página Establecimiento Educacional
2. Banner **“CONVIVAMOS CON NUESTRAS EMOCIONES”**
3. Cápsula de Inicio
4. Cápsulas Ejes Temáticos



## V. EJES TEMÁTICOS

EJE TEMÁTICO	UNIDAD	TÍTULO	OBJETIVO	SEMANA	FECHA
<b>LANZAMIENTO</b>				1	27 al 30 de Abril
<b>CONVIVENCIA ESCOLAR</b> Prevención Digital	ISLA CIUDADANA: CORRESPONSABILIDAD	Cuida tu mundo	Tomar conciencia de la responsabilidad ciudadana en la convivencia con otros	2	4 al 8 de Mayo
	CARACT. DE INTERNET	Conoce el impacto de internet	Tomar conciencia del impacto de internet en nuestras vidas		
	PROYECTO CIUDADANÍA DIGITAL	Desafío familiar: Ciudadanía digital	Prevenir riesgos digitales en la comunidad a través de un proyecto familiar		
	MIGRANTES	Derriba prejuicios	Tomar conciencia del impacto de internet en nuestras vidas		
<b>CONVIVENCIA ESCOLAR</b> Prevención Internet	BULLYING	Maltrato y bullying	Desarrollar empatía para prevenir el maltrato escolar o bullying	3	11 al 15 de Mayo
	CYBERBULLYING	No a la violencia en internet	Desarrollar empatía para prevenir el cyberbullying		
	PROYECTO BULLYING	Desafío familiar: Estrategias Bullying	Conocer y fomentar estrategias para prevenir el bullying a través de un desafío virtual		
	SEXTING	Cuida tu intimidad en internet	Reconocer espacios de intimidad para prevenir el bullying		
	GROOMING	Cuídate de extraños en internet	Desarrollar una mirada crítica frente al grooming para protegerse		
	CIBERADICCIÓN	Mide tu tiempo en internet	Reconocer al abuso de la tecnología como un riesgo para la salud.		
<b>AUTOCUIDADO</b> Aprender a Calmarse Autoconocimiento	MINDFULNESS TALENTOS E INTERESES	Respira y calma Comparte tus talentos	Identificar y regular emociones a través de la respiración Conocer y compartir los intereses y talentos de nuestros familiares	4	18 al 22 de Mayo
<b>AUTOREGULACIÓN</b> Autocontrol Reconocimiento, manejo y expresión de emociones	EMOCIONES	Reconoce emociones	Reconocer emociones propias y de los demás	5	25 al 29 de Mayo
<b>SOCIALIZACIÓN</b> Empatía Trabajo en Equipo Comunicación Asertiva Resolución Pacífica de Conflictos	VÍNCULO COMUNICACIÓN RESOLUCIÓN PACÍFICA DE CONFLICTOS	Historias que acercan Comunica Asertivamente Del conflicto al acuerdo	Fortalecer el vínculo entre los integrantes de la familia a través de historias significativas. Diferenciar y transformar situaciones comunicacionales a comunicación asertiva. Desarrollar habilidades para gestionar y resolver conflictos de forma constructiva.	6	1 al 5 de Junio
<b>RESILIENCIA</b> Adaptación y Flexibilidad: Hábitos y rutinas Afrontamiento crisis: Fortalezas y cualidades personales y colectivas Redes de Apoyo Pedir ayuda: Factores de Riesgo y Factores Protectores	JUEGOS PROYECTO EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL	¡A jugar! Desafío familiar: Educación socioemocional	Reconocer y disfrutar beneficios del juego Reconocer las fortalezas familiares a través de un proyecto audiovisual	7	8 al 12 de Junio