KINDER

YO SOY FERCHA LA MARIPOSA

¿Sabían que hay mariposas que vuelan durante el día, y otras que solo salen de noche? Aunque parecen diferentes porque algunas se ven cuando hay sol y otras cuando hay luna, en realidad tienen muchas cosas en común. Todas son mariposas, tienen alas de colores y les encanta volar de flor en flor para comer néctar. Es como nosotros: aunque algunos amigos pueden parecer diferentes, todos tenemos cosas que nos unen, como que nos gusta jugar, reírnos y aprender cosas nuevas juntos. Así como las mariposas pueden ser distintas, pero seguir siendo mariposas, nosotros también podemos ser diferentes y seguir siendo amigos."

Proyecto de educación socioemocional preescolar y primaria

Manadas: grupos que caminan juntos con un propósito en común.

En el Colegio Nuestra Señora de la Salette entendemos que el éxito académico va de la mano con el bienestar emocional de nuestros estudiantes. Por ello, desarrollamos e implementamos el **Proyecto Socioemocional "Manadas"**, un programa específico y estructurado paso a paso desde Kinder hasta 5to de Primaria para acompañar a sus hijos en el autoconocimiento, la empatía y la resiliencia frente a los retos del día a día.

Por lo tanto, el propósito del proyecto es buscar que los estudiantes articulen la relación entre pensamiento, acción y emoción que permita autorregularse para generar ambientes propicios de aprendizaje desde el manejo de las competencias socioemocionales.

A continuación, les presentamos de forma detallada cómo se trabaja este programa a través de un eje transversal y tres grandes módulos formativos:

Eje Transversal: Atención Plena (Mindfulness)

La capacidad de enfocarse de manera consciente en el aquí y el ahora es la base de todo el aprendizaje emocional. Este eje evoluciona con la edad de los niños:

- **Kínder y transición:** Etapa de introducción y sensibilización inicial al entorno y la calma interna.
- **1ro Primaria:** Aprenden a *oír* con atención plena (apertura al entorno).
- **2do Primaria:** Aprenden a *observar* con atención plena (concentración visual).
- **3ro Primaria:** Aprenden a *actuar* con atención plena (intencionalidad en lo que hacen).
- **4to Primaria:** Aprenden a *escuchar* profundamente (atención empática hacia el otro y parafreasando lo que dicen para entenderlo plenamente).
- **5to Primaria:** Aprenden a *respirar* de forma consciente para anclarse y autorregularse.

PRIMERO	SEGUNDO	TERCERO	CUARTO	QUINTO
OIR CON ATENCIÓN PLENA	**OBSERVAR CON ATENCIÓN PLENA**	**ACTUAR CON ATENCIÓN PLENA**	**PARAFRASEO LO QUE OTROS DICEN PARA ENTENDERLOS PLENAMENTE**	**DESARROLLO HABILIDADES SOCIALES PLENAMENTE PARA CONVIVIR AQUÍ Y AFUERA**

Módulo 1: Conmigo Mismo (El camino hacia la autonomía emocional)

Este módulo se centra en fortalecer el mundo interno del estudiante, dividiéndose en dos pilares fundamentales:

A. Autoconciencia

Busca que el estudiante se conozca de forma objetiva, valore su autoestima y entienda sus emociones.

- **Autoconcepto:** Va desde *describir cómo soy* (Kinder), pasando por *reconocer lo que me hace único* (4to) hasta *entender cómo me ven los demás y cómo influye en mí* (5to).
- **Autoeficacia:** Fomenta la confianza en sus capacidades; se les enseña a *asumir tareas difíciles como desafíos* (2do) y a *confiar en sí mismos aunque otros duden* (5to).
- **Conciencia Emocional:** Les enseña a poner nombre a lo que sienten, reconociendo emociones cotidianas, estados complejos como la *ansiedad* (2do) o la *vergüenza* (4to), y aprendiendo a *medir la intensidad de su cólera* (5to).

B. Autorregulación

Herramientas para gestionar de forma saludable sus impulsos y frustraciones.

- **Manejo de emociones:** Estrategias que van desde *respirar hondo para calmarse* (Kinder) hasta aprender a *lidiar con la cólera de manera sana* (5to).
- **Postergación de la gratificación:** Enseña disciplina y paciencia; por ejemplo, *terminar los deberes antes de jugar* (Kinder) o *controlar el impulso de hacer solo lo que les apetece* (5to).
- **Tolerancia a la frustración:** Ayuda a mantener la calma si no logran lo que quieren, enseñándoles a *buscar otras alternativas* (3ro) o a aceptar con serenidad aquellas situaciones que no pueden cambiar (5to).

Módulo 2: Con los Demás (Construyendo relaciones positivas)

Orientado al desarrollo de la empatía, el trabajo en equipo y los vínculos afectivos respetuosos.

A. Conciencia Social

- **Toma de perspectiva:** Enseña a *ver a través de los ojos de los demás* (Kinder) y a *considerar los diferentes puntos de vista en una decisión grupal* (5to).
- **Empatía:** Guía al alumno para que aprenda a *leer las expresiones faciales* (Kinder), comprenda situaciones de maltrato o acoso escolar (4to) y logre ponerse en el lugar de personas con discapacidades (5to).
- **Comportamiento prosocial:** Incentiva la solidaridad innata mediante acciones específicas: *ayudar a quien lo necesita* (Kinder), *incluir al que está solo* (3ro) o *reconfortar a los demás* (4to).

B. Comunicación Positiva

- **Escucha activa:** Enseña a no interrumpir (Kinder), *mostrar interés genuino* (3ro) y *aclarar dudas durante conversaciones difíciles* (5to).
- **Asertividad:** Fomenta la firmeza con respeto: *saber decir "no"* (Kinder), *pedir que se detenga un maltrato hacia un tercero* (2do) y *defenderse sin agredir ni hacer daño* (5to).
- **Manejo de conflictos:** Estrategias prácticas como *aprender a turnarse* (Kinder), *buscar soluciones ganar-ganar* (2do) y *evaluar los problemas con absoluta calma* (5to).

Módulo 3: Con Nuestros Desafíos (Determinación y toma responsable de decisiones)

Prepara a los alumnos para afrontar con resiliencia y creatividad los retos académicos, personales y ambientales.

A. Determinación

- **Motivación de logro:** Les enseña a estructurar sus objetivos dividiendo una meta difícil en pasos alcanzables (preescolar, 1ro y 2do) y a *aprender de los errores* (4to).
- **Perseverancia:** Invita a mantener el esfuerzo en el tiempo y a *intentarlo de nuevo con más ganas cuando algo sale mal* (5to).
- **Manejo del estrés:** Identificación de factores estresantes cotidianos y el uso de técnicas para *transformar un pensamiento negativo en uno realista* (5to).

B. Toma Responsable de Decisiones

- **Pensamiento creativo y crítico:** Estimula la generación de ideas propias y originales (preescolar, 1ro a 3ro), pero también les enseña a *cuestionar los estereotipos de género* (3ro) y los contenidos que consumen en redes y medios de comunicación (5to).
- **Responsabilidad:** Desde el cuidado de sus objetos personales en 1ro, asumiendo las consecuencias de sus errores en 3ro, hasta desarrollar una conciencia ecológica activa (4to) y *hacerse responsables del impacto de sus palabras en los sentimientos de los demás* (5to).

Contexto Pedagógico de una "Manada"

En el entorno educativo, una "manada" representa la cohesión grupal en cualquier edad escolar y ciclo académico. Es una comunidad unida por formas de manifestación esenciales:

- **Sentimiento de pertenencia:** Cada niño se siente parte fundamental de la comunidad escolar, lo que cimienta su bienestar emocional, social, hábitos de autocuidado y autoestima a través de actividades colectivas y tradiciones.
- **Apoyo mutuo:** Trabajo colaborativo en engranes socioemocionales para el manejo y la toma de decisiones, valorando las fortalezas individuales y actuando como una unidad para propósitos comunes.
- **Respeto y aceptación:** Tolerancia e inclusión de la diversidad que permite relaciones interpersonales e intrapersonales saludables, enseñando qué, para qué y cómo comunicar sin agredir.
- **Liderazgo compartido:** Oportunidad para que cada niño, niña y adolescente asuma roles de liderazgo en diferentes momentos, promoviendo el empoderamiento con resultados positivos en lo académico, convivencial y disciplinario.
- **Cuidado y protección:** Ambiente seguro física y emocionalmente donde los maestros establecen límites claros (acuerdos) para explorar y crecer con un proyecto de vida con propósito.

Lecciones de la Convivencia Animal Aplicadas a la Escuela

Inspirado en la naturaleza, el programa utiliza la convivencia animal para ofrecer valiosas herramientas a los estudiantes:

- **Respeto a la diversidad:** Así como diferentes especies coexisten en armonía en su hábitat, en la escuela se aprende a respetar y valorar las diferencias individuales y culturales.
- **Colaboración y trabajo en equipo:** Inspirados en los grupos sociales animales que colaboran

para sobrevivir, los estudiantes se apoyan mutuamente en el aprendizaje y proyectos comunes.

- **Comunicación efectiva:** Comprensión de las señales y comportamientos de interacción, promoviendo una escucha activa, clara y empática sobre las necesidades de los demás.
- **Resolución de conflictos:** Adopción de estrategias de los grupos sociales de la naturaleza para manejar diferencias de forma constructiva y pacífica, sin recurrir a la violencia.
- **Empatía y solidaridad:** Observar el cuidado de crías y la protección de miembros vulnerables ayuda a desarrollar compasión, solidaridad y apoyo emocional mutuo en el aula.

Impacto Integral: Convivencia, Academia y Disciplina

El comportamiento de los estudiantes impacta cuatro esferas fundamentales: **Social, Familiar, Personal y Ético-Moral**. A continuación, se detallan los beneficios específicos que aporta el proyecto en cada ámbito:

Área de Impacto	Beneficios Específicos del Programa MANADAS
Beneficios en la Convivencia	1. Desarrollo de habilidades sociales: Interacción continua que promueve la empatía, comunicación efectiva, escucha activa y resolución pacífica de conflictos. 2. Sentimiento de pertenencia: Otorga identidad y conexión escolar, mitigando brotes de violencia, reduciendo el aislamiento y fomentando solidaridad. 3. Apoyo emocional: Sistema de lazos fuertes que ayuda a mitigar el estrés y la ansiedad escolar y de la adolescencia mediante un eficiente manejo de emociones.
Beneficios Académicos (Hábitos: Exploración, Recolección de información, Necesidades, Tiempos-Tareas)	1. Apoyo entre compañeros: Ayuda mutua académica potenciando el estudio conjunto y la resolución de problemas complejos sin sesgos ni egos. 2. Motivación: Mayor incentivo para alcanzar metas académicas mediante el apoyo y la alentadora competencia entre pares (Apadrinaje). 3. Aprendizaje colaborativo: Cohesión de grupo enfocada en valorar habilidades individuales para lograr objetivos comunes.
Beneficios Disciplinarios (Bienestar: Cuido mi cuerpo, entorno y emoción)	1. Responsabilidad compartida: Asunción individual y colectiva de las acciones, promoviendo comportamientos éticos y morales. 2. Normas y valores compartidos: Cumplimiento de reglas a partir de acuerdos comunes, facilitando un entorno armonioso, seguro y en paz. 3. Resolución de conflictos: Inclinación a resolver desacuerdos pacíficamente a través de una comunicación abierta y el respeto mutuo, priorizando la armonía escolar.

¿Cómo podemos apoyar este proyecto desde el hogar?

Antes que nada debes reconocer cual es tu manada, si, porque no solamente los niños pertenecen a las manadas sino las familias, así que colocate en el modo del animal que representa la manada de tu curso y apoya el proceso de crecimiento socioemcoional de tu hijo o hija

Para que el impacto de **"Manadas"** sea duradero, los invitamos a reforzar estos aprendizajes en casa a través de tres sencillas prácticas:

1. **Validación:** Escuchen los sentimientos de sus hijos sin juzgarlos inmediatamente; utilicen la respiración consciente junto a ellos cuando estén abrumados o molestos.
2. **Autonomía:** Permítanles resolver pequeños problemas domésticos o académicos por sí mismos antes de intervenir.
3. **Diálogo ético:** Conversen en la mesa sobre cómo nuestras acciones u opiniones pueden afectar el bienestar de quienes nos rodean.

¡Gracias por ser nuestros aliados indispensables en este camino formativo!

PREESCOLAR SALETTE – STARS

La socialización infantil es el proceso mediante el cual los niños llegan a ser miembros competentes social y culturalmente al interior de su grupo, aprendiendo creencias, comportamientos y sentimientos de acuerdo con su rol social. La Secretaría de Educación de Bogotá (2019) resalta la importancia de situar al **juego como actividad rectora** en la educación inicial, pues permite a los niños enriquecer su mundo emocional y cognitivo (como señalaba Vygotsky), reconfigurando experiencias en un entorno lúdico donde expresan su ser más auténtico.

El programa implementa la integración transversal en todas las áreas (juego, lectura, arte, actividades físicas) bajo una enseñanza explícita y un modelado del docente como referente de expresión saludable.

Procesos de Socialización en Preescolar

Proceso	Descripción de Actividades y Enfoque
Interacción con Pares	Juegos grupales que fomentan el trabajo en equipo; oportunidades para compartir, tomar turnos y resolver conflictos de manera constructiva; desarrollo de habilidades sociales como escuchar y respetar.
Desarrollo del Lenguaje y Comunicación	Conversaciones guiadas que estimulan la expresión verbal; participación en actividades de lectura, cuentos y canciones para fomentar el amor por la lectura; adquisición de vocabulario interactivo.
Exploración de Roles Sociales	Juegos de roles para experimentar diferentes situaciones sociales; identificación de roles familiares, comunitarios y laborales; aprendizaje de normas y expectativas a través de la imitación.

Proceso	Descripción de Actividades y Enfoque
Desarrollo de la Empatía	Actividades que fomentan la comprensión de los sentimientos ajenos; incentivos para acciones de ayuda y cuidado hacia compañeros; modelado de comportamientos afectuosos por parte de adultos.
Participación en Actividades Grupales	Involucramiento en proyectos de arte, música y juegos al aire libre; fomento de la colaboración mutua en tareas; creación de un sólido sentido de pertenencia y comunidad.

Estrategia MANADAS: Forjando el Corazón y la Identidad de Nuestros Niños

El programa MANADAS utiliza la biodiversidad colombiana y el juego para desarrollar la inteligencia emocional y el sentido de pertenencia en preescolar.

Cimientos y Propósito de MANADAS

Respaldo Legal: Ley 2383

El programa cumple con la Cátedra Socioemocional para garantizar la formación integral en la infancia.

El Sentido de la "Manada"

Fomentamos que cada niño se sienta parte vital y protegida de su grupo escolar.

Identidad y Conexión

La base del éxito social es que los niños se reconozcan como miembros competentes.

El Camino del Desarrollo Emocional

Autoconocimiento Guiado

Los niños aprenden a identificar y nombrar sus sentimientos a través del autoconcepto.

Pedagogía Basada en el Juego

Utilizamos analogías animales para crear un ambiente seguro, participativo y de apoyo mutuo.

Manejo de Emociones y Empatía

Se promueve el manejo del mundo interno para actuar de manera constructiva con otros.

NotebookLM

MANADAS: Creciendo Juntos a través del Juego y la Naturaleza

¿Qué es una Manada Escolar?

Una comunidad de pertenencia.
Es más que un grupo; es una conexión profunda donde cada niño se siente parte de algo más grande.

El poder del apoyo mutuo.
Los miembros de la manada se ayudan entre sí, valorando las fortalezas individuales para crecer como unidad.

Ambiente de cuidado y protección
Fomenta un espacio seguro donde el niño se siente protegido para explorar, aprender y crecer sin miedo.

Beneficios del Desarrollo Socioemocional

Conciencia Emocional
El niño aprende a identificar qué siente, por qué lo siente y cómo se manifiesta en su cuerpo.

Autorregulación y Control
Desarrollo de habilidades para gestionar emociones, manejar la frustración y tomar decisiones constructivas en la vida diaría.

Habilidades Sociales Fuertes
Fomenta la empatía, la colaboración y la comunicación efectiva basada en el respeto a la diversidad.

El Juego y la Analogía Animal

Aprendizaje a través del Juego
El juego es la herramienta principal para explorar el mundo, liberar emociones y fortalecer relaciones sociales.

Sabiduría de la Convivencia Animal
Se utilizan lecciones de la naturaleza para enseñar resolución pacífica de conflictos, solidaridad y liderazgo compartido.

El Símil de la Mariposa
Al igual que la mariposa "Saltarina", los niños exploran su autoconcepto, respiración y habilidades únicas.

NotebookLM