



PERÚ

Ministerio de
Educación

Dirección Regional
de Educación de
Lima Metropolitana

Unidad de Gestión
Educativa Local N° 04

Área de Supervisión y Gestión
del Servicio Educativo

“Decenio de la Igualdad de Oportunidades para mujeres y hombres”
“Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional”



Comas, 30 de Mayo de 2022

OFICIO MULTIPLE N° 114 -2022-MINEDU-VMGI-DRELM-UGEL.04/ASGESE-ESSE

SEÑORES DIRECTORES DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS PÚBLICAS DE LAS MODALIDADES; EBR, EBE, EBA y ETP – JURISDICCIÓN UGEL 04-COMAS.

Presente. –

ASUNTO : Cartilla de Soporte Socio Afectivo para estudiantes durante el año 2022.

REFERENCIAS : - Expediente N° 030691-2022
- Memorando N° 442-2022/MINEDU/VMGI-DRELM-UGEL.04/APP.
- Memorandum Múltiple N° 028-2022-MINEDU-VMGI-DRELM-UGEL.04-ASGESE.

Me dirijo a ustedes con la finalidad de saludarle muy cordialmente y en relación al asunto y documentos de la referencia, comunicarles que el Área de Planificación y Presupuesto a través del Equipo de Estadística y Monitoreo ha informado a ASGESE **“los resultados obtenidos de los monitoreos de BRAE etapa I, II y III para las modalidades EBR, EBE, EBA y ETP”**.

En relación a la Gestión de la Convivencia, ***se verifica que en algunas aulas visitadas de las Instituciones Educativas los docentes no desarrollaban actividades de soporte socioemocional y socioafectivo con los estudiantes.***

Al respecto, el Equipo del Soporte Servicio Educativo – ESSE a través del Especialista de Convivencia Escolar, les comparte materiales de soporte socioemocional y socioafectivo, el cual será de mucha utilidad para el trabajo con los estudiantes de las modalidades educativas; EBR, EBE, EBA y ETP.

Se suscribe la presente de conformidad con las facultades delegadas con Resolución Directoral N° 000002-2022-UGEL04.

Hago propicia la oportunidad para expresarle las muestras de mi consideración y estima personal.

Atentamente,


WILLY VASQUEZ RENGIFO
Jefe del Área de Supervisión y Gestión del Servicio Educativo
UGEL 04

WVR/J.ASGESE
EDLL/C. ASGESE
UTBS/ECEU



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional de
Educación de Lima
Metropolitana

Unidad de Gestión
Educativa Local N° 04

Área de Supervisión y Gestión del
Servicio Educativo



Siempre
con el pueblo



Acciones de Soporte Socio Afectivo para Estudiantes durante el 2022



Responsable: Equipo de la Estrategia para el Fortalecimiento de la Gestión de Convivencia Escolar 2022

Realizar Orientación Educativa Permanente



Es una acción inherente a la misma práctica de la/del docente y se hace presente a lo largo de toda la jornada diaria, **acompañando a la/al estudiante de manera continua** para contribuir a su formación integral y bienestar en cualquier espacio de la IE.

Proceso de ayuda específica y espontánea que realiza la o el docente para contribuir al desarrollo de la/del estudiante o de un grupo de ellos/as, a partir de situaciones que emergen de una necesidad de la/del estudiante o identificada por la o el mismo/a docente.

Las y los docentes comparten la responsabilidad de promover la formación integral de la/del estudiante y contribuir al desarrollo de su bienestar, a través de:

Acciones como participar en la construcción del Plan Tutorial de Aula, ayudar en la resolución de conflicto con estudiantes mediante la tutoría individual, transmitir y recibir información sobre las y los estudiantes que pueda ser beneficiosa para el desarrollo de las actividades de tutoría y orientación educativa, orientar a la/al estudiante, relacionarse sobre la base del vínculo afectivo, evaluar su práctica, sus actitudes o conductas, entre otras acciones.

El Comité de Gestión del Bienestar debe organizar:

Reuniones colegiadas con las y los tutores/as para planificar y evaluar las acciones de tutoría y orientación educativa y los planes tutoriales de aula, basándose en **acompañar** a los y las estudiantes.

En caso de que se identifique la vulneración de los derechos de algún estudiante, por parte de cualquier integrante de la comunidad educativa, se debe tomar acciones correspondientes de acuerdo a lo señalado en el DS N° 004-2018-MINEDU, en coordinación con el Comité de Gestión del Bienestar

Acompañamiento del trabajo de tutoría y orientación educativa, de contención, de alcance de información, de preparación permanente o desarrollo de competencias para el acompañamiento al estudiante

Realizar tutoría y Orientación Educativa

Tutoría Individual

Atención personalizada que recibe la o el estudiante en función de sus necesidades, intereses, dificultades, interrogantes, conflictos personales, sociales y/o de aprendizaje

Tutoría Grupal

Espacios de interacción grupal que se planifican de acuerdo a la identificación de necesidades e intereses que provienen del diagnóstico y análisis previo del grupo de estudiantes en el aula a cargo del/de la tutor/a

Proyectos de tutoría

Se planifican a partir de la identificación de los intereses de las y los estudiantes y el reconocimiento de las problemáticas presentes en el contexto.

Talleres de tutoría

Se organizan secuencialmente de acuerdo a las necesidades de orientación o intereses de las y los estudiantes.

Crear espacios de participación estudiantil

Los seres humanos somos entes sociales por lo que es necesario crear estos espacios, dando apertura a que los y las estudiantes puedan congeniar con sus pares, haciendo que de esta forma se brinden soporte socioemocional y puedan desarrollar habilidades sociales.

Las y los estudiantes deben organizarse, a fin de ejercer sus derechos y participar responsablemente en el servicio educativo.



POR EJEMPLO:

Asamblea de aula
Comité de aulas,
Municipio escolar,
encuentros de
lideres, otros.

La participación es un derecho pero además es un proceso de **construcción de relaciones interpersonales**

Repercuten en la promoción y mejora de la convivencia entre diferentes grupos y por ende en la prevención de conflictos

Busca la construcción de ciudadanos democráticos capaces de reconocer diferentes opiniones, pensamientos, etc



Contribuye al desarrollo socioemocional y cognitivo de la/del estudiante y fortalece la cooperación ciudadana

Valora a todas y todos los estudiantes como sujetos de derechos y contribuye a su rol como agentes de cambio

Por ello la IE debe promover la inclusión de estudiantes con necesidades educativas especiales, asociadas o no a discapacidad, en las diversas formas de participación

Crear espacios con la familia y la Comunidad

Pueden ser espacios como encuentros familiares (padres e hijos(as)), jornadas de formación para madres, padres, tutor/a legal y/o apoderados, acompañamiento a cada familia, involucramiento de agentes sociales o aliados

Involucramiento de las familias y la comunidad en la responsabilidad compartida de la **formación integral y del bienestar** de las y los estudiantes



Gobiernos (nacional, regional, local), organizaciones de la sociedad civil, sector privado, Centro de Emergencia Mujer, la Defensoría Municipal del Niño y Adolescente, la Defensoría, la Policía Nacional del Perú, la Fiscalía, centros de salud, universidades, entre otros que pueden **aportar al desarrollo integral** de las y los estudiantes.

Se busca trabajar articuladamente con los aliados de la comunidad de los diferentes niveles:



Contar con área de psicología

Contar con psicólogo(a) dentro de la I.E. es una fortaleza muy importante, ya que este profesional ayudará a brindar el soporte y acompañamiento socio afectivo a los y las estudiantes e integrantes de la comunidad educativa cuando sea necesario. Así como capacitar a los y las docentes para fortalecer estrategias para el desarrollo integral del NNA.



Seguir los protocolos correspondientes en caso de violencia contra estudiantes

Uno de los objetivos de la I.E. es intervenir de forma oportuna, efectiva y reparadora sobre los hechos de violencia que suceden o son detectados en el entorno escolar

En el caso de algún hecho de violencia, el soporte y acompañamiento socio afectivo al estudiante debe de estar en cada paso a realizarse. Dándole más relevancia en el paso 3 de **seguimiento**.

ACCIÓN



DERIVACION



SEGUIMIENTO



CIERRE



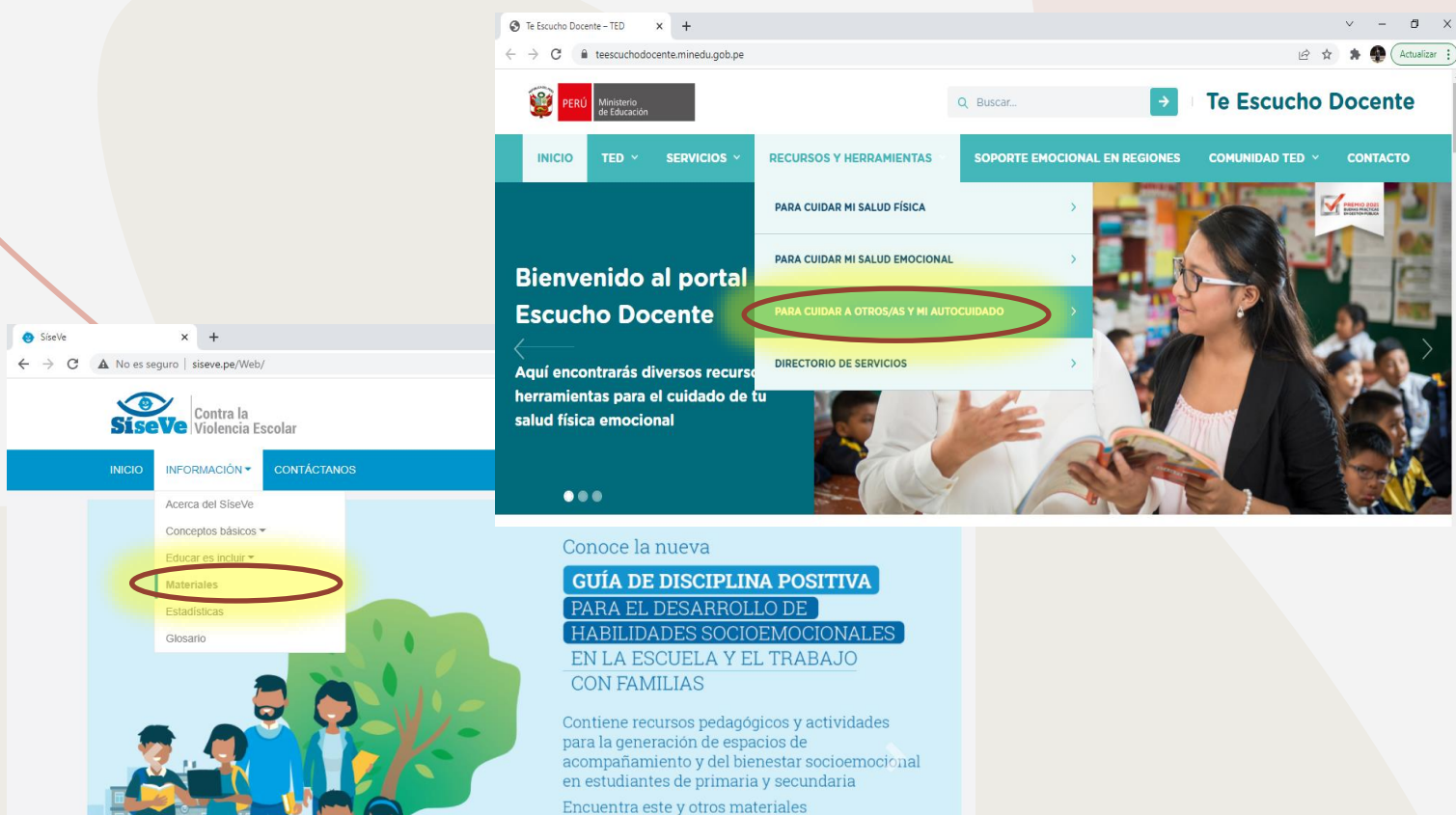
Contar con aliados estratégicos

Contar con aliados estratégicos ayudará a la I.E. en poder atender y brindar el acompañamiento necesario para los y las estudiantes; además, podrá atender temas de interés de la comunidad educativa.

Se puede contar con:

- ✓ Habla franco (DEVIDA) 1815
- ✓ Línea 113 (opción 5)
- ✓ LÍNEA 100
- ✓ CEM: Para realizar Talleres de sensibilización ante situaciones de riesgo y soporte en casos de violencia
- ✓ Universidades con áreas de psicología que apoyen en el acompañamiento o soporte a estudiantes

Conocer páginas como “TE ESCUCHO DOCENTE”
“PORTAL SISEVE” – para extracción de materiales



The image displays two screenshots of educational portals. The top screenshot shows the 'Te Escucho Docente' (TED) website, which is a platform for teachers to access resources and support. The bottom screenshot shows the 'SiseVe' website, which is a portal for school violence prevention. Both websites have sections for downloading materials, which are highlighted with red circles.

Te Escucho Docente (TED)

- Navigation: INICIO, TED, SERVICIOS, RECURSOS Y HERRAMIENTAS, SOPORTE EMOCIONAL EN REGIONES, COMUNIDAD TED, CONTACTO.
- Resources: PARA CUIDAR MI SALUD FÍSICA, PARA CUIDAR MI SALUD EMOCIONAL, PARA CUIDAR A OTROS/AS Y MI AUTOCUIDADO (highlighted), DIRECTORIO DE SERVICIOS.
- Welcome message: Bienvenido al portal Escucho Docente. Aquí encontrarás diversos recursos y herramientas para el cuidado de tu salud física emocional.
- Featured content: GUÍA DE DISCIPLINA POSITIVA PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES EN LA ESCUELA Y EL TRABAJO CON FAMILIAS.

SiseVe

- Navigation: INICIO, INFORMACIÓN, CONTACTANOS.
- Information: Acerca del SiseVe, Conceptos básicos, Educar es incluir, Materiales (highlighted), Estadísticas, Glosario.

Materiales de “Te escucho docente” y “SiseVe”

Acompañar a niños y niñas en el duelo por la muerte de un ser querido, por covid-19

La pérdida de seres queridos por el COVID-19 está suponiendo un impacto para las familias pequeñas de la casa. La situación que estamos viviendo hace que podamos tener dificultades niños y niñas a enfrentar estas pérdidas.



Cada miembro de la familia atravesará su propio e importante no dejar a las y los niños fuera, sino hacerles proceso. Aunque resulte doloroso y difícil es necesario menor la noticia lo antes posible.

La manera de entender la muerte variará según la edad que tengan, sus vivencias y su pero hay algunas cuestiones comunes que puedes tener en cuenta para ayudarles a afrontar del familiar:



SiseVe Contra la Violencia Escolar



INICIO INFORMACIÓN CONTACTANOS

REPORTA UN CASO

SIGUE TU CASO

INTRANET

Bienestar Integral



VER VIDEO



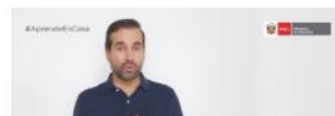
VER VIDEO



VER VIDEO



VER VIDEO



LAS NUBES: APRENDE A RESPIRAR CUANDO LAS EMOCIONES SE DESBORDAN.

¿Algunas vez has sentido en tu interior emociones que no te permiten concentrarte, realizar tus actividades o estar atenta o atento, y estas emociones son como nubes oscuras que nublan tu día?



Cada emoción tiene un propósito y nos ayudan a reaccionar ante alguna situación. Te invitamos a reconocer tus emociones, expresarlas y manejarlas a través de la respiración.



¡PRACTIQUEMOS LOS SIGUIENTES PASOS!

Paso 1: Respiramos lento y profundo y soplamus la nube del miedo...



Paso 2: Vamos a despejar la nube de la rabia, respiramos nuevamente y soplamus...



Paso 3: Poco a poco nuestro cielo se va despejando de la ansiedad... ahora soplamus con energía la nube de la ansiedad...



Paso 4: Vamos a despejar la nube del desánimo, soplamus con mucha energía y vemos que se va alejando muy muy lejos.



¡Mira ahora! El cielo se ha despejado, ahora sentimos mayor tranquilidad en nuestro cuerpo y mente.



TE INVITAMOS A PRACTICAR ESTA RESPIRACIÓN EN FAMILIA.

¡JUNTOS Y JUNTAS PODEMOS DESPEJAR LAS NUBES OSCURAS!

GUÍA DE ACOMPAÑAMIENTO A NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES FRENTE A DUELOS POR COVID-19

Autoras / Alejandra Caqueo Urizar, Josefina Martínez y María Pía Santelices

La muerte siempre ha sido parte de la vida; el Covid-19 sólo la pone frente a nuestros ojos. Niños y jóvenes necesitan integrar esta realidad, por lo tanto, no los podemos marginar.

ORIENTACIONES PARA ABORDAR LOS DUELOS CON NIÑOS, NIÑAS Y JÓVENES

Manifestaciones esperables del duelo

En niños menores de seis años:

- Temores intensos que los pueden llevar a tener un retroceso en aprendizajes ya logrados.

En niños mayores de seis años:

- Malestar emocional y físico como dolor de estómago, pérdida del apetito y desregulación de las horas de sueño.
- Problemas de atención y concentración, enojo, problemas de comportamiento y confusión.

En adolescentes:

- Cambios de ánimo y conducta.
- Rabia e ira generalizada.
- Frustración y retraimiento.



Estrategia Kuska Purisunchis – DRELM

Enlaces

Formulario Kuska Purisunchis

https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=NCI4-UO1u0KTLWFimGWO-NnXy11QTOJOmT_By1fYhchUOFUxQVNDSUdEUlZTMEVSVlhZT0g5WkdGMS4u

Soporte socioemocional individual a directores, docentes, estudiantes y padres de familia. Para la atención a estudiantes el formulario lo envía el padre/madre de familia

https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=NCI4-UO1u0KTLWFimGWO-NnXy11QTOJOmT_By1fYhchUMIJETUtwNEhUQlQ3RjJIUFdTQjl3WUFWTi4u

Talleres: Dirigidos a grupos de docente en IE. El registro lo realiza el director de la IE, indicando fecha y hora para realizar el taller





PERU

Ministerio de
Educación

Dirección Regional de
Educación de Lima
Metropolitana

Unidad de Gestión
Educativa Local Nº 04

Área de Supervisión y
Gestión del Servicio
Educativo



Siempre
con el pueblo



Cartilla para acciones de Soporte Socio Emocional para Padres de Familia Durante el 2022



**“Cuida de ti , como cuidas, a los
que amas.”**

Equipo de la Estrategia para el Fortalecimiento de la Gestión de
Convivencia Escolar 2022

Estimados directivos:

Debido a la situación que hemos atravesado a nivel mundial se han suspendido las clases presenciales y se ha puesto un alto forzoso en nuestra dinámica escolar; sin embargo ahora nos estamos organizando para el retorno a la presencialidad, por ello es importante que toda la comunidad educativa se organice para afrontar y superar las consecuencias que han afectando a niños, niñas, adolescentes y sus familias, en muchos aspectos, como son dimensiones física, emocional y social. El rol de la escuela ante esta situación es de vital importancia porque contribuye a restaurar un sentido de normalidad en la vida de los estudiantes. Ello implica que retornemos a las clases presenciales en un entorno **seguro, acogedor orientado a cuidar nuestra integridad**. Entendiendo que tenemos como aliado fundamental a las familias, por ello en esta cartilla te brindamos orientaciones para contribuir con el soporte socioemocional de las familias, considerando acciones orientadas al logro del objetivo.



¿QUÉ ES EL SOPORTE SOCIOEMOCIONAL?

Son todas las actividades que ayudarán a restablecer emocionalmente a los afectados. Es importante durante todo el proceso de la adaptación a la presencialidad.

Alivia angustias, temores, miedo, ansiedad generadas como consecuencia de un evento generador con la finalidad de restablecer el equilibrio confianza y seguridad, que permita brindar el apoyo a la IE.



¿ PORQUÉ ES IMPORTANTE BRINDAR EL SOPORTE SOCIOEMOCIONAL A LOS PADRES DE FAMILIA ?



Debemos recordar que los padres son de modelos, guías y orientadores para sus hijos, por ello, es importante que los padres de familia tengan las emociones adecuadas y sepan regularlas, ya que sus hijos observarán cómo sienten, actúan y de ello dependerá como actúen frente a su familia y pares, por ello brindar el soporte socioemocional a los padres de familia en el retorno a la presencialidad influirá en lo siguiente:

- ✓ Disminuirá el impacto emocional y social por el COVID 19 y el temor a enviar a sus hijos a la institución educativa y un posible contagio.
- ✓ Previene y atiende oportunamente las situaciones de riesgo de contagio.
- ✓ Brinda información adecuada sobre los protocolos y medidas adoptadas por la institución educativa que permitirá orientar a las y los estudiantes, y generará tranquilidad y confianza de enviarlos.
- ✓ Compromete e invita a la participación activa de las actividades de la institución educativa en la institución educativa, promoviendo una cultura de buen trato.

¿Qué acciones debemos implementar con los PPFF en la semipresencialidad?

1. Brindarle los espacios de participación de los PPFF

- ✓ La **Ley 28628** tiene por objeto regular la participación de los padres de familia y de sus asociaciones en las instituciones educativas públicas y en otros niveles de la gestión del sistema educativo, con el fin de contribuir a la mejora de la calidad educativa.
- ✓ Estos espacios son : APAFA, CONEI, BAPES.



2. Implementar la APAFA de la Institución Educativa

- ✓ Los padres de familia, tutores y curadores participan en el proceso educativo de sus hijos, pupilos y curados, en forma personal o en forma institucional a través de la Asociación de Padres de Familia (APAFA)
- ✓ Dicha instancia de gestión educativa descentralizada tiene como función:
- ✓ Participar, colaborar, vigilar, velar, proponer, cooperar, gestionar todo aquello que contribuya a la promoción de un clima Institucional favorable para el aprendizaje de los NNA.



4. Participación en el CONEI

- ✓ El representante de APAFA integra el CONEI a quien se le atribuye:
- ✓ Participar en la formulación y ejecución del PEI y el PAT institucional con excepción de los aspectos técnicos pedagógicos .
- ✓ Participa del comité de evaluación del personal docente y administrativo
- ✓ Vigila el adecuado destino de los recursos de la I.E.
- ✓ Colabora con el director para garantizar el cumplimiento de las horas efectivas de clase y la jornada del personal administrativo.
- ✓ Propicia la solución de conflictos que se susciten en el CONEI, priorizando soluciones concertadas.

4. Comités de aula

- ✓ Es el órgano de participación a nivel a aula, sección, grado de estudios, mediante el cual los padres de familia, tutores y curadores, colaboran en el proceso educativo de sus hijos, bajo la asesoría del profesor de aula o tutor de la sección de estudios y están representados por:
 - Presidente, Secretario y Tesorero a quienes se les atribuye:
- ✓ Apoyar a solicitud del maestro /tutor de aula en las actividades que Benefician a los NNA
- ✓ Participar en actividades culturales, deportivas , recreativas que contribuyen a la formación integral de los NNA.
- ✓ Promover la adecuada comunicación y relaciones interpersonales entre los Padres de familia del aula, el docente/ tutor y demás miembros de la comunidad educativa.



5. Organización de las BAPES



- La norma técnica 066- 2018 – MINEDU brinda las orientaciones y disposiciones para la constitución de las BAPES en las Instituciones Educativas de educación básica, se le atribuye:
- Que las familias participen en la protección y seguridad de los estudiantes mediante acciones de vigilancia social, para prevenir situaciones de riesgo, en alianza con las entidades y servicios estatales y comunitarios existentes en la localidad.

6. Las escuelas de Padres y los encuentros de padres e hijos

- ✓ Fueron creadas por la Ley 1404 de 2010, que tienen por objetivo fundamental integrar a los Padres de Familia, a un cuerpo organizado que se articule con la comunidad educativa, principalmente docentes, alumnos y directivos, asesorados por profesionales especializados, para pensar en común, intercambiar experiencias y buscar alternativas de solución a la problemática que se presente en la formación de los hijos e hijas, la recuperación de valores, el fortalecimiento de instrumentos adecuados en técnicas de estudio y la comunicación e integración de la familia.
- ✓ implementar y poner en funcionamiento el programa Escuela para Padres y Madres, cuyo contenido debe ser instrumento que propenda por la formación en valores de los educandos y asegure una sociedad responsable dentro del contexto del Estado Social.



Propuesta de temas para taller con PPFF.

- ✓ Es importante entender que la pandemia ha generado un gran impacto en la salud mental y física de las familias, es una oportunidad para continuar promoviendo desde la institución un acompañamiento a las familias , sobre diversos temas de contención emocional , donde se sensibilice a través de los encuentros de familias.
- ✓ Por ello, proponemos considerar los siguientes temas:
 - Gestión emocional
 - Duelo
 - Autocuidado en el hogar
 - Ansiedad y depresión
 - Estrés , entre otros temas a necesidad .



LAS REDES DE APOYO

Línea 100:

Brinda información, orientación, consejería y soporte emocional para personas afectadas o involucradas en hechos de violencia o que conozcan algún caso de maltrato en su entorno.

Puedes acceder gratuitamente a este servicio marcando el 100 desde cualquier teléfono fijo, público o celular durante las 24 horas del día.



Chat 100

Servicio personalizado a través de internet y en tiempo real, a fin de identificar situaciones de violencia que pueden presentarse en las relaciones de enamoramiento y/o noviazgo. El chat es confidencial.

Policía Nacional del Perú

La Policía Nacional del Perú recibe, registra y tramita de inmediato las denuncias verbales o escritas de actos de violencia que presente la víctima o cualquier otra persona que actúe en su favor sin necesidad de estar investigada de representación legal (D.S. 004-2019-MIMP). Para comunicarte puedes llamar a la línea gratuita para emergencias marcando el 105 desde cualquier teléfono fijo o móvil.



Centros de Emergencia Mujer (CEM)

Brinda servicios gratuitos de atención integral y multidisciplinaria a mujeres e integrantes del grupo familiar, afectadas/os por hechos de violencia física, violencia psicológica, violencia sexual y violencia económica o patrimonial, las 24 horas del día los 365 días del año. Para recibir atención, puedes acercarte a la comisaría más cercana..



**LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS DEBEN ESTAR EMPODERADAS Y
CONOCER SU MAPA DE ALIADOS ESTRATEGICOS.**

**Equipo de la Estrategia para el Fortalecimiento de la Gestión de Convivencia
Escolar 2022**

ACTIVIDADES PROPUESTAS POR LA DRELM – ESTRATEGIA “KUSKA PURISUNCHIS”

¿ Sabías qué ?

- ✓ KUSKA PURISUNCHIS – CAMINEMOS JUNTOS” busca fortalecer el bienestar socioemocional a directivos, docentes y **familias** de Lima Metropolitana, a través de la prevención y atención de eventos estresantes y estados emocionales adversos, con el objetivo de fortalecer el bienestar y buen desempeño.



¿ Cómo solicitar la atención?

- ✓ Para acceder a este servicio, se debe ingresar al portal institucional de la Dirección Regional de Educación de Lima Metropolitana, www.dreilm.gob.pe, posteriormente completar el formulario de “KUSKA PURISUNCHIS – CAMINEMOS JUNTOS”, registrar los datos personales, así como la información requerida para la atención. Es importante subrayar que la confidencialidad de la identidad está garantizada.

Dato Importante:

- ✓ Esta estrategia ha tenido un alcance de más 122,544 personas, **entre familias**, directores docentes, por medio de cartil socioemocionales (72,170), flyers (35,615) videos (14,759).



Conoce más de KUSKA PURISUNCHIS – CAMINEMOS JUNTOS”

- ✓ Si deseas conocer el [formulario](#) y registrarte dale [clic aquí](#).





PERU

Ministerio de
Educación

Dirección Regional de
Educación de Lima
Metropolitana

Unidad de Gestión
Educativa Local N° 04

Área de Supervisión y
Gestión del Servicio
Educativo



Siempre
con el pueblo



Referencias:

- <http://www.dreim.gob.pe/dreim/noticias/la-estrategia-kuska-purisunchis-ahora-tambien-brindara-apoyo-socioemocional-a-los-estudiantes/#:~:text=La%20estrategia%20%E2%80%99CKuska%20Purisunchis%E2%80%99D%2C,est%C3%A1%20dirigida%20para%20los%20estudiantes.>
- <https://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12799/5347/Cartilla%20de%20bienvenida%20a%20la%20comunidad%20educativa%20para%20el%20reinicio%20de%20clases.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- <http://www.dreim.gob.pe/dreim/noticias/estrategia-kuska-purisunchis-continua-brindando-apoyo-socioemocional-a-docentes-directivos-y-familias/>



Siempre
con el **pueblo**



PERU

Ministerio de
Educación

Dirección Regional de
Educación de Lima
Metropolitana

Unidad de Gestión
Educativa Local N° 04

Área de Supervisión y
Gestión del Servicio
Educativo



ACCIONES DE SOPORTE SOCIO EMOCIONAL PARA DOCENTES DURANTE EL 2022.



**Equipo de la Estrategia para el
Fortalecimiento de la Gestión de
Convivencia Escolar 2022.**



PERU

Ministerio de
Educación

Dirección Regional de
Educación de Lima
Metropolitana

Unidad de Gestión
Educativa Local N° 04

Área de Supervisión y
Gestión del Servicio
Educativo

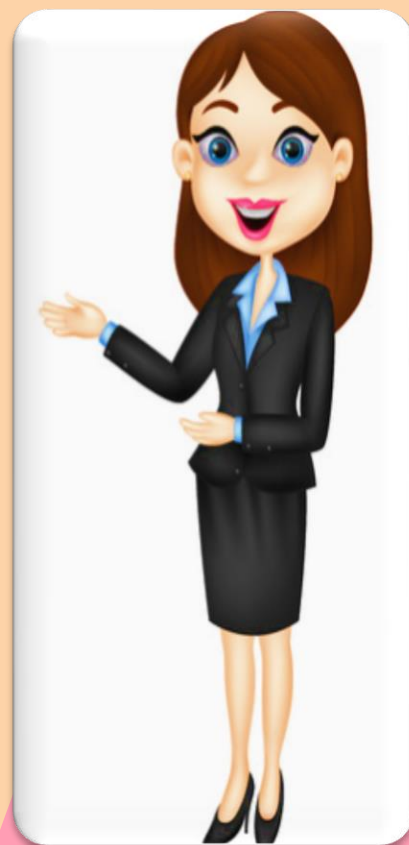


Siempre
con el pueblo



¿Qué acciones debería realizar la IE para el Soporte Socio Emocional a docentes?

- ☐ Estrategia “Kuska Purisunchis”- DRELM
- ☐ Te Escucho Docente
- ☐ Programa Semanal de Soporte Socio Emocional 2022 ASGESE UGEL N.º 04 Comas
- ☐ Talleres Virtuales de la Estrategia Para el Fortalecimiento de la Gestión de Convivencia Escolar 2022.
- ☐ Implementación de Pausas Activas en la horas de trabajo de los docentes. 2022 ASGESE UGEL N°04 Comas.
- ☐ Incorporar en las semanas de gestión un día exclusivo para el soporte emocional.



Estrategia Kuska Purisunchis

La estrategia está a cargo del Equipo de Convivencia y Bienestar Integral de la DRELM, brindando el servicio en las siguientes modalidades:

1. Orientación psicológica individual dirigido a directores, docentes, estudiantes y padres de familia.
2. Talleres virtuales dirigidos a grupos de docentes de IE, los cuales son:
 - Autocuidado en la nueva escuela.
 - Comunicación asertiva
 - Adaptabilidad a nuevos cambios, a nuevos retos.



Para acceder a la atención en ambas modalidades es necesario completar un formulario a través de los siguientes enlaces:



https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=NCI4-UO1u0KTLWFimGWO-NnXy11QTOJOmT_By1fYhchUOFUxQVNDsUdEUlZTMEVSVlhZT0g5WkdGMS4u

**KUSKA PURISUNCHIS –
Orientación Psicológica
Individual.**



https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=NCI4-UO1u0KTLWFimGWO-NnXy11QTOJOmT_By1fYhchUMIJETUtwNEhUQlQ3RjJIUFdTQjI3WUFWTi4u

**Kuska Purisunchis –
Caminemos Juntos – Talleres.**



PERU

Ministerio de
Educación

Dirección Regional de
Educación de Lima
Metropolitana

Unidad de Gestión
Educativa Local N° 04

Área de Supervisión y
Gestión del Servicio
Educativo



TE ESCUCHO DOCENTE.

La estrategia Te Escucho Docente surgió para promover el cuidado y autocuidado de la salud física y socioemocional de las y los docentes de servicios públicos de educación básica a nivel nacional, mediante la generación y puesta en marcha de diversas acciones, recursos y mecanismos que contribuyen a la mejora de las condiciones de su bienestar y calidad de vida, tanto en el ámbito personal como en el profesional; así como enfrentar la crisis generada por el COVID-19 ante diversos contextos cambiantes y/o desafiantes (virtualidad, semipresencialidad, presencialidad).



LINK DE LA PÁGINA:

<https://teescuchodocente.minedu.gob.pe/ted/#proposito>



PERU

Ministerio de
Educación

Dirección Regional de
Educación de Lima
Metropolitana

Unidad de Gestión
Educativa Local N° 04

Área de Supervisión y
Gestión del Servicio
Educativo



Siempre
con el pueblo



Programa Semanal de Soporte Socio Emocional 2022 ASGESE UGEL N°04 Comas.

Titulado "Somos tus acompañantes para tu bienestar emocional"

El programa cuenta con enlaces de reflexión, autoayuda, orientación en valores, pausas activas, actividades de meditación y respiración para los siete días de la semana siendo de gran utilidad para la Comunidad Educativa. Esta a cargo del especialista de Convivencia Escolar y es difundido todo los días lunes a primera hora mediante los coordinadores de las 27 redes educativas de la UGEL N° 04.



LUNES

Iniciando con energía mental

https://www.youtube.com/watch?v=stXymr_ZkZI

MARTES

Alimentándonos con vitaminas emocionales para sentirnos mejor

<https://www.youtube.com/watch?v=mdKVDuM5uYM>

MIÉRCOLES

Construyendo un mundo con valores para la vida

<https://www.youtube.com/watch?v=DRYTFyH7zbg>

JUEVES

Haciendo una pausa en nuestras actividades para relajarnos

<https://www.youtube.com/watch?v=cOwCq2adOIE>

VIERNES

Escuchando música para el alma

<https://www.youtube.com/watch?v=jJN6cZCNOck>

SÁBADO

Reflexionado con nuestras familias

https://www.youtube.com/watch?v=O0j1Mq5KQ_o

DOMINGO

Compartiendo momentos gratificantes en familia

<https://www.youtube.com/watch?v=EObuqgxT4XY>





PERU

Ministerio de
Educación

Dirección Regional de
Educación de Lima
Metropolitana

Unidad de Gestión
Educativa Local N° 04

Área de Supervisión y
Gestión del Servicio
Educativo



Siempre
con el pueblo



Talleres Virtuales de la Estrategia Para el Fortalecimiento de la Gestión de Convivencia Escolar 2022.

Los talleres se desarrollan mensualmente con diversas temáticas relacionadas a la convivencia escolar y el soporte emocional, estará a cargo del equipo de convivencia escolar de ASGESE-UGEL N° 04 Comas.





PERU

Ministerio de
Educación

Dirección Regional de
Educación de Lima
Metropolitana

Unidad de Gestión
Educativa Local N° 04

Área de Supervisión y
Gestión del Servicio
Educativo

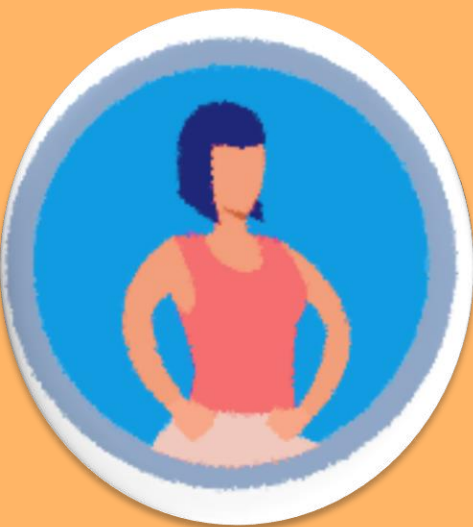


Implementación de Pausas Activas en la horas de trabajo de los docentes. 2022 ASGESE UGEL N°04 Comas

MAESTROS EN MOVIMIENTO



¿QUÉ SON LAS PAUSAS ACTIVAS?



Son períodos de recuperación del sistema musculoesquelético, consecuentes a los periodos de tensión de carácter fisiológico y psicológico generados por el trabajo. Estos ayudan a reducir la fatiga física, mental, visual y el estrés para prevenir trastornos musculoesqueléticos. Estos ejercicios son temporales, de corta duración y deben ir siendo actualizados.





PERU

Ministerio de
Educación

Dirección Regional de
Educación de Lima
Metropolitana

Unidad de Gestión
Educativa Local N° 04

Área de Supervisión y
Gestión del Servicio
Educativo



Siempre
con el pueblo



¡ES TIEMPO DE HACER PAUSAS ACTIVAS!

Te presentamos una rutina de ejercicios

Los ejercicios a realizar en las pausas activas se recomiendan hacerlos cada 2 horas, para un turno de trabajo de 8 horas, con una duración promedio de entre 5 y 10 minutos



Empieza con una respiración profunda y durante los ejercicios respira de forma rítmica, ya que permite alcanzar una adecuada relajación muscular.

HOMBROS Ponte de pie con la espalda recta, gira los hombros hacia atrás y luego hacia adelante. Coloca los brazos a los lados, levanta los mismos a la altura del pecho y vuelve a tu posición original. realiza el movimiento con un pequeño balanceo. Repite 05 veces.

ESPALDA De pie y con la espalda recta, pon tus manos en la cintura y agáchate manteniendo la espalda recta y regresa a la posición inicial. Posteriormente, sentado y alejado del escritorio baja tus manos hasta la altura de tus pies y vuelve a tu posición original. Repite 05 veces.

CUELLO Gira la cabeza suavemente a la derecha y luego a la izquierda. Repite 05 veces.

ZONA LUMBAR De pie, coloca tus manos en la cintura, gira de lado a lado suavemente (izquierda, derecha; izquierda, derecha). Repite 05 veces.

BRAZOS MANOS De pie, entrelazados los dedos y sin soltar las manos, estira tus brazos hacia el frente a la altura de tu pecho. Luego, cruza los dedos con firmeza y con la otra mano llévalos hacia atrás. Levanta los brazos firmemente hasta la altura de los hombros, muévelos lateralmente. Repite 05 veces.

RESPIRACIÓN De pie y con los ojos cerrados, respira profundamente (inhala y exhala). Repite 05 veces.



PERU

Ministerio de
Educación

Dirección Regional de
Educación de Lima
Metropolitana

Unidad de Gestión
Educativa Local N° 04

Área de Supervisión y
Gestión del Servicio
Educativo



Siempre
con el pueblo



Incorporar en las semanas de gestión un día exclusivo para el soporte emocional.

Actividades

8:00 am

Palabras de bienvenida por parte del directivo

8:15 am

Dinámica motivacional

8:30 am

Introducción de la Autoestima

9:00 am

¿Cuándo se tiene alta y baja autoestima?

10:00 am

Ejercicio 01 aplicación del FODA personal.

11:00 am

Ejercicio 02 identifica y escribe en una hoja las acciones que realiza personas Positivas y Negativas.

12:00 pm

Agradecimiento del directivo por la participación del público.





PERU

Ministerio de
Educación

Dirección Regional de
Educación de Lima
Metropolitana

Unidad de Gestión
Educativa Local N° 04

Área de Supervisión y
Gestión del Servicio
Educativo



Siempre
con el pueblo



Referencia Bibliográfica:

- Dirección de bienestar laboral y salud ocupacional-seguro social Costa Rica-2015. <https://rrhh.ccss.sa.cr/funcionarios/nueva-normativa.pdf>.
- Actividades mínimas para la semana de gestión 2022. <http://directivos.minedu.gob.pe/wpcontent/uploads/2021/03/Actividades-mi%CC%81nimas-para-las-semanas-de-gestio%CC%81n-2021-vf.pdf>.
- Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal 2019. <https://www.alternativas.me/30-numero-41-febrero-julio-2019/190-autoestima-teorias-y-su-relacion-con-el-exito-personal>.

