ACTA N°

FECHA: Bogotá, octubre 20 de 2023

LUGAR: J.I San Pablo Manitas Unidas

TEMA: Cualificación TEA (Transiciones efectivas y armónicas) y hábitos saludables.

ASISTENTES: Relacionados en firmas

DESARROLLO:

El 20 de octubre de 2023, siendo las 3:00 p.m se realiza la articulación con la profesional Sandra Pulido convenio SED compensar, con el fin de acompañar el proceso de los niños y niñas a transito SED, orientando a los padres de familia a ser partícipes en el proceso de las niñas y los niños, mostrando interés en esta etapa de sus vidas; invitando a su vez a fortalecer hábitos y rutinas diarias. Se realizó una cualificación a los padres de familia sobre el cuidado calificado y (TEA) Transiciones Efectivas y Armónicas, temas tratados por parte de la profesional en psicología Nelly Forero y Sandra Pulido.

Actividad rompe hielo: Se genera una actividad con el fin de tener un momento de ensoñación, recordar cuando fuimos niños y como realizamos esa transición desde el seno del hogar a ese primer día de "escuela". Se realizó preguntas donde los padres deben recordar ¿cómo eran los cuidadores?, ¿cómo eran sus profesoras?, ¿cuál era el momento más feliz estando con ellos?; esto con el fin de contribuir a su proceso de desarrollo de una forma positiva logrando así un feliz tránsito a SED.

La familia es el grupo social primario de todo ser humano, en donde, sus miembros a través de diversas formas de relacionarse y comunicarse construyen un clima de interacción, en el cual de manera dinámica todos los integrantes desarrollan habilidades emocionales, comportamentales y cognitivas. Todos los niños necesitan un cuidado cariñoso y sensible para alcanzar su máximo potencial de desarrollo - es indispensable para un crecimiento y desarrollo saludable.
El cuidado cariñoso y sensible no solo promueve el desarrollo físico, emocional, social y cognitivo, sino que también protege a los niños pequeños de los peores efectos de la adversidad. Produce

Powered by CamScanner

además beneficios que se extienden a lo largo de la vida y a la siguiente generación, tanto en salud como en productividad y cohesión social.

Se hace una reflexión sobre la importancia de:

- Permitir que las niñas y niños participen activamente en la construcción de las normas.
- Brindar afecto a niñas y niños y escuchar sus necesidades antes de decidir establecer consecuencias en forma impulsiva.
- Generar conductas reparadoras que la niña o niño pueda realizar para compensar el haber incumplido con una norma o haber tenido un comportamiento poco adecuado.
- Dialogar con las niñas y los niños para ayudarlos a comprender las circunstancias cotidianas y para que usted pueda comprenderlos a ellas y ellos.
- Colocarse a la altura física de la niña o niño cuando se le va a hablar.
- Brindar acompañamiento constante a las niñas y los niños dado que se encuentran en proceso de aprendizaje y requieren el modelo del adulto para aprender de él.
- Mantener la calma y evitar la violencia en cualquiera de sus formas, siempre preguntarse si a usted le gustaría que lo tratarán de la forma en que usted está tratando al niño o la niña o si permitiría que otra persona tratará así a su hijo o hija.
- Brindar elogios a las niñas y los niños.
- Establecer normas y consecuencias acordes para la edad.
- Diferenciar los problemas que son del adulto y aprender a no afectar a niñas y niños con ellos ni en general, a otras personas porque el control de las emociones es de cada persona.

Se generó una pregunta orientadora a los padres ¿Qué necesitan los niños y niñas para disfrutar el tránsito a colegio? Donde las familias mencionan algunos aspectos como confianza, acompañamiento, dialogo; seguidamente se les dio el concepto de transiciones que son los cambios que todas las personas experimentamos, en ellos se involucran acciones y decisiones que nos ayudan a pasar de una situación a otra, las cuales involucran cambios que generan diferentes sentimientos como la alegría, miedo, duda o incertidumbre. Las transiciones más comunes por las que pasan los niños son cambio de casa, separación de padres o ingreso a jardín y/o a la educación formal o cualquier situación que implique un cambio en sus rutinas diarias, en este sentido uno de los cambios más importantes es el ingreso a la educación formal.

Su periodo de adaptación puede varias de acuerdo al acompañamiento que se le haga, este puede tardar un promedio de 2 a 3 semana. En su rol de crianza, cuidado, educación y promoción del desarrollo de los niños y niñas las familias son las principales acompañantes de la experiencia

Powered by CamScanner

de transición. Los padres, madres o cuidadores tienen la posibilidad de observarlos, escucharlos, reconocer sus intereses, estar presentes, celebrar sus logros, contenerlos y alentarlos. Por otra parte, las familias pueden vivir y hacer simultáneamente su proceso de transición estos cambios en sus dinámicas internas como ajustes de horarios, rutinas para alimentación, el sueño y el descanso, desplazamientos más largos entre el hogar y el entorno educativo, por tal razón es importante que nosotros como familias nos preparemos para afrontar estos cambios que taren las transiciones sin dejar a un lado los cambios que viven los niños y niñas.

Tips para ayudar a los niños en el proceso de transiciones

- Comprender que el proceso de aprendizaje es único para cada niño.
- Establecer estrategias para ajustar las rutinas del hogar.
- Establecer relaciones de confianza con las maestra y redes educativo.
- Participar en las actividades que se proponen en el platel educativo.
- Establecer redes de apoyo.
- Acompañar a los niños y niñas a vivir de esta experiencia de manera amorosa.
- Escuchar con atención lo que los niños y niñas nos quieran decir.
- Validar sus emociones.

Se resaltó la importancia de promover la autonomía, permitiéndola al niño o niña alistar la maleta para ir al jardín o al colegio dialogando, preguntándole a los niños y niñas todas las tardes como les fue, permitiéndoles conocer su sentir. Cuidado y respeto consigo mismo y con los compañeros, es importante que en este proceso se construyan bases sólidas para la educación solida con amor.

Los hábitos de vida saludables son aquellos que ayudan a mantener el cuerpo y la mente sanos. Estos hábitos incluyen una alimentación saludable, la práctica regular de actividad física y el sueño adecuado. Los hábitos de vida saludables son especialmente importantes para los niños, ya que se encuentran en una etapa de crecimiento y desarrollo. Las prácticas saludables que adopten los niños durante la infancia tendrán un impacto significativo en su salud y bienestar a lo largo de su vida.

Se hace sensibilización a los padres, cuidadoras y cuidadores sobre los hábitos de vida saludable para sus hijos:

- **Alimentación saludable:** Los niños necesitan una dieta equilibrada que incluya todos los nutrientes esenciales para su crecimiento y desarrollo. Esto significa que deben consumir una variedad de alimentos de todos los grupos alimenticios, incluyendo frutas, verduras, cereales

Powered by CamScanner

integrales, proteínas magras, y productos lácteos bajos en grasa. Es importante limitar el consumo de azúcares, grasas saturadas, y grasas trans.

- **Actividad física:** Los niños necesitan al menos 60 minutos de actividad física moderada al día. La actividad física puede incluir juegos activos, deportes, o cualquier otra actividad que haga que el niño se mueva. Es importante que los niños tengan una variedad de actividades para elegir, para que encuentren algo que disfruten y que los mantenga motivados.
- **Sueño adecuado:** Los niños necesitan dormir de 7 a 9 horas por noche. El sueño adecuado es esencial para el crecimiento y desarrollo de los niños y niñas, y también para su aprendizaje y comportamiento. Es importante crear una rutina de sueño para los niños y asegurarse de que tengan un ambiente tranquilo y oscuro para dormir.

Se concientiza a los padres sobre el papel importante que desempeñan: "ayudar a los niños y niñas a adoptar hábitos de vida saludable". Al comer alimentos saludables, practicar actividad física de forma regular, y dormir lo suficiente, pueden dar un buen ejemplo a sus hijos, también pueden ayudar a los niños a crear hábitos saludables al proporcionarles oportunidades para practicar actividad física, cocinar comidas saludables juntos, y establecer una rutina de sueño regular.

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Nelly forero García	Psicóloga	SDIS/ SLIS	Nelly Georgina Forero García
Giovanna	Responsable	JI San Pablo	Giovanna

Elaboró: Nelly Forero García

Powered by CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 1 Fecha: Memo I2023023863 - 14/08/2023 Página: 1 de 1

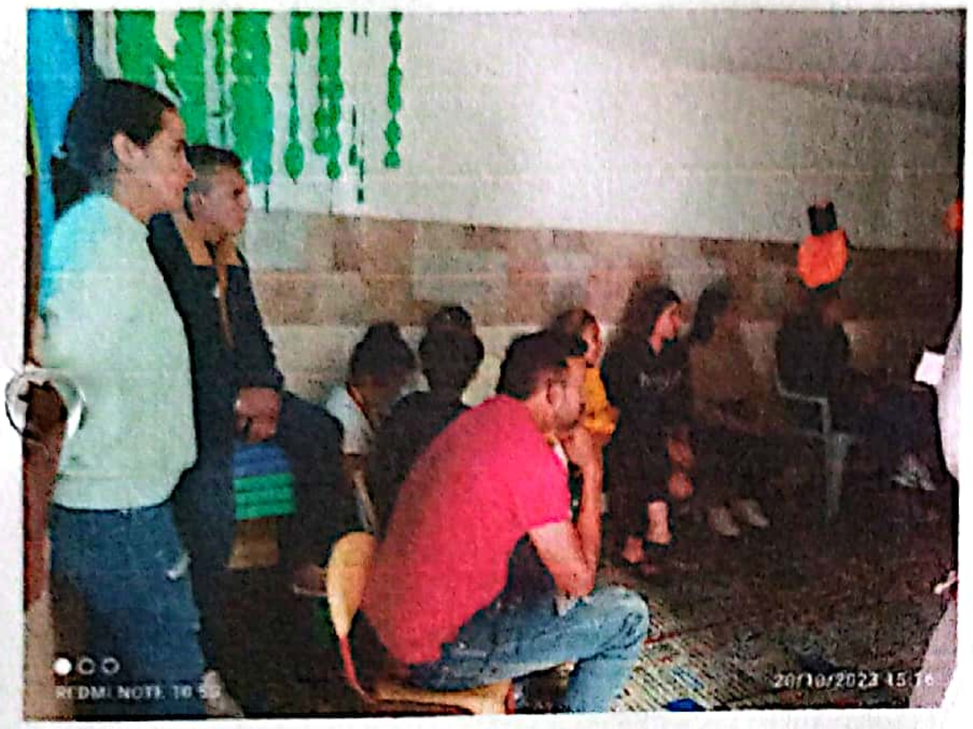
1. Tema: TEA Alimentación saludable y cuidado calificado 2. Lugar: J.I San Pablo Monitos unidas 3. Fecha y hora: 20/oct/2023 3:00 pm

4. Item	5. Nombres y Apellidos	6. Documento de identidad	7. Entidad o Dependencia	8. Rol / Cargo	9. Planta / Contratista	10. Correo electrónico	11. Teléfono y Ext. / Celular	12. Firma
1	Giovanna Florin	1016014931	JI San Pablo	Responsable	Cofinanciado	JI Kasandra@gmail.	3152415548	Giovanna
2	Sandra Pulido	52020667	Convenio SED - COMPENSAR	Psicosocial	—	sipulido1@compensar	com 3053231651	[illegible]
3	Daniela Ortiz R	1016074513	J.I San Pablo	Profatricion	Cofinanciando	J.Kasandra@gmail.com	3134305720	Daniela Ortiz R
4	Nelly Forero	63476631	SDIS Fontbón	Psicologa	contratista	nforero@sd.s.gov.co	3105845274	Nelly Forero
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

Powered by CamScanner

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



Powered by CamScanner