Informe de actividades Plan de Intervenciones Colectivas PIC	
Municipio	Fosca-Cundinamarca
Lugar	IED Desarrollo Rural
Fecha	05 de noviembre de 2024
Tema	Encuentros Vivenciales de Opciones de Vida
Entorno	Educativo
Objetivo	Reconocer las fortalezas personales y su relación con la proyección de opciones de vida.
RESPONSABLE ACTIVIDAD (Nombres y Apellidos):	Jenniffer Andrea Rozo Barbosa
Número Documento de identidad del responsable de la actividad	1.007.184.905
Soporte listado de asistencia A LAS INTERVENCIONES COLECTIVAS – formato Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091.	

Desarrollo de la Actividad

1. **Descripción de la población asistente**: Se realiza sesión educativa con Institución Educativa De Desarrollo Rural IDER con grupos seleccionados por los actores institucionales donde se encuentran en el grado Noveno Y Decimo, donde se encuentran con afiliación de régimen subsidiado la mayoría, donde se ven reflejados que la mayor parte viven en rural y rural disperso, donde nos da una cantidad de 20 participantes en total.

2. **Metodología de la actividad realizada:** para de la sesión educativa se realiza por medio de la presentación en la estrategia “Piensa y Actúa positivamente” donde se da paso con la presentación de la ejecutora -Jenniffer Rozo- enfermera y de cada uno de los participantes donde se realizara la integración de nuevos compañeros para el grupo de la estrategia y además la sensibilización en el grupo constituido del entorno educativo, enfocada en descubrir con las y los adolescentes los imaginarios que existen frente al embarazo adolescente, para entender de dónde surgen, el significado que le atribuyen, cómo afectan la vida futura y su motivación y compromiso para transformarlos. Se realizará en tres pasos iniciando con Crossline como actividad rompe hielo con todos los compañeros, luego se realizara “mi historia de vida” para construir su línea de vida que estará dividida en presente, pasado y futuro y se finalizara se realiza con todo el equipo un mapa de

posibilidades escribir o dibujar tres compromisos que tengan consigo mismos para desarrollar a lo largo del año y realizar una lista.

2.1 Actividad lúdica de inicio:

Acercándonos: Crossline.

Quien facilita, realiza la bienvenida y dispone a los y las adolescentes para el desarrollo de la sesión. Se invita a jugar "Crossline"; la idea del juego es formar dos equipos que se ubicarán a lado y lado de una línea media. Cada equipo señalizará un arco y por medio de pases, intentarán llevar la pelota al arco del equipo contrario, teniendo en cuenta las siguientes orientaciones:

- Se sortea el turno de inicio entre los equipos y a la señal del pito comienza el juego.
- La pelota debe jugarse en la mano y no debe tocar el piso antes de llegar al arco del equipo contrario, si esto sucede se entrega al equipo contrario.
- Se debe mantener distancia entre quien tiene la pelota y los demás jugadores como mínimo de un metro de distancia de éste.
- Quien tiene la pelota, puede dar máximo dos pasos antes de dar el pase.
- Para que la pelota pueda llegar al arco del otro equipo, debe haber pasado mínimo por tres personas del equipo que la tiene en juego.
- Para impedir que el otro equipo llegue a su portería, los participantes pueden interceptar el pase de la forma en que quieran, siempre y cuando no lastimen a los demás jugadores.
- Si un jugador del equipo contrario intercepta el balón y cae al suelo, éste será para su equipo.

Posteriormente, se reúne al grupo y se reflexiona sobre las actitudes buenas que pusieron en juego, permitiendo que cada uno rescate cuál fue la suya.

2.2 Explicación del tema

En el marco de la Política Nacional de Sexualidad, Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos, estos son considerados como los más humanos de los derechos, en tanto, hacen parte de la esfera más íntima de las personas. El contenido de los mismos, parte de la interpretación de los derechos humanos desde lo que implica la sexualidad y la reproducción en el curso de vida de las personas, en este sentido, el Estado colombiano debe garantizar el ejercicio de estos derechos de forma libre y autónoma, sin ningún tipo de estigma y discriminación, y proteger los derechos cuando estos son vulnerados bajo distintas formas coercitivas o de violencia.

El proyecto de vida permite estructurar y organizar un plan para alcanzar nuestras metas, objetivos y aspiraciones. Para plantearlo se requiere de un proceso de introspección, autoconocimiento y reflexión; esto permitirá que el proyecto de vida que elaboremos sea realista y objetivo, acorde a nuestras necesidades, intereses, deseos e incluso habilidades. El proyecto de vida puede abarcar distintas esferas de la vida, por ejemplo: lo familiar, personal, educativo-profesional, laboral, económico, espiritual y sentimental. Esferas que representan la complejidad de la vida humana.

Características

Una de las principales características del proyecto de vida es su carácter personal; se construye a partir de la historia de vida, ilusiones, expectativas, aspiraciones y posibilidades individuales. Es realista y objetivo. Cuando se plantea el proyecto de vida se debe tomar en consideración la realidad social-económica y las posibilidades que tenemos; así mismo, la habilidades y destrezas con las que contamos. Otra característica de proyecto de vida es su flexibilidad.

No es estático; se puede amoldar y adecuar a las circunstancias e imprevistos que surjan en la trayectoria de vida. Tu proyecto inicial se puede cambiar, sin embargo, al plantearlo debes tomar en cuenta tus deseos, intereses, gustos, personalidad y posibilidades.

Dimensiones

El proyecto de vida puede abarcar varias esferas; por ejemplo, lo personal, familiar, profesional, laboral, educativo. Si bien, no podemos conocer con certeza algunos aspectos de la trayectoria vital como, por ejemplo, con quién nos uniremos, sí podemos plantear en qué momento hacerlo. O bien, trazar la ruta para trabajar en el lugar que deseamos o a lo que nos queremos dedicar profesional y laboralmente.

Etapas

Como todo plan, al realizarlo, debemos considerar ciertas etapas o procesos guía. En estas etapas intervienen aspectos de carácter reflexivo, intrínseco y de autocrítica. Debemos valorar nuestra situación actual e incluso nuestro contexto económico y social. De acuerdo con el UNFPA (2013) es posible identificar ocho etapas que se enlistan continuación:

• Reconocer valores, necesidades, propósitos y aspiraciones: Como primer paso, para elaborar un proyecto de vida, se deben reconocer nuestros valores, las necesidades reales y aspiraciones. También reconocer nuestras habilidades y posibilidades que permitan colocar en un plano más realista las metas y aspiraciones que deseamos alcanzar en la trayectoria vital. Esta etapa está marcada por un proceso de introspecciones, auto reflexión y autocritica.

• Identificar metas a corto, mediano y largo plazo: Una vez que tenemos claro las metas y aspiraciones, así como las habilidades y valores que poseemos para alcanzarlas, es necesario jar plazos a corto, mediano y largo plazo. Estos plazos dependen, en gran media, del alcance de la meta; por ejemplo, si nos jamos como meta concluir un año escolar con un alta, nuestra prioridad será dedicar horas a estudiar, y la meta puede darse en un plazo de 6 meses a un año. Sin embargo, si nuestra meta es realizar una carrera universitaria, esto podría significar un periodo más prolongado.

Dimensión	¿ A qué se refiere?	¿Qué preguntas me debo plantear?
Personal	Se refiere al tipo de persona que quiero ser en cuanto a valores, actitudes, afectos y todo lo relacionado con el desarrollo personal.	¿Qué tipo de persona quiero llegar a ser? ¿Qué valores y actitudes quisiera tener?
Familiar	Hace referencia a las acciones que debemos realizar para mantener, fortalecer o afianzar las relaciones con quienes consideramos nuestra familia.	¿Qué tipo de relaciones quiero cultivar?
Educativo profesional	Se relaciona con nuestras aspiraciones educativas y de aprendizaje, encaminadas a nuestra formación profesional y a lo que nos queremos dedicar.	¿Qué quiero estudiar? ¿Qué me interesa? ¿Cúales son mis habilidades y aptitudes?
Laboral	Esta dimensión se relaciona con el trabajo, a lo que nos queremos dedicar para obtener un ingreso económico que nos permita satisfacer nuestras necesidades.	¿Qué clase de trabajo me gustaría tener? ¿En qué quisiera trabajar?
Sentimental afectivo	Se refiere a las relaciones interpersonales que deseo establecer.	¿Qué tipo de vida afectiva quiero tener? ¿Cómo y con quiénes quiero vivir? ¿Quiero tener pareja? ¿Quiero o no quiero tener hijos/as?

2.3 Descripción del material didáctico utilizado: se realiza explicación por medio de dispositivas con el finde tener una claridad en el tema.



2.4 Descripción de las inquietudes manifestadas por los asistentes.

Los participantes no refieren ninguna pregunta al respecto del tema, y refieren que todo esta claro

3. Conclusiones y recomendaciones

Se da como conclusión con los adolescentes tomar decisiones se convierte en una habilidad para la vida. Ya que implica autoconocimiento, responsabilidad, reflexividad y la práctica de valores, que nos lleven a actuar frente a estas de manera sin presiones. La buena toma de decisiones puede ayudarnos a alcanzar nuestras metas. Una etapa de vida donde tomar decisiones se torna una situación crítica, es durante la adolescencia y la juventud. En estas etapas se comienza a decidir de manera más autónoma sobre algunas situaciones de vida. Por ello es fundamental reforzar habilidades para la adecuada toma de decisiones como; pensamiento crítico y reflexivo, asertividad y el autoconocimiento.

Estas habilidades no solo se gestan, sino que también se transmiten mediante el ejemplo, por lo que es fundamental una adecuada guía que influya positivamente en las y los adolescentes y jóvenes, que les permita construir de manera efectiva un proyecto de vida. A continuación, se enlistan algunas habilidades para la vida que se consideran sustantivas para construir el proyecto de vida deseado.

4. Registro fotográfico



Gobernación de CUNDINAMARCA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA	Código: M-PDS-GSP-FR-029
		Versión: 01
	Información de Actividades PIC	Fecha de Aprobación: 09 de abril 2024





Gobernación de CUNDINAMARCA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA	**Código: M-PDS-GSP-FR-029**
		Versión: 01
	Información de Actividades PIC	**Fecha de Aprobación: 09 de abril 2024**