	Ficha Metodológica de la Capacitación	

Fecha de ejecución: 26 SEPTIEMBRE 2025

Lugar de la capacitación: INSTITUCIÓN EDUCATIVA VEREDA LA ESTRELLA

1. NOMBRE DE LA CAPACITACIÓN:

MANEJANDO EL ESTRES (HABILIDADES PARA LA VIDA)

2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:

Brindar un espacio con un ambiente participativo activa, donde se pueda lograr la atención del grupo para la apropiación nuevos saberes que conlleven a identificar las habilidades afrontar factores estresores.

3. METODOLOGIA IMPLEMENTADA:

La actividad de educación, participación y escucha sobre el tener conceptos claros en habilidades para la vida identificando mediante la exploración del mundo que les rodea, se desarrolló de forma presencial en la institución educativa vereda la estrella mediante la estrategia: **EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN SALUD PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES PARA LA VIDA.**

Un espacio para brindar herramientas que fortalezcan y descubran aptitudes de comportamiento positivo que los llevaran afrontar las exigencias de la vida

Se implementaron las siguientes acciones metodológicas:

- **Socialización grupal:**

  Se llevó a cabo una charla educativa dentro de una de las aulas empleando un lenguaje claro y adaptado al nivel de comprensión del grupo.

- **Apoyo didáctico:**

  - Diapositivas como soporte para el desarrollo de la actividad
  - Actividad bombas hasta estallar

Participaciones alumnos grado octavo:

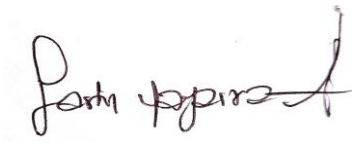
Mediante la actividad Se promovió la interacción y participación activa del grupo para generar un hilo conductor hacia el espacio de aprendizaje mediante preguntas las cuales se iban construyendo desde sus conocimientos y vivencias propias, permitiendo de esta manera la apropiación del espacio de educación y comunicación en salud para el desarrollo de habilidades para la vida.

4. RESULTADOS OBTENIDOS:

Al terminar la actividad se logró identificar apropiación de conceptos, comprender la importancia de las habilidades en la vida, el promover para el resultado de acciones positivas que deban enfrentar en los desafíos de la vida, teniendo en cuenta que existen situaciones en la vida en las cuales se deben saber tomar el control.

.

Firma



Farly Yajaira acosta Pérez
Profesional psicólogo
TP: 286984