MIS DERECHOS Y DEBERES COMO NIÑO/NIÑA
ACTIVIDADES QUE ENSEÑEN LOS DERECHOS HUMANOS DESDE LA INFANCIA.
ATENCIÓN PRIMARIA EN SALUD.
CONCURRENCIA 2026-1.
ÍTEM 3.
I11102 - EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN PARA LA SANA CONVIVENCIA Y EL TEJIDO SOCIAL.

ENTORNO DE INTERVENCIÓN	Educativo.
TIPO DE INTERVENCIÓN	Educación y comunicación para la sana convivencia y el tejido social.
Actividad Ítem: 3, sesión 1.	
Realizar procesos de información y educación con padres, madres y cuidadores de niñas, niños y adolescentes pertenecientes a la/las Institución Educativa Departamental presente en el municipio, a quienes debe dirigir jornadas de capacitación en los siguientes temas: **Sesión 1.** Desarrollo emocional y toma de decisiones en adolescentes incluyendo fortalecimiento de la autoestima, proyecto de vida, prevención de riesgos y conductas vulnerables con énfasis en embarazo temprano: causas y consecuencias.	
INFORMACIÓN GENERAL	
OBJETIVO	Fortalecer las capacidades y pautas de acompañamiento de padres, madres y cuidadores de la Institución Educativa Departamental, brindándoles herramientas prácticas sobre desarrollo emocional, autoestima y proyecto de vida que les permitan guiar a los adolescentes en la toma de decisiones asertivas y en la prevención de conductas de riesgo, con especial énfasis en la prevención del embarazo temprano.
POBLACIÓN BENEFICIARIA	Padres, madres y cuidadores de niñas, niños y adolescentes pertenecientes a la/las Institución Educativa Departamental presente en el municipio con una participación mínima de diez (15) asistentes por sesión.
PERIODICIDAD	Las actividades se desarrollarán desde la segunda hasta la primera entrega del 2026-1, de acuerdo con el cronograma establecido en el anexo técnico.
ASPECTOS TECNICOS	La actividad se desarrollará mediante un enfoque lúdico-pedagógico, participativo y reflexivo, que permita a los padres de familia y/o cuidadores de niños, niñas y adolescentes, comprender la importancia de desarrollo emocional y toma de decisiones en adolescentes incluyendo el fortalecimiento de la autoestima, proyecto de vida, prevención de riesgos y conductas vulnerables con énfasis en embarazo temprano: causas y consecuencias. Se priorizará el uso de materiales pedagógicos de bajo costo disponibles en el entorno escolar.

	Se deberá contar con registro de asistencia, evidencia fotográfica del desarrollo de la actividad, así como el registro de fecha, hora y lugar de ejecución, incluyendo georreferenciación conforme a los lineamientos técnicos establecidos. **Desarrollo emocional en la adolescencia y su rol co-regulador en el entorno familiar.** El desarrollo emocional en la adolescencia no es únicamente un proceso de cambio conductual, sino el resultado de una reorganización neurobiológica profunda, explicada a través del Modelo de Sistemas Duales de Steinberg (2008) y las investigaciones sobre maduración cerebral de Giedd (2004, 2008): • **El Sistema Límbico:** Específicamente la amígdala (encargada del procesamiento de las emociones y la búsqueda de recompensa inmediata) experimenta una maduración temprana acelerada debido a los cambios hormonales de la pubertad (Casey, Jones y Hare, 2008). • **La Corteza Prefrontal:** Responsable de la planificación, el control de impulsos, la evaluación de riesgos y la toma de decisiones asertivas, no culmina su desarrollo y mielinización sino hasta la adultez temprana, aproximadamente hacia los 25 años (Giedd, 2004). Esta brecha o asincronía en el desarrollo cerebral hace que el adolescente sea altamente reactivo emocionalmente. Por ende, bajo la Teoría de la Co-regulación Emocional de Morris et al. (2007), la familia debe transitar de un modelo punitivo y controlador a uno de co-regulación, donde el cuidador actúa como un "andamiaje externo" que ayuda al adolescente a procesar y modular sus estados emocionales mientras su propia corteza prefrontal termina de madurar. **Emociones.** Respuestas afectivas básicas que surgen ante diferentes estímulos del entorno y permiten a los niños, niñas y adolescentes comprender lo que sienten y cómo reaccionan. En esta actividad se trabajan emociones primarias como alegría, tristeza, miedo, enojo y sorpresa.Ekman, P. (1999). *Basic emotions*. En T. Dalgleish & M. Power (Eds.), *Handbook of cognition and emotion* (pp. 45-60). John Wiley & Sons. **Reconocimiento emocional.** Capacidad para identificar y nombrar las propias emociones y las de los demás. Es una habilidad fundamental para el desarrollo emocional y social en la infancia.Denham, S. A. (2006). Social-emotional

	competence as support for school readiness. *Early Education and Development, 17*(1), 57-89. **Expresión emocional.** Forma en que los niños, niñas y adolescentes manifiestan sus emociones a través del lenguaje verbal, corporal, artístico o simbólico. La actividad promueve una expresión emocional libre, segura y no violenta.Saarni, C. (1999). *The development of emotional competence*. Guilford Press. **Gestión emocional.** Proceso mediante el cual los niños, niñas y adolescentes aprenden, de manera progresiva, a regular sus emociones, comprenderlas y responder de forma adecuada a diferentes situaciones cotidianas.Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry, 26*(1), 1-26. **Desarrollo socioemocional.** Conjunto de habilidades que permiten a los niños, niñas y adolescentes relacionarse consigo mismos y con los demás, incluyendo la empatía, el autocontrol, la convivencia y la resolución pacífica de conflictos.Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning – CASEL. (2020). *SEL framework*. CASEL. **Modelo de Toma de Decisiones Conductual (Fischhoff, 1996; Beyth-Marom et al., 1991):** Propone que los adolescentes tienen una capacidad cognitiva de análisis similar a la de los adultos para identificar opciones y consecuencias. Sin embargo, su decisión final difiere debido a la valoración subjetiva que otorgan a las consecuencias sociales (ej. la aceptación o rechazo del grupo de pares). **Autoestima como Factor de Resiliencia (Orth & Robins, 2014; Rosenberg, 1965):** Una alta autoestima no es solo "sentirse bien", sino la convicción interna de autoeficacia y valor personal. Los adolescentes con una autoestima sólida muestran mayor asertividad para resistir la presión de grupo y establecer límites corporales claros (co-relacionado con el uso consistente de métodos anticonceptivos). El proyecto de vida actúa como una estructura cognitiva y motivacional que redirige las conductas del presente en función de metas a mediano y largo plazo.

	La Teoría del Desarrollo Psicosocial (Erikson, 1968): Define la adolescencia como la etapa de **"Identidad vs. Confusión de Roles"**. La estructuración de un proyecto de vida es la resolución exitosa de esta crisis, donde el joven define "quién es" y "hacia dónde va". **Enfoque de Proyecto de Vida en Prevención (D'Angelo, 2000, 2002):** Este autor conceptualiza el proyecto de vida como un modelo interactivo que integra las necesidades individuales con las oportunidades de la sociedad. Cuando un adolescente visualiza un futuro viable (educativo, profesional, personal), el costo de oportunidad de un embarazo temprano se eleva, convirtiendo las metas de futuro en el factor protector más potente contra conductas vulnerables. **Prevención de Riesgos y Embarazo Temprano: Causas y Consecuencias** El embarazo en la adolescencia es un fenómeno multicausal y un determinante social de la salud que perpetúa trampas de pobreza. **Causas Multifactoriales (Bronfenbrenner, 1979 - Modelo Ecológico)** **Nivel Microsistémico (Individual y Familiar):** Inicio temprano de relaciones coitales sin educación sexual integral (ESI), baja autoeficacia anticonceptiva, dinámicas familiares con comunicación fragmentada o restrictiva respecto a la sexualidad (asociado a pautas de crianza disfuncionales). **Nivel Mesosistémico (Comunitario y Escolar):** Presión de pares, escaso acceso a servicios de salud amigables para adolescentes y falta de oportunidades recreativas, culturales o laborales en el territorio. **Nivel Macrosistémico (Estructural):** Pobreza multidimensional, normas de género restrictivas y naturalización de la maternidad como único rol socialmente validado para la mujer en ciertos contextos rurales o marginados (**Profamilia, 2015**). **Consecuencias (Stern, 2012; OMS, 2020)** **Consecuencias en Salud Física:** Riesgo incrementado de preeclampsia, parto prematuro y bajo peso al nacer debido a la inmadurez biológica del tracto reproductivo en la adolescencia temprana (**OMS, 2020**). **Consecuencias Psicosociales y Educativas:** Deserción escolar inmediata o rezago educativo crónico. Esto reduce la inserción en el

	mercado laboral formal, perpetuando el círculo de la pobreza intergeneracional (**CEPAL, 2016**). **Consecuencias Emocionales:** Mayor prevalencia de depresión postparto, frustración ante la alteración abrupta del desarrollo de la identidad personal y sobrecarga de rol en cuidadores secundarios (usualmente las abuelas).
REQUISITOS AFINES AL MEDIO DE ENTREGA	1. Informe de Actividades PIC - Código: M-PDS-GSP-FR-029 VERSIÓN 2. 2. Listados de asistencia formato Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 VERSIÓN 6 en medio físico. 3. Registro fotográfico donde se evidencie el desarrollo de la actividad, al ejecutor y asistentes, además debe contener el registro de la Fecha, hora y Lugar de captura con aplicación de georreferenciación, que coincida con los demás soportes. Observación: Cada sesión debe tener un mínimo de quince (15) padres, madres y cuidadores participantes. Deberá realizar una sesión por entrega, ya sea en población rural o población urbana.
DOCUMENTOS DE REFERENCIA APLICABLES	**Marco Normativo en Colombia.** La importancia de promover la gestión emocional en el entorno familiar y educativo está respaldada por diversas normas y políticas públicas vigentes en Colombia. A continuación, se presentan las más relevantes: **Constitución Política de Colombia.** **Ley 1098 de 2006 – Código de Infancia y Adolescencia.** • Reconoce a los adolescentes como sujetos activos de derechos. • Promueve la participación, el respeto y la protección frente a situaciones de riesgo emocional y social. **Política Pública Nacional de Juventud 2019-2030.** • Promueve el fortalecimiento de habilidades para la vida, la construcción de proyectos colectivos y la participación juvenil como estrategias de protección psicosocial. **Resolución 4886 de 2018 – Política Nacional de Salud Mental.** • Promueve acciones de fortalecimiento de redes de apoyo, vínculos significativos y mediación comunitaria desde enfoques participativos y diferenciales. **Ley 1620 de 2013 – Sistema Nacional de Convivencia Escolar.**

	• Promueve el desarrollo de competencias ciudadanas y socioemocionales tanto en contextos escolares como familiares. Fomenta la prevención de violencias a través de procesos de formación en habilidades para la vida. **Ley 2383 de 2024 – Educación Socioemocional Obligatoria:** Promulgada el 19 de julio de 2024, esta ley representa un hito en la educación emocional colombiana, institucionalizando la cátedra de educación emocional desde preescolar hasta educación media. Entre sus disposiciones principales: • Establece la obligación del Ministerio de Educación Nacional (MEN) para formular lineamientos pedagógicos, metodológicos, y promover la formación docente especializada en educación emocional. • Exige la aplicación de una Encuesta Nacional de Salud Mental, por parte del Ministerio de Salud, dirigida a niños, niñas y adolescentes, cuyos resultados deben ser públicos. • Prioriza su implementación en zonas con alta vulnerabilidad social, como los municipios PDET (Programas de Desarrollo con Enfoque Territorial) y ZOMAC (Zonas Más Afectadas por el Conflicto Armado). **Ley 2503 de 2025:** implementación de la cátedra de educación emocional en todas las instituciones educativas de Colombia en los niveles de preescolar, básica y media y se adoptan otras disposiciones. • Crea e implementa obligatoriamente la Cátedra de Educación Emocional en todas las instituciones educativas (públicas y privadas) en los niveles de preescolar, básica y media. • Busca desarrollar competencias emocionales, promover la salud mental, prevenir la violencia y mejorar la convivencia escolar mediante el PEI. • Busca transformar la educación tradicional al integrar la inteligencia emocional y la empatía como pilares de la formación escolar. **Ley 2491 de 2025 (Ley de Educación Emocional):** *"Por la cual se incorpora a los proyectos educativos institucionales el componente de competencias socioemocionales en Colombia y se dictan otras disposiciones*.**"** • Reconoce de manera explícita el rol fundamental de la familia como corresponsable del proceso educativo.

	• Impulsa el trabajo sistemático con padres, madres y cuidadores a través de espacios formativos, orientaciones pedagógicas y procesos de acompañamiento que favorecen la comprensión de las necesidades emocionales, sociales y comportamentales de niños, niñas y adolescentes. • La participación activa de las familias deja de ser un componente accesorio y se consolida como un elemento estratégico para la prevención de conflictos, la promoción de ambientes protectores y el fortalecimiento de la convivencia escolar. • La incorporación de las competencias emocionales como un eje transversal del quehacer educativo, orientado al reconocimiento, la regulación y la gestión adecuada de las emociones, así como al desarrollo de habilidades sociales, la empatía y la toma de decisiones responsables. • La educación socioemocional se convierte en una herramienta clave para la prevención de situaciones de riesgo y la atención temprana de problemáticas asociadas a la convivencia escolar. • Impulsa el fortalecimiento y la coherencia de los proyectos educativos institucionales (PEI), al exigir que el componente socioemocional y la participación familiar se integren de manera explícita en la planeación, ejecución y evaluación de los proyectos pedagógicos que desarrollan las instituciones educativas. **Ley 2025 de 2020 – Escuela de Padres y Madres de Familia.** • Establece la obligatoriedad de la implementación de la Escuela de Padres en las instituciones educativas. • Fortalece la participación de las familias en los procesos formativos de los estudiantes. • Promueve estrategias para el acompañamiento familiar en el desarrollo emocional, social y académico de niños, niñas y adolescentes. **Ley 115 de 1994 – Ley General de Educación.** • Reconoce la educación como un proceso integral que incluye el desarrollo emocional, social y ético de los estudiantes. • Promueve la participación de la familia en el proceso educativo. • Política Nacional de Salud Mental (Resolución 4886 de 2018) • Promueve el fortalecimiento de habilidades para la vida, la regulación emocional y la construcción de entornos protectores desde el ámbito familiar y educativo. • Lineamientos de Educación para la Ciudadanía y Convivencia – MEN

	• Fomentan el pensamiento crítico, la resolución pacífica de conflictos y la participación activa de las familias en la formación de los estudiantes.
ANEXOS	No aplica.
INFORMACIÓN ESPECÍFICA	
DESCRIPCION DE LA METODOLOGÍA	
DESCRIPCIÓN	**Apertura y encuadre de la sesión.** Tiempo estimado: 10–15 minutos. Bienvenida a los padres, madres y cuidadores de niños, niñas y adolescentes de la Institución Educativa Departamental, con música instrumental suave de fondo. Salúdalos reconociendo el esfuerzo y el tiempo que han dedicado para asistir. *"Bienvenidos y bienvenidas. Sabemos que la tarea de educar y guiar no viene con un manual de instrucciones y que el día a día está lleno de ocupaciones. Que estén hoy aquí sentados demuestra el inmenso amor y compromiso que tienen con el futuro de sus hijos. Hoy este espacio es para ustedes, para apoyarnos mutuamente."* **Actividad rompehielo:** Tiempo estimado: 20–25 minutos. *"La Maleta de los Deseos y Temores"* ***Objetivo:*** *Identificar las expectativas de los padres frente a la adolescencia de sus hijos, aliviar la tensión y conectar emocionalmente con la temática de la sesión.* ***Materiales:*** *Siluetas de papel con forma de* ***Maleta*** *y siluetas con forma de* ***Piedra*** */* ***Basura*** *(una de cada una por participante), bolígrafos, dos cajas grandes (una marcada como "El Equipaje para el Viaje" y otra como "La Carga del Camino").* 1. Entrega a cada padre o cuidador una "Maleta" y una "Piedra" de papel con un bolígrafo.

	2. Pídeles que escriban de manera anónima: **-En la Maleta:** Un sueño, meta o recurso emocional que quieren que su hijo/a lleve en su "proyecto de vida" (ej. *que sea profesional, que sea feliz, que aprenda a valorarse*). -**En la Piedra:** Un temor, duda o riesgo que les preocupa que su hijo/a enfrente en este camino (ej. *el embarazo temprano, malas amistades, que no me escuche*). 3. Pide que doblen los papeles y los depositen en las cajas correspondientes al frente del salón. Esto ayuda a externalizar sus preocupaciones. 4. Extrae al azar 2 o 3 piedras y 2 o 3 maletas. Léelas en voz alta para el grupo. • **Cierre técnico del facilitador:** *"Como ven, no están solos en esto. Los temores que tienen sobre los riesgos del entorno y el embarazo a temprana edad son compartidos, pero también lo es el deseo de verlos triunfar con un proyecto de vida sólido. Hoy vamos a aprender cómo llenar esa maleta con las mejores herramientas emocionales."* **Actividad rompehielo:** Pregunta generadora: ¿Qué crees que significa tener derechos dentro de la escuela? **Sensibilización sobre derechos y deberes.** Tiempo estimado: 20–25 minutos. Conversatorio guiado sobre: ¿Qué son los derechos? ¿Qué son los deberes? Importancia de aplicarlos en la escuela, el hogar y la comunidad. Se retoman algunos apartados del Manual de Convivencia institucional, adaptados al lenguaje de los estudiantes, para reflexionar sobre normas,

	responsabilidades y el respeto por los demás. **Dinámica "El mural de los derechos":** Los estudiantes escriben o dibujan en hojas recicladas un derecho que consideren importante dentro de la escuela. Socialización voluntaria reforzando la participación y el respeto por las ideas de los demás. Reconociendo mis derechos en la vida cotidiana. Tiempo estimado: 20–25 minutos. Presentación de situaciones cotidianas escolares donde se evidencian derechos y deberes. Relación de estas situaciones con los acuerdos establecidos en el Manual de Convivencia, promoviendo la comprensión de su importancia. Trabajo en pequeños grupos: Identificar qué derecho se relaciona con cada situación. Reflexionar sobre la importancia de cumplir los deberes para garantizar la convivencia armónica. Socialización de conclusiones promoviendo el respeto y la responsabilidad compartida. **Juego de roles: practicando el respeto y la participación.** Tiempo estimado: 20 minutos. Representación de situaciones escolares relacionadas con: Derecho a la educación. Respeto por la opinión. Resolución pacífica de conflictos.

	Reflexión grupal sobre cómo las acciones individuales contribuyen al cumplimiento del Manual de Convivencia y al bienestar colectivo. **Cierre reflexivo y compromiso. "La Carta del Faro"** Tiempo estimado: 10–15 minutos. **Metodología Paso a Paso:** **1.La Metáfora del Faro:** 3 minutos. El facilitador invita a cerrar los ojos o a mirar la tarjeta del faro y comparte la siguiente analogía: *"Un faro no evita que haya tormentas en el mar, ni maneja el barco del navegante. El faro simplemente brilla con fuerza para mostrar dónde están las rocas peligrosas y dónde está el puerto seguro. En la adolescencia, sus hijos están navegando por aguas nuevas y a veces turbulentas. Ustedes no pueden vivir la vida por ellos ni tomar sus decisiones, pero sí pueden ser ese faro que ilumina su camino con amor, límites claros y un proyecto de vida."* **2.La Escritura del Compromiso:** 5 minutos. Pide a los padres que escriban de manera individual y privada en su tarjeta del faro una acción concreta e inmediata que se comprometen a hacer en casa esta semana para nutrir la autoestima o la comunicación con su hijo/a. • **Consigna guía:** *"Escribe un compromiso que empiece con la palabra 'Prometo...'. No tiene que ser algo gigante. Puede ser: 'Prometo escucharte 10 minutos al día sin juzgarte', 'Prometo recordarte lo mucho que vales antes de salir a estudiar' o 'Prometo que hablaremos de tus planes de futuro con un chocolate caliente'."* **3.Sellado y Conexión:** 3 minutos. Cada padre guarda su tarjeta escrita en el sobre, lo sella y escribe el nombre de su hijo/a en el exterior. • **Instrucción técnica:** Este sobre no se entrega al facilitador. Se lo llevan a casa. El compromiso es exclusivamente con su hijo/a y con ellos mismos en su rol de cuidadores.

	Mensaje de Cierre: 4 minutos *"Cuidadores: hoy se van de aquí con una maleta más ligera y con un faro encendido en sus corazones. Prevenir los riesgos y acompañar los sueños de nuestros adolescentes es una tarea que se hace día a día, conversación a conversación. Muchas gracias por su vulnerabilidad, por su respeto y por demostrar que en esta institución educativa y en este municipio, las familias son el primer y más fuerte factor protector. ¡Feliz regreso a casa!"*
RESPONSABLE	Profesional Entorno Educativo (Estrategia APS).
OBSERVACIONES	Adaptar el lenguaje y los ejemplos a la edad y contexto de padres, madres y cuidadores Garantizar un ambiente seguro, de respeto y confidencialidad. Se recomienda la participación del docente titular durante la actividad.

Elaboró: Nicholle Tatiana Lozano Medina – SS-CD-PSP-508-2026
Revisó:
Aprobó: