

Título del proyecto: Me escucho, me cuido

Entidad responsable del proyecto: Institución Educativa Técnica Modelia, Ibagué

Planteamiento del problema:

A partir del ejercicio de diálogo de realidades y del análisis del contexto socioemocional de la comunidad educativa, se identifican dificultades en la comunicación asertiva y en la gestión de las emociones entre los estudiantes. Estas situaciones se reflejan en conflictos interpersonales, sentimientos de soledad, desmotivación frente al proyecto de vida y dificultades para construir relaciones respetuosas.

Este panorama evidencia la necesidad de fortalecer espacios pedagógicos de escucha, reconocimiento emocional y construcción de vínculos saludables dentro de la institución educativa.

Se evidencia que niños, niñas y adolescentes se sientan solos y buscan relacionarse con un contexto social que poco o nada les ofrece, experiencias como la droga, la ideación suicida, el afecto que no encuentran en casa, son solo algunas de las manifestaciones presentadas por estudiantes y evidenciadas al interior de la IE, notándose en la forma en cómo se relacionan en el Colegio, con atención dispersa y bajo rendimiento académico, al no sentirse motivados a construir un proyecto de vida que transforme esas realidades.

Justificación:

La implementación del Centro de Interés “Me escucho, me cuido” responde a la necesidad de fortalecer la educación socioemocional como dimensión fundamental de la formación integral. En el contexto escolar actual, promover la escucha activa, la comunicación asertiva y el reconocimiento emocional contribuye a la construcción de ambientes escolares seguros, respetuosos y participativos.

Este Centro de Interés se articula con el Proyecto Educativo Institucional de la Institución Educativa Técnica Modelia y con iniciativas institucionales orientadas al bienestar, la convivencia y la construcción de proyecto de vida, consolidando espacios pedagógicos donde los estudiantes puedan dialogar sobre sus experiencias, reconocer sus emociones y fortalecer relaciones basadas en el respeto y el cuidado mutuo.

Objetivo principal:

Generar espacios pedagógicos de escucha, diálogo y reconocimiento emocional que fortalezcan la comunicación asertiva, el autocuidado y la convivencia escolar.

Objetivos específicos:

- Reconocer las emociones que experimentan los estudiantes en diferentes situaciones de la vida escolar y personal.
- Fortalecer habilidades de comunicación asertiva y escucha activa.
- Promover valores como el respeto, la empatía y la solidaridad en las relaciones interpersonales
- Fomentar estrategias de autocuidado y regulación emocional.
- Construir acuerdos colectivos que favorezcan la convivencia pacífica.

Población objetivo: Los niños, niñas, jóvenes y adolescentes de la Institución Educativa Técnica Modelia.

Metodología y estrategias pedagógicas:

Capacitación						
Acciones	El Centro de Interés se desarrolla mediante experiencias pedagógicas vivenciales como círculos de palabra, dramatizaciones, juegos de rol, ejercicios de respiración consciente y dinámicas reflexivas que permiten a los estudiantes reconocer emociones, dialogar sobre sus experiencias y construir acuerdos de convivencia.					
Objetivos o metas	• Sensibilizar a los participantes a los Valores Humanos en la práctica diaria • Establecer comunicación espontánea, fluida, respetuosa entre los diferentes integrantes del grupo dinamizador • Crear hábitos y estrategias para la buena escucha • Adquirir herramientas para realizar buena lectura de apoyo a los procesos de encuentro consigo mismo • Concienciar a cada participante de la necesidad de equilibrar su SER • Comprender que el ser humano es social y compasivo					
EJE CRESE Priorizado: Convivencia pacífica- Formación en valores	• Comunicación de corazón a corazón • Paz • Verdad • Rectitud • No violencia • Amor/compasión					
Momento 1	Respiración consciente	Ejercicios de respiración consciente y conciencia corporal.	Meditación guiada	Reflexión mediante frase	El gancho de Cook	Meditación guiada
Momento 2	Representación teatral	Reconocimiento del aula,	Cuento dramatizado	Cuento dramatizado	Canción	Canción: yo quiero tener un

		decálogo de cada herramienta a usar en el aula Organización de horario y actividades				millón de amigos
Momento 3: Evaluación	El grupo dará respuesta a tres preguntas: ¿Cómo se siente ahora? ¿Cuál fue el aprendizaje significativo? ¿Cómo lo pondría en práctica en su vida cotidiana?	El grupo dará respuesta a tres preguntas: ¿Cómo se siente ahora? ¿Cuál fue el aprendizaje significativo? ¿Cómo lo pondría en práctica en su vida cotidiana?	El grupo dará respuesta a tres preguntas: ¿Cómo se siente ahora? ¿Cuál fue el aprendizaje significativo? ¿Cómo lo pondría en práctica en su vida cotidiana?	Realizar la lectura de un párrafo con diferentes acentos de países o pueblos	El grupo dará respuesta a tres preguntas: ¿Cómo se siente ahora? ¿Cuál fue el aprendizaje significativo? ¿Cómo lo pondría en práctica en su vida cotidiana?	El grupo dará respuesta a tres preguntas: ¿Cómo se siente ahora? ¿Cuál fue el aprendizaje significativo? ¿Cómo lo pondría en práctica en su vida cotidiana?

Cronograma:

Cronograma de Actividades del Centro de Interés "Me Escucho y Me Cuido" 2025																									
N°	Actividad	julio				agosto				septiembre				octubre				noviembre				diciembre			
	semanas	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Presentación del proyecto al consejo directivo y dinamizadores				X																				
2	Preparación de talleres por el grupo dinamizador del Centro de Interés					X				X				X		X		X							
3	Focalización de estudiantes interesados					X			X				X				X	X							
4	Aplicación de talleres a los estudiantes							X				X				X			X		X				
5	Vinculación del Gobierno escolar					X																			

Recursos humanos:

Personas	Número	Perfiles
Docentes	8	Voluntarios permanentes
Gobierno estudiantil	El grupo	Representantes de los estudiantes de cada grado y los elegidos para los diferentes cargos por votación popular
Orientadora escolar	1	Psicóloga

Actividad	Tiempos de implementación	Espacios	Roles de los actores	Focalización
Presentación del proyecto al consejo directivo y dinamizadores	1 hora	Sala de rectoría	Persuadir al consejo directivo para la aprobación e implementación del centro de interés	Consejo directivo y dinamizadores
Preparación de talleres por el grupo dinamizador del Centro de Interés	2 horas o 1 bloque de clases una vez al mes.	Aulas polivalentes de la institución educativa	Talleristas	Grupo dinamizador
Focalización de estudiantes interesados	1 vez al mes	Aulas de clase	Participantes voluntarios	Estudiantes de primaria y secundaria
Aplicación de talleres a los estudiantes	2 horas o 1 bloque de clases una vez al mes	Aulas polivalentes de la institución educativa	Talleristas	Estudiantes interesados
Vinculación del Gobierno escolar	Mes de agosto	Aulas de clase	Dinamizadores activos en el centro de interés	Representantes de los estudiantes y gobierno estudiantil
Evaluación del centro de interés	1 vez al mes	Aula del Diálogo y Escucha	Participativo	Grupo dinamizador del centro de interés Estudiantes participantes de los talleres

Resultados esperados y escenarios:

Resultados concretos:

- Desarrollo y promoción de habilidades comunicativas, técnicas socioemocionales y ciudadanas.

Impacto esperado:

- A nivel personal: reconstrucción de su identidad, autoestima y gestión de emociones
- En el aula: mejora en expresión, integración curricular, pensamiento crítico, gestión y solución de conflictos.
- En la escuela: fortalecimiento institucional, sentido de pertenencia y convivencia pacífica
- En el territorio: visibilización de voces locales y vínculos con familias

Evaluación:

- Evaluación continua: observación, diarios de campo y participación activa.
- Evaluación final: rúbricas, encuestas y portafolio del proceso.

Atentamente,



Janet Guzmán Murillo



Liliana Patricia Ramírez

Docentes Líderes

Centro de Interés Me escucho, Me cuido

Centros de Interés: ME ESCUCHO ME CUIDO								
Ítem	Descripción	Referencia	Unidad de Medida	Cantidad	Valor Unitario	Valor	URL	CENTRO DE INTERES
1	Barra de sonido LED HDMI+ BT JAL-B2046 de Jaltech. Con 140 W de potencia RMS combinada, disfruta de graves profundos gracias al subwoofer de 8" (60 W) y detalle definido en los agudos gracias a los cuatro altavoces de 20 W cada uno.		Unidad	1	\$ 329.000,00	\$ 329.000,00	https://todotintasysuministros.com/tienda/barra-de-sonido-jaltech-b2046	ME ESCUCHO, ME CUIDO
2	Soporte para cabina de 8" a 15" Soporte hasta 40 Kg Peso 2.2 Kg Altura máxima 1.33 m Altura mínima 85 cm		Unidad	1	\$ 59.500,00	\$ 59.500,00	https://todotintasysuministros.com/tienda/tripode-unitec-para-cabina-10810	ME ESCUCHO, ME CUIDO
3	Papel adhesivo blanco tamaño postal para láser x 30 hojas		unidad	2	\$ 14.900,00	\$ 29.800,00	https://www.panamericana.com.co/papel-adhesivo-blanco-postal-para-laser-x-30-hojas-629120/p	ME ESCUCHO, ME CUIDO
4	Gancho dorado en madera MDF x 95 unidades		unidad	4	\$ 14.900,00	\$ 59.600,00	https://www.panamericana.com.co/gancho-clip-dorado-en-madera-fina-615782/p	ME ESCUCHO, ME CUIDO
5	Troquel amarillo diseño bordes de corazón		Unidad	1	\$ 19.900,00	\$ 19.900,00	https://www.panamericana.com.co/troquel-amarillo-diseno-bordes-de-corazon-643474/p	ME ESCUCHO, ME CUIDO
6	Dispensador de Agua Fría/Caliente de Mesa Negro/ Especificaciones principales •Tipo : Dispensadores de agua de mesa •Ancho : 31.60 cm •Alto : 41.50 cm •Largo : 27.90 cm •Tipo de panel de control : Manual		Unidad	1	\$ 540.900,00	\$ 540.900,00	https://www.homecenter.com.co/homecenter-co/product/468841/dispensador-de-agua-fria-caliente-de-mesa-negro/468841/	ME ESCUCHO, ME CUIDO
7	Masa para modelar blanca		unidad	4	\$ 14.700,00	\$ 58.800,00	https://www.panamericana.com.co/masa-para-modelar-de-500g-blanca-670334/p?idsku=670334	ME ESCUCHO, ME CUIDO
						TOTAL \$ 1.097.500,00		

En comun acuerdo elaborado por los integrantes del equipo lider del Centro de Interes Me Escucha Me Cuido

Firma <u>[Firma]</u> cc. <u>657244390</u>	Firma _____ cc. _____	Firma _____ cc. _____
Firma <u>[Firma]</u> cc. <u>38141940</u>	Firma _____ cc. _____	Firma _____ cc. _____