

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL DISTRITO
La Subsecretaría de Calidad y Pertinencia a través de la Dirección de
Formación de Docentes e Innovaciones Pedagógicas

Invita a las maestras y maestros de reciente vinculación a la planta docente del Distrito (vinculados entre los años 2016 - 2019) a participar del curso

ÉTICA DEL CUIDADO Y MANEJO DEL ESTRÉS

La Secretaría de Educación del Distrito a través de la Dirección de Formación de Docentes e Innovaciones Pedagógicas ha venido diseñando acciones para acompañar a los maestros y maestras que recientemente se han vinculado a la planta docente, a través de procesos orientados a potenciar sus herramientas pedagógicas para la comprensión de sus contextos e instituciones educativas. A raíz de estas experiencias previas se ha identificado la creciente necesidad de acompañar a los maestros y maestras de reciente vinculación, desde la reflexión en torno al entramado de emociones que atraviesan en este momento de adaptación y cambio, mediante procesos que les permitan adquirir herramientas prácticas para el fortalecimiento del manejo de sus emociones y el abordaje de situaciones problemáticas, para que desde allí logren comprender y aportar al sistema relacional de las instituciones educativas que integran.

Perfil de los participantes: Maestras, Maestros, directivos docentes y Docentes Orientadoras (es), vinculados en propiedad a la Secretaría de Educación desde el año 2016 hasta la fecha.

INFORMACIÓN GENERAL DEL PROGRAMA	
Nombre	Ética del cuidado y manejo del estrés
Entidad oferente	Universidad del Rosario
Modalidad	Curso corto
Duración total	33 horas presenciales
Periodo de realización	Septiembre a noviembre de 2019
Lugar de los encuentros	Universidad del Rosario. Sede Quinta Mutis (Carrera 24 No 64c-69)
Horarios (ver distribución por grupos)	Grupo 1 : Viernes de 7:30 a.m. a 10:30 a.m.
	Grupo 2: Viernes de 2:30 p.m. a 5:30 p.m.
	Grupo 3: Sábado de 9:00 a.m. a 12:00 m.
	Grupo 4 : Sábado de 9:00 a.m. a 12:00 m.



Inicio del programa

Viernes 13 de septiembre de 2019 o sábado 14 de septiembre de 2019 (dependiendo el horario seleccionado).

Descripción del programa de formación

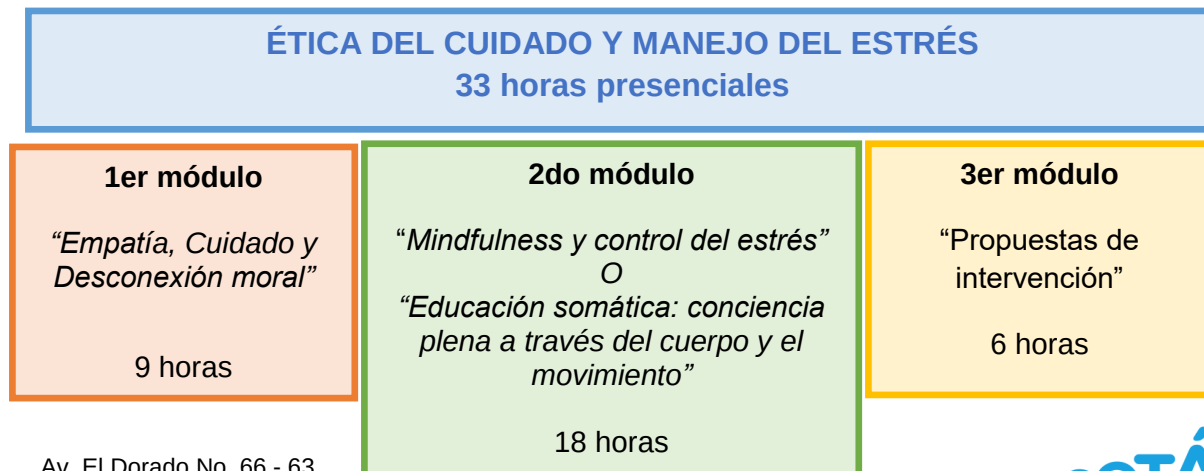
El curso **ética del cuidado y manejo del estrés** cuenta con un enfoque teórico y práctico, mediante el cual se estudiarán algunos conceptos de la filosofía y de la psicología moral que permitan a las maestras y maestros participantes, familiarizarse con la doctrina de los sentimientos morales, la ética del cuidado, las prácticas reflexivas y el liderazgo transformador, así mismo, los participantes apropiarán herramientas prácticas enfocadas en la autopercepción para el cuidado de sí y el manejo de las emociones a través de técnicas del mindfulness o de la educación somática (a elección de los participantes), finalmente, se espera que los participantes articulen los temas estudiados, así como las prácticas y ejercicios realizados, a través de la construcción de una propuesta de intervención a desarrollar en sus instituciones educativas.

Objetivos Generales:

- Formar a los maestros de reciente vinculación a la planta de la Secretaría de Educación en prácticas de cuidado que les permitan lidiar con situaciones problemáticas y altos niveles de estrés, a través del uso de herramientas de la educación somática o el mindfulness con el propósito de mejorar su auto-reconocimiento, manejo de emociones y relación con el entorno.
- Estudiar diferentes estrategias de liderazgo transformador que contribuyan al desarrollo de proyectos que, aplicando lo estudiado en el curso, redunden en beneficio de los estudiantes y sus instituciones.

Estructura del programa

El curso está conformado por tres módulos de estudio con los contenidos temáticos que se describen a continuación:



- **Contenidos Temáticos:**

1er módulo

“Empatía, Cuidado y Desconexión moral”
9 horas

Empatía y cuidado // La danza - tango: cuidar de mí, del otro y del espacio // Ejercicios teatrales: activar el cuerpo y disponerme // Desconexión moral.

2do módulo

“Mindfulness y control del estrés”
O
“Educación somática: conciencia plena a través del cuerpo y el movimiento”
18 horas

Mindfulness y control del estrés

Contemplación guiada // Meditación // El ciclo de la reactividad al estrés // Yoga con atención plena // Empatía en la escucha y el hablar.

Educación somática: conciencia plena a través del cuerpo y el movimiento

Danza, movimiento, terapia // Consciencia a través del cuerpo y el movimiento: ATB y Método Feldenkrais // Yoga Terapéutico // Educación somática

3er módulo

“Propuestas de intervención”
6 horas

Identificación de retos y construcción de propuesta // Trabajo colaborativo // Presentación y discusión sobre los bocetos de propuesta de intervención.

Distribución por grupos

La elección del contenido temático del módulo 2 se determinará a partir de la selección del grupo en la inscripción. Para ello tenga en cuenta la distribución que se establece a continuación:

GRUPO	HORARIO	CONTENIDO 2DO MÓDULO
Grupo 1	Viernes de 7:30 a.m. a 10:30 a.m.	Mindfulness y control del estrés
Grupo 2	Viernes de 2:30 p.m. a 5:30 p.m.	Educación somática: conciencia plena a través del cuerpo y el movimiento
Grupo 3	Sábado de 9:00 a.m. a 12:00 m.	Mindfulness y control del estrés



Grupo 4

Sábado de 9:00 a.m. a 12:00 m.

Educación somática: conciencia plena
a través del cuerpo y el movimiento

Información general

- El curso se desarrollará en el marco del Convenio Interadministrativo SED – ICETEX del Fondo de Formación Continua N° 2568 del 2017.
- Se subsidiará el 100% del valor del programa de formación.
- Se priorizarán las inscripciones teniendo en cuenta la fecha y hora de registro de las/los docentes y directivos docentes en el aplicativo dispuesto por la SED en la página www.educacionbogota.gov.co, previa revisión del cumplimiento de los requisitos de participación.
- Las inscripciones se realizarán únicamente a través del registro en el formulario dispuesto en esta convocatoria, hasta el **10 de septiembre de 2019** y/o hasta completar los cupos, lo que ocurra primero.

Requisitos para participar:

- Ser docente, orientador o directivo docente del sector oficial, con nombramiento en propiedad.
- Haberse vinculado en propiedad a la planta docente de la Secretaría de Educación en el periodo comprendido entre el año 2016 al 2019.
- Registrarse para participar en el programa de formación en un horario contrario al de la jornada laboral. Desde el Nivel Central de la SED no se conceden comisiones de estudio, traslados transitorios o permisos para adelantar el programa de formación.

PREINSCRÍBASE EN EL SIGUIENTE ENLACE:

<https://bit.ly/2jTor6c>

Para mayor información comuníquese con la
Dirección de Formación de Docentes e Innovaciones Pedagógicas al
teléfono 3241000 ext. 2173 o al correo yguimbayol@educacionbogota.gov.co