



## “MI RUTINA PRO-SALUD MENTAL”

### CONCURSO PARA ESTUDIANTES DE ESTABLECIMIENTOS MUNICIPALES DE PROVIDENCIA

El Concurso del Mes de la Salud Mental, busca que se fomente el reconocimiento de hábitos saludables y el cuidado de la Salud Mental entre niñas, niños y adolescentes, además de promover la participación grupal y colaborativa a nivel curso.

#### ¿EN QUÉ CONSISTE EL CONCURSO?:

En el contexto del mes de la Salud Mental, te invitamos a realizar un breve video donde puedan responder la siguiente pregunta: *¿De qué modo podemos cuidar día a día nuestra Salud Mental?*, a través de acciones concretas, creativas y que permitan motivar la importancia del cuidado de la Salud Mental.

#### ¿CÓMO PARTICIPAR?

Sí eres **estudiantes de nivel inicial, enseñanza básica y media** de la comunidad educativa municipal de Providencia, debes coordinarte con su curso y tu profesor jefe (o suplente), para presentar un breve video el cual debe ser entregado a Psicólogos de Bienestar de su establecimiento. Es importante que participe la mayoría del curso con su profesor/a jefe.

#### ¿QUIENES PUEDEN PARTICIPAR?

Se busca que participe en esta elaboración la **mayoría del curso y su profesor/a jefe**, para su creación es necesario que puedan reflexionar previamente para establecer cuál es el mensaje que buscan transmitir en su video en torno al **cuidado de la salud mental**.

#### ¿QUÉ DEBE TENER ESE VIDEO?

Este debe mostrar una rutina diaria que esté representada por los estudiantes de los cursos. Estas rutinas requieren ser pensadas desde nuestro día a día y mostrar cómo convivimos en nuestra comunidad educativa y ambiente familiar. Es importante que en ello, se releve la importancia del cuidado de la Salud Mental a través de diversas acciones (escribir, bailar, realizar deporte, ir a terapia, jugar, etc).

Te aconsejamos que para su creación de este video **reflexionen en conjunto con su profesor/a jefe sobre el mensaje que desean transmitir en torno al cuidado de la salud mental**. Recuerda que para guiar tu reflexión y trabajo creativo puedes incluir: Actividades realizadas en el Programa de Bienestar Socioemocional, Modelo teórico CASEL (revisar las cinco habilidades consignadas por el autor) y /o Actividades realizadas por el Programa HPV I y/o II.

También se debe incluir una “FICHA DE ENTREGA” con:

- Establecimiento educacional.
- Breve reflexión grupal (máximo 300 palabras).
- Visión que se busca plasmar en el video (máximo 300 palabras).
- Letra Times New Roma, número 12.

### **¿CUÁNTO DEBE DURAR EL VIDEO?**

Este video debe durar como mínimo 2 minutos o 4 minutos máximo.

### **¿QUÉ SE EVALUARÁ EN EL VIDEO?**

Nuestra Pauta de Evaluación, considerará los siguientes elementos claves:

- Cuidados diarios en la salud mental.
- La rutina presentada es ajustable al contexto sociocultural de los estudiantes de nuestra comuna.
- La rutina se inserta en la vida escolar.
- La rutina se inserta en la vida familiar.
- La actividad es desarrollada por estudiantes del curso en compañía de profesor/a jefe.

### **¿QUÉ CATEGORÍAS SE PREMIAN?**

Se establecerá **un primer lugar a nivel comunal por categoría**. Los primeros lugares por categoría recibirán una salida pedagógica, particularmente el nivel inicial recibirá una actividad lúdica.

1. Nivel inicial.
2. Nivel básico (1° a 6° básico).
3. Nivel enseñanza media (7°básico a 4°medio).

### **FECHA MÁXIMA PARA ENVIAR EL VIDEO DE MI RUTINA PRO-SALUD MENTAL**

El/la profesor/a jefe a cargo del curso debe hacer entrega del video, junto a la “Ficha de Entrega” al Psicólogo/a de Bienestar Socioemocional o Encargado de Convivencia de su establecimiento educacional con fecha máxima es el **30 de octubre de 2024**.

## ETAPAS DE EVALUACIÓN:

|  |   |
|--|---|
| <b>FASES</b>   |   |
| Entrega de documento y video al Equipo de Convivencia Escolar y Bienestar Socioemocional.  | Considerar que, si no se poseen los requerimientos establecidos, el equipo puede no aceptar la postulación al concurso.<br><b>FECHA DE ENTREGA DE PROFESOR JEFE:</b><br><b><u>30/10/2024.</u></b> |
| <b>PRIMER EVALUACIÓN</b><br>Una vez en postulación del concurso. Se realizará una primera evaluación por parte de Psicólogos/as de Bienestar Socioemocional, en conjunto de una comisión evaluadora del establecimiento (se sugiere incorporar Encargados de Convivencia escolar, Orientadores, Profesores de artes, música o educación física).<br>Esta primera evaluación liderada por Psicólogos/as de Bienestar, establecerá tres primeros lugares. Estos tres primeros lugares, serán enviados a <a href="mailto:kschwazenberg@cdsprovidencia.cl">kschwazenberg@cdsprovidencia.cl</a> | <b>FECHA DE ENTREGA DE UNIDAD DE CONVIVENCIA Y BIENESTAR A CDS:</b><br><b><u>11/11/2024.</u></b>  |
| <b>ENTREGA</b><br>Psicólogos/as de Bienestar Socioemocional (Unidad de Convivencia y Bienestar Socioemocional), enviará a Coordinadora Comunal del Programa de Bienestar Socioemocional los tres primeros lugares establecidos por el establecimiento.   | <b>FECHA DE ENTREGA DE UNIDAD DE CONVIVENCIA Y BIENESTAR A CDS:</b><br><b><u>11/11/2024.</u></b>  |
| <b>SEGUNDA EVALUACIÓN</b><br>Se realiza evaluación en compañía del Comité Evaluador, se analizarán los tres primeros lugares de cada establecimiento para consignar tres primeros lugares a nivel comunal.<br><b>Comité evaluador: Programa HPV</b>  | <b>FECHA DE ENTREGA DE UNIDAD DE CONVIVENCIA Y BIENESTAR A CDS:</b><br><b><u>11/11/2024 - 15/11/2024</u></b>  |
| <b>GANADORES</b><br>Se publicarán los tres ganadores   | <b>FECHA DE FINALIZACIÓN</b><br><b><u>19/11/2024</u></b>  |

## PAUTA DE EVALUACIÓN

| CRITERIOS   | Excelente<br><b>(20 puntos)</b>   | Regular<br><b>(10 puntos)</b>  | Insuficiente<br><b>(5 puntos)</b>   | PTJ |
|---|---|--|---|-----|
| Originalidad y creatividad en las respuestas.                                     | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posee una propuesta novedosa.</li> <li>2. El material entregado posee un diseño creativo y se insertan elementos relacionados directamente con la temática.</li> </ol>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posee una propuesta acerca de cómo se cuidaría la salud mental.</li> <li>2. El material entregado evidencia al menos un elemento relacionado con la temática solicitada en el cuidado de la salud mental.</li> </ol>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. No se logra reconocer la propuesta hacia el cuidado de la salud mental.</li> <li>2. El material entregado no aborda elementos relacionados con el cuidado diario de la salud mental, ni se observa vinculación con el medio escolar.</li> </ol>   |     |
| Claridad en la expresión de ideas y sentimientos.                                 | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. El resultado entregado expresa claramente una rutina diaria que beneficia a la salud mental.</li> <li>2. El material posee un mensaje claro en torno a más de una habilidad que favorece la salud mental (conversar emociones, vínculos cercanos, hobbies...).</li> <li>3. El video muestra situaciones cotidianas y expresa habilidades que pueden ser realizadas por los estudiantes dentro de la vida escolar o fuera de ella.</li> <li>4. Los personajes del video expresan sus ideas y sentimientos. Se observan modos claros de resolución de conflicto o de regulación emocional.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. El resultado entregado muestra una rutina diaria que beneficia a la salud mental.</li> <li>2. El material expresa un mensaje que aborda al menos una habilidad que favorecen la salud mental (conversar emociones, vínculos cercanos, hobbies...).</li> <li>3. El video muestra situaciones cotidianas y expresa habilidades socioemocionales, aunque no se visualiza claramente la inserción de ámbito educativo o familiar. A su vez, puede ocurrir que solo se expresa solo un ámbito.</li> <li>4. Los personajes del video expresan sus ideas y sentimientos, sin embargo, no se observa con claridad las estrategias socioemocionales de los personajes para enfrentar lo expresado durante su rutina.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. El resultado entregado no expresa una rutina diaria que beneficie a la salud mental.</li> <li>2. El material no posee un mensaje claro entorno a las habilidades que favorecen la salud mental (conversar emociones, vínculos cercanos, hobbies...). El material, no incluye habilidades visualizadas en CASEL.</li> <li>3. El video no permite captar las habilidades socioemocionales en sus personajes, además, no se visualiza la inserción de ámbito educativo o familiar.</li> <li>4. Los personajes del video expresan sus ideas y sentimientos. Sin embargo, los personajes no identifican la vivencia emocional involucrada en la rutina.</li> </ol> |     |
| Coherencia y comprensión de la importancia de cuidar la salud mental y emocional. | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. La actividad muestra que el grupo posee herramientas para distinguir hábitos saludables o perjudiciales salud mental.</li> <li>2. La actividad realizada promueve elementos de la vida cotidiana que se vinculan al cuidado de la salud mental. Observándose una propuesta creativa y realista en su elaboración.</li> <li>3. El video muestra una rutina posible de ser</li> </ol>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. La actividad muestra que el grupo posee herramientas para distinguir hábitos saludables o perjudiciales salud mental.</li> <li>2. La actividad realizada promueve elementos de la vida cotidiana que se vinculan al cuidado de la salud mental, aunque no se observa una propuesta creativa en su elaboración.</li> </ol>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. La actividad muestra que el grupo posee dificultades en identificación de herramientas distinguir hábitos saludables o perjudiciales salud mental.</li> <li>2. La actividad realizada no promueve elementos de la vida cotidiana que se vinculan al cuidado de la salud mental.</li> </ol>  |     |

|  |  |  |   |  |
|--|--|--|---|--|
|  | sostenida por cualquier estudiante de la comuna.   | 3. El video muestra una rutina, aunque cabe duda si esta propuesta es posible de ser sostenida por cualquier estudiante de la comuna.  | 3. El video muestra una rutina difícil de ser sostenida por cualquier estudiante de la comuna   |  |
| Elaboración grupal   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se observa que la actividad realizada es resultado de la participación de la mayoría del curso.</li> <li>2. Se identifica que los estudiantes han destinado tiempo en conversar y acordar qué es lo que desear manifestar entorno a la promoción del cuidado de la salud mental.</li> </ol>                                    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se observa que la actividad realizada es resultado de la participación de la mayoría del curso.</li> <li>2. Si bien se observa la participación de los estudiantes. El resultado del material, denota necesidad de establecer una mayor reflexión entorno al cuidado de la salud mental.</li> </ol>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. No se observa que la actividad haya sido realizada por la mayoría del curso.</li> <li>2. No se observa reflexiones en torno al cuidado de la salud mental.</li> </ol> |  |
| Dirección y participación de profesor/a jefe (o suplencia) | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. El docente jefe, entrega la actividad realizada al equipo de Convivencia y Bienestar socioemocional de su establecimiento en el día y hora acordada.</li> <li>2. El docente jefe, participa activamente en la producción de esta actividad, acompañando y motivando a los estudiantes que participen en el proceso.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. El docente jefe, entrega la actividad realizada al equipo de Convivencia y Bienestar socioemocional de su establecimiento en el día y hora acordada.</li> <li>2. El docente jefe, participa activamente en la producción de esta actividad, aunque no logra motivar al curso en su participación, produciendo que solo algunos estudiantes se involucren.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. El docente jefe, entrega actividad fuera del plazo acordado.</li> <li>2. El docente jefe, no se observa, ni se menciona en el video.</li> </ol>                       |  |
| <b>TOTAL</b><br>(Máximo 120)                               |  |  |   |  |