



EDUCACIÓN  
RAN  
CAGUA

**Equipo Multidisciplinario**

# BOLETÍN EDUCATIVO

EDICIÓN ABRIL, 2021



# Contenidos

**03** **ORGANIZANDO MI DÍA**  
Equipo Multidisciplinario

**04** **EL ROL DE LA FAMILIA**  
En la educación remota

**06** **ENTREVISTA DEL MES**  
David Allende - Director  
Colegio Manuel Rodríguez

**09** **RECETA SALUDABLE**  
Tacos

**10** **RINCÓN DEL LECTOR**  
Deja volar tu imaginación

**11** **MEDIO AMBIENTE**  
Generando conciencia  
ecológica

**12** **ACTIVIDADES DESTACADAS**  
Realizadas durante Marzo

**15** **EUIPO MULTIDISCIPLINARIO  
RESPONDE**  
Tus dudas nos importan

# ORGANIZANDO MI DÍA



## LA IMPORTANCIA DE CREAR RUTINAS

*Equipo Multidisciplinario - Corporación Municipal de Rancagua*

En cada edición, profundizaremos en diferentes sugerencias que tenemos para ti, con la finalidad de promover la organización y establecimiento de rutinas en nuestro día a día. Este mes es el turno de hablar acerca de higiene postural.

### ¿SABÍAS QUE...?

La higiene postural se define como un conjunto de consejos, normas y actitudes posturales, tanto dinámicas como estáticas, que tienen como fin mantener la alineación de todo el cuerpo, para evitar así posibles lesiones.

Estar sentados es una de las posturas más frecuentes. A continuación, te entregaremos algunos consejos.

- Es muy importante permanecer con la espalda derecha, totalmente pegada al respaldo de la silla.
- El teclado debe estar bajo, para no levantar los hombros.
- Las muñecas y los antebrazos deben estar rectos y alineados con el teclado, los codos flexionados a 90 grados, apoyando los antebrazos en la mesa.
- Debes apoyar completamente los pies en el suelo (formando un ángulo de 90 grados en la articulación de tobillo.) y mantener las rodillas al mismo nivel o por encima de las caderas, Si no llegas, utiliza un apoya pies.

# EL ROL DE LA FAMILIA

*En la educación remota*



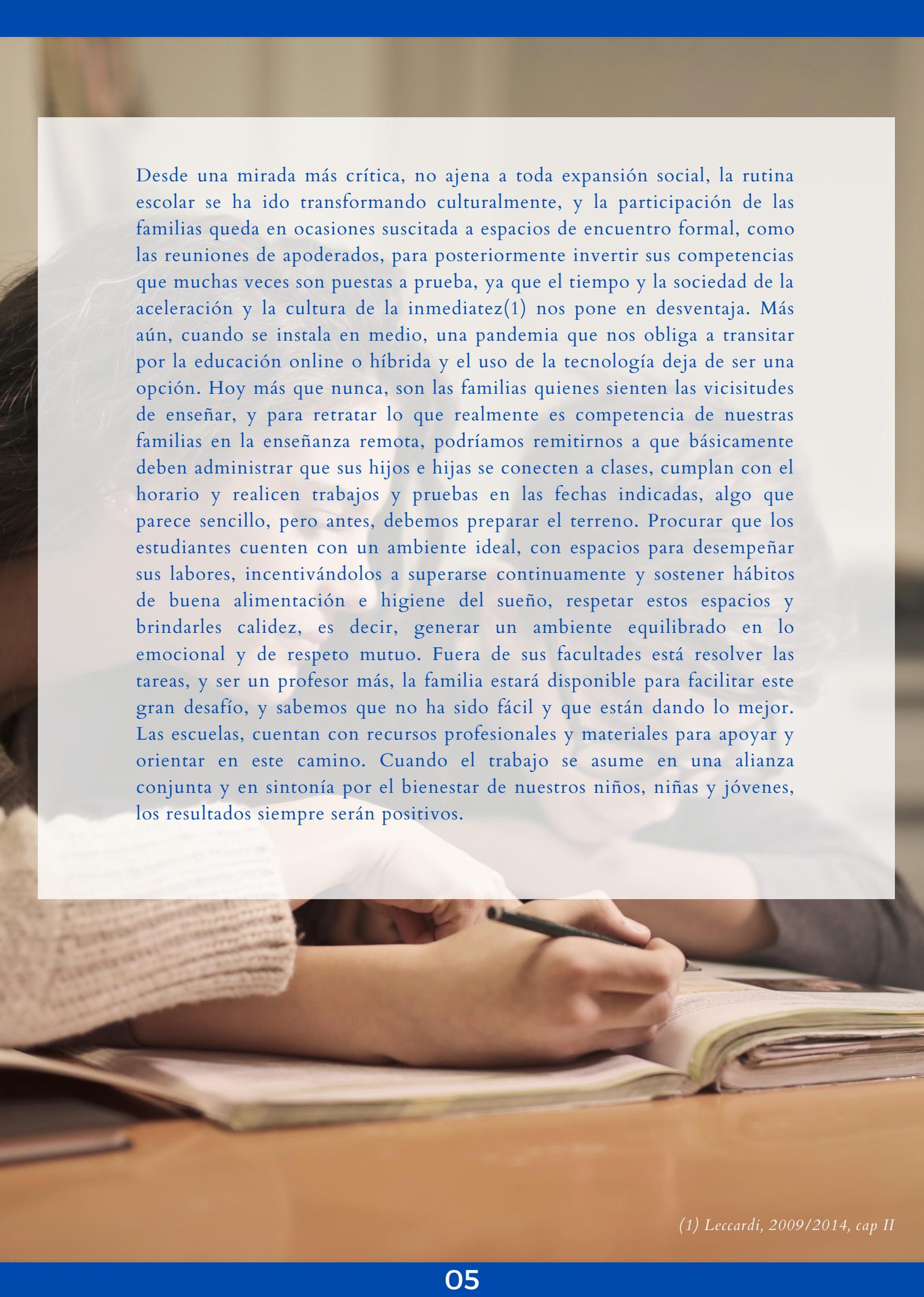
## ESTUDIANDO EN CASA

*Aracely Soto U. - Psicóloga, Instituto Tecnológico Minero Bernardo O'Higgins*

Bien podemos saber, que en una comunidad educativa existen tres pilares fundamentales, la escuela, donde se encuentran sus profesores, asistentes y directivos, los estudiantes y la familia, quien cumple un rol tan esencial, que su contribución impacta directamente en el desempeño académico de los niños, niñas y jóvenes estudiantes, así como en la percepción que tienen de sí mismos, autoestima académica y desarrollo personal. Desde ahí, se espera que la familia, transmita altas expectativas en la educación de sus hijos, hijas o pupilos, valores, participe activamente de actividades escolares y se involucre en los procesos de enseñanza en torno al desarrollo integral que propone cada escuela o liceo, manteniendo, además, conversaciones paterno-filiales acerca de las actividades y tareas escolares. También, es primordial mantener una comunicación eficaz con el centro educativo. Estos como principios básicos que se gestionan comúnmente desde generaciones.

“

*"[...] La familia cumple un rol tan esencial, que su contribución impacta directamente en el desempeño académico de los estudiantes".*

A close-up photograph of a student's hands writing in a notebook. The student is wearing a white long-sleeved shirt and a beige knitted sweater. The notebook is open on a wooden desk, and the student is holding a black pen. The background is slightly blurred, showing other students in a classroom setting.

Desde una mirada más crítica, no ajena a toda expansión social, la rutina escolar se ha ido transformando culturalmente, y la participación de las familias queda en ocasiones suscitada a espacios de encuentro formal, como las reuniones de apoderados, para posteriormente invertir sus competencias que muchas veces son puestas a prueba, ya que el tiempo y la sociedad de la aceleración y la cultura de la inmediatez(1) nos pone en desventaja. Más aún, cuando se instala en medio, una pandemia que nos obliga a transitar por la educación online o híbrida y el uso de la tecnología deja de ser una opción. Hoy más que nunca, son las familias quienes sienten las vicisitudes de enseñar, y para retratar lo que realmente es competencia de nuestras familias en la enseñanza remota, podríamos remitirnos a que básicamente deben administrar que sus hijos e hijas se conecten a clases, cumplan con el horario y realicen trabajos y pruebas en las fechas indicadas, algo que parece sencillo, pero antes, debemos preparar el terreno. Procurar que los estudiantes cuenten con un ambiente ideal, con espacios para desempeñar sus labores, incentivándolos a superarse continuamente y sostener hábitos de buena alimentación e higiene del sueño, respetar estos espacios y brindarles calidez, es decir, generar un ambiente equilibrado en lo emocional y de respeto mutuo. Fuera de sus facultades está resolver las tareas, y ser un profesor más, la familia estará disponible para facilitar este gran desafío, y sabemos que no ha sido fácil y que están dando lo mejor. Las escuelas, cuentan con recursos profesionales y materiales para apoyar y orientar en este camino. Cuando el trabajo se asume en una alianza conjunta y en sintonía por el bienestar de nuestros niños, niñas y jóvenes, los resultados siempre serán positivos.

(1) Leccardi, 2009/2014, cap II



## ENTREVISTA DEL MES

*David Allende ... – Director Colegio Manuel Rodríguez*

Debido a la pandemia provocada por el Covid-19, el año 2021 ha implicado una serie de procesos para adaptarnos al regreso a clases presenciales por parte de los estudiantes. Nos genera mucho interés ahondar en este tema, y conocer las expectativas para el presente año escolar. Para ello tenemos el agrado de conversar con David Allende, Director del Colegio Manuel Rodríguez.

Hoy compartirá con nosotros la experiencia dentro de su establecimiento educacional y la organización que ha implicado el tener nuevamente a los alumnos/as en las aulas, en un contexto diferente, respetando en todo momento las medidas sanitarias adecuadas.

**Buenos días, Director, quisiéramos agradecer esta instancia que nos otorga y conocer, desde su perspectiva y a grandes rasgos, ¿cómo ha sido la experiencia del retorno a clases presencialeso híbridas?**

**R:** Ha sido menos caótica que el año pasado, ya que nos encontrábamos más preparados y organizados que el año 2020. Gracias a los recursos invertidos por nuestro sostenedor y la reorientación de los recursos SEP (Dictamen N°55 del 29 de julio de 2020) hemos entregado: SET de útiles escolares a 266 alumnos, equivalente al 100% de nuestros estudiantes; 252 BAM de internet, equivalente al 95%; se han entregado 182 Tablet, equivalente al 70% esperando llegar al 95% de nuestros alumnos durante el primer semestre y entregado canastas JUNAEB al 100% de nuestros estudiantes, tomando todas las medidas y protocolos sanitarios pedidos por MINSAL. Sin embargo, eso no resta del estrés que significa el desarrollar las clases híbridas para nuestros docentes, situación que hemos intentado prevenir por medio del apoyo de asistentes de aula en todos los cursos, quienes son las encargadas de monitorear la clase online, la asistencia y el comportamiento. Así nuestros profesores/ras solo se dedican a enseñar.

De acuerdo con lo indicado por el Ministerio de Educación, el plan anual 2021 será trimestral. ¿Qué diferencias, considera usted, implicará esta modalidad para su colegio?

**R:** Primero que todo, el cambio organizacional en lo pedagógico que esto significa, ya que no solo se trata de un cambio a trimestres, sino que además, se nos indica que durante todo el primer trimestre debemos de hacer una continuidad de lo que quedó sin concluir o a medias el 2020. Por lo tanto, los dos trimestres que siguen son un gran desafío, ya que no contamos con 10 meses para cumplir con nuestro plan anual 2021, sino solo con 7 meses. No obstante, el contar con esta división de tres tiempos nos permite tener un monitoreo más acotado y certero, por lo que podemos intervenir con remediales a tiempo.

¿Cómo proyecta el año escolar 2021?

**R:** Sigue siendo un año incierto debido a la contingencia, no obstante, como dije anteriormente nos encontramos súper organizados y preparados para enfrentar los distintos escenarios que se nos presenten, ya sean clases presenciales, híbridas o exclusivamente online. Solo falta mejorar aspectos mínimos respecto a la conectividad de nuestros docentes y funcionarios que están apoyando esta labor.

COLEGIO  
MANUEL RODRIGUEZ



RANCAGUA  
1929



“

*"[...] La coordinación con el Centro General de Padres, la entrega de recursos por parte de nuestro sostenedor, el profesionalismo de nuestros docentes, asistentes, equipos PIE, Convivencia y de gestión han sido fundamentales".*

¿Qué mensaje le daría a su comunidad escolar en relación con el desafío que implica el presente año?

**R:** Que sigamos trabajando en equipo, la coordinación con el Centro General de Padres, la entrega de recursos por parte de nuestro sostenedor, el profesionalismo de nuestros docentes, asistentes, equipos PIE, Convivencia y de gestión han sido fundamentales para llevar a buen puerto los aprendizajes de nuestros alumnos, solo con el trabajo mancomunado de la comunidad educativa con lineamientos institucionales claros, obtendremos grandes logros.



# RECETA SALUDABLE

## *Tacos (6 porciones)*

**Tiempo de preparación:** 30 minutos

### **Ingredientes:**

- 1 ½ taza de harina
- ½ taza de agua
- 3 cucharaditas de aceite
- Sal
- ¼ cebolla
- Hojas de lechuga
- 3 huevos cocidos
- 1 tomate

### **Preparación:**

1. Para la masa: mezclar la harina con el agua, aceite y sal a gusto. Amasar durante 3 a 5 minutos. Formar bolitas; estirar cada una con ayuda de un uslero y cocinar por ambos lados en un sartén caliente.
2. Para el relleno: Picar la cebolla en pluma y blanquearla o cocinar por 5 minutos para cambiar su textura. Colar.
3. Rellenar cada tortilla de taco con 1 hoja de lechuga, ½ huevo duro\* molido con tenedor, tomate cortado en cubitos y la cebolla. Cerrar y servir.

*\*Puedes reemplazar el huevo por ½ taza de pechuga de pollo desmenuzada, ¼ tarro de jurel o ½ taza de garbanzos cocidos.*

# EL RINCÓN DEL LECTOR

Deja volar tu imaginación

*Jenny Morales - Encargada CRA, Biblioteca Colegio Alberto Blest Gana*



El Colegio Alberto Blest Gana, ubicado en la población Dintrans, tiene 52 años de trayectoria en el cual su principal objetivo es educar, formando estudiantes respetuosos con conciencia ecológica, autónomos con juicio crítico, preparados para la continuidad de estudios.

Es un colegio que se distingue por inculcar en sus alumnos/as una formación integral con un destacado sello inclusivo medio ambiental, ampliando estrategias y metodologías para el buen clima escolar y socioemocional. Este establecimiento cuenta con dependencias equipadas para la atención de los estudiantes, contando con un moderno laboratorio de computación, invernadero, clases de folclore, proyecto de integración, trabajo social en redes, proyecto de salud integral y bucal, becas sociales, además con la ejecución del proyecto “HACIENDO ESCUELA”,

La biblioteca ALBERTO BLEST GANA, junto con su encargada Jenny Morales recomienda para su lectura habitual, los siguientes libros:

## **Ternura – Autora: Gabriela Mistral**

Este libro corresponde al segundo poemario de la poetisa. El cual dedicó a su madre y hermana Emelina, pilares fundamentales de su vida como fuente de inspiración directa de algunos de sus versos. En este libro, podrás encontrar poemas, rondas infantiles, canciones de cuna y jugarretas.

Para Gabriela Mistral, el libro “TERNURA” no solamente pretendía entretener y educar a niños por medio de la poesía, sino también era un llamado a los adultos respecto a su responsabilidad ante la situación de aquellos en particular por los niños que vivían en situación de abandono.

## **La vida simplemente – Autor: Óscar Castro**

Este libro relata la cruda y melancólica vida de un niño de 7 años, llamado Roberto Lagos, el cual con su familia vivían en paupérrimas condiciones.

Creció inmerso en un peligroso ambiente, y fue allí donde aprendió a leer, gracias a una chica llamada Berta que vivía en el prostíbulo y le leía cuentos de hadas. Después de algunos años y muchos pesares en su vida, llegó a su casa su tío Antonio, quien lo llevó a estudiar a un colegio católico con el fin de que le ayudara a su primo ya que no le iba muy bien en el colegio; y más adelante, con mucho pesar, dejó las calles que lo vieron crecer.





# MEDIO AMBIENTE

*Generando conciencia ecológica*

## ¿CÓMO TRANSFORMAR PRÁCTICAS RELACIONADAS AL MEDIO AMBIENTE EN HÁBITOS INSTITUCIONALES DURADEROS?

*Abigail M. Sánchez González - Mg. Dirección y Liderazgo para la Gestión Educativa. Prof. Historia y Geografía Ed. Media, Prof. Ed. Básica, Jefa de UTP Colegio El Cobre*



Desde hace algún tiempo, se ha estado incentivando en espacios educativos la concientización medio ambiental en la comunidad escolar en general, pero por diversas razones estos procesos son entrampados, obstaculizados e incluso considerados papeleos innecesarios.

El problema recae principalmente en la cultura individual y colectiva que fomentan y propician las unidades educativas, en donde se espera sistematizar diversas prácticas en sus establecimientos como es el caso de hábitos saludables y permanentes. Pero, aquí se generan diversos cuestionamientos, por ejemplo; ¿cómo lograr transformar una práctica medioambiental en un hábito educativo? ¿Qué nos falta para ser educadores promotores de una cultura consciente y respetuosa por su entorno?

Para ello debemos sí o sí investigar y analizarnos internamente, debemos preguntarnos ¿qué buscamos enseñar? ¿qué tipo de colegio queremos construir? ¿qué huella deseamos inculcar en nuestros estudiantes que permita hacer cambios en su forma de ver, vivir y sentir la vida? Aunque no lo crean, la respuesta está al alcance de nuestras manos.

Para lograrlo, primero debemos evaluar nuestras prácticas como adultos, docentes e individuos, nuestros hábitos en los hogares y nuestras formas de comportamiento. No podemos pretender enseñar el cuidado de nuestro entorno y motivar, por ejemplo, al reciclaje, si yo dentro de mis espacios familiares y personales no lo práctico.

El docente es un modelo por seguir y cuando el profesorado junto a los equipos directivos entienda que los cambios culturales deben partir por nosotros, tendríamos entonces la mitad de la tarea lista. Puesto que, irradiaremos, contagiaremos y motivaremos al resto con nuestros propios hábitos, lo que nos permitirá hablar con propiedad frente a niños/as que buscan ser guiados, educados y formados desde el ejemplo, como también, desde el conocimiento.

# ACTIVIDADES DESTACADAS

*Realizadas durante Marzo*

## REUNIONES DE COORDINACIÓN



Durante marzo, el Equipo Multidisciplinario se reunió con cada grupo directivo de los establecimientos educacionales beneficiados con el apoyo de los profesionales de nuestro equipo, además con programas externos, tales como Sernameg, MSM, HPV y Senda, con el objetivo de presentar el plan de trabajo diseñado para el año escolar 2021 y coordinar las actividades educativas a desarrollar desde el mes de abril.

## ORGANIZACIÓN DÍA MUNDIAL DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

La División Educación de la Corporación Municipal de Rancagua, en coordinación con el Equipo Multidisciplinario, Promoción de Salud, Departamento de Comunicaciones Cormun y el Centro de Educación Extraescolar se reunieron para organizar las actividades dirigidas a conmemorar y celebrar el Día Mundial de la Actividad Física.



## RECREOS DIRIGIDOS



Desde inicios de marzo, previo al retroceso a Etapa 1 de acuerdo al plan paso a paso, el Equipo Multidisciplinario desarrolló recreos dirigidos en algunos establecimientos educacionales, lo cuales contaron con una serie de circuitos, propiciando el movimiento y coordinación en los estudiantes; siempre respetando las medidas sanitarias y manteniendo el distanciamiento entre los participantes.

# ACTIVIDADES DESTACADAS

Realizadas durante Marzo

## REUNIÓN DE APODERADOS



Desde inicios de marzo, previo al retroceso a Etapa 1 de acuerdo al plan paso a paso, el Equipo Multidisciplinario desarrolló recreos dirigidos en algunos establecimientos educacionales, lo cuales contaron con una serie de circuitos, propiciando el movimiento y coordinación en los estudiantes; siempre respetando las medidas sanitarias y manteniendo el distanciamiento entre los participantes.

## SUPERVISIÓN DE ENTREGA DE CANASTAS JUNAEB

Durante marzo, el Equipo Multidisciplinario llevó a cabo la supervisión en los establecimientos educacionales previo a la primera y segunda entrega de canastas JUNAEB; las cuales se realizaron de manera presencial en cada recinto educativo. Durante ambas entregas en colegios y liceos se reportó un total de 11.691 canastas; y en jardines infantiles VTF se repartieron 462.



## CAPACITACIÓN CON SERNAMEG

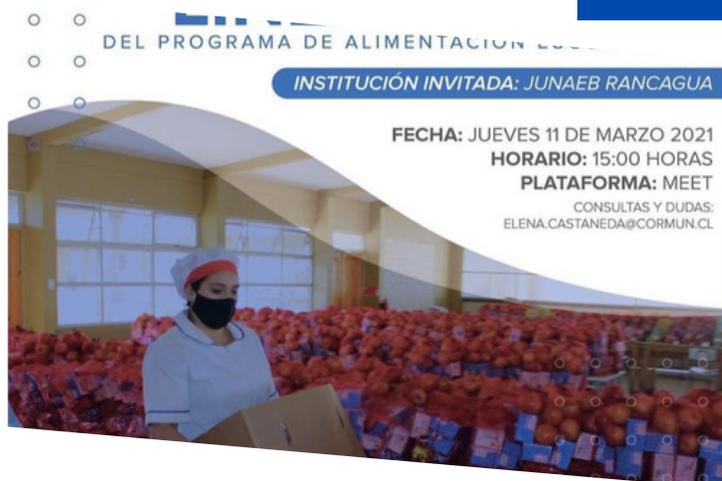
Durante la última semana de marzo, el Equipo Multidisciplinario realizó la Capacitación de Agentes Estratégicos para personas vinculadas al trabajo con jóvenes de 14 a 29 años, dictada por la Encargada de Programa de Prevención en Violencia en contra de la mujer del Centro de la Mujer Rancagua - SERNAMEG.



# ACTIVIDADES DESTACADAS

*Realizadas durante Marzo*

## LINEAMIENTOS PAE 2021



La jornada de lineamientos del programa de alimentación escolar tuvo como objetivo dar la bienvenida a los nuevos encargados/as de los Establecimientos Educativos, reforzar directrices, evaluar las fortalezas y debilidades que generó la entrega de canastas alimentarias en el periodo 2020 con la finalidad que bajo esas experiencias mejorar en el periodo escolar en curso. Además estuvo como invitado Rodrigo Olea (Encargado Regional del Programa de Alimentación de Junaeb) quien aprovechó la oportunidad de esclarecer dudas frecuentes del sistema de alimentación.

# EQUIPO MULTIDISCIPLINARIO RESPONDE

Tus dudas nos importan

*Si tienes preguntas y/o comentarios acerca de los temas abordados en cada edición, puedes escribirnos al correo electrónico [programa.salud@cormun.cl](mailto:programa.salud@cormun.cl) o a través de DM (direct message) en nuestro Instagram [@equipo\\_multidisciplinario](https://www.instagram.com/equipo_multidisciplinario)*



.....

*Los profesionales del equipo contestarán cada una de tus interrogantes en la sección "Equipo Multidisciplinario responde" del próximo boletín. Queremos que estés informado.*



**Síguenos a través de  
[@equipo\\_multidisciplinario](https://www.instagram.com/equipo_multidisciplinario)**



---

*EQUIPO MULTIDISCIPLINARIO*

*Fortalecimiento de Indicadores de  
Desarrollo Personal y Social*