



“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:

FASES	
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. FECHA DE ENTREGA DE PROFESOR JEFE: <u>30/10/2024.</u>
PRIMER EVALUACIÓN 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). Esta primera evaluación liderada por Psicólogos/as de Bienestar, establecerá tres primeros lugares. Estos tres primeros lugares, serán enviados a kschwazenberg@cdsprovidencia.cl	FECHA DE ENTREGA DE UNIDAD DE CONVIVENCIA Y BIENESTAR A CDS: <u>11/11/2024.</u>
ENTREGA 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.	FECHA DE ENTREGA DE UNIDAD DE CONVIVENCIA Y BIENESTAR A CDS: <u>11/11/2024.</u>
SEGUNDA EVALUACIÓN 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. Comité evaluador: Programa HPV	FECHA DE ENTREGA DE UNIDAD DE CONVIVENCIA Y BIENESTAR A CDS: <u>11/11/2024 - 15/11/2024</u>
GANADORES Se publicarán los tres ganadores	FECHA DE FINALIZACIÓN <u>19/11/2024</u>

PAUTA DE EVALUACIÓN

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

	3. El video muestra una rutina posible de ser 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"> 1. Se observa que la actividad realizada es resultado de la participación de la mayoría del curso. 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. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se observa que la actividad realizada es resultado de la participación de la mayoría del curso. 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. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. No se observa que la actividad haya sido realizada por la mayoría del curso. 2. No se observa reflexiones en torno al cuidado de la salud mental. 	
Dirección y participación de profesor/a jefe (o suplencia)	<ol style="list-style-type: none"> 1. El docente jefe, entrega la actividad realizada al equipo de Convivencia y Bienestar socioemocional de su establecimiento en el día y hora acordada. 2. El docente jefe, participa activamente en la producción de esta actividad, acompañando y motivando a los estudiantes que participen en el proceso. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. El docente jefe, entrega la actividad realizada al equipo de Convivencia y Bienestar socioemocional de su establecimiento en el día y hora acordada. 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. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. El docente jefe, entrega actividad fuera del plazo acordado. 2. El docente jefe, no se observa, ni se menciona en el video. 	
TOTAL (Máximo 120)				