



Universidad  
de O'Higgins

**VICERRECTORÍA ACADÉMICA**

UNIDAD DE INNOVACIÓN Y GESTIÓN CURRICULAR

## PROGRAMA DE ACTIVIDAD CURRICULAR

1) IDENTIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD CURRICULAR			
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD CURRICULAR	Autocuidado y Bienestar Profesional en Ciclo Inicial		
UNIDAD ACADÉMICA	Escuela de Educación		
CARRERA	Pedagogía en Educación Parvularia. Pedagogía en Educación Básica Pedagogía en Educación Especial.	TIPO DE ACTIVIDAD	Obligatoria
CÓDIGO	EDU4012	SEMESTRE	Semestre 8, Año 4.
CRÉDITOS SCT–Chile	3	SEMANAS	15
TIEMPO DE DEDICACIÓN SEMANAL			
TIEMPO DE DEDICACIÓN TOTAL	TIEMPO DE DOCENCIA DIRECTA	TIEMPO DE TRABAJO AUTÓNOMO	
6 horas	3 horas	3 horas	
REQUISITOS			
PRERREQUISITOS		CORREQUISITOS	
No tiene		No tiene	

2) DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD CURRICULAR
<p>a) Descripción sintética de la actividad curricular (con una extensión mínima de 100 palabras y una extensión máxima de 200), indicando cuál es el propósito y su aporte al Perfil de Egreso.</p> <p>Este curso busca promover un proceso de desarrollo social, emocional, personal y colectivo de las y los docentes en formación, permitiendo la conciencia y reflexión de su trabajo político-pedagógico en los establecimientos educacionales, tanto en su dimensión individual como colaborativa. Se busca entregar herramientas y experiencias que fortalezcan la autonomía profesional, la investigación y la reflexión crítica de las prácticas desde el reconocimiento de las condiciones materiales y subjetivas del trabajo, valorando la organización y la acción colectiva como instancia de mejora y transformación de sus contextos.</p>
<p>b) Competencias a las que tributa la actividad curricular</p> <p>4.4. Llevar a cabo acciones de autocuidado, desarrollo personal y mejoramiento profesional continuo para expandir y actualizar competencias relevantes para la profesión, con el fin de mejorar su labor pedagógica con estudiantes, familias y equipos de trabajo.</p>

3) RESULTADOS DE APRENDIZAJE
------------------------------



Universidad  
de O'Higgins

**VICERRECTORÍA ACADÉMICA**

UNIDAD DE INNOVACIÓN Y GESTIÓN CURRICULAR

Resultados de aprendizaje que desarrollarán las/os estudiantes considerando las competencias a las que tributa la actividad curricular (Máximo 4, de acuerdo con la cantidad de SCT de la AC).

RA1.- Comprender y reflexionar críticamente sobre la dimensión del Autocuidado y el Bienestar Profesional en los establecimientos educacionales chilenos.

RA2.- Reconocer las principales enfermedades y tensiones que afectan a las y los docentes en su trabajo cotidiano, identificando y reflexionando sobre sus múltiples orígenes.

RA3.- Reconocer y poner en valor la importancia y cuidado del cuerpo y la voz como herramientas fundamentales del trabajo docente, entiendo y aplicando su uso profesional y saludable.

RA4.- Comprender y reflexionar críticamente sobre las condiciones de trabajo docente, analizando el marco regulatorio y reconociendo las tensiones y posibilidades de acción que se generan para las y los docentes.

RA5.- Reconocer la importancia de la colaboración y la organización docente en el fomento de espacios, acciones y estrategias de autocuidado y bienestar docente, valorando la dimensión del cuidado común y colectivo con un enfoque en la mejora de las condiciones de trabajo pedagógico.

RA6.- Observar e investigar en sus prácticas pedagógicas cómo se vivencian en concreto el autocuidado y el bienestar docente en los establecimiento educacionales, analizando estas realidades con un enfoque crítico y situado.

RA7.- Conocer y vivenciar diversas estrategias para fortalecer el bienestar docente.



Universidad  
de O'Higgins

**VICERRECTORÍA ACADÉMICA**

UNIDAD DE INNOVACIÓN Y GESTIÓN CURRICULAR

#### 4) UNIDADES DE APRENDIZAJE Y CONTENIDOS

**Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** (copiar tabla de acuerdo a la cantidad de Unidades de aprendizaje que correspondan a la actividad curricular y en coherencia con la cantidad de SCT de la misma)

Indicar los contenidos asociados a la Unidad de Aprendizaje en coherencia con la cantidad de SCT de la actividad curricular

Unidad 1: Regulación y condiciones de trabajo docente.

- Trabajo docente: vincular, afectivo y emocional.
- Condiciones materiales y subjetivas del trabajo docente.
- Regulación Laboral Docente y su impacto en el bienestar.
- Condiciones e infraestructura de los establecimientos chilenos y su impacto en el autocuidado y bienestar docente.
- Organización y colectivos docentes como agentes de bienestar profesional.

Unidad 2: Salud Laboral Docente.

- Concepto y dimensiones prácticas del Autocuidado y Bienestar Profesional.
- Dimensiones del Bienestar/Malestar del trabajo Docente.
- Enfermedades profesionales docentes: Agobio y sobrecarga; otras enfermedades físicas.
- Cuidado de la voz y ergonomía.
- Conciencia corporal en el trabajo docente
- Sentido/Sin sentido del trabajo docente: ¿hay espacio en la escuela para las emociones, el vínculo y los afectos?

Unidad 3: Estrategias y técnicas para fortalecer el bienestar docente.

- Del autocuidado al cuidado colectivo.
- Dispositivos y procesos de cuidado mutuo.
- Metodologías participativas en el diseño de procesos para fortalecer el bienestar docente.
- Sustentabilidad del bienestar en la escuela y su importancia para el desarrollo profesional docente.

#### RECURSOS Y METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE

Indicar los recursos y metodologías de enseñanza y aprendizaje, tales como clases expositivas, experiencias de aprendizaje basado en proyectos o problemas, aprendizaje servicio, mapas conceptuales, análisis de textos, debate, simulación, laboratorios, talleres, trabajo en terreno, trabajo en equipo, elaboración de informes, análisis de casos, etc. Indicar asimismo si se emplean instrumentos, software, documentaciones u otros recursos clave para el desarrollo de las actividades y logros de aprendizaje.

Este curso se desarrolla por medio de clases teóricas y talleres prácticos. Se integran estrategias de participación y diálogo para generar aprendizajes significativos.

Se recurre a las narrativas sobre experiencias escolares, de organización y trabajo colaborativo en el desarrollo de espacios de bienestar y cuidado mutuo en las escuelas. Esto sumado a actividades que comprenden el trabajo docente desde la integración del cuerpo y la mente.

A través de los talleres se fomenta el trabajo colaborativo y la creación colectiva.



Universidad  
de O'Higgins

**VICERRECTORÍA ACADÉMICA**

UNIDAD DE INNOVACIÓN Y GESTIÓN CURRICULAR

## 5) CONDICIONES DE EVALUACIÓN Y APROBACIÓN

Indicar las evaluaciones a realizar y las exigencias para la aprobación de la actividad curricular, tales como obligatoriedad o porcentajes mínimos de asistencia, condiciones para la rendición de pruebas recuperativas, etc.

### EVALUACIONES:

**Parcial 1: Podcast sobre el trabajo docente (trabajo en tríos- 25%)**

**Entrega: 10 de septiembre, 23:59**

**Parcial 2: Bitácora de Reflexión sobre el Bienestar y Talleres Prácticos. (Individual- 35%)**

- **Nota 1:** Relato reflexivo a partir de Bitácora de observación de prácticas (25%) **Entrega: 22 de octubre, 23:59**
- **Nota 2:** Participación en Talleres Prácticos (10%). Nota a partir de participación en 4 de 5 talleres. **Publicación de nota: 29 de noviembre.**
  - **Fecha de Talleres Prácticos:**
    - Taller 1: 20 de agosto
    - Taller 2: 03 de septiembre
    - Taller 3: 10 de septiembre
    - Taller 4: 24 de septiembre
    - Taller 5: 15 de octubre

**Evaluación Integrativa 3: Creación e implementación de una estrategia de abordaje del bienestar docente (Grupal - 35%).**

**Entrega: 03 de diciembre, 23:59.**

- Diseño de metodología. (25%)
- Evaluación entre pares (orden se sortea el 29/10): facilitan metodología a sus compañeras y compañeros (10%)

**Autoevaluación (5%)**

**Fecha: 26 de noviembre (última clase)**

### REQUISITOS DE APROBACIÓN DEL CURSO:

- Nota de aprobación mínima (escala de 1.0 a 7.0): 4,0.
- Asistencia obligatoria mínima de un 70%.
- La asignatura no contempla la rendición de un examen.
- El desarrollo y entrega de todas las evaluaciones del curso es requisito para su aprobación.

### RENDICIÓN DE PRUEBAS Y TRABAJOS:

- Deben ser realizados o entregados en las fechas programadas. La no presentación equivale a la obtención de la nota mínima. En casos excepcionales, deberán justificar mediante certificación de la DAE, escribiendo al siguiente correo: [reservahoradae@uoh.cl](mailto:reservahoradae@uoh.cl)
- Las evaluaciones pendientes debidamente justificadas tendrán un plazo máximo de presentación, el que corresponde a 2 semanas después del término de la licencia médica.



Universidad  
de O'Higgins

VICERRECTORÍA ACADÉMICA

UNIDAD DE INNOVACIÓN Y GESTIÓN CURRICULAR

6) BIBLIOGRAFÍA OBLIGATORIA	
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	TIPO DE RECURSO
Indicar los recursos bibliográficos complementarios. Se deben declarar de forma normalizada, de preferencia en el estilo APA u otro de relevancia disciplinar (Vancouver u otro). Verifique su accesibilidad y derechos de reproducción.	Indique si el recurso está en soporte digital y/o físico.
Cornejo, R. (2009). Condiciones de trabajo y bienestar/malestar docente en profesores de enseñanza media de Santiago de Chile. <i>Educação &amp; Sociedade</i> . 30 (107) 409-42.	Digital
Torres-Olave, B., Avilés, N. & León, V. (2019). La búsqueda de buen vivir como manifestación de agencia colectiva e identidad profesional: una exploración teórica del movimiento docente con foco en Chile y Latinoamérica. <i>Paulo Freire, Revista de Pedagogía Crítica</i> , 22, 49- 73. 10.25074/07195532.22.1431.	Digital
Valle, L. & Baleriola, E. & Sisto, V. (2022). Experiencias y resistencias de los y las profesoras sobre el sistema de evaluación docente. <i>Izquierdas</i> . 51. 1-16.	Digital
Darrigrande, J. L., Olivares, V. E., Aguilar, J., Marileo, C., Mansilla, N. y Méndez, J. (2009). El síndrome de quemarse por el trabajo (SQT) en profesores de colegios privados y liceos técnicos de Santiago de Chile. <i>Revista de Psicología IMED</i> , 1, (2). 243-252. <a href="http://dx.doi.org/10.18256/2175-5">http://dx.doi.org/10.18256/2175-5</a>	Digital
Díaz Sacco, A. (2021). ¿Por qué permanecen los docentes principiantes en las escuelas chilenas? <i>Cuadernos de Pesquisa</i> , 51, artículo e07843. <a href="https://doi.org/10.1590/198053147843">https://doi.org/10.1590/198053147843</a>	Digital
Donoso González, Macarena & Vázquez, Myriam. (2013). "INCIDENCIA DEL BIENESTAR DOCENTE EN LA CONSTRUCCIÓN DE LA IDENTIDAD PERSONAL Y PROFESIONAL". Congreso Internacional "Re-conceptualizing the professional identity of European teachers: sharing experiences". Disponible en: <a href="https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/56527/RPIET_23.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y">https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/56527/RPIET_23.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y</a>	Digital
Hirmas, S.; Espinoza, C.; Vallejos, O. & Flores, C. (2021). Los vínculos en el tejido escolar, la perspectiva de educadores. Reflexiones educativas en las jornadas "Cultivar lo esencial para aprender a convivir", pp. 4- 15. Disponible en: <a href="https://convivenciaparaciudadania.mineduc.cl/wp-content/uploads/2022/05/InformeReflexionesEducativas-V02.pdf">https://convivenciaparaciudadania.mineduc.cl/wp-content/uploads/2022/05/InformeReflexionesEducativas-V02.pdf</a>	Digital
Olatz Larrea, E. (2013): "Guía práctica para el cuidado y la optimización de la voz del docente". <i>Estudios sobre el Mensaje Periodístico</i> . Vol. 19, Núm. especial marzo, págs.: 271279. Madrid, Servicio de Publicaciones de la Universidad Complutense	Digital



Universidad  
de O'Higgins

VICERRECTORÍA ACADÉMICA

UNIDAD DE INNOVACIÓN Y GESTIÓN CURRICULAR

Cano, A. (2012). La metodología de taller en los procesos de educación popular. <i>Revista Latinoamericana de Metodología de las Ciencias Sociales</i> , 2, 2, 22-52.	Digital
Espinoza, C. (2021). <i>Cuidado mutuo en la comunidad docente. Herramientas para fortalecer el vínculo entre educadores</i> . Organización de Estados Iberoamericanos y Unidad de Formación integral y Convivencia Escolar (FICE) del Ministerio de Educación. Disponible en: <a href="https://bibliotecadigital.mineduc.cl/handle/20.500.12365/18779">https://bibliotecadigital.mineduc.cl/handle/20.500.12365/18779</a> , pp. 11-66.	Digital

7) BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA	TIPO DE RECURSO
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	
Indicar los recursos bibliográficos complementarios. Se deben declarar de forma normalizada, de preferencia en el estilo APA u otro de relevancia disciplinar (Vancouver u otro). Verifique su accesibilidad y derechos de reproducción.	Indique si el recurso está en soporte digital y/o físico.
Cornejo, R., Albornoz, N., Castañeda, L., Palacios, D., Etcheberrigaray, G., Fernández, R., Gómez, S., Hidalgo, F. & Lagos, J. I. (2015). Las prescripciones del trabajo docente en el nuevo marco regulatorio de políticas educativas en Chile. <i>Psicoperspectivas</i> , 14(2), 72-83. doi: 10.5027/PSICOPERSPECTIVAS-VOL14-ISSUE2-FULLTEXT-580	Digital
Cornejo Chavez, Rodrigo & Mora, Javier. (2013). El sujeto docente ausente de las movilizaciones educativas: Un análisis del discurso docente. <i>Psicoperspectivas</i> . 12. 72-82. 10.5027/psicoperspectivas-Vol12-Issue2-fulltext-282.	Digital
Albornoz, N., Cornejo, R., & Assaél, J. (2017). Condicionantes estructurales del vínculo entre profesor y estudiante: un análisis de los discursos docentes en el contexto actual de reforma educativa en Chile. <i>Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research</i> , 18(3).	Digital
OPECH, Repositorio: Legislación sobre la profesión y el trabajo docente, <a href="https://opech.cl/archivo-legislativo/legislacion-sobre-la-profesion-y-el-trabajo-docente/">https://opech.cl/archivo-legislativo/legislacion-sobre-la-profesion-y-el-trabajo-docente/</a>	Digital
Albornoz, N., Cornejo, R.. (2017). Discursos docentes sobre el vínculo con sus estudiantes: tensiones, enfrentamiento y distancia. <i>Estudios pedagógicos (Valdivia)</i> , 43(2), 7-25. <a href="https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052017000200001">https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052017000200001</a>	Digital
Cordie, A. (1998). Fobia escolar de los docentes. En: <i>Malestar en el docente. La educación confrontada con el psicoanálisis</i> (pp. 15- 23). Nueva Visión.	Digital
Romero Romero, L., Mariángel Carvajal, K., Baéz Cáceres, T., Adrián De la Jara, J., Ávalo Miranda, P., & Ramírez Muñoz, V. (2023). La voz como herramienta profesional: técnica y autocuidado vocal para el desempeño docente. <i>REXE- Revista De Estudios Y Experiencias En Educación</i> , 22(48), 30–47. <a href="https://doi.org/10.21703/0718-5162.v22.n48.2023.002">https://doi.org/10.21703/0718-5162.v22.n48.2023.002</a>	Digital



Universidad  
de O'Higgins

**VICERRECTORÍA ACADÉMICA**

UNIDAD DE INNOVACIÓN Y GESTIÓN CURRICULAR

Soto Lagos, R.; Mera Adasme, J.; Nuñez Muñoz, C.; Sisto Campos, V.; Fardella Cisternas, C., ENTRE LA EFECTIVIDAD Y LOS AFECTOS: NUEVOS DOCENTES EN TIEMPOS DE NUEVO MANAGEMENT PÚBLICO, Athenea Digital. Revista de Pensamiento e Investigación Social, vol. 16, núm. 3, noviembre, 2016, pp. 3-19	Digital
Jara, O (2009). "La concepción metodológica dialéctica, los métodos y las técnicas participativas en la educación popular", Centro de Estudios y Publicaciones Alforja, Costa Rica.	Digital
Dávila, J. (2018). Bienestar profesional del docente en la escuela: revisión teórica y estrategias de intervención desde la psicología educacional. Leal, F. (Ed.) <i>Procesos y actores: claves para el asesoramiento psicoeducativo. Temas de Psicología Educacional. Contribuciones para la formación de especialidad. Volumen 1</i> (297-326). Noveduc.	Digital

## 8) RECURSOS WEB

### SITIOS WEB

Indicar los recursos web a utilizar. Deben ser de acceso oficial o de recursos disciplinares/didácticos. Ejemplo: [www.mineduc.cl](http://www.mineduc.cl)

Simulador de sueldo carrera docente - 2024: <https://simuladorweb.docentepro.cl/>

## 9) Información importante

### ● Integridad Académica

En los cursos impartidos en la Escuela de Educación se consideran faltas graves a la integridad académica y a la ética las siguientes acciones:

- Copiar y facilitar la copia de respuestas en cualquier tipo de evaluación académica;
- Adulterar cualquier documento oficial como documento de asistencias, correcciones de pruebas o trabajos de investigación, entre otros;
- Plagiar u ocultar intencionalmente el origen de la información en cualquier tipo de evaluación.

Cualquiera de las faltas graves mencionadas anteriormente, será sancionada con la suspensión inmediata de la actividad y con la aplicación de la nota mínima (1,0). Además, estas causales serán informadas al Consejo de Escuela para iniciar una investigación sumaria en caso de ser necesario.

### ● Protocolo ante denuncias sobre acoso sexual, acoso laboral y discriminación arbitraria



Universidad  
de O'Higgins

**VICERRECTORÍA ACADÉMICA**

UNIDAD DE INNOVACIÓN Y GESTIÓN CURRICULAR

De acuerdo a la misión y principios de la Universidad de O'Higgins, y siguiendo los Lineamientos para la Docencia (2022) dictaminados por la Dirección de Pregrado, se exige un uso seguro, responsable y ético de las tecnologías de la información. En este sentido, **se rechazan tajantemente cualquier conducta (virtual y/o presencial) de uso inadecuado de datos personales, acoso sexual y discriminación arbitraria.** Todos estos actos se encuentran considerados en el reglamento estudiantil UOH y son sancionados por la Universidad. **En el caso específico de experimentar o ser testigo de acoso sexual y discriminación arbitraria contacta a tu jefatura de carrera y asesorarte por la Dirección de Equidad de Género y Diversidades:** [oficina.equidad.genero@uoh.cl](mailto:oficina.equidad.genero@uoh.cl) también puedes asistir de manera presencial a la Dirección que esta ubicada en la oficina 501 edificio A. Horario de atención 9:30 a 17:00.

*Si vives cualquier otro tipo de situación de acoso, maltrato o abuso de otra índole que NO sea de carácter sexual o de género contacta a la jefatura de carrera y asesórate por pregrado.*

- **Respeto por el nombre social del estudiantado**

La Universidad de O'Higgins cuenta con mecanismos para realizar el procedimiento de cambio de nombre social a las personas que lo soliciten en virtud de su identidad de género. **Todo integrante de la universidad puede manifestar su voluntad de utilizar su nombre social a el/la docente, así como los pronombres asociados.** Además, para formalizar su uso en la Universidad debes solicitarlo a la Dirección de Equidad de Género y Diversidades. Para hacer esta solicitud, descarga el formulario de solicitud y la declaración jurada simple de la página web: <https://www.uoh.cl/#cambios-de-nombre-social>, y preséntalos presencialmente o vía email a: [oficina.equidad.genero@uoh.cl](mailto:oficina.equidad.genero@uoh.cl)

- **Consideración de ajustes razonables:**

Si tienes alguna condición de discapacidad, o requieres comunicar cualquier información relevante para favorecer tu proceso de enseñanza-aprendizaje, contáctate con el/la docente del curso, o bien con tu jefe de carrera para **evaluar ajustes razonables y/o la implementación de otras estrategias de apoyo.** Para más información puedes escribir a [unidad.inclusion@uoh.cl](mailto:unidad.inclusion@uoh.cl).

**Programa Revisado por:** Equipo de Formación Transversal

**Fecha:** 20 de agosto de 2024