

**PROGRAMA DE CURSO  
MODALIDAD PANDEMIA**

<b>Nombre del curso</b>			
Autocuidado y bienestar profesional			
<b>Escuela</b>	<b>Carrera (s)</b>	<b>Código</b>	
Escuela de Educación	Pedagogía en Educación Parvularia. Pedagogía en Educación Básica Pedagogía en Matemáticas. Pedagogía en Lenguaje y comunicación. Pedagogía en inglés para la enseñanza básica y media.	EDU4102	
<b>Semestre</b>	<b>Tipo de actividad curricular</b>		
Semestre 8, Año 4	OBLIGATORIA		
<b>Prerrequisitos</b>		<b>Correquisitos</b>	
No tiene		No aplica	
<b>Créditos SCT</b>	<b>Total, horas a la semana</b>	<b>Horas de cátedra, seminarios, laboratorio, etc.</b>	<b>Horas de trabajo no presencial a la semana</b>
3	6 horas	3 horas	3 horas
<b>Ámbito</b>	<b>Competencias a las que tributa el curso</b>	<b>Subcompetencias</b>	
Práctica, reflexión e investigación	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.	4.4.1. Practicar técnicas preventivas de las enfermedades laborales más frecuentes de profesores y profesoras, con el fin de favorecer el propio bienestar laboral. 4.4.2. Hacer uso de instancias y herramientas que favorezcan la comunicación y colaboración con la comunidad educativa. 4.4.3. Conocer diversas instancias de especialización, desarrollo profesional e intercambio de experiencias en redes profesionales para docentes.	

<b>Propósito general del curso</b>
Este curso busca propiciar el desarrollo social, emocional y personal de los profesores y las profesoras en formación y la conciencia de sí mismos a través de la entrega y práctica de herramientas y acciones de autocuidado y mejoramiento profesional continuo. Esto favorecerá el propio bienestar del y la estudiante en el ejercicio de la profesión.
<b>Resultados de Aprendizaje (RA)</b>
1.- Comprender las acciones del Autocuidado profesional docente. 2.- Conocer enfermedades más frecuentes del ejercicio de la profesión docente. 3.- Implementar estrategias de prevención de enfermedades laborales. 4.- Comprender la regulación general del trabajo docente a través del estatuto y la carrera docente. 5.- Fomentar técnicas de comunicación efectiva. 6.- Aplicar estrategias de resolución de conflictos entre pares dentro de la comunidad educativa.

Número	RA al que contribuye la Unidad	Nombre de la Unidad	Duración en semanas
1	1-2-3	Introducción al Autocuidado v/s enfermedades más frecuentes en el ejercicio docente.	8
Contenidos		Indicadores de logro	
Contenidos esenciales:  Autocuidado Enfermedades profesionales docentes		Comprende dimensiones del bienestar y del sentido docente.  Establece la cultura del cuidado como estilo de vida.  Identifica enfermedades más frecuentes del ejercicio de la profesión docente.  Selecciona técnicas de prevención para el ejercicio docente a fin de prevenir enfermedades laborales.	

Número	RA al que contribuye la Unidad	Nombre de la Unidad	Duración en semanas
2	3	Desarrollo profesional e intercambio de experiencia en redes profesionales.	2
<b>Contenidos</b>		<b>Indicadores de logro</b>	
Carrera docente. Portafolio de evaluación docente. Espacio de organización docente.		Identifica tramos de la carrera docente. Explica horas lectivas y no lectivas- Identifica aspectos contractuales (horas semanales/mensuales) Comprende espacios de organización docente: Colegio de profesores, sindicatos de profesionales de la educación, grupos de reflexión pedagógica.	

Número	RA al que contribuye la Unidad	Nombre de la Unidad	Duración en semanas
3	4-5	Estrategias de comunicación efectiva y colaboración con la comunidad educativa.	5
<b>Contenido</b>		<b>Indicadores de logro</b>	
Comunicación efectiva. Resolución de conflicto.		Demuestra técnicas de comunicación efectiva entre pares.  Emplea estrategias de resolución de conflictos entre pares.	

Metodologías	Requisitos de Aprobación y Evaluaciones del Curso
<p>La metodología de enseñanza será de carácter mixto Teórico-práctico entregados mayormente de forma expositiva apoyados por material audiovisual, presentación y análisis y presentación de casos, con espacios para la discusión, de literatura individual y en grupos.</p> <p>Con el objetivo de propiciar un acercamiento a las temáticas abordadas, para luego profundizar los contenidos respectivos, promoviendo el espacio para la discusión y la aclaración de dudas</p>	<p><b>I.- Evaluaciones:</b> El curso cuenta con 3 instancias evaluativas generales y una evaluación recuperativa en el caso de obtener calificación insuficiente.</p> <p>1.- Evaluación N°1: Dos productos creativos (infografía/póster y audiovisual (30%).</p> <p>2.- Evaluación N°2 de procedimientos: controles, talleres. (30%) <i>Modalidad grupal/ individual.</i></p> <p>3.- Evaluación N°3 Integrativa que consta de dos productos: (40%)</p>

<p>Practicar en clases el uso de las técnicas y estrategias aprendidas.</p> <p>Participar en alguna instancia de especialización, desarrollo profesional o intercambio en alguna red profesional.</p>	<p>a). - Cuadernillo o compendio de actividades para ser utilizadas con sus futuros estudiantes que incluya: propuesta de estrategias para "Cultura del cuidado docente"</p> <p>b). – Glosario seleccionan 3 conceptos trabajados en clases.</p> <p>✓ <b>No se aplicará examen final, la evaluación integrativa lo reemplaza.</b></p> <p>✓ <b>Nota de aprobación mínima (escala de 1.0 a 7.0): 4,0</b></p> <p>II.- Porcentaje <b>de asistencia.</b></p> <p>1.- La inasistencia o no entrega de una evaluación sin justificativo médico o DAE, será calificada con nota mínima (1,0).</p>
<p><b>Bibliografía Fundamental</b></p>	
<p>Guía para la Reflexividad y el Autocuidado. Chile Solidario, Gobierno de Chile.</p> <p>Buenas ideas post-emergencia. Guías para la contención psicoemocional, prevención y autocuidado- Guía para docentes. Unidad de transversalidad educativa, Mineduc (2015).</p> <p>Clima social escolar y desarrollo personal, Ana María Arón; Neva Milicic</p>	
<p><b>Bibliografía Complementaria</b></p>	
<p><b>Fecha última revisión:</b></p>	<p>Octubre 2020</p>
<p><b>Programa visado por:</b></p>	<p>Judith Alarcón / Carolina Molina</p>