



PLAN SOCIOEMOCIONAL



COLEGIO TÉCNICO
SAN ALFONSO

COMPLEJO EDUCACIONAL SAN ALFONSO

2026



Este plan surge a través de la información recaudada por los equipos de la comunidad educativa y la necesidad de abordar las problemáticas percibidas por los constantes hechos de violencia y la forma de abordar los conflictos, que han tenido un impacto en el aprendizaje, la salud mental y el bienestar de la comunidad educativa.

Las temáticas abordadas durante el año escolar en este plan, tendrán como resultado una calificación mensual.

Objetivo General: Potenciar una respuesta integral y estratégica, a las necesidades educativas y de bienestar socioemocional para los estudiantes de la comunidad educativa.

Objetivos específicos:

1. Favorecer la entrega de herramientas necesarias para la proposición de una estrategia que integre los aspectos socio emocionales y pedagógicos mediante las clases de taller socioemocional concientizando acciones de autorregulación y autocuidado.
2. Sensibilizar y construir una perspectiva integral promoviendo líneas de acción para el abordaje de factores de riesgo que permitan identificar situaciones de crisis.
3. Identificar y explorar diferentes opciones de ofertas educativas, brindando herramientas significativas para promover el acercamiento al mundo laboral.

	OA Transversal	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4
MARZO	SENTIDO DE PERTENENCIA	Comunidad	Participación	Metas compartidas	Formas democráticas de participación
		Trabajar el sentido de pertenencia, con la comunidad educativa.	Trabajar la participación escolar y organización en distintas actividades del colegio.	Trabajar el sentido de pertenencia con el curso en general, aplicando metas grupales a nivel de curso.	Trabajar la pertenencia en cuanto a ser parte del centro de estudiantes. -listas de estudiantes para CCEE



ABRIL	OA Transversal	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 5
	RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS	Personales	Familiares	Amistades	Amoroso	Trabajo práctico
Trabajar formas de resolver conflictos.		Trabajar ejemplos de cómo observan que su entorno resuelve conflictos	Conocer situaciones en las cuales ellos hayan tenido que resolver conflictos.	Trabajar la manera de relacionarse con su pareja/pololo y cómo se afrontan los conflictos.	Realizar un cómic sobre resolución de conflicto.	

MAYO	OA Transversal	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4
	AUTOESTIMA	Autoconcepto	autoimagen	Auto-refuerzo	Trabajo práctico
Trabajar la percepción personal, y qué concepto tenemos de uno mismo.		Trabajar la aceptación física y reconocernos personas íntegras y valiosas.	Aprender a reforzar cada logro por medio de la autoayuda.	Realizar el árbol de las cualidades	

JUNIO	OA Transversal	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4
	SEXUALIDAD	Cuidado del cuerpo propio y ajeno	Valoración de la Afectividad	La diversidad	VACACIONES
Trabajar la sexualidad por medio del cuidado del cuerpo propio y ajeno.		Trabajar la afectividad emocional propia. Cómo afecta a lo largo de la vida.	Trabajar la diversidad sexual, el respeto y la tolerancia hacia el otro.		



		Consecuencias.			
--	--	----------------	--	--	--

JULIO	OA Transversal	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 5
	MANEJO DEL ESTRÉS	VACACIONES	Definiciones y sintomatología	Tratamientos	Consecuencias del estrés	Trabajo didáctico
			Trabajar el estrés por medio de conocer sus distintos síntomas y expresiones físicas.	Trabajar los tratamientos para psicológicos y el control del estrés	Trabajar las distintas consecuencias físicas y psicológicas que atrae el estrés.	

AGOSTO	OA Transversal	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4
	LIMITES Y DECISIONES PERSONALES	Límites con las personas	Comunicación efectiva	Toma de decisiones	Consecuencias de no poner límites
		Trabajar las herramientas que tenemos para poner límites con las personas.	Utilizar la comunicación efectiva para poner límites	¿Me cuesta tomar decisiones en la vida?	Trabajar las consecuencias que nos trae el no poder poner límites en nuestra vida.

	OA Transversal	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 5
SEPTIEMBRE		Preparación práctica de danzas	Capacidad para ponerse de		Dinámicas grupales	Grupo de conversación respecto a las habilidades propias y



	TRABAJO EN EQUIPO POR MEDIO DE LA DANZA	típicas	acuerdo	VACACIONES		las habilidades grupales
		Trabajar en equipo a través de la práctica de danzas típicas y tradicionales.	Trabajar en equipo por medio de coordinación de distintas actividades folclóricas		Trabajar en equipo a través de juegos, y dinámicas en donde deban lograr	Reflexionar a partir del juego y trabajo en equipo, sobre las habilidades propias y las habilidades grupales

	OA Transversal	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4
OCTUBRE	RESPONSABILIDAD TECNOLÓGICA	Redes sociales	Ciberbullying	Consecuencias	Trabajo práctico
		Trabajamos los tipos de redes sociales y sus interacciones	Identificar por medio de las redes sociales los tipos de violencia cibernética	Trabajar las consecuencias del mal uso de las redes sociales	Crear un perfil de Instagram con materiales a libre elección.

	OA Transversal	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4
NOVIEMBRE	TIEMPO LIBRE Y OCIO	Conceptualización de tiempo libre y ocio	Actividades y propuestas a trabajar en el colegio	Actividades y propuestas a trabajar en casa	Calendario de actividades personales
		Derribar mitos sobre dichos conceptos y conceptualizar cada uno de	Trabajar distintas actividades para utilizar los tiempos	Trabajar distintas actividades para ser utilizadas	Realizar un calendario de actividades para organizar sus vacaciones de



		ellos.	libres en el colegio	durante los tiempos libres fuera del colegio.	verano.
--	--	--------	----------------------	---	---------

	OA Transversal	Semana 1	Semana 2
DICIEMBRE	CIERRE, SOLTAR. DESPEDIDA	Cómo cerrar un vínculo, la despedida, el quiebre, la pérdida y cómo enfrentarlo	Despedida en experiencia compartida de convivencia y reflexión final en torno al proceso de taller socioemocional
		Trabajar el cierre de año, específicamente en el quiebre, la pérdida y cómo enfrentarlos para cerrar un vínculo	Reflexionar acerca del cierre de año, de las despedidas y de la dinámica del taller de todo el año en general, realizando una convivencia en grupo en donde podamos vivir una experiencia de cierre y despedida de nuestros compañeros de curso y profesores



PARA TENER EN CUENTA

1. Generar una rutina de hábitos entre profesor y estudiantes, con el propósito de instalar en la comunidad educativa acciones que promuevan el buen trato.
2. Activar el plan de sexualidad en el mes de junio con todos los cursos del establecimiento.
3. Implementación de Pausas activas; Son actividades tales como, respiraciones, conversaciones, mímicas, bailes, estiramientos, entre otras acciones y consisten en las interrupciones activas que pueden durar entre 3 a 5 minutos. Se desarrolla desde una perspectiva lúdica que busca la motivación del estudiante cambiando las rutinas del aula a las que estamos acostumbrados.
4. El cronograma de temáticas deberá adaptar se a los cuartos medios teniendo en consideración cuando terminan su proceso educativo.
5. Cada temática debe ser abordada desde una perspectiva interdisciplinaria, que abarque y destaque las relaciones y oportunidades que como colegio se apoya a los estudiantes en los distintos proyectos a trabajar.