

II CONGRESO INTERNACIONAL DE DESARROLLO INFANTIL INTEGRAL EN SINERGIA EDUCATIVA



21-22-23 agosto 2019 - Portoviejo - Ecuador

**El Rol docente:
“Aprender a Ser para enseñar desde
una pedagogía consciente”**

**II CONGRESO INTERNACIONAL DE
DESARROLLO INFANTIL INTEGRAL
EN SINERGIA EDUCATIVA**

PONENTE



Lorena María del Carmen ETCHEPARE

- ❑ Prof de Ed Física y Nivel Superior. Danzaterapeuta.
Profesora de Meditación y Yoga. Técnica en Recreación
- ❑ Instituciones que representa : I.S.F.D y T N° 63 Coronel Vidal I.S.F.D y T N° 32 Balcarce
- ❑ Meil: loreetche@yahoo.com.ar

**II CONGRESO INTERNACIONAL DE
DESARROLLO INFANTIL INTEGRAL
EN SINERGIA EDUCATIVA**

La presente experiencia de trabajo surge ante la realidad en las aulas como docentes, buscando ayudar a los alumnos a **enfocar la atención y cultivar la conciencia plena**, en el momento presente que nos toca vivir (el aquí y ahora).

**II CONGRESO INTERNACIONAL DE
DESARROLLO INFANTIL INTEGRAL
EN SINERGIA EDUCATIVA**

Llamamos a estas experiencias **“Aulas que respiran”**, donde el clima en el que se aprende es de alegría y disfrute, donde los docentes ayudan a los niños a sentirse mas involucrado en el proceso de aprendizaje.

**II CONGRESO INTERNACIONAL DE
DESARROLLO INFANTIL INTEGRAL
EN SINERGIA EDUCATIVA**

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Brindar estrategias para que los docentes y docentes en formación puedan enseñar en un ámbito de tranquilidad .
- Aprender a Ser para llegar a aprender a convivir y coexistir pacíficamente en las aulas y fuera de ellas.

RECURSOS

JUEGO

DANZATERAPIA

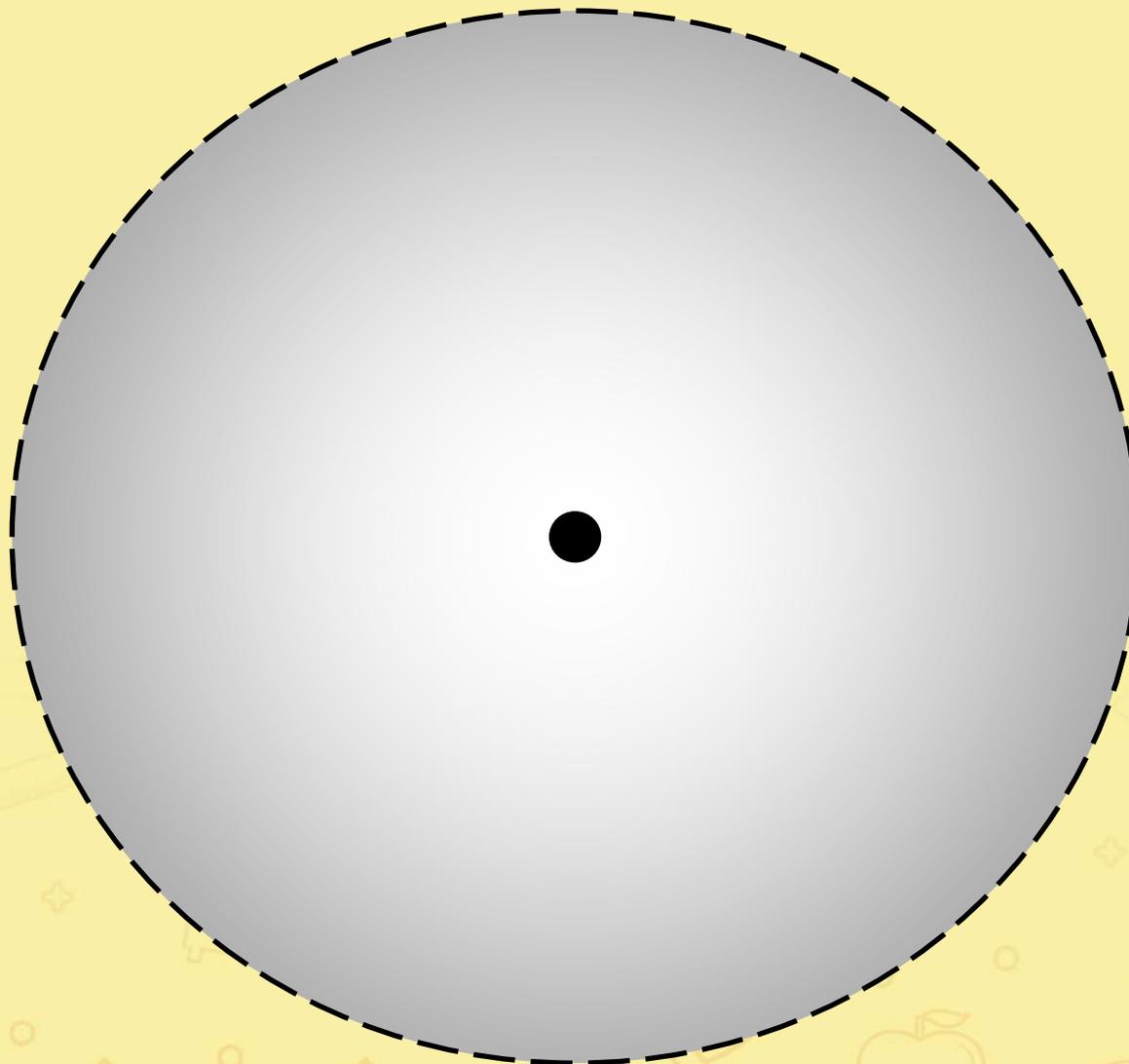
YOGA

EJERCICIOS DE
ATENCION PLENA

MEDITACION

EJERCICIOS DE
CONCENTRACION

**II CONGRESO INTERNACIONAL DE
DESARROLLO INFANTIL INTEGRAL
EN SINERGIA EDUCATIVA**



**II CONGRESO INTERNACIONAL DE
DESARROLLO INFANTIL INTEGRAL
EN SINERGIA EDUCATIVA**

VISION EDUCATIVA

- Cultivar la paz interior
- Educar para la paz
- Meditar en valores

**II CONGRESO INTERNACIONAL DE
DESARROLLO INFANTIL INTEGRAL
EN SINERGIA EDUCATIVA**

PILARES DE APRENDIZAJE DE LA UNESCO

- Aprender a conocer**
- Aprender ha hacer**
- Aprender a convivir**
- Aprender a SER**

**II CONGRESO INTERNACIONAL DE
DESARROLLO INFANTIL INTEGRAL
EN SINERGIA EDUCATIVA**

❑ **Aprender a conocer:** Son las herramientas cognitivas requeridas para comprender el mundo y sus complejidades.

❑ **Aprender ha hacer:** proveer de habilidades que permitan a los individuos participar de forma efectiva en la sociedad.

❑ **Aprender a convivir:** entregar a los estudiantes los valores implícitos en los derechos humanos, principios democráticos y el entendimiento intercultural, llevando así el respeto y la paz dentro de las relaciones humanas a toda la sociedad que permitan que los individuos puedan convivir en armonía.

**II CONGRESO INTERNACIONAL DE
DESARROLLO INFANTIL INTEGRAL
EN SINERGIA EDUCATIVA**

❑ **Aprender a Ser:** aporta una educación que contribuye al desarrollo completo de la persona: mente , cuerpo inteligencia, sensibilidad, apreciación estética y **espiritualidad.**

Los cuatro pilares convergen en uno solo en constante intercambio.

**II CONGRESO INTERNACIONAL DE
DESARROLLO INFANTIL INTEGRAL
EN SINERGIA EDUCATIVA**

Aprender a SER

En el aprender a SER desarrollamos las capacidades que van más allá del intelecto: como son la capacidad de sentir, de estar presente (en yoga llaman el aquí y el ahora) de ser testigos de la mente, de escuchar nuestra intuición. El hecho de ser no involucra al intelecto, sino a la conciencia.

ALGUNAS ESTRATEGIAS

- Practica, practica y mas practica.
- Hacer los ejercicios con regularidad (sostenidos en el tiempo)
- Realizar ejercicios mediante presentaciones visuales, táctiles auditivas o propioceptivas.
- Realizar una practica sencilla y corta
- Tener paciencia
- Preguntar como se sienten
- Sostener una escucha atenta
- Trabajar de forma lúdica

Meditación en las escuelas

Esta propuesta educativa reúne los pilares tercero y cuarto dentro de la “Meditación basada en valores cuya practica incorpora la introspección (aprender a ser) y el cultivo de aquellos valores que llevan a coexistir pacíficamente (aprender a convivir) . De esta manera los dos pilares menos fomentados son introducidos dentro del sistema escolar con el uso de una técnica simple.

La meditación genera relajación y paz interior, además trae como consecuencia alivio del estrés, mejora el sistema inmunológico y la memoria, incluso aumenta el coeficiente intelectual y la creatividad.

ATENCIÓN PLENA

Existen bastantes evidencias científicas que atribuyen a la practica de la atención plena importantes beneficios que podemos clasificar en tres ámbitos:

- ❖ El mas conocido el ámbito de la salud y el bienestar personal ej reducción del estrés, ansiedad y la depresión.
- ❖ El ámbito laboral y eficiencia personal que engloba investigaciones sobre creatividad, conciencia en la toma de decisiones y estudios sobre concentración y atención.
- ❖ El tercer ámbito esta relacionado con los beneficios en los vínculos interpersonales basados en estudios sobre regulación emocional, empatía e inteligencia emocional.

YOGA EN LAS ESCUELAS

El **yoga en la escuela** puede trabajar técnicas de respiración, asanas o posturas , ejercicios de atención y concentración, relajación y meditación a través de valores, **de forma lúdica**. Hacer yoga jugando permite aprender a relajarse, concentrarse, y fomenta el **derecho al juego y la creatividad**.

“Yoga” significa “unión "es la unión del cuerpo la mente y el alma. El yoga aumenta la autoestima y la conciencia corporal de quien practica sea niño o adulto. El yoga desarrolla la flexibilidad y la fuerza poniendo énfasis en la relajación y la respiración . El yoga enseña a valorar estas capacidades y trasladarlas a la vida cotidiana; es una herramienta para hacer frente a las situaciones diarias que viven los docentes y los alumnos en las aulas. Aulas y patios que respiran, y que cuando lo hacen comienzan a **aprender a SER** en un clima de alegría y tranquilidad . Aulas que respiran también pueden ser aulas en silencio y en paz.

**II CONGRESO INTERNACIONAL DE
DESARROLLO INFANTIL INTEGRAL
EN SINERGIA EDUCATIVA**

YOGA EN LAS ESCUELAS

APRENDER YOGA JUGANDO

EDUCAR EN VALORES

UNA ESTRATEGIA LUDICA POSIBLE

II CONGRESO INTERNACIONAL DE
DESARROLLO INFANTIL INTEGRAL
EN SINERGIA EDUCATIVA

Taller de capacitación en Yoga en la Educación

Alumnas de 3er Año del Profesorado de Educación Inicial Y Primaria de ISFD Y T N° 63 de Coronel Vidal y el ISFD Y T N° 32 de Balcarce.



**II CONGRESO INTERNACIONAL DE
DESARROLLO INFANTIL INTEGRAL
EN SINERGIA EDUCATIVA**

Taller de Yoga y Meditación. Participantes :

Alumnas del 3er Año del Profesorado de Educación Inicial y Primaria del ISFDY T N° 63.

Colegio San Miguel: Docentes y familiares de alumnos de Ed. Primaria



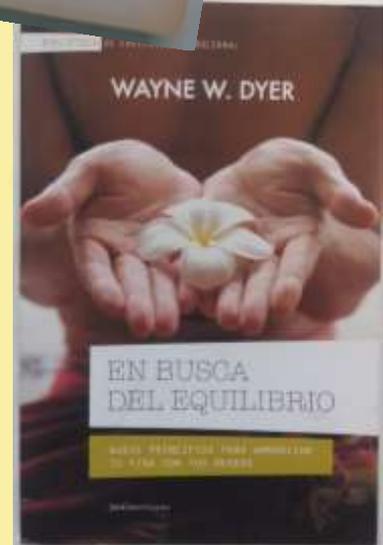
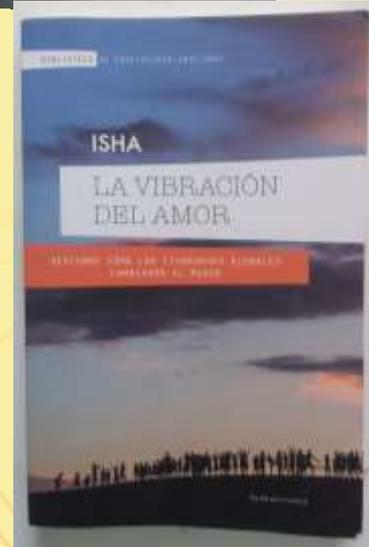
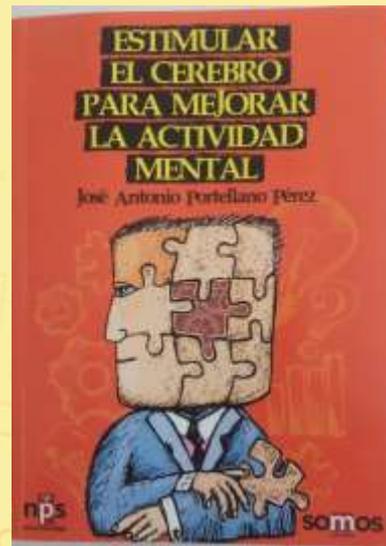
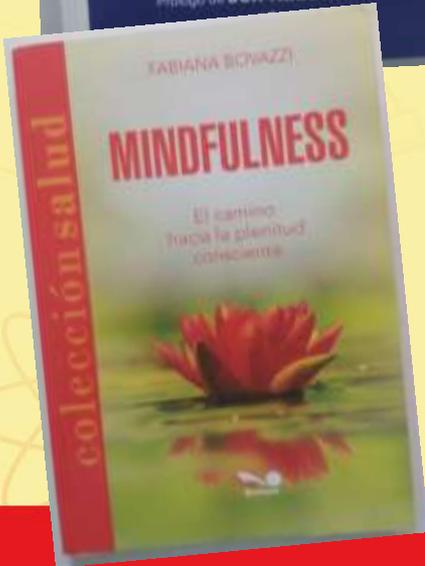
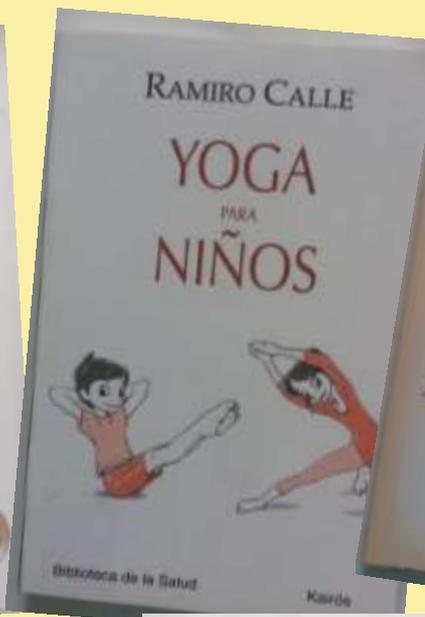
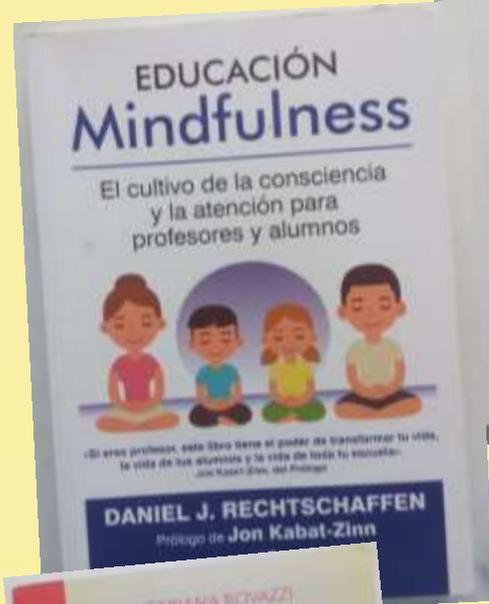
**II CONGRESO INTERNACIONAL DE
DESARROLLO INFANTIL INTEGRAL
EN SINERGIA EDUCATIVA**

ALGUNAS CONCLUSIONES

- ❑ **La atención comienza con la respiración.** Al observar el movimiento de la respiración te vuelves mas consciente de tu mundo interior. Es tomar conciencia del AHORA y ello es el principio de la concentración.
- ❑ **Meditar** ayuda a concentrarse y enseña a superar distracciones; centrándonos en lo que hacemos AQUÍ Y AHORA. Generando paz y tranquilidad interior. La meditación es una manera poderosa de desarrollar el aprender a ser, pues nos permite descubrir lo esencial en nosotros en el nivel mas profundo. A nivel de la educación genera cambios positivos en la conducta de los niños. Pero para que ello suceda hay que incorporar la practica en una rutina diaria y enseñar a los niños a valorar la meditación en si misma.

- ❑ **Aprender a convivir:** es una progresión hacia el Aprender a ser” . La autoaceptación que surge del aprender a ser, conduce naturalmente a la aceptación de los demás.
- ❑ **La importancia fundamental del “Aprender a Ser ”** Es esencialmente aprender a vivir con uno mismo: abrazar cada aspecto de si mismo y ser testigo de la vida anclado permanentemente en el momento presente. La introspección es profundamente hacia dentro, aprendiendo a escuchar a nuestro propio SER, descubriendo lo que yace mas allá del pensamiento y esto debe formar parte de nuestra educación.
- ❑ **Aprendemos a Ser a través de la practica.** Con la introspección aprendemos a pulir las capacidades de la mente. Esto incluye concentración, memoria, eficacia, organización, atención, observación, empatía, percepción, intuición, inteligencia emocional, conciencia de si mismo, responsabilidad, pasión, curiosidad, creatividad, imaginación y la lista continua ... Y estas capacidades ayudan a avanzar en los otros tres pilares.

BIBLIOGRAFIA



**II CONGRESO INTERNACIONAL DE
DESARROLLO INFANTIL INTEGRAL
EN SINERGIA EDUCATIVA**

La paciencia todo
lo alcanza



Lorena Etchepare
loreetche@yahoo.com.ar

GRACIAS

**II CONGRESO INTERNACIONAL DE
DESARROLLO INFANTIL INTEGRAL
EN SINERGIA EDUCATIVA**