



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MADRE MARÍA BERENICE
“El que educa evangeliza y el que evangeliza humaniza”

**EVIDENCIAS DE EXPERIENCIAS
SIGNIFICATIVAS**



CODIGO: GD – F - 043

VERSION: 01

APROBACION. 2025

PAGINA 1 DE 8

SISTEMATIZACIÓN DE EXPERIENCIA SIGNIFICATIVA



I.E. Madre María Berenice

2025

Villa del Rosario, Lomitas

Nombre de la I.E.: I.E. Madre María Berenice

1. Título de la experiencia significativa:

“Conociendo mi cuerpo construyo mi vida”

2. Contextualización:

La sexualidad es una dimensión fundamental en el desarrollo integral de niños, niñas y adolescentes, pues no solo se relaciona con el conocimiento del propio cuerpo, sino también con la construcción de la identidad, la autoestima, el autocuidado y las relaciones con los demás. En este sentido, la escuela cumple un papel clave al generar espacios pedagógicos que orienten y acompañen a los estudiantes en este proceso de manera clara, respetuosa y responsable, brindándoles herramientas para enfrentar los retos de la vida cotidiana y fortalecer su proyecto de vida.

La experiencia significativa “Conociendo mi cuerpo construyo mi vida” surge como una respuesta a la necesidad de promover en los estudiantes el reconocimiento de su propio cuerpo y la comprensión de la sexualidad como parte de su crecimiento personal. A través de actividades lúdicas, reflexivas y participativas, se busca que los niños y jóvenes desarrollen habilidades para el autocuidado, la toma de decisiones responsables y el respeto hacia sí mismos y hacia los demás.

De esta manera, la propuesta se convierte en un espacio de aprendizaje y construcción colectiva, donde se abordan temáticas relacionadas con la autoestima, los cambios físicos y emocionales, el respeto por la diversidad y la importancia de la comunicación asertiva. Así, se reconoce que una sexualidad bien orientada no solo impacta en el presente de los estudiantes, sino que también contribuye a que proyecten su futuro de manera consciente, responsable y con valores sólidos.

3. Justificación

a formación en sexualidad dentro del ámbito escolar es esencial para garantizar que los estudiantes desarrollen una visión clara, responsable y positiva de sí mismos y de su entorno. En muchas ocasiones, los niños, niñas y adolescentes carecen de espacios seguros donde puedan resolver sus dudas, hablar de los cambios físicos y emocionales que experimentan y comprender la importancia del autocuidado. Esta ausencia de orientación puede generar inseguridades, riesgos en su salud y dificultades en la construcción de su proyecto de vida.

La experiencia significativa “Conociendo mi cuerpo construyo mi vida” se justifica en la necesidad de brindar a los estudiantes herramientas pedagógicas y formativas que les permitan conocerse, valorarse y respetarse. Reconocer el cuerpo como parte fundamental de la identidad personal fortalece la autoestima, fomenta la toma de decisiones responsables y promueve una visión de la sexualidad vinculada al respeto, la dignidad y la sana convivencia.

Asimismo, esta propuesta busca contrarrestar los mitos y tabúes que suelen rodear la sexualidad, favoreciendo el diálogo abierto y la comunicación asertiva tanto en el aula como en la familia. Al hacerlo, se contribuye a la prevención de situaciones de riesgo como el abuso, el acoso

o el uso inadecuado de la información en medios digitales, promoviendo así el bienestar integral de los estudiantes.

En este sentido, la experiencia se convierte en una estrategia transformadora que no solo impacta en el ámbito escolar, sino que trasciende hacia la vida personal y social de los estudiantes, al ofrecerles bases sólidas para construir una vida consciente, saludable y enmarcada en valores.

4. Objetivos

4.1. Objetivo General:

Promover en los estudiantes el conocimiento, cuidado y valoración de su cuerpo como base para la construcción de su identidad, la toma de decisiones responsables y el fortalecimiento de su proyecto de vida.

4.2. Objetivos específicos:

- ✚ Favorecer la reflexión sobre los cambios físicos y emocionales que se presentan en la etapa escolar, fortaleciendo la autoestima y la aceptación personal.
- ✚ Brindar herramientas pedagógicas para el autocuidado y la prevención de riesgos relacionados con la sexualidad y la convivencia.
- ✚ Fomentar el respeto hacia el propio cuerpo y el de los demás, promoviendo valores como la dignidad, la responsabilidad y la sana convivencia.

5. Descripción de la experiencia

En el marco de la experiencia significativa “Conociendo mi cuerpo construyo mi vida”, se desarrollaron actividades pedagógicas y formativas dirigidas a los estudiantes con el propósito de generar conciencia sobre problemáticas actuales que impactan directamente en su desarrollo personal y social. Estas actividades se organizaron en espacios dinámicos, participativos y reflexivos que combinaron charlas orientadoras, talleres grupales, dramatizaciones y el uso de recursos audiovisuales para fortalecer la comprensión y el análisis crítico de cada temática.

Uno de los ejes centrales fue la prevención del grooming (abuso y acoso sexual en línea), donde los estudiantes conocieron los riesgos a los que pueden estar expuestos en entornos digitales y aprendieron estrategias de autoprotección, como el uso responsable de la tecnología, la importancia de la privacidad y la necesidad de comunicar cualquier situación sospechosa a un adulto de confianza.

La segunda temática abordada fue el consumo de sustancias psicoactivas, en la cual se realizaron actividades de reflexión y diálogo sobre los efectos negativos en la salud, las consecuencias sociales y familiares, así como la importancia de tomar decisiones responsables que fortalezcan su proyecto de vida. A través de testimonios y dinámicas grupales, los estudiantes

lograron identificar alternativas saludables para el manejo de la presión social.

El bullying o acoso escolar se trabajó mediante dramatizaciones y análisis de casos, permitiendo a los estudiantes comprender la gravedad de este fenómeno, reconocer los diferentes roles que intervienen (víctima, agresor y observador) y promover una cultura de respeto, empatía y sana convivencia dentro y fuera del aula.

Finalmente, se abordó el uso de redes sociales, destacando sus beneficios cuando se emplean con responsabilidad, pero también los riesgos asociados a la exposición excesiva, la desinformación y el ciberacoso. Los estudiantes reflexionaron sobre la importancia de establecer límites, proteger su identidad digital y utilizar las plataformas como herramientas para el aprendizaje y la comunicación positiva.

Estas actividades permitieron que los estudiantes no solo recibieran información, sino que también se convirtieron en protagonistas de su propio aprendizaje, reflexionando sobre su papel en la construcción de relaciones más seguras, respetuosas y conscientes tanto en el ámbito escolar como en la vida cotidiana.

6. Resultados y logros

La puesta en marcha de la experiencia significativa “Conociendo mi cuerpo construyo mi vida” permitió alcanzar resultados importantes en la formación de los estudiantes, quienes asumieron un rol activo en cada actividad y demostraron una actitud reflexiva frente a las temáticas abordadas. La participación dinámica, el interés mostrado y el compromiso en los diferentes talleres evidenciaron avances en la construcción de conocimientos y en el fortalecimiento de valores necesarios para su vida escolar y personal.

En relación con el grooming, los estudiantes lograron identificar las principales formas de acoso en línea y reconocieron la importancia de mantener la privacidad y el autocuidado en el entorno digital. Se observó una mayor disposición a dialogar con adultos de confianza frente a situaciones de riesgo y a compartir lo aprendido con sus compañeros.

Sobre las sustancias psicoactivas, los estudiantes comprendieron los efectos negativos que estas generan en la salud física, emocional y social. Muchos expresaron de manera consciente su decisión de alejarse de estos riesgos y de fortalecer alternativas de vida saludable, como el deporte, el arte y la convivencia positiva.

En cuanto al bullying o acoso escolar, se logró sensibilizar a los estudiantes acerca de las consecuencias que este fenómeno produce en la víctima y en la dinámica del grupo. Los jóvenes manifestaron mayor empatía, disposición para denunciar situaciones de maltrato y compromiso con la construcción de un ambiente escolar más armónico y respetuoso.

Finalmente, en el tema del uso de redes sociales, se alcanzó un mejor manejo crítico de estas plataformas, comprendiendo tanto sus ventajas como sus riesgos. Los estudiantes se mostraron más conscientes de la

importancia de establecer límites, proteger su identidad digital y utilizar las redes como herramientas de comunicación responsable.

En conjunto, los logros alcanzados reflejan un fortalecimiento en la capacidad de los estudiantes para tomar decisiones responsables, reconocer riesgos y asumir compromisos con su propio bienestar y el de su comunidad educativa.

7. Aprendizajes y reflexiones

La experiencia desarrollada permitió evidenciar que los estudiantes no solo adquirieron nuevos conocimientos, sino que también generaron reflexiones profundas acerca de su vida cotidiana y de las decisiones que toman en relación con su cuerpo, sus relaciones y su entorno. Cada temática trabajada aportó aprendizajes que fortalecieron su capacidad de análisis crítico, su autonomía y su sentido de responsabilidad frente a sí mismos y a los demás.

En cuanto al grooming, los estudiantes aprendieron que la prevención y el autocuidado en los entornos digitales son fundamentales para garantizar su seguridad. Reflexionaron sobre la importancia de no compartir información personal con desconocidos y de acudir a un adulto de confianza cuando se enfrentan a situaciones sospechosas en internet.

El trabajo sobre sustancias psicoactivas les dejó la enseñanza de que las decisiones tomadas en el presente tienen repercusiones en su futuro. Comprendieron que decir “no” a estas prácticas no solo protege su salud, sino que también les abre la posibilidad de construir un proyecto de vida más pleno y orientado hacia metas personales y colectivas.

La reflexión sobre el bullying permitió a los estudiantes reconocer que cada palabra o acción tiene un impacto en los demás. Aprendieron que el respeto, la empatía y la solidaridad son claves para construir un ambiente escolar armónico, y que no ser indiferentes frente a la violencia es parte de su responsabilidad como miembros de la comunidad educativa.

Finalmente, el tema del uso de redes sociales generó aprendizajes valiosos sobre el manejo consciente y responsable de estas herramientas. Los estudiantes reconocieron que, aunque las redes son espacios de interacción y aprendizaje, requieren límites claros y una actitud crítica para evitar riesgos como el ciberacoso o la desinformación.

En conclusión, esta experiencia dejó como reflexión que conocerse, cuidarse y respetarse es el primer paso para construir una vida plena y significativa. Los estudiantes comprendieron que cada decisión cuenta y que, al actuar con responsabilidad, contribuyen no solo a su propio bienestar, sino también al de la comunidad en la que crecen y se desarrollan.

8. Proyecciones

La experiencia desarrollada con los estudiantes demostró ser un espacio formativo valioso que debe tener continuidad y fortalecimiento dentro del proyecto de sexualidad escolar. A partir de los resultados obtenidos, se proyecta ampliar las actividades hacia nuevos encuentros que integren otras temáticas de interés, como la educación emocional, la construcción

del proyecto de vida, la prevención de embarazos a temprana edad y la promoción de relaciones afectivas basadas en el respeto y la igualdad.

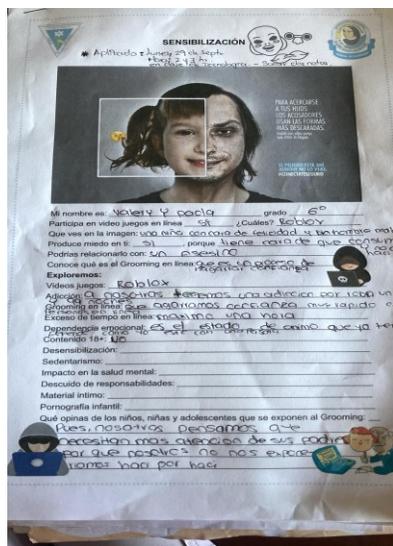
Se contempla, además, la implementación de metodologías más participativas, apoyadas en recursos digitales, dramatizaciones, debates y actividades lúdicas que permitan a los estudiantes interiorizar los aprendizajes de manera más cercana y significativa. Igualmente, se espera promover la vinculación de las familias, de modo que los padres y cuidadores puedan acompañar a sus hijos con mayor conocimiento y confianza frente a los retos que plantea la sexualidad en la actualidad.

Otra proyección fundamental es la creación de espacios permanentes de orientación y apoyo, donde los estudiantes cuenten con profesionales que puedan guiarlos en caso de dudas, situaciones de riesgo o dificultades personales relacionadas con la sexualidad, el autocuidado y la convivencia.

Finalmente, se busca que la experiencia se consolide como un proceso de formación continua que no solo beneficie a los estudiantes, sino que también impacte positivamente en la comunidad educativa en su conjunto, fortaleciendo valores, fomentando decisiones responsables y contribuyendo a la construcción de una sociedad más consciente, respetuosa y solidaria.

9. Evidencias





SENSIBILIZACIÓN

Al Mundo le voy a dar la vuelta
 Participa en video juegos en línea... ¿Quién? Roblox
 Que ves en la imagen una niña o una niña de edad a la derecha me
 Produce miedo en ti... ¿Por qué? Me da miedo que me
 Puedas relacionarlo con su identidad
 Conoce qué es el Grooming en línea... ¿Qué es el Grooming?

Exploramos: Roblox
 Adónde a nosotros... ¿Cómo se relaciona con todo lo
 que aprendimos en los últimos días? ¿Qué aprendimos?
 Exceso de tiempo en línea... ¿Cómo una vida
 Dependencia emocional... ¿Qué es el estado
 contenido... ¿Qué es el estado de ánimo que lo
 contenido... ¿Qué es el estado de ánimo que lo
 contenido... ¿Qué es el estado de ánimo que lo

Sedentarismo:
 Impacto en la salud mental:
 Descuido de responsabilidades:
 Material íntimo:
 Pornografía infantil:
 Qué opinas de los niños, niñas y adolescentes que se exponen al Grooming:
 Nos, nosotras nosotras que
 necesitan más atención de sus padres
 por que nosotros no nos enteramos
 porque no nos enteramos por los

