La Salle Universidad Bolivia



REVISTA EDUTICS

Año 2022

Número 4

Volumen 2

Nº 4 / 2022

EDUTICS



Redes Sociales

INDICE

Volumen 2

Página

63 Materia
Redes Sociales

67 ***Aprendiendo sobre el Trastorno del Espectro Autista (TEA)***
Maybe Maribel Gonzales Paz

87 ***Proyecto "MINILINGÜES" TIPS PARA LA ENSEÑANZA DEL IDIOMA INGLÉS A NIÑOS Mediante la Red Social Facebook***
Katherin Quiquijana Chalco

97 ***Proyecto de cocina para principiantes: Cocina sin perder la cabeza Aplicando Redes Sociales***
Silvia Claudia Martinez Condori

107 ***Proyecto de pastelería miel y canela aplicando Redes Sociales***
Jhoana Beatriz Boyan Pérez

121 ***Consultorio Pedagogico Luna Educacion Activa Aplicando Redes Sociales***
Kelly Giselle Calle Quispe

131 ***Proyecto de NICOLAY-COACH Aplicando Redes Sociales Reconciliate Con La Imperfeccion-Crecimiento Personal***
Rosa Zambrana Mamani

Aprendiendo sobre el Trastorno del Espectro Autista (TEA)

Maybe Maribel Gonzales Paz
gonzalespazmaybe@gmail.com

Resumen

Las redes sociales nos permite abarcar a un grupo muy grande, llenándola de información adecuada e incorrecta, por los cual el realizar guías para padres educadores y trabajar con experiencias que alienten a las familias que viven en la incertidumbre, tras recibir un diagnostico que cambia su mundo por completo, viviendo una etapa de duelo, pero surge la búsqueda de información para realizar un trabajo de coterapeuta el cual no determina ningún diagnóstico desmoralizador y deprimente, pero con un plantel multidisciplinario, que trabajen juntos colaborándose para conseguir logros importantes en personas que están encapsuladas en el Espectro Autista.

Palabras clave:

Autismo, multidisciplinario, diagnostico.

Introducción

La página fue creada para informar todo en relación con el Espectro Autista (Trastorno Espectro Autista), el aporte es necesario para que los maestros y familias sean guiados con fuentes que ayuden para un avance oportuno y adecuado para el desarrollo integro de la persona.

La información de esta pagina toma puntos importantes del entorno de la familia, la inclusión y sus derechos por sobre todo el trato humano que se les debe dar como persona única e irrepetible.

Trastorno del Espectro Autista

Los trastornos del espectro autista (TEA) se incluyen dentro de la nueva categoría de los trastornos del neuro desarrollo establecida en el DSM-5, (APA,2014) Que incluye el (trastorno autista, síndrome de Asperger y trastorno generalizado del desarrollo no especificado. Esto incluye grados de severidad delimitando grados.

3· Necesita ayuda muy notable

2· Necesita ayuda notable

1· Necesita ayuda

- Los TEA constituyen un espectro o «continuo de trastornos», con una gran heterogenei-

dad y complejidad fenotípica de patrones de comportamiento.

- Comportamientos estereotipadas y repetidas motoras y verbales y no verbales.
- Patrones de comportamientos ritualidades con resistencia al cambio extrema.
- Intereses fijos y restringidos perseverantes.
- Sensibilidad sensorial o hipo reactividad inusual.

Causas

- Los factores genéticos son heterogéneos y aún no del todo comprendidos,
- Existe una serie de factores clínicos como la presencia de un hermano con TEA
- Historia de psicopatología parental
- Edad materna y/o paterna por encima de 40 años
- Prematuridad
- Bajo peso al nacer
- Malformaciones y/o disfunciones del sistema nervioso central presentes en el nacimiento
- Se presenta en mayor cantidad en varones
- Enfermedades como el retraso mental
- Síndrome de X frágil
- Esclerosis tuberosa
- Neurofibromatosis
- Encefalopatía epiléptica
- Distrofia muscular
- Síndrome de Down, que se asocian a una mayor frecuencia de TEA.

El pronóstico de los TEA depende de la detección precoz y del establecimiento de un plan de intervención inmediato.

Familia

La familia es el contexto en el que se desarrolla gran parte de la vida de la mayoría de las personas con TEA.

Cuando en el seno de una familia nace un niño con una discapacidad, o una discapacidad sobreviene o le es diagnosticada a un miembro de la familia, no cabe duda de que este

acontecimiento afecta a cada uno de los miembros y al conjunto. Tampoco cabe duda de que el contexto familiar es, al menos durante un buen número de años, el entorno que más va a influir sobre la persona (con o sin discapacidad).

Educación Inclusiva

La UNESCO define la educación inclusiva: "La inclusión se ve como el proceso de identificar y responder a la diversidad de las necesidades de todos los estudiantes a través de la mayor participación en el aprendizaje, las culturas y las comunidades, y reduciendo la exclusión en la educación. Involucra cambios y modificaciones en contenidos, aproximaciones, estructuras y estrategias, con una visión común que incluye a todos los niño/as del rango de edad apropiado y la convicción de que es la responsabilidad del sistema regular, educar a todos los niño/as"

Se basa en el principio de que cada niño/a tiene características, intereses, capacidades y necesidades de aprendizaje distintos y deben ser los sistemas educativos los que están diseñados, y los programas educativos puestos en marcha, teniendo en cuenta la amplia diversidad de dichas características y necesidades.

Se ocupa de aportar respuestas pertinentes a toda la gama de necesidades educativas en contextos pedagógicos escolares y extraescolares.

La ***Exclusión*** se da cuando a los estudiantes se le niega el derecho al acceso a la educación.

La ***Segregación*** ocurre cuando los estudiantes con discapacidad son educados en ambientes separados (clases o escuelas) diseñados para estudiantes con impedimentos o con un impedimento en particular.

La ***Integración*** es ubicar a personas con discapacidad en las escuelas comunes ya existentes sin cambiar el sistema con que se brinda la educación.

La ***Inclusión*** involucra una transformación del sistema educativo con cambios y modificaciones en el contenido, métodos de enseñanza, abordajes, estructuras, estrategias, y con los mecanismos de revisión que corresponden.

Leyes, políticas y programas

La **Constitución Política del Estado Plurinacional de Bolivia de 2009** decreta que la educación será "intercultural, intercultural y plurilingüe en todo el sistema educativo". Incorporará los valores de equidad de género, la no diferencia de roles, la no violencia y la vigencia plena de los derechos humanos.

La **Ley de la Educación "Avelino Siñani –Elizardo Pérez" de 2010**, establece en su artículo 1 que toda persona tiene derecho a recibir una educación en todos los niveles de manera universal, productiva, gratuita, integral e intercultural sin discriminación. La educación sustenta los valores de igualdad, inclusión, equidad social y de género. Según el artículo 7 la educación "es inclusiva, asumiendo la diversidad de los grupos poblacionales y personas que habitan el país, ofrece una educación oportuna y pertinente a las necesidades, expectativas e intereses de todas y todos los habitantes del Estado Plurinacional".

La **Resolución ministerial 0001/2020** establece una serie de normas generales para la gestión educativa y escolar del subsistema de educación regular para garantizar la calidad educativa en el marco de la Ley de la Educación. El Ministerio de Educación aprobó dos resoluciones ministeriales adicionales, la primera establece normas generales para la gestión educativa del Subsistema de Educación Alternativa y Especial y la segunda establece normas generales para la gestión institucional del Subsistema de Educación Superior de Formación Profesional.

El Plan sectorial de desarrollo integral de educación para el vivir bien 2016-2020 promueve una educación inclusiva, participativa, intra e intercultural y plurilingüe. Se centra la atención de las necesidades y expectativas de poblaciones y personas en condición de vulnerabilidad e históricamente excluidas por motivo de discapacidad o desventaja social. El Plan sectorial se enmarca en el contexto del Plan General de Desarrollo Económico y Social, conocido como la Agenda Patriótica 2025 que orienta el desarrollo del país para el periodo 2016-2025 bajo un Modelo Educativo Socio comunitario Productivo. Promueve el acceso universal a la educación en los niveles inicial escolarizado y secundario y la ampliación del acceso a la formación superior técnica y universitaria y a la educación alternativa y especial. Algunos de los resultados esperados para el 2020 incluyen una expansión en la atención educativa para los estudiantes con discapacidad, talento extraordinario y con dificultades de aprendizaje, mejores de infraestructura en las unidades educativas y la creación de nuevos institutos de lenguas y cultura para garantizar la incorporación de pueblos y naciones indígenas en el Sistema Educativo Plurinacional.

Plantel multidisciplinario

Cuando se determina que un niño tiene TEA y tiene derecho a la intervención inmediata y oportuna. Esta deberá ser individualizada contando con un plantel multidisciplinario para realizar un plan esbozando estrategias que cada profesional debe aportar involucrándose en avance y retroceso del niño. El plan esboza metas individualizadas (que deben ser vinculada a los resultados de la evaluación y preocupaciones paternas), la cantidad de tiempo que el niño será educado a futuro.

Contexto

La página esta dedicada a Educadores Diferenciales, Co educadores, Familiares de personas integradas por la sociedad en general, interesadas en aprender que es (TEA) Trastorno de Espectro Autista.

Motivación

En la actualidad los diagnósticos del espectro Autista están en aumento y esto genera una multitud de sentimientos encontrados, primero en los padres por sentirse culpables y no establecer un futuro alentador, por las circunstancias dadas, los cuales necesitan un apoyo no solo momentáneo, esto no solo involucra a la familia y su entorno también involucra a la sociedad que juzga y selecciona sin piedad, por lo cual la mayor motivación es dar a conocer tal como se lo conoce de estar dentro el espectro sea común y normal ya que la condición es para toda su vida y con todas las particularidades nosotros como sociedad debemos respetarla, educarnos y proponer soluciones no así obstáculos en su vida.

Objetivos del proyecto

Informar todo en relación a el Trastorno del Espectro Autista (TEA)
Dar a conocer las leyes, políticas y programas vigentes de la Constitución política del Estado Plurinacional de Bolivia.
Establecer que la educación Inclusiva se trata más de aceptar a niños con discapacidad a que se planifique adaptaciones curriculares adecuadas.
Pequeñas pautas para trabajar con un niño con Autismo.
Informar el apoyo emocional que se debe brindar ala familia.
Poder compartir y trabajar con un plantel multidisciplinario para un mejor desarrollo del niño dentro el espectro.
Sensibilizar a la sociedad que todos somos diferentes y merecemos respeto.

El Nombre de la Página de Facebook

La particularidad que tiene los niños que están dentro el espectro autista es andar de puntillas, aletear manos su postura es muy distinta y fácil de distinguir, por lo cual el nombre del proyecto es “DE PUNTITAS” (TEA)

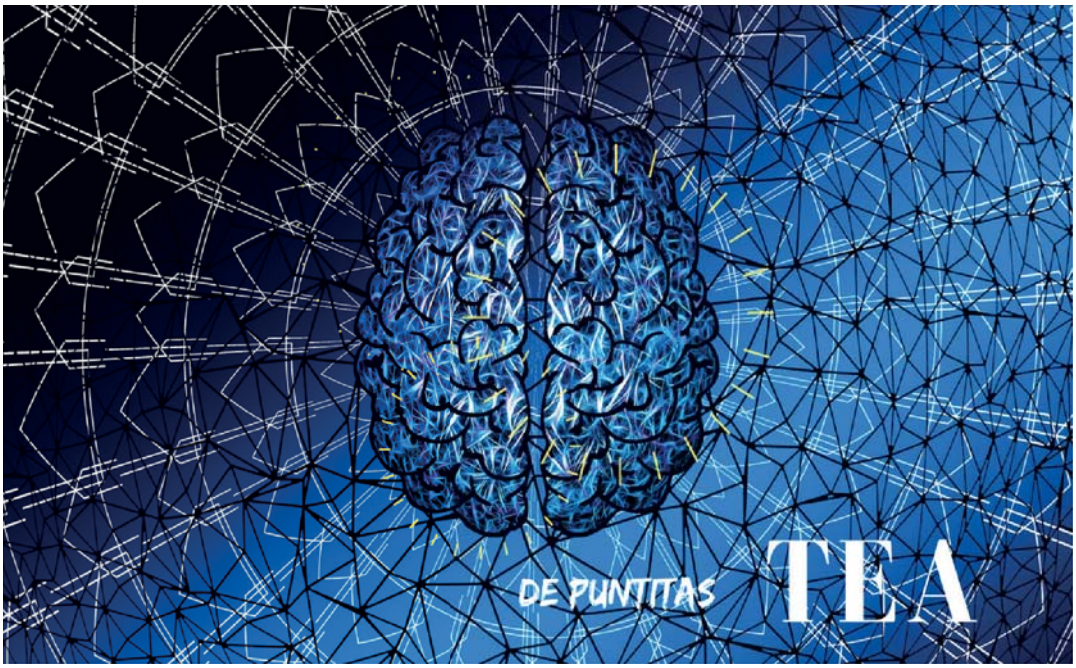
Logo
El logo propuesto esta representado por un infante de sexo masculino como femenino, que esta inmerso en un mar muy propio de el, sin poder comunicarse con el mundo exterior, pero tiene una esperanza que es representada por una estrella la cual permite des encapsular y salir de su propio mundo.

El logo esta representado en colores azules y amarillos que identifican a la página.



Portada

Esta representado por tonos azules y un cerebro, TEA se trata de un trastorno plurietiologico, donde tiene varios factores aún desconocidos.



El símbolo es **«un elemento que se considera representativo de una idea, concepto o condición».**

El color azul es el que se utiliza el día 2 de abril, Autismo". El principal motivo por el que el azul es el color del autismo es porque el azul es el color del mar, que, como las personas con autismo, normalmente está calmado y tranquilo, pero en ocasiones su conducta puede descontrolarse. También se argumenta que igual que el mar, las personas con autismo albergan un mundo interior muy rico que todo el mundo quedaría fascinado al conocer.

Desarrollo de afiches

El desarrollo de los afiches muestra una secuencia y están agrupados para dar mensajes positivos y trasmitir información importante. Al poder trabajar en equipo se logra ayudar en priorizar metas pequeñas para realizar los mas grandes logros en el ámbito educacional. Cada niño es único en todo su ser por lo cual se debe considerar la actualización constante, y utilizar modelos de aprendizaje de acuerdo al avance progresivo, que pueda lograr beneficios para la integridad del niño.

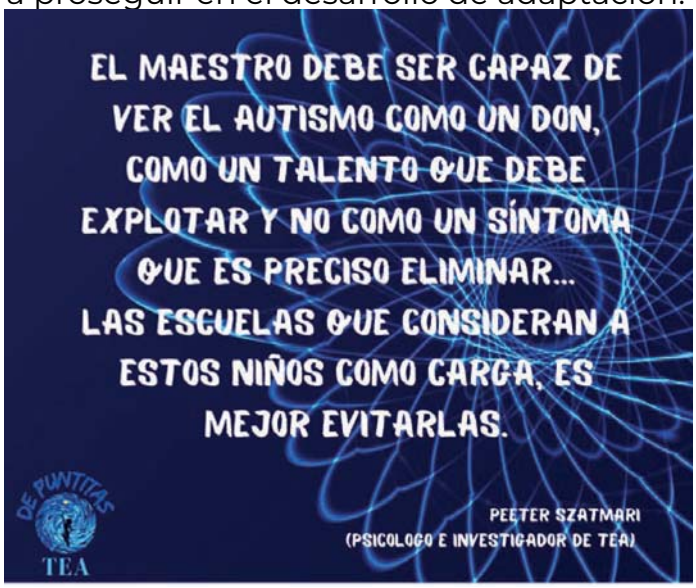
Un mensaje positivo es el aliento que se da al principio para alentar nuevas publicaciones.



La detección temprana es nuestro objetivo dando a conocer signos de alerta según el desarrollo normal de un niño.



La actuación de un maestro en la inclusión de un niño diagnosticado con TEA es primordial, ya que será referente para proseguir en el desarrollo de adaptación.



La información que se da deberá ser clara de acuerdo a la edad del niño sin complicaciones en la expresión de ordenes, las consignas deberán ser claras y sencillas al principio.



Dar apoyo a la familia con un sentimiento humano provoca tolerancia y respeto ante situaciones que se presentan en distintos ambientes.

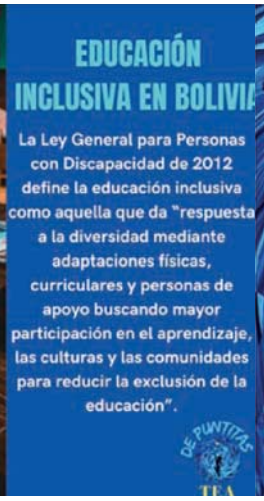


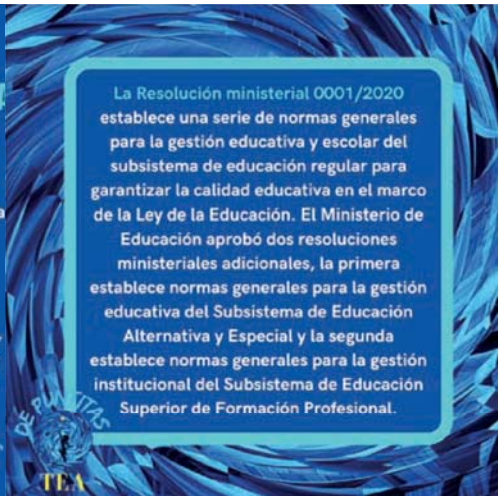


Conocer los derechos que involucran las personas con discapacidad y problemas de aprendizaje nos dan poder para establecer normas que se deben cumplir**.**



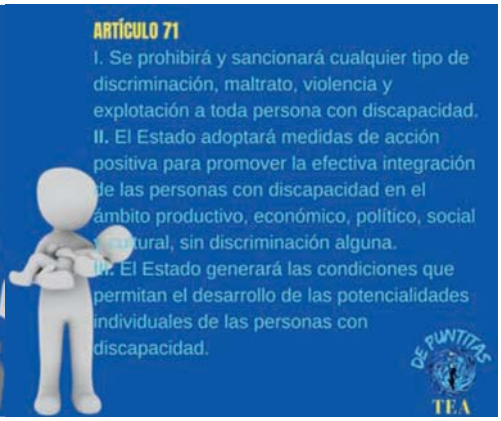


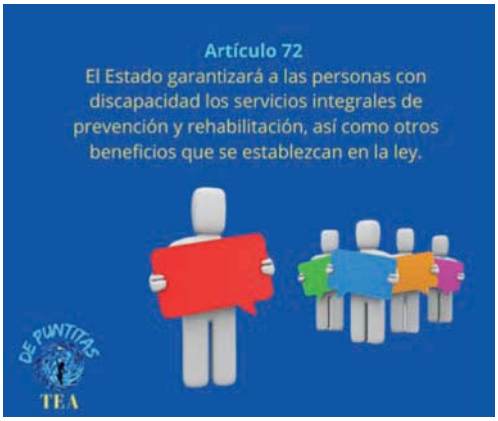












Un plantel multidisciplinario es muy importante, no solo trabajar de una manera individual más así de una forma conjunta y profesional.



La inclusión es el siguiente paso a seguir ser guiado en la espera de turnos con tiempos de espera, trabajar el refuerzo positivo y sobre todo las imitaciones aportan los niños integrando al niño para que exista una imitación como factor importante.



Se comparte pequeños conceptos para abarcar que es el Trastorno del Espectro Autista TEA, desde un punto de vista profesional.



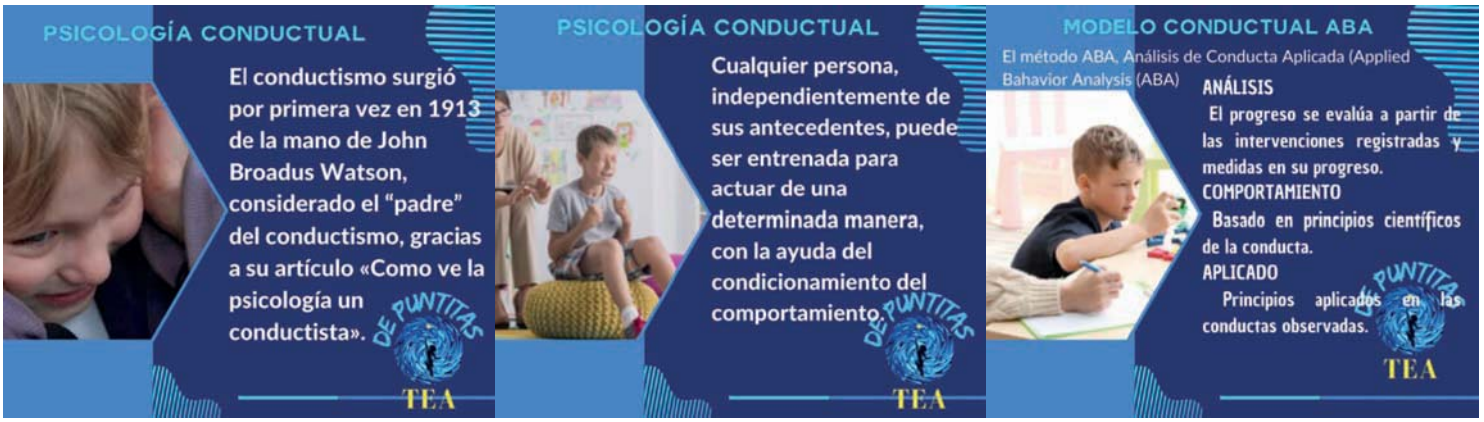






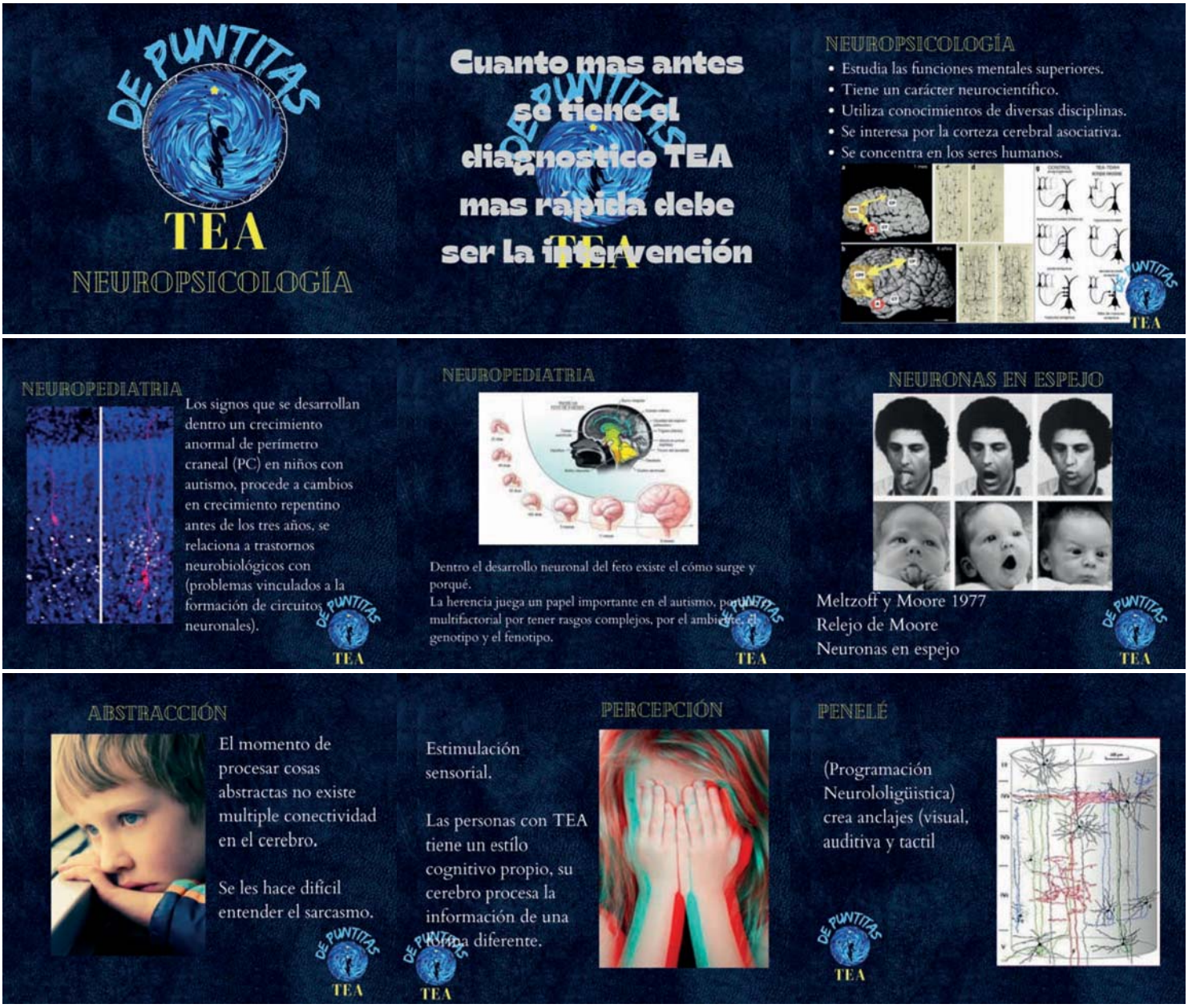


Un aporte necesario es conocer que es la psicología conductual y como aporta con distintos métodos para el progreso del niño desde un punto de vista profesional y constante.





La neuropsicología nos ayuda a conocer datos que se investigan científicamente para apoyar en la detección temprana de infantes que están dentro el Trastorno del Espectro Autista.



Conocer las personas que puedan aportar en su campo profesional respetándolo y valorando según el progreso del niño lo requiera.











Entrevistas

La primera se entrevista se la realizo a Cecilia Acosta quien nos dio un aporte significativo Entrevistando a Cecilia Acosta (familiar con un niño con discapacidad)

Tema “LA IMPORTANCIA DEL APOYO FAMILIAR A NIÑOS CON NESECIDADES ESPECIALES”

Objetivo del programa

La familia es el contexto en el que se desarrolla gran parte de la vida de la mayoría de las personas.

Cuando en el seno de una familia nace un niño con una discapacidad, o una discapacidad sobreviene o le es diagnosticada a un miembro de la familia, no cabe duda de que este acontecimiento afecta a cada uno de los miembros y al conjunto. Tampoco cabe duda de que el contexto familiar es, al menos durante un buen número de años, el entorno que más va a influir sobre la persona (con o sin discapacidad).

Video corto

Presentación de nuestra compañera

1. ¿Cuál es la relación que tienes con el niño con discapacidad, cuéntanos un poco por favor?
2. ¿Que discapacidad tiene tu pariente por favor?

3. ¿Sabes que es el síndrome de Dow?
4. ¿Que emoción causo en toda la familia y cual fue su reacción?
5. ¿Existió alguna complicación medica en el transcurso de su vida del niño con discapacidad? ¿Cual?
6. ¿Cuales fueron los obstáculos que pasaron una vez que les dieron el diagnosticaron la discapacidad?
7. ¿El estado económico de la familia afecta para el progreso del niño? ¿Por que?
8. ¿Conoces algún centro estatal o particular por referencia que ayude a niños con esta discapacidad?
9. ¿Que plantel multidisciplinario trabaja con tu pariente? ¿conoces alguno?
10. ¿Cómo están preparados los padres del niño con discapacidad?
11. ¿Por qué es una necesidad de actualizarse constantemente en relación a la discapacidad?
12. ¿En la actualidad la familia siempre se preocupa que un niño con discapacidad sea lo mas independiente, sabes como se los puede ayudar?
13. ¿Cuál es la expectativa de los padres en estos momentos?
14. ¿Tu como estudiante de la carrera de Educación que consejo darías a los maestros?
15. ¿Qué consejos podrías compartir a las familias que tienen un niño con discapacidad?

Muchas gracias por tu colaboración

Afiche de invitación al evento programado para las 19:00 pm.



Afiche interactivo de tiempo de espera para ser un momento de transición antes de comenzar la entrevista con Cecilia Acosta







Diapositivas relacionadas al tema a tratar que se consideran un apoyo secuencial.







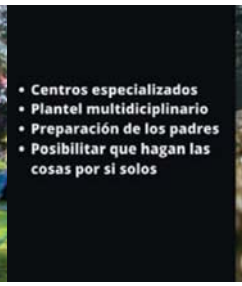
















Segunda entrevista con Kelly Calle Tema "Inclusión de niños con discapacidad a Centros Infantiles"

Los temas a tratar fueron con un aporte de contar con profesionales que quieran trabajar con un fin común que es el progreso en niños con necesidades especiales y lo importante de contar con un plantel multidisciplinario que sea apoyado desde la sociedad y las autoridades pertinentes.

La Exclusión se da cuando a los estudiantes se le niega el derecho al acceso a la educación.

La Segregación ocurre cuando los estudiantes con discapacidad son educados en ambientes separados (clases o escuelas) diseñados para estudiantes con impedimentos o con un impedimento en particular.

La Integración es ubicar a personas con discapacidad en las escuelas comunes ya existentes sin cambiar el sistema con que se brinda la educación.

La Inclusión involucra una transformación del sistema educativo con cambios y modificaciones en el contenido, métodos de enseñanza, abordajes, estructuras, estrategias, y con los mecanismos de revisión que corresponden.

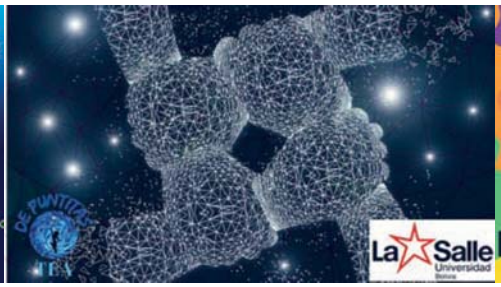
1. ¿Qué es la educación inclusiva?
2. ¿Cuáles son las diferencias entre exclusión, segregación, integración e inclusión?

3. ¿Cuál es el sistema de educación inclusiva en nuestro país?
4. ¿Cuáles son los pasos que nos conducen a alcanzar la educación inclusiva?
5. ¿Cuál es la diferencia entre un sistema de educación inclusivo, una escuela inclusiva y practicas en el aula inclusivas?
6. ¿En la actualidad que tropiezos tiene los padres al ingresar a jardines infantiles?
7. ¿Existe discriminación a niños con Necesidades Especiales?
8. ¿Cómo pueden los maestros proporcionar igualdad de oportunidades para todos los estudiantes dentro de sus aulas asignadas?
9. ¿Qué puede ser llamado a veces “educación inclusiva”, pero no lo es?
10. ¿Cuáles son los beneficios de la educación inclusiva?
11. ¿La educación inclusiva es buena solo para los alumnos con discapacidad?
12. ¿Tienes alguna anécdota no grata con la educación Inclusiva?
13. ¿Cómo te sientes por ser parte de la educación inclusiva con la ayuda de tu centro?
14. ¿Que expectativas tienes a futuro?
15. ¿Qué propondrías para la educación Inclusiva en la actualidad?



Afiche de tiempo de espera de la segunda entrevista.







Diapositivas de apoyo en relación a el tema propuesto



La tercera entrevista se realiza con la creadora de la página Mabe Gonzales Paz, quien da un aporte sencillo claro y estimulante desde la experiencia en aula que conlleva trabajar con niños que están dentro el Trastorno del Espectro Autista.
Primer afiche de invitación.



Video de un previo antes de comenzar el inicio de el en vivo.









Diapositivas de apoyo según el tema a tratar.

























Herramientas Tecnológicas

Las herramientas tecnologías que se utilizaron fueron la plataforma de Facebook en realizar una pagina dedicada al tema por socializar.

Los post de Facebook se realizaron en la aplicación de Canva, ya que cuenta con multitud de herramientas sencillas y practicas para realizar dichas propuestas, se incluyeron diapositivas y videos que realzan la presentación formal y profesional de la página.

Se utilizo la plataforma de Stream Yard la cual fue una plataforma muy útil sencilla y con multifuncionales fáciles de manejar

Conclusiones

La información adecuada es muy importante para una sociedad excluyente en todo ámbito , si la pagina es considerada como un medio de información que aporte a el problema que pasan muchas familias que cuentan con un integrante dentro el espectro autista, cabe reconocer que este trastorno puede ser intervenido a muy temprana edad para que sea una persona "funcional" en la sociedad y aporte grandes logros ya que son seres único y especiales, educar a una sociedad a aceptar con todas las diferencias es el trabajo mas importante como educador.

El utilizar todas estas herramientas nos engrandece para poder comunicar lo que cada día aprendemos, ya que el educador nunca termina de aprender y poder trasmitir el conocimiento y relacionarse con personas que comparten este interés nos engrandece como profesionales.

Bibliografía

https://www.fundacionadana.org/definicion-y-tipos-tea/
https://education-profiles.org/es/america-latina-y-el-caribe/bolivia/~inclusion
https://www.espacioautismo.com/los-simbolos-del-autismo-del-color-azul-a-la-pieza-de-puzle/
https://iris.peabody.vanderbilt.edu/module/asd1-spanish/cresource/q2/p04/
https://www.adolescenciasema.org/ficheros/PEDIATRIA%20INTEGRAL/Trastorno%20del%20Espectro%20Autista.pdf
https://www.psicoeduk.com/wp-content/uploads/Terapia-ABA.pdf

Proyecto "MINILINGÜES" TIPS PARA LA ENSEÑANZA DEL IDIOMA INGLÉS A NIÑOS

Mediante la Red Social Facebook

Katherin Quiquijana Chalco
katherinquiquijanachalco@gmail.com

Resumen

En breves palabras se quiere dar a conocer todo lo que engloba el proyecto **MINILINGÜES**, el cual fue creado con el propósito de facilitar tips, herramientas, dinámicas, juegos, canciones, cuentos, todo lo relacionado a la enseñanza del idioma inglés con niños, esta página está dirigida a maestras del idioma inglés y a padres de familia que desean apoyar a sus hijos en el dominio de un idioma, es por ello que la información que se detalla en la página no es exclusivamente para maestros, sino para todo aquel que desee enseñar inglés a niños, una pagina de apoyo que sirve para orientar más que todo en la enseñanza de un idioma.

Al revisar la página se observará afiches informativos que servirán de guía en el proceso de enseñanza, entrevistas en vivo sobre temas concernientes a la enseñanza del idioma inglés, toda esta información se detalla en la página de Facebook MINILINGÜES**.**

Para dar marcha a este proyecto se hizo uso de algunas herramientas tecnológicas, como ser, CANVA, STREAM YARD, PHOTOPEA, FACEBOOK, las cuales se irán detallando en el desglose del proyecto, como fue la experiencia con cada una de ellas, el uso que se le dio y la importancia de las mismas en esta era de la tecnología.

También podrá observar mediante vaya revisando el proyecto algunas imágenes respecto a la página **MINILINGÜES**, la experiencia que se tuvo durante las sesiones, como se manipularon las herramientas, como se desarrolló cada una de las entrevistas, lo más rescatable de cada una de ellas y lo que produjo la entrevista.

Palabras clave: Tips, inglés, niños, herramientas tecnológicas,entrevista,afiches.

Introducción

El presente proyecto fue diseñado con el propósito de facilitar tips para maestras e incluso padres de familia que deseen impartir la enseñanza del idioma inglés a niños de entre 3 a 5 años de edad, haciendo de la enseñanza un momento placentero tanto para el estudiante como para el docente, los tips propuestos serán difundidos mediante la red social Facebook, en la cual se compartirá no solamente tips, sino también herramientas útiles sumamente necesarias para dirigir una clase de inglés con niños, ya sean planificaciones de clase, materiales didácticos, afiches y algunas entrevistas en vivo relacionadas a la página.

Lo que se espera no solo es brindar herramientas para una mejor enseñanza, sino también y considero de suma importancia hacer de las clases de inglés, momentos únicos y enriquecedores para los niños, despertar desde temprana edad el gusto por aprender el idioma inglés, que los niños lleguen a la clase con muchas ganas de aprender y se vayan felices y con aprendizajes sólidos, puesto que es lo más bello que puede dejar un maestro.

Motivación

La página en un principio no se llamaba MINILINGÜES, en sí, se tenia pensado crear una página para la enseñanza del idioma inglés de manera directa y abierta a todo público, puesto que soy maestra de inglés y ya tenía pensado desde hace tiempo el proyecto de impartir clases de inglés mediante las redes sociales, pero bueno, ya trabajando como maestra de inglés con niños, fui notando que incluso yo misma en un principio solía tener algunas dificultades en clase, ya sea al momento de planificar o incluso mantener una clase atractiva para los niños, pero fui mejorando y aprendiendo cada vez más, no solo de mis propias experiencias, sino también de los consejos que fui encontrando en el camino por parte de maestras parvularias, me fui documentando e informando de todo lo que encontraba a mi paso, ya sean videos, aplicaciones, páginas, libros y porque no mencionarlo, también mis niños me han enseñado mucho, todo lo que fui aprendiendo no quería llevármelo a la tumba, sé que hay muchas maestras que desean aprender y muchos niños que necesitan que se les enseñe desde su actividad favorita el juego, las canciones, los cuentos en si de todo lo que emociona y atrae a un niño, en fin mi motivación es poder compartir todo lo que pueda con mis colegas, las ideas creativas que van surgiendo, propuestas nuevas que voy descubriendo, por otro lado tengo la motivación de lograr que los niños puedan apropiarse de un idioma sin miedo, sino más bien, con gozo y alegría pues todas las clases deben ser ¡divertidas!

Objetivo del proyecto

Facilitar tips para la enseñanza del idioma inglés a niños.

Nombre de la Página de Facebook

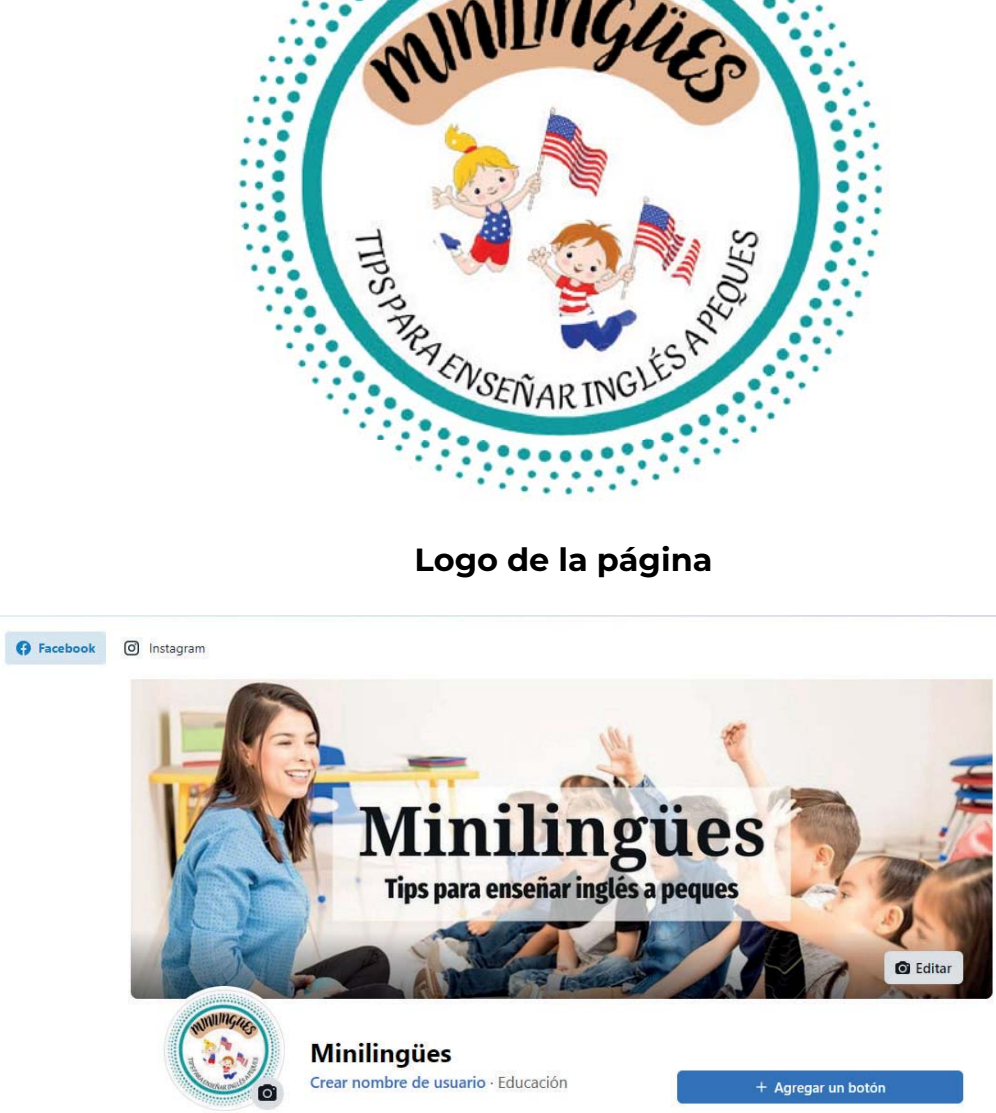
MINILINGÜES

El nombre está inspirado en la apropiación del idioma inglés por parte de los más peques de la casa, es por ello que el significado es el siguiente:

MINI: Pequeño
LINGÜES: Lingüista

Es así que el significado de la página sería ***Pequeño Lingüista.***

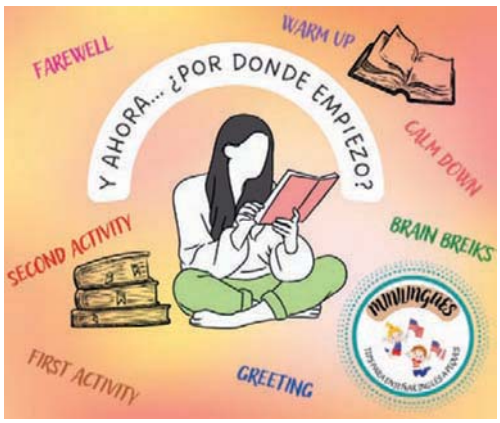
Logo de la página



Vista de la página

Desarrollo de afiches

En esta parte me gustaría compartir un poco de la experiencia que tuve al crear mis primeros afiches, en un principio tuve una dificultad en cuanto a la combinación de colores, pero tenía una idea clara del como quería que se viera los afiches, y lo que se esperaba es que se vean atractivos e informativos, me encantan los colores pastel y es lo que trato de reflejar en cada uno de los afiches, pues deseo se vean muy amigables pero por sobre todo informativos, porque lo que se desea más allá de todo es transmitir una información y poder llegar al público.

AFICHE	*DESCRIPCIÓN*
	¡Uno de los tips más importantes a considerar! Lo que se desea transmitir con este afiche es dar a conocer que una buena enseñanza siempre estará involucrada el amor.
	¡¡No olvides llevar contigo estas herramientas de trabajo!! ¡¡¡Más adelante iremos desarrollando la importancia de cada una de ellas a detalle!!! 🥰 Este afiche esta pensado para indicar algunas herramientas que las maestras necesitan conocer al momento de impartir clases de inglés.
	¡Planificación y organización nuestras mejores aliadas! 😌 Con este tip se espera más que todo generar una reflexión en las maestras con relación a la planificación, puesto que siempre se debe contar con una para cada clase y planificarla anticipadamente para no andar en correteos a ultima hora.
	Toda planificación lleva un orden 😌 ¿Podrías tú ayudar a la joven de la imagen a ordenar esa mezcla de palabras? 😀¡¡¡Anímate!!! 💪te leo en los comentarios...🥰 Este afiche esta enfocado para dar a conocer los pasos que se deben considerar en una planificación, pero como ven están todos desordenados, pues se espera que las maestras los acomoden como ellas crean conveniente.

	HOLAAAAAAA!!! ¡¡El día de hoy a las 20:00 horas!! los invitamos a nuestra primera transmisión en vivo, no te lo puedes perder, trataremos un tema muuuy interesante!! todos los datos te los dejamos a continuación...🥰🥰 El presente afiche es más que todo de invitación a una entrevista, para lo cual se detalla aspectos importantes como el tema, la hora y el medio por el cual será difundido.
	2do en vivooooo!!! wooooouuuu!!!😎😎😍 hoy te facilitamos algunas herramientas para las clases de inglés, aprovéchalas todas y ya sabes!!! cada día aprendemos más!!!🥰🥰 Un afiche más de invitación y justo como el anterior se detallan aspectos importantes, pero además se acompaña de una imagen relacionada al tema, pues se hablará de planificación y herramientas al momento de enseñar inglés.
	Como lo prometido es deuda.... aquí les dejo, los pasos para una planificación de manera ya ordenada!!!🥰 ahora nada más toca que lo pongas en práctica!! que salga todo de maravilla!!!😎😎 En este afiche se detalla los pasos para una planificación de clase, pero ya de manera organizada, para que las maestras puedan aplicarlo en sus clases.
	Un parlante es una herramienta muy necesaria durante las sesiones de inglés, puedes cantar las canciones a viva voz😍, pero si le añades un parlante.... esto hará que la clase sea más atractiva y los niños cantarán con mucha más alegría!! 😎😎🥰 Es fundamental contar con un parlante pues, no es lo mismo utilizar uno ajeno ya que se podría tener algunos inconvenientes no muy agradables, por ello mismo es recomendable tener uno propio.



En este mes de las madres, queremos dar las gracias a todas las mamitas que practican junto a sus pequeños la lengua extranjera, el refuerzo que hacen los peques junto a sus padres en casita es de gran ayuda ¡¡la practica hace al maestro!! apoyemos a nuestros chiquitines!!

Este afiche fue diseñado en el mes de las madres, felicitando a todas aquellas mamás dedicadas, que a pesar de tener tanto trabajo siempre dedican un tiempo a practicar inglés con sus pequeños.



¡¡El material siempre debe estar pensado para que los niños puedan manipularlo!!

Con este afiche se desea dar a conocer como es que debe ser el material para trabajar con niños.



Si me preguntas... ¿¿cómo son las clases con los peques?? podría decirte tantas cosas que no pararía de hablar!! por lo que hoy solo lo resumiré, para que tus clases sean buenísimas deben de ser.... INTERACTIVAS MUY PERO MUY INTERACTIVAS, prontito te cuento por qué...

En este afiche se muestra como es que debe ser una clase de inglés con niños, es importante mencionar que no debe ser monótona y mucho menos aburrida.



Queridas maestras si nuestro peque desea aprender, esta predispuesto siempre a participar en clase entonces... ¡¡ya la hiciste!! ¡¡Lo tienes!! no dejes que ese interés desaparezca solo para mantener una clase modelo, como muchas profes esperan, que el niño solo escuche mientras la maestra habla, en inglés el niño es quien debe hablar ¡¡solo así se aprende un idioma!!

Con solo leer la descripción se entiende el afiche.

	El día de hoy te invitamos a la tercera transmisión en vivo por nuestra página ¡¡MINILINGÜES!! 😊😊 ¡¡Si deseas realmente saber cómo trabajar con niños pequeños, no puedes perderte la entrevista de hoy!! ¡El evento estará buenísimo no vayas a faltar!! 🥰🥰 Este es un afiche de invitación para un nuevo en vivo, como siempre las palabras de descripción muy amenas y motivadoras para animar a las maestras a participar del evento,
	¡¡Un aliado que no puede faltar en nuestras sesiones de inglés!! a tomar en cuenta queridas maestras!!! 😊🥰🙃 Por medio de este afiche se quiere dar a conocer una de las herramientas muy necesarias al momento de interactuar con los niños.
	Si las actividades se repiten con mucha frecuencia, se va convirtiendo en una actividad aburrida, lo cual puede traer como consecuencia, niños cansados, aburridos, preguntando si la actividad ya va a finalizar... 🧐😕 Con este afiche se espera llamar a la reflexión a las maestras en cuanto a las actividades que proponen para cada clase, las cuales no tienen que ser monótonas.
	¡¡IMPORTANTE ASPECTO A CONSIDERAR MAESTROS Y MAESTRAS!! 🤓🥰 Este es uno de los tips más importantes que todo maestro debe saber y es por ello que lo damos a conocer en el afiche.

	Es muy importante sentir como niño al momento de trabajar con peques, porque se genera empatía en clase, se fortalece el vínculo entre maestro y estudiante, el ambiente es más cómodo y alegre. Con el presente afiche se desea motivar al maestro a fluir de manera natural y alegre en las clases de inglés.
	Cuando se trabaja con niños pequeños es muy importante que, si se le va a explicar algo, se debe realizar por medio de movimientos corporales y faciales. Enseñar un idioma solo con palabras es complicado para quien esta aprendiendo, es por ello que siempre se debe acompañar con mímica tanto corporal como gestual.

Entrevistas

Algunas dificultades que se presentaron antes o durante la entrevista, fueron la falta de tiempo, es por ello que una entrevista tiene que estar muy bien planificada, si se desea mandar al aire se debe considerar todos los aspectos antes de hacerlo, se debe manejar con mucha calma cada entrevista, para que los nervios o la inseguridad no sea notoria al público, es lo que aprendí con la entrevista, ya que, por estar pendiente de no cometer errores al momento de manipular las herramientas durante la entrevista, por estar tan pendiente de ello, cometía errores al dirigirme al público o la entrevistada, o simplemente me quedaba colgada repitiendo varias veces una misma palabra, espero realmente mejorar más adelante.

ENTREVISTAS	*TEMA*	*DESCRIPCIÓN*
Primera entrevista (con invitado)	¿Qué necesito saber al momento de impartir clases de inglés en una sala inclusiva?	Se sintió un poco de inseguridad en un principio, pues era la primera vez que se transmitía un en vivo oficial en la página, pero aun a pesar de todo se podría decir que fue un éxito, lo que más rescato de esta entrevista es que aprendimos mucho acerca de cómo trabajar con niños con TEA y la importancia de la empatía al momento de incluirlos, no solo en una sala de inglés, sino en todas las clases, tratarlos con respeto.

Segunda entrevista (con invitado)	La importancia de la educación parvularia en las clases de inglés con niños	En esta ocasión ya se contaba con un poco más de experiencia, aun así, se seguía sintiendo un poco de nervios, pero se dio una conversación muy natural y amena con la entrevistada. Lo que se puede rescatar de esta entrevista son los consejos y recomendaciones que nos brindo nuestra invitada, como ser: que cada actividad debe ser vivencial para el niño, por ejemplo, si vamos a tocar el tema del clima, se debe invitar a los niños a sentir y ver como esta el clima experimentando con la realidad.
Tercera entrevista (personal)	Herramientas necesarias al momento de enseñar inglés a niños	En esta ocasión me hubiese gustado que la entrevista estuviera mejor planificada, pues había mucho por decir, pero por estar un poco ajetreada el día de la entrevista, hubo un momento del en vivo que se quedo en silencio, fue una de las dificultades que se presentó, finalmente creo que salió bien la entrevista. Lo que más destaca en esta entrevista es la actitud que debe tener la maestra durante la clase de inglés, debe ser alegre, dinámica, enseñar con amor, tener mucha energía y paciencia.

Herramientas Tecnológicas

Las herramientas tecnológicas que se aplicaron fueron:

CANVA Diseño de afiches, diseño de aperturas y diapositivas para las entrevistas.
PHOTOPEA Edición de afiches
STREAM YARD Transmisión de en vivos
FACEBOOK Medio de transmisión para en vivos

La experiencia que se tuvo con cada una de ellas fue muy enriquecedora, pues son herramientas muy útiles que toda persona debe conocer, en un principio si fue complicado aprenderlas a utilizar, como todo lo nuevo que uno aprende, comete errores en los primeros pasos, pero con la práctica se lo va dominando poco a poco, Canva ya era una herramienta que conocía pero lo nuevo fue, el hacer afiches con esta herramienta y es muy buena, porque ayuda con variedad de ideas que tiene como sugerencia, Photopea la conocí por primera vez y fue una de las que se me dificulto manejar, pero aprendí y para lo que más me sirvió fue para editar imágenes, Stream yard fue nuevo para mí, pero me gustó mucho conocerla porque me ayuda de manera fácil a poder transmitir en vivos y quisiera conocer aun más de lo que ofrece. Facebook es una página que todos ya conocen, pero lo nuevo para mi en esta ocasión fue desarrollar una página, anteriormente ya había creado una página, pero la diferencia es que en la página que había creado anteriormente no había colgado afiches y mucho menos realizado transmisiones, se podría decir que es lo nuevo que aprendí en Facebook y que por cierto me encanto.

Conclusiones

En conclusión, se podría decir que este proyecto fue una experiencia enriquecedora, con nuevos retos, los cuales en lo personal me ayudarán mucho a futuro con los planes que deseo lograr en mi vida profesional como docente, queda aun mucho más por descubrir en cuanto a tecnología, pues cada vez esta va evolucionando más y más conforme pasan los años, fue un gusto aprender y se espera seguir conociendo más de herramientas que sirvan para dar a conocer proyectos como **MINILINGÜES** o muchos otros proyectos innovadores.

Proyecto de cocina para principiantes: Cocina sin perder la cabeza Aplicando Redes Sociales

Silvia Claudia Martinez Condori
silviamartinez@gmail.com

Resumen

Cocinar trae beneficios terapéuticos, económicos, sociales y para la salud. Sin embargo, para aquel que se considera inexperto en el tema, puede que se trate de una tarea complicada. De esta manera surge el proyecto de cocina para principiantes “Cocina sin perder la cabeza” el cual va dirigido a quienes creen que no tiene afinidad con el arte culinaria. El presente artículo expone como aprender a cocinar con recetas sencillas, consejos importantes e información relevante. La propuesta tiene como fin dotar de conocimientos y estrategias que motiven al aprendiz a elaborar la preparación de diversos alimentos.

Palabras clave: educación culinaria, cocina práctica, cocina básica, recetas sencillas, recetas económicas

Introducción

Con el ritmo que se lleva en el día a día, parece que todo es más importante que cocinar, por ello al momento de preparar los alimentos, lo primero que se escoge es la comida instantánea, enlatados o pre cocidos, los cuales pueden sacar de a puros, pero no son una opción saludable, ya que estos alimentos pueden llegar a ser nocivos para la salud por la cantidad de conservantes que contienen.

Este modelo de alimentación puede ser adoptado por los niños en el hogar, al dejar de lado la importancia de cocinar.

Por ello el presente artículo promueve la cocina en el hogar demostrando que una preparación exquisita no demanda mucho tiempo, solo requiere empeño, disciplina e información; de esta manera no solo se aprende a cocinar si no también se controla eficazmente que lo que se consuma sea saludable.

Este aprendizaje es valioso por varias razones entre ellas, ganar una habilidad que luego será heredada por los integrantes del hogar así mismo los ingresos se pueden destinar mejor cuando se planifican los menús de consumo diario y como resultado final la oportunidad de compartir los alimentos en la mesa dejando recuerdos memorables en los miembros de la familia.

Para este fin se propone el proyecto de cocina para principiantes: “Cocina sin perder la cabeza” para proporcionar al público interesado, información conveniente para adquirir habilidades básicas en la cocina, a través de la Red Social Facebook.

Motivación

El proyecto nace con la idea de educar y recuperar las habilidades culinarias para preparar comida saludable en casa ya que sin duda esta es una actividad indiscutiblemente positiva por el impacto que tiene en la salud, en la economía familiar. Aprender a cocinar ayuda a ganar autonomía y autoestima, estimula y potencia la creatividad, permite generar confianza en uno mismo y en sus habilidades. La cocina es una escuela de virtudes.

Objetivos del proyecto

- Difundir contenido multimedia que permita al usuario adquirir recetas paso a paso, tips de cocina e información alimenticia a través de la red social Facebook.
- Gestionar el canal de Facebook para lograr un dialogo sencillo con el público interesando en cocina para principiantes.
- Producir y compartir contenido claro, preciso, oportuno para los usuarios de la página de Facebook para promover la educación alimentaria

Características de la Página de Facebook

La página de Facebook tiene el nombre singular de “Cocina sin perder la cabeza” el cual desea reflejar que aprender a cocinar no es un proceso difícil si cuentas con toda la información pertinente.

Los colores elegidos para dicha página son tonos naranjas por que representan principalmente la alegría, el entusiasmo y lo divertido. Asimismo se ha relacionado con lo exótico, lo que no genera agrado para todas las personas. Tiene relación con la sociabilidad, la originalidad, la extraversión, la actividad o el entusiasmo y la cercanía.

La página pretende dar a conocer su contenido a través de afiches que incluyen imágenes pensadas y diseñadas para enunciar información culinaria; así mismo se procura difundir información de calidad a través de transmisiones en vivo, contando con la presencia de profesionales en el tema de gastronomía, nutrición y cocina básica.



Portada página de Facebook "Cocina sin perder la cabeza"



Perfil página de Facebook "Cocina sin perder la cabeza"

Desarrollo de afiches

La página de Facebook pretende captar la atención internauta a través de contenido sugerente, interesante e importante, los afiches son herramientas brillantes que permiten lograr este objetivo. "Cocina sin perder la cabeza" promueve una educación alimentaria en base a la publicación de recetas caseras, consejos, tips y frases reflexivas.

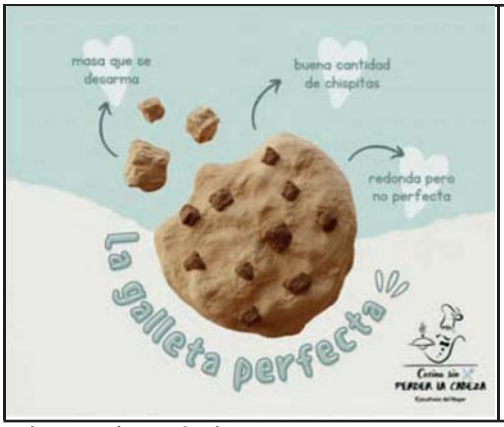
La intención de los siguientes afiches es reflexionar acerca de los alimentos consumidos, para invitar al público a llevar un estilo de vida saludable.

	La frase que rezaba Hipócrates "Que la comida sea tu medicina y la medicina sea tu comida" invita a mantener el equilibrio en la cantidad de comida que se ingiere (no menos ni más de la necesaria) esto evitará problemas de salud, además de la probabilidad de disfrutar de una vida saludable o de tener un menor impacto por las enfermedades que se padecen.
	¡Que los colores estén en nuestros platos y en las cajas! El marketing que se realiza dando realce a los alimentos "chatarra" con colores atractivos y personajes interesantes impacta en las preferencias de consumo de niños, niñas y adolescentes y, en consecuencia, favorece el desarrollo del exceso de peso y la adopción de malos hábitos alimentarios.
	"Comer bien es respetarse a uno mismo" Una frase que se asocia con una alimentación saludable y realizar actividad física. De la misma manera la página tiene por objetivo ser de carácter informativo, transmitiendo consejos saludables, los afiches que se presentan a continuación nos ejemplifican consejos para un consumo alimentación responsable.
	El "Método del plato" tiene principal objetivo marcar las coordenadas de una alimenta-ción saludable, facilitando su adaptación a los menús diarios de la población en general, pero también puede ser una guía a seguir cuando se quiere perder peso.

	Las frutas aportan un buen número de nutrientes esenciales para el cuerpo, como minerales y vitaminas que de otra manera podría ser difícil de conseguir. Su consumo debe ser fomentado desde las edades más tempranas y a lo largo de la vida.
	Los vegetales en general contienen un importante nivel de nutrientes, vitaminas y proteínas que resultan fundamentales para la salud, por estas razones no deben faltar en el menú diario del hogar.

La intensión de la página también es alentar al público a realizar la preparación de sus alimentos en casa.

	«Una receta no tiene alma. Es el cocinero quien debe darle alma a la receta», Thomas Keller. Evidentemente cocinar apasiona, porque cocinar llena la inquietud por probar cosas nuevas: recetas, ingredientes, técnicas y culturas por explorar. Y cada descubrimiento llena de satisfacción. Porque los sabores colman de recuerdos y la memoria olfativa tiene un gran poder emocional.
	Cocinar puede convertirse en un espacio en el que se mejore la creatividad, ayuda a evitar las tensiones del día, llega a ser el preludio de las reuniones familiares y permita pasar más tiempo con los hijos dejándoles participar en la preparación de las comidas.



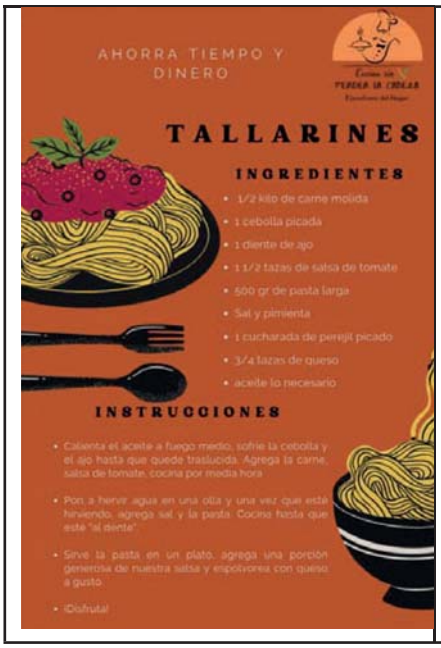
"La galleta perfecta" pretende reflejar que con simples consejos se logran recetas deliciosas, pero la estrategia es motivar al usuario a realizar las preparaciones sin miedo de equivocarse.

Así mismo la página comparte consejos para que las preparaciones sean más prolijas.



Al tamizar la harina eliminamos los grumos que se causan por la humedad del ambiente o el empaquetado. Al pasarlas por un tamiz, las partículas del harina no solo se separan sino que también se airean. Este punto de "aire" es el que va ayudar a que los bizcochos resulten más esponjosos.

La parte central y sin duda la más esperada por los seguidores será el espacio de recetas, ya que estos contienen una información completa, con el lenguaje claro, sencillo para realizar preparaciones exquisitas y rápidas.



A través de la página "Cocina sin perder la cabeza" se puede encontrar recetas sencillas explicadas paso.

Las cuales promueven a la preparación de los alimentos en el hogar.

De esta manera se puede lograr una mejor gestión de las cantidades de alimentos y un consumo de mayor calidad.

	Preparar galletas caseras con los niños fomenta su creatividad, les ayuda a apreciar la comida hecha en casa. En “Cocina sin perder la cabeza” encontramos recetas que no requieren procedimientos complicados, ni demasiados ingredientes.
	El desayuno es considerado la comida más importante del día debido a que los alimentos que se ingieren son los primeros después de un largo periodo de ayuno derivado de las horas en las que se está dormido. La página ofrece la receta de desayunos rápidos, saludables y económicos.
	Hacer pasteles ayuda a reducir el estrés, aumenta la sensación de bienestar y la concentración. La página de Facebook propone deliciosas recetas de pasteles para probar en casa.
	“Panqueques” conocidos también como tortitas americanas, hotcakes, pancakes o panquecas, los cuales son una delicia sencilla de preparar.

Otra finalidad de la página es crear conciencia acerca de los malos hábitos para que de esta manera se tomen acciones que permitan introducir hábitos saludables.



Los hábitos saludables pueden contribuir a mantener el bienestar físico, tener una actitud positiva además puede ayudar a mantener el autoestima y mejora la auto-percepción. Ya que tener hábitos saludables como consumir alimentos nutritivos, cumplir con las horas de sueño, y mantenerse activo puede ayudar a mantener el bienestar general.

Entrevistas

Entre el contenido que ofrece la página de Facebook "Cocina sin perder la cabeza" se encuentran los espacios de streaming, donde se difunde temas de interés de los subscriptores.

Entrevista Chef Valeria Miranda Bardales

Tema: "Menú Saludable"
Valeria nos ilustra acerca del tema ¿cómo elaborar un menú saludable?, el cual tiene por objetivo contar con la orientación para organizar y equilibrar los alimentos con la finalidad de comer de forma organizada y consiente.



Entrevista Chef Jhoana Beatriz Boyan Perez

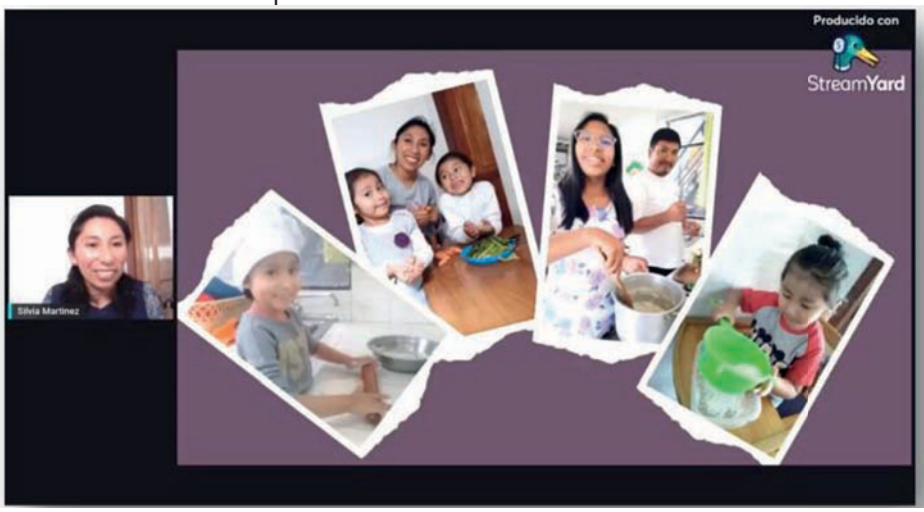
Tema: "La comida chatarra"
Jhoana Boyan nos explica cuan dañina puede resultar el consumo de la comida chatarra.
Ya que la **comida chatarra** se está convirtiendo en el nuevo alimento básico mundial; el propósito de la entrevista es generara conciencia acerca de lo que se normaliza en el consumo de alimentos diarios. De esta manera se pretende hacer un llamado al público para disminuir su consumo excesivo pues estos atentan contra la salud.



Ponente Silvia Claudia Martinez Condori

Tema: "La clave para estar perfectos"

Silvia Martinez, fundadora y creadora de la página "Cocina sin perder la cabeza" expone como el ejercicio, el descanso y la buena alimentación son la clave para lograr la perfección, la finalidad del tema expuesto es adoptar un estilo de vida saludable el cual sucede cuando se encuentra el equilibrio entre una correcta nutrición, dormir bien y practicar ejercicio físico con regularidad. El mensaje central es "Sea cual sea el estilo de vida que se lleve, no se puede pasar por alto el cuidado del cuerpo".



Herramientas Tecnológicas

Las herramientas empleadas para la realización del proyecto de cocina básica, fueron las siguientes:

- **Facebook:** Es una de las principales redes sociales número uno en el mundo. Se ha seleccionado esta herramienta por su alcance a nivel social, por la facilidad de uso y porque ofrece una manera directa y efectiva de trasladar todas las novedades al público.
- **Canva:** Esta web de diseño gráfico ha sido elegida por ser simplemente fácil de usar, porque es online y gratuita. Esta herramienta ha resultado muy útil para la elaboración de los

afiches informativos de la página.

- **StreamYard:** Un programa digital para realizar transmisiones de vídeo en Streaming por redes sociales. La cual se utilizó por ser fácil e intuitiva. Esta herramienta ha sido empleada para realizar las entrevistas en vivo y transmitirlas por la página oficial de Facebook "Cocina sin perder la cabeza".

Conclusiones

Existen personas que consideran que es difícil adquirir el talento en la cocina, pues las preparaciones no salen como esperaban, pero aprender a cocinar puede llegar a ser una tarea fácil y divertida, la cocina no debe producir presión o frustración a medida que se van adquiriendo los conocimientos se disfruta más el proceso.

Aprender a cocinar requiere práctica y constancia. Puesto que si una preparación no sale como se esperaba, es una lección para las siguientes recetas, de esta manera, se van perfeccionando las elaboraciones futuras. Lo más importante es recordar que un buen cocinero nunca deja de aprender.

Al explorar la página "Cocina sin perder la cabeza" en Facebook, el internauta encontrara información nueva, renovada e interesante, que le ayudara a desenvolverse con mayor eficacia en la cocina y en la vida diaria, ya que la pagina también desea enfocarse en la salud que va de la mano con la alimentación.
Por otro lado, la página es una experiencia didáctica magnifica, ya que gracias a ella las noticias que difunde llega a más seguidores y se cuenta con información de mano de expertos a través de los streaming.

Finalmente, el presente proyecto se hizo posible a través del uso de herramientas tecnológicas como es el uso de las redes sociales las cuales tienen un poder innegable en la sociedad es por eso que se debe aprovechar su uso para difundir contenido apropiado y en beneficio de la sociedad.

Bibliografía

-MASTER CHEF (2017). Manual del aprendiz de Cocinero. Recuperado de: https://www.planetadelibros.com/libros_contenido_extra/36/35211_Manual_Del_Aprendiz_ De_Cocinero.pdf
-LA COCINA COMO TERAPIA (2014). Diario Opinión. Recuperado de: https://www.opinion.com.bo/articulo/tendencias/la-cocina-comoterapia/20141203195900668347.html
-IBARREN X. (2014). La importancia de cocinar. Recuperado de: https://prevencontrol.com/prevenblog/la-importancia-de-cocinar/
-SANTIAGO (2018) ¿Qué motivaciones llevan a perfeccionar los conocimientos del arte culinario? Recuperado de: https://www.superprof.co/blog/cuatro-razones-para-cocinar/
-TEACHLR(2019).Aprender a cocinar puede cambiar tu vida. Recuperado de: https://blog.teachlr.com/aprender-a-cocinar-puede-cambiar-tu-vida/

Proyecto de pastelería miel y canela aplicando Redes Sociales

Jhoana Beatriz Boyan Pérez
boyanjhoana@gmail.com

Resumen

El presente proyecto Pastelería miel y canela es una página de Facebook dedicada al desarrollo de conocimientos fundamentales y las técnicas básicas para la elaboración de tortas y derivados de harina que así mismo comprendan el uso de los ingredientes y su función dentro de la planificación.

Palabras clave: pastelería, conocimiento técnicas

Introducción

El presente trabajo ha sido elaborado como un estudio de un proyecto con nombre pastelería miel y canela los resultados obtenidos nos servirán para tener conocimientos de como implantar las diferentes herramientas tecnológicas.

Este proyecto ha sido creado con el fin de brindar diferentes tipos de conocimiento en el área de la pastelería y panadería donde podrán compartir e interactuar los diferentes usuarios en la plataforma de Facebook

Motivación

Que las personas interesadas en la pastelería o panadería no solo lo vean como un gusto si no que reflejarlo de manera monetaria

Objetivos del proyecto

Implementar los diferentes tips de la pastelería para promover la creación e innovación de varios productos intercambiando conocimientos

El Nombre de la Página de Facebook

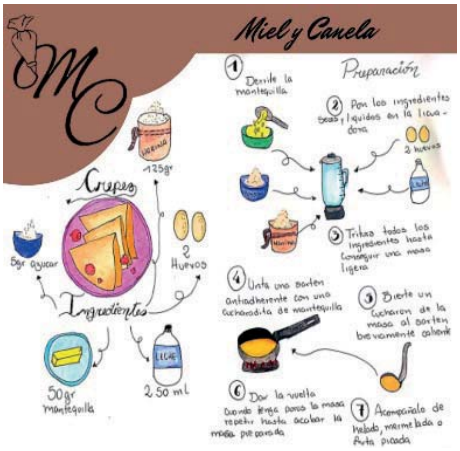
Pastelería miel y canela

Desarrollo de afiches

Se realizo 21 afiches informativos para la página de Facebook







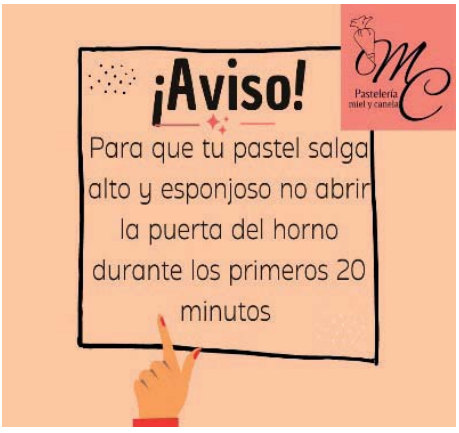













AZUCAR
1 taza → 225gr
1/2 taza → 115gr
1/3 taza → 75gr
1/4 taza → 55gr
Miel y Canela


HARINA
1 taza → 110 gr
1/2 taza → 55gr
1/3 taza → 40gr
1/4 taza → 30gr
Miel y Canela


Prepáralas!!!
Galletas de Avena
1 Mezclar los ingredientes
2 Dar forma de galleta
3 Hornear 10 min a 180 °C


www.mielycanela.com
Interior suave pero no chicloso
Superficie lisa sin grumos
Corteza crujiente
Estructura
Macarones
Los mejores tips de macarrones los encuentras en miel y canela
miel y canela
miel y canela
79641587


Separa las claras y refrigera durante una semana
La harina de almendras debe estar muy fina
PARA UN BUEN
Macarons


PORQUE TAMIZAR LA HARINA
AL TAMIZAR LA HARINA ELIMINAMOS LOS GRUMOS
EL TAMIZAR AYUDA A AÑADIR "AIRE" ES EL QUE VA AYUDAR A QUE LOS BIZCOCHOS RESULTEN MÁS ESPONJOSOS


¡AVISO!
NO LEAS LA LETRA PEQUEÑA.
Preparar dulces y postres, es un acto que se hace como expresión de uno mismo, lo que hace es liberar el estrés y contribuir al bienestar general.


¡NO OLVIDAR!
Enfriar el bol y los utensilios antes de empezar a batir la crema


Evita que la fruta se oxida
Si deseas evitar la fruta pelada se oxide añade unas gotas de limón para retrasar la oxidación.


Nunca Es Tarde Para Un
Pastel


Guia rápida para sustituir la azúcar refinada por estevia
Azúcar refinada
Estevia
250 gr
1 cucharada
1 cucharada
1/8 de cucharada
1 cucharillita
1 pizca


Cual es la diferencia
Tiene cobertura
No tiene cobertura
Son dulces
Salado y dulce
Masa liviana y esponjada
Masa pesada
CUPCAKE VS MUFFIN

Realizamos 3 diferentes tipos de entrevistas con los siguientes temas:

- **Hábitos saludables para los niños**
- **Fusión parrilla y panadería**
- **Tips de la pastelería**



Herramientas Tecnológicas

Para la ejecución del proyecto de pastelería miel y canela en la aplicación de redes social utilizamos las siguientes herramientas

- streamyard
- Canva
- Photopea
- Facebook

Conclusiones

Se ha determinado que con las diferentes herramientas tecnológicas podemos llegar a crear un impacto positivo en las redes sociales para llegar a interactuar en este mundo virtual con diferentes tipos de información desde entrevista hasta banners informativos

Bibliografía

Libro pastelería básica EHT

Proyecto PONTE EN MIS ZAPATOS aplicando Redes Sociales

Verónica Cecilia Acosta Gutiérrez
vacosta@est.ulasalle.edu.bo

Resumen

Este proyecto tiene el objetivo de generar y sistematizar información necesaria para padres de familia con niños con algún diagnóstico y concientizar de esta manera a su entorno. Muchas veces los padres sufren un periodo de duelo en el que deben afrontar las diferentes etapas y así poder luego brindar a su hijo las mejores herramientas para vivir este proceso.

Palabras clave:
Ayuda padres, niño diagnóstico, información oportuna, concientización.

INTRODUCCIÓN

Este proyecto nace sabiendo la necesidad que existe de información y apoyo para aquellos padres que se enteran por primera vez que su niño tiene algún diagnóstico. Entendiendo por diagnóstico a cualquier síndrome, discapacidad, dificultad o problema que se le presente al niño en el desarrollo de su vida. Existe mucha información en el internet, pero se considera necesario un espacio, donde agrupe los puntos más relevantes para aquellas familias que buscan conocer más al respecto y poder sobrellevar este proceso.

Esta iniciativa es para todas las personas, quienes quieran recibir mayor información al respecto, pudiendo ser por tener un familiar o sólo por aprender más al respecto. Al estar dentro del ámbito de las redes sociales, puede ser de tota acceso a toda persona que le interese el tema a tratar.

Adicionalmente, el poder conocer a otras familias que pasan por lo mismo y así no sólo no sentirse que eres el único en esta travesía, sino también aprender de errores y aciertos de los

demás, ayudan a crear comunidad. Es por ello que aparte de dar información básica de cada diagnóstico, se vincula a los diferentes grupos de ayuda que existen. Que hoy en día gracias a las redes sociales, uno puede conectarse y entablar amistad con cualquier persona que este al otro lado del mundo. La única barrera el idioma, pero eso se soluciona con los traductores. "Soy de las que piensan que compartir experiencias es una estrategia muy beneficiosa para evitar el aislamiento, reforzar la empatía y el contacto con otras personas. Más cuando se tiene un hijo con discapacidad. Tener la fortaleza (y el tiempo) para escribir un Blog centrado en la experiencia de educar a un hijo/a con discapacidad, es (desde mi punto de vista) un acto de generosidad de grandes dimensiones. Sobre todo cuando se trata de abrir el corazón y contar sin tapujos tanto las vivencias agradables como las que no lo son". (ANGELS PONCE, 2018)

Algunos consejos para poder ayudar a los padres de familia, por lo cual reafirma la opción de siempre buscar apoyo e información son: (SUNRISE MEDICAL, 2017)

- Fórmate e infórmate constantemente.
- Acude a programas de apoyo, centros de atención y asociaciones de familiares.
- Informa a los profesores de la situación.
- Busca actividades en grupo.
- Organiza actividades en las que participen otros niños.
- Deja de lado el miedo al rechazo.
- Los animales también son una alternativa.

MOTIVACIÓN

Ahora relato parte de mi motivación al presentar este proyecto y sentirme motivada para llevarlo a cabo. Hace varios años nace un niño con un diagnóstico en mi familia, Síndrome de Down. Si en ese tiempo alguien me preguntaba, qué es lo que sabía al respecto (comparado con lo que sé ahora), la respuesta sería nada o incluso conocer información errónea. En ese tiempo mi familia empezó a buscar apoyo, investigar qué posibilidades de desarrollo existen,

qué necesitará, qué no podrá, e incluso el por qué. Las preguntas eran muchas más de las que se plantean aquí, y hay que reconocer que en ese tiempo no se encontró respuesta a muchas de ellas. Por ejemplo, se buscó un centro donde se pueda generar habilidades y otorgar oportunidades de desarrollo de sus competencias o que brinde todos los aspectos que se requerían, la respuesta más fácil de los centros que existían aquí, fue el de indicar que la ayuda está en Argentina, que ahí existía un centro donde se podría obtener las respuestas que se buscaban.

Pero la pregunta más lógica nace, qué pasa con las personas que no pueden por temas de tiempo o de economía, que no puedan buscar en otro país las respuestas que se requieren de inmediato cuando uno se entera de cómo cambia tu vida y la de tu familia en un instante. Ya que lo que uno sueña como padre para su hijo, se desvanece y es de suma urgencia tener la información clara, para poder trabajar en otro sueño con los pies en la tierra y brindarle todas las posibilidades a tu hijo para su desarrollo óptimo.

Es por ello que ahora que las redes sociales, son un vínculo de ayuda para la comunicación e información, donde en un par de segundos uno se entera de lo que ocurre en todo el mundo, nace la idea de sistematizar y concentrar toda la información relevante en un solo sitio virtual para brindar apoyo a todo aquel que lo necesite.

OBJETIVOS DEL PROYECTO

Objetivo general

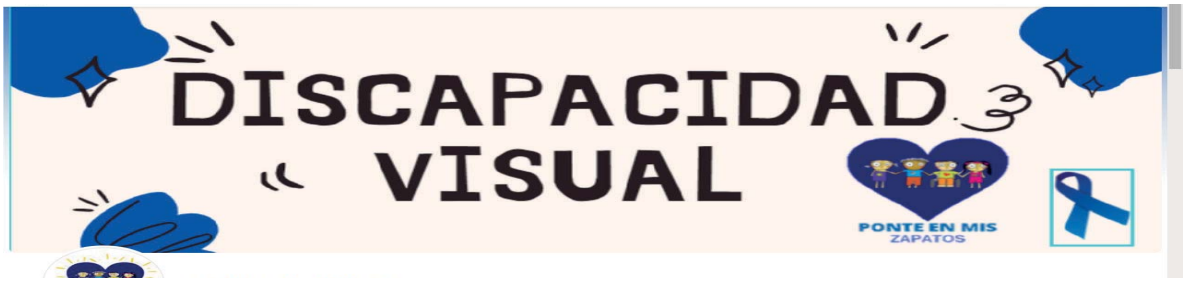
- Generar y sistematizar información general y específica para padres que tienen un niño con algún diagnóstico, para apoyar en este proceso y así concientizar de la importancia de contar con todo el respaldo al respecto.

Objetivo específico

- Hacer conocer las diferentes instituciones para poder identificar las opciones a dónde acudir cuando se busque apoyo al respecto.
- Apoyar en la etapa de duelo a cada familia para que cuenten con toda la información y saber dónde acudir para solicitar apoyo.
- Otorgar herramientas según expertos y experiencias de otras familias; conociendo, entendiendo y obteniendo habilidades necesarias para poder ayudar a sus niños en el desarrollo de cada etapa.

EL NOMBRE DE LA PÁGINA DE FACEBOOK

Se crea una página en Facebook para poder lograr los objetivos planteados. El nombre de la página es PONTE EN MIS ZAPATOS, para que a través de la misma se pueda brindar información y concientizar respectos a los diferentes diagnósticos que van apareciendo.



FUENTE: https://www.facebook.com/PONTE-En-MIS-Zapatos-105472628818108



FUENTE: https://www.facebook.com/PONTE-En-MIS-Zapatos-105472628818108

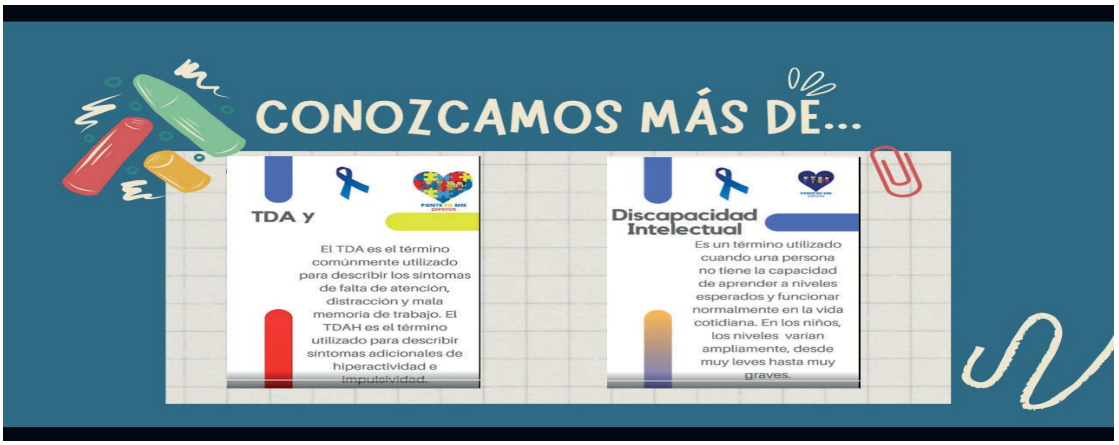
DESARROLLO DE AFICHES

Para brindar apoyo en cuanto a informar y concientizar respecto de estos temas, se ha trabajado en el desarrollo de afiches que puedan contar con temas importantes, relevantes y específicos que se requiere conocer.

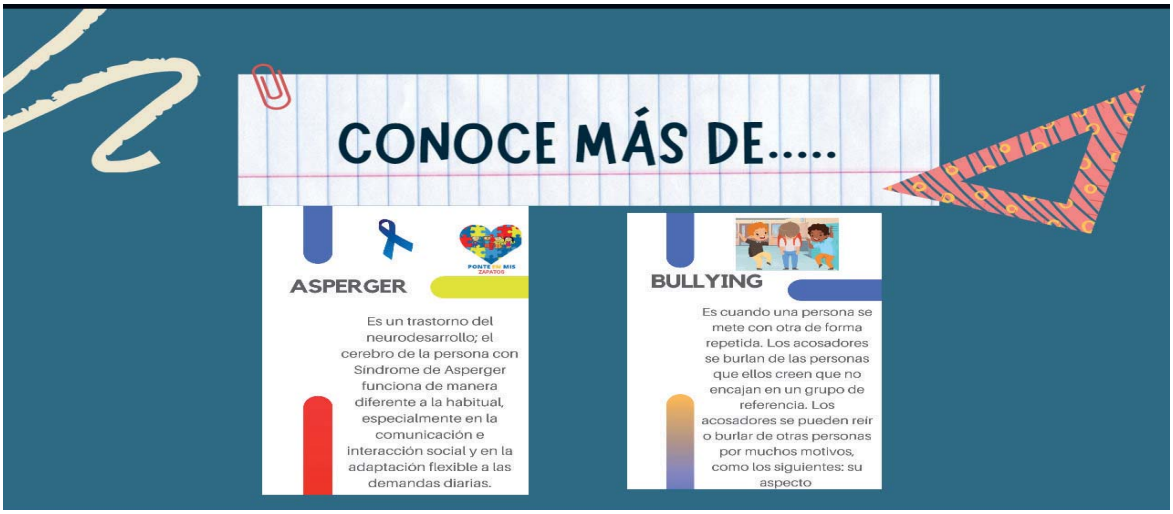
Estos afiches se dividen en tres categorías:

- **Informativos iniciales:** que describen puntos iniciales e importantes para aquellos padres que comienzan a conocer el diagnóstico que tiene su hijo, aquí se recalca definiciones, conceptos erróneos, grupo de apoyos e instituciones donde acudir.









- **Informativos generales:** información más detallada para poder seguir brindado el apoyo requerido.





- **Celebremos juntos:** fechas importantes de cada diagnóstico, donde además se hablará con expertos, para poder ahondar al respecto.



ENTREVISTAS

Cuando se tenga fechas importantes se destinará toda una semana para brindar entrevistas

a expertos en el tema relacionado. Se empezó con dos entrevistas y una exposición.

Por ejemplo, en el tema de TDAH y TDA se invitó a Kelly Calle. En el tema de TEA a Maybe Gonzales y una exposición de cómo viven su duelo los padres que se enteran que su niño tiene un diagnóstico.



HERRAMIENTAS TECNOLÓGICAS

Las herramientas utilizadas para poder conseguir los diferentes objetivos planificados son:

- Canva, diseño de afiches informativos, logos, diseños.

"Lanzada en 2013, Canva es una herramienta de diseño y publicación online que tiene como misión poner el poder del diseño al alcance de todos, para que cualquier persona en todo el mundo pueda diseñar lo que quiera y publicarlo donde quiera". (CANVA, 2013)

- Facebook, página para llegar a las diferentes personas que necesiten esta información.

"Una página en Facebook permite humanizar la imagen de marca de tu empresa. No sólo podrás acercar tu negocio, tus productos y tus servicios a tu potencial cliente sino que además, una página en Facebook te permite publicar imágenes de la actividad de tu negocio, de sus trabajadores en acción" (MGLOBAL, 2017)

- StreamYard, presentaciones en vivo para desarrollar los temas de interés.

"StreamYard es un estudio para hacer transmisiones en vivo desde tu navegador. Entrevista a invitados, promociona marcas en tu transmisión y mucho más. Transmite directamente a Facebook, YouTube, LinkedIn y otras plataformas.". (StreaYard, s.f.)

CONCLUSIONES

Se ve hoy en día que las estadísticas van aumentando, y se puede identificar más niños con algún diagnostico en nuestro entorno. Podría ser que anteriormente no se contaba con tanta información al respecto y que se catalogaba, por ejemplo, a niños por ser traviesos, lentos e incluso flojos. Y ahora ya se cuenta con los parámetros adecuados para reconocer en ello, un tipo de diagnóstico especifico como los diferentes trastornos de atención, espectro autista o dificultades de escritura, lectura, entre otros.

Pero sea cual fuere la razón de reconocer en nuestro diario vivir, a niños con algún diagnóstico, es de suma importancia brindar apoyo tanto a las familias como al mismo niño para que encuentre en la sociedad su espacio y se sientan de utilidad y puedan, desde sus capacidades, aportar y sentirse útiles en el proceso.

Es un camino donde todos debemos sentirnos responsables y aportar desde nuestra educación y compromiso social a que no existan niños relegados. Se trabaja desde los diferentes ámbitos para generar conciencia, como lo hace la ley de educación 070, pero en muchos casos no se ve la apertura y habilidades para poder afrontar de forma oportuna a este proceso de inclusión. “La educación boliviana plantea entre sus fines: la formación integral de hombres y mujeres; promover la práctica de los valores humanos y de las normas éticas universalmente reconocidas y las propias de las diferentes culturas; fortalecer la identidad nacional; desarrollar capacidades y competencias; valorar el trabajo. Promover y garantizar la educación permanente de niñas, niños y adolescentes con **discapacidad o con talentos extraordinarios** en el aprendizaje bajo la misma estructura, principios y valores del Sistema Educativo Plurinacional.” (WORLD DATA EDUCATION, 2006)

Cabe recalcar que la intención de mejora está presente y es un comienzo, pero desde lo que nos toca, se debe buscar oportunidades para poder cumplir lo que se nos propone.

Es por ello, que nace la idea de aportar, desde lo que uno conoce, a sistematizar y generar

información oportuna, centralizada y fiable, para concientizar e informar a todo aquel que requiera de la misma.

BIBLIOGRAFÍA

- *ANGELS PONCE*. (29 de 09 de 2018). Obtenido de https://angelsponce.com/8-blogs-de-madres-y-un-padre-con-hijos-con-discapacidad-el-valor-de-compartir-la-experiencia/
- CANVA. (2013). Obtenido de https://www.canva.com/es_mx/about/
- MGLOBAL. (2017). Obtenido de https://mglobalmarketing.es/blog/lo-que-una-pagina-en-facebook-puede-hacer-por-tu-negocio/
- StreaYard. (s.f.). Obtenido de https://streamyard.com/?utm_source=google&utm_medium=cpc&utm_campaign=spanish-branded&utm_content=113252109541&utm_
- treamyard&gclid=CjwKCAjwqauVBhBGEiwAXOepkaTiDBh8v0Wkh7WgY5umtlADCBLVJ6fu4U07q-k_v7I_YWhDC7fPYxoCV4EQAvD_BwE
- *SUNRISE MEDICAL*. (12 de 12 de 2017). Obtenido de https://www.sunrisemedical.es/blog/consejos-padres-ninos-con-discapacidad
- WORL DATA EDUCATION. (2006). Obtenido de http://www.ibe.unesco.org/sites/default/files/Bolivia.pdf

CONSULTORIO PEDAGOGICO LUNA EDUCACION ACTIVA Aplicando Redes Sociales

(Actualmente un emprendimiento)

Kelly Giselle Calle Quispe
kellycalle05@gmail.com

Resumen

Tras las materias sobre redes o tecnología dictadas a lo largo de la carrera, lanzamos el proyecto Luna Educación Activa muy precario en redes sociales sin embargo la materia actual de redes sociales agilizo las habilidades para poder difundir de forma oportuna el proyecto convirtiéndose así en un pequeño emprendimiento actualmente llamado Consultorio Pedagógico Luna Educación Activa.

Tras la presentación del logo se presentó con más constancia diferentes post informativos o de presentación de actividades relacionados a los objetivos como emprendimiento. Incursionamos con entrevista en vivo a 3 diferentes invitados con un nuevo instrumento digital.

Palabras clave:
educación, niños, primera infancia, discapacidad, conciencia, respeto a los diferentes profesionales.

Introducción

Va dirigido a niños de 2 a 9 años neurotípicos y niños con discapacidad. En primera instancia llegando a ciudadanos de los alrededores de la zona del cementerio general.

Motivación

Ayudar a los niños que más lo necesiten brindando un espacio donde se aborde de forma oportuna los diferentes problemas de aprendizaje o discapacidad. Después de haber informado y orientado a los padres de familia en los abordajes con especialistas evitando prueba y error.

Objetivos del proyecto Luna Educación Activa

Lograr orientar a los padres de familia en el desarrollo evolutivo del niño además de estimular oportunamente el problema que presente el niño.

Disminuir los problemas de aprendizajes en niños reteniendo hábitos de trabajo que a futuro se convertirán en rutina fácil de cumplir y así evitar la deserción escolar en jóvenes.

El Nombre de la Página de Facebook

LUNA educación activa

Lo primero que realizamos fue la creación del logo con diferentes herramientas que nos brindaron en clase. Si bien ya tenía la base de mi logo aumente el fondo y las palabras de CONSULTORIO PEDAGOGICO. Como se puede observar más abajo en las fotos de portada y perfil.





https://www.facebook.com/LUNA-Educaci%C3%B3n-Activa-114986307017935/?ref=pages_you_manage

Foto de portada



Foto de perfil



Desarrollo de afiches/posts

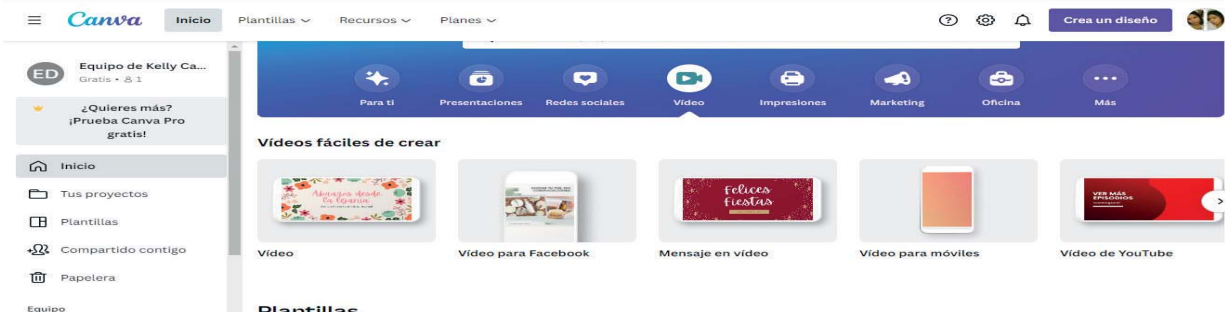
Iniciamos con algunos videos del día del padre y la actividad del día del niño misma que genero más afiches donde se tenía que presentar a los diferentes participantes.

Tras los diferentes ejercicios de prueba y error al realizar los afiches en la aplicación de CANVA, logre realizar afiches acordes en color, forma y dibujos a la situación. También use los diferentes filtros, los diferentes botones que ayudan hacer más didáctico una presentación o video.

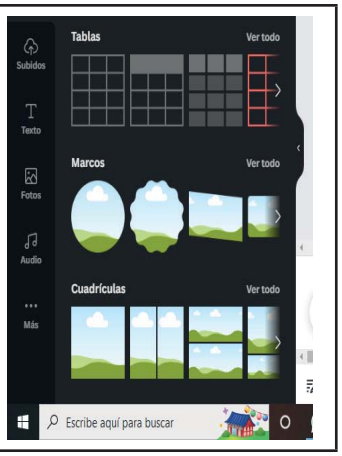
Es importante saber las directrices de cómo usar lo básico de las aplicaciones sin embargo también hay que invertirle tiempo para descubrir diferentes mezclas de tonos, imágenes, audios y esto solo es a través de la práctica.

Videos

	Uno de los videos publicados en la pagina de faebook, durante unos 4 días seguidos se fue publicando un video diferente dedicado a los papás.



Para la elaboración de los videos utilice una plantilla de video colorida de CANVA, utilice como soporte, para los 5 videos que realizaron los niños dedicados a su papá.

Una vez elegida la plantilla adiero el video con audio y colocando el nombre del niño y el papá más un frase corta alusivo al día del padre. Los elemetos que ofrece CANVA como nubes de color, flores, los disperse por los bordes ya que lo principal que queria que se viera era al niño realizando su acto o su canción.	

Flayer A4

	Esta convocatoria publicado en la página con referencia al día del niño, es para generar que niños que no estan dentro del consultorio pedagógico Luna Educación Activa participen llevandose un regalito tras su participación (no es consurso). Este tipo de flayers de “convocatorias de actividades” llevan en mismo fondo sin embargo los elementos cambian según la actividad por ejemplo en esta, selecione imágenes de niños, obviamente el logo, la fecha final de recepción, el whats app al que tiene que enviar la fotografía más un par de datos del niño indicando que el 12 de abril del 2022 seran publicadas en la página de facebook.Se realizó 4 partes para publicar a los participantes, que fueron publicadas a lo largo del día 12 de abril.



Fotografías del día del niño

Como respuesta a la actividad del día del niñño llegaron 35 fotografías, mismas que las publique en 4 partes durante el día 12 de abril. Estas fueron trabajadas en CANVA en la que elegi una plantilla que varie en 5 tonos diferentes verde, naranjado, rojo, celeste y rosado donde coloque elementos de imágenes de niños, postick, el logo, más la frase "feliz día del niño" el nombre del niño,











Flayer A4



Este tipo de flayer informativos son realizados para informar de los servicios que se brinda en el consultorio pedagógico Luna Educación Activa en los que utilizo los colores básicos, pocos elementos de dibujos, el logo y colores pasteles, fue una creacion original porque lo realice tipo infografía con los servicios que ofrecemos, los datos de redes sociales, datos de horarios de atención y aclaración como la atención bajo cita previa.

Entrevistas

Las entrevistas fueron novedosas, que genero un miedo y ansiedad porque es distinta la experiencia de ser tú la que entrevista. Ya que tienes que tener todo cronometrado y un plan B,C, por si sucede algún inconveniente. Los detalles de los grils antes de empezar dicha entrevista o las imágenes de apoyo que vayan acorde a lo que el entrevistado va hablando.

Si bien genero un poco de ansiedad también al finalizar logro mucha satisfacción personal, porque uno es capaz de poder realizar una gran entrevista o estéticamente hablando una bien vista. Es diferente y mucho más relajado ser entrevistado porque una solo entra a la aplicación y responde las preguntas.

Ser realizo la propaganda anticipada para las entrevistas mismas que tenian objetivos claros que ayudarian a llamar la atención a mas personas con la posible opcion a que se conviertan en seguidores de la página. Cada propaganda se trabajo en CANVA en la que coloco los datos importantes fecha y hora de la entrevista, datos de redes sociales, el TEMA que cada invitado realizaría ademas de la fotografía y nombre de cada invitado.

	1ra Entrevista “El consultorio pedagógico Luna Educación Activa busca de tu ayuda” 1ra https://fb.watch/dBR5UW1DUf/
	2da Entrevista “La capacidad vista con ojos diferentes a los míos” 2do https://fb.watch/dBR8XqMhCH/



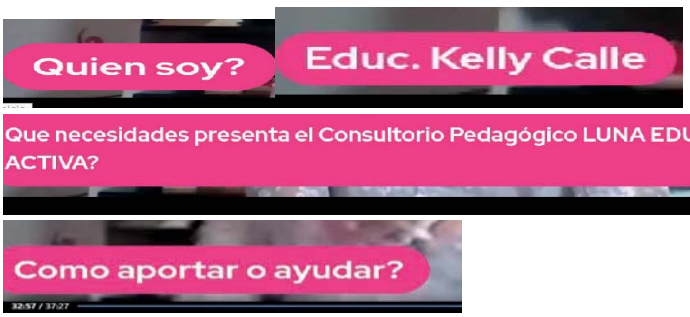
3ra Entrevista
"La importancia de la estimulación del lenguaje"
3ro https://fb.watch/dBRbDUqs4a/



Esta entrevista fue más un en vivo informativo con miras a llegar a personas que puedan brindar apoyo con donaciones, para las entrevistas se realiza toda una preparación. Como por ejemplo la estructura con inicio y final planificado.



Los en vivo se realizan por la herramienta llamada STREAM YEARD que ayuda c colocar pie de página, con las diferentes preguntas que a medida que pasa el en vivo se va presentando una a una.





Presentación preparada en Canva para la despedida.

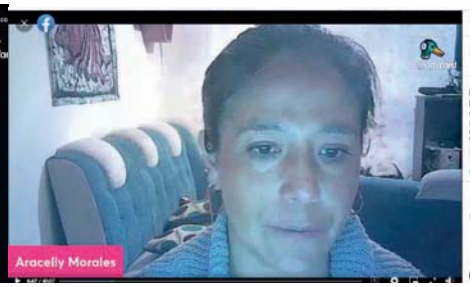






La herramienta de STREAM YEARD da muchas opciones para ofrecer entrevistas estéticamente bien vista por los demás, porque además de poner lo que necesites ya sea preguntas o datos importantes, también se puede presentar mediante diapositivas la entrevista del invitado y cuando la plática es de ida y vuelta en pantalla se puede colocar en 1er o segundo plano al principal.





Herramientas Tecnológicas

La materia ha ampliado los conocimientos sobre aplicaciones que aportan aun trabajo de difusión y estímulo a las habilidades prácticas comúnmente conocidos dentro de las redes sociales.

Algunas herramientas ya conocidas como Facebook, Instagram, Whats app son manejadas por intuición sin embargo cuando uno quiere convertir esa intuición en un espacio comercial o de marca personal es importante conocer otras aplicaciones que en definitiva ayudan a un mejor manejo y una mejor difusión de información ya sea de negocio o marca personal.

Por ejemplo, CANVA que te ayuda a editar, crear un post o un logo te abre una infinidad de posibilidades. PHOTOPEA un editor de imágenes que te ayuda a borrar o aumentar diferentes detalles a las fotos naturales. RENDERFOREST una herramienta que te ayuda a crear fácilmente un logo que te ayuda a ganar tiempo. PREZI una aplicación que te ayuda a realizar videos cortos con novedosos pies de página o la inserción de imágenes, fotografías, palabras clave. STREAM YEARD herramienta que colaboro notoriamente a los novedosas lives, en vivos que incursionamos en el consultorio pedagógico Luna Educación Activa.

Conclusiones

Gracias a las aplicaciones presentadas en la materia se ha podido generar un buen impacto por medio de redes sociales en especial la de Facebook un proyecto convertido en emprendimiento lo dice todo.

El buen uso de aplicaciones de edición de fotos, creadores de post o videos ha conllevado un buen manejo al introducirlo dentro de algunas redes sociales que han ayudado a crecer la página con vistas y con seguidores nuevos.

Trae muchos pros, pero al mismo tiempo comprometen mucho tiempo y dedicación. Parece muy fácil solo sacar una foto y subir a la red sin embargo no es así de simple ya que sacar una fotografía solo es primer paso, porque luego uno necesita identificar los colores, formas, palabras adecuadas, información concreta. Esto para una persona que no es diseñadora gráfica o fotógrafa profesional es complicado ya que el incursionar en esto lleva tiempo y mucha creatividad.

Bibliografía

- Lunaeducacionactiva/facebook
- Canva.com
- Streamyeard.com

Proyecto de NICOLAY-COACH Aplicando Redes Sociales RECONCILIATE CON LA IMPERFECCION-CRECIMIENTO PERSONAL

Rosa Zambrana Mamani
Nicolayross@gmail.com

Resumen

El espacio en las redes sociales a mujeres que dejaron de creer en ellas mismas ayudara al crecimiento personal incluso cuando ellas mismas no lo crean, a veces el mismo entorno familiar y otros hacen que una persona pueda tener inseguridad de una misma. Mucho de los casos de violencia familiar se ve reflejado a causa de la inseguridad que la mujer tiene, por la poca información, por el poco o casi nada de apoyo que tiene en el crecimiento como, persona, como mujer, como madre y como hija.

Cuando la mujer puede aprender y entender que con defectos y virtudes ella debe ser primero aceptada por ella misma para que el resto de las personas puedan respetarla, quererla y amarla desde todo punto de vista.

Por ello que el tema RECONCILIATE CON LA IMPERFECCION a través de la página NICOLAY-COACH. Donde juntas se compartirá temas que empodere a la mujer por el simple hecho de su existencia ella es una ganadora.

Palabras clave: Coach, empoderamiento, imperfección.

Introducción

El concepto de Coach procede del término inglés (que significa entrenadora, entrenar).

En ocasiones el hecho de equivocarse o fracasar es considerado como imperfección, sin mirar más allá que una persona puede equivocarse y/o fracasar porque es parte de la vida el equivocarse. Un poco de imperfección no es tan malo, no debe entristecerte, al contrario, te mantiene con la realidad y con la gente no tan perfecta

Es por ello que se motiva y se crea la página RECONCILIATE CON LA IMPERFECCION, para que

el arte de acompañar a una persona (coache) durante un periodo de tiempo sea productivo y motivador, para que el cliente consiga sus objetivos y metas.

Motivación

La motivación es por los altos índices de violencia hacia la mujer, por aquellas mujeres que sienten inseguridad de ellas mismas. Este espacio es dedicado a las mujeres que callan su duelo, aquellas mujeres que aún no sueltan todo lo que les duele y poder crecer apoyándose una contra otras.

Objetivos del proyecto

Tener un espacio para las mujeres que muchas veces creen dudar de sus propias decisiones y compartir experiencias que sirvan para su forma de vivir.

El Nombre de la Página de Facebook

NICOLAY-COACH

Desarrollo de afiches

	Entre los primeros afiches se fue usando las App de diseño, afiches de motivación, información y superación.

	En los siguientes afiches se comparte información de crecimiento y de amor propio
	Ya con el mejor manejo de las App y material aprendido se va mejorando los afiches informativos para ir compartiendo con los seguidores de la página de Facebook NICOLAY.COACH

Entrevistas

Puede que al principio parezca fácil realizar una entrevista, pero en el desarrollo de la misma puede sentirse algo complejo, pero en el trayecto de la practica esta la facilidad de realizarlo, con más seguridad y sobre todo con dedicación.

Entre ellas la primera entrevista con KELLY CALLE Y JHOANA BOYAN
temas de interés hacia mujeres, sobre los defectos, superación de los límites que una misma se pone por agradar y ser aceptada por la sociedad y no ser relegadas.

También se trabajó en las entrevistas en lo enmarcado tanto en el tiempo, como en las App a transmitir en vivo, se respetó horarios y llevando a cabo lo propuesto





	Y finalmente una transmisión en vivo con un tema que fue de interés personal

Herramientas Tecnológicas

En el desarrollo del proyecto y para su cabalidad se aplicó las herramientas tecnológicas, entre algunas de ellas:

CANVA
STREAMYARD
FACEBOOK

Herramientas modernas de gran utilidad, gratuitas, modernas y con una facilidad de manejo, también herramientas de una gran demanda que ayudaron a que el proyecto se haga realidad y se lleve a cabo de manera innovadora, divertida y sobre todo interactiva

Conclusiones

La tecnología va creciendo, avanzando a grandes pasos, y las personas no podemos evadir

esta situación, al contrario, debemos tratar de estar actualizados, así como en conocimientos, también en tecnología. Ya que, mediante las Redes sociales, medios de comunicación y otros podemos traspasar fronteras, por medio de la tecnología, de los medios tecnológicos haciendo realidad lo que antes por falta de tecnología no se podía. Y es así que el proyecto RECONCILIATE CON LA INPERFECCION se llevó a cabo a través de la página de Facebook NICOLAY-COACH, con el apoyo de la herramienta streamyeard, canva y otros que fueron un gran apoyo y aporte al proyecto, un espacio para mujeres, donde la violencia se apodera de ellas.

No hay nada mejor un espacio dirigido para mujeres que viven solas su duelo, para reducir los índices de violencia hacia la mujer, crear espacios para ellas, para que sientan el apoyo, para que a través de estas plataformas tecnológicas se pueda llegar de poco a poco a esas personas que viven solas el duelo.

La Salle Universidad Bolivia

REVISTA EDUTICS

Año 2022

Número 4

Volumen 2