



## Talleres Colegio Santa Clara

*Por Francisca Garrido y Graciela Verdugo*

En el Colegio Santa Clara existen diversos tipos de talleres en los que cada niño del establecimiento desarrolla distintas capacidades, además promueven la vida sana. En la educación media se desarrollan 14 talleres, éstos son: Taller de Periodismo, Ultimate Frisbee, Talento Matemático, Básquetbol, Fútbol femenino y masculino, Voleybol, Balonmano, Taller de Instrumento Musical, Ciencias y Electrónica, La Banda, Teatro, Taller de Cristales y Tutorías.

Por lo que nos han hablado estudiantes y profesores de los talleres, sabemos que están compuestos entre 6 a 34 alumnos y se desarrollan diferentes días a la semana.

Tal como se mencionó anteriormente, cada taller busca potenciar diferentes cualidades en los estudiantes, por ejemplo, según nos cuenta el profesor Danilo Contreras de Voleybol, su academia consiste en "entrenar la parte física de los alumnos inscritos y en prepararse para partidos contra otros colegios". Mientras que en Instrumental, se enseña a tocar diferentes instrumentos con el fin de interpretar canciones o diferentes melodías durante los actos del colegio.

Algunos de estos talleres han ido a competir a otros lugares. El Colegio seguirá ejerciendo los talleres, ya que ayudan a los alumnos, a mejorar sus distintas capacidades como también mejorar su autoestima.



## Sedentarismo: La falta de actividad física en los alumnos.

*Por Fernanda Rioseco y Martina Romero*

El sedentarismo es la carencia de ejercicio físico en la vida cotidiana de una persona, certifica el doctor Juan Diego Gaviria.

Esto hace al ser humano más propenso a sufrir enfermedades de tipo cardiaco. Esto va de la mano con el problema de la obesidad y diabetes.

El sedentarismo ha crecido drásticamente en los últimos años gracias a que el mismo ser humano ha creado objetos que facilitan gran parte de su vida.

Esto se puede apreciar claramente en nuestro colegio, ya que la mayoría prefiere buscar entretenimiento en su celular antes que practicar deporte al aire libre.

El 86,7% de la población chilena sufre de esto. El 33,8% de mal nutrición por exceso, es decir, uno de cada tres niños sufren del sedentarismo y obesidad en nuestro país.

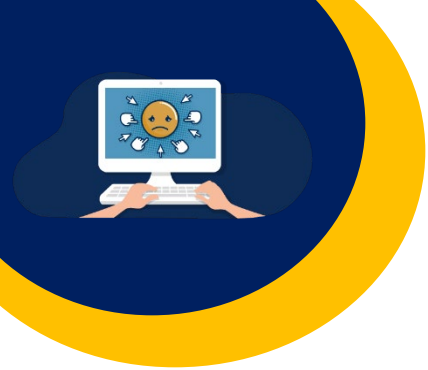
"Me considero una persona sedentaria, no hago ejercicio y trato de caminar lo menos posible", señala una profesora del establecimiento. Mientras que la mayoría de los alumnos aclaran ser personas activas.

"Me considero activo porque hago deporte", declara un estudiante del establecimiento.

"Soy una persona activa porque en el colegio participo mucho en los deportes, además estoy en un grupo folklórico", afirmó una estudiante del edificio.

El sedentarismo, como ya hemos mencionado, se ha desarrollado gracias al uso extremo de la tecnología de la época.





# Entrevista a docente y alumnos sobre el bullying y cyberbullying

Por Yanara Miranda y Bárbara Robles

El bullying o acoso escolar es aquel comportamiento de persecución u hostigamiento que tiene un alumno hacia otro. Este puede ser de carácter físico o psicológico. Se realiza constantemente y se mantiene con el tiempo. El objetivo de este maltrato es intimidar, dañar y asustar, de esta manera el acosador obtiene alguna ventaja de su víctima.

Según las estadísticas, la edad más frecuente en la que se presenta el bullying es entre los 7 y 14 años, no obstante, hay conductas que aparecen en los niños más pequeños, pero no se pueden medir por falta de métodos científicos.

El acoso escolar es común en las instalaciones educativas. Éste consiste en practicar actos violentos e intimidatorios constantes sobre otro compañero, con el propósito de agredir y hacerlo sentir mal e inseguro, y de esta manera entorpecer su desenvolvimiento. Por esta razón, los más afectados son los niños y jóvenes que por algún motivo son "diferentes" a sus compañeros; por lo general son jóvenes de apariencia sumisa debido a una baja autoestima e inseguridades.

El bullying puede generarse tanto de manera física como también a través de redes sociales, esto ya pasaría a ser Cyberbullying o ciber acoso.

## Testimonios de docentes:

Entrevistamos a varios de los docentes del establecimiento para poder saber su opinión sobre el tema y lo que ellos harían al respecto si ocurriera en la institución.

Realizamos una entrevista que constaba de 4 preguntas, en ésta la mayoría de los docentes dieron respuestas similares.

## *En caso que algún alumno/a sufra de cyberbullying, ¿Qué haría usted al respecto?:*

El 80% de los entrevistados aclaró que lo primero que harían es hablar con los involucrados y poder buscar una solución al problema. En el caso que no se pueda conversar con los responsables del acoso, hay que acercarse a la víctima y entregarle todo el apoyo posible.

Por otro lado, el 20% restante declaró que "de suceder esto hay que avisar de inmediato a las autoridades del colegio. Posterior a esto, hay que activar el protocolo contra el bullying o cyberbullying para que a los acosadores se les aplique la sanción correspondiente, y así resolver el problema y no vuelva a ocurrir".

## *¿Alguna vez ha llegado algún caso de bullying o cyberbullying al colegio?:*

El 90% de los entrevistados aseguró que sí han llegado casos de acoso al colegio, aclarando que ninguno llegó a problemas mayores y se pudieron resolver de buena forma, y sin complicaciones. Mientras que el otro 10% aseguró que personalmente nunca se dieron por enterado de que ocurrieran estos casos, pero que creen que sí pudieron haberse generado varios conflictos de este tipo.

## *¿Alguna vez presenció algún caso de Bullying en el colegio?:*

Esta es una pregunta que fue más que nada creada para docentes que pasan todo el día con los alumnos, ya sea en la sala de clases o fuera de ella.

El 70% aseguró no haber presenciado como tal el bullying, pero sí han sido testigos de burlas entre alumnos, que al fin y al cabo es un comienzo de lo que todos

Muchos lo han dejado pasar por el simple hecho de ser sólo una "burla" entre los alumnos. Sin embargo, hay otros que sí le han otorgado más importancia y le dan más gravedad al asunto.

## *¿Cómo alentaría a un alumno a evitar el Bullying?:*

Las respuestas a esta pregunta fueron un poco más íntimas, ya que hablaron de manera más personal.

Varios dijeron que alentarían a los alumnos haciéndolos reflexionar de que quizá el día de mañana podrían ser ellos la víctima, algún familiar o alguien cercano que ellos quisieran mucho; que pensarán en las consecuencias que este trae, tanto para el alumno que lo sufre como el que lo está provocando.

El principal propósito de esta entrevista es dejar en claro que el bullying puede comenzar de una simple burla, la cual después se puede ir agrandando, generando así un profundo daño en las víctimas.

El gran problema de esto es que la mayoría toma conciencia cuando viven el problema de muy cerca, cuando se debería tomar en cuenta desde antes. Para que esto no ocurra, no hay que callarse, porque no queremos que tú seas la próxima víctima.





## El estrés en los estudiantes y profesores del Colegio Santa Clara

Por Fernanda Pino y Nayaret Silva

El estrés, según las OMS, se define como el conjunto de reacciones emocionales cognitivas, fisiológicas y del comportamiento a ciertos aspectos adversos o nocivos del contenido, la organización o el entorno de trabajo.

Por ejemplo, en el Colegio Santa Clara de Placilla podemos ver el agotamiento de los estudiantes después de la jornada escolar, ya que se les nota la cara de agotamiento a la salida de clases. Además, hay que agregar que cuando llegan a sus casas no pueden descansar, ya que tienen que prepararse para enfrentar pruebas, realizar trabajos o tareas para los siguientes días.

Para el desarrollo de esta nota, entrevistamos a estudiantes y profesores del establecimiento, donde sólo una de cada seis personas declaró no sentirse estresado.

Según Yanara Miranda, alumna de III° medio, "son muchas cosas y los profesores no tienen conciencia de que son más materias y solo creen que es la suya".

Por otro lado, el Profesor Luis Espinoza, encargado de Coordinación Académica, aseguró que "el estrés puede ser causado por más de un motivo, por ejemplo, funciones que toca empeñar, en este caso viendo las situaciones que surgen desde los alumnos, profesores y desde el mismo directivo, intentando resolverlas todas. Entonces no siempre está el tiempo para poder atender todas las problemáticas que van surgiendo, en el tiempo que uno quisiera y eso mismo a uno lo va complicando, quisiera tener siempre todo resuelto rápido entonces eso también estresa de por sí".

Con esto podemos inferir que, el estrés académico es un grave problema que afecta a gran parte de los adolescentes en la actualidad, ya que tienen que lidiar constantemente con tutores, profesores y padres que constantemente los presionan para ser los mejores. En cuanto al estrés laboral que sienten los profesores dentro del establecimiento, podemos afirmar que su cansancio proviene del exceso de trabajo y por la carga académica.



*"La verdad y la solidaridad son dos elementos claves que permiten a los profesionales de los medios de comunicación convertirse en promotores de la paz".*

Sitio web:

[www.colegiostaclara.cl/](http://www.colegiostaclara.cl/)

Contacto:

Ed. Básica: +56 32 2291149  
Ed Media: +56 32 2299630

Correo electrónico:

[informacionescsc@gmail.com](mailto:informacionescsc@gmail.com)







## Miércoles de inspiración

*Los miércoles de inspiración es un espacio de cada semana que busca destacar a aquellos estudiantes, docentes o asistentes que hayan realizado alguna acción que fortalezca a nuestra comunidad, destacando diversos valores como el compañerismo, espíritu de servicio, justicia, entre otros, o bien destacando aspectos académicos, como la representación en ferias científicas, concursos y más.*

*Durante el primer semestre los destacados fueron:*

- ✚ Ian Boldrini de II° Medio, por su colaboración en la reparación de un implemento del colegio.
- ✚ Los cuatro equipos participantes de la Feria de la Ciencia UV. Éstos fueron: 1) Sebastián Arellano, Manuel Cano, Aranza Fuenzalida y Cristóbal Cortés. 2) Matías Romero y Roberto Jiménez. 3) Gabriela Gallardo y Valentina Valenzuela. 4) Eric Garate, Diego Cabrera y Matías Herмосilla.
- ✚ La Banda de Honor, por representar la identidad del Colegio Santa Clara en sus presentaciones en Valparaíso y Placilla.
- ✚ Los estudiantes de II° y IV° Medio, por su colaboración en el día de la convivencia escolar en la Enseñanza Básica, y por la "Campaña contra el bullying y cyberbullying).
- ✚ El equipo de Futsal, por su destacada participación en fútbol.
- ✚ Tabita Salazar de 8° Básico y Sophie Zamorano de 7° Básico, por su participación y gran desempeño en la Corrida y Sport Day organizada por el Colegio Umbral de Curauma.
- ✚ Catalina Reyes de 8° Básico, por su participación en Regata Héroes de Iquique 2019 en Concepción y por su 1<sup>er</sup> lugar en doble novicio damas.
- ✚ El equipo de fútbol femenino, por su espíritu de compañerismo y sororidad.
- ✚ Al 7° Básico, por obtener la mejor asistencia en el mes de marzo.
- ✚ René Rocco de IV° Medio, por su apoyo a la Campaña en contra del ciberacoso en sus redes sociales.
- ✚ Nicolás Molina de II° Medio, por su colaboración al deporte de nuestro establecimiento entregandoun set de seis pelotas de tenias de mesa.
- ✚ La profesora Lorena Galáz, por propicial espacios de reflexión en torno a la conmemoración del día de la mujer trabajadora y día contra al ciberacoso.

