Programa de Educadora/es para el apoyo m/parental

CURRICULUM

This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Índice de contenidos

Unidades de estudio autogestionado 3

Unidades de estudio presencial **4**

Día Uno

Día Dos

Día Tres 5

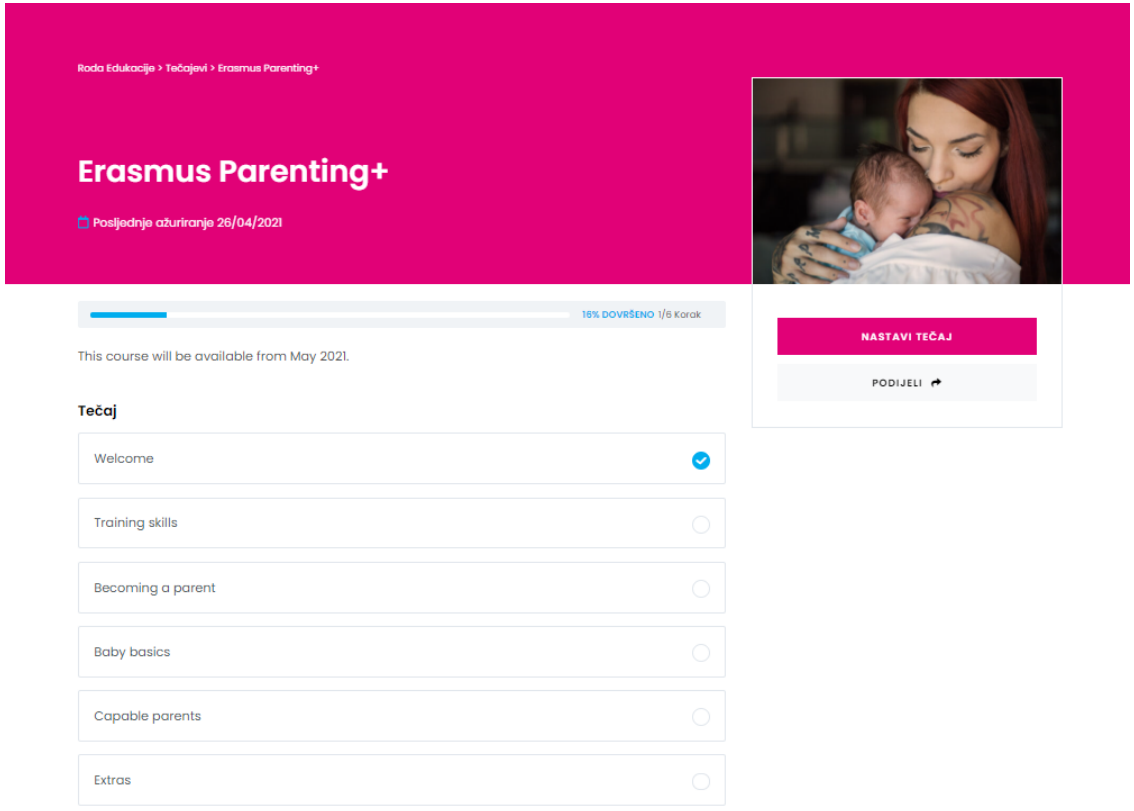
Día Cuatro

Día Cinco 6

Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional.

Unidades de estudio autogestionado

Las unidades de estudio autogestionado se proporcionaron en la plataforma online de Roda http://edukacija.roda.hr. Todas las participantes tuvieron que cumplir el requisito de completar el estudio autogestionado para poder asistir a la formación presencial.



.

Formación presencial

Día Uno

Inicio	Fin	Tema	Objetivos	Recursos (en su caso)	Tiempo necesario (HH:MM:SS)
12:30:00	13:45:00	Bienvenida	Dar bienvenida a participantes, presentar a formadoras y conocerse		1:15:00
13:45:00	14:45:00	Pausa comida			1:00:00
14:45:00	15:10:00	Normas del grupo y expectativas	Las participantes conocen la necesidad de las normas del grupo y cómo establecerlas. Las participantes saben cómo conocer las expectativas del grupo y cómo ajustar su programa en consecuencia.	Caballete con hojas, notas post-it, bolígrafos	0:25:00
15:10:00	15:50:00	Introducción a herramientas de facilitación	Las participantes pueden aplicar diferentes técnicas educativas en relación al contenido dependiendo del contexto Las participantes conocen el método óptimo dependiendo del objetivo de la sesión	Presentación, materiales del libro de texto práctico para las participantes	0:40:00

15:50:00	**16:10:00**	**Relajación guiada**	**Las participantes conocen los beneficios de usar visualizaciones y meditaciones como técnicas de relajación en las sesiones y saben cómo hacerlo**		**0:20:00**

16:10:00	**16:25:00**	**Pausa café**			**0:15:00**
16:25:00	**16:35:00**	**Calentamiento para concentración**			**0:10:00**
16:35:00	**17:15:00**	**Manejar expectativas**	**Las participantes pueden identificar necesidades en un grupo y cómo gestionar las diferencias respetuosamente gracias a las herramientas que se les proporcionan**	**Caballete con hojas, notas post-it**	**0:40:00**
17:15:00	**17:55:00**	**Enseñanza efectiva y aprendizaje efectivo**	**Las participantes conocen diferentes formas de enseñar y aprender y pueden elegir métodos educativos efectivos cuando elaboran el currículum a impartir**	**materiales del libro de texto práctico para las participantes (Enseñanza efectiva, cono de aprendizaje)**	**0:40:00**
17:55:00	**18:10:00**	**Ronda de cierre y evaluaciones**		**Evaluaciones**	**0:15:00**

Día dos

Inicio	Fin	Tema	Objetivos	Recursos (en su caso)	Tiempo necesario (HH:MM:SS)
9:00:00	**9:15:00**	**Calentamiento**	**Conoce consecuencias a largo y corto plazo de mala postura; puede ofrecer formas de mantener y mejorar postura corporal, incluyendo durante el amamantamiento y el**		**0:15:00**

			porteo		
9:15:00	**9:30:00**	**Diferentes actitudes hacia la crianza en las diferentes generaciones y comunidades**	**Conciencia sobre diferentes perspectivas en la crianza y formas de reconciliación**		**0:15:00**
9:30:00	**10:15:00**	**Mantenerse saludable - promover tu sistema inmune y bienestar**	**Capacidad de explicar cómo el estrés, la nutrición, el descanso y el ejercicio (especialmente al aire libre) y la calidad del aire contribuyen a una inmunidad más o menos adecuada, sin avergonzar a las familias**	**Hojas de papel, bolígrafos, colores…**	**0:45:00**
10:15:00	**10:30:00**	**Pausa café**			**0:15:00**
10:30:00	**11:00:00**	**Crianza desde el auto-sacrificio con conciencia - cambiar el foco del “yo” al “ella/él”**	**Puede debatir abiertamente de las limitaciones y renuncias que conlleva la crianza y su posible significado y aportación al crecimiento personal de las familias**	**Un bolígrafo para cada participante**	**0:30:00**
11:00:00	**11:30:00**	**Manejo del estrés**	**Conoce y puede debatir sobre formas variadas y saludables de reaccionar ante el estrés**	**Caballete con hojas, notas post-it, rotuladores**	**0:30:00**
11:30:00	**12:00:00**	**Emociones negativas o difíciles**	**Puede debatir abiertamente sobre emociones difíciles que pueden surgir en la crianza (síndrome impostora, enfado, indefensión), centrarse en formas de contención, disolución y prevención (mediante técnicas simples basadas en la cognición y el comportamiento).**		**0:30:00**
12:00:00	**13:00:00**	**Pausa comida**			**1:00:00**
13:00:00	**13:15:00**	**Calentamiento**			**00:15:00**

13:15:00	**13:30:00**	**Signos de alerta ante depresión y psicosis postparto así como síndrome de estrés posttraumático**			**00:15:00**
13:30:00	**14:15:00**	**Crecimiento personal en la crianza**	**Debate sobre cómo la crianza nos cambia; conocer aspectos básicos del crecimiento personal; aceptación de la imprevisibilidad en la crianza**		**0:45:00**
14:15:00	**14:30:00**	**Pausa café**			**0:15:00**
14:30:00	**14:45:00**	**Crianza y alianzas**	**Desafíos relacionados con la crianza y las alianzas**		**0:15:00**
14:45:00	**15:10:00**	**La paternidad hoy en día**	**Conocimiento de las diferentes aproximaciones a la paternidad**		**0:25:00**
15:10:00	**15:35:00**	**Ronda de cierre y evaluaciones**			**0:25:00**

Día Tres

Inicio	Fin	Tema	Objetivos	Recursos (en su caso)	Tiempo necesario (HH:MM:SS)
9:00:00	**9:10:00**	**Información sobre alojamiento**			**00:10:00**
9:10:00	**9:40:00**	**Calentamiento**			**00:30:00**
9:40:00	**10:25:00**	**Experiencia personal amamantando**	**Conocimiento de la influencia de las experienciaspropias personales**		**00:45:00**

			amamantando a la hora de desarrollarse profesionalmente y aproximarse a los talleres de lactancia como formadora o dinamizadora		
10:25:00	**10:40:00**	**Pausa café**			**00:15:00**
10:40:00	**11:10:00**	**Ética formadora/dinamizadora**	**Ser capaz de evaluar el alcance de los objetivos y valores del Parenting+ program. Conoce los límites de la profesión de formadora/dinamizadora. Introducción al Código de la OMS.**		**0:30:00**
11:10:00	**12:10:00**	**Comportamiento de recién nacida/o y necesidades (emocionales y físicas)**	**Participante conoce sus prejuicios, practica la escucha activa, tiene herramientas para dinamizar grupos. Repetición de algunos de los contenidos de los módulos de estudio autogestionado.**	**Caballete con hojas, papel, rotuladores, muñecas, tarjetas.**	**1:00:00**
12:10:00	**13:40:00**	**Comida**			
13:40:00	**13:55:00**	**Calentamiento - masaje de manos**			**0:15:00**
13:55:00	**15:25:00**	**Lactancia: agarre y posición**	**Las participantes conocen las posiciones y agarres óptimos para la lactancia (con adaptaciones para cesáreas y episotomías); qué hacer si bebé no se agarra; técnicas de expresión manual**	**Muñecas, modelos de pechos, almohadas, esterillas, sillas, sofá si es posible, cojines de lactancia si es posible**	**1:30:00**
15:25:00	**15:40:00**	**Pausa café**			**00:15:00**
15:40:00	**16:25:00**	**Presentaciones con compañera sobre temas tratados**	**Las participantes son capaces de elegir y combinar métodos educacionales efectivos y presentar su trabajo por parejas**		**0:45:00**

17:10:00	**17:30:00**	**Ronda de cierre y evaluaciones**			**0:20:00**

Día cuatro

Inicio	Fin	Tema	Objetivos	Recursos	Tiempo necesario (HH:MM:SS)
9:00:00	**9:10:00**	**Información alojamiento**			**00:10:00**
9:10:00	**9:30:00**	**Calentamiento**			**00:20:00**
9:30:00	**10:30:00**	**Latancia - elegir equipo adecuado de la forma adecuada**	**Participante sabe cómo usar correctamente biberones, extractores, pezoneras, etc.**	**Muñecas, pezoneras, extractores, etc.**	**00:60:00**
10:30:00	**10:45:00**	**Pausa café**			**00:15:00**
10:45:00	**12:15:00**	**Alimentación infantil: decisiones informadas y respeto a actitudes y valores familiares diversas**	**Participante conoce cómo comunicar respetuosamente y sin juzgar, cómo detectar necesidades y satisfacerlas, cómo gestionar situaciones no esperadas**	**Muñecas, tarjetas, papel, bolígrafos, caballete con hojas, etc.**	**1:30:00**
12:15:00	**13:15:00**	**Pausa comida**			**1:00:00**
13:15:00	**13:30:00**	**Calentamiento**			**00:15:00**
13:30:00	**15:00:00**	**Cuidado de bebés básico + ventajas del masaje infantil**	**Participante conoce cuidados básicos bebé y ventajas masaje infantil. Participante puede listar diferentes acercamientos**	**Muñecas, esterillas.**	**1:30:00**

			dependiendo de la organización o autoridades.		
15:00:00	**15:15:00**	**Pausa café**			**00:15:00**
15:15:00	**16:45:00**	**Básicos porteo**	**Participante tiene conocimientos básicos sobre porteo, sus principios y opciones.**	**Muñecas, fulares, bandoleras, mochilas, etc.**	**1:30:00**
16:45:00	**16:55:00**	**Ronda de cierre**			**0:10:00**

Día cinco

Inicio	Fin	Tema	Objetivos	Recursos	Tiempo necesario (HH:MM:SS)
9:00:00	**9:10:00**	**Información alojamiento**			**00:10:00**
9:10:00	**9:25:00**	**Calentamiento**			**00:15:00**
9:25:00	**10:25:00**	**Desafíos lactancia y alimentación. Practicar herramientas de comunicación.**	**Participante conoce desafíos en lactancia y alimentación infantil, tiene recursos para afrontarlos y buscar ayuda. Sabe cómo comunicarse de forma respetuosa y afectiva, teniendo en cuenta las particularidades del caso.**	**Caballete con hojas, bolígrafos, tarjetas con desafíos.**	**1:00:00**
10:25:00	**10:40:00**	**Pausa café**			**00:15:00**
10:40:00	**11:40:00**	**Actividad de cierre**			**1:00:00**
11:40:00	**11:55:00**	**Evaluaciones**			**0:15:00**

11:55:00	**12:55:00**	**Comida**			**1:00:00**