



LA AGENDA

ENSQ

Nº 34

Semana del 21 al 27 de septiembre 2026

Lleva la Normal en tu Corazón
#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela





NOTICIAS

Familia ENSQ, se invita a todos los docentes y directivos a emprender una Campaña para que los estudiantes hagan un uso controlado del celular en las aulas mientras se reglamenta en el Manual de convivencia. La disminución en el uso del celular mejora la convivencia, la concentración y la calidad del aprendizaje. Todos juntos activamos nuestra identidad  Normalista. Dediquemos unos minutos a trabajar con ellos esta iniciativa.



PROYECTO ACTIVA TU IDENTIDAD NORMALISTA

ACTIVA TU IDENTIDAD NORMALISTA

CADA ELECCIÓN, NOS HACE MEJORES

APAGA EL CELULAR, ENCIENDE TU CEREBRO

DISMINUYE EL USO DEL CELULAR DENTRO DEL AULA Y EN EL COLEGIO PARA APRENDER MEJOR Y SER LA MEJOR VERSIÓN DE TI.

¿POR QUÉ HACERLO?

- MEJORA TU CONCENTRACIÓN**
Enfócate en lo que realmente importa.
- COMPRENDES MEJOR**
Escuchas, participas y aprendes más.
- FORTALECES TUS RELACIONES**
Conectas con tus compañeros y docentes.
- ALCANZAS TUS METAS**
Menos distracciones, más logros.
- TU CEREBRO TE LO AGRADECE**
Más memoria, más creatividad, más tú.

RETO NORMALISTA

Hoy elijo aprender, conectarme con mi entorno y construir mi futuro.

¡YO APAGO EL CELULAR Y ENCIENDO MI POTENCIAL!

ACUERDO NORMALISTA

- Usaré el celular solo cuando mi docente lo indique.
- Lo mantendré apagado o en modo avión durante las clases.
- Daré lo mejor de mí en cada momento de aprendizaje.

¡Descansa un momento! El mundo puede esperar, tu futuro no.

¡Formar maestros es transformar vidas!

#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela



NOTICIAS

Quindío Paraíso Artístico y Cultural
Programas de formación en artes
₡8,500

**ENSAYOS
BATUCADA**
de la Escuela Normal Superior del Quindío

sábados
de 10:30 a. m. a 11:30 a. m.

¡Te esperamos para hacer música,
movernos y divertirnos juntos!

  **GOBIERNO DEL
QUINDÍO**
CULTURA

Sede Rojas Pinilla 

 **Manos al arte**
FUNDACIÓN ARTÍSTICA Y CULTURAL

Proyecto apoyado por el Ministerio de las Artes, las Culturas y los Saberes - Programa Nacional de Concertación Cultural 2026.



#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela



NOTICIAS



#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela



NOTICIAS



ESCUELA NORMAL SUPERIOR DEL QUINDÍO
Una comunidad que educa y transforma.

Estimadas Familias Normalistas:

TRABAJEMOS JUNTOS POR UNA CONVIVENCIA BASADA EN EL RESPETO, LA CONFIANZA Y LA COHERENCIA.

La familia también educa

1 EL REFLEJO COMIENZA EN CASA

Hablar mal del colegio donde estudian sus hijos por las infracciones de los jóvenes, es hablar mal de la familia y de las pautas de crianza del hogar.

"Un niño o joven rodeado de buen ejemplo y valores en casa, nunca cometerá una infracción."

Los valores de hoy se ven en sus acciones mañana.

2 CONFIDENCIALIDAD: UN DERECHO LEGAL Y UN ACTO DE RESPETO

Las situaciones de convivencia de las que sean presuntamente responsables los estudiantes y las acciones que frente a ello realiza el colegio, tienen por ley el carácter de **confidencialidad**.

Respetemos la privacidad de los procesos y confiemos en los conductos institucionales. Hablemos con los docentes, directivos o el equipo de convivencia, no en espacios públicos.

"Cuidar la confidencialidad también es cuidar a nuestros hijos."

3 LAS REDES SOCIALES TAMBIÉN HABLAN DE NOSOTROS

Usar las redes sociales para hablar mal del colegio o de sus estudiantes, promueve la desconfianza, daña la reputación de la institución y de las familias.

No promuevas
No compartas
No repliques
información que puede ser falsa.

Mejor dedica tu tiempo y energía a formar a tus hijos en casa, para que cuando no estén contigo, te honren.

4 EN LA NORMAL EDUCAMOS ESTUDIANTES Y FUTUROS MAESTROS

La Escuela Normal Superior del Quindío tiene una misión especial: no solo formamos estudiantes, sino también maestros que transformarán la sociedad.

Por eso, todos tenemos una doble responsabilidad: familias y colegio.

- ✓ Se coherente con lo que dices y haces.
- ✓ Apoya las normas y orientaciones del colegio.
- ✓ Da un buen ejemplo: tus hijos también aprenden de tu actitud.
- ✓ Construyamos juntos un entorno donde se vivan los valores que queremos para el presente y futuro.

Hoy son estudiantes, mañana serán maestros de nuevas generaciones.

5 FAMILIAS Y COLEGIO: EL MISMO PROPÓSITO

Cuando actuamos con respeto, diálogo y compromiso, fortalecemos la convivencia y formamos mejores personas.

La educación es una alianza, no una competencia.

Hagamos de la Normal un lugar seguro, respetuoso y lleno de oportunidades para todos.

Familias que suman, hijos que trascienden.

Lleva la Normal en tu Corazón. #ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela

#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela



NOTICIAS

Conductas o señales de Alerta

para Básica Secundaria, Media y PFC

Los eventos como el terremoto del 10 de agosto generan un alto impacto emocional en los preadolescentes y adolescentes, ellos procesan las situaciones de trauma de forma distinta a los niños más pequeños; aunque comprenden mejor el evento, suelen experimentar un fuerte conflicto emocional, aislamiento o desesperanza sobre el futuro.

Es por ello que es importante identificar que señales persisten por más de cuatro semanas y que interfieren fuertemente en su vida cotidiana. Si esto ocurre es importante solicitar ayuda y remitir a psicología.

CONDUCTAS E INDICADORES DE ALERTA

- 1. Aislamiento social y emocional:** Distanciamiento marcado de la familia y amigos, abandono de actividades que antes disfrutaban o sensación de "desconexión" de la realidad (disociación).
- 2. Cambios profundos en el estado de ánimo:** Irritabilidad extrema, explosiones de ira, hostilidad constante, o por el contrario, apatía total y tristeza profunda.
- 3. Pensamiento catastrófico o desesperanza:** Expresar ideas de que "nada vale la pena", preocupación constante sobre futuros desastres o incapacidad para proyectarse en el futuro.
- 4. Conductas de riesgo o evasión:** Consumo o incremento en el uso de alcohol, tabaco u otras sustancias, o conductas impulsivas y peligrosas como forma de afrontar la angustia.
- 5. Alteraciones en el sueño y alimentación:** Insomnio severo, pesadillas recurrentes sobre el desastre, o cambios drásticos en sus patrones de alimentación (pérdida o aumento excesivo del apetito).
- 6. Bajo rendimiento o evitación escolar:** Dificultad severa para concentrarse, pérdida drástica en el rendimiento académico o negación a asistir al colegio.
- 7. Somatización física:** Quejas frecuentes de dolores de cabeza, migrañas, fatiga crónica, náuseas o palpitaciones sin causa médica aparente.

PAUTAS DE APOYO INICIAL

- 1. Promover la escucha activa sin juzgar:** Permitirles expresar sus frustraciones, miedo o enojo sin minimizar sus sentimientos ni imponer respuestas prefabricadas.
- 2. Involucrarlos en actividades útiles:** Darles un rol activo en la reconstrucción o ayuda comunitaria ayuda a devolverles el sentido de control y propósito.
- 3. Respetar su espacio sin descuidar la presencia:** Darles privacidad cuando la necesitan, pero manteniéndose disponibles y monitoreando sutilmente su comportamiento.
- 4. Fomentar el contacto con sus pares:** Facilitar la reconexión con su grupo de amigos o redes de apoyo de su misma edad.

Conductas o señales de Alerta

para Padres de familia o cuidadores

Los eventos como el terremoto del 10 de agosto generan un alto impacto emocional en los adultos, las manifestaciones de estrés posttraumático, ansiedad severa o depresión tras un terremoto suelen verse condicionadas por la responsabilidad de sobrellevar la crisis, el cuidado familiar o las pérdidas materiales y laborales.

Si los síntomas persisten por más de un mes e interfieren con la capacidad de trabajar, cuidar de sí mismo o de la familia, se debe acudir a consulta por psicología.

CONDUCTAS E INDICADORES DE ALERTA

- Estado de hipervigilancia constante:** Dificultad extrema para relajarse, sobresaltos excesivos ante ruidos menores o sensación permanente de peligro inminente o de que ocurrirá otro desastre.
- Pensamientos intrusivos y reviviscencia:** Recuerdos involuntarios, imágenes repetitivas del sismo (flashbacks) o pesadillas intensas que impiden conciliar un descanso reparador.
- Sentimientos de culpa o desesperanza:** Culpa del superviviente ("¿por qué a mí no y a otros sí?"), desamparo, pérdida de sentido de vida o pensamientos explícitos de "no poder más".
- Aislamiento y embotamiento afectivo:** Incapacidad para sentir emociones positivas, distanciamiento de seres queridos y desinterés generalizado hacia actividades cotidianas o laborales.
- Consumo de sustancias como evasión:** Incremento notable en el consumo de alcohol, tabaco, fármacos sin receta u otras sustancias para "calmar los nervios" o conciliar el sueño.
- Síntomas físicos persistentes:** Taquicardia, opresión en el pecho, dolores musculares severos, problemas digestivos o migrañas sin origen médico aparente.
- Dificultad cognitiva:** Falta de concentración, desorientación, fallas frecuentes en la memoria reciente o incapacidad para tomar decisiones sencillas.

PAUTAS DE APOYO INICIAL

- 1. Atender las necesidades básicas:** Priorizar el descanso físico, la alimentación regular y el abrigo antes de intentar resolver problemas complejos a largo plazo.
- 2. Hablar y procesar la experiencia:** Compartir lo vivido con personas de confianza o grupos comunitarios sin forzar a reprimir emociones como la rabia o el llanto.
- 3. Limitar la sobreexposición mediática:** Reducir la consulta obsesiva de noticias o redes sociales con imágenes impactantes del evento.
- 4. Mantener pequeñas rutinas:** Recuperar tareas habituales sencillas aporta orden y reduce la sensación de caos interno.

No estás solo. Pedir ayuda es un acto de fortaleza, no de debilidad. Cuidarte es la mejor forma de cuidar a tu familia.

Equipo de Apoyo Pedagógico y Orientación Escolar

EQUIPO DE APOYO PEDAGÓGICO Y ORIENTACIÓN ESCOLAR ENSQ

Tus alumnos no necesitan que les digas "cálmate", necesitan aprender cómo hacerlo

GUÍA PRÁCTICA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL

1. FUNDAMENTACIÓN: EL ADULTO COMO CO-REGULADOR EMOCIONAL

Frente a una desregulación emocional, la orden imperativa "cálmate" es, en la gran mayoría de los casos, inútil. Esto sucede porque estamos exigiendo una función específica que el niño aún no ha desarrollado plenamente o que se encuentra bloqueada por el estrés. En contextos de alto impacto, como el sismo del pasado 10 de agosto, el sistema nervioso entra en un estado de supervivencia donde el cerebro "se desconecta" de las áreas encargadas de la lógica.

El adulto debe actuar como la corteza prefrontal externa del niño: prestamos nuestra calma y nuestra capacidad de razonar para que su sistema nervioso encuentre un espejo donde regularse.

No buscamos "controlar" la emoción (que implica supresión), sino "educarla" (que implica integración). Una respuesta empática valida la experiencia del menor y envía una señal química de seguridad a su cerebro, lo cual es el elemento indispensable para cualquier proceso de aprendizaje.

Esta disposición consciente del adulto es la que nos permite pasar del juicio a la observación de las señales de alerta.

2. IDENTIFICACIÓN DE SEÑALES DE ALERTA: EL LENGUAJE DEL MALESTAR

En el aula y el hogar, la observación clínica no especializada es nuestra mejor herramienta para detectar secuelas de eventos traumáticos. Los niños no suelen decir "estoy estresado por el sismo", en su lugar, actúan su malestar. Es fundamental monitorear las siguientes señales:

- FÍSICAS Y SOMATIZACIÓN:** Dolores de estómago, náuseas o calambres. Frecuentes que aparecen sin una causa médica justificada, especialmente antes de entrar a clase o al dormir.
- EMOCIONALES:** Hipersensibilidad, irritabilidad súbita o llanto ante estímulos mínimos que antes no generaban reacción.
- DE COMPORTAMIENTO:** Pesadillas constantes, conductas regresivas (como volver a hablar como un bebé o pidiendo el control de exfoliadores), y, muy especialmente, el juego repetitivo. Es común ver a niños "recreando" el sismo con bloques, montando los pagos o simulando emergencias una y otra vez, este es un intento desesperado del cerebro por ganar control sobre un evento que lo desbordó.

La persistencia de estas señales no indica "falta de disciplina" o un simple "terrotrich", indica que el niño está atrapado en un bucle de supervivencia. Ignorarlas es condenar al estudiante al fracaso escolar y al aislamiento emocional.

3. PAUTAS DE APOYO INICIAL: ESTRUCTURANDO EL ENTORNO DE SEGURIDAD

Tras la incertidumbre de una catástrofe, la predictibilidad es la medicina más efectiva. Las rutinas claras funcionan como anclas que le devuelven al niño la sensación de que el mundo es un lugar estable. Para implementar este entorno, siga este protocolo de cuatro pasos con herramientas de comunicación directa:

- OFRECER SEGURIDAD:** Refuerza la protección física y verbal.
Script para el adulto: "Aquí estás a salvo. Yo estoy contigo y me trabajaré en ayudarte".
- MANTENER RUTINAS:** La constancia reduce la ansiedad. Si hay cambios en el horario escolar, explícalos con anticipación.
Script para el adulto: "Fíjate que tu horario está cambiando un poquito por el sismo que le dio ese ruido, y está bien sentirse así. Vamos a respirar juntos".
- VALIDAR EMOCIONES:** Ponle nombre al sentimiento sin juzgar la intensidad.
Script para el adulto: "Entiendo que los ruidos sean difíciles de soportar y que te sientan mal. Es normal sentirse así después de lo que pasó. Vamos a respirar juntos".
- LIMITAR EXPOSICIÓN A MEDIOS:** Evite que los niños vean noticias repetitivas o imágenes del desastre. La sobrestimulación en la pánico infantil re-traumatisa el sistema nervioso.
Una vez que el entorno vuelve a ser predecible, la mente del niño recupera la apertura necesaria para jugar y aprender. Es aquí donde los instrumentos visuales se vuelven protagonistas.

4. DINÁMICAS LÚDICAS Y HERRAMIENTAS PARA LA CALMA

En la Escuela Normal Superior del Quindío, entendemos que la **Dignidad** y el **Cuidado** comienzan por el respeto a la integridad emocional. Un estudiante que aprende a regularse es un ciudadano que sabe actuar con civismo ante las crisis. Las siguientes herramientas funcionan como moduladores, canalizan entre el impulso y la acción.

4.1 EL SEMAFORO DE SÍNTOMAS DE LA SUB-EXPOSICIÓN Y LA EXPOSICIÓN

Esta herramienta enseña que no hay una respuesta correcta, pero cada vez tenemos mejores herramientas de forma distinta.

- **Cómo aplicar:** Usa ejemplos cotidianos y pregunta a sus alumnos qué color eligieron.
- **Ejemplos:** "Fíjate al frente a hablar", "No entender una explicación", "No comprender profundo", "No tener del sueño".
- **Responde de color:** Verde: Me siento bien, no me siento mal.
- **Amarillo:** Me siento un poco mal, pero estoy bien.
- **Rojizo:** Me siento muy mal, necesito ayuda.

4.2 LA RESPUESTA ANCLA: HERRAMIENTA DE REGULACIÓN PSICOLÓGICA

El objetivo es activar nuestro "breve interno" para detener la escalada de la ansiedad.

1. Inhalo por la nariz contando hasta 4.
2. Exhalo por la boca contando hasta 4.
3. Exhalo por la boca contando hasta 4.
4. Exhalo por la boca contando hasta 4.
5. Exhalo por la boca contando hasta 4.
6. Exhalo por la boca contando hasta 4.

Pautas sobre acompañamiento socioemocional en el regreso a clases

#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela



NOTICIAS

EL RETO QUE SIGUE: RECUPERAR LOS APRENDIZAJES EN EL MARCO DE LA FLEXIBILIZACIÓN

Para afrontar el proceso educativo desde el aula después del evento del 10 de agosto es necesario realizar la **flexibilización curricular** en el marco de las metas de aprendizaje, métodos, materiales y evaluación. Esto implica seguir trabajando en el aula desde el DUA.

Recordemos que el **Diseño Universal de Aprendizaje (DUA)** es una metodología que no solo transforma la forma de enseñar, sino que también tiene un impacto directo y positivo en el aprendizaje de los estudiantes. Al implementar el DUA en el aula, los docentes apuestan por la flexibilidad en la enseñanza y el aprendizaje. El verdadero poder del DUA no está solo en su diseño, sino en las acciones que transforman cada espacio educativo en un lugar flexible y accesible para todos.

PRINCIPIOS DEL DISEÑO UNIVERSAL DE APRENDIZAJE (DUA)

I. Implicación Afectivas (el PORQUÉ)	¿Por qué aprender esto?	Captar interés, mantener esfuerzo, autorregulación
II. Representación Reconocimiento (el QUÉ)	¿Qué estoy aprendiendo?	Percepción, lenguaje, comprensión
III. Acción y expresión Estratégicas (el CÓMO)	¿Cómo demuestro lo que sé?	Acción física, expresión, funciones ejecutivas

Es importante en los procesos de flexibilización que se brinden además diferentes opciones en cuanto a tiempos de entrega, medios para hacerlo y diversas estrategias evaluativas.

TRABAJEMOS DESDE EL DUA

El Diseño Universal de Aprendizaje (DUA) nos guía para ofrecer múltiples formas de:

I. Implicación Afectivas (el PORQUÉ)	¿Por qué aprender esto?
II. Representación Reconocimiento (el QUÉ)	¿Qué estoy aprendiendo?
III. Acción y expresión Estratégicas (el CÓMO)	¿Cómo demuestro lo que sé?

TENGAMOS EN CUENTA

Ofrecemos diferentes opciones en:

- Tiempos de entrega
- Medios para hacerlo
- Estrategias evaluativas

Cada acción docente flexible e inclusiva transforma vidas y construye futuro.

Equipo de Apoyo Pedagógico y Orientación Escolar

#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela



NOTICIAS



PROYECTO PARA EL FORTALECIMIENTO DE
la Identidad NORMALISTA
Hábitos que construyen grandes logros

Semana 10

Pequeñas decisiones, grandes resultados

EN CASA TAMBIÉN APRENDEMOS
Recomendaciones para fortalecer el trabajo autónomo

Un ambiente adecuado, buenos hábitos y el acompañamiento de la familia son clave para mejorar el rendimiento académico y alcanzar nuestros sueños.

1 UN LUGAR ADECUADO PARA ESTUDIAR



- ✓ Busca un lugar tranquilo, con buena luz y aireado.
- ✓ Mantén el espacio limpio, ordenado y sin distracciones.
- ✓ Ten a la mano los materiales necesarios.

2 HORARIOS DE ESTUDIO ORGANIZADOS



- ✓ Establece un horario fijo para realizar tareas y estudiar.
- ✓ Divide las actividades en tiempos cortos y realistas.
- ✓ Prioriza las tareas más importantes.
- ✓ Usa una agenda o planificador.

3 DISCIPLINA DE SUEÑO



- ✓ Duermes entre 8 y 9 horas diarias.
- ✓ Mantén horarios regulares para acostarte y levantarte.
- ✓ Un buen descanso mejora la concentración, la memoria y el estado de ánimo.

4 USO RESPONSABLE DE DISPOSITIVOS



- ✓ Establece tiempos de uso de celular, redes sociales y videojuegos.
- ✓ Evita distracciones mientras estudias.
- ✓ Usa los dispositivos solo para fines académicos.

5 ALIMENTACIÓN SALUDABLE



- ✓ Consume frutas, verduras y alimentos nutritivos.
- ✓ Evita el exceso de comidas rápidas, dulces y bebidas azucaradas.
- ✓ Mantente bien hidratado.
- ✓ Una buena alimentación da energía para aprender.

6 CONTROL PARENTAL Y ACOMPAÑAMIENTO



- ✓ La familia guía, orienta y motiva.
- ✓ Establece acuerdos claros sobre el uso de internet y redes sociales.
- ✓ Conoce los contenidos que consulta.
- ✓ El acompañamiento fortalece la confianza y la seguridad.

7 LECTURA RECREATIVA



- ✓ Dedica un tiempo diario a la lectura por placer.
- ✓ Prefiere libros en papel.
- ✓ Explora historias, ciencia, arte o temas de tu interés.
- ✓ La lectura estimula la imaginación, amplía el vocabulario y mejora tu pensamiento.

8 BIENESTAR EMOCIONAL



- ✓ Realiza actividades que disfrutes (deporte, arte, música).
- ✓ Maneja el estrés con respiración y momentos de descanso.
- ✓ Habla con tu familia cuando te sientas preocupado.
- ✓ Una mente tranquila aprende mejor.

EL TRABAJO AUTÓNOMO HOY, ABRE LAS PUERTAS DE TUS SUEÑOS MAÑANA

Lleva La Normal en Tu Corazón

#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela



#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela

10



NOTICIAS



ESCUELA NORMAL SUPERIOR DEL QUINDÍO

ORIENTACIÓN ESCOLAR
LA ENSQ ES TU LUGAR SEGURO
HABLAR SANA - 10 de septiembre

CUIDANDO-NOS



Recuerda: siempre hay ayuda disponible

Hashtags:
#HablemosParaCuidar
#CódigoDorado

1 Mis señales de advertencia :

1. Son pensamientos, emociones o conductas que crees son difíciles de manejar y pueden indicar que estás en riesgo.



2 Mis estrategias de afrontamiento:

1. Son las cosas que puedes hacer para mejorar tu estado de ánimo, tales como: meditar o ejercitarte, practica la respiración consciente, cambia el diálogo interno, darle nombre a lo que sientes y pedir ayuda.
HABLAR SANA



3 Personas con las que puedo HABLAR - RED DE APOYO (identificar mínimo 3 personas)



1. _____

2. _____

3. _____

1. _____

2. _____

3. _____

4 Pasos que puedo tomar para que mi entorno sea más seguro. (creo una lista) Ejemplo:

- ✓ Crear un vínculo de confianza con los maestros y padres de familia, para pedir ayuda
- ✓ Fortalecer el compañerismo, la empatía, el respeto y la escucha activa
- ✓ Fomentar las emociones positivas.



 ORIENTACIÓN ESCOLAR

#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela



NOTICIAS

Proyecto Institucional "Hechos, No Palabras"



Celebración de las Primeras Comuniones



#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela





NOTICIAS



Damos la bienvenida a los estudiantes de la U del Quindío que tendrán la oportunidad de compartir espacio con nuestros estudiantes en las aulas de la ENSQ central, para que los sueños no se detengan.

#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela



NOTICIAS



Socialización de los avances en el marco de la verificación de condiciones de calidad y planteamiento de acciones para dar continuidad a los convenios con las Instituciones Educativas y la ENSQ.

#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela



NOTICIAS



¡Felicitaciones a nuestros estudiantes de la ENSQ por su destacada participación en los Juegos Departamentales en sus diferentes categorías! 🏆 Su esfuerzo, disciplina y dedicación dejaron en alto el nombre de nuestra institución. ¡Nos llenan de orgullo!

#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela





NOTICIAS

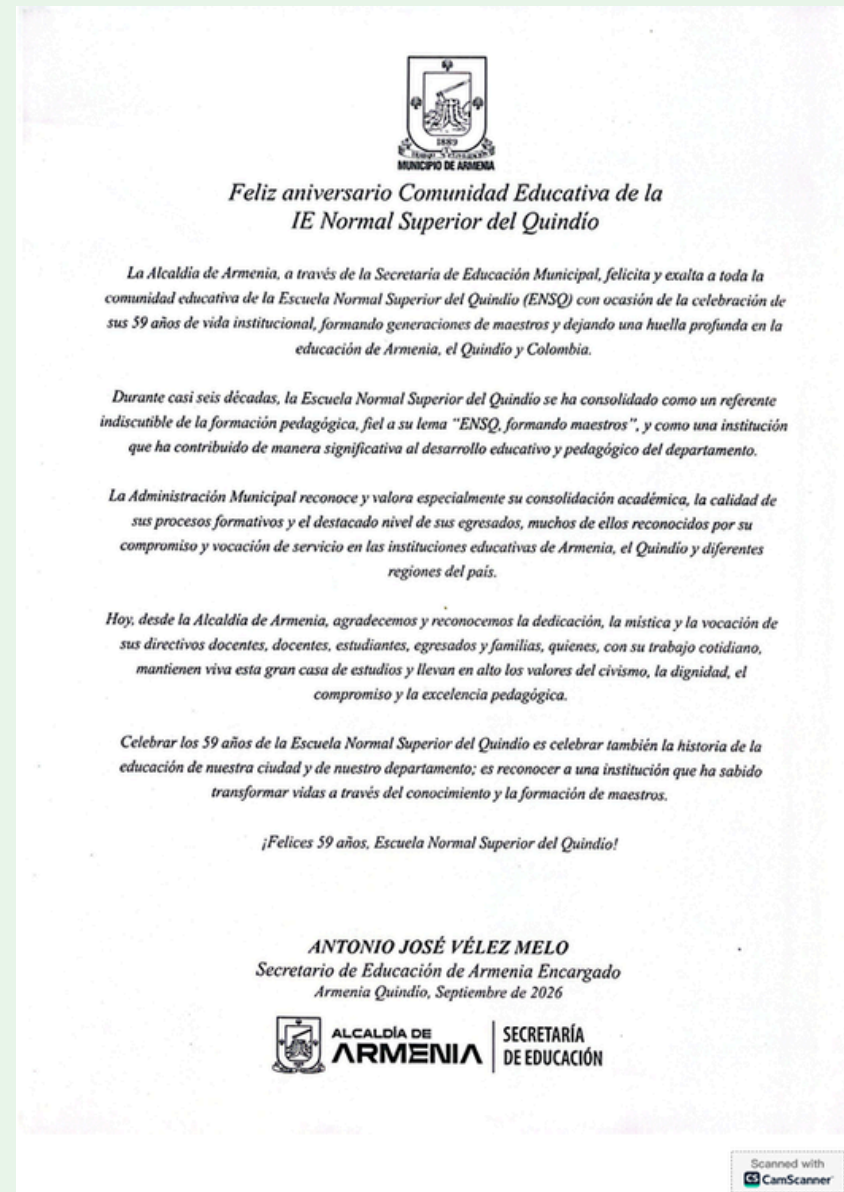
Celebración aniversario ENSQ 59 años



#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela



NOTICIAS



“Agradecemos al Secretario de Educación, Doctor Antonio José Vélez Melo por su significativo saludo y reconocimiento a nuestra Escuela Normal Superior del Quindío, en la celebración de sus 59 años de historia y compromiso con la educación.”



NOTICIAS



La Escuela Normal Superior del Quindío se permite comunicar:

Estimada comunidad educativa y familias de la Escuela Normal Superior del Quindío (ENSQ):

Como hemos venido informando en las diferentes reuniones con padres de familia y la comunidad en general—especialmente con los acudientes de la sede central—la Secretaría de Educación realizó un diagnóstico sobre el estado de nuestra infraestructura. El estudio determinó que la sede central presenta una afectación derivada del terremoto que, si bien no restringe totalmente el uso del plantel, sí hace necesario modificar la dinámica cotidiana en ciertos espacios.

Como se explicó previamente, la restricción se aplica específicamente al uso de las escaleras del ala izquierda. Debido a esto, y dado que dicho sector no podría utilizarse en caso de una evacuación de emergencia, es indispensable evitar que la totalidad de los estudiantes permanezca al mismo tiempo dentro de las instalaciones.

Por lo anterior, y como una medida temporal mientras se realizan las adecuaciones correspondientes, las directivas del plantel han determinado disminuir el tiempo de la jornada escolar diaria. Esta medida se aplicará sin afectar el número de periodos de clase, distribuyendo la asistencia de los estudiantes en dos subjornadas organizadas por grados de la siguiente manera:

Hora de clase	SEXTO-SEPTIMO- OCTAVO	NOVENO-DECIMO-ONCE
1	7:00 am a 7:30 am	10:20 am a 10:50 am
2	7:30 am a 8:00 am	10:50 am a 11:20 am
3	8:00 am a 8:30 am	11:20 am a 11:50 am
4	8:45 am a 9:15 am	11:50 am a 12:20 pm
5	9:15 am a 9:45 am	12:35 pm a 1:05 pm
6	9:45 am a 10:10 am	1:05 pm a 1:35 pm
7		1:35 pm a 2:05 pm (solo aplica para 10° y 11°)

Es importante notar que se mantendrán descansos de 15 minutos: para los grados sexto, séptimo y octavo será de 8:30 a. m. a 8:45 a. m., y para noveno, décimo y undécimo, de 12:20 p. m. a 12:35 p. m.

Los grados 10° y 11° continuarán con su jornada única habitual.

De otra parte, atendiendo a los lineamientos del Ministerio de Educación Nacional y de la Secretaría de Educación Municipal de Armenia para la atención educativa post-emergencia, es indispensable establecer estrategias pedagógicas que mitiguen el impacto en los procesos académicos. Por ello, la institución adoptará la



estrategia de AULA INVERTIDA (ver anexo), la cual combina actividades académicas dirigidas en casa con sesiones presenciales acompañadas por los docentes.

En consecuencia, queremos enfatizar que disminuir el tiempo de la jornada presencial **NO SIGNIFICA MENOS TIEMPO** de dedicación a las labores escolares. En condiciones de normalidad, un periodo habitual dura 55 minutos; con la estrategia de aula invertida, el estudiante dedicará 30 minutos presenciales y 30 minutos de trabajo en casa por cada periodo de clase. Los docentes asignarán las actividades para el hogar a través de la plataforma **Google Classroom**, las cuales serán retroalimentadas durante las clases presenciales. Les recordamos que el acceso a esta plataforma se realiza utilizando las cuentas de correo institucionales de los estudiantes de manera gratuita.

Esta medida regirá a partir del lunes 31 de agosto de 2026 hasta nuevo aviso.

Agradecemos de antemano su comprensión, colaboración y compromiso con la seguridad y el aprendizaje de nuestros estudiantes.

INFOMACIÓN EXCLUSIVA PARA ESTUDIANTES Y FAMILIAS DE LA SEDE CENTRAL DE LA ENSQ.

Armenia Quindío 27 de agosto de 2026.

Cordialmente:

EQUIPO DIRECTIVO.

Diego Fernando Mosquera Canizalez.

Rector.

#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela



NOTICIAS

INSTITUCION EDUCATIVA ESCUELA NORMAL SUPERIOR DEL QUINDIO
Aprobación de estudios correspondientes a los grados: Preescolar, Básica Primaria, Básica Secundaria, Media Académica con profundización en pedagogía, según Resolución 0343 de febrero 17 de 2022, emitida de la Secretaría de Educación Municipal y Acreditada por Calidad y Desarrollo en el Programa de Formación Complementaria por Resolución 001443 de febrero 27 de 2019 del Ministerio de Educación Nacional.

Armenia, Quindío, 03 de septiembre de 2026

CIRCULAR No. 017

DE: Rector de la ENSQ.

PARA: Comunidad Educativa.

Asunto: Inicio de ajuste participativo PEI, componente Sistema de Evaluación y Pacto de Convivencia vigencia 2027.

Cordial saludo.

De acuerdo con lo establecido en la ley 115 de 1994, el decreto 1075 de 2015, la ley 1620 de 2013, es deber del Rector, con el apoyo de los estamentos de la Comunidad Educativa, el Comité de Convivencia Escolar y el Consejo Directivo, promover la revisión anual y ajustes al Proyecto Educativo Institucional, en especial a los componentes Sistema Institucional de Evaluación de Estudiantes y Manual de Convivencia.

Al respecto la ley 1620 establece:

Artículo 17. Responsabilidades de los establecimientos educativos en el Sistema Nacional de Convivencia Escolar y Formación para los Derechos Humanos, la Educación para la Sexualidad y la Prevención y Mitigación de la Violencia Escolar. Además de las que establece la normatividad vigente y que le son propias, tendrá las siguientes responsabilidades:

4. Revisar y ajustar el proyecto educativo institucional, el manual de convivencia, y el sistema institucional de evaluación de estudiantes anualmente, en un proceso participativo que involucre a los estudiantes y en general a la comunidad educativa, a la luz de los enfoques de derechos, de competencias y diferencial, acorde con la Ley General de Educación, la Ley 1098 de 2006 y las normas que las desarrollan.

Artículo 18. Responsabilidades del director o rector del establecimiento educativo en el Sistema Nacional de Convivencia Escolar y Formación para los Derechos Humanos, la educación para la sexualidad y la prevención y de la violencia escolar. Además de las que establece la normatividad vigente y que le son propias, tendrá las siguientes responsabilidades:

1. Liderar el comité escolar de convivencia acorde con lo estipulado en los artículos 11, 12 y 13 de la presente ley.

2. Incorporar en los procesos de planeación institucional el desarrollo de los componentes de prevención y de promoción, y los protocolos o procedimientos

Barrío Las Américas Calle 21 Carrera 33 Esquina.
Email: secculcomunidadsuperior@ensqnormia.gov.co
Tel: (0606) 735 8207 – 312 773 3634
#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela

Página 1

INSTITUCION EDUCATIVA ESCUELA NORMAL SUPERIOR DEL QUINDIO
Aprobación de estudios correspondientes a los grados: Preescolar, Básica Primaria, Básica Secundaria, Media Académica con profundización en pedagogía, según Resolución 0343 de febrero 17 de 2022, emitida de la Secretaría de Educación Municipal y Acreditada por Calidad y Desarrollo en el Programa de Formación Complementaria por Resolución 001443 de febrero 27 de 2019 del Ministerio de Educación Nacional.

establecidos para la implementación de la ruta de atención integral para la convivencia escolar.

3. Liderar la revisión y ajuste del proyecto educativo institucional, el manual de convivencia, y el sistema institucional de evaluación anualmente, en un proceso participativo que involucre a los estudiantes y en general a la comunidad educativa, en el marco del Plan de Mejoramiento Institucional.

Artículo 21. Manual de convivencia. En el marco del Sistema Nacional de Convivencia Escolar y Formación para los Derechos Humanos, la Educación para la Sexualidad y la Prevención y Mitigación de la Violencia Escolar, y además de lo establecido en el artículo 87 de la Ley 115 de 1994, los manuales de convivencia deben identificar nuevas formas y alternativas para incentivar y fortalecer la convivencia escolar y el ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos de los estudiantes, que permitan aprender del error, respetar la diversidad y disminuir los conflictos de manera pacífica, así como de posibles situaciones y conductas que atenten contra el ejercicio de sus derechos.

De acuerdo con lo anterior se ha dispuesto del siguiente proceso:

ACTIVIDAD	FECHA LIMITE	RESPONSABLE
Convocatoria comité de convivencia escolar	Septiembre 24 de 2026	Rector.
Realización, mesas de trabajo Representantes de padres de familia, Estudiantes, Docentes y directivos.	Octubre 22 de 2026.	Coordinador Teofilo Vega, Docente Ana Toledo.
Análisis de propuestas, Redacción de ajustes. Presentación borrador comité de convivencia.	Octubre 30 de 2026	Rector, Coordinador Teofilo Vega, Docente Ana Toledo.
Presentación proyecto de acuerdo al consejo directivo.	Noviembre 12 de 2026	Rector, Consejo Directivo.
Socialización ajustes comunidad educativa	3 de diciembre de 2026.	Rector, coordinador Teofilo Vega.

Para el desarrollo de las mesas de trabajo, previamente se dispondrá de información obtenida de formularios, encuestas o propuestas directas de representantes de la comunidad. Estas últimas podrán hacerlas llegar al correo secculcomunidadsuperior@ensqnormia.gov.co hasta el día 15 de octubre de 2026, en el que se debe informar acerca de los ajustes propuestos indicando en todo caso: el componente a ajustar (SIE o Pacto de convivencia), el capítulo, título o artículo, con su respectiva propuesta o si es una nueva formulación.

Con el fin de apoyar este proceso de reflexión y participación a continuación se presentan las siguientes preguntas orientadoras cuyas respuestas pueden ser enviadas al correo mencionado:

Barrío Las Américas Calle 21 Carrera 33 Esquina.
Email: secculcomunidadsuperior@ensqnormia.gov.co
Tel: (0606) 735 8207 – 312 773 3634
#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela

Página 2

INSTITUCION EDUCATIVA ESCUELA NORMAL SUPERIOR DEL QUINDIO
Aprobación de estudios correspondientes a los grados: Preescolar, Básica Primaria, Básica Secundaria, Media Académica con profundización en pedagogía, según Resolución 0343 de febrero 17 de 2022, emitida de la Secretaría de Educación Municipal y Acreditada por Calidad y Desarrollo en el Programa de Formación Complementaria por Resolución 001443 de febrero 27 de 2019 del Ministerio de Educación Nacional.

1. ¿Qué aspectos del Pacto de Convivencia considera que funcionan adecuadamente?

2. ¿Qué aspectos deberían modificarse?

3. ¿Cuáles son las principales situaciones que actualmente afectan la convivencia en la ENSQ?

4. ¿Cómo debería actuar la Institución ante una infracción que no constituye violencia escolar?

5. ¿Qué respuestas considera más educativas?

diálogo;
reparación;
reflexión;
mediación;
acuerdos restaurativos;
seguimiento;
suspensión excepcional;
otras.

6. ¿Cómo debería regularse el uso de celulares?

7. ¿Qué debería hacer la ENSQ para fortalecer el bienestar emocional?

8. ¿Qué apoyos necesitan los estudiantes con diferentes ritmos y formas de aprendizaje?

9. ¿Cómo deberían participar las familias en la Alianza Familias-Escuela?

10. ¿Qué propuestas concretas quisiera aportar para el Pacto 2027?

Agradecemos a todos el apoyo y la consideración con este proceso.

Atentamente,

DIEGO FERNANDO MOSQUERA CANZALEZ
Rector.
Escuela Normal Superior del Quindio

Prorector y Asesor: Diego Fernando Mosquera C.

Barrío Las Américas Calle 21 Carrera 33 Esquina.
Email: secculcomunidadsuperior@ensqnormia.gov.co
Tel: (0606) 735 8207 – 312 773 3634
#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela

Página 3

Inicio de ajuste participativo PEI, componente Sistema de Evaluación y Pacto de Convivencia vigencia 2027.

#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela



NOTICIAS

ESCUELA DE MÚSICA
CORPORACIÓN DE CULTURA Y
TURISMO DE ARMENIA

ESCUELA
NORMAL
SUPERIOR

Iniciación Musical: **Martes 2pm**
Taller Coral: **Miércoles 2pm**
Ensamble musical: **Jueves 2pm**

www.corpocultura.gov.co

ESCUELA NORMAL
SUPERIOR
DEL QUINDÍO

Programa de
Formación
Complementaria

CORPORACIÓN
DE CULTURA
Y TURISMO
DE ARMENIA

ARMENIA

310 3839732

#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela



NOTICIAS

¡TE INVITAMOS A SER PARTE DEL SEMILLERO MUSICAL DE LA ENSQ!

DÍA: Jueves **HORA:** 3pm - 5pm **LUGAR:** ENSQ sede central

"INSCRÍBETE CON TU DIRECTOR DE GRUPO O EN COORDINACIÓN"
Estudiantes de 8° a PFC

LLEVA LA NORMAL EN TU CORAZÓN

#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela



NOTICIAS

¡Inician las CLASES!

Clase de **CORO e INICIACIÓN MUSICAL**

ENSQ sede Rojas Pinilla

DÍA: LUNES

HORA: 5:00 a 6:00 p.m.

LUGAR: Salón 107

DOCENTE RESPONSABLE:
Profesora Daniela Miranda Henao

¡Ven y disfruta de la música, la voz y el trabajo en equipo!

#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela

ESCUELA NORMAL SUPERIOR

LUNES 21 DE SEPTIEMBRE

Propuesta de trabajo aula invertida sede Central-Semana del 21 al 25 de septiembre

Grados 6°, 7° y 8°

1ª hora
7:00 a 7:30

2ª hora
7:30 a 8:00

3ª hora
8:00 a 8:30

Descanso

4ª hora
8:45 a 9:15

5ª hora
9:15 a 9:45

6ª hora
9:45 a 10:10

Grados 9°, 10° y 11°

1ª hora
10:20 a 10:50

2ª hora
10:50 a 11:20

3ª hora
11:20 a 11:50

4ª hora
11:50 a 12:20

Descanso

5ª hora
12:35 a 1:05

6ª hora
1:05 a 1:35

7ª hora
1:35 a 2:05 (Solo aplica para los grados 10° y 11°)

ESCUELA NORMAL SUPERIOR

Práctica pedagógica

Grupos del grado décimo

Fechas de práctica pedagógica

- 14 al 18 de septiembre
- 19 al 23 de octubre

Distribución de grupos y sedes

Grupo	Institución Educativa
10A	Colegio Nacional, sede Antonia Nariño
10B	Colegio Nacional, sede Central
10C	Colegio Nacional, sede Central
10D	Colegio Nacional, sede Antonio Nariño

#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela

ESCUELA NORMAL SUPERIOR

Nota institucional

Solicitamos amablemente a los docentes:

- Realizar el cargue regular de las notas parciales en la plataforma PuntoEdu.
- Registrar diariamente la asistencia.

1 DE OCTUBRE
Reunión de padres de familia
para la entrega del informe
parcial
del segundo semestre

#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela

ESCUELA NORMAL SUPERIOR

LUNES 21 DE SEPTIEMBRE

Hora	Actividad	Responsable	Lugar	Asistentes
7:00am	Seminario de profundización pedagógica	Juan Carlos Arias y Ana María Bustamante	Auditorio sede central	Grupo 1 grado décimo
7:30am-9:30am	Socialización de lineamientos para el Simulacro Nacional de Respuesta a Emergencias	OMGERD	Auditorio de la SEM	Coordinador Teofilo Vega Docente Mónica López
10:00am	Reunión con Carolina Molano Uniquindio, Proyecto de Investigación	Representante Uniquidío, Carolina Molano	Sala de juntas Rectoría	Rector
1:30pm-2:30pm	Taller “Mi aula, un lugar para la convivencia”	María Eugenia M y UQ programa de enfermería	Aula de Clases, sede Gustavo Rojas Pinilla	Estudiantes de grado 2°C y 2°D

ESCUELA NORMAL SUPERIOR

MARTES 22 DE SEPTIEMBRE

Hora	Actividad	RESPONSABLE	Lugar	Asistentes
7:00am-10:00am	Seminario de profundización pedagógica	Juan Carlos Arias y Ana María Bustamante	Auditorio sede central	grupo 2 grado décimo
7:30am	Reunión de pares evaluadores	SEM	Auditorio SEM Armenia	Yeimi Ospina
8:00am	Actividad Salud y bienestar para los funcionarios ENSQ.	EMI	Sede Central	Docentes y Directivos docentes.
10:00am y 10:40am	En el marco de la prevención embarazo en adolescentes. “auto cuidado y tomando decisiones	Operador ICBF- Orientación escolar.	Auditorio sede central	Grados 10° y 11°
Durante la Jornada (15 minutos por salón)	En el marco de la ed. Socio emocional Campaña “Razones para Vivir: una red que sostiene”	Orientadora Ma Eugenia M y Secretaría de salud Municipal	Sede Ciudad Armenia	Estudiantes de sede Ciudad Armenia
2:00pm-4:00pm	Invitación asistencia técnica de salud mental	Ministerio de salud y protección social	Virtual	Orientadoras y docente de apoyo
4:00pm	Reunión docentes escuelas rurales en convenio	David Mauricio Giraldo Gaviria	reunión virtual	Docentes escuelas rurales

ESCUELA NORMAL SUPERIOR

MIERCOLES 23 DE SEPTIEMBRE

Hora	Actividad	Lugar	Responsable	Asistentes
7.00am-8:00am	Convivencia y construcción de ciudadanía.	Auditorio sede central	secretaría del interior- orientación escolar.	9°A-B y 9°C-D
7:00am-1:00pm	Acompañamiento desde el servicio de apoyo pedagógico	Sede ciudad Armenia	Docente de apoyo pedagogico	Estudiantes, acudientes y docentes
8:00am	En el marco de la ed. Socioemocional, Taller “Mis lugares Seguros”	Aula de Clases sede Gustavo Rojas Pinilla	Orientadora María Eugenia M	Estudiantes de grado 4º A
8:00am	En el marco de Semana Andina “Proyecto de vida – prevención de embarazo en adolescentes”	Aulas de clase sede Ciudad Armenia	Orientadora Maria Eugenia M-ICBF	Estudiantes de 9º,10 y 11º
10:00am-1:00pm	Equipo Directivo	Rectoria	Rector	Equipo Directivo

ESCUELA NORMAL SUPERIOR

JUEVES 24 DE SEPTIEMBRE

Hora	Actividad	Lugar	Responsable	Asistentes
7:00am-10:00am	Seminario de profundización pedagógica	Auditorio sede central	Ricardo Pardo y Ana María Bustamante	Grupo 1 grado décimo
7:00am	Reunión comité de Convivencia escolar	Rectoría	Comité de Convivencia escolar	Comité de Convivencia escolar
8:00am-10:00am	Capacitación docente "Uso plataforma Avacom"	Segundo piso, sede Central	Juan Carlos Arias Isaías López Morales	Docentes 9-10-11 sede central
8:30am	Reunión docentes	Sala de profesores	Coordinadora Ana María Bustamante Castillo	Docentes que que dirigen clases en 10°
9:00am	Prestación del servicio de salud y prestaciones sociales	Gobernación	Dirección administrativa de la Secretaria Educación	Rector
10:30am-12:30pm	Capacitación docente "Uso plataforma Avacom"	Segundo piso, sede Central	Juan Carlos Arias Isaías López Morales	Docentes 6-7-8 sede central

ESCUELA NORMAL SUPERIOR

VIERNES 25 DE SEPTIEMBRE

Hora	Actividad	Lugar	Responsable	Asistentes
7:00am-10:00am	Seminario de profundización pedagógica	Auditorio sede central	Ricardo Pardo y Ana María Bustamante	Grupo 2 grado décimo



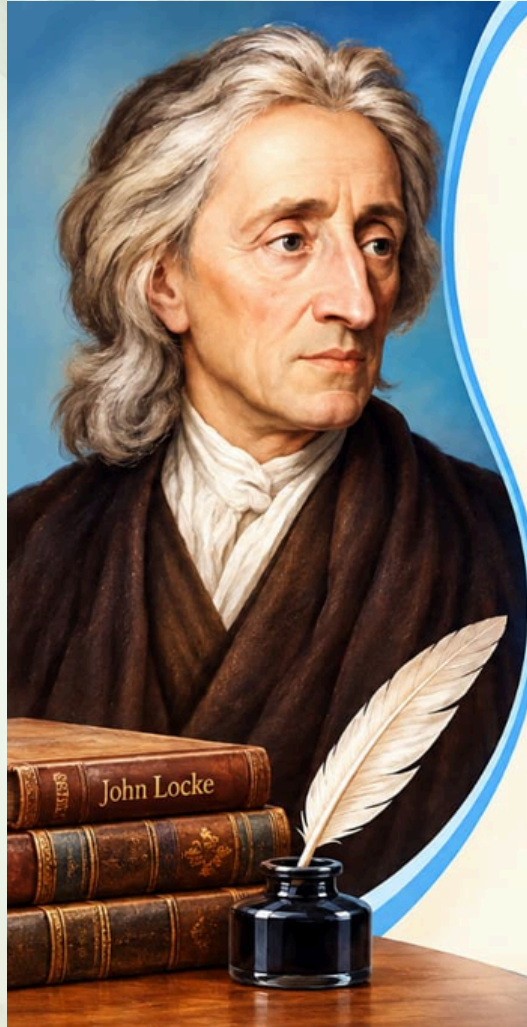
Cumpleaños de septiembre

Carlos Mauricio Calderon Chavez

Docente de Aula — 21 de septiembre

¡Feliz cumpleaños!





“El trabajo del maestro no consiste en enseñar todo lo aprendible, sino en generar en el alumno amor por el conocimiento”

John Locke

El filósofo británico revolucionó la pedagogía al defender que la misión del maestro no es atiborrar al alumno de datos, sino despertar su curiosidad e inculcarle un amor genuino por el conocimiento duradero.

#ENSQUnaEscuelaParaLaEscuela