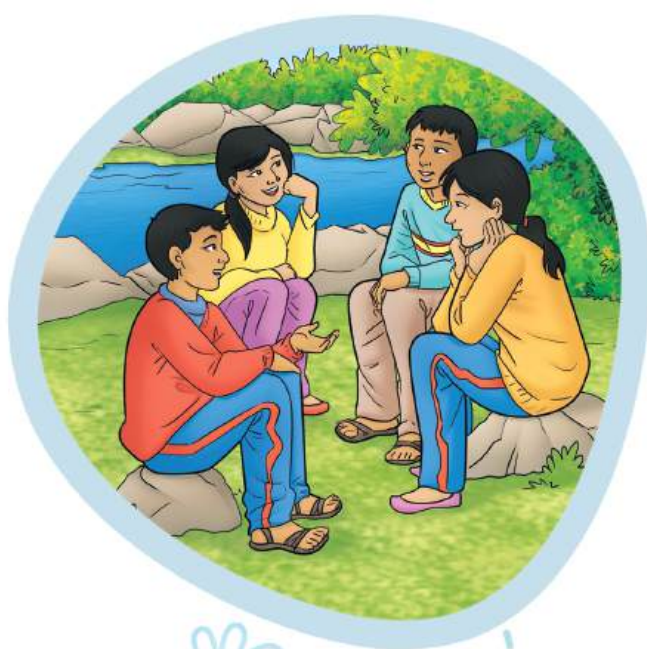


GUÍA DOCENTE DE LOS TEXTOS DE TUTORÍA

Un Tiempo PARA mí



MINISTERIO DE EDUCACIÓN

El ciudadano que queremos



Curriculo
Nacional

GUÍA DOCENTE DE LOS TEXTOS DE TUTORÍA

Un Tiempo PARA mí





MINISTERIO DE EDUCACIÓN

Dirección General de Educación Básica Alternativa, Intercultural Bilingüe
y de Servicios Educativos en el Ámbito Rural

Dirección de Servicios Educativos en el Ámbito Rural

GUÍA DOCENTE DE LOS TEXTOS DE TUTORÍA *UN TIEMPO PARA MÍ* - 1.º A 5.º DE SECUNDARIA

©Ministerio de Educación

Calle del Comercio 193, San Borja
Lima, Perú
Teléfono: 615-5800
www.gob.pe/minedu

Elaboración pedagógica

Maite Rofes Chávez
Esperanza Amparo Oré Guerrero
María Verónica Zeballos Valle
Mirian Karina Pineda Jurado

Adaptación pedagógica

Aby Jane Uceda Brroncano

Revisión pedagógica

Rosa Virginia León Chinchay

Diseño y diagramación

Carmen Rocío Alejos Fateil
Abraham Gonzales Gonzales

Ilustración

Luis Corcuera Silva
Katherine Rossybel Villanueva Pozo

Corrección de estilo

Yanett Mendoza Meza
Catherine Lozano Muñoz

Primera edición: 2024

Tiraje: 2200 ejemplares

Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú n.º 2024-12410

Se terminó de imprimir en diciembre 2024

Grafica Industrial Alarcón SRL
RUC: 20203348780 Telf: 340-6027
Jr. Sullana 1794 Chacra Rios Norte, Lima

Todos los derechos reservados. Prohibida la reproducción total o parcial de este documento sin permiso del Ministerio de Educación.

Impreso en el Perú / *Printed in Peru*



Presentación

La Dirección de Servicios Educativos en el Ámbito Rural (Diser) trabaja con estudiantes de zonas rurales pertenecientes a pueblos originarios andinos y amazónicos. La mayoría de estos estudiantes viven en situación de pobreza y pobreza extrema. Además, debido a la dispersión de las áreas en las que habitan, deben recorrer largas distancias para asistir a su institución educativa.

En este contexto, los Modelos de Servicio Educativo del Ámbito Rural —Secundaria en Alternancia, Secundaria con Residencia Estudiantil y Secundaria Tutorial— permiten que muchos adolescentes de comunidades rurales puedan acceder a la educación secundaria y culminar sus estudios.

Por otro lado, somos conscientes de los riesgos a los que se enfrentan los estudiantes cuando deben vivir fuera de su entorno familiar o comunal. En estas circunstancias, se convierten en víctimas potenciales de violencia y pueden enfrentarse a situaciones de explotación sexual o laboral. Creemos firmemente que, en estos escenarios, los docentes juegan un papel crucial en la prevención y el enfrentamiento de estos riesgos. Tú, como docente, desempeñas un rol esencial en la vida y formación de tus estudiantes, no solo en el ámbito académico regular, sino también en el de sus espacios de convivencia, tanto en la escuela como en la vivienda y la comunidad. Además, eres su guía en estos entornos. Tienes la responsabilidad de motivarlos y acompañarlos continuamente en el desarrollo de su autonomía, con el fin de mejorar sus aprendizajes y fortalecer sus habilidades para la vida. Esto incluye apoyar sus iniciativas de investigación y proyectos productivos, que también benefician a sus familias y comunidades.

Sabemos que cumplir este papel, tanto en lo pedagógico como en la formación humana de los adolescentes, no es una tarea fácil, por lo que somos conscientes de que se necesitan herramientas. En respuesta a esta necesidad, presentamos *Un tiempo para mí*, una guía diseñada para implementar la tutoría con estudiantes de primero a quinto de secundaria en los Modelos de Servicio Educativo del Ámbito Rural. Este documento incluye orientaciones sobre el desarrollo de las actividades, conceptos clave y consejos prácticos.

A través de *Un tiempo para mí*, podrás explorar diversos temas de manera amena y reflexiva con tus estudiantes, como **la participación estudiantil, el pensamiento crítico y los derechos del ciudadano**. Estos temas contribuirán a la formación en valores y ciudadanía que el contexto demanda. Asimismo, este documento aborda **la comunicación asertiva, la gestión de las emociones y la protección contra la violencia psicológica y sexual**, con el objetivo de que tus estudiantes desarrollen habilidades que les permitan formar y fortalecer su identidad personal, reconocer situaciones de riesgo y construir, junto con otros actores de la comunidad educativa, un ambiente de respeto y convivencia saludable.

Creemos que, al trabajar para que tus estudiantes se valoren a sí mismos y respeten sus diferencias culturales, estarás promoviendo espacios de crecimiento y desarrollo personal y social en el entorno escolar.



Índice

PARTE 1. LA TUTORÍA EN LA SECUNDARIA RURAL	5
1.1. ¿Por qué es importante la tutoría en la secundaria rural?	5
 PARTE 2. LOS TEXTOS DE TUTORÍA	 6
2.1. ¿Qué son los textos de Tutoría?.....	6
2.2. Estructura de los textos de Tutoría	6
a. Las dimensiones y los ejes temáticos	6
b. Ruta metodológica de las actividades	7
c. Organización del tiempo para desarrollar los textos de Tutoría y otras recomendaciones	8
 PARTE 3. ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS POR GRADO	 9
3.1. Texto de primer grado: orientaciones metodológicas para las sesiones de Tutoría	10
3.2. Texto de segundo grado: orientaciones metodológicas para las sesiones de Tutoría	24
3.3. Texto de tercer grado: orientaciones metodológicas para las sesiones de Tutoría	39
3.4. Texto de cuarto grado: orientaciones metodológicas para las sesiones de Tutoría.....	55
3.5. Texto de quinto grado: orientaciones metodológicas para las sesiones de Tutoría.....	70
 Anexo	 84
Glosario	85



1.1. ¿Por qué es importante la tutoría en la secundaria rural?

La tutoría es un proceso continuo que orienta y acompaña socioafectivamente a los estudiantes, y que los motiva a cumplir los siguientes objetivos:

- Ejercer sus derechos como ciudadanos.
- Tomar decisiones responsables.
- Identificar situaciones de riesgo que vulneren sus derechos o afecten su desarrollo personal y social.
- Alcanzar sus logros de aprendizaje.

Este proceso se basa en un **vínculo afectivo y particular** entre el estudiante y tú, el cual debe construirse en un clima de confianza y respeto. Las características particulares de los Modelos de Servicio Educativo del Ámbito Rural hacen que la tutoría sea un componente clave en la vida de los estudiantes.

Tú, como docente, eres un modelo de vida significativo para tus estudiantes por las siguientes razones:

- Compartes largos periodos de tiempo con ellos.
- Conoces sus intereses y necesidades, lo que te permite brindarles orientación y apoyo tanto pedagógico como afectivo.
- Te vinculas con sus familias a través de las visitas domiciliarias y reuniones en el colegio.
- Conoces bien la comunidad y los desafíos que enfrentan tus estudiantes.

Entonces, de acuerdo con la normativa de Tutoría del Minedu, el **propósito** de la tutoría es el siguiente:

Contribuir al desarrollo de competencias para la vida de los estudiantes, articulando acciones con todos los actores de la comunidad educativa para generar una convivencia escolar democrática, inclusiva e intercultural, y promoviendo la responsabilidad compartida en la formación integral y el bienestar de los estudiantes.

De acuerdo con los Lineamientos de Tutoría y Orientación Educativa para la Educación Básica, la tutoría ofrece lo siguiente a los estudiantes¹:

- Promover y fortalecer la formación integral y el desarrollo de su bienestar a través del acompañamiento socioemocional y cognitivo.
- Fomentar la participación y la articulación de acciones de tutoría y orientación educativa con todos los actores de la comunidad educativa, como la familia y otros aliados.
- Contribuir al desarrollo de una convivencia escolar que brinde condiciones de seguridad y protección.



¹ Ministerio de Educación del Perú. (10 de noviembre de 2020). Lineamientos de Tutoría y Orientación Educativa para la Educación Básica. Resolución Viceministerial N.º 212-2020-MINEDU.

2.1. ¿Qué son los textos de Tutoría?

Los textos de Tutoría son materiales que abordan temáticas importantes para los estudiantes en las etapas de desarrollo en las que se encuentran: la pubertad y la adolescencia.

Desarrollan temas referidos a la autoestima, el autoconocimiento, la comunicación, la convivencia saludable, el vínculo entre culturas diferentes, el respeto por los derechos, la prevención de situaciones de riesgo y las orientaciones para mejorar sus hábitos de estudio, entre otros.

Debes tomar en cuenta que los estudiantes utilizarán estos textos con tu apoyo, por lo que deberás orientar, planificar y desarrollar las actividades según las necesidades, la problemática o los intereses que ellos manifiesten.

Estos textos se emplean de dos formas, las cuales pueden alternarse de acuerdo con la modalidad de estudio de cada estudiante y con su tiempo de permanencia en el colegio o en la comunidad.

a. Uso directo del texto de Tutoría por parte del estudiante

El estudiante hace uso directo del texto de Tutoría siguiendo la ruta metodológica planteada en cada sección. Esto puede llevarse a cabo, por ejemplo, durante las horas de estudio en la residencia estudiantil o en los periodos de estudio en casa.

b. Uso del texto de Tutoría con la orientación del docente tutor

Emplea las sesiones, grupales o individuales, de tutoría para desarrollar algún tema, adaptando a la realidad de tus estudiantes lo que se plantea en los textos de Tutoría.

Según la modalidad en la que trabajes, puedes organizar el desarrollo de las temáticas que has priorizado en tu plan de Tutoría. Además, puedes utilizar y adaptar las actividades, ya sea para desarrollarlas en sesiones individuales o grupales con tus estudiantes, o para asignarles la realización de estas durante sus periodos de estudio en casa.

2.2. Estructura de los textos de Tutoría

a. Las dimensiones y los ejes temáticos²

Cada texto de Tutoría se organiza en tres dimensiones y seis ejes temáticos, tal como los propone el CNEB, de la siguiente manera:

Dimensión social-comunitaria

Relacionada con el lugar de procedencia de cada estudiante, así como con los intereses, las expectativas y las preocupaciones que provienen del entorno familiar y comunitario que lo rodea. Esta dimensión refuerza su compromiso como agente de cambio en su comunidad, potenciando sus capacidades personales y su proyecto de vida.



Eje 1. Convivencia y respeto



Eje 2. Prevención de situaciones de riesgo

Dimensión personal

Referida al campo biopsicosocial del estudiante, expresado en su autoconocimiento y autoestima, sus relaciones con los demás, su manejo de conflictos y su proyecto de vida, así como en su postura sobre el autocuidado y la prevención de riesgos.



Eje 3. Afectividad y relaciones interpersonales



Eje 4. Identidad



Eje 5. Sexualidad y género



Eje 6. Proyecto de vida

Dimensión del aprendizaje

Promueve el desarrollo de estrategias metacognitivas y socioemocionales para favorecer el aprendizaje de los estudiantes. Esta dimensión debe abordarse de manera personalizada, es decir, atendiendo las necesidades específicas de cada estudiante.



Eje 7. Gestión del aprendizaje

b. Ruta metodológica de las actividades

El texto de Tutoría está compuesto por doce actividades, cada una de las cuales desarrolla uno de los siete ejes temáticos. A su vez, cada actividad se lleva a cabo de acuerdo con la siguiente ruta metodológica:



¿Qué aprenderé?



Se presentan a los estudiantes los aprendizajes que se espera que logren al desarrollar esta actividad.



Me acerco al tema



Recurso motivador (imagen, caso u otros) que despierta el interés de los estudiantes por el tema central de la actividad.



¿Qué conozco?



Se recuperan los saberes y las experiencias previas de los estudiantes acerca del tema central de la actividad.



Mis nuevos aprendizajes



A través de diferentes recursos didácticos, se organiza y brinda información relevante sobre el tema central de la actividad.



Ideas valiosas



Se establecen las ideas centrales que sintetizan lo esencial del tema. Estas se relacionan con los aprendizajes propuestos en cada actividad.



Valoro lo que aprendí



Se plantean retos que permiten a los estudiantes relacionar lo aprendido con su realidad cotidiana.



Me comprometo



Se motiva a los estudiantes a alcanzar compromisos personales a partir de lo aprendido en la actividad.



Me pregunto y comparto



A lo largo de cada actividad, se invita a los estudiantes a reflexionar de forma individual o a dialogar en grupo sobre los temas que se están desarrollando.



Conversamos en grupo



c. Organización del tiempo para desarrollar los textos de Tutoría y otras recomendaciones

Te encargarás de diseñar una propuesta de trabajo tutorial al inicio del año, a partir del diagnóstico de las necesidades de tus estudiantes. Esta propuesta puede ser modificada a lo largo del año, conforme reconozcas nuevas necesidades e intereses de formación.

En cuanto a la distribución del tiempo para hacer uso de los textos de Tutoría, debes considerar lo siguiente:

- Revisa las actividades propuestas para conocer y comprender su contenido, así como para resolver los ejercicios que se plantean antes de presentarlos a tus estudiantes. Recuerda que lo planteado puede ser enriquecido utilizando otros materiales o situaciones que permitan adecuar el tema a la realidad particular de tus estudiantes.
- Desarrolla las actividades durante el año escolar de forma flexible. El orden debe responder a las necesidades y los intereses que vayan mostrando tus estudiantes. No es necesario seguir el mismo orden que se presenta en el texto ni tampoco trabajar todas las actividades.
- Organiza los momentos en los que plantearás a tus estudiantes el desarrollo de las actividades del texto de Tutoría, según las características particulares de cada modalidad.

- ✓ **Sesiones de tutoría grupal.** Puedes acompañar a tus estudiantes a desarrollar una actividad o una parte de ella.
- ✓ **Sesiones de tutoría individual.** Puedes utilizar este espacio para reforzar los temas trabajados en las sesiones grupales y aquellos en los que sea importante profundizar para cada estudiante.
- ✓ **Aprendizaje autónomo en casa.** Puedes encargar a tus estudiantes el desarrollo de alguna actividad (o una parte de ella) durante sus periodos en casa, brindándoles previamente las orientaciones que requieran.
- ✓ **Visitas domiciliarias.** Puedes realizarlas para hacer seguimiento y reforzar la reflexión de cada estudiante sobre algún tema de interés personal.

- La duración de cada actividad debería ser de 90 minutos en promedio o dos sesiones de 45 minutos. Sin embargo, algunas actividades podrían tomar más tiempo debido a la cantidad de contenidos que se deben abordar. Lo más importante es priorizar el aprendizaje y profundizar en los contenidos.
- Si el desarrollo de la actividad va bien y se realiza en el aula y en los espacios de tutoría, es probable que tus estudiantes necesiten más tiempo para analizar los casos de manera grupal, debatir o hacer sus presentaciones en plenaria. Esto implica que la duración de la actividad se extenderá. Lo importante es que todos tus estudiantes comprendan y sientan que tienen un espacio para dialogar sobre temas de desarrollo personal y convivencia, y que puedan profundizar en estos temas.
- Cuando tus estudiantes se expresen sobre algún tema personal, debes garantizar que sean escuchados y respetados por todos. No debes permitir que cuando intervengan se sientan juzgados o burlados por sus compañeros u otras personas.
- Para el desarrollo de algunos de los ejercicios propuestos, sugiere el uso de hojas, materiales o papelotes que permitan a tus estudiantes exponer o comentar durante las plenarias que organices.

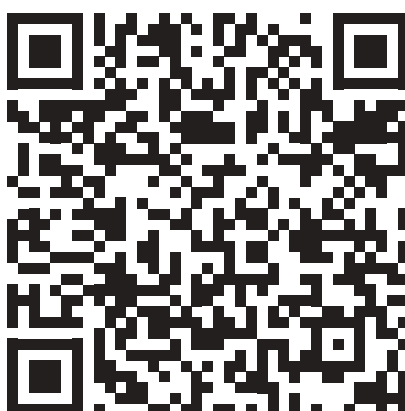


En esta parte de la guía se presentan orientaciones detalladas para que, como docentes tutores, acompañemos a nuestros estudiantes en el desarrollo de las actividades de los textos de Tutoría.

- Se presentan orientaciones metodológicas para cada texto de Tutoría, con especificaciones para cada una de sus doce actividades.
- En cada actividad se plantea lo siguiente:
 - **Orientaciones metodológicas** para la sesión de tutoría grupal, organizada en tres momentos:
 - ✓ **Inicio.** Bienvenida y presentación de los objetivos de la actividad.
 - ✓ **Desarrollo.** Información relevante y ejercicios centrales de la actividad.
 - ✓ **Cierre.** Síntesis de ideas y establecimiento de compromisos.

Recursos adicionales

- A través del siguiente código QR, podrás acceder al material de apoyo para el desarrollo de las actividades por grado, así como a las dinámicas que te ayudarán a motivar la participación, fomentar el trabajo en equipo y fortalecer el autoconocimiento de tus estudiantes. Además, encontrarás material de consulta. La información está organizada por grado de estudio, aunque puedes utilizarla de acuerdo con las necesidades que identifiques en el grupo.



3.1. Texto de primer grado: orientaciones metodológicas para las sesiones de Tutoría



En el primer grado se desarrollan once actividades:

1. Aprendo a vivir con mis compañeros
2. ¿Cómo comparto en familia?
3. ¿Cómo soy en mi comunidad?
4. Me preparo para la vida
5. Tengo derecho a un buen trato
6. Soy importante para mi familia
7. Estoy creciendo, estoy cambiando
8. Aprendo sobre mi sexualidad
9. Todos somos diferentes e igualmente valiosos
10. Aprendo a decir “¡No!” fuerte y claro
11. Organizo mi tiempo y mi espacio para aprender mejor

Actividad 1

Aprendo a vivir con mis compañeros

Inicio

🎯 ¿Qué aprenderé?

Con base en los objetivos de la actividad, ubicados en la página 5, realiza lo siguiente:

- Crea un “telar” en la pared del aula con hilos o tiras de papel. Pide a cada estudiante que añada tres “hebras” al telar, escribiendo en ellas una cualidad personal, una acción y una emoción que aporten a la buena convivencia.
- Guía a tus estudiantes en una reflexión sobre cómo cada hebra (acción, cualidad y emoción) fortalece el tejido de la convivencia con sus nuevos compañeros y en su nuevo colegio.
- Ayúdalos a visualizar la convivencia como un esfuerzo colectivo en el que cada uno tiene un papel importante.

Desarrollo

🦉 Me acerco al tema

- Invita a cada estudiante a observar con atención la imagen de las tres situaciones que se presentan en esta sección (página 5). Deben fijarse especialmente en lo que están pensando los personajes cuando observan la residencia estudiantil o el CRFA al que acaban de ingresar.
- Pídeles que reflexionen de forma individual y respondan las interrogantes planteadas en el cuadro que se encuentra debajo de las imágenes. Proporciona unos minutos para el trabajo personal.
- Invítalos a formar grupos de tres o cuatro participantes para intercambiar sus reflexiones y compartir ideas sobre cómo se sienten, qué les preocupa más en esta nueva etapa de sus vidas, lejos de su familia, y qué les ayudaría a adaptarse mejor.
- Puedes invitar a algunos voluntarios de cada grupo a compartir sus principales reflexiones con todos. Toma en cuenta sus intervenciones para ayudarlos en su proceso de adaptación desde la tutoría.

📖 ¿Qué conozco?

- Explica a tus estudiantes algunas de las emociones que podrían estar experimentando en esta nueva etapa y pídeles que elijan aquellas con las que se sientan identificados (página 7).
- Pídeles que, en grupos de confianza de dos a cuatro participantes, socialicen sus respuestas desarrollando la sección “Conversamos en grupo”.

- Cierra la actividad escuchando a algunos voluntarios y explícales que es natural sentir emociones como el miedo o la tristeza, ya que están atravesando un proceso de cambio y adaptación a un entorno diferente al de su familia. Además, exprésales que, en este nuevo espacio, enfrentan una serie de exigencias, como conocer a otros estudiantes y formar nuevas amistades. Recuérdales que poco a poco se adaptarán y que siempre es importante que te cuenten cómo sienten.



Mis nuevos aprendizajes

- Lee dos veces el texto de la página 8, en voz alta y de manera pausada. Luego, brinda a tus estudiantes la oportunidad de hacer preguntas sobre lo que no hayan comprendido y explícaselas.
- Pídeles que presten atención al diálogo de la siguiente actividad y solicita a tres estudiantes que lo lean en voz alta por turnos.
- Indícales que escriban una carta a su mejor amigo, contándole cómo han sido sus primeros días en el colegio, y que, para ello, pueden responder las preguntas. Pueden hacerlo en una hoja o en otro material que tengan a la mano.
- Pídeles que se reúnan en grupos de confianza y compartan lo que más les gusta y lo que más les cuesta hacer en el colegio.
- Finalmente, invítalos a revisar el texto que se encuentra en el apartado “Ideas valiosas”, al final de esta sección.



Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a responder las interrogantes que se presentan en esta sección (página 11).
- Organiza una plenaria para que compartan sus respuestas.
- Es muy importante que puedas explicarles el sentido de los horarios, las obligaciones y las normas. También es fundamental que les hagas saber que pueden acudir a ti si necesitan hablar sobre lo que sienten o les preocupa.

Cierre



Me comprometo

- Invita a cada estudiante a compartir con sus compañeros dos acciones que se comprometa a realizar para cumplir las normas de convivencia de su nuevo colegio.

Actividad 2

¿Cómo comparto en familia?

Inicio



¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad (página 12). Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo



Me acerco al tema

- Solicita a tus estudiantes que, de forma individual, lean y realicen el primer ejercicio que se plantea en esta sección. Explícales que deben mencionar quiénes integran su familia y también recordar cuáles son las responsabilidades que cumplen dentro de ella. Como ejemplo, puedes mencionar qué responsabilidades asumes tú en tu familia.
- Proponles que se organicen en grupos de tres o cuatro personas para que intercambien sus experiencias personales sobre sus familias y la forma en que se distribuyen las responsabilidades. Además, indícales que respondan las interrogantes propuestas en el cuadro “Me pregunto y comparto”.



¿Qué conozco?

- Pide a tus estudiantes que elaboren un dibujo donde se observe a cada integrante de su familia desarrollando sus responsabilidades diarias.

- Solicítales que se reúnan en grupos de tres o cuatro integrantes para que compartan y comenten sus dibujos. Diles que resuelvan juntos las interrogantes que se plantean a continuación, en el cuadro “Conversamos en grupo”.
- Organiza una plenaria para que algunos voluntarios compartan las reflexiones más significativas del diálogo que tuvieron en grupo.



Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a revisar el texto que se presenta al inicio de esta sección (página 13), que trata sobre la diversidad de familias. Pídeles que piensen en lo que cada uno aprende dentro de su familia. Solicita que un voluntario lea los ejemplos de aprendizaje que se presentan en el texto.
- Indícales que revisen el texto sobre las funciones de la familia y pídeles que mencionen cuáles se cumplen o no en la suya, así como lo aprendido en sus hogares que les sirve para tener buenas relaciones con sus compañeros en la escuela. Pide a algunos voluntarios que expliquen sus respuestas.
- Diles que observen la imagen y el diálogo del papá con su hijo, y que en grupos de tres o cuatro integrantes respondan las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto” y conversen al respecto.
- Lee en voz alta las ideas que se presentan en la caja “Ideas valiosas”. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, las tuyas u otras.



Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a responder las interrogantes de esta sección después de leer las dos situaciones planteadas en la página 15.
- Organiza una plenaria para que compartan sus respuestas. Ayúdalos a vincularlas con la importancia de asumir responsabilidades para contribuir al bienestar de sus familias.

Cierre



Me comprometo

- Solicita a cada estudiante que comparta tres acciones que podría llevar a cabo y tres acciones que podría dejar de hacer para fomentar una mejor convivencia en su familia.

Actividad 3 ¿Cómo soy en mi comunidad?

Inicio



¿Qué aprenderé?

- Escribe en la pizarra los dos objetivos planteados en la página 16. Explica brevemente a tus estudiantes que los explorarán a través de una rápida reflexión sobre su comunidad.
- Divide la clase en grupos de tres o cuatro estudiantes. Pide a cada grupo que identifique una acción concreta que refleje cómo su comunidad interpreta la vida. Además, solicítales que propongan una acción que permita comparar esta interpretación con la de otras comunidades.
- Solicita que cada grupo presente brevemente sus propuestas.

Desarrollo



Me acerco al tema

- Pide a un estudiante que lea en voz alta el texto “Como un panal de avispas”. Explica a la clase que a través de él conocerán un poco al pueblo shawi, que habita en la zona rural de los departamentos de Loreto y San Martín.
- Consulta a tus estudiantes si alguno de ellos pertenece a este pueblo o si conoce a personas que forman parte de él. Léeles la breve información que se presenta al inicio de la siguiente página sobre el pueblo shawi. Pregunta si alguien puede contar algo más sobre este pueblo.

- Pídeles que reflexionen de forma individual a partir de las preguntas que se proponen en el cuadro “Me pregunto y comparto” acerca del pueblo shawi y también sobre su propia comunidad. Luego, solicita que compartan sus reflexiones en grupos de tres o cuatro integrantes.



¿Qué conozco?

- Invita a tus estudiantes a responder las preguntas de “Me identifico con mis costumbres o antepasados” y luego pide a algunos voluntarios que compartan sus respuestas.
- Indícales que se organicen en parejas para entrevistarse mutuamente sobre sus comunidades. Diles que tomen en cuenta las preguntas propuestas y que pueden incluir más preguntas si lo consideran necesario.
- Organiza a tus estudiantes en grupos para que compartan la información obtenida en la entrevista con su compañero. Luego, solicita que un voluntario de cada grupo explique las semejanzas y las diferencias encontradas entre sus comunidades.
- Pídeles que reflexionen de forma individual a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”.



Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a observar el diálogo que se presenta al inicio de esta sección (página 18), la cual trata sobre momentos importantes en su comunidad. Luego, pídeles que compartan, de manera voluntaria, dos hechos importantes de la historia de su comunidad y expliquen por qué los llenan de orgullo.
- Indícales que revisen la información sobre las mantas que se elaboran en la comunidad shipiba.
- A partir de esta información, pídeles que compartan un aspecto en particular sobre su propia cultura y expliquen por qué lo eligieron.
- Ayúdalos a organizarse en grupos para dialogar sobre los aspectos que escogieron de sus comunidades y explicar por qué los seleccionaron. Pídeles que, además, identifiquen costumbres similares y diferentes entre sus comunidades.
- Lee en voz alta las ideas que se presentan en la caja “Ideas valiosas”. Puedes complementarlas con tus propias ideas o las que hayan surgido de tus estudiantes durante la actividad.



Valoro lo que aprendí

- Invita a cada estudiante a recordar alguna costumbre de su comunidad que contribuya al buen vivir, así como alguna que no lo haga (página 20).
- Organiza una plenaria en la que algunos estudiantes puedan compartir lo que escribieron y fomenta el diálogo y la reflexión colectiva.

Cierre



Me comprometo

- Pide a cada estudiante que comparta con sus compañeros dos acciones que se comprometa a realizar para valorar las costumbres de su comunidad.

Actividad 4 Me preparo para la vida

Inicio



¿Qué aprenderé?

Invita a tus estudiantes a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo



Me acerco al tema

- Invita a cada estudiante a observar con atención las dos situaciones que se presentan en esta sección (página 21), enfocándose especialmente en lo que están pensando los personajes.

- Pídeles que reflexionen de forma individual y respondan las interrogantes que se plantean en el cuadro “Me pregunto y comparto”. Brinda unos minutos para el trabajo personal.
- Invítalos a formar grupos de tres o cuatro participantes para intercambiar sus reflexiones y compartir ideas.
- Puedes invitar a voluntarios de cada grupo a que compartan sus principales reflexiones. Refuerza la idea de que el autocuidado implica aprender a realizar acciones que beneficien a uno mismo.

¿Qué conozco?

- Explica a tus estudiantes que, en la lista que se presenta en la página 22, deben ubicar aquellas tareas que hacen muy bien, las que saben hacer, las que deben mejorar y las que aún les falta aprender. Luego, pídeles que identifiquen en el termómetro el número de tareas que saben hacer muy bien.
- Pídeles que respondan las preguntas de manera individual. Bríndales el tiempo para hacerlo.
- Solicítales que compartan sus respuestas en grupos de confianza, tratando de encontrar la relación entre aprender a cuidarse a sí mismos y a su entorno, y tener éxito en estudiar una carrera o vivir en un lugar lejos de su casa.

Mis nuevos aprendizajes

- Indica a tus estudiantes que elijan una de las dos noticias de las páginas 23 y 24, y la lean dos veces. Pídeles que, si es posible, ubiquen en un mapa el lugar donde ocurre y después lean las preguntas y respuestas sobre la autonomía.
- Pídeles que, en grupos, reflexionen y respondan las preguntas de la sección “Conversamos en grupo”.
- Invítalos a revisar las ideas planteadas en el cuadro “Ideas valiosas”, ubicado al final de esta sección. Indícales que pueden complementarlas con sus propias ideas.

Valoro lo que aprendí

- Invita a cada estudiante a comentar sus reflexiones sobre la importancia de realizar tareas domésticas como parte de su autonomía.

Cierre

Me comprometo

- Invita a cada estudiante a escribir tres tareas que se comprometa a mejorar con el objetivo de ser más independiente.

Actividad 5 Tengo derecho a un buen trato

Inicio

¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar con atención las dos situaciones que se presentan en esta sección (página 26).
- Pídeles que reflexionen de forma individual y respondan las interrogantes que se plantean en el cuadro que se encuentra debajo de las situaciones. Brinda unos minutos para el trabajo personal.
- Invítalos a leer y reflexionar a partir de las preguntas del cuadro “Me pregunto y comparto”.
- Solicítales que formen grupos de tres o cuatro personas para intercambiar sus reflexiones y compartir ideas sobre cómo les gustaría que los traten y cómo se tratan entre compañeros. Puedes invitar a voluntarios de cada grupo a compartir sus principales reflexiones con toda la clase.

¿Qué conozco?

- Invita a tus estudiantes a recordar una situación en la que se sintieron mal y otra en la que se sintieron bien por la forma en que fueron tratados (página 27). Para ello, explica alguna situación de maltrato que se haya presentado en el aula y expresa tu opinión personal sobre dicho caso. Recuérdales que el maltrato ocurre muy a menudo, incluso en situaciones que a veces asumimos como normales, pero que no lo son.
- Invítalos a compartir de manera voluntaria los casos que reconozcan. Recuerda que hablar sobre situaciones personales de maltrato puede movilizar sus emociones, y es importante que les brindes el soporte que necesiten (escúchalos con atención, hazles saber que entiendes que fue difícil lo que vivieron, acércate, asegúrate de que se tranquilicen, y luego continúa).

Mis nuevos aprendizajes

- Explica a tus estudiantes que hay distintas maneras de tratar a las personas, las cuales pueden hacer que estas se sientan bien o mal. Luego, pídeles que revisen la información que se presenta en esta sección.
- Dales el tiempo necesario para realizar una buena lectura. También puedes ayudar a la comprensión leyendo dos veces en voz alta y de manera pausada, mientras tus estudiantes siguen el texto con la vista.
- Pídeles que lean las situaciones (página 29) y señalen si corresponden a un buen trato.
- Solicita a un representante de cada grupo que comparta sus conclusiones, así como sus respuestas de las preguntas del cuadro “Conversamos en grupo”.
- Invítalos a revisar las ideas sobre el tema que se presentan en el cuadro “Ideas valiosas”. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, las tuyas u otras.

Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a leer las situaciones y a responder las interrogantes que se presentan en esta sección.
- En cuanto a la última pregunta, deben pensar y escribir tres acciones que, al realizarlas, les hagan sentirse bien consigo mismos y les ayuden a ser mejores personas.
- Organiza una plenaria para que compartan sus reflexiones y ejemplos.

Cierre

Me comprometo

- Invita a cada estudiante a plantear dos acciones para promover el buen trato en su colegio y a compartirlas con sus compañeros.

Actividad 6

Soy importante para mi familia

Inicio

¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se encuentra al inicio de esta sección (página 31). Explícales que, en ella, cada personaje describe brevemente cómo está conformada su familia.
- Pídeles que cada uno describa cómo está conformada su familia.
- Indícales que se organicen en grupos de tres o cuatro personas para que describan cómo están conformadas sus familias e intenten encontrar semejanzas y diferencias entre ellas.
- Solicita a un voluntario de cada grupo que mencione cuáles fueron las semejanzas y las diferencias que encontraron.



¿Qué conozco?

- Explica a tus estudiantes los diferentes tipos de familias que existen. Puedes utilizar como ejemplos aquellos que se mencionan en la primera parte de esta sección (página 32).
- Pregúntales qué otros tipos de familias conocen. Escucha sus respuestas y resalta la idea de la diversidad de familias que existen. También refuerza la idea de que es importante que cada familia, desde su diversidad, cumpla siempre con las funciones básicas de protección, afecto, alimentación, vivienda y educación.
- Invítalos a tomarse un tiempo para recordar algunos momentos de la historia de su familia. Luego, pídeles que elijan dos de esos momentos y expliquen por qué son importantes para ellos. Pueden hacerlo en parejas o en grupos de tres o más personas.



Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a observar las imágenes que se presentan al inicio de esta sección (página 32), y a leer lo que cada joven cuenta sobre su familia. Pregúntales si alguno de esos relatos se parece al de su familia. Escucha las opiniones de algunos voluntarios.
- Pregúntales cuáles son las situaciones o las características que más se presentan en las familias que ellos conocen y por qué creen que ocurre así.
- Menciona la idea de que el ingreso a la secundaria es un momento importante en la vida de una familia. Pregunta a tus estudiantes si sus familias tuvieron que hacer algunos cambios o reorganizarse para que ellos pudieran estudiar en la secundaria. Genera un espacio de conversación en torno a esta idea.
- Pídeles que respondan las preguntas planteadas en los cuadros que se encuentran a continuación.
- Invítalos a revisar las ideas que se presentan en el cuadro “Ideas valiosas”, que se encuentra al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes.



Valoro lo que aprendí

- Invita a cada estudiante a leer y responder las tres interrogantes que se plantean en esta sección (página 34), de acuerdo con lo que ocurre en cada una de sus familias.
- Organiza una plenaria para que tus estudiantes compartan sus reflexiones y ejemplos.

Cierre



Me comprometo

- Pide a cada estudiante que formule dos acciones que se comprometa a poner en práctica para colaborar con el bienestar familiar.

Actividad 7

Estoy creciendo, estoy cambiando

Inicio



¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo



Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta en esta sección (página 35) y a leer los comentarios que hace cada personaje. Pídeles que brinden sus opiniones de manera voluntaria. Luego, indícales que respondan las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”.



¿Qué conozco?

- Solicita a tus estudiantes que revisen la lista de cambios (página 36) que podrían estar experimentando en ellos mismos. Dale un tiempo para que lo reflexionen de manera individual. Luego, en grupos, pídeles que intercambien sus respuestas.

Mis nuevos aprendizajes

- Pide a tus estudiantes que revisen la información que se presenta al inicio de esta sección (página 37) y lean el comentario del adolescente con relación a los cambios físicos que le están ocurriendo. Asimismo, pídeles que reflexionen y dialoguen sobre cómo se están sintiendo y cómo están asumiendo esos cambios (cuadro "Conversamos en grupo").
- Ayúdalos a organizarse en grupos de tres o cuatro personas para responder juntos las interrogantes del cuadro "Conversamos en grupo".
- Explícales que todos los cambios que experimentan influyen también en la relación con su familia. Pídeles que revisen el diálogo de los adolescentes sobre su necesidad de hablar con alguien de confianza sobre ello y pregúntales quiénes son las personas de confianza con las que podrían hablar de estos cambios.
- Invítalos a revisar las ideas que se presentan en el cuadro "Ideas valiosas". Puedes recoger otras ideas de tus estudiantes que ellos consideren importantes sobre el tema.

Valoro lo que aprendí

- Pide a tus estudiantes que escriban un mensaje para un amigo que esté viviendo esta etapa de cambios.

Cierre

Me comprometo

- Invita a cada estudiante a formular tres acciones para enfrentar mejor los cambios de la pubertad y a compartirlas en grupo.

Actividad 8 Aprendo sobre mi sexualidad

Inicio

¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Si surgen dudas o preguntas, tómate un tiempo para aclararlas.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Antes de iniciar, refuerza en tus estudiantes la idea de que, al ser un tema nuevo, tienen la libertad para expresar libremente las preguntas y los comentarios que necesiten resolver. Indícales que respondan las preguntas planteadas, relacionadas con cómo se sienten al hablar de sexualidad y qué entienden por esta. Dale el tiempo necesario para que puedan escribir y anímalos a expresar lo que piensan sin temor a equivocarse.
- Mientras ellos escriben, dibuja la siguiente tabla en la pizarra o en un papelote:

Mujeres	Hombres

- En la primera columna, anota las respuestas sobre lo que las estudiantes entienden por **sexualidad**, y en la segunda, las respuestas de los estudiantes. Las respuestas que se repiten anótalas solo una vez.
- Una vez terminado el ejercicio presentado en la página 40, pídeles que, en parejas o grupos, respondan las preguntas del cuadro "Conversemos en grupo" sobre los aspectos que más resaltan en lo escrito por las estudiantes, por un lado, y en lo escrito por los estudiantes, por el otro, y pregúntales si les es fácil hablar sobre sexualidad y por qué.

- Con base en sus intervenciones, plantea algunas ideas fuerza al respecto. Aclárales que vas a trabajar con ellos este tema y que, para ello, deben sentirse cómodos y en confianza para hablar, por lo cual todos deben mostrar respeto. Trata de responder con calma, oyendo y escuchando con atención y empatía. Todas las opiniones son válidas y se trata de que aprendan sobre su propia sexualidad.



¿Qué conozco?

- Indica a tus estudiantes que formen tres grupos y pídeles que definan con sus propias palabras qué es la sexualidad.
- Plántales que sus trabajos (definición de sexualidad) deben ser presentados de manera creativa (usando recortes de revistas, periódicos u otro material que tengan a la mano; también pueden presentar una canción, un baile tradicional, una actuación, etc.).
- Luego de que presenten sus trabajos, promueve un diálogo en plenaria a partir de sus presentaciones y rescata los aspectos comunes y complementarios que vayan surgiendo.



Mis nuevos aprendizajes

- Una vez que hayan socializado sus trabajos previos durante el desarrollo de la sección “¿Qué conozco?” y hayan dialogado al respecto, indícales que, en sus grupos, lean la información de la sección “Mis nuevos aprendizajes”. Para ello, pídeles que cada grupo elija una dimensión de la sexualidad, la cual deben leer. Luego, infórmalos que deben buscar más ejemplos de esa dimensión para presentarla a los demás grupos en la plenaria.
- Inicia leyendo la definición de sexualidad del CNEB (2016):

La sexualidad es un aspecto fundamental en la formación de la identidad y el desarrollo social del ser humano e integra tres dimensiones: biológico-reproductiva, social-afectiva y ético-moral, que interactúan entre sí a lo largo de la vida de las personas.

También puedes usar esta definición:

La sexualidad es la forma de comportarse, de sentir, de pensar, de vivir y de relacionarse con los demás de acuerdo con la condición de ser hombre o mujer. Se va desarrollando a medida que la persona crece y por las experiencias que le toca vivir. Es aprendida a partir de lo que vemos en los demás: conductas, actitudes y valores. Recibe influencia de la cultura, que enseña aspectos que pueden cambiar a lo largo del tiempo (de acuerdo con la realidad que nos toca vivir).

La sexualidad se expresa a través de los afectos, la identidad, la intimidad, el amor, la reproducción, la familia, el bienestar, las relaciones con los demás y los roles. Así, vivir la sexualidad de manera integral permite construir relaciones personales democráticas, equitativas y respetuosas.

- Da pase al grupo que le toca la primera dimensión (biológico-reproductiva) y permite que continúen los otros grupos. Recuérdales que deben explicar y presentar más ejemplos de los que están en su texto.
- En cada presentación, determina junto con los demás estudiantes si los ejemplos son pertinentes o no para las dimensiones.
- Revisa junto con tus estudiantes los conceptos de sexo y género, y en qué parte de las dimensiones estarían incluidos.
- Invítalos a revisar las ideas del cuadro “Ideas valiosas” o a leerlas en voz alta. Indícales que pueden complementarlas con sus propias ideas o aprendizajes. Al finalizar, puedes completar o reforzar las ideas valiosas con algunas ideas tuyas.



Valoro lo que aprendí

- Invita a cada estudiante a leer el listado de enunciados sobre el tema y a escribir en una hoja el número correspondiente: 1 si se trata de la dimensión biológico-reproductiva de la sexualidad, 2 si se refiere a roles o conductas aprendidas según la cultura o a la dimensión social-afectiva, y 3 si es un asunto ético-moral. Luego, pídeles que comenten si les gustaría aprender más sobre algún tema relacionado con su sexualidad.
- Organiza una plenaria para que socialicen sus reflexiones con toda la clase. Comparte las respuestas de las dimensiones de la sexualidad: dimensión biológico-reproductiva (opciones b, c y d), dimensión social-afectiva (opciones a y e), dimensión ético-moral (opción f).

Cierre



Me comprometo

- Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales con base en esta actividad.

Actividad 9

Todos somos diferentes e igualmente valiosos

Inicio

🎯 ¿Qué aprenderé?

- Pide a tus estudiantes que cierren los ojos y piensen en tres características que los hacen únicos.
- Invítalos a compartir una de esas características con el grupo si se sienten cómodos haciéndolo.
- Reflexiona con ellos sobre cómo estas diferencias enriquecen al grupo.
- Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo



Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta en esta sección (página 48) y a leer los comentarios que hace cada uno de los personajes. Pídeles que comenten algunas actividades de su vida cotidiana que realizan como mujeres u hombres.
- Indícales que respondan las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto” y comenten si piensan que mujeres y hombres pueden realizar las mismas actividades y cómo se sienten con eso.



¿Qué conozco?

- Invita a tus estudiantes a realizar el ejercicio que se plantea en esta sección (página 49). Para ello, explícales que deben recordar lo que pensaban cuando eran niños acerca de lo que las mujeres y los hombres pueden o no hacer. Diles que intenten recordar lo que las personas adultas les decían. Por ejemplo: "Las niñas no deben jugar brusco", "Los niños no lloran".
- Pregúntales si actualmente siguen pensando lo mismo sobre cómo deben comportarse como mujeres y como hombres, o si sus ideas han cambiado. Pídeles que lo compartan en parejas o en grupos pequeños.
- Plántales que en grupos respondan la pregunta del cuadro “Conversamos en grupo”. Pueden comentar si piensan que las costumbres o creencias sobre las mujeres y los hombres son iguales en todas las familias y/o comunidades. Organiza una plenaria para que compartan sus ideas y descubran si son parecidas o diferentes.

Mis nuevos aprendizajes

- Lee, con participación de tus estudiantes, los párrafos y diálogos de esta sección (página 49), si es necesario, hasta dos veces. Indícales que pueden preguntar o comentar sobre ellos.
- Pídeles que respondan de manera individual las preguntas del cuadro "Me pregunto y comparto" y que en los mismos grupos compartan sus respuestas.
- Plantea una conversación en grupos sobre lo que acaban de leer y que reflexionen a partir de las interrogantes del cuadro "Conversamos en grupo".
- Organiza una plenaria para que intercambien sus ideas sobre las responsabilidades que tenían las mujeres y los hombres en la época de sus abuelos. Indícales que comparen esas responsabilidades con las que las mujeres y los hombres tienen en la actualidad.
- Diles que observen el diálogo y la información que se presenta a continuación en su texto de Tutoría.
- Pídeles que se reúnan en grupos de tres o cuatro personas para intercambiar sus opiniones y reflexionar juntos sobre aquellas ideas o situaciones que pueden limitar a las mujeres o los hombres, e indícales que respondan las interrogantes del cuadro "Conversamos en grupo". Luego, invítalos a plantear ideas para transformar estas situaciones y lograr que las mujeres y los hombres tengan las mismas oportunidades. Por ejemplo: "Podría conversar con mis padres sobre la importancia de que tanto mujeres como hombres nos encarguemos del cuidado de la casa" o "No voy a permitir que me digan que no debo llorar porque soy hombre".
- Solicítales que revisen las ideas presentadas en el cuadro "Ideas valiosas", que está al final de esta sección.

Valoro lo que aprendí

- Invita a cada estudiante a leer las tres situaciones que se presentan en la página 60 y a opinar sobre ellas.
- Organiza una plenaria para que tus estudiantes socialicen sus reflexiones.

Cierre

Me comprometo

- Pide a cada estudiante que se reúna con sus compañeros para elaborar un afiche que promueva la idea de que hombres y mujeres son igualmente valiosos.

Actividad 10

Aprendo a decir "¡No!" fuerte y claro

Inicio

¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo

Me acerco al tema

- En un ambiente de calma, promueve que tus estudiantes lean individualmente el caso de Julio (página 53), poniendo atención a lo que le sucede a este adolescente.
- Brinda el tiempo necesario para que tus estudiantes reflexionen a partir de las preguntas planteadas en el cuadro "Me pregunto y comparto". Previamente, y teniendo en cuenta la información de la lectura complementaria, enfatiza lo siguiente:
 - Son valiosos y, por esta razón, deben aprender a cuidarse de cualquier situación de riesgo.
 - Es importante que reconozcan que en muchas ocasiones se encontrarán solos, por lo que deben ser capaces de identificar situaciones de peligro y saber cómo evitarlas.

- Un riesgo es cualquier situación que ponga en peligro su integridad y su salud física o emocional (anota la definición de *riesgo* en un cartel o en la pizarra).



¿Qué conozco?

- Invita a tus estudiantes a leer las situaciones planteadas en el apartado “Expreso mis sentimientos” (página 54). Deben imaginarse en cada situación propuesta e identificar la emoción predominante.
- Pídeles que se reúnan en grupos e inicien el diálogo y el intercambio de anotaciones, con base en las preguntas planteadas en el cuadro “Conversamos en grupo”.
- Transmite a tus estudiantes que ninguna de sus emociones es negativa en sí misma, ya que todas son naturales; lo que a veces puede ser problemático es la forma en que las expresan.



Mis nuevos aprendizajes

- Invítalos a leer de manera individual el caso de Inés. Después de darles el tiempo necesario para la lectura, promueve la conversación en grupo a partir de las preguntas del cuadro “Conversamos en grupo” e indícales que identifiquen qué tipo de violencia sufrió dicha adolescente. Luego, pídeles que compartan en plenaria las respuestas grupales.
- De las conclusiones obtenidas en los grupos, destaca que la violencia sexual es cualquier acción de índole sexual cometida contra un menor de edad para la satisfacción del agresor. Estos actos pueden incluir contacto físico o no. La violencia sexual puede producirse por medio de presión o coacción (amenazas, acoso o intimidación), o bien por manipulación (como ofrecer regalos, dinero o mejorar las notas para convencer a la víctima). En el caso de menores de 14 años, aunque haya un aparente consentimiento por parte del menor, se considera violencia sexual, ya que legalmente no están en condiciones de decidir si desean o no participar en actos de índole sexual. Todos estos casos son considerados delitos según la Ley N.º 30963, que modifica el Código Penal.
- Resalta que en ninguna circunstancia las situaciones de violencia son culpa de las víctimas y que la persona agresora es la única responsable.
- Anota y destaca los aportes de tus estudiantes sobre las medidas de autocuidado.
- Lee pausadamente las recomendaciones que pueden seguir si alguien los presiona a hacer algo que no quieren porque sienten que es dañino para ellos. Luego, explícaselas al detalle.
- Pídeles que lean en voz alta qué es el riesgo, cómo reaccionar cuando se siente miedo o cólera en una situación inapropiada, y qué se entiende por violencia (página 55), así como la parte donde se describe en qué consiste la violencia sexual contra niños y adolescentes (página 56). Prepárate bien y explica con cuidado este último concepto. Por último, explícales de qué trata el autocuidado y pon énfasis en que nadie tiene derecho a hacerles daño.
- Revisa junto con tus estudiantes los contenidos relacionados con la presión de grupo y las estrategias para afrontarla (como en el caso de Julio), así como el concepto de *riesgo* y de *violencia sexual*, y las medidas de autocuidado, como **SOS** y **NAC**.
- Explícales que una situación de riesgo es **aquella que pone en peligro su integridad y su salud física o emocional**.
- Explícales que el miedo o la cólera no debe paralizarlos; más bien, deben percibirlo como una señal de alarma que los moviliza a realizar acciones para superar el peligro (por ejemplo, buscar ayuda).
- Revisa junto con tus estudiantes cómo pueden identificar una situación de riesgo de violencia sexual (**SOS**) y qué pueden hacer para protegerse de ella (**NAC**).
- Lee en voz alta las ideas que se presentan en el cuadro “Ideas valiosas”. Puedes complementarlas con tus propias ideas o las de tus estudiantes.

Valoro lo que aprendí

- Pide a tus estudiantes que identifiquen las acciones que los hacen sentir bien y dos acciones que podrían ser de riesgo, y las compartan con sus compañeros (página 57).
- Haz que tus estudiantes practiquen el decir "¡No!" de manera fuerte y clara. Puedes hacerlo planteando, junto con ellos, situaciones en las que se den invitaciones que impliquen una situación de riesgo, como las siguientes:
 - a. ¡Vamos a la discoteca de adultos!
 - b. No le digas a tu familia a dónde vamos...
 - c. Prueba esto; todo el mundo lo fuma.
 - d. Te voy a dar regalos si te dejas tocar.

Cierre

Me comprometo

- Orienta a tus estudiantes a escribir tres acciones que se comprometan a realizar si se encuentran frente a una situación de violencia. También podría tratarse del caso de un familiar o compañero.

Actividad 11 Organizo mi tiempo y mi espacio para aprender mejor

Inicio

¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la situación que se presenta al inicio de esta sección (página 58). Coméntala junto con ellos, acoge sus opiniones y anímalos a contar situaciones similares que hayan vivido en su casa.
- Pídeles que, en parejas, respondan las interrogantes del cuadro "Me pregunto y comparto". Invita a algunos voluntarios a comentar sus reflexiones ante toda la clase.

¿Qué conozco?

- Pide a tus estudiantes que observen la situación que se presenta al inicio de esta sección (página 59). Coméntala junto con ellos y escucha sus opiniones. Pregúntales si a ellos también les cuesta organizarse para estudiar en casa.
- Menciona que estudiar en un lugar ordenado les puede ayudar en su aprendizaje. Pide a tus estudiantes que identifiquen aquello que les ayuda cuando estudian en casa o en el colegio, y también los problemas que tienen. Diles que lo escriban en una hoja y que luego se organicen en parejas para conversar al respecto.
- Organízalos en grupos para que respondan las interrogantes del cuadro "Conversamos en grupo".

Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a revisar la información de esta sección sobre lo que significa ser autónomos. Anímalos a compartir sus ideas con la clase, apoyándose en sus propios ejemplos.
- Organiza al estudiantado en grupos de tres o cuatro personas para que reflexionen juntos a partir de las interrogantes del cuadro "Conversamos en grupo".

- Invítalos a revisar la información sobre la organización del tiempo, que se presenta en esta sección. Pídeles que miren con atención el ejemplo de horario de una residencia estudiantil y que conversen en parejas al respecto.
- Indícales que revisen la información sobre la organización del espacio, que también se presenta en esta sección. Pídeles que reflexionen juntos sobre los consejos planteados y que compartan otros consejos que tengan para ofrecer a la clase.
- Invítalos a revisar las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas”, que está al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, las tuyas u otras.

Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a elaborar su propio horario para organizar su tiempo de estudio, actividades cotidianas y tiempo libre. Indícales que pueden usar el modelo que se presenta en esta sección (página 62).
- Organiza una plenaria para que tus estudiantes muestren y describan sus horarios, de manera que cada uno pueda enriquecer el suyo con las ideas de los demás.
- Anímalos a escribir tres consejos que darían a algún amigo que necesita organizar su tiempo y espacio de estudio.

Cierre

Me comprometo

- Pide a cada estudiante que escriba sus compromisos personales sobre lo que cree que debe mejorar respecto al manejo de su tiempo y su espacio de estudio.

3.2. Texto de segundo grado: orientaciones metodológicas para las sesiones de Tutoría



En el segundo grado se desarrollan doce actividades:

1. Me organizo en el colegio
2. Practico el buen trato
3. Valoro la diversidad cultural
4. Aprendo a gestionar mis emociones
5. Soy importante en mi comunidad
6. Reconozco mis cambios y me cuido
7. Vivo mi sexualidad desde mis decisiones
8. Me informo para tomar decisiones responsables
9. Mujeres y hombres trabajamos por la igualdad
10. Me protejo ante todo tipo de violencia
11. Conozco los beneficios y riesgos de las TIC
12. Descubro nuevas formas de aprender

Actividad 1

Me organizo en el colegio

Inicio

🎯 ¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo

🦉 Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta al inicio de esta sección (página 5).
- Pídeles que se organicen en grupos de tres o cuatro personas para leer juntos lo que dice el personaje, observar la imagen y responder las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”. Explícales que estas les permitirán reflexionar juntos sobre las organizaciones escolares de su colegio.
- Invita a un voluntario de cada grupo a compartir sus reflexiones principales.

📖 ¿Qué conozco?

- Invita a cada estudiante a dibujar una actividad que recuerde haber organizado junto con sus compañeros en el colegio. Luego, pídeles que respondan las preguntas planteadas en la página 6 y reflexionen a partir de ellas.

🌱 Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a leer la información de esta sección sobre organización escolar. Pídeles que revisen los ejemplos de situaciones que les exigen organizarse y que cada uno comparta algunos ejemplos.
- Solicítales que se organicen en grupos de tres o cuatro personas para reflexionar a partir de las interrogantes del cuadro “Conversamos en grupo”. Después pídeles que respondan las preguntas que se encuentran debajo de este cuadro.

- Oriéntalos a observar el esquema sobre cómo está organizado el municipio escolar. Cuéntales que es una organización de estudiantes que existe en algunos colegios de nuestro país.
- Pídeles que se organicen en grupos para responder las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”, que trata sobre el municipio escolar y las organizaciones de su institución educativa. Acompáñalos en su reflexión para ayudarlos a imaginar qué organizaciones estudiantiles podrían crearse en su colegio.
- Revisa junto con ellos la información que se presenta sobre las habilidades y las actitudes personales que deben tener y fortalecer para organizarse. Puedes pedir a cada estudiante que lea una de ellas en voz alta y comparta si cree que ya la posee o si considera que necesita desarrollarla.
- Invítalos a revisar las ideas del cuadro “Ideas valiosas”, que está al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes o con las tuyas.

Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a revisar el diálogo que se presenta al inicio de esta sección (página 10).
- Indica que las preguntas siguientes les ayudarán a organizar mejor sus ideas, por lo que es importante que puedan contestarlas y compartir sus respuestas entre ellos.
- Organiza una plenaria para que intercambien sus ideas sobre las organizaciones estudiantiles que podrían conformar en su colegio.

Cierre

Me comprometo

- Pide a cada estudiante que seleccione dos habilidades o actitudes que le gustaría fortalecer para contribuir a una mejor conformación de las organizaciones de su colegio.

Actividad 2

Practico el buen trato

Inicio

¿Qué aprenderé?

- Escribe en la pizarra la frase *buen trato* y pide a tus estudiantes que planteen sus ideas al respecto. Luego, invítalos a leer en voz alta los objetivos de esta actividad y relacionalos con algunas de las ideas brindadas inicialmente.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar con atención la situación presentada en esta sección (página 11). Luego, bríndales unos minutos para que reflexionen sobre ella de forma individual.

¿Qué conozco?

- Orienta a tus estudiantes para que relaten una situación en la que se hayan sentido engañados por personas cercanas. No deben olvidar contar el final del relato.
- Indícales que, en grupos de confianza de dos a cuatro participantes, socialicen sus respuestas de las preguntas del cuadro “Conversamos en grupo”.

Mis nuevos aprendizajes

- Lee dos veces, en voz alta y de manera pausada, el texto de la página 12. Brinda a tus estudiantes la oportunidad de preguntar sobre lo que no hayan entendido y explícaselo con claridad.

- Pídeles que lean el primer final de la historia de Flor de Luz, Roberto y Silver (página 12). Luego, indícales que deben leer el texto sobre las prácticas restaurativas y observar las imágenes.
- Señálales que observen el segundo final de la historia de Flor de Luz, Roberto y Silver. Luego, pídeles que, en grupos, reflexionen a partir de las preguntas planteadas y las respondan.
- Invítalos a revisar las ideas del cuadro “Ideas valiosas”, que se encuentra al final de esta sección. Indícales que pueden complementarlas con sus propias ideas o con alguna que los haya impactado durante el intercambio de respuestas.

Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a responder las interrogantes de esta sección (página 14), las cuales abordan la importancia de reconocer nuestros errores.
- Organiza una plenaria para que compartan sus respuestas.

Cierre

Me comprometo

- Invita a cada estudiante a identificar acciones que puede realizar para reparar una conducta frente a otra persona, así como para sanar cuando la conducta de alguien más lo haya herido.

Actividad 3 Valoro la diversidad cultural

Inicio

¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad (página 15). Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar las dos situaciones que se presentan en esta sección. Señálales que en cada situación los adolescentes tienen una reacción diferente ante su nueva compañera.
- Pídeles que se organicen en grupos de dos o tres personas para que compartan sus opiniones sobre estas dos situaciones, teniendo en cuenta las interrogantes que se plantean en el cuadro “Me pregunto y comparto”. Invita a algunos voluntarios a compartir sus ideas.

¿Qué conozco?

- Indica a tus estudiantes que lean las palabras de los cuadros (página 16) y pídeles que identifiquen aquellas que expresan cómo se siente una persona cuando no es respetada por sus costumbres y su cultura.
- Solicítales que lean el diálogo de esta sección, coméntalo junto con ellos y recoge sus ideas y sensaciones.
- Indícales que recuerden y compartan una situación parecida que hayan vivido o presenciado, en la cual sintieron que no se respetaron sus costumbres y su cultura o las de otra persona. Invita a algunos voluntarios a contar sus historias ante todos. Pregúntales cómo se sintieron cuando vivieron dicha situación.

Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a observar el diálogo que se presenta al inicio de esta sección. Acompáñalos a descubrir la riqueza cultural de las comunidades de origen que cada uno de estos adolescentes menciona.

- Pídeles que identifiquen y describan la riqueza cultural de sus propias comunidades. Organízalos en grupos de tres o cuatro integrantes y solicítales que respondan juntos las interrogantes del cuadro “Conversamos en grupo”. Antes de ello, cada uno puede dibujar una costumbre o un saber de su comunidad en una hoja; los estudiantes deberán socializar sus dibujos.
- Invítalos a conversar en grupos sobre las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto” y que encuentren las semejanzas y diferencias entre las costumbres o los saberes de sus comunidades.
- Pídeles que revisen la información que se presenta a continuación sobre la diversidad cultural y también las situaciones que se encuentran en la página siguiente. Conversa con ellos al respecto.
- Indícales que analicen las situaciones presentadas al final de esta sección. Organiza una plenaria para que tus estudiantes intercambien sus opiniones sobre estas situaciones. Acoge otros ejemplos de situaciones que ellos deseen contar.
- Invítalos a revisar las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas”, que cierra esta sección. Puedes complementarlas con tus propias ideas.



Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a revisar la situación planteada en esta sección (página 19) y a reflexionar sobre cómo ante ella pueden surgir tanto respuestas negativas como positivas.
- Invítalos a plantear una situación similar, en la cual tengan que ensayar una respuesta positiva y otra negativa.
- Organiza una plenaria para que presenten y comenten las situaciones que cada uno ha planteado.

Cierre



Me comprometo

- Pide a cada estudiante que proponga dos iniciativas que puede realizar con sus compañeros para que se respete y valore la diversidad cultural en el colegio.

Actividad 4

Aprendo a gestionar mis emociones

Inicio



¿Qué aprenderé?

- Pide a tus estudiantes que observen la primera imagen de la página 20 y propongan qué emociones creen que están sintiendo los personajes. Luego, invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de la actividad.

Desarrollo



Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la conversación entre dos amigos (página 20). Dialoga con ellos acerca de lo que le ha ocurrido a Juan y sobre las emociones que los amigos piensan que puede tener en ese momento.
- Pídeles que conversen en parejas sobre situaciones en las que sintieron emociones distintas al mismo tiempo. Invita a algún voluntario a compartir sus vivencias con toda la clase.



¿Qué conozco?

- Invita a tus estudiantes a leer el diálogo del inicio de esta sección (página 21). Coméntalo junto con ellos y recoge sus ideas y sensaciones.
- Pídeles que recuerden dos situaciones que hayan vivido en la última semana y las escriban en una hoja. Indícales que deben señalar las emociones que experimentaron en cada una de ellas.

- Cuando hayan terminado, organízalos en grupos de tres o cuatro personas para que compartan las situaciones que vivieron y las emociones que experimentaron. Luego, pídeles que respondan las interrogantes del cuadro “Conversamos en grupo”.
- Acompaña y acoge las emociones que surjan durante el desarrollo de este ejercicio, sin juzgar ninguna de ellas, permitiendo que cada una tenga su espacio.



Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a revisar el esquema sobre las emociones que se encuentra al inicio de esta sección (página 21). Conversa con ellos sobre las emociones que identifican y que han experimentado alguna vez.
- Pídeles que observen el diálogo que se presenta a continuación y que identifiquen las situaciones que les generan las distintas emociones planteadas: cólera, alegría, miedo, vergüenza, etc. Invita a algunos voluntarios a compartir lo que escribieron.
- Invítalos a revisar la situación que se presenta a continuación y a reflexionar sobre lo que plantea la docente y sobre las diferentes reacciones de sus estudiantes. Pídeles que dialoguen acerca de esta situación en grupos de tres o cuatro personas, teniendo en cuenta las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”.
- Indícales que cada uno revise la información que se presenta a continuación sobre cómo gestionar sus emociones. Organiza una plenaria para comentar estas estrategias entre todos y ayúdalos a vincularlas con sus propias experiencias.
- Invítalos a revisar las ideas que se presentan en el cuadro “Ideas valiosas”, que está al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, las tuyas y otras que hayan surgido durante el diálogo.



Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a revisar las seis situaciones presentadas en la página 24. Pídeles que reflexionen acerca de las emociones que estas les generan y sobre cómo podrían reaccionar frente a cada una de ellas.
- Organiza una plenaria para que presenten sus respuestas de las preguntas que acompañan a cada una de las situaciones planteadas.

Cierre



Me comprometo

- Pide a cada estudiante que identifique tres acciones para gestionar la molestia o el enojo que pueda sentir frente a una situación determinada.

Actividad 5

Soy importante en mi comunidad

Inicio



¿Qué aprenderé?

- Pide a tus estudiantes que observen la primera imagen de la página 25 y anticipen qué temas creen que se abordarán en esta actividad. Luego, invita a un voluntario a leer en voz alta los objetivos de la actividad.

Desarrollo



Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a leer la entrevista al responsable de Educación del Comando Matico (página 25). Luego, pídeles que, en parejas o grupos de tres personas, respondan las preguntas.

¿Qué conozco?

- Pide a tus estudiantes que observen la situación que se presenta al inicio de esta sección (página 26). Coméntala junto con ellos, resaltando la ayuda que se brinda a las personas dentro de una comunidad.
- Pregúntales si recuerdan situaciones de su comunidad en las cuales las personas se ayudan y se dan la mano cuando alguien tiene una necesidad.
- Organízalos en grupos de tres o cuatro personas para que cuenten lo que escribieron y dialoguen a partir de las interrogantes del cuadro “Conversamos en grupo”.

Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a revisar los textos que se presentan en esta sección (páginas 26-29).
- Conversa con ellos sobre qué aspectos son importantes para vivir en armonía consigo mismos, con los demás y con la naturaleza. Revisen juntos los ejemplos que se presentan en cada caso e invítalos a expresar sus propios ejemplos.
- Menciona la idea del “buen vivir” y explícales brevemente lo que significa. Pídeles que, en parejas, revisen la información sobre el “buen vivir” que se presenta en esta sección y conversen a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”.
- Solicita que cada uno comparta las acciones personales que realiza para contribuir al “buen vivir” en su comunidad. Luego, pídeles que, de manera grupal, lean las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas”, que se encuentra al final de esta sección.

Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a reflexionar, de forma personal, a partir de las preguntas de esta sección (página 29). Explícales que deben recordar y escribir dos costumbres de su comunidad: una que contribuya al “buen vivir” y otra que los aleje de esta forma de vida. Además, pídeles que propongan acciones concretas que puedan llevar a cabo para fortalecer aquellas costumbres que fomentan el “buen vivir”.
- Organiza una plenaria para que presenten y comenten sus respuestas y reflexiones.

Cierre

Me comprometo

- Pide a cada estudiante que identifique una acción que se comprometa a realizar para vivir en armonía consigo mismo y con los demás, y otra para vivir en armonía con la naturaleza.

Actividad 6

Reconozco mis cambios y me cuido

Inicio

¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad (página 30). Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta en esta sección (página 30) y a dialogar sobre lo que ocurre en ella.
- Pídeles que, en parejas, respondan las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”.



¿Qué conozco?

- Pide a tus estudiantes que lean los comentarios de los personajes que aparecen al inicio de esta sección (página 31) y reflexionen sobre los cambios que cada uno describe.
- Solicítales que escriban en una hoja los cambios físicos que han reconocido en sí mismos. Pídeles que los comenten en parejas y, al final, invita a algunos voluntarios a compartir sus observaciones con la clase, animándolos a identificar las semejanzas y diferencias presentes en el grupo.
- Indícales que, de manera voluntaria, lean el texto sobre la importancia de identificar a personas de confianza con quienes puedan hablar sobre estos cambios y que reconozcan a esas personas en sus entornos.



Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a revisar la información que se presenta en esta sección (páginas 32-34) sobre los principales cambios físicos que ocurren en mujeres y hombres durante la pubertad. Pregúntales si conocían todos estos cambios y si algunos ya los están experimentando.
- Pídeles que lean el diálogo que se muestra al inicio de la siguiente página y que conversen en grupos de tres o cuatro personas sobre la interrogante del cuadro “Me pregunto y comparto”. Diles que identifiquen si todos están pasando por los mismos cambios, en el mismo momento y de la misma forma, o si lo viven de forma diferente.
- Solicita a cada estudiante que revise la información de la siguiente página sobre las recomendaciones para un desarrollo sexual integral saludable, es decir, los cuidados que deben tener con su propio cuerpo y el respeto que siempre deben exigir hacia él.
- Organiza una plenaria para que tus estudiantes compartan sus principales reflexiones sobre el tema tratado.
- Invítalos a revisar las ideas que se presentan en el cuadro “Ideas valiosas”, que está al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, las tuyas u otras fruto del intercambio de ideas durante el desarrollo de las actividades.



Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a realizar, de forma individual, el ejercicio que se plantea en esta sección (página 35). Pídeles que lean el diálogo entre Marcial y Luisa, y elaboren un mensaje con alguna recomendación para ellos.
- Indícales que identifiquen los principales cambios que están ocurriendo en su cuerpo y respondan las preguntas. Pídeles que, de manera voluntaria, compartan y comenten sus respuestas con sus compañeros.
- Organiza una plenaria para que presenten y comenten sus reflexiones.

Cierre



Me comprometo

- Invita a cada estudiante a escribir dos acciones que puedan realizar junto con sus compañeros para mantenerse informados sobre los cambios que ocurren durante la pubertad.

Actividad 7

Vivo mi sexualidad desde mis decisiones

Inicio



¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad (página 36). Si hay dudas o preguntas, tómate un tiempo para aclararlas.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar las imágenes y a leer los mensajes de la página 36. Estos mensajes reflejan algunos mandatos sociales sobre el ejercicio de la sexualidad de los adolescentes en distintos ámbitos, procedentes de diversas fuentes.
- Indícales que respondan las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”, las cuales se relacionan con lo que piensan los demás acerca de cómo deben comportarse las mujeres y los hombres (según la imagen) y con lo que opinan sobre esos mensajes.
- Organiza una plenaria breve para que discutan la existencia de estos mensajes que presionan a los adolescentes en cuanto a cómo ejercen su sexualidad, dependiendo de si son mujeres u hombres, como si existieran dos sistemas de valores: uno para el hombre (más liberal) y otro para la mujer (más represivo).

¿Qué conozco?

- Invita a cada estudiante a realizar el ejercicio que se plantea en esta sección (página 37). Para esto, pídeles que observen las historias o situaciones que se presentan.
- Indícales que elijan el escenario que les parece más común en su colegio o comunidad, y pídeles que respondan las preguntas del cuadro “Conversamos en grupo”, vinculadas a identificar cómo se dan las situaciones de presión en la vida cotidiana de estos adolescentes y cómo esta presión puede influir en la manera en que ejercen su sexualidad.

Mis nuevos aprendizajes

- Solicita a tus estudiantes que lean la información que se presenta en esta sección (páginas 38-41), la cual trata sobre los mandatos sociales y cómo estos influyen en la manera en que los adolescentes ejercen su sexualidad, y cómo muchas veces son estos mandatos, provenientes de sus pares o de su entorno, los que los presionan a tomar decisiones que no quieren o no son convenientes para ellos.
- Indícales que, a medida que avancen en la lectura, encontrarán dos historietas relacionadas con el tema de los mandatos que deberán leer. Luego, deberán comentar o reflexionar en grupos o parejas, y responder las preguntas planteadas sobre cada caso.
- Invítalos a leer en voz alta las ideas del cuadro “Ideas valiosas”. Al finalizar, puedes complementar o reforzar con algunas ideas de tus estudiantes o tuyas.

Valoro lo que aprendí

- Indica a tus estudiantes que identifiquen alguna situación en la que hayan sentido la presión de sus amigos, enamorados u otras personas para decir o hacer algo que no querían (vinculado al ejercicio de su sexualidad). Para reconocer mejor la situación, pídeles que respondan las preguntas de la página 41.

Cierre

Me comprometo

- Invita a cada estudiante a identificar a una persona adulta de confianza a la que puedan acudir cuando tengan dudas sobre cómo deben actuar en relación con su sexualidad.

Actividad 8

Me informo para tomar decisiones responsables

Inicio

¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad (página 42). Si hay dudas o preguntas, tómate un tiempo para aclararlas.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Pide a tus estudiantes que lean las dos situaciones de la página 42 y reflexionen acerca de las oportunidades o dificultades que Adriana y Pablo podrían tener para cumplir sus metas.
- Indícales que dialoguen en grupos sobre las preguntas planteadas en el cuadro “Me pregunto y comparto”, acerca de las situaciones o casos que ellos conozcan de embarazo en la adolescencia.

¿Qué conozco?

- Indica a tus estudiantes que revisen la historia de Mateo y Lía, y respondan en parejas o grupos las preguntas planteadas en el texto (página 43). Menciónales que deben realizarlo de la siguiente manera: después de responder las preguntas de la primera parte de la historia y conversar al respecto, deben leer la segunda parte y dialogar a partir de las preguntas correspondientes; luego, deben hacer lo mismo con la tercera parte.

La historia de Mateo y Lía

PARTE I

Mateo vive en el distrito de Churcampa, en el departamento de Huancavelica, y sueña con tener su propio taller algún día. Lía reside en Huancavelica y sueña con ser veterinaria, como su mamá. Durante sus vacaciones, viajó a Churcampa para visitar a su abuela. Una noche, ambos adolescentes se conocieron en una fiesta. Desde ese día, sintieron una fuerte atracción y, al poco tiempo, empezaron a salir.

Preguntas de la Parte I:

- ¿Qué siente un adolescente cuando se enamora?
- ¿Cómo creo que sigue esta historia?

PARTE II

Un fin de semana, la mamá de Mateo tuvo que ir a otra comunidad. Él se quedó solo en casa e invitó a Lía. Aunque ella dudó, terminó aceptando. Ya en casa de Mateo, después de conversar un rato, los jóvenes empezaron a abrazarse y besarse apasionadamente, cada vez con más intensidad.

Preguntas de la Parte II:

- ¿Considero que Lía y Mateo decidieron tener relaciones sexuales?
- ¿Quién debería pensar en usar protección, Lía, Mateo o ambos?, ¿por qué?
- ¿Cómo creo que continúa esta historia?

PARTE III

Lía y Mateo tuvieron relaciones sexuales sin protección. Al cabo de unos días, Lía regresó a Huancavelica y, dos meses después, llamó a Mateo para contarle que estaba embarazada.

Preguntas de la Parte III:

- ¿Por qué creo que Lía y Mateo tuvieron relaciones sexuales sin usar condón?
- ¿Qué creo que pensó y sintió Lía cuando se enteró de que estaba embarazada?
- ¿Qué creo que pensó y sintió Mateo cuando supo que Lía estaba embarazada?
- ¿Qué acciones creo que tomarán los adolescentes a partir de ahora?
- ¿Qué pasará con las metas y los sueños que tienen ambos adolescentes?
- ¿Cuál creo que será la reacción de las familias de Lía y Mateo?

**Mis nuevos aprendizajes**

- Pide a tus estudiantes que, en parejas o grupos, lean la información planteada en la página 44. Posteriormente, indícales que revisen los mitos y realidades acerca del uso del condón. Enfatiza la importancia de identificar estos mitos y cuestionarlos, ya que se podrían exponer a embarazos no deseados o infecciones de transmisión sexual (ITS).
- Solicítales que, en los mismos grupos, respondan las preguntas del cuadro "Conversamos en grupo".
- Indícales que lean la información sobre el buen uso del condón.
- Invítalos a revisar las ideas del cuadro "Ideas valiosas" o a leerlas en voz alta.

**Valoro lo que aprendí**

- Indica a tus estudiantes que contesten las preguntas de esta sección (página 47), las cuales abordan dos situaciones sobre la decisión de tener relaciones sexuales en la adolescencia.

Cierre**Me comprometo**

- Invita a cada estudiante a escribir una iniciativa que puedan desarrollar junto con sus compañeros para prevenir los embarazos adolescentes en el colegio.

Actividad 9**Mujeres y hombres trabajamos por la igualdad****Inicio****¿Qué aprenderé?**

- Invita a un estudiante a leer en voz alta el título de la actividad y solicita a los demás que propongan ideas sobre los temas que creen que se abordarán. Posteriormente, pide a otro estudiante que lea los objetivos de la actividad y analicen entre todos si estos se relacionan con las ideas planteadas al inicio.

Desarrollo**Me acerco al tema**

- Invita a tus estudiantes a observar la situación que se presenta al inicio de esta sección (página 48). Coméntala junto con ellos, acoge sus opiniones y anímalos a contar situaciones similares que hayan vivido.

- Pídeles que, en parejas, revisen y respondan las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”. Invita a algunos voluntarios a compartir sus reflexiones frente a la clase.



¿Qué conozco?

- Pide a tus estudiantes que observen la situación que se presenta al inicio de esta sección (página 49). Coméntala junto con ellos y escucha sus opiniones sobre dicha situación.
- Invítalos a recordar mensajes similares que han escuchado en su comunidad sobre lo que se dice que solo pueden hacer las mujeres o solo los hombres.
- Organiza una plenaria para que intercambien los mensajes que han identificado y reflexionen sobre ellos.



Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a revisar la información que se presenta en esta sección (páginas 49-51), la cual trata acerca de los roles que mujeres y hombres desempeñan cuando viven en comunidad. Conversa con ellos sobre los dos ejemplos que se presentan y anímalos a dar ejemplos de su comunidad.
- Pídeles que cada uno elabore la tabla sobre los roles que cumplen las mujeres y los hombres en su familia, colegio y comunidad. Indícales que se organicen en grupos de tres o cuatro personas para comentar lo que respondieron en la tabla y disertar sobre las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”.
- Revisa junto con tus estudiantes la información que se presenta a continuación sobre los estereotipos de género. Después invita a cada uno a reflexionar y compartir su opinión sobre los tres mensajes relacionados con estereotipos de género.
- Organiza una plenaria y enfatiza siempre la idea de que mujeres y hombres pueden realizar las mismas actividades, aun si en algunas comunidades no suelen hacerlo. Anímalos a cuestionar aquello que conocen.
- Indícales que compartan con todos sus compañeros los mensajes que han trabajado, según lo que piensan tras esta reflexión, y que respondan cómo cambiarían esos mensajes de acuerdo con sus ideas actuales.
- Invítalos a revisar las ideas que se presentan en el cuadro “Ideas valiosas”, que se encuentra al final de esta sección.



Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a revisar las tres situaciones acerca de los estereotipos de género y reflexiona en torno a ellas.
- Organiza una plenaria para que presenten y comenten sus respuestas y reflexiones.

Cierre



Me comprometo

- Pide a cada estudiante que proponga dos acciones que se comprometa a llevar a cabo cuando reconozca estereotipos de género que no lo hagan sentir bien.

Actividad 10

Me protejo ante todo tipo de violencia

Inicio



¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad (página 53). Aclara las dudas que surjan.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar las dos situaciones de la página 53.
- Promueve la reflexión con base en las preguntas que se plantean.
- Pídeles que expresen lo primero que se les venga a la mente.
- Es importante que tus estudiantes expresen cómo creen que se sienten Jairo e Iris. Destaca la importancia de identificar nuestras emociones, ya que son la forma en que las situaciones y circunstancias nos afectan: algunas nos hacen sentir bien, otras mal y algunas no nos provocan ninguna sensación en particular.
- Pide a tus estudiantes que compartan en plenaria sus respuestas. Anota sus aportes acerca de por qué creen que sucede eso y qué les aconsejarían a los personajes de las situaciones.

¿Qué conozco?

- Promueve la lectura silenciosa y personal de las definiciones de *violencia psicológica* y *violencia sexual* que se presentan en la página 54.

Mis nuevos aprendizajes

- Motiva a tus estudiantes a leer de manera individual la información y la historieta relacionadas con la violencia psicológica, que se presenta en la página 55.
- Invítalos a formar grupos. Según el estado de ánimo de tus estudiantes, puedes motivarlos con una dinámica para su formación y animarlos a participar. A continuación, indícales el tiempo del que disponen para la conversación en grupo.
- Finalizado el tiempo, promueve que cada grupo exprese sus conclusiones. Pregúntales y resalta si está bien lo que piensa Yovana al final (ella considera que es su culpa) y esclarece por qué la reacción de Yovana no es la adecuada. Anota las respuestas de los grupos en relación con lo que ella debería hacer para protegerse.
- Invítalos a leer en grupos el caso “¿Guardo este ‘secreto’ o lo cuento?” y a dialogar a partir de las preguntas planteadas para este caso.
- En plenaria, comparte los aportes de tus estudiantes. En las exposiciones, resalta la importancia de reconocer las emociones de miedo o cólera como señales de alarma que indican que se está ante una situación de riesgo.
- En el caso de Julia, resalta las características de una situación de violencia sexual.
- Invita a tus estudiantes a leer voluntariamente las definiciones de *riesgo* y *violencia sexual*, y lo que pueden hacer frente a la violencia de este tipo.
- Indícales que es necesario que desarrollen la capacidad de autocuidado, la cual es la capacidad de cuidarse a sí mismos y saber cómo actuar para protegerse de la violencia psicológica o sexual.
- Menciona que la violencia sexual es una situación **SOS**, una situación de peligro o riesgo de la que debemos cuidarnos y ante la que debemos responder con una reacción **NAC**.
- Invita a tus estudiantes a revisar en su texto de Tutoría el cuadro “Ideas valiosas”.
- Recuérdales que, como adolescentes, tienen derechos. Además, indícales que juntos trabajarán para fortalecer su comunicación, con el objetivo de que esta sea asertiva.
- Orienta a tus estudiantes para que anoten el nombre de las tres personas de su confianza a quienes acudirían ante una situación **SOS**.

Valoro lo que aprendí

- Solicita a tus estudiantes que formen grupos de hasta seis personas. Luego, pide a cada grupo que elabore su dado con cartulina, siguiendo el modelo de la página 59, y que consiga fichas o semillas variadas para que cada jugador del grupo se identifique.
- En plenaria, brinda las instrucciones del juego y consúltales si todo quedó claro.

- Señala el tiempo del que disponen para que todos participen según las instrucciones del juego “Encontramos un lugar seguro”.
- Observa que todos participen con respeto y en un ambiente de confianza.
- Después de aproximadamente media hora, promueve el diálogo grupal, con base en las preguntas propuestas en el cuadro “Conversamos en grupo”.

Cierre



Me comprometo

- Finaliza esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones realizadas por tus estudiantes.
- Revisa con ellos sus propuestas para reaccionar ante una situación de violencia psicológica o sexual. Escríbelas en la pizarra o en un papelote que colocarás en un lugar visible del salón.

Es posible que, al presentar la sesión, un estudiante exprese que está atravesando una situación de violencia; para ello, es importante que estés preparado.

- Si durante la actividad o después de esta un adolescente comparte que está padeciendo o ha padecido una situación de violencia, es fundamental que lo escuches sin emitir juicios y, sobre todo, le hagas sentir que puede confiar en ti. Debes transmitirle que hizo bien en contarlo a una persona adulta de confianza.
- Si el estudiante desea comentarlo en medio de la actividad, no debes exponerlo ante el grupo. Es conveniente que continúes la conversación en privado una vez que la actividad haya finalizado. Luego, procede de acuerdo con los protocolos de atención en casos de violencia escolar, comunicando lo ocurrido a la directiva del MSE.

Actividad 11

Conozco los beneficios y riesgos de las TIC

Inicio

🎯 ¿Qué aprenderé?

Invita a tus estudiantes a leer en voz alta los objetivos de esta actividad (página 61). Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo



Me acerco al tema

- Indica a tus estudiantes que reflexionen de forma individual y que respondan las interrogantes planteadas en el cuadro “Me pregunto y comparto” (página 63). Brinda unos minutos para el trabajo personal.
- Invítalos a formar grupos de tres o cuatro participantes para intercambiar sus reflexiones y compartir sus respuestas.
- Puedes invitar a voluntarios de cada grupo a compartir sus principales reflexiones con todos.



¿Qué conozco?

- Orienta a tus estudiantes para que realicen un relato de un caso que conozcan, similar a los planteados en la sección anterior.
- Indícales que, en grupos de confianza de dos a cuatro participantes, socialicen sus relatos y las respuestas del cuadro “Conversamos en grupo”.

Mis nuevos aprendizajes

- Lee dos veces, en voz alta y de manera pausada, el texto de la página 63. Brinda a tus estudiantes la oportunidad de formular preguntas sobre lo que no entendieron y explícaselo si es necesario.
- Usa casos que conozcas o hayas visto en la prensa (radial, escrita o televisiva) para ejemplificar la trata o el ciberacoso.
- También puedes contarles algún caso relacionado con el pantallismo o adicción a las pantallas, especialmente a los juegos virtuales.
- Pídeles que, en grupos, reflexionen y respondan las preguntas planteadas en el cuadro “Conversamos en grupo”.
- Invítalos a revisar las ideas planteadas en el cuadro “Ideas valiosas”, que se encuentra al final de esta sección. Indícales que pueden complementarlas con sus propias ideas u otras obtenidas del texto que está al inicio de las orientaciones para esta actividad, o con alguna idea que les haya impactado de los diálogos.

Valoro lo que aprendí

- Indica a tus estudiantes que elijan dos de los casos presentados en la sección “Me acerco al tema” y que propongan estrategias o acciones concretas para evitar caer en situaciones similares.
- Como alternativa, proponles que se reúnan en grupos para representar o dramatizar las respuestas planteadas.

Cierre

Me comprometo

- Invita a tus estudiantes a formar grupos para desarrollar una propuesta que advierta sobre los riesgos del mal uso de las TIC en el colegio. Acompáñalos y guíalos durante todo el proceso.

Actividad 12 Descubro nuevas formas de aprender

Inicio

¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad (página 66). Aclara las dudas que surjan.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta al inicio de esta sección (página 66) y pídeles que reparen en lo que expresa cada persona sobre lo que ha descubierto que le ayuda a estudiar y aprender.
- Pídeles que reflexionen de manera personal acerca de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”, relacionadas con las diferentes formas de aprender que tienen las personas, incluyéndolos a ellos mismos.
- Indícales que se organicen en grupos de tres o cuatro personas para intercambiar sus reflexiones acerca de sus formas particulares de estudiar y aprender.

¿Qué conozco?

- Invita a tus estudiantes a realizar de forma individual el ejercicio que se presenta en esta sección (página 67), acerca de sus habilidades y dificultades para aprender. Explícales que deben recordar cuáles son los cursos que les parecen más fáciles y cuáles les parecen más difíciles. Luego, pídeles que intenten identificar las razones de esto.

- Indícales que se reúnan en grupos de tres o cuatro personas para intercambiar sus reflexiones e intenten encontrar semejanzas y diferencias en las formas que tienen de aprender.
- Organiza una plenaria en la que comenten las nuevas ideas que tienen para aprender mejor.



Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta al inicio de esta sección (página 67) y a leer el diálogo sobre los estilos de aprendizaje.
- Pídeles que conversen en parejas a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”; para ello, deben intentar encontrar las diferencias entre las formas de aprender de los tres personajes.
- Pídeles que compartan cuál de las tres formas les parece más fácil y que expliquen por qué, utilizando un ejemplo personal.
- Invítalos a revisar detenidamente la información sobre los tres estilos de aprendizaje —visual, auditivo y activo-motriz (kinestésico)— para reforzar este tema.
- Pídeles que realicen el ejercicio propuesto para identificar cuál de los estilos de aprendizaje se ajusta más a su forma de aprender. Explícales que, en los cuadros, deben identificar la opción que mejor represente su estilo de aprendizaje.
- Para verificar cuál es su estilo de aprendizaje, indícales que deben escribir en una hoja la opción con la que más se identifican. Luego, solicítales que reconozcan en cuál de los tres estilos tienen la mayor cantidad de respuestas.
- Invítalos a revisar las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas”, que está al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes o las tuyas.



Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a leer las situaciones planteadas y a elaborar una recomendación para cada uno de los personajes, con base en sus estilos de aprendizaje (página 70).
- Organiza una plenaria para que compartan sus reflexiones y consejos.

Cierre



Me comprometo

- Pide a cada estudiante que escriba un listado de actividades que se comprometa a realizar para aprender mejor.

3.3. Texto de tercer grado: orientaciones metodológicas para las sesiones de Tutoría



En el tercer grado se desarrollan doce actividades:

1. Lidero acciones para organizarnos en el colegio
2. Valoro mis prácticas culturales
3. Me comunico asertivamente
4. Soy firme en mis decisiones
5. Siento orgullo por mi colegio
6. Reconozco y acepto mis cambios
7. Construyo relaciones saludables
8. Afronto los retos y logro mis metas
9. Me informo y decido con responsabilidad
10. Mujeres y hombres tenemos los mismos derechos y oportunidades
11. Elijo vivir sin violencia
12. Pienso de manera reflexiva y crítica

Actividad 1

Lidero acciones para organizarnos en el colegio

Inicio

🎯 ¿Qué aprenderé?

- Pide a tus estudiantes que lean el título de la actividad (página 5) e indícales que realicen una lluvia de ideas sobre cuáles creen que serán los objetivos de esta.
- Después de la lluvia de ideas, lean juntos los objetivos de la actividad.
- Aclara cualquier duda que pueda surgir.

Desarrollo

🦉 Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta al inicio de esta sección (página 5) e indícales que mencionen lo que creen que están haciendo los adolescentes.
- Pídeles que se organicen en grupos de tres o cuatro personas para responder las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”.
- Invita a un voluntario de cada grupo a compartir sus respuestas. Seguidamente, menciona que en la imagen se observa una organización estudiantil que se encarga del cuidado del ambiente en el colegio. Algunas ideas de nombres para esta organización podrían ser Los Ecologistas, El Club Ecológico, Los Amigos de la Naturaleza, etc.

📖 ¿Qué conozco?

- Invita a cada estudiante a recordar una organización estudiantil que exista en su colegio o que haya observado en otra institución educativa o en su comunidad (página 6). Pídeles que escriban acerca de ella en una hoja, respondiendo las siguientes preguntas: ¿cómo se llama?, ¿quién es su representante?, ¿quiénes la integran?, ¿de qué se encargan o cuáles son sus funciones?
- Pídeles que, en parejas, conversen sobre las organizaciones que identificaron. Luego, indícales que imaginen las funciones que podrían cumplir las dos organizaciones que presentaron.
- Organiza una plenaria para que intercambien las propuestas de funciones de las distintas organizaciones.

Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a leer la información sobre la importancia de las organizaciones estudiantiles y a revisar y comentar los dos ejemplos que se presentan en esta sección (páginas 6 y 7).
- Organízalos en grupos para que conversen a partir de las interrogantes del cuadro “Conversamos en grupo”. Pide a algunos voluntarios que compartan sus ideas con toda la clase.
- Indícales que revisen la información sobre los cinco pasos para crear una organización estudiantil en el colegio; para ello, podrán repasar con detenimiento el ejemplo de plan de acción que se presenta: Somos Amigos del Juego y el Deporte.
- Invítalos a revisar las ideas que se presentan en el cuadro “Ideas valiosas”, que está al final de esta sección.

Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a realizar el ejercicio que se plantea en esta sección (página 9). Para esto, ayúdalos a organizarse en grupos de tres o cuatro personas y plantea que uno de ellos se encargue de averiguar y escribir los intereses de los demás compañeros de su grupo.
- Pídeles que, entre todos los integrantes del grupo, elaboren un plan de acción para responder a dichos intereses. Indícales que utilicen el modelo presentado en esta sección.
- Organiza una plenaria para que cada grupo pueda presentar su propuesta de organización estudiantil y su plan de acción.

Cierre

Me comprometo

- Pide a cada estudiante que identifique dos acciones que se comprometa a realizar para motivar la creación de una organización estudiantil en su colegio.

Actividad 2 **Valoro mis prácticas culturales**

Inicio

¿Qué aprenderé?

- Pide a tus estudiantes que identifiquen algunas prácticas culturales que se realizan en el colegio, como celebraciones específicas o elementos como el calendario agrícola que se coloca en el aula. Solicítales que mencionen qué es lo que más les gusta y lo que menos les gusta de estas prácticas.
- Lee junto con ellos los objetivos de la actividad (página 10) y aclara cualquier duda que pueda surgir.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta en esta sección (página 10) y a conversar juntos sobre la situación planteada.
- Pídeles que se reúnan en parejas e intercambien sus ideas sobre la imagen; para ello, deben responder las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”.
- Refuerza la idea de que, en las comunidades, la familia y el colegio están muy relacionados y se apoyan mutuamente para el bienestar de los estudiantes. Por ejemplo, cuando las familias colaboran donando animales para el desarrollo de proyectos en el colegio.



¿Qué conozco?

- Invita a tus estudiantes a observar y comentar la situación que se presenta en esta sección (página 11) sobre la costumbre de cortar el cabello y dejar una ofrenda a los niños cuando los bautizan.
- Invítalos a identificar las prácticas culturales que tienen en su familia y en su colegio, y a escribir sobre ellas. Pídeles que se reúnan en parejas para intercambiar y comentar dichas prácticas.



Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a leer la información que se presenta en esta sección (página 11) sobre las prácticas culturales y también sobre las diferencias que pueden existir entre las prácticas de la familia y del colegio.
- Organízalos en grupos para que dialoguen sobre las diferencias que ellos encuentran entre las prácticas culturales de sus familias y las de su colegio. Pídeles que compartan situaciones relacionadas con prácticas culturales que hayan tenido y mencionen cómo actuaron ante ellas.
- Invítalos a revisar y comentar el cuadro que contiene ejemplos de prácticas culturales que se viven de manera diferente en la familia y en el colegio (tanto las creencias como la participación en el trabajo y la organización de este). Indícales que revisen también las reflexiones y los cuestionamientos que realizan los tres jóvenes en la página siguiente. Anímalos a compartir sus propias reflexiones sobre este tema.
- Pídeles que observen las tres situaciones que se presentan en esta sección y reflexionen sobre lo que puede ocurrir cuando hay diferencias entre las prácticas culturales de la familia y del colegio. Pídeles que comenten cada una de ellas y mencionen si recuerdan haber vivido situaciones similares.
- Organiza una plenaria para que compartan sus reflexiones.
- Invítalos a revisar las ideas que se presentan en el cuadro “Ideas valiosas”, que está al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, las tuyas u otras.



Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a realizar el ejercicio que se plantea en esta sección (página 14), acerca de las prácticas culturales que existen en sus familias o en su colegio.
- Pídeles que respondan las preguntas de manera individual y luego organiza una plenaria para que intercambien sus principales reflexiones.

Cierre



Me comprometo

- Pide a cada estudiante que reconozca dos acciones que se comprometa realizar para conocer mejor una práctica de su familia que le cause orgullo.

Actividad 3

Me comunico asertivamente

Inicio



¿Qué aprenderé?

- Pide a tus estudiantes que se coloquen en círculo. Indícales que mencionarán una frase que deberán susurrarse al oído. Cuando el último estudiante reciba la frase, deberá decirla en voz alta y compararla con la frase original.
- Conversa con ellos sobre las características que debe tener una comunicación adecuada.
- Lean juntos los objetivos de la actividad.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la situación que se presenta en esta sección (página 15), la cual involucra a una docente y su estudiante. Pídeles que la comenten en parejas. Luego, invítalos a conversar a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”; para ello, deben intercambiar sus opiniones sobre la manera de comunicarse de la profesora y de la estudiante. Además, solicítales que recuerden situaciones similares que hayan vivido y que reflexionen sobre su propia forma de reaccionar y comunicarse.

¿Qué conozco?

- Invita a tus estudiantes a observar la situación que se presenta en esta sección (página 16) y las tres distintas reacciones que tiene la estudiante. Pregúntales si ellos recuerdan haber vivido una situación parecida e invítalos a compartir cómo fue su reacción.
- Pídeles que dialoguen en grupos de tres o cuatro personas a partir de las interrogantes del cuadro “Conversamos en grupo”.
- Organiza una plenaria para que intercambien sus principales reflexiones sobre esta situación.

Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a leer la información que se presenta al inicio de esta sección (página 17), la cual trata sobre la comunicación y las situaciones en las que nos resulta difícil comunicarnos.
- Pídeles que observen el ejemplo que se presenta y que escriban otras situaciones en las que les cuesta expresar sus opiniones. Solicita que algunos voluntarios compartan estas situaciones.
- Invítalos a revisar la información que se presenta sobre dos formas de comunicarse: comunicación agresiva y comunicación pasiva. Converse con ellos para identificar las diferencias entre ambas y pídeles que mencionen nuevos ejemplos sobre estas dos formas de comunicación.
- Comenta junto con ellos las dos siguientes imágenes, en las que se presentan respuestas asertivas a las situaciones anteriores. Pregúntales qué opinan de esta nueva forma de responder, la cual se conoce como *comunicación asertiva*. Luego, invítalos a formar grupos de tres o cuatro personas y a responder las interrogantes del cuadro “Conversamos en grupo”.
- Pídeles que, en sus mismos grupos, revisen la información que se presenta en esta sección sobre la comunicación asertiva y las tres pautas planteadas para entrenarse en esta forma de comunicación.
- Indícales que revisen las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas”, que está al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, las tuyas u otras.

Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a realizar el primer ejercicio de esta sección (página 19), para lo cual deben leer las situaciones que se presentan y reconocer la frecuencia con la que se comunican de esa manera.
- Destaca los beneficios, tanto para uno mismo como para los demás, de comunicarnos asertivamente: hay más posibilidades de que seamos empáticos con los demás o que ellos lo sean con nosotros, evitamos peleas y resentimientos, nos sentimos mejor con nosotros mismos porque expresamos lo que queremos, evitamos caer en situaciones de riesgo que pueden perjudicarnos, nos llevamos mejor con las personas y hacemos respetar nuestros derechos y respetamos los de los demás, entre otros.
- Pídeles que respondan las interrogantes sobre las situaciones en las que hubo comunicación asertiva.

Cierre

Me comprometo

- Pide a tus estudiantes que propongan tres acciones que podrían poner en práctica para comunicarse asertivamente y que mencionen dos acciones que se comprometan a realizar para comunicarse de esta manera cuando les moleste algún aspecto de otras personas.

Actividad 4

Soy firme en mis decisiones

Inicio

¿Qué aprenderé?

- Pide a tus estudiantes que recuerden o imaginen una celebración de su comunidad y que piensen en los preparativos o insumos necesarios para llevarla a cabo.
- Cuando surja el tema del consumo de bebidas alcohólicas, invítalos a reflexionar juntos sobre las consecuencias que suele acarrear esta acción.
- Anímalos a leer los objetivos de la actividad.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar con atención las dos situaciones que se presentan en esta sección (páginas 20 y 21).
- Pídeles que reflexionen de forma individual y respondan las interrogantes planteadas en el cuadro “Me pregunto y comparto”. Bríndales unos minutos para el trabajo personal.
- Indícales que formen grupos de tres o cuatro participantes para que intercambien sus reflexiones y compartan sus respuestas.
- Puedes invitar a voluntarios de cada grupo a compartir sus principales reflexiones con toda la clase.

¿Qué conozco?

- Anima a tus estudiantes a escribir en una hoja si las afirmaciones son mitos o realidades, según la tabla de la página 21.
- Pídeles que, en los mismos grupos formados durante el desarrollo de la sección anterior, compartan sus respuestas de las preguntas propuestas en el cuadro “Conversamos en grupo”.
- Además de las afirmaciones propuestas, podrían surgir otras ideas vinculadas al consumo de drogas, a las cuales debes estar atento. Por ejemplo:
 - El alcohol ayuda a superar la tristeza y a estar alegre.
 - Las bebidas alcohólicas son buenas para entrar en calor.
 - Tomar o fumar dan prestigio; te hacen ver “interesante”.
- Organiza una plenaria para que compartan sus conclusiones principales sobre el tema.

Mis nuevos aprendizajes

- Lee dos veces, en voz alta y de manera pausada, el texto de la página 22. Brinda a tus estudiantes la oportunidad de formular preguntas sobre lo que no entendieron y explícaselo si es necesario.
- Pídeles que observen las dos ilustraciones con atención. Luego, indícales que respondan de manera individual las preguntas del cuadro “Me pregunto y comparto”.
- Pídeles que compartan sus respuestas con el objetivo de llegar a consensos. Para ello, puedes mantener los grupos anteriores o mezclarlos según su desempeño.
- Organiza una plenaria para que compartan algunas conclusiones importantes.

Es recomendable que desarrolles estos puntos en una sola sesión y los siguientes en otra, ya que, para lograr un desarrollo adecuado, podrías necesitar hasta 3 horas.

Para una segunda sesión, se proponen los siguientes puntos:

- Pídeles que observen nuevamente las dos ilustraciones de esta sección.
- Lee dos veces, en voz alta y de manera pausada, el texto “¿Por qué existe mayor riesgo de que los adolescentes se vuelvan adictos a las drogas?”. Brinda a tus estudiantes la oportunidad de formular preguntas sobre lo que no entendieron y explícaselo si es necesario.
- Lee dos veces, en voz alta y de manera pausada, el texto “Formas de afrontar situaciones de riesgo relacionadas con el consumo de drogas” y pídeles que mencionen qué harían si los presionaran para consumir una droga.
- Como alternativa a esta actividad, proponles que formen tres grupos y recreen situaciones en las que pongan en práctica las tres formas o estrategias para afrontar situaciones de riesgo relacionadas con el consumo de drogas. Puedes plantear las situaciones o participar en el ejercicio junto con tus estudiantes.
- Continúa con la lectura de los mitos y realidades sobre el consumo de alcohol y drogas que se mencionaron al inicio de la actividad.
- Infórmales sobre Habla Franco, que es un servicio confidencial, anónimo y gratuito de la Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas (DEVIDA), el cual orienta a adolescentes y jóvenes en temas relacionados con el consumo de drogas.
- Indícales que lean la historieta sobre las formas de afrontar situaciones de riesgo relacionadas con el consumo de drogas.
- Invítalos a revisar las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas”, que se encuentra al final de esta sección. Indícales que pueden complementarlas con sus propias ideas o con otras tomadas del texto que aparece al inicio de las orientaciones de esta actividad, o con alguna idea que les haya impactado durante el diálogo.

Valoro lo que aprendí

- Organiza a tus estudiantes en grupos para que escenifiquen una de las situaciones presentadas en la página 26 u otra situación tomada de la realidad.
- Cada grupo debe presentar su escenificación. Refuerza la respuesta firme ante la presión del grupo. Dales la oportunidad de repetirlo si notas que no es convincente la respuesta asertiva y firme. La actitud que muestren es muy importante, es decir, el lenguaje no verbal: la postura, la mirada, el tono de voz y la seguridad del mensaje que transmiten (debe ser amable y firme a la vez; no agresivo, pero tampoco débil o poco convincente).
- Felicita el trabajo de todos y refuerza la idea de que es muy importante desarrollar la firmeza ante la presión de otros, a fin de evitar involucrarse en situaciones de riesgo o problemas.

Cierre

Me comprometo

- Pide a tus estudiantes que escriban tres acciones que se comprometan a poner en práctica si los invitan a consumir alguna droga. Luego, genera un diálogo para que intercambien sus respuestas.

Inicio

¿Qué aprenderé?

- Pide a tus estudiantes que cierren los ojos y recuerden la primera vez que ingresaron al modelo de servicio educativo en el que se encuentran.
- Mientras mantienen los ojos cerrados, pregúntales: “¿Qué fue lo que más les impactó en esa primera visita? ¿Qué es lo que más les gusta hasta ahora?”. Luego, pídeles que abran los ojos lentamente y anima a un voluntario a leer en voz alta los objetivos de la actividad.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la situación que se presenta en esta sección (página 28), que trata sobre la visita de unos estudiantes a la chacra de café de don Julio. Pídeles que conversen en parejas al respecto.
- Invítalos a conversar a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”; para ello, deben identificar y compartir actividades de su colegio que les agraden y emocionen.

¿Qué conozco?

- Invita a tus estudiantes a realizar el ejercicio que se plantea al inicio de esta sección (página 29). Indícales que deberán imaginar y dibujar cómo sería la foto de uno de los momentos más importantes y agradables de su vida escolar.
- Solicítales que respondan las interrogantes que se plantean para explicar la fotografía que han dibujado.
- Indícales que se organicen en grupos de confianza, compartan las fotografías que dibujaron y respondan juntos las interrogantes del cuadro “Conversamos en grupo”. Invita a algunos voluntarios a compartir con todos sus principales reflexiones.

Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a leer la información y observar la situación que se presenta al inicio de esta sección (página 29), las cuales tratan sobre la comunidad educativa y lo que sienten algunos estudiantes respecto de esta.
- Solicita que cada uno revise con atención la información que dan los tres adolescentes sobre los tres modelos de servicios educativos en ámbito rural (página 30). Luego, pídeles que, en sus mismos grupos, respondan las interrogantes del cuadro “Conversamos en grupo”.
- Pide que cada uno revise los comentarios que los estudiantes hacen sobre aquellas prácticas o acciones que se realizan en su colegio y con las cuales no se sienten a gusto. Indícales que las comenten en sus grupos, teniendo en cuenta las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”.
- Organiza una plenaria para que tus estudiantes compartan sus reflexiones sobre aquello que quisieran cambiar o mejorar en su colegio.
- Invítalos a revisar las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas”, que se encuentra al final de esta sección.

Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a realizar el ejercicio que se plantea en esta sección (página 32), que implica escribir una carta a un estudiante nuevo que llegará a su colegio. Enfatiza que en esta carta deben resaltar todo aquello que les gusta de su colegio y también aquellas situaciones que están intentando mejorar entre todos.
- Organiza una plenaria para que algunos voluntarios lean las cartas que escribieron. Luego, identifica, junto con tus estudiantes, las coincidencias y las diferencias entre sus cartas. Además, pídeles que reflexionen acerca de aquellas situaciones que deben mejorar entre todos.

Cierre



Me comprometo

- Pide a cada estudiante que escriba tres acciones que podría realizar para reconocer todo lo que le llena de orgullo de su colegio, así como dos acciones que podría llevar a cabo con sus compañeros para mejorar aquello que no les gusta de su institución.

Actividad 6

Reconozco y acepto mis cambios

Inicio



¿Qué aprenderé?

- Escribe en la pizarra o en un papelógrafo la palabra *cambios* y realiza una lluvia de ideas sobre lo que esta palabra significa para tus estudiantes.
- Lee junto con ellos las ideas y enfócate en los cambios que ocurren durante la adolescencia.
- Lean juntos los objetivos de la actividad y ofréceles la confianza necesaria para que puedan hacer cualquier pregunta que surja, especialmente si se trata de un tema nuevo para ellos.

Desarrollo



Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta en la página 33 y promueve la reflexión personal con base en las preguntas planteadas.
- Invítalos a que, en grupos de confianza, compartan sus reflexiones, recojan las experiencias personales, identifiquen los cambios que han experimentado y cuenten si ha cambiado la relación con su familia.
- Es importante que el diálogo se desarrolle en un ambiente de confianza.



¿Qué conozco?

- Invita a tus estudiantes a observar de manera individual las imágenes de la página 34, a leer el texto y a responder las preguntas en relación con los cambios que les están sucediendo.
- Acompaña el proceso personal y luego, cuando todos hayan terminado, invítalos a leer la historia de Luis y la de María, indicándoles que son adolescentes como ellos, y a responder las preguntas.
- Cuando observes que han terminado de completar las historias, señálales que, en los mismos grupos, pueden compartir el fin de las historias, identificando las similitudes y diferencias, a partir de lo solicitado en el cuadro "Conversamos en grupo".
- Promueve un diálogo acerca de los cambios que identifican en sí mismos y su relación con las personas adultas.
- Pide a cada grupo que exponga sus conclusiones.



Mis nuevos aprendizajes

- Lee dos veces el texto incluido en esta sección (página 35) y pide a tus estudiantes que acompañen la lectura siguiendo con la vista el contenido. Luego, resalta que los cambios en la adolescencia no solo afectan el cuerpo, sino también la manera en que sienten, piensan y razonan, influyendo en las relaciones que establecen con las personas adultas.
- Expresa de manera cordial que están en un proceso de cambio y que es importante informarse sobre los cambios que ocurren durante la adolescencia. Asimismo, destaca que es fundamental entender el comportamiento y las preocupaciones de las personas adultas.
- Una vez que han terminado de leer el texto correspondiente, indícales que contesten las preguntas sobre las formas de respuesta asertiva.

- Forma grupos de trabajo empleando una dinámica que motive a tus estudiantes. Asegúrate de que todos participen activamente en sus grupos. Deben compartir sus respuestas de las interrogantes de los cuadros celestes y contestar las preguntas del cuadro “Conversemos en grupo”.
- Organiza una plenaria y atiende los aportes de los grupos. Luego, refuerza lo siguiente:
 - ✓ Expresar y reconocer las emociones de miedo o cólera no es malo, más bien es una señal de alarma que nos indica que estamos ante una situación de riesgo.
 - ✓ El miedo o la cólera no debe paralizarnos, sino más bien debemos atenderlos como señales de alarma que nos movilizan a realizar acciones para superar el peligro.
- Prepara carteles para exponerlos en un lugar visible para todos, con la siguiente información:

Pongamos atención. Una situación de violencia sexual es una **SOS**, es decir, una situación de peligro o riesgo de la que debemos cuidarnos. Generalmente, se presenta así:

Se pretende hacer a **S**olas
de manera **O**cultas
y se pide guardar en **S**ecreto.

Cuando nos encontremos con situaciones **SOS**, en las que se presentan estas características, es importante protegernos y responder con una reacción **NAC**:

Decir "¡**N**o!".
Alejarnos y
Contárselo a una persona de confianza.

- Refuerza que, considerando las situaciones de riesgo y de peligro, es necesario desarrollar formas de autocuidado.
- Indica a tus estudiantes que la Ley para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia Contra las Mujeres y los Integrantes del Grupo Familiar, Ley N.º 30364, define qué es la violencia sexual.
- Señálales que para prevenir situaciones de violencia, necesitamos prepararnos y, para ello, vamos a identificar las situaciones de peligro, de riesgo, y a actuar asertivamente.
- Diles que una situación de violencia sexual es una situación **SOS**, que es una situación de peligro o riesgo de la que debemos cuidarnos y ante la que debemos responder con una reacción **NAC**.
- Invita a algunos voluntarios a leer en voz alta las ideas presentadas en la caja “Ideas valiosas”.
- Menciona que es importante estar preparados para afrontar situaciones de riesgo de violencia sexual. Para ello, pídeles que anoten el nombre de tres personas de su confianza, es decir, personas a quienes podrían contarles lo que les sucede cuando están en riesgo o en peligro.

Valoro lo que aprendí

- Solicita a tus estudiantes que expresen a través de un dibujo o un poema cómo se sienten y que le pongan un título (se sugiere realizar la actividad en una hoja).

Cierre

Me comprometo

- Pide a tus estudiantes que identifiquen tres acciones que se comprometan a realizar si se encuentran en una situación **SOS** y tres acciones que se comprometan a llevar a cabo para responder de una manera **NAC**.
- Organiza una plenaria para que compartan sus respuestas.

Actividad 7

Construyo relaciones saludables

Inicio

¿Qué aprenderé?

- Invita a tus estudiantes a observar la imagen de la página 38 y fomenta una lluvia de ideas para que compartan de qué creen que tratará la actividad.
- Anima a un voluntario a leer en voz alta los objetivos de la actividad.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a cada estudiante a observar con atención la ilustración de la página 38, que muestra cómo Angeli y Rubén inician una relación de enamorados, la cual ocurre en un CRFA. Luego, pídeles que respondan las preguntas de esta sección.

¿Qué conozco?

- Incentiva a tus estudiantes a imaginar que han pasado seis meses y a describir cómo ha evolucionado la relación entre Angeli y Rubén. Asegúrate de que escriban estas dos posibles versiones:
 - Una primera historia donde ambos se sienten bien y existe respeto mutuo.
 - Una segunda historia donde uno de ellos se encuentra afectado y la relación no es saludable.
- Indícales que se organicen en grupos de confianza de dos a cuatro personas para que compartan sus historias y respondan las preguntas del cuadro “Conversamos en grupo” (página 39).
- Organiza una plenaria para que compartan sus conclusiones.

Mis nuevos aprendizajes

- Lee el texto de la página 39 en voz alta y de forma pausada, y permite que los estudiantes realicen preguntas si algo no les queda claro. Proporcionales las explicaciones necesarias.
- Divide a los estudiantes en seis grupos y asígnales el trabajo de preparar una exposición sobre un subtema. Cada grupo deberá presentar, al menos, tres ejemplos relacionados con lo que expone el texto:
 - ✓ Grupo 1: ¿Qué es el enamoramiento?
 - ✓ Grupo 2: El enamoramiento en la adolescencia y el primer amor
 - ✓ Grupo 3: ¿Cómo sé si la relación de enamorados es saludable?
 - ✓ Grupo 4: ¿Qué es una relación de dependencia emocional o “amor tóxico”?
 - ✓ Grupo 5: ¿Cómo ocurre la violencia durante el enamoramiento?
 - ✓ Grupo 6: Los mitos del amor romántico
- Organiza una plenaria para que los grupos dialoguen a partir de las preguntas de los cuadros “Me pregunto y comparto” y “Conversamos en grupo”. Aclara cualquier duda o malentendido, proporcionando ejemplos si es necesario.
- Invítalos a revisar las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas”, que se encuentra al final de esta sección.

Valoro lo que aprendí

- Indica a tus estudiantes que revisen las situaciones planteadas en la página 44 y discutan si estas representan casos de violencia. Pídeles que identifiquen en qué fase del ciclo de la violencia se encuentran.
- Organiza una plenaria para resolver las dudas e inquietudes de tus estudiantes, corrigiendo sus respuestas si es necesario.

Cierre



Me comprometo

- Pide a tus estudiantes que mencionen dos acciones que se comprometan a realizar si reconocen alguna señal de violencia en su relación de pareja. Además, indícales que escriban los nombres de tres personas de confianza a quienes puedan acudir si identifican señales de violencia.
- Organiza una plenaria para que intercambien sus respuestas.

Recuerda que si un estudiante te cuenta que se reconoce en una situación de riesgo de violencia en su relación de pareja, escúchalo sin juzgarlo, de manera empática y asertiva. Asimismo, recuerda que, al final de esta guía docente, puedes encontrar la lista de instituciones a las que tus estudiantes pueden acudir para recibir orientación especializada o, en caso de ser necesario, atención.

Actividad 8

Afronto los retos y logro mis metas

Inicio



¿Qué aprenderé?

- Pide a tus estudiantes que, en parejas, compartan las metas que se han propuesto en diferentes áreas de su vida.
- Organiza una plenaria para que compartan situaciones que podrían alejarlos de alcanzar esas metas y argumenten sus motivos.
- Solicita a un voluntario que lea en voz alta los objetivos de la actividad.

Desarrollo



Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta en esta sección (página 45) y a comentar lo que ocurre en ella.
- Pídeles que, en parejas, dialoguen a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”. Anima a algunos voluntarios a compartir sus reflexiones con todos.



¿Qué conozco?

- Asegúrate de que tus estudiantes estén en silencio. Si están distraídos, realiza con ellos algunos ejercicios breves de respiración: pídeles que cierren los ojos, inhalen profundamente contando hasta seis, retengan el aire contando hasta cuatro, y exhalen en seis segundos, y repitan el proceso hasta que se relajen y logren concentrarse. Luego, invítalos a visualizar dónde estarán en diez años; para ello, realiza las siguientes preguntas: ¿dónde estarán?, ¿quiénes los acompañarán?, ¿a qué se dedicarán? Repite la consigna con calma, dejando algunos minutos para que visualicen, y luego pídeles que abran los ojos.
- Pídeles que respondan la pregunta sobre los obstáculos que podrían impedirles alcanzar sus metas (página 46), así como las dos interrogantes adicionales sobre el embarazo adolescente: cómo afecta la vida de los adolescentes y qué medidas se pueden tomar para prevenirlo.

Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a revisar la información presentada en esta sección (página 46), que trata sobre los factores de riesgo y los factores protectores relacionados con el embarazo adolescente.
- Motívalos a reflexionar sobre qué otras condiciones o factores han identificado que también contribuyen al embarazo en adolescentes.
- Para continuar con la reflexión, forma grupos por afinidad y pídeles que respondan las interrogantes planteadas en el cuadro "Conversemos en grupo".
- Revisa, junto con tus estudiantes, el cuadro que presenta las consecuencias del embarazo adolescente. Pídeles que identifiquen cuáles de estas consecuencias afectan más a las mujeres y cuáles afectan más a los hombres. Promueve el diálogo y la reflexión sobre cómo este hecho afecta de manera diferente a hombres y mujeres.
- Junto con tus estudiantes, analiza las situaciones de Marco, Fernando y Luisa para identificar cómo pueden alcanzar sus metas.
- Pide a tus estudiantes que reflexionen sobre las preguntas del cuadro "Me pregunto y comparto" y luego discutan sus reflexiones con un compañero.
- Lee en voz alta las ideas presentadas en el cuadro "Ideas valiosas" y, si es necesario, complementa con las ideas adicionales de tus estudiantes o las tuyas.

Valoro lo que aprendí

- Pide a tus estudiantes que describan con sus propias palabras cuáles serían las consecuencias más preocupantes si se embarazaran o si embarazaran a su pareja a una edad temprana.

Cierre

Me comprometo

- Invita a cada estudiante a completar una línea de tiempo con los pasos que debe dar o con lo que necesita hacer para cumplir con sus metas, evitando de manera activa una maternidad o paternidad a temprana edad.

Actividad 9

Me informo y decido con responsabilidad

Inicio

¿Qué aprenderé?

- Pregunta a tus estudiantes si han escuchado previamente sobre los métodos anticonceptivos, ya sea en la escuela, en un centro de salud o en sus comunidades, y qué información general conocen al respecto.
- Lee en voz alta los objetivos de la actividad.
- Este tema puede generar muchas dudas o comentarios, por lo que es recomendable revisar la información brindada en el texto de Tutoría antes de iniciar la actividad.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la imagen presentada en esta sección (página 51) y a comentar lo que ocurre en ella.
- Indícales que dialoguen en parejas a partir de las interrogantes del cuadro "Me pregunto y comparto". Pregúntales qué han escuchado sobre los métodos anticonceptivos. Solicita que alguno voluntarios compartan sus reflexiones con todos.

¿Qué conozco?

- Pide a tus estudiantes que lean los testimonios y la información sobre los métodos anticonceptivos (página 52).
- Pregúntales si están de acuerdo con estos testimonios o si habían escuchado antes sobre los métodos anticonceptivos.

Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a revisar la información presentada en esta sección (página 52), que trata sobre los métodos anticonceptivos. Como es información nueva y compleja, puedes utilizar técnicas como la lectura compartida, la lectura en grupos y otras que te permitan monitorear la comprensión de tus estudiantes. Puedes dosificar la información y trabajarla en dos o tres sesiones. También es recomendable que pidas a tus estudiantes que lean el texto y se organicen en grupos para prepararse y exponer sobre los métodos anticonceptivos. Cada grupo puede presentar un tipo de método, para lo cual puede preparar dibujos en papelotes. No olvides aclarar las dudas que surjan (si no tienes la respuesta, ofréceles buscarla para contestarles otro día).
- Una vez culminado el ejercicio anterior, pídeles que respondan las preguntas del cuadro “Conversamos en grupo”. Motívalos a compartir sus respuestas con la clase.
- Indícales que lean y comenten las situaciones presentadas: dos madres escuchan a adolescentes que están hablando sobre métodos anticonceptivos y cuatro amigos conversan sobre el mismo tema a través del celular.
- Analiza con ellos, de manera conjunta y específica, los mitos más comunes acerca de los métodos anticonceptivos.
- Invítalos a revisar las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas” y a complementarlas con sus propias reflexiones.

Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a realizar, de forma individual, el ejercicio que se plantea en esta sección.
- Una vez que terminen, revisa con toda la clase las recomendaciones que darían a estos adolescentes. Aprovecha esta instancia para reforzar los contenidos aprendidos durante la actividad.

Cierre

Me comprometo

- Invita a cada estudiante a identificar tres acciones que se comprometa a poner en práctica para evitar convertirse en padre o madre adolescente. Luego, pide que comparta sus acciones con la clase.

Actividad 10

Mujeres y hombres tenemos los mismos derechos y oportunidades

Inicio

¿Qué aprenderé?

- Pide a tus estudiantes que observen la primera imagen de la página 58 y compartan qué significado tienen para ellos los mensajes que aparecen en los letreros.
- Pregúntales qué entienden por igualdad entre hombres y mujeres.
- Invita a un voluntario a leer en voz alta los objetivos de la actividad.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la situación presentada en esta sección (página 58) y pídeles que reflexionen sobre el mensaje que la mamá le da a su hija.
- Motívalos a conversar a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”. Para ello, indícales que deben intercambiar sus ideas sobre si hombres y mujeres tienen el mismo derecho a asistir al colegio.

¿Qué conozco?

- Invita a tus estudiantes a observar el mural sobre cómo funciona la igualdad de derechos entre mujeres y hombres en una determinada comunidad de la Amazonía (página 59). Pídeles que reparen en las situaciones referidas a la participación, la educación y el trabajo. Luego, anímalos a reflexionar sobre cómo se vive esta situación en sus propias comunidades de origen.
- Indícales que se junten en parejas para comentar el mural y contarse cómo se vive este tema en sus comunidades. Pídeles que escriban lo que pondrían en un periódico mural sobre los derechos de los niños y adolescentes.
- Organiza una plenaria para que algunos voluntarios compartan la información que escribieron sobre cuáles creen que son los derechos de los niños y adolescentes, y así todos puedan dar su opinión al respecto.

Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a revisar la información y los comentarios presentados en la página 59, que tratan sobre aquellas situaciones en las que no se respetan los derechos de las personas por el hecho de ser mujeres u hombres.
- Solicítales que escriban una situación en la que hayan presenciado alguna desigualdad entre mujeres y hombres, e identifiquen qué derechos no fueron respetados. Pídeles que en parejas o grupos de confianza comenten las situaciones.
- Ayúdalos a organizarse en grupos para leer la siguiente información y conversar a partir de las interrogantes del cuadro “Conversamos en grupo”, identificando situaciones personales relacionadas con la igualdad de derechos entre mujeres y hombres.
- Invítalos a continuar revisando la información y a compartir en parejas o grupos de confianza las reflexiones que formularon a partir de las preguntas del cuadro “Me pregunto y comparto”.
- Proponles que revisen los siguientes ejemplos de algunas estrategias que se pueden poner en práctica en su comunidad para promover la igualdad de derechos, responsabilidades y oportunidades entre mujeres y hombres.
- Invítalos a revisar las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas”, que se encuentra al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, las tuyas u otras.

Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a realizar el ejercicio que se plantea en esta sección. Explícales que deberán identificar y analizar una situación de desigualdad entre mujeres y hombres. Invítalos a compartirla y a comentarla en parejas o grupos de confianza a partir de las preguntas planteadas sobre ese ejemplo.
- Planteales el reto de encontrar una acción que se podría llevar a cabo desde la escuela para influir en el cambio de esta situación de desigualdad. Indícales que deben explicar en qué consistiría.
- Organiza una plenaria para que intercambien sus propuestas.

Cierre

Me comprometo

- Pide a cada estudiante que formule dos acciones que se comprometa a poner en práctica si fuera testigo de una situación de desigualdad entre hombres y mujeres en su familia o el colegio.
- Organiza una plenaria para que intercambien sus respuestas.

Actividad 11 Elijo vivir sin violencia

Inicio

¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que surjan.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a leer y comentar los titulares de periódicos presentados en esta sección (página 62).
- Pídeles que reflexionen en parejas sobre las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”. Luego, invita a algunos voluntarios a compartir sus principales reflexiones con toda la clase.

¿Qué conozco?

- Invita a tus estudiantes a observar y comentar el diálogo de los dos jóvenes sobre sus experiencias de violencia física. Pregúntales qué les podrían aconsejar desde su propia experiencia.
- Pídeles que mencionen una situación de violencia física que recuerden. Puede ser una que hayan observado. Acompáñalos de cerca en este momento, pues suele ser sobrecogedor recordar experiencias de violencia.
- Organízalos en grupos de tres o cuatro personas para que compartan las situaciones que recordaron.

Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a leer la información presentada al inicio de esta sección (página 63), que trata sobre la violencia física que se produce en las instituciones educativas del Perú. Pídeles que, en parejas, compartan su opinión sobre los datos estadísticos de violencia que se presentan en la tabla.
- Organízalos en grupos de tres o cuatro personas para que juntos respondan las interrogantes del cuadro “Conversamos en grupo”, acerca de la violencia física en sus comunidades.
- Pídeles que revisen en conjunto la información de la página siguiente sobre el uso de castigos físicos en la educación de los hijos, que reflexionen sobre las consecuencias de estas prácticas en la vida de las personas y que compartan sus opiniones al respecto.
- Indícales que revisen la información sobre otras formas de violencia física que se presentan a continuación. Pregúntales si ellos identifican otras formas de este tipo de violencia.
- Pídeles que revisen la información sobre las consecuencias de la violencia y las formas de prevenirla. Pregúntales qué opinan sobre la violencia física y si alguna vez la aplicaron.
- Invítalos a revisar las ideas planteadas en el cuadro “Ideas valiosas”, que está al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes o las tuyas.

Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a realizar el ejercicio propuesto en esta sección, centrado en las sugerencias que darían a personas víctimas de violencia física. Pídeles que contesten las preguntas de los dos ejemplos planteados en la página 65 y luego compartan sus respuestas en grupos de tres o cuatro personas.
- Organiza una plenaria para que mencionen los consejos que darían a las personas víctimas de violencia física y elijan los mejores.

Cierre

Me comprometo

- Pide a cada estudiante que elabore en conjunto con sus compañeros un afiche con información importante para prevenir cualquier forma de violencia física.

Actividad 12

Pienso de manera reflexiva y crítica

Inicio

¿Qué aprenderé?

- Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la situación que se presenta en esta sección (página 66) y a comentar las diferentes reacciones que tienen los tres estudiantes sobre la tala de los árboles.
- Invítalos a conversar a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”.

¿Qué conozco?

- Invita a tus estudiantes a observar la situación que se presenta en esta sección (página 67) y a prestar atención al diálogo entre los dos estudiantes acerca de su compañero y su derecho a estudiar.
- Indícales que respondan las interrogantes planteadas sobre la situación.
- Ayúdalos a organizarse en grupos de tres o cuatro personas para que intercambien sus reflexiones sobre las dificultades que enfrentan algunos para estudiar y quiénes consideran que tienen derecho a la educación. En los mismos grupos, pueden responder las preguntas del cuadro “Conversamos en grupo”.

Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a observar la situación que se presenta al inicio de esta sección (página 68). Indícales que, en sus mismos grupos, comenten dicha situación a partir de las interrogantes del cuadro “Conversamos en grupo”.
- Solicita que cada uno lea la siguiente información sobre qué es y qué implica tener un pensamiento reflexivo y crítico. Seguidamente, indícales que conversen en parejas al respecto.
- Pídeles que realicen el ejercicio de analizar reflexiva y críticamente una de las dos situaciones que comentan los estudiantes, guiándose por los tres pasos del esquema planteado. Pide que algunos voluntarios compartan con todos cómo lo realizaron.
- Organízalos en grupos de tres o cuatro personas a fin de que revisen las cuatro estrategias planteadas para ejercitar su pensamiento reflexivo y crítico. Señáales que expresen su opinión de cada una de ellas y mencionen cuáles les parecen importantes poner en práctica en su vida diaria.
- Invítalos a revisar las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas”, que está al final de esta sección.

Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a identificar una situación de su vida cotidiana que sea polémica y cuestione su forma de pensar. Seguidamente, indícales que la analicen teniendo en cuenta los tres pasos que se explicaron en esta actividad.
- Forma parejas o grupos pequeños de tres integrantes para que compartan su trabajo.

Cierre

Me comprometo

- Pide a cada estudiante que identifique tres acciones que se comprometa a desarrollar para entrenar su pensamiento crítico y reflexivo. Luego, organiza una plenaria para que intercambien sus respuestas.

3.4. Texto de cuarto grado: orientaciones metodológicas para las sesiones de Tutoría



En el cuarto grado se desarrollan doce actividades:

1. Participo en las acciones de mi comunidad
2. Valoro la interculturalidad
3. Me relaciono y reconozco cómo me siento
4. Soy parte importante de mi país
5. Mis raíces son mi identidad
6. Cuido mi salud sexual
7. Construyo relaciones saludables
8. Todos enfrentamos la violencia contra las mujeres
9. Prevengo la violencia psicológica
10. Digo “¡No!” y me siento libre
11. Nos unimos para protegernos de la trata de personas
12. Organizo la información y aprendo mejor

Actividad 1

Participo en las acciones de mi comunidad

Inicio

🎯 ¿Qué aprenderé?

- Pide a tus estudiantes que compartan alguna actividad comunitaria en la que participen, como faenas o trabajos comunales. Si no identifican ninguna, invítalos a reflexionar sobre si creen que sería importante participar y por qué.
- Invita a un voluntario a leer en voz alta el objetivo de la actividad.

Desarrollo

🦉 Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta al inicio de esta sección (página 5) y a leer lo que dice Martina sobre cómo se organiza y participa en su comunidad.
- Pídeles que se organicen en grupos de tres o cuatro personas para que respondan juntos las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”.
- Invita a un voluntario de cada grupo a compartir las ideas más importantes que discutieron.

📖 ¿Qué conozco?

- Invita a tus estudiantes a reflexionar sobre cómo se organizan en su comunidad y a comentarlo tomando en cuenta las interrogantes que se presentan en esta sección (página 6).
- Pídeles que en grupos compartan sus reflexiones sobre cómo se organiza su comunidad y cuáles han sido sus logros, dificultades y propuestas. Pregúntales si ocurre lo mismo en la comunidad de cada uno.
- Solicítales que reflexionen a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”.

🌱 Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a leer lo que mencionan las personas que están trabajando la tierra (página 6). Luego, pídeles que reflexionen de manera individual e identifiquen cuándo se sienten parte de su comunidad.
- Pídeles que lean en voz alta el texto “Escalera de la participación”.

- Lee uno de los casos que están al final de la página y dales tiempo para que identifiquen a qué escalón de la escalera de la participación corresponde. Ayúdalos a reflexionar y ubicar correctamente cada caso.

Respuestas correctas:

- Programa Juntos: participación por incentivos.
- Productores de leche: autodesarrollo.
- Comunidad Aguachini: participación funcional.
- Cosecha de papa: participación consultada.
- Friaje: suministro de información.
- Pídeles que revisen las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas”, que se encuentra al final de esta sección. Indícales que las complementen con sus propias ideas, basadas en los nuevos contenidos revisados.
- Solicítales que lean el caso de Jorge. Luego, pídeles que respondan de manera grupal las preguntas del cuadro “Conversamos en grupo” y que compartan sus respuestas, especialmente aquellas sobre su participación en las reuniones comunales.



Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a realizar el ejercicio que se plantea en esta sección. Explícales que antes deben revisar las interrogantes planteadas y responderlas de acuerdo con sus propias experiencias de organización en su escuela y comunidad.
- Organiza una plenaria para que intercambien sus principales reflexiones.

Cierre



Me comprometo

- Invita a cada estudiante a identificar dos acciones que se comprometa a realizar para colaborar con la organización de su comunidad o colegio. Luego, organiza una plenaria para que compartan sus respuestas.

Actividad 2

Valoro la interculturalidad

Inicio



¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo



Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar las dos imágenes y situaciones que se presentan al inicio de esta sección (página 9). Pídeles que analicen y comenten las diferentes reacciones de los adolescentes ante la llegada de personas de otra comunidad a su colegio.
- Pídeles que reflexionen en parejas a partir de las interrogantes planteadas en el cuadro “Me pregunto y comparto”. Invítalos a compartir situaciones similares que hayan vivido o presenciado.
- Invita a algunos voluntarios a compartir sus respuestas.



¿Qué conozco?

- Invita a tus estudiantes a revisar los comentarios que hacen los tres personajes al inicio de esta sección (página 10), acerca de sus experiencias al encontrarse con personas de comunidades diferentes a la suya.
- Solicita a cada estudiante que recuerde y explique alguna situación que haya vivido, o que le hayan contado, en la cual no respetaron sus costumbres ni su cultura, ya sea en su colegio o en su comunidad.

- Pídeles que compartan en parejas las situaciones que han identificado.
- Indícales que reflexionen con las mismas parejas a partir de las interrogantes presentadas en el cuadro “Me pregunto y comparto”.



Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a leer la información que se presenta al inicio de esta sección (página 10), así como también el testimonio de Sonco Shintsi sobre el origen de su nombre.
- Organízalos en grupos de tres o cuatro personas y pídeles que comenten cuál creen que es la relación que existe entre el origen del nombre de Sonco Shintsi y la interculturalidad. Indícales que complementen su reflexión respondiendo las interrogantes del cuadro “Conversamos en grupo”.
- Pídeles que lean aquellas razones por las que piensan que la interculturalidad es importante.
- Solicita que cada uno lea la información que se presenta a continuación y el relato del joven sobre las costumbres de su comunidad y sobre lo que aprende de las costumbres de sus compañeros.
- Indícales que revisen juntos la información y los ejemplos que permiten diferenciar la interculturalidad de la diversidad cultural.
- Invítalos a reconocer los saberes ancestrales de su comunidad que se han rescatado en el colegio, además de dibujar alguna situación de interculturalidad que haya ocurrido en su colegio o comunidad.
- Organiza una plenaria para que compartan los resultados de este ejercicio y reflexionen sobre qué similitudes y diferencias encuentran, y para reconocer cómo pueden enriquecerse entre diferentes culturas.
- Invítalos a revisar las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas”, que se encuentra al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, las tuyas u otras.



Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a realizar el ejercicio que se plantea en esta sección (página 13), en el cual van a explicar lo que harían si se encontraran ante las dos situaciones de interculturalidad mencionadas.
- Organiza una plenaria para que intercambien sus principales reflexiones.

Cierre



Me comprometo

- Invita a cada estudiante a identificar dos acciones que se comprometa a llevar a cabo en el colegio y dos acciones que se comprometa a llevar a cabo en su comunidad para hacer sentir acogida a una persona de una cultura diferente.

Actividad 3

Me relaciono y reconozco cómo me siento

Inicio



¿Qué aprenderé?

- Conversa con tus estudiantes sobre los diferentes tipos de relaciones que establecemos en diversas áreas de nuestra vida (relaciones familiares, entre compañeros, de pareja, etc.) y pídeles que mencionen las diferencias que reconocen entre ellas.
- Invita a un estudiante a leer en voz alta el objetivo de la actividad.

Desarrollo



Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta al inicio de esta sección (página 14) y a revisar las diferentes conversaciones entre los personajes.

- Pídeles que se organicen en parejas para comentar las situaciones que ocurren en la imagen y para reflexionar juntos sobre la amistad y el compañerismo a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”. Invítalos a compartir voluntariamente sus respuestas.



¿Qué conozco?

- Invita a cada estudiante a revisar el comentario que hace Leonardo al inicio de esta sección (página 15).
- Motívalos a reflexionar de manera personal sobre cómo establecen sus relaciones de compañerismo y amistad. Indícales que compartan sus reflexiones en parejas.
- Solicítales que lean el cuadro que contiene algunas características sobre el compañerismo y reflexionen sobre las que identifiquen en su aula.
- También pídeles que reflexionen juntos a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”. Organiza una plenaria para que intercambien sus principales reflexiones.



Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a revisar la información sobre la amistad que se presenta al inicio de esta sección (página 15). Indícales que lean los pensamientos de diversos autores sobre la amistad y reflexionen acerca de su significado. Luego, solicita que cada uno escriba una frase o un pensamiento sobre la amistad que le gustaría entregar a alguien.
- Organízalos en parejas para que intercambien y comenten las frases o los pensamientos que escribieron sobre la amistad.
- Indícales que, en las mismas parejas, revisen las dos situaciones planteadas y comenten si piensan que pueden o no pueden considerar a Fabiana y a Tobías como buenos amigos y por qué. También pueden enriquecer su reflexión a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”.
- Ayúdalos a organizarse en grupos de tres o cuatro personas. Luego, pídeles que observen la imagen de Sara y que deduzcan qué estará pensando. Indícales que también respondan las interrogantes del cuadro “Conversamos en grupo”.
- Lee en voz alta los contenidos sobre el enamoramiento, mientras tus estudiantes siguen la lectura en su texto.
- Dispón a tus estudiantes en un círculo y coloca una botella vacía en el centro. El juego consiste en que un estudiante gire la botella, y a quien le toque la base deberá elegir una pregunta para hacerle a quien le toque el pico de la botella. Procura que no se repitan los participantes, de modo que la mayoría de tus estudiantes tenga la oportunidad de participar.
- Ayúdalos a reflexionar sobre algunos puntos que sean necesarios.

Preguntas para el juego de la botella preguntona

1. Si alguien te gusta físicamente, ¿quiere decir que estás enamorado?
2. ¿Qué es el amor para ti?
3. ¿Cómo te puedes dar cuenta de que estás enamorado?
4. ¿Cuál es la diferencia entre estar enamorado y sentir que te gusta alguien?
5. ¿Existe una edad ideal para enamorarse?, ¿por qué?
6. ¿Crees que tener enamorado en la etapa escolar tiene ventajas o desventajas?, ¿cuáles son?
7. ¿Consideras que, antes de ser enamorados, primero hay que ser amigos?, ¿por qué?
8. Pregunta libre.

En caso de que tus estudiantes no comprendan la palabra *agarre*, explícales que es una jerga que hace referencia a las relaciones informales (besos ocasionales) y que no implica ningún compromiso con la otra persona.

- Explícales, antes del desarrollo de la actividad, que están en un lugar seguro y que el objetivo de esta es reflexionar sobre situaciones relacionadas con el enamoramiento.
- Si percibes que tus estudiantes se sienten incómodos con alguna pregunta, ayúdalos a resolver sus inquietudes.
- Invítalos a leer los comentarios que hacen tres personas sobre cómo quisieran que fueran sus enamorados. Indícales que, en parejas, comenten los deseos o las expectativas que cada uno de ellos tiene con respecto a una relación de enamorados.
- Invítalos a revisar las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas”, que se encuentra al final de esta sección.



Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a realizar el ejercicio que se plantea en esta sección y a escribir sus propias ideas sobre lo que podrían o no podrían permitir en los diferentes vínculos que puedan establecer: compañerismo, amistad, enamoramiento.
- Organiza una plenaria para que intercambien sus principales reflexiones.

Cierre



Me comprometo

- Invita a cada estudiante a identificar dos acciones que comprometa a poner en práctica para demostrar su amistad. Luego, organiza una plenaria para que compartan sus respuestas.

Actividad 4

Soy parte importante de mi país

Inicio

🎯 ¿Qué aprenderé?

- Invita a un voluntario a leer el título de la actividad. Luego, pregunta a tus estudiantes qué significa para ellos ser parte importante de nuestro país.
- Pide a un voluntario que lea en voz alta el objetivo de la actividad.

Desarrollo



Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar las imágenes que se presentan al inicio de esta sección (página 19) y a identificar las coincidencias o diferencias con situaciones que ocurren en su comunidad.
- Pídeles que se organicen en grupos de tres o cuatro personas para intercambiar sus reflexiones sobre estas dos imágenes, a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”. Invita a algunos voluntarios a compartir sus respuestas.



¿Qué conozco?

- Invita a tus estudiantes a revisar el párrafo que se encuentra al inicio de esta sección (página 20) y a resolver el ejercicio que está a continuación. Para esto, deben dibujar en una hoja lo que significa para ellos ser parte de su comunidad, distrito, región o país.
- Pídeles que intercambien sus reflexiones con sus compañeros de grupo, a fin de descubrir juntos cuáles son los aspectos que les hacen sentirse parte de su comunidad, distrito, región y país.
- Anímalos a reflexionar juntos a partir de las preguntas del cuadro “Me pregunto y comparto”. Organiza una plenaria para que intercambien sus principales reflexiones.

Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a observar las imágenes que se presentan al inicio de esta sección (página 20) y a identificar en cuáles de ellas las personas demuestran que se sienten parte del Perú y en cuáles no. Solicítales que resuelvan el ejercicio de manera personal y luego invítalos a compartir sus respuestas para encontrar puntos en común y diferencias.
- Revisa con tus estudiantes el comentario que hace la joven sobre el sentido de pertenencia. Luego, pídeles que reflexionen en grupos a partir de las interrogantes del cuadro “Conversamos en grupo”.
- Indícales que observen la imagen del mapa del Perú que se presenta en la siguiente página y que lean con atención todos los ejemplos de situaciones o acciones que pueden hacernos sentir parte de nuestro país.
- Pregúntales si pueden mencionar otros ejemplos de situaciones similares que despierten su sentido de pertenencia hacia su país. Escucha las diferentes opiniones.
- Pídeles que revisen y comenten la información sobre la importancia del sentido de pertenencia, e identifiquen otros motivos por los cuales consideran importante el sentido de pertenencia hacia su comunidad.
- Invítalos a revisar las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas”, que se encuentra al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, las tuyas u otras.

Valoro lo que aprendí

- Invita a cada estudiante a realizar los ejercicios que se plantean en esta sección (página 22): primero, deben identificar algunas situaciones en las que se observa el sentido de pertenencia de los peruanos; luego, deben reconocer situaciones en las que se hayan sentido parte de su país, región, distrito o comunidad.
- Plántéales que realicen estos ejercicios de manera individual. Luego, organiza una plenaria para que intercambien sus reflexiones sobre el sentido de pertenencia.

Cierre

Me comprometo

- Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales en relación con esta actividad, teniendo en cuenta el enunciado que se presenta.

Actividad 5 Mis raíces son mi identidad

Inicio

¿Qué aprenderé?

Invita a tus estudiantes a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a cada estudiante a observar con atención la situación que se presenta en esta sección (página 23).
- Pide a tus estudiantes que reflexionen de forma individual y respondan las interrogantes planteadas en el cuadro “Me pregunto y comparto”, ubicado debajo de la imagen. Brinda unos minutos para el trabajo personal.
- Invítalos a formar grupos de tres o cuatro participantes para que intercambien sus reflexiones y a compartir sus respuestas.
- Puedes invitar a voluntarios de cada grupo a compartir sus principales reflexiones con toda la clase.



¿Qué conozco?

- Indica a tus estudiantes que lean de manera individual los tres textos. Puedes leer nuevamente el texto en voz alta, mientras tus estudiantes siguen la lectura con la vista.
- Pídeles que formen grupos de confianza de tres o cuatro participantes y compartan sus respuestas de las preguntas que se encuentran en el cuadro “Me pregunto y comparto”.
- Organiza una plenaria para que compartan sus conclusiones principales sobre el tema.



Mis nuevos aprendizajes

- Pide a tus estudiantes que lean las instrucciones de la propuesta de esta sección (página 25). Deben observar el árbol genealógico que muestra cinco generaciones de la familia de Valeria. Los colores indican a qué se dedicaron o dedican su vida algunos familiares directos: tejido(, docencia() y música().
- Ten en cuenta que las personas que tienen celeste alrededor son las parejas de los familiares. Se indica también el número de cada generación. Las mujeres se muestran en círculos , y los hombres, en rectángulos . Las líneas que los unen indican que son pareja y que son hijos de las parejas.
- Ayúdalos a entender cada símbolo del árbol genealógico.
- Lee en voz alta las preguntas del cuadro “Conversamos en grupo” y pídeles que las respondan de manera individual. Luego, indícales que, en grupos, compartan sus respuestas.
- Acompaña el trabajo grupal por si no han entendido completamente el árbol genealógico.
- En plenaria, puedes compartir algunas conclusiones importantes de tus estudiantes.
- Lee dos veces, en voz alta, la lectura “¿Por qué nos parecemos a nuestros familiares?”.
- Invítalos a revisar las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas”, que se encuentran al final de esta sección.



Valoro lo que aprendí

- Solicita que cada estudiante elabore, con ayuda de su familia, su árbol genealógico. Si es posible, hasta la generación de sus bisabuelos, siguiendo el modelo del árbol de Valeria. Ayuda a tus estudiantes a descubrir los talentos de su familia que no necesariamente son técnicos, profesionales o académicos; pueden incluir habilidades manuales o creativas, como la creación de productos diversos, música, tejidos y bordados, así como la fuerza y las habilidades para la siembra y la cosecha, y la crianza de animales, entre otros. Incentívalos para que valoren los muchos y variados talentos que forman parte de la herencia cultural que debe enorgulleclos siempre (página 27).
- Pídeles que compartan la información que han obtenido en este ejercicio e indícales que respondan de manera grupal las preguntas planteadas en esta sección.

Cierre



Me comprometo

- Pide a tus estudiantes que completen lo que se les pide en esta sección. Refuerza la idea de que es muy importante descubrir sus talentos y habilidades heredadas, y señáales cómo estos pueden contribuir a su plan de vida: qué van a estudiar, en qué les gustaría trabajar, etc.

Actividad 6

Cuido mi salud sexual

Inicio

¿Qué aprenderé?

- Comienza la actividad reforzando las normas de convivencia, como la escucha activa y el respeto. Dado que se trata de un tema que puede generar muchas dudas, es fundamental crear un clima de confianza que permita a los estudiantes expresarse con libertad.
- Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de la actividad.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta en esta sección (página 28) y a comentar lo que ocurre en ella.
- Indícales que dialoguen en parejas a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”. Pregúntales qué han escuchado sobre las infecciones de transmisión sexual (ITS).

¿Qué conozco?

- Pide a tus estudiantes que lean la historia “La decisión de vivir”, de la página 29. Puedes hacer una lectura compartida en voz alta para asegurarte de que todos la lean y la comprendan.
- En plenaria, pide a algunos voluntarios que contesten las preguntas del cuadro “Me pregunto y comparto”. Promueve el diálogo e intercambio democrático, señalando y cuestionando alguna expresión discriminadora que pueda surgir entre los estudiantes sobre las **personas que viven con VIH**, que es la expresión respetuosa para referirse a ese grupo.

Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a revisar la información que se presenta en esta sección (página 30) sobre las infecciones de transmisión sexual (ITS) y el VIH/sida. Como es información nueva y compleja, puedes utilizar varias técnicas, como la lectura compartida, la lectura en grupos y otras que te permitan monitorear su comprensión. Puedes repartir la información y hacer que la expongan por grupos o trabajarla en dos o tres sesiones.
- Luego de que terminen de revisar la información (ten en cuenta los tiempos de tus estudiantes), indícales que lean, en grupos conformados por afinidad, algunos mitos o creencias equivocados sobre las ITS y el VIH. A continuación, pídeles respondan las preguntas que están al final del cuadro.
- Solicita a algunos voluntarios que lean de manera alternada las situaciones de riesgo que pueden favorecer que una persona adquiera una ITS o el VIH. Motiva el diálogo y ayuda a esclarecer las dudas que surjan. Luego, indícales que lean las ideas del cuadro “Ideas valiosas”. Estas pueden ser complementadas con otras que puedan surgir en los diálogos grupales.
- Revisa con tus estudiantes las realidades acerca de los mitos que leyeron en la página anterior. Promueve el diálogo y la importancia de cuestionar los mitos empleando información real y científica.

Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a realizar, de forma individual, el ejercicio planteado en esta sección (página 35), que consiste en elaborar un mapa conceptual con las principales ideas sobre las ITS y el VIH.

Cierre

Me comprometo

- Invita a cada estudiante a escribir un lema, una rima, un verso o una adivinanza que exprese su compromiso con el cuidado de su salud sexual para evitar situaciones de riesgo, como contraer una ITS o el VIH.

Inicio

¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta en esta sección (página 36) y a comentar lo que ocurre en ella.
- Indícales que dialoguen en parejas a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”. Pregúntales sobre sus vivencias en torno a las relaciones de pareja, los celos y la privacidad.

¿Qué conozco?

- Solicita a tus estudiantes que realicen la actividad de esta sección (página 37). Para ello, indícales que deberán buscar una canción del género que más les guste y escribir en una hoja la parte de la letra que resuma lo que para ellos es el enamoramiento.
- En plenaria, pide que compartan sus trabajos de forma voluntaria y genera un debate respetuoso con las diferentes opiniones sobre cómo era y cómo nos gustaría que fuera el enamoramiento.

Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a revisar la información que se presenta en esta sección (página 37) sobre el enamoramiento y el amor.
- Pídeles que respondan, en grupos conformados por afinidad, la pregunta del cuadro “Conversamos en grupo”. Motívalos a compartir sus respuestas con toda la clase.
- Continúa la lectura sobre cómo pueden darse cuenta de si su relación de enamorados es sana, en voz alta y de manera alternada. Además, revisa con ellos los datos estadísticos sobre la violencia contra las mujeres y pídeles que, en parejas, respondan las preguntas del cuadro “Me pregunto y comparto”. Luego, puedes detenerte un momento para hablar acerca de los mitos sobre el amor romántico y pedirles que compartan otros mitos que hayan escuchado en su escuela, familia o comunidad.
- Anímalos a leer las ideas del cuadro “Ideas valiosas”. Indícales que estas pueden ser complementadas con algunas ideas que hayan surgido en los diálogos durante el desarrollo de la actividad.

Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a realizar, en parejas o en grupos, el ejercicio planteado en esta sección (página 41), que consiste en analizar la letra de la canción que seleccionaron durante el desarrollo de la actividad de la página 37 del texto. Luego, pídeles que respondan las preguntas planteadas.

Cierre

Me comprometo

- Invita a cada estudiante a identificar a dos personas adultas de confianza a quienes se comprometan a buscar si se encuentran en una situación de riesgo de violencia en su relación de pareja.

Actividad 8

Todos enfrentamos la violencia contra las mujeres

Inicio

¿Qué aprenderé?

- Invita a tus estudiantes a observar la primera imagen de la página 42 y a mencionar lo que representa para ellos.
- Pide a un voluntario que lea en voz alta los objetivos de la actividad. Aclara cualquier duda que pueda surgir.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar las dos imágenes que se presentan al inicio de esta sección (página 42) y a comentar en parejas qué opinan sobre lo que les ocurre a Rosa y a Norma en la relación con sus parejas. Indícales que comenten si han presenciado o escuchado situaciones similares y que cuenten cómo se sintieron ante ello.
- Pídeles que reflexionen a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”. Invita a algunos voluntarios a compartir sus principales reflexiones.

¿Qué conozco?

- Solicita a tus estudiantes que respondan las preguntas del inicio de esta sección (página 43), guiándose de las ideas que tienen sobre el tipo de violencia que creen que están sufriendo Rosa y Norma. Pídeles que comenten en parejas si han presenciado alguna vez una situación similar.
- Indícales que revisen la información que se presenta a continuación. Sin cambiar de parejas, reflexionen juntos a partir de las interrogantes presentadas en el cuadro “Me pregunto y comparto”, acerca de la violencia contra las mujeres.
- Invita a algunos voluntarios a compartir sus principales reflexiones.

Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a revisar la información que se presenta al inicio de esta sección (página 43).
- Pídeles que, de manera personal, revisen los dos casos presentados e identifiquen si creen que son situaciones de desigualdad de género o de violencia contra las mujeres. Luego, indícales que escriban las razones de sus respuestas y las comenten en parejas.
- Organiza un debate para que confronten y sustenten las diferentes opiniones sobre los casos planteados. Pídeles que respondan las preguntas del cuadro “Conversamos en grupo” y que compartan sus respuestas.
- Invítalos a revisar el caso presentado. Luego, pídeles que identifiquen cuáles son los derechos de Leonora que están siendo afectados y expliquen por qué. Indícales que intercambien sus respuestas en parejas.
- Anímalos a revisar las ideas planteadas en el cuadro “Ideas valiosas”, ubicado al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, las tuyas u otras.

Valoro lo que aprendí

- Indica a cada estudiante que realice el ejercicio planteado en esta sección e identifique en cada situación si se trata de un caso de desigualdad de género o de violencia contra la mujer.
- Organiza una plenaria para que intercambien sus principales reflexiones.

Cierre

Me comprometo

- Invita a tus estudiantes a plantear de manera grupal una campaña informativa para promover la igualdad entre mujeres y hombres en su colegio.

Inicio

 ¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta el objetivo de esta actividad. Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo

 Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar las dos situaciones que se presentan al inicio de esta sección (página 46) y a comentar lo que ocurre en ellas.
- Pídeles que mencionen por qué creen que ocurren estas situaciones.
- Invita a algunos voluntarios a compartir sus respuestas.

 ¿Qué conozco?

- Invita a cada estudiante a revisar la información que se presenta al inicio de esta sección (página 47), la cual trata sobre la violencia psicológica y las formas de reconocer una situación de este tipo. Pídeles que, en parejas, compartan más ideas sobre ello.
- Indícales que recuerden una situación de violencia psicológica que hayan presenciado alguna vez o alguna que les hayan contado. Pídeles que comenten la situación y mencionen cómo se sintieron y cómo reaccionaron.
- Ayúdalos a organizarse en grupos de tres o cuatro personas para que reflexionen juntos a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”.

 Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a observar y leer la situación que se presenta en la página 47 sobre un caso de violencia psicológica entre enamorados.
- Organízalos en grupos de tres o cuatro personas y pídeles que comenten esta situación tomando en cuenta las interrogantes planteadas en el cuadro “Conversamos en grupo”. También puedes preguntar cómo habría reaccionado cada uno si hubiera estado en una situación similar.
- Diles que revisen juntos la información que se presenta a continuación sobre algunas formas que pueden ayudarlos a protegerse ante posibles situaciones de maltrato psicológico. Pídeles que intercambien sus opiniones de estas sugerencias.
- Indícales que observen la siguiente imagen sobre una situación de violencia psicológica que pueden vivir los adolescentes en el colegio. Diles que conversen sobre esta situación a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”. Invita a algunos voluntarios a mencionar sus principales reflexiones sobre las situaciones de violencia psicológica que viven los adolescentes.
- Proponles que revisen los comentarios de tres jóvenes sobre lo que hacen cuando viven situaciones de violencia psicológica. Luego, pídeles que mencionen las estrategias que han encontrado y reconozcan cuál de ellas les convence más.
- Solicita que cada estudiante comparta aquella estrategia que emplearía ante una situación de violencia psicológica y también aquello que aconsejaría a otra persona en una situación similar.
- Diles que, en grupos, reflexionen a partir de las interrogantes del cuadro “Conversamos en grupo”. Organiza una plenaria para que intercambien sus principales reflexiones.
- Invítalos a revisar las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas”, ubicado al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, las tuyas u otras.

Valoro lo que aprendí

- Invita a cada estudiante a realizar el ejercicio que se plantea en esta sección (página 50), escribiendo un mensaje que ayude a superar cada una de las situaciones de violencia psicológica que se presentan.
- Propón que intercambien sus propuestas en la plenaria e intenten identificar aquellas que consideran más efectivas.

Cierre

Me comprometo

- Invita a tus estudiantes a identificar tres acciones que se comprometan a llevar a cabo si se encuentran frente a una situación de violencia psicológica en su hogar, colegio o comunidad. Luego, organiza una plenaria para que compartan sus respuestas.

Actividad 10 Digo “¡No!” y me siento libre

Inicio

¿Qué aprenderé?

- Escribe la palabra *consentimiento* con letras grandes en la pizarra o en un papelógrafo, y pide a tus estudiantes que, mediante una lluvia de ideas, compartan lo que esa palabra significa para ellos.
- Indica que, al finalizar la actividad, volverán a revisar la lista de ideas propuestas para analizarlas en conjunto.
- Invita a un voluntario a leer en voz alta los objetivos de la actividad.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Propón a tus estudiantes que lean de manera individual el caso de Raquel y Pedro (página 51). Bríndales el tiempo necesario.
- Promueve el intercambio de ideas en plenaria de acuerdo con las preguntas planteadas en el cuadro "Me pregunto y comparto".
- Atiende las respuestas sobre si consideran que es una situación en la que existe o no el consentimiento sexual, y promueve que sustenten su posición.
- Es importante que tus estudiantes describan cómo piensan y qué sienten los protagonistas: cómo se sentirá Raquel y qué sentirá Julio. Con base en esto, también resalta que la presión para hacer algo que uno no desea, utilizando la amenaza o el chantaje, es una forma de violencia sexual disfrazada, que es lo que hace Pedro con Raquel.

¿Qué conozco?

- Pídeles que revisen los casos presentados en la página 52 y que comenten por qué consideran que se trata de una situación en la que existe o no consentimiento.
- En plenaria, plantea las preguntas del cuadro "Conversamos en grupo".

Mis nuevos aprendizajes

Debido a la cantidad de información de esta actividad, puedes dividirla en dos o tres sesiones de 45 minutos cada una.

- Promueve que tus estudiantes lean el texto que se encuentra en la página 53. Ofréceles el tiempo necesario para terminarlo.
- Enfatiza las características del consentimiento sexual y algunas situaciones de presión que pueden escuchar, y pídeles que analicen cada una.

- Organízalos en grupos de tres o cuatro personas y diles que respondan las preguntas del cuadro "Conversamos en grupo".
- Esclarece que la violencia sexual contra niños y adolescentes puede darse con o sin contacto físico y que tiene consecuencias muy graves. Pídeles que refuercen lo aprendido respondiendo las preguntas del cuadro "Conversamos en grupo".
- Explícales la diferencia entre un mito y una realidad. Una vez que la hayan entendido, promueve la lectura de cada una de las siete afirmaciones del cuadro "Dicen que...". Pídeles que mencionen si habían escuchado antes estos mitos, dónde fue y quiénes los dijeron. Luego, indícales que, de manera conjunta, revisen las realidades detrás de cada mito.
- Solicítales que, en grupos, intercambien sus ideas respondiendo las preguntas del cuadro "Conversamos en grupo". Observa que todos participen.
- Trabaja con el cuadro "Ideas valiosas" y refuerza la necesidad del consentimiento en las relaciones de pareja sanas; de lo contrario, se trataría de una situación de riesgo o de abuso sexual. Pon énfasis en la importancia de pedir ayuda a una persona de confianza.

Valoro lo que aprendí

- Pide a tus estudiantes que ensayen repuestas distintas para las dos situaciones propuestas en la página 57 y luego las compartan con el grupo.

Cierre

Me comprometo

- Pide a tus estudiantes que anoten el nombre de tres personas de su confianza, a las cuales les contarían si les sucediera una situación de riesgo de violencia sexual. Es importante que todos logren señalar a las personas que les brinden seguridad.

Actividad 11 **Nos unimos para protegernos de la trata de personas**

Inicio

¿Qué aprenderé?

- Pide a tus estudiantes que observen la primera imagen de la página 59 y planteen qué podrían estar pensando los adolescentes en esa situación.
- Invita a un voluntario a leer en voz alta los objetivos de la actividad y explora cómo se relacionan con los puntos que mencionaron al inicio. Aclara cualquier duda que pueda surgir.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Pide a tus estudiantes que lean en voz alta las noticias de esta sección (página 59). Puedes elegir a cuatro estudiantes para que cada uno lea una noticia.
- Informales que deben responder las preguntas del cuadro "Me pregunto y comparto" de manera individual.
- Organiza grupos de tres a cuatro estudiantes y pídeles que compartan sus respuestas.

¿Qué conozco?

- Recoge los saberes previos de tus estudiantes sobre la trata de personas, solicitándoles que respondan de manera individual las interrogantes de esta sección (página 60).
- Pídeles que se organicen en grupos de tres o cuatro personas y compartan sus opiniones y saberes; además, solicítales que respondan la siguiente pregunta: ¿qué información necesitamos para estar prevenidos y no caer en una situación de riesgo de trata?
- Organiza una plenaria para que compartan sus conclusiones principales sobre el tema.

Mis nuevos aprendizajes

- Lee dos veces, en voz alta y de manera pausada, el texto que se presenta en la página 60 sobre qué es la trata, sus etapas y sus fines. Tus estudiantes deben seguir la lectura con la vista.
- Dales la oportunidad de preguntar sobre lo que no hayan entendido y explícaselo.
- En los mismos grupos que estaban trabajando, indícales que respondan las preguntas del cuadro “Conversamos en grupo”.
- En plenaria, comparte con ellos algunas conclusiones importantes de los contenidos trabajados sobre la trata hasta esta parte. También, si es necesario, aclara los contenidos o brinda más ejemplos.
- Pídeles que lean con detenimiento y de forma individual los textos sobre las consecuencias que sufren las víctimas de trata, las acciones que pueden realizar para prevenirla y los lugares a los que deben acudir si conocen un caso de trata.
- Lee en voz alta cada uno de los temas y responde las preguntas que tus estudiantes hagan sobre ellos.
- Es importante destacar la relación de instituciones a las cuales pueden acudir. Indícales que pueden compartirla con amistades, conocidos o familiares que puedan necesitarla; de este modo, mientras más personas cuenten con esta información, podrán tomar mejores decisiones y no caer en estas redes delincuenciales.
- Invítalos a revisar las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas”, ubicado al final de esta sección.

Valoro lo que aprendí

- Forma grupos de tres estudiantes y diles que lean y revisen uno de los casos de la página 64 que les asignarás. Luego, pídeles que identifiquen el tipo de trata que es y que mencionen qué se habría podido hacer para prevenirlo, tomando en cuenta los contenidos revisados en la sección “Mis nuevos aprendizajes”.
- En plenaria, lee nuevamente cada caso en voz alta. Luego, solicita que cada grupo exponga las respuestas consensuadas (de su grupo) sobre el tipo de trata que es y las acciones que pudieron realizarse para evitarlo.
- Cierra el tema aclarando aspectos que sean necesarios y resaltando lo importante que es identificar las situaciones de riesgo y no caer en estas, así como avisar a una persona de confianza o a una institución especializada si algo así les está sucediendo.

Cierre

Me comprometo

- Pide a tus estudiantes que elaboren un afiche informativo con los puntos clave sobre la trata de personas. Refuerza sus principales ideas y contrasten juntos la información con lo revisado durante la actividad.

Actividad 12 Organizo la información y aprendo mejor

Inicio

¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Indica a tus estudiantes que observen la imagen presentada al inicio de esta sección (página 66). Pídeles que reflexionen en parejas a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto” y que escriban algunos consejos para Aracely. Luego, invita a algunos voluntarios a compartir sus principales reflexiones.



¿Qué conozco?

- Invita a cada estudiante a observar el mapa mental “Concentrarse en la era de la distracción” (página 67) y a responder las interrogantes presentadas en el cuadro “Me pregunto y comparto”, acerca de cómo identificar y superar las dificultades para el estudio.
- Invita a algunos voluntarios a compartir sus principales reflexiones.



Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a leer y observar los ejemplos de los diferentes mapas mentales que se presentan en las páginas 68 y 69. Luego, revisen juntos el cuadro “Algunas pautas para elaborar un mapa mental”.
- Bríndales un espacio para resolver sus dudas.



Valoro lo que aprendí

- Indica a cada estudiante que realice el ejercicio de elaborar un mapa mental basado en la lectura sobre los medios de transporte actuales (página 70).
- Invita a algunos voluntarios a realizar una breve presentación de sus mapas mentales.

Cierre



Me comprometo

- Invita a cada estudiante a evaluar si sus mapas mentales cumplen con las características básicas que deben tener, tomando en cuenta las pautas sugeridas en la página 69. Evalúen juntos qué pautas sí serían importantes considerar en todos los mapas que se elaboren en adelante.
- Puedes solicitar como tarea a tus estudiantes que apliquen lo aprendido realizando mapas mentales para organizar la información en alguno de los otros cursos que llevan en su institución educativa. Ofréceles tu ayuda para revisarlos en borrador antes de que los pasen a limpio.

3.5. Texto de quinto grado: orientaciones metodológicas para las sesiones de Tutoría



En el quinto grado se desarrollan doce actividades:

1. Participo para vivir mejor
2. Reflexiono sobre los conflictos socioculturales
3. Soy único e irremplazable
4. Me preparo para la vida
5. Exploro oportunidades para lograr mi proyecto de vida
6. Construyo mi plan de vida
7. Analizo situaciones que afectan mis derechos humanos, sexuales y reproductivos
8. Reflexiono sobre la familia como un espacio para una vida armoniosa
9. En mi comunidad rechazamos la violencia contra las mujeres
10. Me cuido y me protejo de todas las formas de violencia
11. Reconozco y rechazo todas las formas de violencia de género
12. Organizo mi tiempo y mi espacio para aprender mejor

Actividad 1

Participo para vivir mejor

Inicio

🎯 ¿Qué aprenderé?

- Invita a tus estudiantes a observar la primera imagen de la página 5 y a opinar sobre la situación allí representada.
- Pide a un voluntario que lea en voz alta el objetivo de la actividad. Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo

🦉 Me acerco al tema

- Indica a tus estudiantes que observen la imagen que se presenta en esta sección (página 5) y que lean la conversación de los tres personajes. Solicítales que, en parejas, opinen sobre esta situación e identifiquen si en sus comunidades también ocurren situaciones similares.
- Pídeles que reflexionen sobre la idea de participación a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”. Invita a algunos voluntarios a compartir sus principales reflexiones.

📖 ¿Qué conozco?

- Invita a tus estudiantes a observar el diálogo de dos estudiantes sobre sus experiencias de participación en sus comunidades (página 6).
- Pídeles que identifiquen algunas formas de participación que tienen en su comunidad y luego dialoguen al respecto.
- Indícales que profundicen en sus reflexiones a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”.

🌱 Mis nuevos aprendizajes

- Revisa los contenidos sobre participación y vigilancia ciudadana (página 7). Léelos en voz alta y explica el tema a tus estudiantes. Luego, pídeles que respondan juntos las preguntas planteadas sobre la vigilancia ciudadana.

- Ayúdalos a organizarse en grupos de tres o cuatro personas para que reflexionen juntos a partir de las interrogantes del cuadro “Conversamos en grupo”. Orienta su reflexión hacia la importancia de su participación como adolescentes en sus comunidades.
- Pídeles que revisen los comentarios realizados por cuatro adolescentes acerca de sus experiencias sobre participación y vigilancia en asuntos de su comunidad o colegio. Pídeles que conversen sobre las situaciones que deben atenderse en su comunidad o colegio, y que planteen ideas sobre cómo podrían organizarse, participar o vigilar para resolverlas.
- Proponles que se imaginen cómo se ven dentro de cinco años, participando en su comunidad y país.
- Invítalos a revisar las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas”, ubicado al final de esta sección.

Valoro lo que aprendí

- Pide a tus estudiantes que, en grupos, realicen el ejercicio planteado en esta sección (página 9), creando un afiche en el que se informe sobre la importancia de ejercer el derecho a la participación y sobre la vigilancia ciudadana.
- Organiza una plenaria para que intercambien sus principales reflexiones.

Cierre

Me comprometo

- Invita a tus estudiantes a identificar dos acciones que se comprometan a realizar para ejercer su derecho a participar en la solución de los problemas de su comunidad.

Actividad 2

Reflexiono sobre los conflictos socioculturales

Inicio

¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la situación planteada al inicio de esta sección (página 10). Solicítales que, en parejas, conversen sobre esta situación y recuerden si en su comunidad han vivido experiencias similares.
- Reflexiona con ellos a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”. Invita a algunos voluntarios a compartir sus principales reflexiones sobre la situación planteada.

¿Qué conozco?

- Pide a tus estudiantes que, en parejas, analicen la situación entre la madre y la hija, e identifiquen las causas, las consecuencias y la forma en que termina la historia. Diles que deben analizar tanto las posiciones como los intereses de ambas personas, siguiendo el esquema presentado en la página 11.
- Invita a cada estudiante a recordar si en su comunidad ha vivido una situación similar a la de la adolescente y pídele que comparta la experiencia con el grupo.

Mis nuevos aprendizajes

- Solicita a tus estudiantes que revisen la información presentada al inicio de esta sección (página 11) para que comprendan un poco más sobre las causas que originan los conflictos sociales. Pídeles que lean con atención el testimonio de Brígida sobre los conflictos en su comunidad.

- Indícales que respondan, de forma individual, las interrogantes planteadas sobre el conflicto sociocultural narrado por Brígida. Organízalos en grupos de tres o cuatro personas para que intercambien sus respuestas y reflexionen juntos sobre ellas.
- Solicítales que, en sus mismos grupos, reflexionen a partir de las interrogantes del cuadro “Conversamos en grupo”.
- Proponles observar las imágenes sobre las diferentes maneras de enfrentar un conflicto. Además, anímalos a leer las estrategias para resolverlo.
- Invítalos a revisar las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas”, ubicado al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, las tuyas u otras.



Valoro lo que aprendí

- Solicita a tus estudiantes que reflexionen sobre las estrategias para resolver conflictos con base en el caso de Brígida. Para ello, pídeles que respondan las preguntas planteadas en la página 13.
- Organiza una plenaria para que intercambien sus principales reflexiones.

Cierre



Me comprometo

- Invita a cada estudiante a identificar dos acciones que se comprometan a realizar en su familia para enfrentar de manera adecuada los conflictos.

Actividad 3

Soy único e irremplazable

Inicio



¿Qué aprenderé?

- Invita a tus estudiantes a formar un círculo y a pasarse una pelota de manera aleatoria. Cuando alguien reciba la pelota, deberá mencionar una cualidad o habilidad que considere poseer. Si le resulta difícil identificar alguna, anima al grupo a sugerir una cualidad para esa persona.
- Solicita a un voluntario que lea en voz alta el objetivo de la actividad y vincula la dinámica inicial con este objetivo.

Desarrollo



Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta al inicio de sección (página 14) y a leer la conversación entre las dos adolescentes. Pídeles que mencionen cómo se siente Suwa y por qué creen que se siente así. Pregúntales si ellos alguna vez tuvieron sensaciones similares. Invita a algunos voluntarios a compartir sus reflexiones.
- Solicítales que, en parejas, profundicen en sus reflexiones a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”.



¿Qué conozco?

- Invita a tus estudiantes a observar el diálogo entre Ángel y su compañera, y a reflexionar sobre cómo se percibe cada uno de ellos, con qué cualidades se sienten a gusto y cuáles les incomodan un poco.
- Invítalos a reflexionar sobre sí mismos. Para ello, pídeles que respondan las preguntas propuestas en la página 15, acerca de cómo son en las diferentes áreas de su vida.
- Indícales que respondan de forma individual las preguntas del cuadro “Me pregunto y comparto”.
- Pídeles que formen grupos espontáneamente (de confianza) para que intercambien los resultados de este ejercicio y las respuestas de las preguntas. Acompáñalos haciéndoles saber sus cualidades, especialmente a los estudiantes que observas que les resulta muy difícil identificarlas.

Mis nuevos aprendizajes

- Indica a tus estudiantes que revisen la información presentada al inicio de esta sección (página 15), acerca de la identidad y cómo esta se relaciona con la autovaloración.
- Diles que, para reconocerse mejor, escriban un listado de sus logros y cualidades en una hoja.
- Pídeles que, en otra hoja, dibujen un árbol como el que se muestra en el texto y explícales cómo llenarlo de su autoestima. Dales el siguiente ejemplo: “Escribo en uno de los frutos del árbol ‘Haber terminado el año escolar con buenas calificaciones’ y en la raíz escribo ‘Estudioso o responsable’”. Infórmales que pueden trabajar en parejas o con compañeros de su confianza para ayudarse mutuamente a encontrar logros y cualidades en el otro.
- Invítalos a compartir voluntariamente algunos de sus frutos y raíces correspondientes.
- Pídeles que revisen la información presentada sobre la autoestima.
- Indícales que revisen los comentarios realizados por los cuatro jóvenes, con el fin de identificar si están asociados al buen desarrollo de la autoestima o no.
- Ayúdalos a organizarse en grupos de tres o cuatro personas para compartir sus opiniones sobre cada uno de los comentarios. Diles que profundicen en su reflexión respondiendo juntos las interrogantes del cuadro “Conversamos en grupo”.
- Invítalos a leer la fábula que se encuentra en las páginas 16 y 17, y a responder las preguntas de manera individual. Esta fábula aborda la importancia de conocernos a nosotros mismos, reconocer nuestras limitaciones y no sentirnos mal por no ser como otras personas. Asimismo, nos invita a comprender y aceptar que todos somos diferentes y únicos. Destaca que, aunque podemos aprender a desarrollar talentos y habilidades, y esforzarnos por tenerlos, compararnos todo el tiempo con los demás no nos beneficia.
- Invítalos a revisar el cuadro “Ideas valiosas”, ubicado al final de esta sección.

Valoro lo que aprendí

- Invita a cada estudiante a realizar el ejercicio de esta sección, ubicado en la página 15, respondiendo las preguntas propuestas para crear su carné de identidad.
- Organiza una plenaria para que intercambien la forma en que quedaron sus carnés personales.

Cierre



Me comprometo

- Invita a tus estudiantes a identificar dos acciones que se comprometan a realizar para fortalecer sus habilidades.

Actividad 4

Me preparo para la vida

Inicio



¿Qué aprenderé?

Invita a tus estudiantes a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo



Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar con atención los posibles caminos que pueden tomar al terminar la secundaria (página 18).
- Anímalos a reflexionar de forma individual y a responder las preguntas planteadas en el cuadro “Me pregunto y comparto”. Bríndales unos minutos para el trabajo personal.
- Organízalos en grupos de tres o cuatro participantes y pídeles que intercambien sus reflexiones y compartan sus respuestas.
- Invita a voluntarios de cada grupo a compartir sus principales reflexiones con toda la clase.

¿Qué conozco?

- Solicita a tus estudiantes que revisen de manera individual las dos situaciones planteadas y que respondan las preguntas del cuadro “Me pregunto y comparto” (página 19).
- Organiza una plenaria para que compartan sus conclusiones principales sobre el tema.

Mis nuevos aprendizajes

- Lee en voz alta el texto ubicado en la página 19, mientras tus estudiantes siguen la lectura con la vista. Indícales que un elemento importante para elegir su camino cuando terminen la secundaria es conocer sus preferencias vocacionales, las cuales se vinculan con distintas áreas de trabajo, tal como se presentan en la tabla.
- Pídeles que respondan las preguntas del cuadro “Me pregunto y comparto”.
- Solicítales que compartan sus respuestas en grupos de confianza de tres o cuatro participantes.
- Lee en voz alta la definición de *habilidades socioemocionales* y responde alguna interrogante que tus estudiantes tengan al respecto.
- Proponles que respondan las preguntas del cuadro “Me pregunto y comparto” (página 21).
- Invítalos a revisar las ideas del cuadro “Ideas valiosas”, ubicado al final de esta sección.

Valoro lo que aprendí

- Indica a tus estudiantes que expliquen, de forma voluntaria, cuáles son sus preferencias o intereses vocacionales, y sus habilidades socioemocionales más desarrolladas, así como las actividades que creen que pueden desarrollar en función de esos hallazgos.

Cierre

Me comprometo

- Solicita a tus estudiantes que completen lo que se les pide en esta sección (página 21). Refuerza la idea de que es muy importante identificar sus intereses y habilidades socioemocionales para decidir a qué se dedicarán en su vida y así contribuir a su proyecto de vida: qué estudiarán, en qué les gustaría trabajar, etc.

Actividad 5

Exploro oportunidades para lograr mi proyecto de vida

Inicio

¿Qué aprenderé?

Invita a tus estudiantes a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo

Me acerco al tema

Debido a la cantidad de información de esta actividad, podrías realizar dos o tres sesiones de 45 minutos cada una.

- Invita a tus estudiantes a observar con atención las cuatro situaciones que se presentan al inicio de esta sección (página 22).
- Pídeles que reflexionen sobre las actividades que desarrollan los jóvenes de las imágenes de forma individual y respondan las interrogantes planteadas en el cuadro “Me pregunto y comparto” (página 22). Bríndales unos minutos para el trabajo personal.
- Invítalos a formar grupos de tres o cuatro participantes para que intercambien sus reflexiones y compartan sus respuestas.
- Invita a voluntarios de cada grupo a compartir sus principales reflexiones con toda la clase.

¿Qué conozco?

- Con una o dos semanas de anticipación, solicita a tus estudiantes que entrevisten a dos personas que hayan estudiado la carrera u ocupación que más les atrae. Indícales que deben completar la información respondiendo las preguntas propuestas en la ficha de entrevista (página 23).
- Pídeles que, en grupos de confianza, compartan la información obtenida y fijen su atención en todo lo que sus entrevistados debieron hacer para realizar y terminar sus estudios.

Mis nuevos aprendizajes

- Lee en voz alta el texto de la página 23 y explica el esquema sobre las instituciones de educación superior en el departamento de Madre de Dios.
- Pide a tus estudiantes que respondan las preguntas del cuadro “Conversamos en grupos”.
- Apóyalos brindándoles información sobre las diferencias entre un instituto superior y una universidad. Por ejemplo, explícales que, generalmente, los estudios en un instituto superior duran tres años, mientras que en una universidad suelen ser cinco. Además, señala las diferencias en el tipo de carreras u ocupaciones que ofrece cada uno.
- Indícales que revisen la información sobre las becas que promueve el Estado a través del Pronabec. Organízalos en grupos y pídeles que respondan las preguntas planteadas en el cuadro “Conversamos en grupo”.
- Pídeles que lean el testimonio de una egresada de un MSE que está estudiando con una beca del Estado e invítalos a compartir otras experiencias similares que conozcan.
- Revisa las ideas propuestas en el cuadro “Ideas valiosas”, ubicado al final de esta sección. Resalta la importancia de conocer los diferentes programas y servicios con los que cuenta el Estado para acceder a becas y otro tipo de apoyos a fin de que puedan continuar con su proyecto de vida.

Valoro lo que aprendí

- En los mismos grupos que han estado trabajando, pídeles que elaboren un esquema sobre las instituciones que educan en carreras técnicas y universitarias en su departamento (página 26).

Cierre

Me comprometo

- Indica a tus estudiantes que se organicen para buscar información sobre las becas que ofrece el Ministerio de Educación. Si no pueden acceder a esta información, indícales que, en sus mismos grupos, elaboren una guía de entrevista sobre los principales puntos que necesitan saber sobre Beca 18.

Actividad 6

Construyo mi plan de vida

Inicio

¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta el objetivo de esta actividad. Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Propón a tus estudiantes que observen la imagen del inicio de esta sección (página 27) que lean la conversación entre una docente y sus estudiantes sobre sus planes de vida. Pregúntales qué le responderían a la docente. Escucha las diferentes opiniones.
- Pídeles que se reúnan en parejas para reflexionar a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”. Invita a algunos voluntarios a compartir sus principales reflexiones.

¿Qué conozco?

- Indica a tus estudiantes que observen el diálogo entre Mario y Adelina, que se presenta en la página 28, y reflexionen sobre cómo se imaginan dentro de diez años. Para profundizar en esta reflexión, pídeles que respondan individualmente todas las preguntas planteadas sobre su futuro.
- Ayúdalos a organizarse en grupos para que intercambien sus respuestas y encuentren coincidencias y diferencias entre ellas.
- Pídeles que, en sus mismos grupos, respondan las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”.

Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a revisar la información sobre el plan de vida, la cual está al inicio de esta sección (página 28). También pídeles que lean las metas que se ha trazado Huber para su futuro. Explícales que, para llegar a ellas, Huber ha tenido que identificar sus cualidades, así como las debilidades que debe superar.
- Anímalos a identificar sus metas a corto, mediano y largo plazo, así como las cualidades y debilidades que reconocen en sí mismos para alcanzarlas.
- Ayúdalos a organizarse en grupos para que intercambien sus respuestas y reflexionen a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”.
- Para consolidar toda esta información, revisa junto con ellos el esquema sobre los pasos que deben seguir para construir un plan de vida. Comenten estos pasos entre todos.
- Invítalos a revisar las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas”, ubicado al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, las tuyas u otras.

Valoro lo que aprendí

- Invita a cada estudiante a realizar el ejercicio planteado en esta sección para integrar todas sus ideas con relación a su plan de vida, teniendo en cuenta los pasos aprendidos.
- Organiza una plenaria para que tus estudiantes intercambien sus principales ideas y reflexiones sobre sus planes de vida.

Cierre

Me comprometo

- Invita a cada estudiante a identificar tres aspectos de su vida en los que se comprometan a trabajar para lograr su plan de vida.

Actividad 7

Analizo situaciones que afectan mis derechos humanos, sexuales y reproductivos

Inicio

¿Qué aprenderé?

- Pide a tus estudiantes que observen la primera imagen de la página 32 y compartan sus ideas sobre el mensaje que sostiene el grupo de jóvenes. Indícales que identifiquen las ideas que más se repiten.
- Invita a un voluntario a leer en voz alta los objetivos de la actividad. Vincúlalos con las ideas del inicio.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Propón a tus estudiantes que observen las dos imágenes de la página 32 y las comenten en grupo. Pregúntales qué opinan sobre lo que ocurre en cada una y si alguna vez han conocido o presenciado una situación similar.
- Pídeles que, en parejas, profundicen en su reflexión a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”. Invita a algunos voluntarios a compartir sus principales reflexiones.

¿Qué conozco?

- Invita a tus estudiantes a responder las dos preguntas planteadas en esta sección (página 33).
- Organiza una plenaria para que algunos voluntarios respondan las siguientes preguntas sobre los derechos sexuales y reproductivos: ¿qué son los derechos sexuales y reproductivos?, ¿los adolescentes comparten esos derechos?, ¿qué derechos sexuales y reproductivos conoces? Si los conocen, invítalos a mencionarlos.
- Indícales que, en parejas, reflexionen sobre la importancia de conocer sus derechos sexuales y reproductivos a partir de la interrogante del cuadro “Me pregunto y comparto”.

Mis nuevos aprendizajes

- Pide a tus estudiantes que revisen la información del inicio de esta sección (página 33) sobre los derechos sexuales y reproductivos. Aclara las dudas que surjan sobre este tema.
- Solicítales que lean las situaciones compartidas por los tres adolescentes, relacionadas con sus derechos sexuales y reproductivos. Luego, invítalos a comentarlas en parejas, señalando si consideran que en estas situaciones se vulneran o no sus derechos sexuales y reproductivos.
- Indícales que, manteniéndose en parejas, identifiquen situaciones en su vida cotidiana que vulneren sus derechos sexuales y reproductivos, tanto en la familia como en la escuela y la comunidad. Diles que, para cada uno de estos ámbitos, deberán escribir un ejemplo de situación, indicando qué derechos no se están respetando.
- Organízalos en grupos para que reflexionen y dialoguen a partir de las interrogantes del cuadro “Conversamos en grupo”.
- Pídeles que lean lo que dicen los tres jóvenes sobre sus derechos sexuales y reproductivos (página 35). Luego, anímalos a pensar en sus propios derechos y a evaluar si estos han sido afectados alguna vez o si conocen a alguien cuyos derechos sexuales y reproductivos han sido vulnerados. Pregúntales cómo se sintieron.
- Invítalos a revisar las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas”, ubicado al final de esta sección.

Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a realizar el ejercicio planteado en esta sección. Indícales que, para ello, deberán leer los enunciados de la página 35 y reflexionar sobre si las situaciones presentadas atentan contra los derechos sexuales y reproductivos, y por qué.
- Organiza una plenaria para que intercambien los resultados de este ejercicio.

Cierre

Me comprometo

- Invita a cada estudiante a identificar tres acciones que se comprometan a realizar si enfrentan una situación que limite sus derechos sexuales y reproductivos.

Actividad 8

Reflexiono sobre la familia como un espacio para una vida armoniosa

Inicio

¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que surjan.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar y comentar las imágenes sobre los distintos tipos de familia (página 36).
- Indícales que dialoguen en parejas a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”.
- Pregúntales cómo están conformadas las familias que conocen.

¿Qué conozco?

- Indica a tus estudiantes que lean el caso de Carlos y respondan individualmente las preguntas de la página 37.
- En plenaria, pide que los voluntarios compartan sus respuestas y genera un diálogo a partir de ellas. Asegúrate de que el diálogo sea respetuoso con las diferencias. Si algún estudiante hace alguna burla o alude a la situación de algún compañero o persona de la comunidad, motiva la reflexión.

Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a revisar la información de esta sección sobre los diversos tipos de familia (página 37).
- Pídeles que formen grupos por afinidad y respondan las preguntas del cuadro "Conversamos en grupo". Motívalos a compartir sus respuestas con la clase.
- Solicita voluntarios para que lean de manera alternada la información sobre los derechos de los niños y adolescentes. Motiva la reflexión sobre la responsabilidad que tienen los padres de familia para hacer cumplir los derechos de sus hijos.
- Indícales que, en parejas, revisen los casos de Ernesto, Janet y Paulina, y luego respondan las preguntas que se formulan para cada caso.
- En plenaria, pide a algunos voluntarios que compartan sus respuestas. Refuerza la idea de que todas las familias son valiosas y que los padres cumplen la importante labor de velar por los derechos de sus hijos.
- Invítalos a revisar las ideas presentadas en el cuadro "Ideas valiosas" o a leerlas en voz alta. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, las tuyas u otras.

Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a realizar de manera individual el ejercicio propuesto en la página 43 y, posteriormente, a compartirlo en parejas o en grupos afines.

Cierre

Me comprometo

- Invita a cada estudiante a elaborar una línea de tiempo con los principales momentos que desea para su vida (a corto, mediano y largo plazo). Ayúdalo a señalar a qué edad, aproximadamente, le gustaría alcanzar cada una de sus metas.

Actividad 9

En mi comunidad rechazamos la violencia contra las mujeres

Inicio

¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta el objetivo de esta actividad. Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la situación sobre Tomasa, que se plantea al inicio de esta sección.
- Indícales que, en parejas, reflexionen a partir de las interrogantes del cuadro "Me pregunto y comparto".

¿Qué conozco?

- Invita a tus estudiantes a revisar los testimonios de diferentes personas sobre las formas que emplean en sus comunidades para prevenir o enfrentar la violencia contra las mujeres. Pídeles que los comenten en

grupos de tres o cuatro personas y que profundicen en su reflexión a partir de las interrogantes del cuadro “Conversamos en grupo”.



Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a revisar la información presentada al inicio de esta sección sobre la violencia de género. Luego, pídeles que planteen las acciones que podría realizar la comunidad para afrontar la situación de maltrato que vive Tomasa.
- Anímalos a recordar alguna situación de violencia contra las mujeres que haya ocurrido en su comunidad. Diles que la comenten en parejas, explicando por qué ocurrió y qué hizo la comunidad para solucionarla.
- Indícales que, en parejas, compartan lo que escribieron y reflexionen juntos a partir de las interrogantes planteadas en el cuadro “Me pregunto y comparto”.
- Pídeles que revisen la información que se presenta sobre la violencia contra las mujeres, las acciones de prevención y las acciones de protección. Aclara las dudas que surjan.
- Organízalos en grupos para que revisen los mitos o creencias erróneas sobre la violencia contra las mujeres.
- Invítalos a profundizar en su reflexión a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”.
- Pídeles que revisen las ideas presentadas en el cuadro “Ideas valiosas”, ubicado al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, las tuyas u otras.



Valoro lo que aprendí

- Pide a tus estudiantes que, en parejas, lean y comenten las dos ideas sobre la prevención de la violencia contra la mujer. Luego, indícales que expresen si están de acuerdo o en desacuerdo, y por qué.
- Organiza una plenaria para que compartan sus principales reflexiones.

Cierre



Me comprometo

- Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales en relación con esta actividad, teniendo en cuenta el enunciado que se presenta.

Actividad 10

Me cuido y me protejo de todas las formas de violencia

Inicio



¿Qué aprenderé?

- Invita a tus estudiantes a observar la primera imagen de la página 49 y a compartir, de manera voluntaria, el significado que les transmite la frase que contiene.
- Pide a un voluntario que lea en voz alta el objetivo de la actividad.

Desarrollo



Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar atentamente las imágenes de los dos casos presentados: el de Antonia (caso 1) y el de Laura y Chana (caso 2).
- Pídeles que, en parejas, respondan las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto” (página 51) y compartan sus respuestas en plenaria.
- Indícales que lean el caso de Laura y Chana, y reflexionen respecto al tipo de situación que enfrentan.



¿Qué conozco?

- Indica a tus estudiantes que van a retomar el caso de Antonia e identifica si, en las respuestas brindadas en la plenaria, ha surgido el término *violencia sexual*. Si no es el caso, aclara que lo vivido por Antonia es un tipo de violencia sexual conocido como *acoso* o *acoso sexual*.
- Dale el tiempo necesario para que respondan las preguntas sobre el caso de Laura y Chana (página 50). Recoge sus aportes luego de que les preguntes lo siguiente:
 - ¿Cómo creen que continúa esta historia? ¿Qué creen que les sucederá a Laura y Chana?
 - ¿Cómo llamarían a la situación que vivirán Laura y Chana al ser engañadas y tomadas para comercio de personas o explotación laboral, prisioneras en un lugar del cual no pueden salir por sus propios medios?
 - ¿Conoces algún caso de este tipo? ¿Qué sucedió? ¿El adolescente pudo salir de esta situación?



Mis nuevos aprendizajes

- Solicita a tus estudiantes que lean de manera conjunta la información brindada en esta sección (página 51), acerca de los tipos de violencia sexual que corresponden a las situaciones de Antonia, Laura y Chana.
- Pídeles que se organicen en grupos de tres o cuatro personas para responder las preguntas del cuadro “Conversamos en grupo”.
- Anímalos a continuar la lectura sobre las consecuencias de la violencia sexual contra niños y adolescentes, y sobre la forma de protegerse de ella.
- En este punto, introduce la estrategia **SOS**, que ayuda a identificar situaciones de riesgo de violencia.

Se pretende hacer a **S**olas
de manera **O**cultas
y se pide guardar en **S**ecreto.

Y la respuesta **NAC**:

Decir "¡**N**o!".
Alejarse y
Contarlo a una persona de confianza.

- Invita a tus estudiantes a revisar algunas pautas para protegerse de la trata de personas.
- Pídeles que lean las ideas planteadas en el cuadro “Ideas valiosas”. Indícales que pueden complementarlas con algunas de sus ideas o las que hayan surgido durante el desarrollo de la actividad.
- Resalta que, ante las diversas situaciones de violencia sexual, es necesario y de vital importancia contar con una red de ayuda.
- Motívalos a elaborar, en una hoja, un esquema sobre su red de apoyo, identificando personas de confianza e instituciones a las que acudirían ante una situación de violencia sexual.
- Invita a algunos voluntarios a leer la información sobre a dónde acudir en una situación de violencia sexual.
- Organiza grupos para que conversen a partir de las siguientes preguntas:
 - ¿Conocen casos similares a los de Antonia o Laura y Chana?
 - ¿Cómo se pueden evitar estas situaciones? ¿Qué se puede hacer para prevenirlas?
 - ¿A qué instituciones acudirían en caso de enfrentar una situación de violencia sexual?
- Solicita que cada grupo exponga sus conclusiones. Atiende sus respuestas, refuerza la información sobre a quién acudir y recoge los aportes de lo que se puede hacer en situaciones de violencia.

Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a revisar en grupos la lectura presentada en la página 55 y a responder las preguntas sobre los casos de Mónica y Andrés. Indícales que presenten sus conclusiones en plenaria.
- Finalizado el tiempo, recoge los aportes de los grupos e identifica si reconocen que estas son situaciones de explotación sexual. Anota sus ideas sobre cómo podrían evitarse.
- Prepáralos para enfrentar situaciones de violencia sexual mediante el ensayo de respuestas frente a situaciones de riesgo.
- Pídeles que mencionen el nombre de las personas de confianza a quienes acudirían en situaciones de peligro.

Cierre



Me comprometo

- Motiva a tus estudiantes a elaborar en grupo un afiche con información clave para prevenir la violencia sexual, la trata de personas u otro tipo de violencia contra niños y adolescentes.

Actividad 11 Reconozco y rechazo todas las formas de violencia de género

Inicio



¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que surjan.

Desarrollo



Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a leer la historia que se presenta en la página 57 y a comentar lo que ocurre en ella. Indícales que dialoguen en parejas a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”, centradas en el ciberacoso.



¿Qué conozco?

- Organiza a tus estudiantes en grupos por afinidad. Pídeles que observen las imágenes de la página 58 acerca de los tipos de violencia de género y que reflexionen sobre cuáles conocían y cuáles no. Luego, pídeles que respondan, en sus mismos grupos, las preguntas del cuadro “Conversemos en grupo”.
- Organiza una plenaria para que compartan sus respuestas. Aclara y responde las preguntas que puedan hacerte al respecto, y profundiza en ellas.



Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a revisar la información que se presenta en la página 59 sobre la violencia basada en el género. Como es información nueva y compleja, puedes utilizar técnicas como la lectura compartida, la lectura en grupos y otras que te permitan monitorear la comprensión de la información.
- Luego de revisar los diferentes tipos de violencia de género y algunas recomendaciones sobre lo que pueden hacer al respecto, pídeles que revisen la información sobre las instituciones y servicios donde pueden denunciar o pedir asesoría en caso de violencia de género.
- Pídeles que respondan las preguntas del cuadro “Conversamos en grupo”. Motívalos a compartir sus respuestas con toda la clase. Aclara y responde las preguntas que puedan hacerte sobre el tema, y profundiza en ellas. Para ello, es importante que previamente investigues qué instituciones y servicios donde denunciar o pedir asesoría existen, dónde están ubicados (dirección) y a qué distancia se encuentran de la institución educativa, con el fin de poder brindarles información real y completa.

- Invítalos a revisar las ideas planteadas en el cuadro “Ideas valiosas” o a leerlas en voz alta. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, las tuyas u otras.

Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a realizar de manera individual el ejercicio propuesto en esta sección (página 65). Luego, pídeles que socialicen sus respuestas, profundizando en el tipo de violencia que han identificado y ofreciendo consejos prácticos que podrían dar a las personas afectadas.

Cierre

Me comprometo

- Invita a tus estudiantes a elaborar de manera grupal un material informativo para prevenir los diferentes tipos de violencia que afectan a niños y adolescentes.

Actividad 12

Organizo mi tiempo y mi espacio para aprender mejor

Inicio

¿Qué aprenderé?

Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que puedan surgir.

Desarrollo

Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar lo que les sucede a Carmen y a Tomás (página 66). Coméntales sobre alguna situación parecida que hayas vivido, acoge sus opiniones y animales a contar situaciones similares que hayan experimentado en su casa.
- Pídeles que, en parejas, revisen y respondan las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”, intentando que descubran por qué no logran cumplir con lo que se proponen o planifican. Invita a algunos voluntarios a compartir sus reflexiones con toda la clase.

¿Qué conozco?

- Pide a tus estudiantes que observen la situación que se presenta al inicio de esta sección (página 67) y lean el comentario sobre lo que le ocurre a Tomás. Indícales que, al momento de responder las interrogantes planteadas, sean autocríticos al evaluar cómo se organiza cada uno para cumplir con sus obligaciones y con el estudio.
- Indícales que, en parejas o grupos de confianza, compartan sus respuestas y reflexionen a partir de las interrogantes del cuadro “Me pregunto y comparto”. En relación con la segunda pregunta, habla con ellos sobre la importancia de la autodisciplina y el autocontrol, que les permite posponer la gratificación para concentrarse en lo que deben hacer. Además, explícales la importancia de la perseverancia. Recomiéndales comenzar con las tareas que más tiempo demandan o aquellas con mayor dificultad. También sugiéreles que monitoreen su propio progreso y desarrollen su sentido de responsabilidad. Señala que estudiar en un espacio ordenado puede ser de gran ayuda.
- Pídeles que identifiquen qué les ayuda, tanto en casa como en el colegio, para alcanzar sus metas de estudio.

Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a revisar la información que se presenta en esta sección (página 67) acerca de lo que significa ser autónomos en el estudio. Pídeles que reflexionen sobre los casos de Rafael y Catalina que se presentan en la misma sección. Indícales que escriban con sus propias palabras las acciones que podrían realizar para alcanzar sus metas de estudio. A continuación, pide a algunos voluntarios que compartan sus ideas con toda la clase.
- Motívalos a reflexionar juntos, en el mismo grupo, a partir de las interrogantes del cuadro “Conversamos en grupo”.
- Solicítales que analicen cómo se siente Marcelina cuando debe rendir un examen, según se describe en esta sección. Pídeles que reflexionen en grupo sobre los consejos planteados y que también compartan si tienen otros consejos útiles que puedan ayudar al resto de sus compañeros.
- Invítalos a revisar las ideas que se presentan en el cuadro “Ideas valiosas”, ubicado al final de esta sección. Puedes proponer más ideas con base en lo trabajado en esta actividad.

Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a diseñar su propio horario, organizando su tiempo de estudio, sus actividades cotidianas y su tiempo libre (página 70).
- Organiza una plenaria para que compartan y comenten sus horarios. Fomenta que cada uno enriquezca su plan con las ideas y sugerencias de sus compañeros.
- Pídeles que elaboren un plan de estudios personalizado, enfocado en mejorar su aprendizaje. Este plan debe incluir los problemas que enfrentan al estudiar y las posibles soluciones para superarlos.

Cierre

Me comprometo

- Invita a tus estudiantes a identificar dos acciones para organizar mejor su tiempo y su espacio de estudio.

Anexo

Instituciones a las que puedes recurrir para denunciar o solicitar ayuda en casos de violencia

Instituciones de ayuda

- Sistema Especializado en Atención de Casos sobre Violencia Escolar (SiseVe): <http://www.siseve.pe>
- Centros Emergencia Mujer: www.mimp.gob.pe
- Defensorías del Niño y del Adolescente: <https://www.mimp.gob.pe/direcciones/dgna/contenidos/articulos.php?codigo=9>
- Programa Nacional para la Prevención y Erradicación de la Violencia contra las Mujeres e Integrantes del Grupo Familiar: <https://www.gob.pe/aurora>

Esta página contiene:

- Directorio de los Centros Emergencia Mujer (CEM) a nivel nacional
- Directorio de la Línea 100
- Directorio de Servicio de Atención Urgente (SAU)
- CEM en comisarías
- Directorio de Estrategia Rural
- Directorio de Centros de Atención Institucional (CAI)

¿Adónde puedes acudir si vives o conoces una situación de violencia sexual?

En nuestro país existen varias instituciones que brindan apoyo en prevención y protección en casos de violencia y abuso sexual.

- **SiseVe (www.siseve.pe).** Es la plataforma contra la violencia escolar del Ministerio de Educación. Al usarla, representantes de tu institución educativa y de las autoridades de educación a nivel local, departamental y nacional podrán darle seguimiento a tu caso. La meta es que cada escolar afectado se sienta bien lo más pronto posible. Para evitar acusaciones falsas, la plataforma siempre pedirá la identificación de los usuarios, por lo cual deberás tener tu DNI a la mano. Descuida, solo el equipo central del SiseVe podrá ver tus datos. Anima a tu director a que afilie a tu colegio al SiseVe.
- **Línea telefónica gratuita del Ministerio de Educación (0 800 768 88).** Funciona a nivel nacional para reportar hechos de violencia escolar en los colegios sin necesidad de tener acceso a internet. Recibe reportes en español y en quechua, de lunes a viernes de 8 a. m. a 8 p. m.
- **Centro de Emergencia Mujer (CEM)/Estrategia Rural (ER).** Es un servicio público especializado y gratuito de atención integral y multidisciplinaria para víctimas de violencia familiar y sexual, en el cual se brinda orientación legal, defensa judicial y consejería psicológica. Se procura la recuperación del daño sufrido y presta asistencia social. Asimismo, realiza actividades de prevención mediante capacitaciones, campañas comunicacionales, formación de agentes comunitarios y movilización de organizaciones.
- **Línea 100 (#100).** Es un servicio telefónico gratuito del Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMP) de información, orientación, consejería y soporte emocional para personas afectadas o involucradas en hechos de violencia familiar o sexual, o que conozca algún caso de maltrato en su entorno.
- **Chat 100.** Servicio personalizado por internet en tiempo real del Programa Nacional Aurora del MIMP. Trabaja con profesionales especializados en información u orientación psicológica para identificar situaciones de riesgo de violencia en las relaciones de enamoramiento.
- **Central Policial 105.** Servicio de la Policía Nacional del Perú que atiende las 24 horas del día.
- **Línea 1818.** Es el número gratuito del Ministerio del Interior, en el que puedes denunciar un caso de trata de personas o tráfico ilícito de migrantes.

Glosario

Buen vivir

Es un enfoque que plantea entender la vida desde una lógica natural y comunitaria, centrada en el bien común y en el respeto hacia uno mismo, hacia las personas con quienes vivimos y hacia la naturaleza.

Conductas de autoprotección o de autocuidado

Son el conjunto de comportamientos orientados a un estilo de vida saludable que realiza una persona para disminuir la probabilidad de involucrarse en situaciones de riesgo. El acceso a información adecuada, la práctica de valores, la asertividad o el tener un proyecto de vida son ejemplos de conductas de autoprotección o de autocuidado.

Costumbres

Son hábitos o tendencias adquiridos por la práctica frecuente de acciones. Las costumbres de la vida cotidiana son formas de comportamiento particular que asume una comunidad y que componen su idiosincrasia, como sus danzas, fiestas, comidas, idiomas o artesanías.

Diversidad cultural

Es la existencia de grupos o de individuos pertenecientes a distintas culturas que viven juntos en la misma sociedad. Las diferencias en creencias, valores, lenguas, proyectos familiares y orígenes nos ayudan a crecer y nos abren posibilidades de enriquecimiento personal y colectivo.

Estereotipos de género

Son opiniones o prejuicios generalizados acerca de las características que las mujeres y los hombres poseen, o de las funciones que deberían desempeñar dentro de una sociedad.

Género

Son los roles o las funciones que cada sociedad asigna a mujeres y hombres. Por ejemplo, cómo deben comportarse, cómo se deben relacionar, qué se espera de ellas y ellos. Estos papeles cambian a lo largo de la historia y entre distintas culturas y sociedades.

Interculturalidad

Se refiere a las relaciones e interacciones equitativas entre diferentes grupos culturales. Abre la posibilidad de generar expresiones culturales compartidas, adquiridas por medio del diálogo y de una actitud mutua de respeto y valoración. Es una postura consciente y voluntaria, en la que se perciben las diferencias en creencias, valores, lenguas, prácticas o costumbres como oportunidades que nos ayudan a crecer y nos enriquecen de forma recíproca, en lo personal y lo colectivo.

Situaciones de riesgo

Es cuando ocurren hechos o acciones que exponen a una persona a daños físicos o psicológicos. Por ejemplo, aceptar una bebida alcohólica de alguien desconocido, caminar a solas por una calle oscura o jugar en la pista son situaciones de riesgo.

Violencia sexual contra niños y adolescentes

Se trata de toda acción de índole sexual realizada contra una persona menor de edad para la satisfacción de su agresor. Estos actos de tipo sexual pueden ser con contacto físico o sin él. La violencia sexual puede darse por presión o coacción (amenazas, acoso o intimidación), o bien por manipulación (por ejemplo, cuando el agresor entrega regalos o dinero a la víctima, o mejora sus notas para convencerla). En el caso de menores de 14 años, aunque la relación sea aparentemente consentida por el menor, se considera igualmente violencia sexual, debido a que legalmente aún no está en condiciones de decidir si desea o no llevar a cabo actos de índole sexual. Todos estos casos se consideran un delito (Ley N.º 30963, que modifica el Código Penal).

This image shows a single page from a notebook. The page is white with horizontal ruling lines. The top-left corner is rounded. On the right side, there is a decorative blue border with a pattern of small dots. The page is otherwise blank, with no text or other markings.

EL ACUERDO NACIONAL

El 22 de julio de 2002, los representantes de las organizaciones políticas, religiosas, del Gobierno y de la sociedad civil firmaron el compromiso de trabajar, todos, para conseguir el bienestar y desarrollo del país. Este compromiso es el Acuerdo Nacional.

El acuerdo persigue cuatro objetivos fundamentales. Para alcanzarlos, todos los peruanos de buena voluntad tenemos, desde el lugar que ocupemos o el rol que desempeñemos, el deber y la responsabilidad de decidir, ejecutar, vigilar o defender los compromisos asumidos. Estos son tan importantes que serán respetados como políticas permanentes para el futuro.

Por esta razón, como niños, niñas, adolescentes o adultos, ya sea como estudiantes o trabajadores, debemos promover y fortalecer acciones que garanticen el cumplimiento de esos cuatro objetivos que son los siguientes:

1. Democracia y Estado de Derecho

La justicia, la paz y el desarrollo que necesitamos los peruanos sólo se pueden dar si conseguimos una verdadera democracia. El compromiso del Acuerdo Nacional es garantizar una sociedad en la que los derechos son respetados y los ciudadanos viven seguros y expresan con libertad sus opiniones a partir del diálogo abierto y enriquecedor; decidiendo lo mejor para el país.

2. Equidad y Justicia Social

Para poder construir nuestra democracia, es necesario que cada una de las personas que conformamos esta sociedad, nos sintamos parte de ella. Con este fin, el Acuerdo promoverá el acceso a las oportunidades económicas, sociales, culturales y políticas. Todos los peruanos tenemos derecho a un empleo digno, a una educación de calidad, a una salud integral, a un lugar para vivir. Así, alcanzaremos el desarrollo pleno.

3. Competitividad del País

Para afianzar la economía, el Acuerdo se compromete a fomentar el espíritu de competitividad en las empresas, es decir, mejorar la calidad de los productos y servicios, asegurar el acceso a la formalización de las pequeñas empresas y sumar esfuerzos para fomentar la colocación de nuestros productos en los mercados internacionales.

4. Estado Eficiente, Transparente y Descentralizado

Es de vital importancia que el Estado cumpla con sus obligaciones de manera eficiente y transparente para ponerse al servicio de todos los peruanos. El Acuerdo se compromete a modernizar la administración pública, desarrollar instrumentos que eliminen la corrupción o el uso indebido del poder. Asimismo, descentralizar el poder y la economía para asegurar que el Estado sirva a todos los peruanos sin excepción.

Mediante el Acuerdo Nacional nos comprometemos a desarrollar maneras de controlar el cumplimiento de estas políticas de Estado, a brindar apoyo y difundir constantemente sus acciones a la sociedad en general.

CARTA DEMOCRÁTICA INTERAMERICANA

I La democracia y el sistema interamericano

Artículo 1

Los pueblos de América tienen derecho a la democracia y sus gobiernos la obligación de promoverla y defenderla. La democracia es esencial para el desarrollo social, político y económico de los pueblos de las Américas.

Artículo 2

El ejercicio efectivo de la democracia representativa es la base del estado de derecho y los regímenes constitucionales de los Estados Miembros de la Organización de los Estados Americanos. La democracia representativa se refuerza y profundiza con la participación permanente, ética y responsable de la ciudadanía en un marco de legalidad conforme al respectivo orden constitucional.

Artículo 3

Son elementos esenciales de la democracia representativa, entre otros, el respeto a los derechos humanos y las libertades fundamentales; el acceso al poder y su ejercicio con sujeción al estado de derecho; la celebración de elecciones periódicas, libres, justas y basadas en el sufragio universal y secreto como expresión de la soberanía del pueblo; el régimen plural de partidos y organizaciones políticas; y la separación e independencia de los poderes públicos.

Artículo 4

Son componentes fundamentales del ejercicio de la democracia la transparencia de las actividades gubernamentales, la probidad, la responsabilidad de los gobiernos en la gestión pública, el respeto por los derechos sociales y la libertad de expresión y de prensa. La subordinación constitucional de todas las instituciones del Estado a la autoridad civil legalmente constituida y el respeto al estado de derecho de todas las entidades y sectores de la sociedad son igualmente fundamentales para la democracia.

Artículo 5

El fortalecimiento de los partidos y de otras organizaciones políticas es prioritario para la democracia. Se deberá prestar atención especial a la problemática derivada de los altos costos de las campañas electorales y al establecimiento de un régimen equilibrado y transparente de financiación de sus actividades.

Artículo 6

La participación de la ciudadanía en las decisiones relativas a su propio desarrollo es un derecho y una responsabilidad. Es también una condición necesaria para el pleno y efectivo ejercicio de la democracia. Promover y fomentar diversas formas de participación fortalece la democracia.

II La democracia y los derechos humanos

Artículo 7

La democracia es indispensable para el ejercicio efectivo de las libertades fundamentales y los derechos humanos, en su carácter universal, indivisible e interdependiente, consagrados en las respectivas constituciones de los Estados y en los instrumentos interamericanos e internacionales de derechos humanos.

Artículo 8

Cualquier persona o grupo de personas que consideren que sus derechos humanos han sido violados pueden interponer denuncias o peticiones ante el sistema interamericano de promoción y protección de los derechos humanos conforme a los procedimientos establecidos en el mismo. Los Estados Miembros reafirman su intención de fortalecer el sistema interamericano de protección de los derechos humanos para la consolidación de la democracia en el Hemisferio.

Artículo 9

La eliminación de toda forma de discriminación, especialmente la discriminación de género, étnica y racial, y de las diversas formas de intolerancia, así como la promoción y protección de los derechos humanos de los pueblos indígenas y los migrantes y el respeto a la diversidad étnica, cultural y religiosa en las Américas, contribuyen al fortalecimiento de la democracia y la participación ciudadana.

Artículo 10

La promoción y el fortalecimiento de la democracia requieren el ejercicio pleno y eficaz de los derechos de los trabajadores y la aplicación de normas laborales básicas, tal como están consagradas en la Declaración de la Organización Internacional del Trabajo (OIT) relativa a los Principios y Derechos Fundamentales en el Trabajo y su Seguimiento, adoptada en 1998, así como en otras convenciones básicas afines de la OIT. La democracia se fortalece con el mejoramiento de las condiciones laborales y la calidad de vida de los trabajadores del Hemisferio.

III Democracia, desarrollo integral y combate a la pobreza

Artículo 11

La democracia y el desarrollo económico y social son interdependientes y se refuerzan mutuamente.

Artículo 12

La pobreza, el analfabetismo y los bajos niveles de desarrollo humano son factores que inciden negativamente en la consolidación de la democracia. Los Estados Miembros de la OEA se comprometen a adoptar y ejecutar todas las acciones necesarias para la creación de empleo productivo, la reducción de la pobreza y la erradicación de la pobreza extrema, teniendo en cuenta las diferentes realidades y condiciones económicas de los países del Hemisferio. Este compromiso común frente a los problemas del desarrollo y la pobreza también destaca la importancia de mantener los equilibrios macroeconómicos y el imperativo de fortalecer la cohesión social y la democracia.

Artículo 13

La promoción y observancia de los derechos económicos, sociales y culturales son consustanciales al desarrollo integral, al crecimiento económico con equidad y a la consolidación de la democracia en los Estados del Hemisferio.

Artículo 14

Los Estados Miembros acuerdan examinar periódicamente las acciones adoptadas y ejecutadas por la Organización encaminadas a fomentar el diálogo, la cooperación para el desarrollo integral y el combate a la pobreza en el Hemisferio, y tomar las medidas oportunas para promover estos objetivos.

Artículo 15

El ejercicio de la democracia facilita la preservación y el manejo adecuado del medio ambiente. Es esencial que los Estados del Hemisferio implementen políticas y estrategias de protección del medio ambiente, respetando los diversos tratados y convenciones, para lograr un desarrollo sostenible en beneficio de las futuras generaciones.

Artículo 16

La educación es clave para fortalecer las instituciones democráticas, promover el desarrollo del potencial humano y el alivio de la pobreza y fomentar un mayor entendimiento entre los pueblos. Para lograr estas metas, es esencial que una educación de calidad esté al alcance de todos, incluyendo a las niñas y las mujeres, los habitantes de las zonas rurales y las personas que pertenecen a las minorías.

IV Fortalecimiento y preservación de la institucionalidad democrática

Artículo 17

Cuando el gobierno de un Estado Miembro considere que está en riesgo su proceso político institucional democrático o su legítimo ejercicio del poder, podrá recurrir al Secretario General o al Consejo Permanente a fin de solicitar asistencia para el fortalecimiento y preservación de la institucionalidad democrática.

Artículo 18

Cuando en un Estado Miembro se produzcan situaciones que pudieran afectar el desarrollo del proceso político institucional democrático o el legítimo ejercicio del poder, el Secretario General o el Consejo Permanente podrá, con el consentimiento previo del gobierno afectado, disponer visitas y otras gestiones con la finalidad de hacer un análisis de la situación. El Secretario General elevará un informe al Consejo Permanente, y éste realizará una apreciación colectiva de la situación y, en caso necesario, podrá adoptar decisiones dirigidas a la preservación de la institucionalidad democrática y su fortalecimiento.

Artículo 19

Basado en los principios de la Carta de la OEA y con sujeción a sus normas, y en concordancia con la cláusula democrática contenida en la Declaración de la ciudad de Quebec, la ruptura del orden democrático o una alteración del orden constitucional que afecte gravemente el orden democrático en un Estado Miembro constituye, mientras persista, un obstáculo insuperable para la participación de su gobierno en las sesiones de la Asamblea General, de la Reunión de Consulta, de los Consejos de la Organización y de las conferencias especializadas, de las comisiones, grupos de trabajo y demás órganos de la Organización.

Artículo 20

En caso de que en un Estado Miembro se produzca una alteración del orden constitucional que afecte gravemente su orden democrático, cualquier Estado Miembro o el Secretario General podrá solicitar la convocatoria inmediata del Consejo Permanente para realizar una apreciación colectiva de la situación y adoptar las decisiones que estime conveniente. El Consejo Permanente, según la situación, podrá disponer la realización de las gestiones diplomáticas necesarias, incluidos los buenos oficios, para promover la normalización de la institucionalidad democrática. Si las gestiones diplomáticas resultaren infructuosas o si la urgencia del caso lo aconsejare, el Consejo Permanente convocará de inmediato un período extraordinario de sesiones de la Asamblea General para que ésta adopte las decisiones que estime apropiadas, incluyendo gestiones diplomáticas, conforme a la Carta de la Organización, el derecho internacional y las disposiciones de la presente Carta Democrática. Durante el proceso se realizarán las gestiones diplomáticas necesarias, incluidos los buenos oficios, para promover la normalización de la institucionalidad democrática.

Artículo 21

Cuando la Asamblea General, convocada a un período extraordinario de sesiones, constate que se ha producido la ruptura del orden democrático en un Estado Miembro y que las gestiones diplomáticas han sido infructuosas, conforme a la Carta de la OEA tomará la decisión de suspender a dicho Estado Miembro del ejercicio de su derecho de participación en la OEA con el voto afirmativo de los dos tercios de los Estados Miembros. La suspensión entrará en vigor de inmediato.

El Estado Miembro que hubiera sido objeto de suspensión deberá continuar observando el cumplimiento de sus obligaciones como miembro de la Organización, en particular en materia de derechos humanos.

Adoptada la decisión de suspender a un gobierno, la Organización mantendrá sus gestiones diplomáticas para el restablecimiento de la democracia en el Estado Miembro afectado.

Artículo 22

Una vez superada la situación que motivó la suspensión, cualquier Estado Miembro o el Secretario General podrá proponer a la Asamblea General el levantamiento de la suspensión. Esta decisión se adoptará por el voto de los dos tercios de los Estados Miembros, de acuerdo con la Carta de la OEA.

V La democracia y las misiones de observación electoral

Artículo 23

Los Estados Miembros son los responsables de organizar, llevar a cabo y garantizar procesos electorales libres y justos. Los Estados Miembros, en ejercicio de su soberanía, podrán solicitar a la OEA asesoramiento o asistencia para el fortalecimiento y desarrollo de sus instituciones y procesos electorales, incluido el envío de misiones preliminares para ese propósito.

Artículo 24

Las misiones de observación electoral se llevarán a cabo por solicitud del Estado Miembro interesado. Con tal finalidad, el gobierno de dicho Estado y el Secretario General celebrarán un convenio que determine el alcance y la cobertura de la misión de observación electoral de que se trate. El Estado Miembro deberá garantizar las condiciones de seguridad, libre acceso a la información y amplia cooperación con la misión de observación electoral. Las misiones de observación electoral se realizarán de conformidad con los principios y normas de la OEA. La Organización deberá asegurar la eficacia e independencia de estas misiones, para lo cual se las dotará de los recursos necesarios. Las mismas se realizarán de forma objetiva, imparcial y transparente, y con la capacidad técnica apropiada. Las misiones de observación electoral presentarán oportunamente al Consejo Permanente, a través de la Secretaría General, los informes sobre sus actividades.

Artículo 25

Las misiones de observación electoral deberán informar al Consejo Permanente, a través de la Secretaría General, si no existiesen las condiciones necesarias para la realización de elecciones libres y justas. La OEA podrá enviar, con el acuerdo del Estado interesado, misiones especiales a fin de contribuir a crear o mejorar dichas condiciones.

VI Promoción de la cultura democrática

Artículo 26

La OEA continuará desarrollando programas y actividades dirigidos a promover los principios y prácticas democráticas y fortalecer la cultura democrática en el Hemisferio, considerando que la democracia es un sistema de vida fundado en la libertad y el mejoramiento económico, social y cultural de los pueblos. La OEA mantendrá consultas y cooperación continua con los Estados Miembros, tomando en cuenta los aportes de organizaciones de la sociedad civil que trabajen en esos ámbitos.

Artículo 27

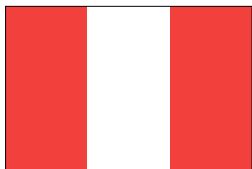
Los programas y actividades se dirigirán a promover la gobernabilidad, la buena gestión, los valores democráticos y el fortalecimiento de la institucionalidad política y de las organizaciones de la sociedad civil. Se prestará atención especial al desarrollo de programas y actividades para la educación de la niñez y la juventud como forma de asegurar la permanencia de los valores democráticos, incluidas la libertad y la justicia social.

Artículo 28

Los Estados promoverán la plena e igualitaria participación de la mujer en las estructuras políticas de sus respectivos países como elemento fundamental para la promoción y ejercicio de la cultura democrática.

SÍMBOLOS DE LA PATRIA

Artículo 49 de la Constitución Política del Perú



BANDERA NACIONAL



ESCUDO NACIONAL

HIMNO NACIONAL DEL PERÚ

CORO

Somos libres, seámoslo siempre,
y antes niegue sus luces el sol,
que faltemos al voto solemne
que la patria al Eterno elevó.

HIMNO NACIONAL

Declaración Universal de los Derechos Humanos

El 10 de diciembre de 1948, la Asamblea General de las Naciones Unidas aprobó y proclamó la Declaración Universal de Derechos Humanos, cuyos artículos figuran a continuación:

Artículo 1

Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos y, (...) deben comportarse fraternalmente los unos con los otros.

Artículo 2

Toda persona tiene los derechos y libertades proclamados en esta Declaración, sin distinción alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición. Además, no se hará distinción alguna fundada en la condición política, jurídica o internacional del país o territorio de cuya jurisdicción dependa una persona (...).

Artículo 3

Todo individuo tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de su persona.

Artículo 4

Nadie estará sometido a esclavitud ni a servidumbre; la esclavitud y la trata de esclavos están prohibidas en todas sus formas.

Artículo 5

Nadie será sometido a torturas ni a penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes.

Artículo 6

Todo ser humano tiene derecho, en todas partes, al reconocimiento de su personalidad jurídica.

Artículo 7

Todos son iguales ante la ley y tienen, sin distinción, derecho a igual protección de la ley. Todos tienen derecho a igual protección contra toda discriminación que infrinja esta Declaración (...).

Artículo 8

Toda persona tiene derecho a un recurso efectivo, ante los tribunales nacionales competentes, que la ampare contra actos que violen sus derechos fundamentales (...).

Artículo 9

Nadie podrá ser arbitrariamente detenido, preso ni desterrado.

Artículo 10

Toda persona tiene derecho, en condiciones de plena igualdad, a ser oída públicamente y con justicia por un tribunal independiente e imparcial, para la determinación de sus derechos y obligaciones o para el examen de cualquier acusación contra ella en materia penal.

Artículo 11

1. Toda persona acusada de delito tiene derecho a que se presuma su inocencia mientras no se pruebe su culpabilidad (...).

2. Nadie será condenado por actos u omisiones que en el momento de cometerse no fueron delictivos según el Derecho nacional o internacional. Tampoco se impondrá pena más grave que la aplicable en el momento de la comisión del delito.

Artículo 12

Nadie será objeto de injerencias arbitrarias en su vida privada, su familia, su domicilio o su correspondencia, ni de ataques a su honra o a su reputación. Toda persona tiene derecho a la protección de la ley contra tales injerencias o ataques.

Artículo 13

1. Toda persona tiene derecho a circular libremente y a elegir su residencia en el territorio de un Estado.

2. Toda persona tiene derecho a salir de cualquier país, incluso el propio, y a regresar a su país.

Artículo 14

1. En caso de persecución, toda persona tiene derecho a buscar asilo, y a disfrutar de él, en cualquier país.

2. Este derecho no podrá ser invocado contra una acción judicial realmente originada por delitos comunes o por actos opuestos a los propósitos y principios de las Naciones Unidas.

Artículo 15

1. Toda persona tiene derecho a una nacionalidad.

2. A nadie se privará arbitrariamente de su nacionalidad ni del derecho a cambiar de nacionalidad.

Artículo 16

1. Los hombres y las mujeres, a partir de la edad núbil, tienen derecho, sin restricción alguna por motivos de raza, nacionalidad o religión, a casarse y fundar una familia (...).

2. Sólo mediante libre y pleno consentimiento de los futuros esposos podrá contraerse el matrimonio.

3. La familia es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado.

Artículo 17

1. Toda persona tiene derecho a la propiedad, individual y colectivamente.

2. Nadie será privado arbitrariamente de su propiedad.

Artículo 18

Toda persona tiene derecho a la libertad de pensamiento, de conciencia y de religión (...).

Artículo 19

Todo individuo tiene derecho a la libertad de opinión y de expresión (...).

Artículo 20

1. Toda persona tiene derecho a la libertad de reunión y de asociación pacíficas.

2. Nadie podrá ser obligado a pertenecer a una asociación.

Artículo 21

1. Toda persona tiene derecho a participar en el gobierno de su país, directamente o por medio de representantes libremente escogidos.

2. Toda persona tiene el derecho de acceso, en condiciones de igualdad, a las funciones públicas de su país.

3. La voluntad del pueblo es la base de la autoridad del poder público; esta voluntad se expresará mediante elecciones auténticas que habrán de celebrarse periódicamente, por sufragio universal e igual y por voto secreto u otro procedimiento equivalente que garantice la libertad del voto.

Artículo 22

Toda persona (...) tiene derecho a la seguridad social, y a obtener, (...) habida cuenta de la organización y los recursos de cada Estado, la satisfacción de los derechos económicos, sociales y culturales, indispensables a su dignidad y al libre desarrollo de su personalidad.

Artículo 23

1. Toda persona tiene derecho al trabajo, a la libre elección de su trabajo, a condiciones equitativas y satisfactorias de trabajo y a la protección contra el desempleo.

2. Toda persona tiene derecho, sin discriminación alguna, a igual salario por trabajo igual.

3. Toda persona que trabaja tiene derecho a una remuneración equitativa y satisfactoria, que le asegure, así como a su familia, una existencia conforme a la dignidad humana y que será completada, en caso necesario, por cualesquiera otros medios de protección social.

4. Toda persona tiene derecho a fundar sindicatos y a sindicarse para la defensa de sus intereses.

Artículo 24

Toda persona tiene derecho al descanso, al disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable de la duración del trabajo y a vacaciones periódicas pagadas.

Artículo 25

1. Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios sociales necesarios; tiene asimismo derecho a los seguros en caso de desempleo, enfermedad, invalidez, vejez y otros casos de pérdida de sus medios de subsistencia por circunstancias independientes de su voluntad.

2. La maternidad y la infancia tienen derecho a cuidados y asistencia especiales. Todos los niños, nacidos de matrimonio o fuera de matrimonio, tienen derecho a igual protección social.

Artículo 26

1. Toda persona tiene derecho a la educación. La educación debe ser gratuita, al menos en lo concerniente a la instrucción elemental y fundamental. La instrucción elemental será obligatoria. La instrucción técnica y profesional habrá de ser generalizada; el acceso a los estudios superiores será igual para todos, en función de los méritos respectivos.

2. La educación tendrá por objeto el pleno desarrollo de la personalidad humana y el fortalecimiento del respeto a los derechos humanos y a las libertades fundamentales; favorecerá la comprensión, la tolerancia y la amistad entre todas las naciones y todos los grupos étnicos o religiosos; y promoverá el desarrollo de las actividades de las Naciones Unidas para el mantenimiento de la paz.

3. Los padres tendrán derecho preferente a escoger el tipo de educación que habrá de darse a sus hijos.

Artículo 27

1. Toda persona tiene derecho a tomar parte libremente en la vida cultural de la comunidad, a gozar de las artes y a participar en el progreso científico y en los beneficios que de él resulten.

2. Toda persona tiene derecho a la protección de los intereses morales y materiales que le correspondan por razón de las producciones científicas, literarias o artísticas de que sea autora.

Artículo 28

Toda persona tiene derecho a que se establezca un orden social e internacional en el que los derechos y libertades proclamados en esta Declaración se hagan plenamente efectivos.

Artículo 29

1. Toda persona tiene deberes respecto a la comunidad (...).

2. En el ejercicio de sus derechos y en el disfrute de sus libertades, toda persona estará solamente sujeta a las limitaciones establecidas por la ley con el único fin de asegurar el reconocimiento y el respeto de los derechos y libertades de los demás, y de satisfacer las justas exigencias de la moral, del orden público y del bienestar general en una sociedad democrática.

3. Estos derechos y libertades no podrán en ningún caso ser ejercidos en oposición a los propósitos y principios de las Naciones Unidas.

Artículo 30

Nada en la presente Declaración podrá interpretarse en el sentido de que confiere derecho alguno al Estado, a un grupo o a una persona, para emprender y desarrollar actividades (...) tendientes a la supresión de cualquiera de los derechos y libertades proclamados en esta Declaración.