

# GUÍA DE TUTORÍA DEL DOCENTE

## Un tiempo para mí

Modelos de servicio educativo  
en el ámbito rural





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 PARA EL DOCENTE SOBRE EL USO DE LOS CUADERNOS DE TUTORÍA - 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](http://www.gob.pe/minedu)

### **Elaboración de contenido**

Maite Rofes Chávez  
Esperanza Amparo Oré Guerrero  
María Verónica Zeballos Valle

### **Revisión pedagógica**

Mirian Karina Pineda Jurado  
María Verónica Zeballos Valle

### **Diseño y diagramación**

Henry Llantoy Sandoval  
Susana Philippon Chan  
Roxana Valdez Chávez

### **Ilustración**

Luis Corcuera Silva  
Patricia Maguiña  
Brenda Lys Román González

### **Corrección de texto**

Andrea Ramos Lachi  
Gerson Rivera Cisneros

Primera edición: 2018  
Segunda edición: 2019  
Tercera edición: 2020  
Tiraje: 2000 ejemplares

Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N.º 2020-07536

Se terminó de imprimir en octubre del 2020 en Lettera Gráfica S.A.C.  
Av. La Arboleda N° 431 – Ate – Lima – Perú

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

### Estimado docente:

La Dirección de Servicios Educativos en el Ámbito Rural (Diser) trabaja con estudiantes del ámbito rural que pertenecen a pueblos originarios andinos y amazónicos, en su mayoría en situación de pobreza y pobreza extrema, quienes por vivir en zonas dispersas tienen que desplazarse grandes distancias para llegar al colegio.

En este contexto, los modelos de servicio educativo (MSE) Secundaria en Alternancia, Secundaria con Residencia Estudiantil y Secundaria Tutorial hacen posible que muchos adolescentes de las comunidades rurales de nuestro país puedan acceder y culminar sus estudios de nivel secundaria.

Por otro lado, sabemos de los riesgos a los que se exponen los estudiantes cuando deben residir fuera de su entorno familiar o comunal —se convierten en víctimas potenciales de violencia y pueden verse frente a situaciones de explotación sexual y laboral—, y creemos que en ese escenario los docentes son los que pueden ayudar a evitar o enfrentar estos riesgos; usted cumple un rol muy importante en la vida y formación de sus estudiantes, comparte mucho más que el ámbito educativo regular: forma parte de sus espacios de convivencia (en la escuela, la vivienda y la comunidad) y es su guía en estos escenarios. Asimismo, tiene la tarea de motivarlos y acompañarlos permanentemente en el desarrollo de su autonomía, con el fin de que mejoren sus aprendizajes y cuenten con mayores habilidades para la vida, lo que incluye apoyar sus iniciativas de investigación y proyectos productivos, que benefician también a sus familias y a su comunidad.

Creemos que cumplir este papel, en lo pedagógico y en la formación humana de adolescentes, no es una tarea fácil, por lo que somos conscientes de que se necesitan herramientas; por ello, le presentamos *Un tiempo para mí*, una guía ágil para implementar la tutoría con estudiantes de primero a quinto de secundaria de los MSE, la cual cuenta con orientaciones sobre el desarrollo de las actividades, con conceptos clave y con consejos prácticos.

Por medio de *Un tiempo para mí*, podrá explorar diversos temas de manera amena y reflexiva con sus estudiantes, entre ellos **la participación estudiantil, el pensamiento crítico y los derechos de los hombres y las mujeres**, que contribuirán con la formación en valores y ciudadanía que el contexto demanda. De igual manera, se abordarán temas como **la comunicación asertiva, la autorregulación de las emociones y cómo protegerse de la violencia psicológica y sexual**, orientados a que los estudiantes desarrollen habilidades que les permitan formar y fortalecer su identidad personal, protegerse de situaciones de riesgo y desarrollarse en un ambiente de respeto y de sana convivencia.

Creemos que si trabajamos para lograr en los estudiantes la valoración de sí mismos y de las diferencias culturales, estaremos promoviendo espacios de enriquecimiento y desarrollo personal y social en el entorno escolar.

## ÍNDICE

<b>PARTE 1. LA TUTORÍA EN LA SECUNDARIA RURAL</b> .....	<b>5</b>
1.1. ¿Por qué es importante la tutoría en la secundaria rural? .....	5
1.2. Particularidades de la tutoría en cada modelo de servicio educativo.....	6
a. Modelo de Secundaria Tutorial.....	6
b. Modelo de Secundaria en Alternancia .....	6
c. Modelo de Secundaria con Residencia Estudiantil .....	6
1.3. Los estudiantes de la secundaria rural .....	7
a. Características de los estudiantes y los retos que plantean al tutor .....	7
b. ¿Qué necesitan aprender los estudiantes de secundaria rural?.....	8
1.4. El tutor de la secundaria rural .....	9
a. Perfil del tutor de secundaria rural.....	10
b. Rol del tutor: orientador y acompañante.....	10
c. Importancia de la autoformación del tutor .....	11
d. Pautas importantes para el trabajo del tutor.....	11
¿Qué es y cómo desarrollar el autocuidado? .....	13
Una estrategia de prevención frente a la violencia sexual.....	14
<b>PARTE 2. LOS CUADERNOS DE TUTORÍA</b> .....	<b>15</b>
2.1. ¿Qué son los cuadernos de Tutoría?.....	15
2.2. Estructura de los cuadernos de Tutoría .....	15
a. Las dimensiones y los ejes temáticos .....	15
b. Ruta metodológica de las actividades .....	16
c. Organización del tiempo para desarrollar los cuadernos de Tutoría .....	16
d. Competencias que se desarrollan por actividad (según dimensión y eje temático por grado)..	17
<b>PARTE 3. ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS POR GRADO</b> .....	<b>22</b>
3.1. Orientaciones pedagógicas: cuaderno de primer grado.....	22
3.2. Orientaciones pedagógicas: cuaderno de segundo grado.....	40
3.3. Orientaciones pedagógicas: cuaderno de tercer grado.....	59
3.4. Orientaciones pedagógicas: cuaderno de cuarto grado .....	77
3.5. Orientaciones pedagógicas: cuaderno de quinto grado .....	94
<b>PARTE 4. ORIENTACIONES PARA LAS ACTIVIDADES SOBRE SEXUALIDAD</b> .....	<b>145</b>
<b>Primero de secundaria</b> .....	<b>3</b>
Actividad 1: Conociendo mi sexualidad.....	3
Lectura complementaria .....	3
Orientaciones metodológicas para la sesión de tutoría .....	4
Recursos complementarios para esta actividad.....	6
Actividad 2: Conociendo nuestro cuerpo .....	6
Lectura complementaria .....	6
Orientaciones metodológicas para la sesión de tutoría .....	7
Recursos complementarios para esta actividad.....	11

<b>Segundo de secundaria</b> .....	12
Actividad 1: “Vivo mi sexualidad desde mis decisiones” .....	12
Lectura complementaria .....	12
Orientaciones metodológicas para la sesión de tutoría .....	13
Recursos complementarios para esta actividad .....	15
Actividad 2: “Todo a su tiempo... y de manera informada” .....	15
Lectura complementaria .....	15
Orientaciones metodológicas para la sesión de tutoría .....	16
Recursos complementarios para esta actividad .....	18
<b>Tercero de secundaria</b> .....	19
Actividad 1: Nada me detiene para alcanzar mis metas. ....	19
Lectura complementaria .....	19
Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría .....	21
Recursos complementarios para esta actividad .....	22
Actividad 2: Evito una paternidad y maternidad temprana. ....	22
Lectura complementaria .....	22
Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría .....	25
Recursos complementarios para esta actividad .....	27
<b>Cuarto de secundaria</b> .....	28
Actividad 1: Cuido mi salud sexual .....	28
Lectura complementaria .....	28
Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría .....	29
Recursos complementarios para esta actividad .....	31
Actividad 2: Me relaciono con hombres y mujeres sin violencia. ....	31
Lectura complementaria .....	31
Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría .....	33
Recursos complementarios para esta actividad .....	35
<b>Quinto de secundaria</b> .....	36
Actividad 1: Yo decido sobre mi vida, mi familia y mi sexualidad. ....	36
Lectura complementaria .....	36
Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría .....	37
Recursos complementarios para esta actividad .....	38
Actividad 2: Reconozco y denuncio todas las formas de violencia de género. ....	38
Lectura complementaria .....	38
Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría .....	40
Recursos complementarios para esta actividad .....	41
Anexos .....	113
Referencias bibliográficas .....	114
Glosario .....	115

## Parte 1 LA TUTORÍA EN LA SECUNDARIA RURAL

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

La tutoría es un proceso permanente de orientación y acompañamiento socioafectivo de los estudiantes para apoyarlos a alcanzar los siguientes objetivos:

- El ejercicio de sus derechos como ciudadanos.
- La toma de decisiones responsables.
- La prevención de situaciones de riesgo que vulneren sus derechos o afecten su desarrollo personal y social.
- El logro de sus aprendizajes.

Se sustenta en un **vínculo afectivo y personalizado** entre el docente tutor y el estudiante, que debe darse en un clima de confianza y respeto. Las características particulares de los modelos de servicio educativo en el ámbito rural hacen que la tutoría sea un espacio fundamental en la vida de los estudiantes.



#### El docente tutor es un modelo de vida significativo para sus estudiantes por las siguientes razones:

- Comparte largos periodos de tiempo con ellos.
- Conoce sus intereses y necesidades, por lo que además puede brindarles orientación y apoyo pedagógico y afectivo.
- Se vincula con sus familias a través de las visitas domiciliarias y reuniones con padres en el colegio.
- Conoce bien la comunidad y los desafíos que esta plantea a los estudiantes.

Entonces, de acuerdo con la normativa de Tutoría del Minedu, el **propósito**<sup>1</sup> de la tutoría es...



Que el docente acompañe a los estudiantes en su desarrollo integral, vele por que tengan condiciones favorables para permanecer y culminar con éxito su educación básica, y lograr que desarrollen habilidades para la vida y para enfrentar situaciones difíciles que se les puedan presentar, así como para prevenir o atenuar las circunstancias que pongan en riesgo su integridad física o psicológica.

**La tutoría ofrece a los estudiantes**<sup>2</sup>...

- Acciones a favor de su bienestar.
- Actividades formativas y de orientación educativa.
- Experiencias que favorecen el desarrollo de capacidades emprendedoras.
- Orientación vocacional.



## 1.2. Particularidades de la tutoría en cada modelo de servicio educativo

### a. Modelo de Secundaria Tutorial

- **La tutoría se plantea como una acción integradora.** Es esencialmente personalizada y se desarrolla en dos escenarios: el núcleo educativo y el domicilio del estudiante. Esto permite realizar un acompañamiento *in situ* de cada estudiante de manera sostenida. El modelo favorece el acercamiento a las familias y su participación activa en el apoyo directo del aprendizaje, el bienestar y el desarrollo integral de sus hijos.
- **La tutoría llevada a cabo en el núcleo educativo ofrece atención individual** al estudiante y sesiones de **Tutoría grupal**, organizadas según criterios de edad. Estos son espacios privilegiados para atender a los intereses y las necesidades de formación de los estudiantes, teniendo en cuenta su etapa de desarrollo evolutivo y el contexto familiar.

<sup>1</sup> Adaptado de Ravelo, C. (s. f.). *Manual de autoformación: Fortaleciendo el desarrollo personal del tutor. Lineamientos del Modelo Secundaria Tutorial (DT)*. Lima: Ministerio de Educación del Perú.

<sup>2</sup> *Ibidem*.

## b. Modelo de Secundaria en Alternancia

Este es un servicio educativo donde por dos semanas los estudiantes conviven y estudian; luego, permanecen dos semanas en sus casas para desarrollar un proyecto de investigación y son visitados por su docente.

El rol de acompañamiento al proceso de aprendizaje lo ejercen los docentes monitores, quienes cumplen también el rol de tutores, y se desarrolla de manera sostenida a lo largo de la trayectoria escolar en dos escenarios: el centro rural de formación en alternancia (CRFA) y los hogares de las familias de los estudiantes.

La tutoría personalizada es permanente. El tutor realiza un plan de trabajo que se inicia con una evaluación de entrada para determinar el nivel académico que tiene el estudiante al ingresar al centro rural de formación en alternancia (CRFA). Luego, lo acompaña y genera recursos para que este pueda afrontar sus problemas emocionales o académicas y evalúa sus avances y logros. Además, el tutor planifica actividades para que el estudiante las desarrolle en el período que pasará en su hogar y evalúa el nivel académico con el que este se está marchando. Estas acciones se repiten periódicamente, cada quince días, cada vez que el estudiante entra y sale del CRFA.

### Trabajo con las familias

Se desarrollan dos tipos de talleres con el objetivo de fortalecer el vínculo positivo entre familia, estudiante y CRFA:

1. **Taller de inmersión**, que se realiza a principio del año escolar y que está dirigido a padres de nuevos estudiantes para explicar las características, la organización y los compromisos para facilitar la permanencia y el bienestar de los estudiantes.
2. **Talleres de formación de familias**, en el cual se abordan contenidos académicos, productivos o de prevención de la violencia. Son responsabilidad del director y su equipo docente.

## c. Modelo de Secundaria con Residencia Estudiantil

Esta modalidad de servicio educativo contempla la acción tutorial en el ámbito de la institución educativa y la residencia estudiantil, por lo cual incorpora orientaciones respecto a la convivencia en dicho espacio.

La tutoría para la Secundaria con Residencia Estudiantil (SRE) emplea el acompañamiento socioemocional y cognitivo para el desarrollo integral de los estudiantes. Así, también, el tutor de la institución educativa, que tiene a cargo estudiantes de residencia, implementa un plan de trabajo en conjunto con ellos y articulado con los demás actores de la residencia estudiantil, en el cual se indican las acciones a realizarse durante el año académico para abordar las situaciones de riesgo que pudieran presentarse.

En ese sentido, además de los actores descritos en la Resolución Ministerial N.º 732-2017-MINEDU, serán agentes de la tutoría y la orientación educativa de las residencias estudiantiles los siguientes:

- **Coordinador de la residencia.** Es responsable de la administración de los recursos de la residencia y de la atención de los estudiantes que permanecen en ella. Deberá incorporar e implementar las acciones necesarias para el desarrollo de la tutoría individual y grupal en dicho espacio.
- **Gestores educativos.** Son docentes que se encargan del desarrollo de las horas pedagógicas semanales adicionales, las cuales incluyen la tutoría y la orientación al estudiante en su modalidad individual y grupal.
- **Promotor de bienestar.** Es el personal responsable del seguimiento de los estudiantes residentes; basan su acción en la promoción del bienestar socioemocional, y articulan con las sabias o los sabios de la comunidad e incorporan las prácticas ancestrales que promueven bienestar en un marco de derechos. Son los encargados de dirigir las acciones tutoriales vinculadas con la convivencia dentro de la residencia estudiantil.



- **Personal de servicio de la residencia (cocina, limpieza, mantenimiento y seguridad).** Además de sus funciones específicas en cuanto al funcionamiento de la residencia, serán referentes de conducta dentro de la misma. También puede detectar alertas en el comportamiento de los estudiantes, las cuales serán derivadas al promotor de bienestar o a los tutores educativos, según sea el caso.

Cabe señalar que en el ejercicio de la acción tutorial dentro del SRE pueden identificarse situaciones que afecten el bienestar de los estudiantes; todos los actores deben estar alertas a dichas situaciones y derivarlas tanto al coordinador de la residencia estudiantil como al director de la institución educativa correspondiente, a fin de que se realicen las acciones pertinentes en articulación con las redes comunitarias y en congruencia con el marco normativo de protección de niñas, niños y adolescentes, y del sector educación.

### 1.3. Los estudiantes de la secundaria rural

#### a. Características de los estudiantes y retos que plantean al tutor

Características de los estudiantes	Retos de los tutores
Muchos viven en lugares bastante alejados del colegio. Esto les exige distanciarse del núcleo familiar especialmente a los estudiantes de CRFA (15 días) y de ) y los del Modelo de Servicio Educativo de Secundaria con Residencia (varios meses o incluso todo el año) y entrar en un nuevo ambiente, donde conviven con personas que no conocen, lo cual es una nueva experiencia.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Recibir a los nuevos estudiantes con amabilidad y acompañarlos con el fin de que se adapten a esta nueva experiencia de convivencia con otros adolescentes; promover un clima de respeto e integración que permita establecer vínculos positivos entre compañeros y docentes.</li> <li>● Establecer un vínculo afectivo que brinde calidez familiar y hermandad entre los estudiantes, para que se sientan seguros y tranquilos cuando estén lejos de su familia.</li> <li>● Generar espacios de confianza y de escucha para que puedan expresar sus emociones y se sientan acogidos.</li> </ul>
En los centros educativos se encuentran y conviven estudiantes de diversos pueblos originarios (amazónicos o altoandinos) con una gran diversidad cultural. Esto representa, a su vez, una oportunidad y un obstáculo para el diálogo intercultural y la convivencia educativa.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Favorecer espacios de encuentro e integración entre los estudiantes para que se interesen, conozcan y valoren las diferencias culturales, en un clima de respeto que afirme su identidad y enriquezca a todos.</li> <li>● Propiciar el reconocimiento positivo de la diferencia para establecer el diálogo intercultural.</li> <li>● Ayudar a que afronten los conflictos de la vida cotidiana de manera pacífica y que desarrollen pautas de convivencia positiva durante su tiempo de permanencia en el colegio.</li> </ul>
Se presentan casos de madres adolescentes que tienen dificultades para asistir regularmente al servicio educativo. También hay estudiantes que requieren apoyo porque presentan alguna discapacidad (motora, auditiva, visual, entre otras).	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Coordinar con los docentes acciones de nivelación o reforzamiento en las áreas curriculares en las que se encuentran con retraso.</li> <li>● Orientar a los estudiantes para que desarrollen estrategias metacognitivas con el fin de planificar, controlar y evaluar el desarrollo de sus aprendizajes.</li> <li>● Acompañarlos y orientarlos para potenciar su motivación personal por los estudios como una posibilidad de mejora.</li> </ul>

<p>Además de asistir al colegio, algunos apoyan a su familia y a su comunidad en el desarrollo de actividades económicas y domésticas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensibilizar y orientar a la familia para que el estudiante cuente con un espacio físico y tiempo suficiente para el desarrollo de sus actividades de aprendizaje.</li> <li>• Orientarlos para que descubran cómo integrar sus aprendizajes con las experiencias y actividades tanto productivas como económicas de su familia y comunidad.</li> </ul>
<p>Algunos pueden discriminar a sus compañeros por sus características culturales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Construir con los estudiantes y actores educativos relaciones de convivencia intercultural y democrática en el colegio.</li> <li>• Reflexionar con los estudiantes sobre los riesgos y las consecuencias negativas de todas las formas de violencia e intolerancia.</li> </ul>
<p>Su edad promedio corresponde con la pubertad y adolescencia, periodo en el que ocurren muchos cambios significativos en los aspectos físico, emocional y social. También puede haber estudiantes de más edad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acompañar y orientar a los estudiantes sobre la etapa de desarrollo y los cambios que están viviendo. Además de ayudarlos a expresar cómo se sienten y conversar con ellos sobre sus dudas e inquietudes al respecto.</li> <li>• Brindarles una educación sexual integral para que vivan la sexualidad sin temor, con responsabilidad y con pautas para prevenir el embarazo precoz, el contagio de VIH o ITS, el maltrato, el acoso y la violencia sexual. Esto cobra especial relevancia en los MSE donde los estudiantes pernoctan en el colegio.</li> <li>• Manejar información y estrategias para la prevención del consumo de alcohol y el uso indebido de drogas.</li> </ul>
<p>Algunos estudiantes están organizados dentro del internado en comités, municipios y grupos de trabajo, los cuales apoyan la buena marcha del colegio, aunque no todos cuentan con experiencias previas de participación ni organización escolar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aprovechar los espacios de convivencia en el centro educativo para promover la organización escolar y la participación de los estudiantes en proceso de toma de decisiones sobre temas que les interesan.</li> <li>• Vincularlos con la asamblea escolar (en los colegios donde esta organización existe).</li> </ul>
<p>Algunos estudiantes se comunican en su lengua originaria y tienen un difícil manejo del castellano. Suelen mostrar timidez, inseguridad y poca costumbre de participar y expresar sus opiniones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Generar un clima de respeto, valoración e intercambio entre las diferentes lenguas originarias.</li> <li>• Acompañarlos en su proceso de adaptación y plantear estrategias para fortalecer el uso del castellano, con el fin de que puedan comunicarse con facilidad en ambas lenguas.</li> </ul>

<p>Muchos provienen de familias y comunidades donde la violencia en sus diferentes formas está muy vigente (el machismo, por ejemplo, es una clase de violencia bastante presente en sus comunidades de origen).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asegurar un entorno donde todos sean aceptados y valorados.</li> <li>• Generar espacios de reflexión y cuestionamiento sobre la violencia en todas sus formas y las consecuencias negativas que esta genera.</li> <li>• Favorecer el desarrollo de vínculos respetuosos y formas pacíficas de resolver los conflictos.</li> </ul>
<p>Algunos estudiantes de los últimos grados tienen poca claridad sobre sus fortalezas y características personales, lo que les hace difícil definir una orientación en el campo vocacional. Tampoco han explorado ofertas formativas ni han diseñado una estrategia para continuar estudios superiores.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollar capacidades socioemocionales que favorezcan en los estudiantes lo siguiente: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Autoconocimiento y seguridad personal.</li> <li>✓ Capacidad para procesar y sobreponerse a preocupaciones, temores o dificultades, así como para expresar y autorregular sus emociones en la relación con sus compañeros y padres.</li> <li>✓ Capacidad de ser tolerante y aprender a superar las frustraciones que se les presentan.</li> <li>✓ Habilidades para comunicarse con los demás de manera positiva y asertiva.</li> <li>✓ Capacidad para aprender a tomar decisiones.</li> </ul> </li> <li>• Desarrollar expectativas para el futuro, para lo cual necesitan plantearse metas y estrategias que los ayuden a llevarlas a cabo.</li> </ul>
<p>Suelen practicar deportes como fútbol o vóley, además de la música.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aprovechar su interés por los deportes o la música para promover estas actividades de manera cotidiana entre ellos, como formas saludables de convivencia, liberación de pulsiones y expresión de sus sentimientos.</li> </ul>

**b. ¿Qué necesitan aprender los estudiantes de secundaria rural?**

Tomando en cuenta las necesidades de formación de los estudiantes de los MSE<sup>3</sup> y ordenándolas de acuerdo con las dimensiones que propone el CNB<sup>4</sup>, proponemos el desarrollo de las siguientes capacidades:

- **En la dimensión personal se debe promover** la reflexión ética, el desarrollo de habilidades socioemocionales, el autoconocimiento y la autoconfianza, y orientaciones sobre la definición vocacional y la elaboración del plan de vida.

Conocer las características de la etapa de desarrollo que están viviendo.

Fortalecer su autoestima, al aprender a conocerse y aceptarse.

Comunicarse de forma asertiva y ser tolerante a la frustración.

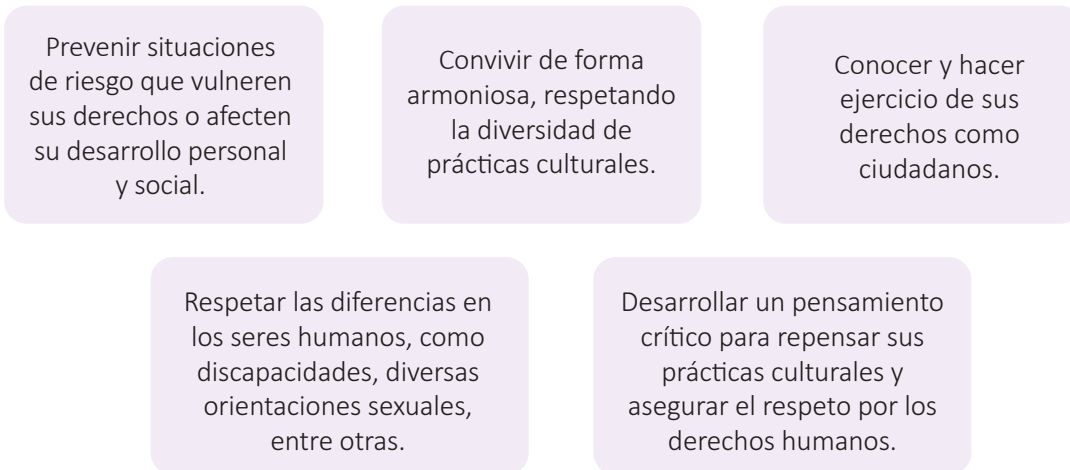
Comprender su sexualidad desde una mirada integral, para vivirla sin temor y con responsabilidad.

Tomar decisiones responsables para construir su propio proyecto de vida.

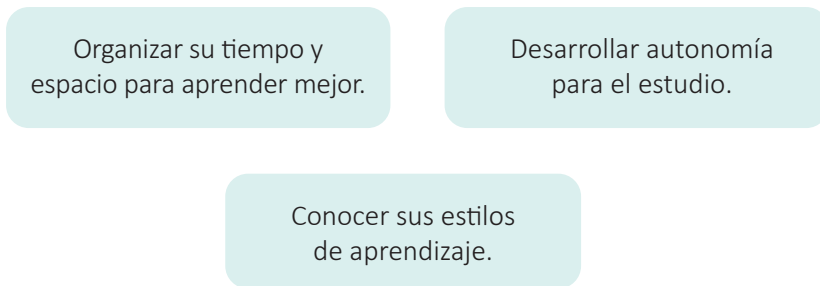
<sup>3</sup> Modelo de servicio educativo.

<sup>4</sup> Currículo Nacional de la Educación Básica.

- **En la dimensión social comunitaria se propone orientar** el desarrollo de estilos de vida saludable y sostenible, la prevención de situaciones de riesgo y la convivencia y participación respetuosa basada en el diálogo. Esta dimensión se desarrolla con los estudiantes y sus familias.



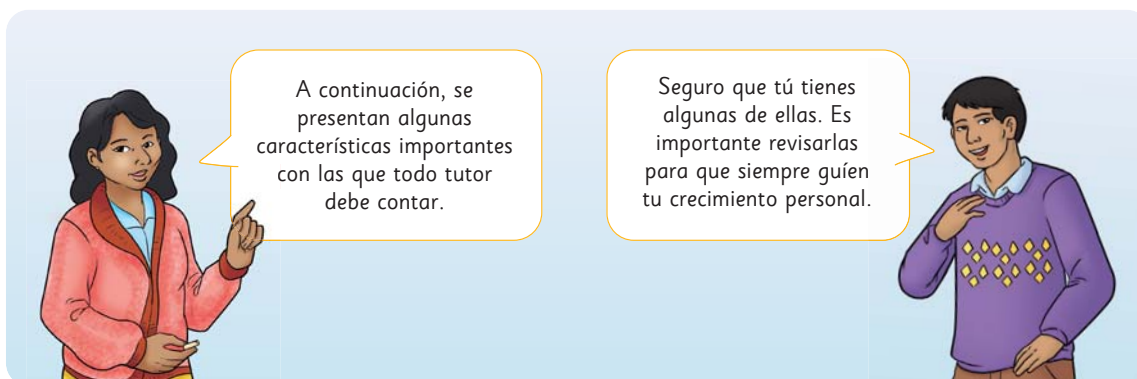
- **En la dimensión de los aprendizajes** se debe favorecer el desarrollo de hábitos y técnicas de estudio, la organización de tiempo y espacio, y la autorregulación de los procesos de aprendizaje.



La mayoría de estas capacidades son abordadas y trabajadas en los cuadernillos para el estudiante *Un tiempo para mí* y en el presente material para el docente.

#### 1.4. El tutor de la secundaria rural

La labor del tutor demanda un conjunto de características que lo ayudarán a comunicarse y establecer una relación cercana y positiva con sus estudiantes.



## a. Perfil del tutor de secundaria rural

Las características ideales que se espera de un tutor de secundaria rural son las siguientes<sup>5</sup>:

### Comportamiento ético

- Practica en su vida cotidiana valores fundamentales de respeto, justicia, libertad y solidaridad.
- Respeta los derechos e integridad de sus estudiantes.
- Es coherente entre lo que enseña y sus comportamientos y actitudes.

### Equilibrio y madurez personal

- Se acepta a sí mismo con sus virtudes y defectos.
- Comprende y acepta sus experiencias del pasado, y está dispuesto a ser mejor en el futuro.
- Expresa afecto de forma clara, y para ello evita actitudes y mensajes confusos que lleven a interpretaciones equivocadas.
- Regula y controla sus emociones.

### Autenticidad

- Se muestra como es, con naturalidad y sin aparentar.
- Establece una relación positiva con sus estudiantes, a quienes ayuda a ser ellos mismos.

### Capacidad de escucha

- Presta atención y respeto por lo que sus estudiantes comunican.
- Expresa de manera explícita su disposición para atender a los estudiantes cuando lo requieran.
- Está dispuesto a escuchar a los padres de familia cuando tienen necesidad de ser orientados.

### Capacidad empática

- Se coloca en el lugar de sus estudiantes, los comprende y hace que ellos lo perciban y se sientan comprendidos.
- Diferencia sus necesidades y su realidad de las del estudiante.
- Mantiene la estabilidad emocional para que pueda ofrecer apoyo a todo el grupo a su cargo.

### Aceptación incondicional del estudiante

- Busca que cada estudiante se sienta valorado y aceptado como persona, al reconocer y valorar su diversidad cultural, sus habilidades diferentes, etc.
- Confía en las capacidades y posibilidades de sus estudiantes para salir adelante.

## b. Rol del tutor: orientador y acompañante<sup>6</sup>

En tutoría se parte de la premisa básica de que cada estudiante necesita de un adulto cercano que lo conozca y se preocupe por él, que le brinde orientación y a la vez lo ayude a desarrollar su autonomía.

Por lo tanto, el tutor está llamado a cumplir un doble rol: de orientador y de acompañante. Ambos papeles se conjugan para hacer efectiva la acción tutorial.

<sup>5</sup> Adaptado de Ravelo, C. *Ibidem*.

<sup>6</sup> Adaptado de Ravelo, C. *Ibidem*.

Desde el **rol de orientador**, ofrece a los estudiantes información pertinente, de acuerdo con sus necesidades e intereses. Les brinda criterios para comprender una situación y plantearse alternativas de solución frente a sus dificultades. Favorece su autonomía durante el aprendizaje. Los ayuda a ser conscientes de sus fortalezas, dificultades y necesidades, para tomar sus propias decisiones en aspectos importantes para su vida.

Desde el **rol de acompañante**, se interesa por el bienestar de los estudiantes. Está cerca de ellos cuando requieren de alguien con quien hablar, así como expresar sus sentimientos y necesidades. Esto fortalece el vínculo de afecto y confianza para que ellos puedan asumir desafíos, errores, puedan comunicar lo que hacen, lo que saben y no saben. También los acompaña en el cumplimiento y respeto de las normas de convivencia entre ellos.

### c. Importancia de la formación del tutor<sup>7</sup>

El tutor es un actor central en el proceso de formación de los estudiantes púberes y adolescentes que asisten a los colegios; por tanto, requiere contar con una preparación que le permita desarrollar y potenciar capacidades para acompañarlos y orientarlos.

Por las características propias de su labor tutorial, la formación de los tutores debe estar orientada, en primer lugar, a desarrollar sus competencias y capacidades socioemocionales.

Para que esto sea posible, es necesario que participen de espacios de formación presencial bajo la conducción de especialistas que los guíen. También es recomendable promover procesos que les permitan fortalecer la capacidad de análisis y reflexión sobre sus experiencias, sus puntos de vista, creencias y sentimientos, para luego capitalizarlos en favor de la labor tutorial. Los trabajos grupales entre los mismos docentes dentro de la institución educativa son importantes espacios para la reflexión y el aprendizaje conjunto.

La preparación también le ofrece al tutor la oportunidad de manejar estrategias para ejercitarse en el desarrollo de habilidades socioemocionales, las cuales son esenciales para el cumplimiento de su labor.

### d. Pautas importantes para el trabajo del tutor

Además de fortalecer sus características personales, comprender su rol y autoformarse permanentemente, el tutor debe tener en cuenta algunas pautas que lo ayudarán a realizar mucho mejor su trabajo con los adolescentes.

#### Pautas básicas para la tutoría grupal

- **El espacio físico.** El tutor debe propiciar un espacio físico agradable para trabajar con los adolescentes; por ejemplo, ubicar las carpetas en círculo ayuda a que todos puedan mirarse y esto, a su vez, crea un clima de confianza. También es una buena idea desarrollar la sesión fuera del aula, en espacios como el patio, el campo, etc.
- **Los temas por abordar.** Precisa programarlos de acuerdo con las necesidades e intereses de sus estudiantes en cada momento. Las temáticas planteadas en los cuadernos de Tutoría son un buen punto de partida; sin embargo, no es necesario desarrollarlas todas ni hacerlo en el orden planteado. Debe priorizar y dedicar más tiempo a los temas importantes y necesarios para cada grupo.

<sup>7</sup> Adaptado de Ravelo, C. *Ibidem*.

- **Condiciones generales para desarrollar actividades grupales:**

- ✓ Promover un clima de escucha atenta y de respeto por las opiniones de todos.
- ✓ Asegurar que todos tengan oportunidad de participar y expresar sus opiniones con libertad.
- ✓ Evitar que unos pocos acaparen la conversación o que interrumpen a quienes desean participar.
- ✓ Ayudar a que los estudiantes con mayor timidez o inseguridad se animen a expresar también sus opiniones.
- ✓ No juzgar ni burlarse de las opiniones o vivencias personales que los estudiantes se animan a compartir en grupo. Mantener una visión abierta acerca de sus opiniones y, al mismo tiempo, guiarlos para que cuestionen situaciones como el machismo o la discriminación cultural.

### **Pautas para la tutoría individual**

- **El espacio físico.** Debe asegurarse de contar con un espacio agradable, tranquilo, sin bulla ni interrupciones, para llevar a cabo la tutoría individual en el colegio o la vivienda. Garantizar la confidencialidad del espacio, pero al mismo tiempo la tutoría no debe realizarse a puerta cerrada, sino brindando la posibilidad de que otro adulto pueda observar o monitorear la sesión, tal como se hace en las visitas a domicilio donde los familiares están presentes, como parte de un protocolo de protección del estudiante y del docente.
- **Los temas por abordar.** Enfatizar con cada estudiante los temas importantes para él. La tutoría individual permite profundizar algún tema que se trabajó en una sesión grupal y sobre el cual el estudiante tiene interrogantes o consultas personales. También es posible acoger nuevos temas que los estudiantes propongan, ya que les afectan.
- **Condiciones que deben generarse:**
  - ✓ Crear un clima de confianza en el que los estudiantes se sientan con libertad para hablar de sus temas personales, sin sentirse juzgados o criticados.
  - ✓ Respetar la privacidad de ellos cuando te pidan mantener una información confidencial, salvo en situaciones donde peligre su integridad física.
  - ✓ Garantizar la intención orientadora de la tutoría, observar las necesidades de los estudiantes y brindarles un espacio y un tiempo significativo.
  - ✓ Proporcionar el soporte afectivo que los nuevos estudiantes necesitan durante su proceso de adaptación al colegio.
  - ✓ Conocer instituciones y organizaciones a las que se pueda derivar a los estudiantes, de acuerdo con sus necesidades particulares; por ejemplo, la Demuna, los centros de salud, entre otras. Es conveniente establecer contacto previamente con una persona de cada uno de estos lugares.

### **Trabajo con familias en Secundaria en Alternancia y Secundaria Tutorial**

Las visitas domiciliarias que el docente realiza a sus estudiantes son momentos importantes para establecer un vínculo con las familias y debe orientarse a estos fines:

- Sensibilizarlas sobre la importancia de que los estudiantes cuenten con condiciones físicas y tiempo suficiente para desarrollar las actividades de aprendizaje que se plantean en su colegio.
- Orientar a los padres para que descubran, junto con sus hijos, la mejor forma de integrar los aprendizajes que adquieren en el colegio con las experiencias y actividades propias de su familia y comunidad.
- Reforzar temas que son importantes para cada estudiante, de manera que la familia también tome parte de los intereses y necesidades de sus hijos.
- Brindar respaldo a cada estudiante ante situaciones difíciles que ocurren en su dinámica familiar o comunal, frente a las cuales se cuestiona y desea transformarlas; por ejemplo, hechos de violencia

o machismo. Es importante que el estudiante se sienta acompañado en su propósito de lograr cambios importantes en el ámbito de su hogar, y aquí el tutor cumple un rol importante cuando interactúa con las familias. Debe basarse en argumentos vinculados con la justicia, la equidad y el respeto por los derechos humanos. En el caso de que los estudiantes vivan en la residencia, el docente tutor deberá visitar este espacio y realizar con los promotores de bienestar y los gestores educativos las acciones señaladas anteriormente.

### Pautas para el trabajo tutorial en sexualidad integral

Los temas relacionados con la sexualidad y el género son vitales en esta etapa del desarrollo de los estudiantes. El espacio de tutoría es el más apropiado para que se sientan libres y seguros de poder conversar sobre lo que están viviendo y lo que les despierta dudas o inquietudes.

Estas pautas pueden ayudar al tutor en su rol orientador:

- Generar un clima de confianza y respeto hacia las ideas y emociones que los adolescentes se animan a compartir con su tutor en relación con su sexualidad.
- Escuchar con atención las inquietudes y dudas de los adolescentes, sin juzgarlos ni criticarlos por su forma de pensar o por las experiencias que hayan tenido. Acogerlos y brindarles la orientación que están buscando.
- Desde la tutoría, el objetivo sería promover siempre la construcción de relaciones equitativas y de respeto mutuo entre mujeres y hombres de la comunidad educativa, al fomentar la participación igualitaria de los estudiantes.

### ¿Por qué debemos trabajar el autocuidado desde la escuela?: La situación de la violencia contra niñas, niños y adolescentes en el Perú<sup>8</sup>

Según los datos reportados por la Encuesta Nacional sobre Relaciones Sociales 2015, la trayectoria de vida de las niñas, los niños, las adolescentes y los adolescentes (NNA) en el Perú está marcada por la violencia. El 73,8 % de los que tenían entre 9 y 17 años fueron alguna vez en sus vidas víctimas de la violencia física o psicológica, o ambas a la vez, por parte de personas con las que vivían.

La adolescencia transcurre con violencia. Según ENARES, en el año 2015, el 47,4 % de adolescentes fueron víctimas de violencia psicológica o física en ese año por parte de sus compañeros de la institución educativa. El 42,7 % fue víctima de violencia psicológica, el 18,4 % de violencia física, y el 13,7 % de ambas a la vez (INEI, 2016).

Los estudios mencionados y otros muestran cómo **la violencia que afecta a la infancia, la niñez y la adolescencia tiene como base la violencia basada en género, que permanece junto con otros factores de discriminación** (racismo, xenofobia, discriminación por condición socioeconómica y otros) y configuran las prácticas cotidianas de violencia en los hogares, las escuelas y las comunidades.

La violencia sexual es el tipo de violencia que expresa claramente la violencia basada en género. Afecta principalmente, aunque no únicamente, a las adolescentes mujeres; la edad de mayor incidencia va entre los 8 y los 14 años.

Según ENARES 2015, más del 35% de adolescentes sufrieron alguna vez, una o más formas de violencia sexual. El Ministerio de la mujer reporta haber atendido sólo en el año 2019, 55,565 casos de violencia hacia niñas, niños y adolescentes menores de 0 a 17 años, de los cuales 12,364 casos fueron de violencia sexual. Podemos ver mejor las cifras en el siguiente extracto del Boletín del MIMP:

**La violencia sexual en el Perú es un problema social de desigualdad de género de envergadura, lo que se puede apreciar claramente en la proporción de las cifras: de los adultos que denunciaron ser**

<sup>8</sup> Adaptado de:

- Ministerio de Educación del Perú. (2017). *Escuelas seguras y libres de violencia: Análisis de la información de la plataforma SíseVe*. Lima: Autor.

- Ministerio de la mujer y poblaciones vulnerables. (2019). *Programa Nacional Aurora. Boletín*, (12). <https://bit.ly/2ZAQeKY>



víctimas de violencia en el 2019, un 96% son mujeres y un 4% son hombres. De lo casos denunciados de menores de edad (0 a 17 años) el 65% son mujeres y el 35% son hombres. Lo cual constituye una de las peores formas de violación de los derechos humanos que afecta la dignidad y la vida de las mujeres y especialmente de las adolescentes, porque la mayoría de las víctimas tiene entre 12 a 17 años de edad.



PERÚ Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables

Programa Nacional AURORA

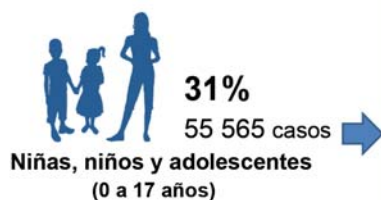
Boletín: N° 12 - 2019

## INFORME ESTADÍSTICO

## Violencia en cifras

Diciembre 2019

### 3.2. Violencia según grupo de edad



65% son mujeres y 35% son hombres.

#### Tipo de violencia

- > 356 casos de violencia económica/ patrimonial
- > 25 214 casos de violencia psicológica
- > 17 631 casos de violencia física
- > 12 364 casos de violencia sexual. (42% violaciones sexuales)

#### Grupo de edad

- > 0 a 5 años se registraron 10 032 casos. 828 (8%) fueron violencia sexual. El/la principal agresor/a **Madre/Padre 22%**
- > 6 a 11 años se registraron 21 684 casos. 3655 (17%) fueron violencia sexual. El/la principal agresor/a **Vecino/a 17%**
- > 12 a 17 años se registraron 23 849 casos. 7881 (33%) fueron violencia sexual. El/la principal agresor/a **Vecino/a 12%**

Fuente: Registro de casos del CEM – PNCVFS

Los casos de VIOLACIÓN SEXUAL en niñas, niños y adolescentes tienen mayor incidencia en los siguientes departamentos: Lima 1277 casos, Arequipa 391 casos, Junín 359 casos, La Libertad 321 casos, Huánuco 249 casos, Cusco 246 casos, Loreto 242 casos, San Martín 235 casos, Ancash 217 casos, Piura 169 casos, Puno 165 casos, Ica 159 casos, Ayacucho 149 casos, Cajamarca 145 casos, Callao 123 casos.

En este contexto, las siguientes son las disposiciones legales para la atención de víctimas de violencia sexual:

1. R. M. N.° 141-2007/MINSA.
2. R. M. N.° 652-2016/MINSA.
3. D. L. N.° 1386, que modifica la Ley N.° 004-2019- MIMP, Artículo. 76.
4. R. M. N.° 227-2019/MINSA, directiva sanitaria para uso del kit de atención para casos de violencia sexual.

De acuerdo con estos documentos, las víctimas de violencia sexual tienen derecho a recibir atención especializada de manera inmediata y de forma gratuita en los establecimientos de salud de primer nivel de su localidad. Esta atención comprende el apoyo emocional, la orientación, los exámenes y el tratamiento médico, así como el acceso al Kit para la Atención de Casos de Violencia Sexual, con la finalidad de contribuir a su recuperación emocional y física, y para evitar las consecuencias de la violencia, tales como los embarazos no deseados, las infecciones de transmisión sexual y/o VIH, entre otros. Asimismo, tienen derecho a ser referida a un hospital, según se requiera. En caso de las adolescentes y los adolescentes, la atención no requiere del consentimiento de los padres o representantes legales.

Desde el 2013, por la Ley N.° 29600, las estudiantes en situación de embarazo o maternidad tienen derecho a permanecer estudiando o a retomar sus estudios sin ser discriminadas. El colegio debe brindarles facilidades para rendir las evaluaciones académicas y ser flexibles con el periodo de asistencia a clases; también debe orientar y sensibilizar a los padres de familia y a la comunidad educativa sobre el derecho a la educación de las estudiantes gestantes o que son madres.

### ¿Qué es y cómo desarrollar el autocuidado?<sup>9</sup>

La capacidad de autocuidado se sustenta también en la tendencia a la autoprotección y el bienestar, que es una **disposición natural de todas las personas sanas**. Un proceso interno, que constituye el medio de expresión de esta tendencia, es **la ansiedad**, la cual funciona como una alarma cuando existe peligro para nuestra integridad. Aprender a reconocer esta señal es fundamental para el autocuidado y a esto contribuye el reconocimiento y aceptación de las sensaciones corporales, los afectos y los sentimientos. Igualmente importante es una adecuada autoestima, pues una persona que se valora sabe y siente que tiene la responsabilidad de cuidarse a sí misma y tiene, además, la seguridad personal necesaria (asertividad) para hacer frente a aquello que puede lastimarla.

Los elementos que están ligados a la capacidad de autoprotección según Diner (1996), especialmente respecto a las situaciones de violencia sexual, son los siguientes:

- La autoestima
- La capacidad de reconocimiento y expresión de sentimientos
- La habilidad para la comunicación adecuada
- El conocimiento de su derecho a protegerse
- La información sobre contenidos específicos (partes íntimas, caricias, sobornos, secretos, culpa)

### Una estrategia de prevención frente a la violencia sexual<sup>10</sup>

Como docentes, nuestra responsabilidad es prevenir la ocurrencia de situaciones de violencia sexual. Por esta razón es importante que consideres favorecer los siguientes aspectos en tu trabajo diario con tus estudiantes:

- Ofrece siempre un ambiente de confianza y seguridad.
- Promueve la aceptación y la valoración de su cuerpo y su sexualidad.
- Fomenta la independencia de tus estudiantes, fortalece su carácter, su autoestima, y estimula en todo momento su capacidad crítica. Considera que cuanto más dependientes y sumisos sean, más fácil será para los agresores aprovecharse de ellos y conseguir su silencio.
- Enseña a tus estudiantes a distinguir los indicios de una situación contraria a su voluntad, es decir, una posible situación de violencia sexual con el fin de poder evitarla. Para ello es importante que...
  - ✓ **Conozcan y desarrollen la fuerza de su carácter y de sus propios recursos** para enfrentar una situación de violencia sexual.
  - ✓ **Sepan percibir sus propios sentimientos y los acepten.** Por ejemplo, a veces, sin darnos cuenta, damos mensajes a los estudiantes acerca de la importancia de ser valientes. Sin embargo, es importante que puedan reconocer el sentimiento del miedo como una señal de alarma a la que

<sup>9</sup> Adaptado de Iglesias, M. (2005). *Me conozco, me quiero, me cuido. Actividades para el desarrollo de habilidades de autocuidado*. Lima: CESIP.

<sup>10</sup> Adaptado de CESIP. (1999). *Educamos para la vida. Guía para la prevención del abuso sexual infantil desde la escuela*. Lima: Autor.

deben atender y que les indica que pueden encontrarse frente a una situación de riesgo. Además, cabe dar énfasis a la idea de que "ser valiente" no significa no sentir miedo, sino, más bien, saber reaccionar a él protegiéndonos.

- ✓ **Conozcan sus derechos.** Es importante que sepan que su cuerpo es suyo y nadie tiene derecho a tocarlo sin su consentimiento y que nadie, aunque sea una compañera o un compañero, una persona adulta o una figura de autoridad, puede forzarlos a realizar una acción que perciban como dañina.
- ✓ **Identifiquen** cuándo se encuentran en una **situación de riesgo (SOS)**.  
Sepan cómo reaccionar para **protegerse de una situación de riesgo (NAC)**.

### Violencia sexual contra niñas, niños y adolescentes

Se trata de toda **acción de índole sexual** realizada contra una estudiante o un estudiante menor de edad para la satisfacción de su **agresor** o agresora. Estos actos de tipo sexual pueden ser con o sin contacto físico. La violencia sexual puede darse por presión o coacción<sup>11</sup> (amenazas, acoso o intimidación<sup>12</sup>) o manipulación (por ejemplo, que el agresor entregue regalos o dinero, mejore las notas para convencer a la víctima, etc.). En el caso de menores de 14 años, aunque la relación sea aparentemente consentida por la menor o 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).

Una situación de 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**.

Ante una situación SOS... ➡ la respuesta es NAC.

Se pretende hacer a  
de manera  
y se pide guardar en

**Solas**  
**Ocultas**  
**Secreto.**

Decir "¡No!".  
**Alejarse y**  
**Contarlo a una persona de confianza.**

El miedo o la cólera no deben paralizarnos, sino que debemos reconocerlos como señales de alarma para que nos muevan a realizar acciones, a hacer algo para superar el peligro, como buscar ayuda, por ejemplo.

Refuerza que es importante atender estos sentimientos y responder en concordancia con ellos. Las situaciones de violencia sexual están siempre relacionadas con caricias y secretos desagradables. Cuidémonos de ellas.

*Debes saber que los abusadores pueden ser personas cercanas que están en casa.*

**“Mi cuerpo es mi territorio y nadie tiene derecho a tocarlo sin mi consentimiento”.**

<sup>11</sup> Coacción: fuerza o violencia física o psíquica que se ejerce sobre una persona para obligarla a decir o hacer algo contra su voluntad.

<sup>12</sup> Intimidación: Anuncio de un mal a una persona con el fin de amedrentarla o atemorizarla; presión moral o psicológica.

### 2.1. ¿Qué son los cuadernos de Tutoría?

Los cuadernos de Tutoría son materiales que abordan temáticas importantes para los estudiantes en la etapa de desarrollo que están viviendo: la pubertad y la adolescencia.

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

Los cuadernos son utilizados por los estudiantes, con el apoyo de su tutor, quien orienta, planifica y desarrolla las actividades, según las necesidades, la problemática o los intereses que ellos muestren. Los cuadernos de Tutoría se usan de dos formas, las que pueden alternarse de acuerdo con la modalidad de estudio de cada estudiante y con su tiempo de permanencia en el colegio y la comunidad:

**a. Uso directo del cuaderno de Tutoría por parte del estudiante**

Según la ruta metodológica planteada en cada uno de ellos; por ejemplo, en horas de estudio en la residencia estudiantil o en periodos de estudio en casa.

**b. Uso del cuaderno de Tutoría con la orientación del docente tutor**

Por ejemplo, cuando el docente tutor emplea las sesiones de Tutoría grupal o individual para desarrollar algún tema, en el que adapta a su realidad lo que se plantea en los cuadernos de Tutoría.

Cada docente tutor, según la modalidad en la que se encuentra trabajando, puede organizar el desarrollo de las temáticas que ha priorizado en su plan de Tutoría, así como utilizar y adaptar las actividades de los cuadernos de Tutoría, ya sea para desarrollarlas con sus estudiantes en sesiones individuales o grupales, o también para encargarles a ellos el desarrollo de estas en sus periodos de estudio en casa.

### 2.2. Estructura de los cuadernos de Tutoría

**a. Las dimensiones y los ejes temáticos**

Cada cuaderno de Tutoría se organiza en las tres dimensiones y seis ejes temáticos, propuestos por el CNB, de la siguiente manera:

**Dimensión social-comunitaria**

Relacionada con el lugar de procedencia del estudiante, los intereses, las expectativas y las preocupaciones que provienen del entorno familiar y comunitario que lo rodea. Refuerza su compromiso como agente de cambio en su comunidad, desde su potencial personal 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 y el manejo de conflictos, su proyecto de vida, así como su postura frente al autocuidado y la prevención de riesgos.



Eje 3. Competencias socioafectivas



Eje 4. Identidad



Eje 5. Sexualidad y género

### Dimensión del aprendizaje

Promueve el desarrollo de estrategias metacognitivas y socioafectivas para favorecer su aprendizaje. Se debe atender de forma personalizada, de acuerdo con las necesidades de cada estudiante.



Eje 6. Gestión del aprendizaje

## b. Ruta metodológica de las actividades

El cuaderno de Tutoría está conformado por ocho actividades, en cada actividad se desarrolla uno de los seis ejes temáticos. A su vez, cada actividad se lleva a cabo de acuerdo con la siguiente ruta metodológica:



¿Qué aprenderé?



Se presenta a los estudiantes los aprendizajes que se espera que alcancen al desarrollar esta actividad.



Me acerco al tema



Recurso motivador (imagen, caso u otros) que permite despertar el interés de los estudiantes sobre 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 reales a partir de lo aprendido en la actividad.



### Me pregunto y comparto



A lo largo de cada actividad se invita al estudiante 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 cuadernos de Tutoría

El docente tutor diseña una propuesta de trabajo tutorial al inicio del año, a partir del diagnóstico de las necesidades de sus estudiantes, que puede ir modificando a lo largo del año, conforme va reconociendo nuevas necesidades e intereses de formación.

Durante su desarrollo puede incorporar las actividades del cuaderno de Tutoría de forma flexible y adaptarlas a las necesidades prioritarias de sus estudiantes.

En cuanto a la distribución del tiempo para llevar a cabo las actividades de los cuadernos de Tutoría, debe considerar lo siguiente:

- Revisar las actividades planteadas para conocer y comprender su contenido. Recordar que lo planteado en el cuaderno de Tutoría puede ser enriquecido utilizando otros materiales o situaciones que hagan posible adecuar el tema a la realidad particular de los estudiantes.
- Desarrollar las actividades a lo largo del año escolar, de forma flexible. El orden debe responder a las necesidades e intereses que vayan teniendo los estudiantes. No es necesario seguir el mismo orden que se presenta en el cuaderno ni tampoco trabajar todas las actividades.
- Organizar los momentos en los que se planteará a los estudiantes el desarrollo de las actividades del cuaderno de Tutoría, según las características particulares de cada modalidad.

- ✓ **Sesiones de Tutoría grupal.** El docente tutor puede acompañar a sus estudiantes a desarrollar una actividad (o una parte de ella).
- ✓ **Sesiones de Tutoría individual.** Puede utilizar este espacio para reforzar los temas trabajados en sesiones grupales y que son importantes de profundizar para cada estudiante.
- ✓ **Aprendizaje autónomo en casa.** Puede encargar a sus estudiantes el desarrollo de alguna actividad (o una parte de ella) durante sus periodos en casa, y brindarles previamente las orientaciones que requieran.
- ✓ **Visitas domiciliarias.** Puede realizar seguimiento y reforzar la reflexión de cada estudiante sobre algún tema que le interesa de manera particular.

- La duración de cada actividad debería ser 90 minutos como promedio, o dos sesiones de 45 minutos, aunque algunas actividades van a demorar más por 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 lleva a cabo en el aula y en los espacios de Tutoría, los estudiantes tomarán más tiempo para analizar los casos en el trabajo grupal, debatir o hacer sus presentaciones en plenaria, por lo que probablemente la duración de la actividad se extenderá. Lo importante es que todos los estudiantes comprendan, profundicen y sientan que tienen un espacio para dialogar sobre temas de desarrollo personal y convivencia.

d. Competencias que se desarrollan por actividad (según dimensión y eje temático por grado)

PRIMER GRADO

Dim.	Eje temático	Actividades	Conocimientos	Habilidades	Actitudes
Dimensión social-comunitaria	Convivencia, respeto y buen trato	<b>ACTIVIDAD 1</b> ¿Cómo compartimos en mi familia?	<ul style="list-style-type: none"> <li>La familia</li> <li>Organización, responsabilidades y aprendizajes en la familia</li> <li>Convivencia y respeto por el otro</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconoceré que en la familia debemos apoyarnos y ponernos de acuerdo sobre lo que cada uno debe hacer para vivir bien.</li> <li>Valoraré a la familia como el espacio donde aprenderé a respetar a los otros y a convivir en armonía.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Me comprometeré a contribuir con la convivencia y el respeto en mi familia.</li> </ul>
		<b>ACTIVIDAD 2</b> ¿Cómo somos en mi comunidad?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dimensiones culturales de la comunidad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconoceré que mi comunidad tiene una manera propia de interpretar y comprender la vida.</li> <li>Valoraré la importancia de mi comunidad y sus diferencias con otras comunidades.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conoceré y valoraré las características culturales de mi comunidad y las de mis compañeros.</li> </ul>
		<b>ACTIVIDAD 3</b> Lo más importante: el buen trato	<ul style="list-style-type: none"> <li>Buen trato: qué es</li> <li>Las características del buen trato</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificaré las características básicas de una relación en la que se da un buen trato.</li> <li>Estableceré compromisos para asumir el buen trato en mi vida cotidiana.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valoraré la importancia de recibir un trato amable, justo y cortés.</li> <li>Identificaré actividades que al realizarlas me hacen sentir bien conmigo mismo y me ayudan a ser mejor persona.</li> </ul>
	<b>ACTIVIDAD 4</b> Soy importante en mi familia	<ul style="list-style-type: none"> <li>Diversidad de familias</li> <li>Sentido de pertenencia a la familia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificaré momentos importantes que comparto con mi familia.</li> <li>Valoraré el esfuerzo de mi familia por mejorar nuestras condiciones de vida y estudio.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valoraré a mi familia y me reconoceré como miembro importante de ella.</li> <li>Me comprometeré a colaborar con el bienestar de mi familia.</li> </ul>	
Dimensión personal	Identidad				



Dimensión personal	Sexualidad y roles de género	<p><b>ACTIVIDAD 5</b> Creemos y cambiamos</p> <p><b>ACTIVIDAD 6</b> Conociendo nuestra sexualidad</p> <p><b>ACTIVIDAD 7</b> Conociendo nuestros cuerpos</p> <p><b>ACTIVIDAD 8</b> Somos diferentes e igual de valiosos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Cambios físicos, emocionales y sociales propios del desarrollo</li> <li>● Definición de la sexualidad.</li> <li>● Dimensiones de la sexualidad: biológica-reproductiva, socio-afectiva y ético-moral</li> <li>● Características anatómicas, biológicas, fisiológicas del hombre y la mujer.</li> <li>● Funcionamiento del aparato reproductor del hombre y la mujer</li> <li>● Roles, derechos y oportunidades vinculados al hecho de ser hombre o mujer</li> <li>● Cómo identificar situaciones de riesgo</li> <li>● El autocuidado</li> <li>● Estrategias para hacer frente a situaciones de riesgo de violencia sexual</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Identificaré los cambios que se producen en mi cuerpo, en mi mente y en mis relaciones.</li> <li>● Reconoceré estos cambios en la pubertad para aceptarme como soy.</li> <li>● Comprenderé qué es la sexualidad de manera integral.</li> <li>● Identificaré las dimensiones o los componentes de la sexualidad.</li> <li>● Identificaré los mecanismos que provocan los cambios físicos en la pubertad.</li> <li>● Identificaré las funciones que tienen los órganos reproductivos de los hombres y las mujeres.</li> <li>● Conoceré el ciclo menstrual y cómo se da el proceso de fecundación.</li> <li>● Reconoceré la importancia de valorarme siendo mujer u hombre.</li> <li>● Identificaré situaciones que han influido en mi formación como mujer o como hombre.</li> <li>● Identificaré situaciones de riesgo.</li> <li>● Reconoceré la importancia de desarrollar capacidades de autocuidado.</li> <li>● Ejercitaré y aprenderé cómo reaccionar ante una situación de riesgo de violencia sexual.</li> <li>● Sabré cómo organizar mi tiempo y espacio de estudio con autonomía, para aprender mejor.</li> <li>● Distribuiré mi tiempo para cumplir con mis metas y responsabilidades.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Me aceptaré, respetaré y valoraré en mi proceso de cambio.</li> <li>● Exigiré respeto hacia mí por parte de los demás.</li> <li>● Seré un adolescente que comprende de forma integral su sexualidad.</li> <li>● Mostraré una actitud favorable hacia el ejercicio de una sexualidad saludable y responsable.</li> <li>● Buscaré información y orientación de fuentes y personas que me garanticen información de calidad y veracidad sobre mi sexualidad.</li> <li>● Aceptaré los cambios corporales que estoy viviendo.</li> <li>● Exigiré respeto a mi proceso de cambio corporal y respetaré el proceso de mis compañeros y compañeras.</li> <li>● Cuestiono algunos mitos sobre la menstruación.</li> <li>● Me valoraré como hombre o mujer en igualdad de derechos y oportunidades.</li> <li>● Me comprometeré a fortalecer mi capacidad de autocuidado, reconociendo y valorando mis cualidades.</li> <li>● Identificaré personas de mi confianza a las cuales acudiré frente a situaciones de riesgo de violencia sexual.</li> <li>● Me comprometeré a incorporar en mi vida cotidiana estrategias para organizar mi espacio y tiempo de aprendizaje.</li> </ul>
Dimensión del aprendizaje	Gestión del aprendizaje	<p><b>ACTIVIDAD 9</b> Decimos "¡No!" fuerte y claro</p> <p><b>ACTIVIDAD 10</b> Organizo mi tiempo y espacio para aprender mejor</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Cómo identificar situaciones de riesgo</li> <li>● El autocuidado</li> <li>● Estrategias para hacer frente a situaciones de riesgo de violencia sexual</li> <li>● Organización del espacio para el aprendizaje</li> <li>● Organización del tiempo para el aprendizaje</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Identificaré situaciones de riesgo.</li> <li>● Reconoceré la importancia de desarrollar capacidades de autocuidado.</li> <li>● Ejercitaré y aprenderé cómo reaccionar ante una situación de riesgo de violencia sexual.</li> <li>● Sabré cómo organizar mi tiempo y espacio de estudio con autonomía, para aprender mejor.</li> <li>● Distribuiré mi tiempo para cumplir con mis metas y responsabilidades.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Me comprometeré a fortalecer mi capacidad de autocuidado, reconociendo y valorando mis cualidades.</li> <li>● Identificaré personas de mi confianza a las cuales acudiré frente a situaciones de riesgo de violencia sexual.</li> <li>● Me comprometeré a incorporar en mi vida cotidiana estrategias para organizar mi espacio y tiempo de aprendizaje.</li> </ul>

## SEGUNDO GRADO

Dim.	Eje temático	Actividades	Conocimientos	Habilidades	Actitudes
Dimensión social-comunitaria	Convivencia y respeto	<b>ACTIVIDAD 1</b> Nos organizamos en el colegio	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sentido de la organización en la institución educativa</li> <li>Organizaciones estudiantiles</li> <li>Habilidades y actitudes personales que favorecen la organización estudiantil</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ejercitaré y reforzaré mis habilidades y actitudes para favorecer la organización estudiantil en mi colegio.</li> <li>Aprenderé los pasos para conformar una organización estudiantil y su funcionamiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valoraré el hecho de participar en las organizaciones de mi colegio o liderarlas para lograr mejoras para todos los estudiantes.</li> </ul>
		<b>ACTIVIDAD 2</b> La diversidad cultural, una oportunidad para todos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Diversidad cultural: qué es y qué implica</li> <li>Importancia del respeto y la valoración de la diversidad cultural</li> <li>Situaciones donde no se respeta la diversidad cultural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aprenderé que convivir respetando y valorando las diferentes culturas de mis compañeros nos enriquece mutuamente.</li> <li>Reconoceré las situaciones en las que se respeta, así como aquellas en las que no se respeta la diversidad cultural dentro del colegio.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Asumiré una actitud vigilante de mis propias acciones y actitudes relacionadas con el respeto y la valoración de la diversidad cultural.</li> </ul>
Dimensión personal	Competencias socioafectivas	<b>ACTIVIDAD 3</b> Aprendo a reconocer y autorregular mis emociones	<ul style="list-style-type: none"> <li>Las emociones</li> <li>Importancia de aprender a reconocer las emociones</li> <li>Formas de autorregular las emociones propias</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconoceré las emociones que siento y analizaré por qué me siento así.</li> <li>Aprenderé cómo expresar mis emociones de manera saludable.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Incorporaré en mi vida cotidiana formas para expresar mis emociones, ayudando a resolver conflictos y mejorando las relaciones con los demás.</li> </ul>
		<b>ACTIVIDAD 4</b> Soy importante en mi comunidad	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sentido de pertenencia a la comunidad</li> <li>Concepto del buen vivir e importancia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconoceré que soy importante en mi comunidad.</li> <li>Identificaré acciones que puedo realizar para contribuir al buen vivir en mi comunidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Me comprometeré a vivir en armonía conmigo, la naturaleza y los demás miembros de mi comunidad.</li> </ul>

Dimensión del aprendizaje	Gestión del aprendizaje	<b>ACTIVIDAD 10</b> ¿Cómo aprendo mejor?	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Estilos de aprendizaje: visual, auditivo y activo (kinestésico)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Identificaré los diversos estilos de aprendizaje.</li> <li>● Reconoceré mi estilo de aprendizaje.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Valoraré la importancia de reconocer y respetar mi estilo de aprendizaje.</li> </ul>
Dimensión personal	Prevención de situaciones de riesgo	<b>ACTIVIDAD 9</b> Me protejo de la violencia psicológica y sexual	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Situaciones de riesgo en adolescentes: cómo identificarlas</li> <li>● Formas de evitar y enfrentar una situación de riesgo</li> <li>● Violencia psicológica</li> <li>● Violencia sexual</li> <li>● Autocuidado frente a la violencia psicológica y sexual</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Reconoceré situaciones de riesgo que ocurren en mi familia, colegio o comunidad.</li> <li>● Aprenderé a evitar y enfrentar situaciones de riesgo.</li> <li>● Identificaré situaciones de violencia psicológica y sexual.</li> <li>● Aprenderé cómo reaccionar frente a una situación de riesgo de violencia psicológica o sexual.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Valoraré la necesidad de saber reconocer situaciones de riesgo de violencia psicológica y sexual para poder evitarlas o enfrentarlas.</li> <li>● Identificaré tres personas de mi confianza a las cuales yo les contaría si me enfrento a una situación de riesgo de violencia sexual.</li> </ul>
Sexualidad y género	<b>ACTIVIDAD 8</b> Mujeres y hombres podemos hacer las mismas cosas	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Roles asociados con estereotipos de género</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Identificaré qué roles se suelen otorgar a las mujeres y a los hombres en los diferentes espacios de convivencia.</li> <li>● Analizaré cómo estos roles afectan a las personas y a la vida en comunidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Cuestionaré las imposiciones de roles asociados a estereotipos que no me ayudan a desarrollarme plena y saludablemente.</li> </ul>	
Sexualidad y género	<b>ACTIVIDAD 7</b> Todo a su tiempo y de manera informada	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Métodos anticonceptivos de planificación familiar.</li> <li>● Opciones para prevenir el embarazo en la adolescencia.</li> <li>● Uso correcto del condón.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Identificaré opciones para evitar el embarazo en la adolescencia y poder desarrollar mi proyecto de vida.</li> <li>● Conoceré el uso adecuado del condón como método para prevenir embarazos no planificados en la adolescencia.</li> <li>● Conoceré los métodos anticonceptivos que ayudan con la planificación familiar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Me informaré para tomar decisiones que me lleven a vivir una sexualidad saludable y responsable.</li> <li>● Sabré usar el condón correctamente, como una herramienta para la prevención del embarazo, y reconocer los servicios de salud en los que lo encontraré.</li> </ul>	
Sexualidad y género	<b>ACTIVIDAD 6</b> Vivo mi sexualidad desde mis decisiones	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Mandatos sociales sobre el ejercicio de la sexualidad de los hombres y las mujeres.</li> <li>● Presiones sociales que influyen en el comportamiento sexual de los adolescentes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Identificaré los mandatos sociales que se dan para el ejercicio de la sexualidad como hombres y como mujeres en la adolescencia.</li> <li>● Comprenderé las diferentes formas de presión social que influyen en las decisiones vinculadas con el ejercicio de la sexualidad en la adolescencia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Asumiré una actitud crítica sobre los mandatos sociales que limitan el desarrollo saludable y responsable de mi sexualidad y de mis planes de vida.</li> <li>● Tomaré decisiones sobre mi sexualidad asumiendo una actitud crítica sobre las presiones sociales que limitan o afectan mi plan de vida.</li> </ul>	
Sexualidad y género	<b>ACTIVIDAD 5</b> ¡Estoy cambiando! Me acepto y me cuido	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Cambios físicos propios de la pubertad</li> <li>● Aceptación y autocuidado de la imagen corporal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Identificaré y comprenderé los cambios que están ocurriendo en mi cuerpo.</li> <li>● Reconoceré la importancia de cuidar mi cuerpo, respetarlo y exigir que los demás también lo respeten.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Reconoceré la importancia de cuidar mi cuerpo y exigir que lo respeten.</li> </ul>	

## TERCER GRADO

Dim.	Eje temático	Actividades	Conocimientos	Habilidades	Actitudes
Dimensión social-comunitaria	Convivencia y respeto	<b>ACTIVIDAD 1</b> Creamos organizaciones en nuestro colegio	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasos para conformar una organización estudiantil y su funcionamiento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sabré cómo participar y plantear ideas de organizaciones estudiantiles necesarias que podemos crear en mi colegio.</li> <li>• Identificaré los pasos para conformar y hacer funcionar una organización estudiantil en mi colegio.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asumiré una actitud comprometida para la conformación de alguna organización estudiantil en mi colegio.</li> </ul>
		<b>ACTIVIDAD 2</b> Nuestras prácticas culturales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prácticas culturales en la familia</li> <li>• Prácticas culturales en el colegio</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconoceré en qué se parecen y en qué se diferencian las prácticas culturales de mi familia y las de mi colegio.</li> <li>• Identificaré prácticas culturales de mi familia o colegio que me llenan de orgullo y también aquellas con las que no me identifico.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asumiré una actitud crítica reflexiva sobre prácticas culturales de mi familia o colegio, con las que no me siento identificado o respetado.</li> </ul>
Dimensión personal	Competencias socioafectivas	<b>ACTIVIDAD 3</b> Comunicándome mejor	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicación asertiva: qué es y por qué es importante</li> <li>• Características que la diferencian de la comunicación pasiva o agresiva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconoceré cuando una persona se comunica de manera asertiva.</li> <li>• Entrenaré mi capacidad para comunicarme asertivamente en diferentes situaciones de mi vida cotidiana.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valoraré la importancia de comunicarme asertivamente en mi vida cotidiana.</li> </ul>
		<b>ACTIVIDAD 4</b> Siento orgullo por mi colegio	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sentido de pertenencia: cómo se reconoce y expresa</li> <li>• Comunidad educativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconoceré características de mi comunidad educativa con las que me identifico y me llenan de orgullo.</li> <li>• Reconoceré prácticas y costumbres de mi colegio con las que no me identifico y plantearé ideas para transformarlas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valoraré aquellos rasgos de mi comunidad educativa que despiertan mi sentido de pertenencia a ella.</li> </ul>

Dimensión personal	Sexualidad y género	<p><b>ACTIVIDAD 5</b> ¡Estoy cambiando! Me acepto y me cuido</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Cambios emocionales durante la adolescencia</li> <li>● Conductas de riesgo</li> <li>● El autocuidado</li> <li>● La violencia sexual, estrategias de prevención</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Reconoceré los cambios emocionales que me ocurren durante la adolescencia.</li> <li>● Identificaré situaciones de riesgo de violencia sexual.</li> <li>● Identificaré la importancia de desarrollar capacidades de autocuidado.</li> <li>● Ejercitaré y aprenderé cómo reaccionar ante una situación de riesgo de violencia sexual.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Asumiré de manera positiva la diversidad de emociones que me acompañan durante la pubertad.</li> </ul>
		<p><b>ACTIVIDAD 6</b> ¡Nada me detiene para alcanzar mis metas!</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Factores que afectan el logro de metas de las mujeres.</li> <li>● Causas y consecuencias de una maternidad y paternidad tempranas.</li> <li>● Metas personales a corto y mediano plazo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Distinguiré qué barreras tenemos hombres y mujeres para lograr nuestras metas y aspiraciones.</li> <li>● Identificaré las desventajas de una maternidad y paternidad temprana para el logro de mis metas.</li> <li>● Analizaré qué metas me gustaría alcanzar y los posibles riesgos o barreras para lograrlas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Aceptaré y respetaré los cambios corporales que estoy viviendo.</li> <li>● Exigiré respeto a mi proceso de cambio corporal y respetaré el proceso de mis compañeros y compañeras.</li> </ul>
	Sexualidad y género	<p><b>ACTIVIDAD 7</b> Evito una maternidad y paternidad tempranas</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Métodos anticonceptivos modernos (de barrera, hormonales, químicos, mixtos y naturales).</li> <li>● Acceso a información actualizada y programas y servicios de salud.</li> <li>● Importancia de la postergación de la maternidad y paternidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Reconoceré que antes de iniciar mi vida sexual debo contar con una orientación adecuada sobre el uso de métodos anticonceptivos.</li> <li>● Reconoceré las ventajas de postergar el inicio sexual como una forma 100 % segura de evitar la maternidad o paternidad temprana.</li> <li>● Identificaré el condón como un método de doble protección, tanto para evitar un embarazo no deseado como para protegerse de las ITS y VIH, y reconoceré los servicios de salud donde podré obtenerlo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Reflexionaré sobre las ventajas de adoptar las medidas de prevención necesarias para postergar mi maternidad o paternidad.</li> </ul>
		<p><b>ACTIVIDAD 8</b> Mujeres y hombres con los mismos derechos y las mismas oportunidades</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Igualdad de derechos y oportunidades</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Identificaré situaciones de mi comunidad relacionadas con la igualdad o la desigualdad de derechos y oportunidades para mujeres y hombres.</li> <li>● Identificaré estrategias orientadas a promover la igualdad de derechos y oportunidades para mujeres y hombres de mi comunidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Asumiré una actitud comprometida frente a la búsqueda de la igualdad de derechos y oportunidades asociadas con el género.</li> </ul>
Prevención de situaciones de riesgo		<p><b>ACTIVIDAD 9</b> Debemos vivir sin violencia física</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Estrategias de prevención, atención y protección frente a la violencia física</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Identificaré estrategias para prevenir la violencia física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Asumiré una actitud crítica frente a situaciones de violencia física.</li> </ul>
Dimensión del aprendizaje	Gestión del aprendizaje	<p><b>ACTIVIDAD 10</b> Pensando de manera crítica y constructiva</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Estrategias para desarrollar el pensamiento crítico</li> <li>● Estrategias del pensamiento constructivo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Compartiré mi opinión personal frente a situaciones polémicas que ocurren en mi vida cotidiana.</li> <li>● Ejercitaré estrategias para desarrollar mi pensamiento crítico y constructivo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Valoraré la importancia de tener mi propia opinión y saber escuchar y respetar las opiniones de los demás sobre temas o situaciones polémicas de mi entorno.</li> </ul>

## CUARTO GRADO

Dim.	Eje temático	Actividades	Conocimientos	Habilidades	Actitudes
Dimensión social-comunitaria	Convivencia y respeto	<b>ACTIVIDAD 1</b> Participo en mi comunidad	<ul style="list-style-type: none"> <li>Formas, mecanismos e instancias de participación en la comunidad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Plantearé acciones que me permitan contribuir a la organización de mi comunidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mostraré interés y responsabilidad por participar activamente en mi comunidad.</li> </ul>
		<b>ACTIVIDAD 2</b> Valoro la interculturalidad	<ul style="list-style-type: none"> <li>Definición de interculturalidad e importancia</li> <li>Diferencias entre diversidad cultural e interculturalidad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconoceré la importancia de la interculturalidad como encuentro respetuoso y de aprendizaje entre diferentes culturas, para el enriquecimiento social de las comunidades.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexionaré en torno a la importancia de acercarme con respeto, aprender de otras culturas y enriquecerme con ellas.</li> </ul>
Dimensión personal	Competencias socioafectivas	<b>ACTIVIDAD 3</b> Me relaciono y siento de diferentes maneras	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vínculos socioafectivos (compañerismo, amistad, enamoramiento), fortalezas y riesgos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Analizaré las fortalezas y los riesgos al establecer vínculos de compañerismo, amistad y enamoramiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valoraré la importancia de establecer vínculos socioafectivos de compañerismo, amistad y enamoramiento.</li> </ul>
		<b>ACTIVIDAD 4</b> Soy parte importante del Perú	<ul style="list-style-type: none"> <li>Importancia y manifestaciones del sentido de pertenencia al país, departamento o distrito.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconoceré la importancia del sentido de sentirme parte de mi país, departamento o distrito.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Asumiré el compromiso de fortalecer mi sentido de pertenencia nacional, departamental y distrital.</li> </ul>
		<b>ACTIVIDAD 5</b> Cuido mi salud sexual	<ul style="list-style-type: none"> <li>Infecciones de Transmisión Sexual, VIH y factores de riesgo asociados.</li> <li>Formas de tratamiento y cómo acceder a ellos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificaré las formas de contraer una ITS o el VIH, y los factores de riesgo asociados a ellos.</li> <li>Reconoceré las formas en que puedo evitar el contagio de una ITS o el VIH.</li> <li>Reconoceré la necesidad de acudir a un Centro de salud si creo haber contraído una ITS.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconoceré la importancia de tomar medidas concretas para evitar contraer una ITS o el VIH, tales como la postergación del inicio sexual, la abstinencia o el uso del condón.</li> <li>Reconoceré la importancia de acudir a un centro de salud para examinarme y recibir tratamiento si fuera necesario.</li> </ul>

Dimensión personal	Sexualidad y género	<p><b>ACTIVIDAD 6</b> Nos enamoramos pero sin violencia</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Características del enamoramiento.</li> <li>• Señales de violencia en las relaciones de enamoramiento</li> <li>• Características de una relación de enamorados sana</li> <li>• Señales de violencia de género en el entorno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificaré señales de violencia en las relaciones de enamorados.</li> <li>• Reconoceré las características de una relación de enamorados sana.</li> <li>• Identificaré señales de violencia de género en mi entorno.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asumiré una actitud crítica frente a las expresiones de violencia basada en género que ocurren a mi alrededor.</li> <li>• Asumiré una actitud de autovaloración y de rechazo a relaciones de enamoramiento violentas.</li> </ul>
Dimensión del aprendizaje		<p><b>ACTIVIDAD 7</b> Le decimos “¡No!” a la violencia contra la mujer</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de violencia contra la mujer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconoceré diversas formas en las que se presenta la violencia contra la mujer y contaré con argumentos para hacerle frente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asumiré una actitud crítica ante situaciones de violencia contra la mujer.</li> </ul>
		<p><b>ACTIVIDAD 8</b> Nos protegemos de la violencia psicológica</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Violencia psicológica: estrategias de prevención, atención y protección</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconoceré las diversas formas de prevención, atención y protección frente a la violencia psicológica.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asumiré una actitud crítica frente a situaciones de violencia psicológica.</li> </ul>
	Prevención de situaciones de riesgo	<p><b>ACTIVIDAD 9</b> Me fortalezo y digo “¡No!” a la violencia sexual</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Violencia y explotación sexual</li> <li>• Prevención y protección en situaciones de riesgo de violencia sexual</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconoceré las diferentes formas en las que se presenta la violencia sexual.</li> <li>• Aprenderé a evitar y enfrentar situaciones de riesgo de violencia sexual.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valoraré la importancia de desarrollar capacidades de autocuidado.</li> <li>• Identificaré personas de mi confianza e instituciones a las cuales acudiré frente a situaciones de riesgo de violencia sexual.</li> </ul>
	Gestión del aprendizaje	<p><b>ACTIVIDAD 10</b> Organizo la información para aprender mejor</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organizador visual de información: mapa mental</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elaboraré mapas mentales para organizar información conocida o nueva.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mostraré interés por conocer nuevas formas de organizar la información.</li> </ul>

## QUINTO GRADO

Dim.	Eje temático	Actividades	Conocimientos	Habilidades	Actitudes
Dimensión social-comunitaria	Convivencia y respeto	<b>ACTIVIDAD 1</b> Participamos para vivir mejor	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mecanismos de participación ciudadana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconoceré la importancia de participar expresando mi opinión o mi desacuerdo, mi malestar y dando ideas o proponiendo cambios para mejorar mi colegio, residencia, comunidad, departamento o país.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mostraré interés por lo que sucede en mi colegio, departamento y país, dando mi opinión y proponiendo cambios para mejorar.</li> </ul>
		<b>ACTIVIDAD 2</b> Reflexionamos sobre los conflictos socioculturales	<ul style="list-style-type: none"> <li>Los conflictos interculturales, causas y consecuencias</li> <li>Estrategias para la solución de conflictos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Analizaré situaciones que generan conflictos socioculturales y formas de afrontarlos pacíficamente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Participaré para vivir mejor.</li> </ul>
		<b>ACTIVIDAD 3</b> Soy único e irremplazable	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconocimiento y valoración de mis características y habilidades personales</li> <li>Reconocimiento amigable conmigo mismo sobre mis debilidades o limitaciones</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconoceré las diferentes formas de expresión de la identidad personal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Asumiré una actitud autocrítica y amigable conmigo mismo, aceptando mis cualidades y debilidades.</li> </ul>
Dimensión Personal	Competencias socioafectivas	<b>ACTIVIDAD 4</b> Construyo mi proyecto de vida	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasos e importancia para elaborar mi proyecto de vida</li> <li>Metas personales a corto, mediano y largo plazo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Analizaré las decisiones que debo tomar para concretar mi proyecto de vida.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mostraré una actitud de responsabilidad con respecto a analizar y planificar mi futuro.</li> </ul>
		<b>ACTIVIDAD 5</b> Mis derechos sexuales y reproductivos se respetan	<ul style="list-style-type: none"> <li>Derechos sexuales y reproductivos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Analizaré situaciones que limitan el ejercicio de mis derechos sexuales y reproductivos, a partir del reconocimiento de los mismos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Asumiré una actitud crítica ante situaciones donde se intenta desconocer los derechos sexuales y reproductivos.</li> <li>Analizaré las consecuencias de la limitación de mis derechos sexuales y reproductivos</li> </ul>



Dimensión personal	Sexualidad y género	<p><b>ACTIVIDAD 6</b> Me preparo para decidir sobre la familia que quiero formar en el futuro</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tipos de familia</li> <li>El rol de la familia en el cumplimiento de los derechos de niños, niñas y adolescentes</li> <li>Factores que influyen en la toma de decisiones sobre mi sexualidad</li> <li>Continuidad escolar por embarazo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconoceré los diferentes tipos de familia.</li> <li>Identificaré el rol de la familia en el cumplimiento de los derechos de las niñas, los niños, las adolescentes y los adolescentes.</li> <li>Conoceré los factores que influyen en la toma de decisiones para lograr mi plan de vida y las condiciones que se requieren para formar una familia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valoraré por igual a los diversos tipos de familia.</li> <li>Reflexionaré sobre la importancia de tomar decisiones responsables sobre el ejercicio de mi sexualidad y sus consecuencias.</li> <li>Asumiré la responsabilidad de tomar decisiones sobre cuándo y cómo formar una familia que cumpla con los derechos de sus hijos.</li> </ul>
		<p><b>ACTIVIDAD 7</b> En mi comunidad rechazamos la violencia contra la mujer</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Situaciones de violencia asociadas con el género</li> <li>Acciones comunitarias para contrarrestar la violencia de género</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Desarrollaré una postura clara y definida frente a las situaciones de violencia contra la mujer.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Asumiré una actitud crítica y proactiva frente a situaciones de violencia asociadas con el género.</li> </ul>
Prevenición de situaciones de riesgo		<p><b>ACTIVIDAD 8</b> Me cuido y me protejo de todas las formas de violencia</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Violencia sexual: trata y abuso sexual</li> <li>Prevención y protección en situaciones de riesgo de violencia sexual</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconoceré las diversas formas de violencia sexual y de trata, así como las formas para prevenirlas y afrontarlas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Asumiré una actitud crítica y de autocuidado frente a propuestas laborales que pueden ser muy atractivas materialmente.</li> </ul>
Dimensión del aprendizaje	Gestión del aprendizaje	<p><b>ACTIVIDAD 9</b> Reconozco y rechazo todas las formas de violencia de género</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Situaciones de violencia asociadas al género menos visibilizadas</li> <li>Servicios y formas de denuncia de situaciones de violencia dentro y fuera de la escuela</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificaré otras situaciones de violencia relacionadas con el género.</li> <li>Conoceré los servicios de orientación y denuncia para situaciones de violencia.</li> <li>Desarrollaré una actitud crítica frente a prácticas culturales relacionadas con la sexualidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Asumiré un compromiso para no reproducir ni tolerar formas de violencia asociadas al género.</li> <li>Reconoceré y divulgaré la importancia de pedir asesoría o denunciar todo tipo de violencia en las instituciones o servicios que existen.</li> </ul>
		<p><b>ACTIVIDAD 10</b> Mejoro mi forma de aprender</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aspectos organizativos que influyen en mi aprendizaje</li> <li>Métodos personales de estudio</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aplicaré estrategias para mejorar mi aprendizaje.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mostraré interés por planificar y aplicar métodos que me facilitan el estudio.</li> </ul>



En esta parte de la guía se presentan orientaciones detalladas para que los tutores acompañen a sus estudiantes en el desarrollo de las actividades de los cuadernos de Tutoría.

- Se presentan orientaciones metodológicas para cada cuaderno de Tutoría, con especificaciones para cada una de sus ocho actividades.
- En cada actividad se plantea lo siguiente:
  - **Lectura complementaria** para profundizar en el tema central de la actividad.
  - **Orientaciones metodológicas** para la sesión de Tutoría grupal, organizadas 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, compromisos.
  - **Recursos complementarios** para esta actividad. Nuevas ideas que pueden enriquecer su desarrollo.

Algunas recomendaciones generales para los tutores

- Se sugiere que procures resolver un ejercicio antes de plantearlo a tus estudiantes. Así conocerás mucho mejor de qué se trata y qué implica desarrollarlo, y podrás compartir ejemplos propios para orientarlos.
- 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 otros.
- Puedes proponer a tus estudiantes el uso opcional de cuadernos, papeles o papelotes para desarrollar algunos ejercicios cuando los espacios del cuaderno de Tutoría no sean suficientes. Usar papelotes para los ejercicios que se plantean o hacer en ellos dibujos o esquemas permite, por ejemplo, que estos puedan ser expuestos y comentados por todos.



### 3.1. Orientaciones pedagógicas: cuaderno de primer grado



**En el primer grado se desarrollan diez actividades:**

1. ¿Cómo compartimos en mi familia?
2. ¿Cómo somos en mi comunidad?
3. Lo más importante: el buen trato
4. Soy importante en mi familia
5. Crecemos y cambiamos
6. Conociendo mi sexualidad.
7. Conociendo nuestro cuerpo.
8. Somos diferentes e igual de valiosos
9. Decimos "¡No!" fuerte y claro
10. Organizo mi tiempo y espacio para aprender mejor

#### Ejercicio: Yo también tengo mi escudo personal

Invita a tus estudiantes a realizar este ejercicio al comienzo de cada año escolar: esto les ofrece un tiempo importante para pensar en ellos mismos.

La siguiente información te ayudará a orientarlos a fin de que completen su escudo:

Sección	Orientaciones
Nombre	Luego de colocar su nombre en la parte superior del escudo, invítalos a escribir cómo los llaman sus familiares y sus amigos. Pregúntales si les gusta que los nombren haciendo uso de estos apelativos. Al final, diles que escriban la manera en las que más les gusta ser llamados.
Valores	Pídeles que anoten tres valores personales, por ejemplo: "Soy honrado", "Soy puntual", "Soy responsable".
Riquezas personales o cualidades	Aquí deben indicar las habilidades que tienen, es decir, lo que saben hacer bien, por ejemplo: "Soy bueno en los deportes", "Canto bonito".
Frase que los identifica	Deben pensar en una frase que hable de ellos mismos, por ejemplo: "Nunca me doy por vencido", "Voy lento, pero seguro".
Sueño	Solicita que escriban y dibujen un sueño que quieren alcanzar, por ejemplo: "Tener mi propio negocio", "Ser profesional", "Ser músico".

## Actividad 1 ¿Cómo compartimos en mi familia?

### Lectura complementaria<sup>13</sup>

#### Funciones de las familias

El concepto de *familia* (grupo de personas que las une un vínculo de sangre y/o afectivo) implica un ciclo: crecemos en una familia, la dejamos, formamos otra en la cual los hijos crecen, la abandonan y forman otra, y así sucesivamente. Existen dos conceptos que nos revelan por qué es difícil lograr una definición universal de familia: estos son el *hogar* y la *familia*. El *hogar* se puede definir como un espacio donde un grupo de personas, o una persona, están vinculadas a un lugar particular. Por otro lado, las *familias* se perciben generalmente como grupos de personas que están vinculadas por lazos de sangre y, para una gran mayoría, lazos de convivencia.

Hogar y familia no tienen los mismos límites. Las familias forman normalmente hogares, pero esto no siempre es así. Los padres se pueden separar, pueden enviar a los hijos a una escuela o un mismo grupo de parentesco puede ubicarse en varios hogares.

La familia se ha venido transformando de forma importante durante el último siglo. Sus cambios deben verse a la luz del pasado y del contexto mundial. Las conformaciones familiares han sufrido un cambio notable en los últimos 20 años, la tendencia a formar familias nucleares ha disminuido notablemente, incrementándose los porcentajes de separaciones, divorcios y familias monoparentales, especialmente madres solteras y familias reconstituidas.

#### Funciones de las familias

Para algunos autores, como Flaquer (1998), “la importancia de la familia en el mundo actual radica en que de ella depende la fijación de las aspiraciones, los valores y las motivaciones de los individuos y que resulta responsable en gran medida de su estabilidad emocional, tanto en la infancia como en la vida adulta”.

Para la mayoría de la población, **la cualidad esencial de la vida familiar es un acuerdo o compromiso emocional. Las buenas familias proporcionan intimidad (proximidad, relaciones satisfactorias); promueven la educación de los hijos y la escolarización, y potencian el bienestar material de sus miembros, su salud física y mental y su autoestima.**

Por otra parte, se infiere que existen algunas tareas fundamentales: el cuidado del niño, la regulación de la sexualidad, el establecimiento de un sentimiento de identidad y de los límites, modelos de intimidad, negociación de roles, obligaciones y toma de decisiones, definición de reglas, obligaciones o deberes mutuos. **Lo que define a una familia, entonces, puede ser la negociación y complementariedad de tareas, más que la forma particular que esta tenga:** nuclear, uniparental, reconstituida, extensa, etc.

### Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

#### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “¿Cómo compartimos en mi familia?”.
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que los demás tengan.



<sup>13</sup> Adaptado de Gracia, E., y Musitu, G. (2000). La (in)definición de la familia. En *Psicología social de la familia*. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica S. A.

## 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 comentarles qué responsabilidades asumes tú en tu familia.
- Luego, pídeles que completen el cuadro que se presenta al inicio de la siguiente página. En él deberán escribir las responsabilidades que asume cada miembro de su familia e incluir también sus propias responsabilidades.
- A continuación, 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. Diles que también respondan las interrogantes propuestas en "Me pregunto y comparto".

### ● ¿Qué conozco?

- Pide a tus estudiantes que elaboren un dibujo donde se observe a cada miembro de su familia desarrollando sus responsabilidades diarias.
- Luego, solicita 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 cada estudiante a revisar el texto que se presenta al inicio de esta sección, que trata sobre la diversidad de familias. Diles que piensen en lo que cada uno aprende dentro de su familia. Solicita que un voluntario lea los ejemplos de aprendizaje que se presentan.
- Luego, indícales que en los recuadros verdes vacíos escriban los aprendizajes personales que han adquirido en su familia. Menciona algunos ejemplos personales acerca de tus propios aprendizajes.
- A continuación, indícales que en los recuadros naranjas vacíos escriban situaciones que nunca deberían ocurrir en sus hogares. Pon algunos ejemplos: *nunca se debe robar; nunca debe haber violencia física ni emocional*, etc. Pide que algunos voluntarios compartan lo que escribieron.
- Luego, solicita que revisen el texto sobre las funciones de la familia y plantéalas que completen los dos cuadros sobre las funciones que se cumplen o no se cumplen en las suyas, así como sobre lo que han aprendido en sus familias que le 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 de la mamá con su hijo, y que en grupos de tres o cuatro integrantes respondan las interrogantes del cuadro "Me pregunto y comparto" y las comenten.
- Lee en voz alta las ideas valiosas que se presentan a continuación. Diles que pueden completarlas con sus propias ideas.

### ● Valoro lo que aprendí

- Invita a cada estudiante a responder las interrogantes de esta sección, a partir de las dos situaciones planteadas.
- 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 escriba sus compromisos personales con respecto a esta actividad, tomando en cuenta los enunciados que se presentan en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones hechas por tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con tus propias reflexiones u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “Funciones de las familias”. Escríbelas en la pizarra o en un papelote que colocarás en un lugar visible del salón.

### ■ Recursos complementarios para esta actividad

En la sección “**Me acerco al tema**”, puedes plantear un juego colectivo de adivinanzas corporales. Cada estudiante tiene un turno para salir al frente y representar con su cuerpo, sin hablar, una responsabilidad que desempeña en su familia. El compañero que adivina sale al frente y realiza el mismo juego. Pueden hacer varias rondas.

En la sección “**¿Qué conozco?**”, puedes invitar a tus estudiantes a llevar a cabo un mural colectivo entre todos. En él se apreciará a las diferentes familias desempeñando sus responsabilidades cotidianas. Al final, puedes orientar la reflexión hacia el tema del bienestar comunitario que se logra con el aporte de cada familia.

## Actividad 2 ¿Cómo somos en mi comunidad?

### ■ Lectura complementaria<sup>14</sup>

#### Perú: interculturalidad y cosmovisión indígena

##### Algunas ideas sobre la interculturalidad

Es la relación de respeto y valoración entre culturas. **No es un simple contacto, es establecer una relación positiva en igualdad de condiciones; es tener la apertura para aprender de la cultura de los otros y tener la disposición para enseñar mi cultura a otros.**

**Ser intercultural significa valorar la propia cultura, así como las culturas de los demás.** Esto implica conocer todos sus aspectos: cosmovisión, conocimientos, técnicas, valores, lengua y formas propias de comunicación, historias, productos (objetos, música, danza, fiestas), comida y formas de organización social, de trabajar, de celebrar, de convivir.

Implica una visión política, es decir, ser conscientes del conflicto social y económico que caracteriza las relaciones entre diferentes culturas, y luchar por construir una sociedad más justa, con iguales oportunidades para todos.

##### ¿Qué distingue a las culturas indígenas de otras culturas occidentales?

Su cosmovisión, es decir, su forma particular de ver el mundo, la vida, la naturaleza y todo lo que habita en ella. Los pueblos indígenas tienen una concepción muy particular de la naturaleza: todos los que habitan en ella (los animales, las plantas, el agua, la tierra, los seres humanos, etc.) son parte de un todo que los integra y con los que se relacionan con respeto, aprecio y cuidado. Es una visión muy diferente a la occidental, que considera al ser humano como superior a todo lo que existe en la naturaleza y que esta debe transformarse para servirle.

<sup>14</sup> Adaptado de Benites, T. (2010). Perú: Interculturalidad y cosmovisión andina. *Servindi. Comunicación intercultural para un mundo más humano y diverso*. Recuperado de <https://www.servindi.org/actualidad/29186>

La cosmovisión indígena considera a los seres humanos, los recursos naturales y los seres o espíritus de la naturaleza como miembros y actores de un mismo universo sociocultural. Existe una relación de reciprocidad entre ellos. Para los indígenas, muchos animales y plantas son más que recursos que sirven al ser humano para satisfacer sus necesidades, son parte de los seres con quienes conviven en armonía. Como decía la carta de un líder indio: "La tierra no le pertenece al ser humano; el ser humano pertenece a la tierra".

Esta concepción se manifiesta en sus actividades sociales y productivas: el pago a la Pachamama; el pedir permiso a la "madre del monte" para ir a cazar, a la "madre del río" para pescar, al "espíritu del viento" para que ayude en la quema de la chacra; el pedir permiso y agradecer cuando se extraen plantas medicinales; entre otras.

El éxito o fracaso en muchas actividades depende del tipo de relación que las personas establecen con los *apus* y los espíritus de la naturaleza. Muchas enfermedades y fenómenos naturales que afectan la producción y la salud de las personas (como la granizada en los Andes y las *cutipas* que sufre la gente en la Selva) están asociados con una mala relación con los seres de la naturaleza.

La manera respetuosa y sostenible en que los pueblos indígenas se relacionan con la naturaleza ha permitido en gran parte la conservación de los recursos naturales. Este es su gran aporte a la humanidad, al mundo moderno, y cobra más vigencia ahora con los problemas ambientales y el cambio climático.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: "¿Cómo somos en mi comunidad?".
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.

### Desarrollo

- **Me acerco al tema**
  - Pide a un estudiante que lea en voz alta el texto "Como un panal de avispas". Explícales que a través de él conocerán un poco al pueblo shawi, el cual habita en la zona rural de los departamentos de Loreto y San Martín.
  - Pregunta si alguno de ellos pertenece a este pueblo o si conoce a personas que forman parte de él. Coméntales la breve información que se presenta al inicio de la siguiente página sobre el pueblo shawi. Plantea la interrogante sobre si alguien puede contar algo más sobre este pueblo.
  - Pídeles que reflexionen de forma individual sobre las cuatro preguntas que se proponen en el recuadro "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 cada estudiante a completar el cuadro que se presenta al inicio de esta sección y que trata sobre su comunidad de origen.
  - Pide algunos voluntarios para que comenten lo que escribieron.
  - Luego, indícales que se organicen en parejas para que se entrevisten mutuamente sobre sus comunidades. Diles que tomen en cuenta las interrogantes que se presentan en su cuaderno de Tutoría.
  - Organiza a tus estudiantes en grupos para que compartan la información que obtuvieron en la entrevista a su compañero. Luego, solicita a algún voluntario de cada grupo que explique las semejanzas y las diferencias que encontraron entre sus comunidades.
  - Plántales que reflexionen de forma individual sobre las interrogantes del recuadro "Me pregunto y comparto".



### ● Mis nuevos aprendizajes

- Invita a cada estudiante a observar el diálogo que se presenta al inicio de esta sección y que trata sobre los momentos importantes en su comunidad. Luego, pídeles que escriban dos hechos importantes de la historia de su comunidad en los recuadros de su cuaderno de Tutoría y que expliquen por qué los llenan de orgullo. Solicita algunos voluntarios para que mencionen lo que escribieron.
- Luego, indica a tus estudiantes que revisen la información sobre las mantas que se elaboran en la comunidad shipiba.
- A partir de esta información, proponles que dibujen o escriban algo especial que quisieran compartir de su cultura y que comenten por qué lo eligieron.
- Ayuda a tus estudiantes a organizarse en grupos para que dialoguen sobre las cosas importantes que escogieron de sus comunidades y que expliquen por qué las eligieron. Pídeles que también identifiquen costumbres semejantes y diferentes entre sus comunidades.
- Lee en voz alta las ideas valiosas que se presentan a continuación. Puedes complementarlas con tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “Perú: interculturalidad y cosmovisión andina”.

### ● Valoro lo que aprendí

- Invita a cada estudiante a recordar alguna costumbre de su comunidad que contribuye al buen vivir, así como alguna que no lo hace. Indícales que las describan en su cuaderno de Tutoría.
- Organiza una plenaria en la que algunos estudiantes puedan compartir lo que escribieron y propicia un diálogo y reflexiones colectivas.

## Cierre

### ● Me comprometo

- Pide a cada estudiante que escriba sus compromisos personales con respecto a esta actividad, tomando en cuenta los enunciados que se presentan en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones de tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con las tuyas. Escríbelas en la pizarra o en un papelote que colocarás en un lugar visible del salón.

## ■ Recursos complementarios para esta actividad

Unos días antes de desarrollar esta sesión, puedes invitar a tus estudiantes a traer de sus casas algún objeto representativo de las costumbres de su comunidad, para compartirlo con los demás.

Podrán usarlos para abordar la sección "**Mis nuevos aprendizajes**" o para organizar una feria intercultural.

En la sección "**Valoro lo que aprendí**", puedes invitar a tus estudiantes a que formen grupos y presenten breves dramatizaciones teatrales de costumbres de su comunidad que contribuyen o no al buen vivir. Recuérdales que para esto deben escribir una historia, identificar el lugar donde ocurre, elegir los personajes y ensayar.





## Actividad 3 Lo más importante: el buen trato

### Lectura complementaria

Ser bien tratados es un derecho que tienen todos: las niñas, los niños, las adolescentes y los adolescentes, por el simple hecho de existir. En este sentido, el Estado está comprometido con proteger a la infancia de todas las formas de malos tratos realizados por padres, madres, docentes, directivos u otras personas. Asimismo, al Estado le compete la obligación de establecer medidas preventivas y de tratamiento, en caso de que este derecho sea vulnerado.

#### ● ¿Qué es el buen trato?<sup>15</sup>

El **buen trato** a las niñas, los niños, las adolescentes y los adolescentes es el resultado del respeto a sus derechos, es una forma de relación que nos provoca una sensación de bienestar y nos ayuda a crecer y ser mejores personas.

#### ● Los cinco componentes del enfoque del buen trato y su aplicación a la disciplina<sup>16</sup>

Para aplicar el **enfoque de buen trato** en la disciplina, es necesario que, al analizar la situación que genera conflicto o dificultad y al decidir la conducta a seguir, se tome en cuenta lo siguiente:

Componente de buen trato	Lineamientos que guían la conducta
Reconocimiento y respeto	<ul style="list-style-type: none"><li>• No creo tener privilegios o merecer un trato y normas especiales por ser el docente.</li><li>• Jamás utilizo mi posición de docente para imponer una norma.</li><li>• Jamás utilizo el argumento: “Se hace lo que yo digo porque yo soy el docente aquí”.</li><li>• Tomo en cuenta las características del niño o adolescente: su edad, sus capacidades, la información con la que cuenta, los rasgos de su personalidad, formas de expresarse, sus necesidades e intereses.</li></ul>
Empatía	Trato de ponerme en su lugar para entender lo que está sintiendo y pensando por qué actúa como lo hace.
Comunicación asertiva	<ul style="list-style-type: none"><li>• Le explico con claridad lo que deseo o lo que me incomoda.</li><li>• No califico al estudiante, sino que describo lo inadecuado de su conducta.</li><li>• Me hago cargo de lo que siento.</li><li>• Escucho con interés, tratando de comprender sus razones y argumentos.</li></ul>

<sup>15</sup> Adaptado de Ministerio de educación del Perú. (2009). *Guía para la promoción del buen trato, prevención y denuncia del abuso sexual. Para directores y docentes – Campaña de sensibilización y promoción "Tengo derecho al buen trato"*. Lima: Autor.

<sup>16</sup> Adaptado de CESIP. (2005). *La disciplina con buen trato ¡es posible!* Lima: Autor.

<p>Disciplina positiva (nos hace sentir bien, nos ayuda a crecer y ser mejores)</p>	<p><i>“No sé por qué tenemos la loca idea de que para que un niño se porte bien hay que hacerlo sentir mal”.</i></p> <p><i>“Los errores son maravillosas oportunidades de aprendizaje”.</i></p> <p>En la medida de lo posible se puede establecer en forma consensuada algunas medidas regulativas que van dirigidas principalmente al logro de rutinas o hábitos. Por ejemplo: <i>“El que no cumple con su brigada en el aula, se queda haciéndolo en la hora de recreo”.</i></p> <p>En los casos de comportamientos que afecten las relaciones entre compañeros, las medidas que tomemos como docentes deben tener en cuenta las necesidades de los agraviados, lo cual va a variar de acuerdo con cada caso.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. En aquellas situaciones en las que los estudiantes no han respetado los acuerdos de convivencia del aula o las normas de convivencia de la I. E. se puede hacer uso de medidas correctivas.</li> <li>2. Las <b>medidas correctivas</b> tienen como finalidad generar en el estudiante una reflexión autocrítica sobre su comportamiento y una voluntad de cambio, a partir de que se responsabilice de las consecuencias perjudiciales que puede haber ocasionado en sí mismo y/o en los demás.</li> <li>3. <b>Para implementar una medida correctiva</b>, las personas adultas de la I. E. debemos tener en cuenta diversos criterios provenientes de los enfoques de la disciplina positiva y restaurativa antes de aplicarla.</li> </ol> <p>Una medida correctiva debe contener seis “r” y una “u”:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Respetuosa.</b> No puede ser ninguna forma de castigo físico y/o humillante.</li> <li>2. <b>Relacionada.</b> La medida debe tener relación con la conducta deseada.</li> <li>3. <b>Razonable.</b> Debe ser proporcional a la falta y acorde con la edad. Se debe tener en cuenta la frecuencia con la que ocurre y las circunstancias que llevaron a cometer la falta.</li> <li>4. <b>Responsable.</b> La medida incluye preguntas que ayuden al estudiante a realizar una reflexión autocrítica de su comportamiento y de lo que ha ocasionado en sí mismo y/o en los demás.</li> <li>5. <b>Reparadora de daños.</b> La medida debería tomar en cuenta la propuesta del agraviado (ya sea otro estudiante, el docente, la sección completa, el colegio, etc.) de cómo desea ser reparado. Dichas propuestas deben ser realistas y estar al alcance de los estudiantes y sus familias.</li> <li>6. <b>Restauradora de relaciones.</b> Especialmente en casos de agresiones, la medida busca que el estudiante que cometió la falta se haga cargo de restablecer las relaciones, mediante actos restaurativos tales como pedir disculpas, retractarse públicamente (si el insulto fue público), entre otros.</li> <li>7. <b>Útil.</b> Si se cumple con todos los criterios anteriores, podríamos decir que la medida correctiva finalmente ayuda a que el estudiante aprenda de sus errores, repare los daños ocasionados, restaure relaciones y resuelva problemas.</li> </ol>
<p>Negociación</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trato de identificar dónde está el problema.</li> <li>• Tomo en cuenta el punto de vista del estudiante.</li> <li>• Estoy dispuesto a ceder y ser flexible de acuerdo con la situación.</li> <li>• Busco activamente llegar a acuerdos que le ayuden a ser mejor persona, sin faltarle el respeto o humillarle.</li> </ul>

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “La importancia del buen trato”.
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.

### Desarrollo

- **Me acerco al tema**
  - Invita a cada estudiante a observar con atención la imagen de las dos situaciones que se presentan en esta sección.
  - Luego, pídeles que reflexionen de forma individual y respondan sobre las interrogantes que se plantean en el recuadro debajo de las imágenes. Se brinda unos minutos para el trabajo personal.
  - Invita a que lean y reflexionen a partir de las preguntas de “Me pregunto y comparto”.
  - A continuación, invítalos a formar 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 todos.
- **¿Qué conozco?**
  - Invita a cada estudiante a completar los dos recuadros que se presentan en esta sección; para ello explica alguna situación de maltrato que se ha 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.**
  - Invita a tus estudiantes a compartir de manera voluntaria los casos que escribieron. **Recuerda que hablar sobre situaciones personales de maltrato puede movilizar sus emociones y es importante brindarles el soporte que necesitan (escucharlos con atención, decirles que puedes entender que fue difícil lo que vivieron, acercarse, cerciorarse que se tranquilizaron y recién continuar).**
- **Mis nuevos aprendizajes**
  - Explícales que hay distintas maneras de tratar a las personas y que esas maneras pueden hacer que las personas se sientan bien o se sientan mal. Luego, pídeles que revisen la información que se presenta en “Mis nuevos aprendizajes”.
  - Dales el tiempo necesario para que realicen una buena lectura.
  - A continuación, propón trabajar en forma personal el recuadro “Sí o no es buen trato”, que presenta varias situaciones que hay que identificar si son o no son de buen trato. Dales el tiempo necesario.
  - Invítalos a conversar en grupo, a que identifiquen si hubo acuerdos o no en algunas respuestas y que intercambien y complementen aplicando los criterios del buen trato.
  - Pídeles que un representante de cada grupo comparta sus conclusiones.
  - Finalmente, invítalos a revisar la información que se encuentra al final de esta sección. Pueden completarlas con sus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad, o con alguna idea que les haya impactado de los intercambios.

### ● Valoro lo que aprendí

- Invita a cada estudiante a leer las situaciones y a responder las interrogantes que se presentan en esta sección. Explícales que en las dos primeras se les pide brindar consejos frente a las situaciones que están atravesando las personas de los casos.
- En el último recuadro deben pensar y escribir tres actividades que al realizarlas les hagan sentirse bien consigo mismos y que les ayuden a ser mejor personas.
- Organiza una plenaria para compartir sus reflexiones y ejemplos.

### Cierre

### ● Me comprometo

- Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales de esta actividad, tomando en cuenta los enunciados que se presentan en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones hechas por tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con tus propias reflexiones. Escríbelas en la pizarra o en un papelote, y colócalo en un lugar visible del salón.

### ■ Recursos complementarios para esta actividad

Puedes plantear, como ejercicio personal para tus estudiantes, que empiecen a escribir un diario en el que puedan registrar, día a día, las situaciones o experiencias que vivan y que les hagan sentirse bien, y también aquellas que no les gustan y que quisieran cambiar. Aprovecha la sección “**Me comprometo**” para motivarlos a iniciar este diario personal y busca que se comprometan a escribir cotidianamente en él.

## Actividad 4 Soy importante en mi familia

### ■ Lectura complementaria<sup>17</sup>

#### Hogares y familias en el Perú

Para hablar de familias, es importante partir de entender la diferencia entre **hogares** y **familias**. Un hogar (espacio físico) puede albergar varias familias, mientras que una familia puede habitar más de un hogar. Las familias migrantes, por ejemplo, pueden tener dos hogares, pero funcionan como una sola unidad.

La importancia de la familia radica en lo siguiente:

- No hay sociedades sin familia o grupos de parentesco.
- La familia cumple diversos roles clave, como el de brindar cuidado, salud, alimentación, socialización y **afecto** a sus miembros (el más importante).
- En sociedades en las que desde el Estado se ha pretendido reemplazar a la familia (ejemplo: Suecia), la evidencia señala un deterioro de la salud emocional: depresión, soledad, suicidio.

<sup>17</sup> Adaptado de Aramburú, C. (2017). *Hogares y familias en el Perú: Cambios y retos*. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú.

Rescatamos aquí algunos datos importantes sobre los hogares y las familias peruanas:

- En 2007 existían más de 6,7 millones de hogares; en 2015, más de 10 millones (Endes, 2015). De ellos, 75 % son urbanos y 25 % rurales.
- Pese a que la pobreza a nivel nacional se ha reducido del 48 % (2004) al 22 % (2015), el 45 % de la población rural es pobre. Este sector presenta, al mismo tiempo, un mayor índice de natalidad, por lo que existe una cantidad mayor de población de menores de edad viviendo en condiciones de pobreza.
- La brecha urbano/rural sigue siendo enorme: solo 0,4 % de hogares urbanos pertenece al quintil más pobre contra 71,4 % en los hogares rurales; persiste la desigualdad. Se ha avanzado más en reducir la pobreza que la desigualdad.
- Predominan las familias nucleares (53 %), pero las familias extensas son el 26 % en las ciudades.
- Han crecido las familias encabezadas por mujeres: 26 % del total (28 % en las ciudades y 20 % en el campo).
- La separación y el divorcio también han crecido; del 6,6 % al 11,3 % entre las mujeres en edad fértil (MEF).
- El analfabetismo femenino cae del 6 % al 1,7 % entre 1991-2015 entre las MEF. El acceso a la educación superior crece del 19 % a más del 32,4 % para mujeres de 15 años o más entre 1993-2015.
- La convivencia en la población de 15 años o más ha crecido del 12 % (1981) al 36,1 % (2015). Hay más convivientes que casadas: 36 % contra 22 % (2015). Entre las jóvenes (25-29) el 50 % convive y solo el 14 % está casada; entre las de 30-34 el 48 % es conviviente y el 27 % casada. En la Amazonía casi el 52 % de las uniones son de convivientes.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Soy importante en mi familia”.
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.

### Desarrollo

- **Me acerco al tema**
  - Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se encuentra al inicio de esta sección. Explícales que en ella cada estudiante comenta un poco sobre cómo es su familia.
  - Pídeles que cada uno escriba en el recuadro de la siguiente página cómo es su familia.
  - Luego, diles que se organicen en grupos de tres o cuatro personas para que comenten cómo son sus familias e intenten encontrar las semejanzas y las diferencias que existen entre ellas.
  - Invita a que un voluntario de cada grupo comente cuáles fueron las semejanzas y las diferencias que encontraron.
- **¿Qué conozco?**
  - Comenta con tus estudiantes algunos tipos de familias que existen. Puedes mencionar como ejemplos los que se presentan en la primera parte de esta sección.
  - Pregunta a tus estudiantes qué otros tipos de familias conocen. Escucha sus respuestas, pídeles que las escriban en los recuadros de su cuaderno y resalta la idea de la diversidad de familias que existen.

Refuerza también 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 tomar un tiempo para recordar un poco de la historia de su familia. Luego, pídeles que elijan dos de estos momentos y los dibujen en los recuadros que se presentan en su cuaderno de Tutoría; luego pueden explicar por qué son momentos importantes para ellos.
- Pueden reunirse en parejas para comentar aquellos dos momentos que fueron importantes para ellos, quizás porque fueron muy alegres o muy tristes, o porque significaron algún cambio importante.

### ● Mis nuevos aprendizajes

- Invita a cada estudiante a observar las cuatro imágenes que se presentan al inicio de esta sección 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.
- Luego, pregúntales cuáles son las situaciones o características que más se presentan en las familias que ellos conocen, y por qué creen que ocurre así.
- Menciona ahora la idea que se presenta en la siguiente página sobre el ingreso a la secundaria como un momento importante en la vida de una familia. Pregunta a tus estudiantes si este también ha sido un momento importante para ellos y para sus familias. Genera un momento de conversación sobre esta idea.
- Luego, pídeles que escriban sus respuestas a las interrogantes que se plantean en los recuadros a continuación.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, al final de esta sección. Puedes completarlas con tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “Tipos de familias”.

### ● Valoro lo que aprendí

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

## Cierre

### ● Me comprometo

- Pide a cada estudiante que escriba sus compromisos personales con respecto a esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones de tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con las tuyas. Escríbelas en la pizarra o en un papelote que colocarás en un lugar visible del salón.

## ■ Recursos complementarios para esta actividad

Con el tiempo de anticipación suficiente, puedes pedir a tus estudiantes que traigan fotografías de los miembros de su familia (cerciórate de que todos tus estudiantes cuenten con fotos para compartir; si no es así, es mejor no hacer esta actividad ya que algunos podrían sentirse mal o en desventaja para realizarla). Para que en las sesiones grupales nos cuenten acerca de sus familias, mostrándonos las fotografías.

Aprovecha la sección “**Me acerco al tema...**” para hacer este ejercicio con ellos.

Puedes plantear una actividad de creación artística en la que cada estudiante imagine y dibuje la familia que desearía formar en el futuro. También pueden dibujar algunos momentos importantes que les gustaría vivir con su familia.

Aprovecha la sección “¿Qué conozco?” para plantear este ejercicio.

## Actividad 5 Crecemos y cambiamos

### Lectura complementaria<sup>18</sup>

#### Adolescencia: una etapa llena de cambios

La adolescencia es una etapa muy importante que está llena de cambios físicos y emocionales. A veces estos cambios se dan de forma muy rápida y se necesita un tiempo para adaptarse a ellos. En las chicas, los cambios suelen aparecer entre los 13 y 15 años, mientras que en los chicos se suelen dar entre los 15 y los 17 años. Sin embargo, esto puede variar entre un adolescente y otro.

Junto con los cambios físicos que los nuevos adolescentes experimentan, ocurren importantes cambios psicológicos. Estos se correlacionan con la aceptación y la adaptación del adolescente a su nuevo cuerpo, el cual evidencia una apariencia muy distinta a la que tenía cuando era niña o niño.

Dado que estos cambios son drásticos, las emociones a veces parecen exageradas. Es normal que cambie repentinamente el humor y que pase rápidamente de la felicidad absoluta a la tristeza profunda, o de sentirse inteligente a declararse estúpido o incapaz.

Los cambios en el cuerpo pueden confundir al adolescente, sobre todo cuando no entiende bien lo que le está sucediendo. Esto empeora cuando le da vergüenza hablar sobre el tema y empieza a acumular preocupaciones y miedos. Por eso es importante que los adolescentes tengan cerca a personas adultas de confianza con quienes puedan conversar y aclarar sus dudas, inquietudes y temores.

Los cambios de humor están asociados con los cambios hormonales que ocurren en esta etapa de vida. Puede ocurrir que el adolescente se sienta por un momento relajado y con ganas de razonar, y al momento siguiente, sin motivo aparente, pierda el control y esté enojado. Suelen irritarse fácilmente y también pueden llorar por horas por algo que puede parecer sin importancia o emocionarse e inquietarse por algo que un adulto considera molesto. El enojo es una de las emociones que aparece con más fuerza, generalmente asociada con el vínculo con sus padres.

Experimentar todas estas emociones en tan corto espacio de tiempo puede ser abrumador, confuso y llevar hacia la frustración e inclusive hasta reacciones agresivas. Los padres y los maestros deben cumplir un importante rol de acompañamiento durante esta etapa de cambios en los adolescentes.



<sup>18</sup> Adaptado de Cambios en la pubertad y adolescencia. (s. f.). *Informajoven*. Recuperado de [http://www.informajoven.org/info/salud/k\\_7\\_7.asp](http://www.informajoven.org/info/salud/k_7_7.asp)

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

---

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Crecemos y cambiamos”.
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.

### Desarrollo

---

- **Me acerco al tema**
  - Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta en esta sección y a leer los comentarios que hace cada estudiante en esta imagen. Pídeles que comenten de manera voluntaria. Luego, indícales que respondan las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”.
- **¿Qué conozco?**
  - Invita a cada estudiante a que realice el ejercicio que se plantea en esta sección. Asimismo, indícales que lean lo que los adolescentes están contando acerca de los cambios que están ocurriendo en sus cuerpos. A continuación, explícales que este ejercicio consiste en escribir una carta dirigida a su propio cuerpo, en la que le cuenten los cambios que están observando en él y cómo los hacen sentir. Diles que, como guía, pueden usar los inicios de frases que se plantean en este ejercicio. Dales un ejemplo.
- **Mis nuevos aprendizajes**
  - Pide a tus estudiantes que revisen la información que se presenta al inicio de esta sección y que lean el comentario que hace cada uno de los adolescentes sobre lo que están pensando y sintiendo con relación a los cambios físicos que les están ocurriendo, y que respondan a las preguntas de “Me pregunto y comparto”. Pregúntales si se identifican con alguno de ellos. Luego, en grupos de confianza, pueden socializar sus respuestas.
  - Ayúdalos a organizarse en grupos de tres o cuatro personas para responder juntos a las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”.
  - Pídeles que lean las recomendaciones para un desarrollo sexual integral saludable.
  - Invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”. Puedes recoger otras ideas de tus estudiantes que ellos consideren importantes sobre el tema.
- **Valoro lo que aprendí**
  - Pídeles que realicen el ejercicio y respondan la pregunta de esta sección.

### Cierre

---

- **Me comprometo**
  - Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales sobre esta actividad tomando en cuenta los enunciados que se presentan en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
  - Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones hechas por tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con tus propias reflexiones. Escríbelas en un papelote o pizarra y colócalo en un lugar visible del salón.



## Recursos complementarios para esta actividad

Plantéale a tus estudiantes investigar un poco más sobre el cuidado e higiene del cuerpo durante la adolescencia y/o recoger prácticas de su entorno cultural alrededor de la menstruación o sobre la etapa de la adolescencia en los hombres.

## Actividad 6 Conociendo nuestra sexualidad

### Lectura complementaria

#### Marco conceptual de sexualidad en el contexto de la Educación Integral en Sexualidad (EIS)<sup>19</sup>

El concepto de sexualidad no es simple de definir. Numerosos expertos en los ámbitos de salud pública y sexología han discutido conceptos básicos referidos a la sexualidad y han presentado una definición práctica y un marco conceptual consensuados (Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud, 2000; OMS, 2006a).

La “sexualidad” por lo tanto puede entenderse como una dimensión central del ser humano que incluye: el conocimiento del cuerpo humano y nuestra relación con este; lazos afectivos y amor; sexo; género; identidad de género; orientación sexual; intimidad sexual; placer y reproducción. La sexualidad es compleja e incluye dimensiones biológicas, sociales, psicológicas, espirituales, religiosas, políticas, legales, históricas, éticas y culturales que evolucionan a lo largo de una vida.

La palabra “sexualidad” tiene diferentes significados en diferentes idiomas y en diferentes contextos culturales. Cual sea la denominación que tenga, se debe considerar los siguientes aspectos en el contexto de la educación integral en sexualidad:

- La sexualidad se refiere a la persona y a los significados sociales de las relaciones interpersonales y sexuales, además de los aspectos biológicos. Es una experiencia subjetiva y parte de la necesidad humana de tener tanto intimidad como privacidad.
- Al mismo tiempo, la sexualidad es una construcción social que se entiende mejor dentro de una variabilidad de creencias, prácticas, comportamientos e identidades. “La sexualidad se forma al nivel de prácticas individuales, valores y normas culturales” (Weeks, 2011).
- La sexualidad está vinculada al poder. **El límite supremo del poder de una persona es la posibilidad de controlar su propio cuerpo.** La educación sexual integral puede abordar la relación entre sexualidad, género y poder y sus dimensiones políticas y sociales.
- Las expectativas que rigen el comportamiento sexual varían ampliamente dentro de todas las culturas. Algunas conductas son aceptables y deseadas mientras que otras se consideran inaceptables. Esto no significa que estas conductas no ocurran o que se deban excluir de la discusión dentro del contexto de educación en sexualidad.
- La sexualidad está presente a lo largo de la vida, se manifiesta de manera diferente e interactúa con la madurez física, emocional y cognitiva. La educación sexual integral es una herramienta importante en la promoción del bienestar sexual y en la preparación de niños y jóvenes para que tengan relaciones saludables y responsables en las diferentes etapas de su vida.

<sup>19</sup> Tomado de UNESCO. (2018). *Orientaciones técnicas internacionales sobre educación en sexualidad Un enfoque basado en la evidencia*. París, Francia: Autor.

### NOTA PARA EL O LA DOCENTE:

La sexualidad es un tema muy importante para hablar y reflexionar con los y las estudiantes en la institución educativa. Para su abordaje, es importante establecer con ellos una comunicación que permita un diálogo desde la confianza y el respeto.

Para poder acompañar a las y los estudiantes en el proceso pedagógico y de reflexión, es importante que hayamos reflexionado antes sobre nuestra propia sexualidad en relación con nuestros diferentes roles, como docente, padre, madre y pareja.

Para ello, te sugerimos que reflexiones a partir de estas preguntas: ¿me es fácil hablar y tocar los temas de sexualidad?, ¿por qué? ¿Qué aspectos relacionados a la sexualidad me generan dificultad al tratarlos con mis estudiantes? ¿Qué estoy dispuesto a escuchar? ¿Sobre qué aspectos siento que aún me falta aprender más? Etc.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a las y los estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Conociendo nuestra sexualidad”.
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Si hay dudas o preguntas, tomate un tiempo para aclararlos.

### Desarrollo

#### ● Me acerco al tema

- Indica a las estudiantes y los estudiantes que puedan completar la frase incompleta: “la sexualidad para mi es...”. Dale un tiempo para que puedan escribir y anímalos a que coloquen lo que piensan sin temor a equivocarse.
- Mientras ellos escriben, dibuja el siguiente cuadro en la pizarra o en un papelote:

Hombres	Mujeres

- En la primera columna anota las respuestas sobre lo que entienden por "sexualidad" los estudiantes hombres y en la segunda las respuestas de las estudiantes mujeres. Las respuestas que se repiten anótalas una sola vez.
- Una vez terminado el ejercicio, pídeles que, en parejas o grupos, respondan a las preguntas de “Conversemos en grupo” sobre los aspectos que más resaltan en lo escrito por las estudiantes mujeres, por un lado, y en lo escrito por los estudiantes hombres, por otro lado, y pregúntales si les es fácil hablar sobre sexualidad y por qué.
- En base a sus intervenciones, plantea algunas ideas fuerza al respecto. Aclara que vas a trabajar con ellos este tema y que para ello requieres que se sientan cómodos y en confianza para hablar del tema y que para lograrlo todos deben mostrar respeto. Trata de responder sus dudas, opinando 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 las estudiantes y los estudiantes que se formen en tres grupos y pídeles que en cada grupo definan con sus propias palabras lo que 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 van saliendo.

### ● **Mis nuevos aprendizajes**

- Una vez que han socializado sus trabajos previos en la sección “¿Qué conozco?” y han dialogado al respecto, indícales que en sus grupos van a leer la información de la sección: “Mis nuevos aprendizajes”. Para ello, pídeles que cada grupo elija una dimensión de la sexualidad, la cual deberán leer. Luego, infórmales que deben buscar más ejemplos de esta dimensión, para presentarla al resto de los grupos en la plenaria.
- Inicia leyendo sobre la definición de sexualidad del CNEB:

La sexualidad es un aspecto fundamental en la formación de la identidad y el desarrollo social del ser humano e integra tres aspectos o dimensiones: biológica-reproductiva, socio-afectiva y ética y 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, 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, valores. Recibe influencia de la cultura, que enseña pautas 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.

- Luego, da pase al grupo que le toca la primera dimensión (biológica-reproductiva) y permite que continúen los otros grupos. Recuérdales que deben explicar y presentar más ejemplos de los que están en su cuaderno.
- En cada presentación, revisa, junto con los demás estudiantes, si los ejemplos son pertinentes o no para las dimensiones.
- Posteriormente, revisa junto con tus estudiantes los conceptos de sexo y género, y en qué parte de las dimensiones estarían incluidos. Cada estudiante lo escribe donde corresponde y luego lo socializan con todos.
- Finalmente, invítalos a revisar las “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, o las que puedas rescatar de la lectura complementaria “Embarazo en la adolescencia, género y derecho”.

### ● Valoro lo que aprendí

- Invita a cada estudiante a leer y completar los enunciados, las características de las dimensiones de su sexualidad y los aspectos que les gustaría seguir aprendiendo.
- Organiza una plenaria para socializar sus reflexiones con todo el grupo.

### Cierre

### ● Me comprometo

- Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales con base en esta actividad. Debe tomar en cuenta los enunciados que se presentan en esta sección de su cuaderno de tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones de las estudiantes y los estudiantes. Puedes enriquecerlas con las tuyas. Escríbelas en la pizarra o en un papelote, que deberás colocar en un lugar visible del salón.

### ■ Recursos complementarios para esta actividad

Pide a las estudiantes y los estudiantes que conversen con algún profesor, que no sea el tutor, sobre estas dos preguntas: ¿cómo y dónde aprendió sobre sexualidad cuando era adolescente? ¿Qué limitaciones o dificultades encontró en su momento?

## Actividad 7 Conociendo nuestros cuerpos

### ■ Lectura complementaria<sup>20</sup>

#### Definición y principios rectores de la educación integral de la sexualidad

De conformidad con el Programa de Acción de la Conferencia Internacional sobre la Población y el Desarrollo (CIPD) de 1994, y las Orientaciones Técnicas Internacionales sobre Educación en Sexualidad desarrolladas por la UNESCO, entre otros acuerdos internacionales, el Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA) define la **«educación integral de la sexualidad» como un enfoque de la educación sexual basado en los derechos humanos y género**, tanto dentro como fuera de la escuela. **La educación sexual integral de la sexualidad es la educación basada en los planes de estudios que tiene como objetivo dotar a los niños, niñas y jóvenes de los conocimientos, habilidades, actitudes y valores que les permitan desarrollar una visión positiva de la sexualidad, en el marco de su desarrollo emocional y social.** Al adoptar una visión holística de la sexualidad y el comportamiento sexual, que va más allá de un enfoque centrado en la prevención del embarazo y de las infecciones de transmisión sexual (ITS), la educación integral de la sexualidad permite a los niños y jóvenes:

- **Adquirir información precisa** sobre la sexualidad humana, la salud sexual y reproductiva y los derechos humanos, incluida la anatomía y la fisiología; la reproducción, el embarazo y el parto; la anticoncepción; las infecciones de transmisión sexual y el VIH/sida; la vida familiar y las relaciones

<sup>20</sup> Tomado de Fondo de Población de las Naciones Unidas. (2014). *Directrices operacionales del UNFPA para la educación integral de la sexualidad*. New York, USA: Autor.

interpersonales; la cultura y la sexualidad; los derechos humanos, el empoderamiento, la no discriminación, y los roles y la igualdad de género; el comportamiento y la diversidad sexuales; el abuso sexual, la violencia por razón de género y las prácticas nocivas.

- **Explorar y fomentar valores y actitudes positivas** hacia la salud sexual y reproductiva, y el desarrollo de la autoestima, el respeto de los derechos humanos y la igualdad entre los géneros. La educación integral de la sexualidad capacita a los y las jóvenes para gestionar su propia conducta y, a su vez, tratar a los demás con respeto, aceptación, tolerancia y empatía, independientemente de su género, etnia, raza u orientación sexual.
- **Desarrollar habilidades para la vida** que fomenten el pensamiento crítico, la comunicación y la negociación, la toma de decisiones y el asertividad, habilidades que pueden contribuir a mejorar y hacer más productivas las relaciones con los miembros de la familia, los compañeros, amigos y las parejas sexuales o afectivas.
  - Cuando la educación integral de la sexualidad se inicia a una edad temprana, se imparte de forma continuada y abarca todos los elementos mencionados anteriormente, los y las jóvenes están más capacitados para tomar decisiones fundamentadas sobre su sexualidad, incluida su salud sexual y reproductiva, y son capaces de desarrollar las habilidades para la vida necesarias para protegerse a sí mismos respetando a su vez los derechos de los demás.
  - La educación sexual puede recibir distintos nombres en los distintos ámbitos. Sin embargo, los principios básicos identificados en el informe derivado de la consulta internacional sobre Educación integral de la sexualidad: la promoción de los derechos humanos, la igualdad entre los géneros y la mejora de la salud sexual y reproductiva (Bogotá, 2010) siempre deben estar presentes en los programas y planes de estudios de educación sexual:
    - El respeto de los derechos y la diversidad humana, considerando la educación sexual como un derecho.
    - La capacidad de pensamiento crítico, la promoción de la participación de los y las jóvenes en la toma de decisiones y el fortalecimiento de sus capacidades para la ciudadanía.
    - El fomento de normas y actitudes que promuevan la igualdad entre los géneros y la inclusión.
    - La superación de las vulnerabilidades y la exclusión.
    - La apropiación a nivel local y la pertinencia cultural.
    - Un enfoque de ciclo de vida de la sexualidad positivo.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a las estudiantes y los estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Conociendo nuestros cuerpos”.
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a una estudiante o un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Si hay dudas o preguntas, tomate un tiempo para aclararlas.

### Desarrollo

- **Me acerco al tema**
  - Para esta actividad es muy importante que revise los contenidos antes de la clase y recuerdes o aprendas cuáles y cómo son los órganos sexuales externos e internos del hombre y de la mujer.

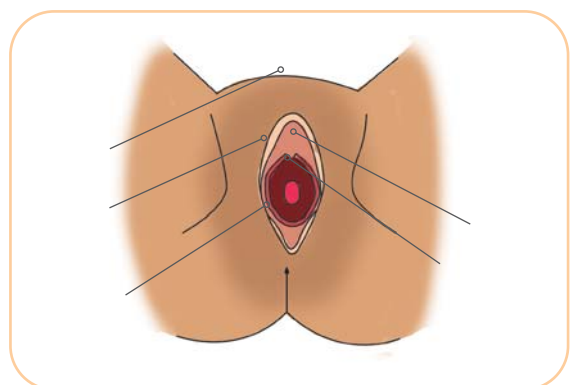
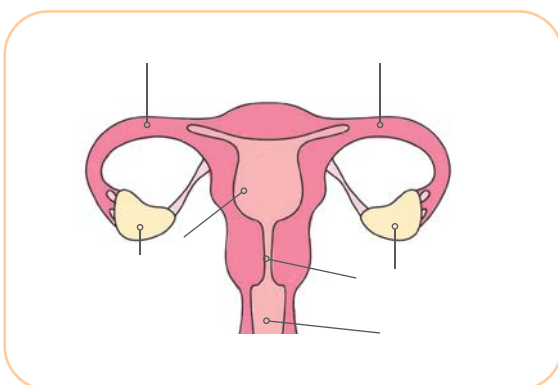
- Indica a las estudiantes y los estudiantes que se organicen en dos grupos (de preferencia mixtos o grupos solo de hombres y solo de mujeres según el nivel de confianza que se tengan para hablar de este tema. Sin embargo, es importante que se sientan cómodos y, a veces, es mejor juntarlos por sexo), y diles que como grupo van a representar a través de mímicas las partes del cuerpo que les toque. Para ello, debes escribir algunos nombres de las partes del cuerpo en pequeños trozos de papel.

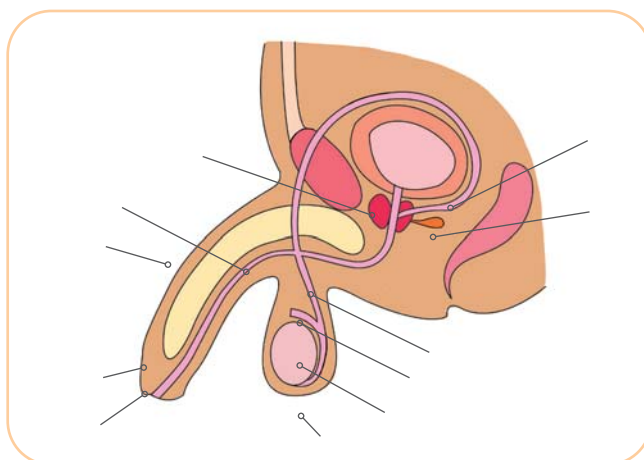
ESTÓMAGO	OJOS
HÍGADO	LENGUA
CORAZÓN	VULVA
TESTÍCULOS	RIÑÓN
ESPALDA	OVARIOS
PENE	CABEZA

- Por turnos, pídele a uno de los integrantes de cada grupo que saque un papel de la bolsa que contiene los nombres de algunas partes del cuerpo y lo lea para sí mismo. Posteriormente, debe representar creativamente esa parte a través de mímica, mientras el resto de su equipo intenta adivinar lo que quiere decir en un tiempo no mayor a un minuto. El juego termina cuando se agoten los papeles.
- Luego, pregunta a la clase si fue fácil realizar la actividad y qué partes del cuerpo fueron más difíciles de representar y adivinar. Además, indícales que en los mismos grupos respondan las preguntas de "Conversamos en grupo". Promueve que compartan sus respuestas con toda la clase.
- Explica que hablar de sexo o de los órganos sexuales puede provocar risa o reparos porque puede ser que nos hayan enseñado que es algo de lo que no debemos hablar, que es algo sucio o que es un tema del que solo pueden hablar los adultos. Explícales que es importante conocer y valorar todas las partes de nuestro cuerpo para poder cuidarlos y gozar de buena salud, incluidos los órganos sexuales externos e internos. Coméntales que van a conversar sobre ellos con naturalidad y con respeto, como lo hacen con las otras partes del cuerpo.

### ● ¿Qué conozco?

- En la pizarra o en un papelógrafo coloca las siluetas de los aparatos reproductores de la mujer y del hombre. Coloca como título "Órganos sexuales de las mujeres / órganos sexuales de los hombres". Guíate de estas imágenes para tus gráficos.





- Luego, entrégale a cada grupo unas tarjetas (del tamaño adecuado para que ingresen en el gráfico del aparato reproductor) en cada una de las cuales colocarán el nombre de un órgano sexual, como se muestra a continuación:

ÓRGANOS SEXUALES DE LA MUJER	ÓRGANOS SEXUALES DEL HOMBRE
CLÍTORIS	PENE
VAGINA	TESTÍCULOS
VULVA	GLANDE
CUELLO UTERINO	PREPUCIO
ÚTERO	ESCROTO
OVARIOS	CANAL EYACULATORIO
TROMPA DE FALOPIO	URETRA
LABIOS MAYORES	PRÓSTATA
LABIOS MENORES	CANAL DEFERENTE
TROMPA UTERINA	VESÍCULA SEMINAL
MEATO URETRAL	
MONTE DE VENUS	
ANO	

- Luego, les indicará que deberán ubicar las tarjetas en las partes del aparato reproductor que has colocado en la pizarra. Busca animarlos a que lo realicen lo más rápido posible. Revisa que todas las tarjetas estén ubicadas en una parte del aparato reproductor. Si algún grupo no pudo hacerlo adecuadamente, coloca la tarjeta en plenaria con ellos.

- A continuación, refiérelas que dejarán un momento el gráfico y las tarjetas, para pasar al apartado “Mis nuevos aprendizajes” las respuestas correctas y lo que ubicaron en el gráfico de los órganos, pegado o dibujado en la pizarra.
- Finalmente, pregúntales si conocían esas partes de su cuerpo con esos nombres o con otros.

### ● Mis nuevos aprendizajes

- Indica a las estudiantes y los estudiantes que en la sección “Mis nuevos aprendizajes”, van a leer las descripciones de los órganos sexuales externos e internos de los hombres y las mujeres, y unir el nombre de cada órgano con una flecha con la definición que corresponde (con lápiz para poder borrar). Finalmente, junto con ellos, revisa sus trabajos, corrigiendo y explicando cuál es la respuesta correcta, para asegurarte de que les queda clara la información. Puedes plantear que lo hagan individualmente o en los grupos que se habían formado al inicio. Un individuo o grupo puede dar un concepto y el otro participante o grupo buscar rápidamente su definición e intercambien roles (puedes darle un punto a la persona o grupo que mencione el par correcto).
- En plenaria, elige a dos estudiantes de cada grupo para que presenten el nombre del órgano y su definición. Verifica que unan los conceptos con las definiciones que corresponden.

#### Respuestas Correctas:

Aparato Sexual Masculino: órganos externos: 1. pene, 2. escroto, 3. prepucio, 4. glande. Órganos internos: 1. testículos, 2. uretra, 3. epidídimo, 4. próstata, 5. vesículas seminales, 6. conductos deferentes, 7. conductos eyaculadores.

Aparato Sexual Femenino: órganos externos: 1. monte de venus, 2. labios mayores, 3. labios menores, 4. clítoris, 5. meato urinario. Órganos internos: 1. útero, 2. cuello uterino, 3. cuerpo uterino, 4. trompas de Falopio, 5. ovarios, 6. vagina.

Luego, pídeles que corrijan lo que han colocado en la pizarra (ubicando las partes en el aparato reproductor de cada sexo), también puedes ser tu quién corrija esto delante de todos, mientras explicas los nuevos conceptos. Puedes verificar los nombres en la imagen de soporte:

Imagen N.º 1: Imagen n.º1: Órgano sexual de los hombres.

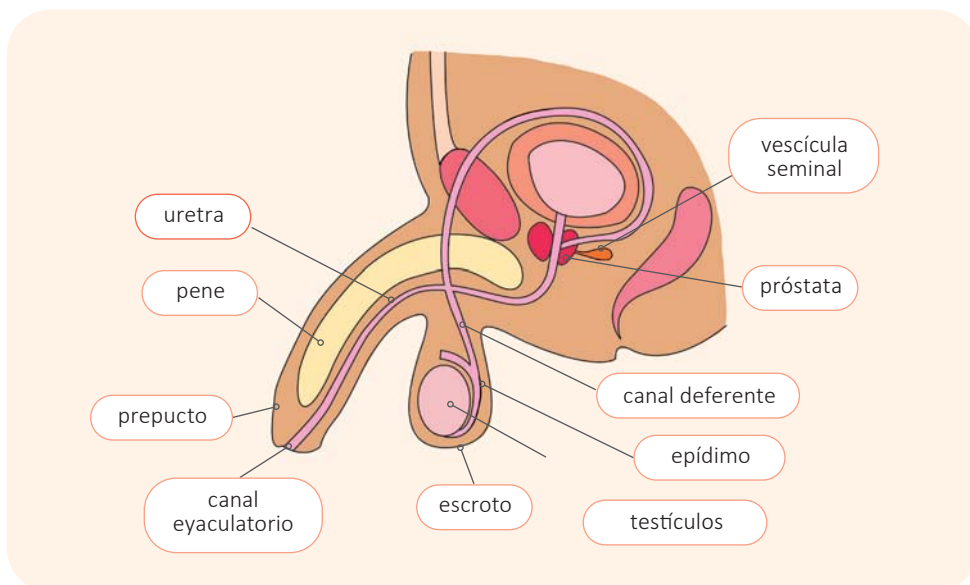
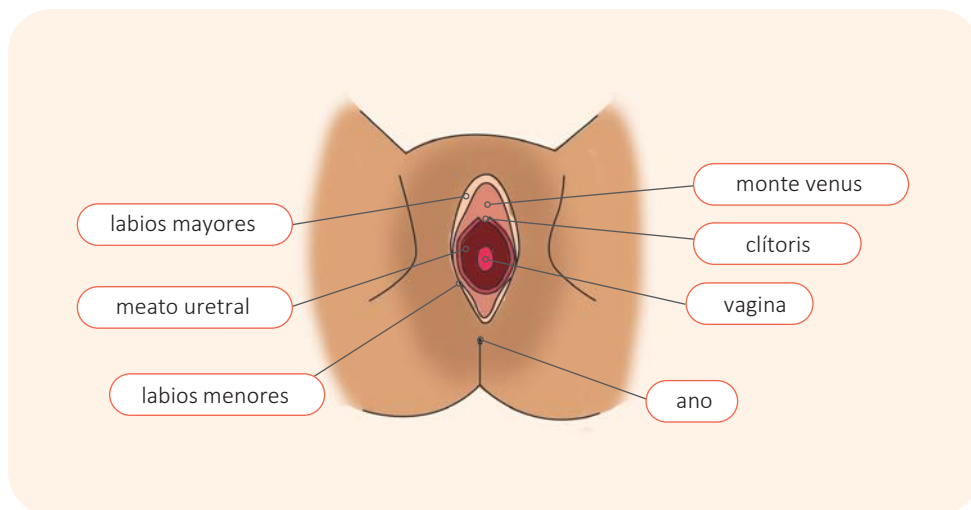
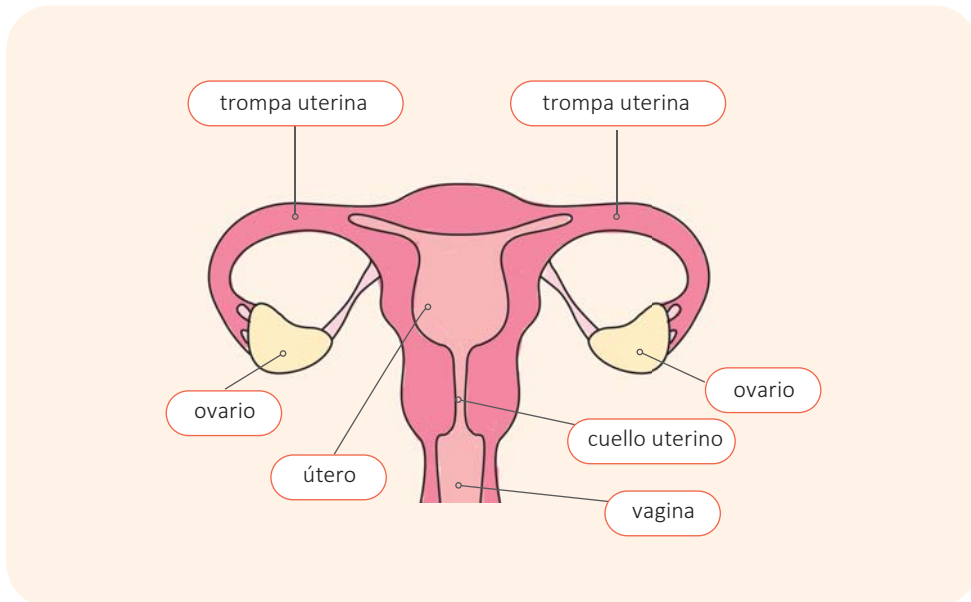




Imagen N.º 2: Órgano sexual interno y externo de las mujeres



- Al terminar el ejercicio, pídeles que observen las imágenes de los órganos sexuales que tienen en su cuaderno de trabajo, y que se guíen de lo trabajado para ubicar correctamente los nombres de los órganos sexuales donde corresponde. A continuación, indícales que observen las imágenes del ciclo menstrual y de la fecundación. Esta parte puedes exponerla o explicarla, y, si hay dudas, resolverlas.
- Por último, puedes pedirles a tus estudiantes que revisen los mitos sobre la menstruación. A continuación, preguntarles si los han escuchado antes y pídeles su opinión sobre ellos.
- Finalmente, invítalos a revisar las “ideas valiosas” o a leerlas en voz alta. Puedes completar o reforzar las ideas valiosas con algunas ideas de tus estudiantes o tuyas, o las que puedas rescatar de la lectura complementaria “Embarazo en la adolescencia, género y derecho”.

### ● **Valoro lo que aprendí**

- Invita a cada estudiante a leer y responder las preguntas sobre sobre la importancia de conocer nuestros cuerpos reproductivos
- Organiza una plenaria para socializar estas reflexiones con todo el grupo.

### Cierre

### ● **Me comprometo**

- Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales con base en la actividad desarrollada, tomando en cuenta los enunciados que se presentan en esta sección de su cuaderno de tutoría.

### ■ **Recursos complementarios para esta actividad**

Pídeles que escriban todos las jergas que utilizan para referirse a los órganos sexuales del hombre y de la mujer. Indícales que de aquí en adelante deben tratar de acostumbrarse a nombrarlos por su nombre científico en el colegio.

## **Actividad 8**    **Somos diferentes e igual de valiosos**

### ■ **Lectura complementaria<sup>21</sup>**

#### **Igualdad de género e infancia**

Si se pusiera fin a la discriminación de género, se conseguiría mejorar las condiciones de vida de las mujeres y de la infancia. Esto, a su vez, tendría efectos positivos en la situación y el desarrollo de las comunidades y los países donde viven.

“Si las mujeres no reciben educación, no gozan de buen estado de salud y no gozan de autonomía, quienes sufren son los niños”, denuncia Unicef en el *Informe sobre el Estado Mundial de la Infancia 2007*. De esta manera, este organismo ha querido analizar la situación de las mujeres en todo el mundo. El informe llega a la conclusión de que si se pusiera fin a la discriminación basada en el género, se obtendría un “doble dividendo”: mejorar las condiciones de vida de las mujeres y de la infancia. Esto tendría efectos positivos en la situación y el desarrollo de las sociedades de todo el mundo.

Estudios realizados por las Naciones Unidas revelan que si a las mujeres se les ofrece el mismo apoyo que a los hombres en la agricultura, estas incrementan un 20% el rendimiento de la tierra de cultivo. Así, las desigualdades de género llevan consigo un alto costo social y económico. Estudios realizados en Latinoamérica ponen de manifiesto que si se eliminasen las desigualdades en el mercado laboral, el Producto Bruto Interno (PBI) aumentaría en más de un 5%. Unicef denuncia que las mujeres siguen estando por detrás de los hombres en la obtención de ingresos, propiedades y bienes. Las Naciones Unidas avalan esta denuncia con cifras: la mujer trabaja más, pero solo posee un 1% de la riqueza de la tierra. Además, el trabajo femenino es remunerado entre 30 y 50 % menos que el trabajo de un hombre.

<sup>21</sup> Adaptado de Muñoz, A. (2006). Igualdad de género e infancia. *Centro de Colaboraciones Solidarias*. Recuperado de [http://www6.rel-uita.org/sociedad/igualdad\\_genero\\_infancia.htm](http://www6.rel-uita.org/sociedad/igualdad_genero_infancia.htm)

La falta de autonomía de la mujer provoca graves problemas para la infancia. Si las mujeres tuviesen la misma influencia que los hombres en la toma de decisiones, habría 13 millones menos de niños desnutridos en Asia y cerca de dos millones de niños estarían mejor alimentados en África subsahariana. También mejoraría la salud familiar, disminuirían las tasas de mortalidad infantil y aumentaría el número de niños escolarizados, sobre todo de niñas.

La educación es uno de los aspectos fundamentales para reducir la desigualdad de género. Una mujer formada conoce sus derechos y puede exigirlos. Una niña que consigue acabar sus estudios primarios tendrá una vida mejor, pero también su familia y su comunidad se beneficiará de ello: tendrá menos hijos, mejorará la alimentación y la higiene familiar, controlará mejor las enfermedades y buscará la forma de que sus hijos tengan una vida mejor.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Somos diferentes e igual de valiosos”.
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.

### Desarrollo

- **Me acerco al tema**
  - Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta en esta sección y a leer los comentarios que hace cada uno de los estudiantes en esta imagen. Pídeles que comenten algunas actividades de su vida cotidiana, que ellos hacen como hombres o mujeres.
  - Luego, indícales que respondan las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto” comentando si piensan que hombres y mujeres pueden realizar las mismas actividades y cómo se sienten frente a eso.
- **¿Qué conozco?**
  - Invita a cada estudiante que realice el ejercicio que se plantea en esta sección. Para esto, explícales que deben recordar lo que pensaban cuando eran niños acerca de lo que las mujeres y los hombres pueden o no pueden hacer. Diles que intenten recordar lo que las personas adultas les decían. Por ejemplo: “Las niñas no deben jugar brusco, los niños no lloran”.
  - Ahora pregúntales si actualmente siguen pensando lo mismo sobre como deben comportarse como hombres y como mujeres, o si sus ideas han cambiado. Pídeles que lo compartan en parejas o en grupos pequeños.
  - A continuación, plantéales resolver en grupos la interrogante del recuadro “Conversamos en grupo”. Pueden comentar si piensan que las costumbres o creencias sobre las mujeres y los hombres son iguales en todas las comunidades. Organiza una plenaria para compartir sus ideas y descubrir si son parecidas o diferentes.
- **Mis nuevos aprendizajes**
  - Pídeles que respondan de manera individual las preguntas de la sección “Me pregunto y comparto” y que en los mismos grupos compartan sus respuestas.
  - Plantea una conversación en grupos sobre lo que acaban de leer que reflexionen sobre las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”.

- Organiza una plenaria para intercambiar sus ideas sobre las responsabilidades que tenían mujeres y hombres en la época de sus abuelos. Comparen lo que hacían en esa época con lo que mujeres y hombres hacen en la actualidad.
- Diles que observen el diálogo y la información que se presenta a continuación en su cuaderno de Tutoría. Invítalos a completar los dos recuadros: "Ideas que tengo sobre los hombres" e "Ideas que tengo sobre las mujeres".
- Luego, pídeles que se reúnan en grupos de tres o cuatro personas para intercambiar sus ideas y reflexionar juntos sobre aquellas ideas o situaciones que pueden limitar a los hombres o a las mujeres, respondiendo a las interrogantes de la sección "Conversamos en grupo". 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 hombres como mujeres nos encarguemos del cuidado de la casa" o "No voy a permitir que me digan que no debo llorar porque soy hombre".
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro "Ideas valiosas", al final de esta sección. Puedes completarlas con tus propias ideas, las de tus estudiantes u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: "Igualdad de género e infancia".

### ● **Valoro lo que aprendí**

- Invita a cada estudiante a leer y completar los tres recuadros que se presentan en esta sección identificando situaciones en las que se valora por igual a hombres y mujeres, en su familia, colegio y comunidad, así como las situaciones que les gustaría que cambien para que las mujeres de su familia y de su comunidad se sientan más felices y realizadas.
- Organiza una plenaria para socializar sus reflexiones con todo el grupo.

### Cierre

#### ● **Me comprometo**

- Pide a cada estudiante que escriba sus compromisos personales con respecto a esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones de tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con las tuyas. Escríbelas en la pizarra o en un papelote que colocarás en un lugar visible del salón.

### ■ **Recursos complementarios para esta actividad**

Pídeles que pregunten a sus abuelos u otros ancianos de su comunidad cómo les enseñaron que debía ser y cómo debía comportarse "una buena mujer" o "un buen hombre", así como las situaciones que les gustaría que cambien para que las mujeres de su familia y de su comunidad se sientan más felices y realizadas.

Aprovecha la sección "**Valoro lo que aprendí**" para plantear a tus estudiantes el ejercicio de imaginarse dentro de unos años como madres o padres. Pregúntales cómo criarían a sus propios hijos para que no se sientan limitados por el hecho de ser mujeres o hombres.

## Actividad 9 Decimos “¡No!” fuerte y claro

### ■ Lectura complementaria<sup>22</sup>

#### Pertenecer al grupo en la adolescencia y responder a la presión

Es normal que en la adolescencia sientas que es muy importante pertenecer a un grupo, por lo cual puede ocurrir que te sientas tentado de hacer lo que otros desean, ya sea por presión de tus amigos o por mensajes idealizados de los medios de comunicación (“Lo que está de moda... Lo que es *cool*”).

El deseo de permanecer en el grupo puede hacer que te “dejes llevar” sin estar necesariamente de acuerdo con hacer lo que te proponen, lo cual, sin darte cuenta, puede meterte en problemas.

Recuerda que si te encuentras en una situación así, siempre puedes hacer lo que realmente quieres sin dañar a otras personas. **Ser fiel a lo que crees y quieres te hará sentir bien contigo mismo, tus amigos conocerán tu postura con claridad y aprenderán a respetarla**, sin forzarte a hacer nada que no quieras.

Si alguna vez sientes presión de alguien, puedes llevar a cabo estas recomendaciones o pasos:

#### Pasos para manejar la presión de grupo

##### 1. Haz muchas preguntas

- "¿Qué vas a hacer?"
- "¿Para qué quieres ir allí?"
- "¿Con quién iríamos?"
- "¿Por qué quieres ir allí?"

##### 2. Menciona lo que podría ocurrir

- "¿Qué vas a hacer?".a
- "¿Para qué quieres ir allí?"
- "¿Con quién iríamos?"
- "¿Por qué quieres ir allí?"

##### 3. Sugiere otra opción, otro camino

- "¿Por qué mejor no vamos a hacer otra cosa?"
- "Vamos a jugar fútbol".
- "Vamos a ver un video".
- "¿Por qué no vamos a visitar a Patricia y a Daniela?"

##### 4. Sigue tu camino

- "Bueno yo ya me tengo que ir..."
- "Si no deseas hacer otra cosa, yo ya me voy..."

**Si tu compañero o amigo continúa insistiendo, puedes...**

##### 5. Permanecer sereno y tranquilo

- No te alteres, respira profundo y...

##### 6. Llama a tu amigo por su nombre y dile mirándole fijamente y con firmeza:

- "Fulanito, escúchame: '¡No voy a hacer lo que me pides y no insistas más!'".

<sup>22</sup> Adaptado de Programa Familias Fuertes Amor y Límites. (2014). *Guía para el facilitador OPS-GIZ*. Lima: Autor.

La capacidad para protegerse, la confianza en sí mismos y la certeza de poder encontrar ayuda externa únicamente pueden adquirirse con la ayuda de adultos responsables que tomen en serio a las niñas, los niños, las adolescentes y los adolescentes, y sus derechos.

Las niñas, los niños, las adolescentes y los adolescentes deben descubrir sus propias posibilidades y capacidades, deben aprender a distinguir entre las cosas y las situaciones que les resultan agradables y desagradables, o las que consideran correctas o incorrectas, como también deben aprender a confiar en sus sentimientos y transmitirlos.

Las niñas, los niños y las adolescentes y los adolescentes que no se pueden comunicar con confianza y libertad en situaciones diarias absolutamente normales tampoco son capaces de demostrar esta actitud cuando sufren algún tipo de abuso sexual.

Puedes enseñarles a identificar a tus estudiantes si se encuentran frente a una situación de riesgo de violencia sexual y cómo reaccionar para poder protegerse.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: "Decimos '¡No!' fuerte y claro".
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.

### Desarrollo

- **Me acerco al tema**
  - En un ambiente de calma, promueve la lectura del caso de Julio en forma personal, poniendo atención a lo que le sucede a Julio.
  - Brinda el tiempo necesario para que tus estudiantes reflexionen, con base en las preguntas planteadas en el recuadro "Me pregunto y comparto". Además, en el compartir, enfatiza lo siguiente:
    - Qué es la presión de grupo y cómo se puede responder a ella.
    - Que ellos son valiosos y, por esa razón, deben aprender a cuidarse de cualquier situación de riesgo.
    - Que reconozcan que en muchas situaciones se van a encontrar solos y que es necesario que puedan identificar situaciones de peligro y evitarlas.
    - Que un riesgo es aquella situación que pone en peligro su integridad y su salud física o emocional. Anotar la definición en un cartel o en la pizarra.
  - Asimismo, identifica que Julio no pudo contestar asertivamente y promueve que expresen cómo se debe responder en una situación así. Además, pídeles que se ejerciten mencionando otras situaciones similares y que se expresen diciendo "No" y den las razones del caso.
  - Invita a tus estudiantes a conversar en grupo y promueve la participación de todos, al responder las preguntas planteadas. Enfatiza que Julio necesita fortalecer su autoestima y aprender a responder asertivamente, es decir, comunicando lo que piensa y siente, respetándose y respetando a los demás.
- **¿Qué conozco?**
  - Invita a que cada estudiante complete el cuadro "Expresamos nuestros sentimientos". Para ello, tienen que observar cada rostro y anotar en la primera fila el sentimiento que consideran que se está reflejando. Las emociones que se muestran en la primera fila del cuadro son alegría, desagrado, cólera, tristeza y susto o miedo.

- A continuación, calmadamente, pídeles que lean cada situación y marquen en la casilla correspondiente el sentimiento que les surge al leer el caso. Indícales que resuelvan cada situación, fila por fila.
- En grupo, se inicia el diálogo y el intercambio de sus anotaciones, con base en las preguntas correspondientes.
- Es importante transmitir a los adolescentes de que ninguna de sus emociones es mala en sí misma, que ellas son naturales y lo que a veces resulta problemático es la manera en que las expresamos.
- Invita a que lean primero en forma personal el caso de Inés. Luego del tiempo necesario de lectura, promueve la conversación en grupo según las preguntas del caso.
- De las conclusiones de los grupos, rescata la idea de que la **violencia sexual** es toda acción de índole sexual realizada contra una niña, un niño, una adolescentes o un adolescente menor de edad para la satisfacción de su agresor o agresora. Estos actos de tipo sexual pueden ser con o sin contacto físico. La violencia sexual puede darse por presión o coacción (amenazas, acoso o intimidación) o manipulación (por ejemplo, que el agresor entregue regalos o dinero, mejore las notas para convencer a la víctima, etc.). En el caso de menores de 14 años, aunque la relación sea aparentemente consentida por la menor o 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).
- Rescata y anota los aportes con relación a las medidas de autocuidado.

### ● Mis nuevos aprendizajes

- Revisa, junto con los estudiantes, los contenidos sobre la presión de grupo y cómo responder a ella (caso de Julio), riesgo y violencia sexual, autocuidado: SOS y NAC.
- Explica lo que es la presión de grupo y qué pueden hacer cuando se encuentren en una situación así.
- Explica que una situación de riesgo es **aquella situación que pone en peligro su integridad y su salud física o emocional**.
- Explica que el miedo o la cólera no debe paralizarlos, más bien deben verlos como señales de alarma que nos movilizan a realizar acciones para superar el peligro, por ejemplo, buscar ayuda.
- Revisa con ellos 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 valiosas que se presentan a continuación. Puedes completarlas con tus propias ideas valiosas o las de tus estudiantes.

### ● Valoro lo que aprendí

- Invita a que cada estudiante resuelva el cuadro "¿Son flores o son espinas?". Para ello deben leer calmadamente cada situación, marcar según lo que sienten y finalmente identificar las situaciones SOS.
- Dales el tiempo necesario, verifica con cada estudiante sus respuestas y esclarece, de ser necesario, las situaciones SOS. Las situaciones SOS son la 2, la 3 y la 5.
- Finalmente, practiquen todos el decir "¡No!" fuerte y claro. Puedes practicar planteando, junto con tus estudiantes, situaciones en las que se dan invitaciones que conllevan una situación de riesgo como las siguientes:
  - a. ¡Vamos a la discoteca de adultos!
  - b. No le digas a tu familia a donde vamos a ir...
  - c. Prueba esto, todo el mundo lo fuma.
  - d. Te voy a dar regalos si te dejas tocar.

## Cierre

### ● Me comprometo

- Orienta a que cada participante anote su compromiso ante una situación de violencia.
- A continuación, atiende a que todos llenen el nombre de tres personas que son de su confianza para contarles si se enfrentan a situaciones de violencia sexual.
- Agradeces a todos por su participación.

### ■ Recursos complementarios para esta actividad

Puedes solicitar voluntarios para hacer breves sociodramas de los tres casos presentados en el cuadro. Las respuestas deberán ser asertivas para cada caso, poniendo énfasis en el "¡No!" y en acciones como alejarse y avisarle a alguien que los pueda proteger.

## Actividad 10 Organizo mi tiempo y espacio para aprender mejor

### ■ Lectura complementaria<sup>23</sup>

#### Organización del estudio

La organización del tiempo y las tareas resulta un factor clave para estudiar mejor. Es muy importante elaborar un calendario, fijar metas y objetivos, o crear un plan para afianzar lo trabajado en el colegio, integrarlo a las actividades cotidianas y así reforzar a diario los conocimientos.

Algunos consejos para organizar y planificar el tiempo de estudio pueden ser los siguientes:

#### 1. Apuntar las fechas clave en una agenda

Es importante anotar y tener presente las fechas importantes asociadas con el estudio, por ejemplo, los periodos de clases y el tiempo de vacaciones, las fechas de exámenes, los días en los que se deben presentar proyectos o trabajos, etc. De esta forma, podrás organizar tu tiempo para cumplir con las responsabilidades en las fechas previstas.

#### 2. Fijar objetivos diarios

Planifica tu tiempo cada día. Para ello, establece las actividades o tareas que quieres acabar cada día, y anota qué deberás hacer para lograrlo. Da prioridad a los temas urgentes, pero dedica también un tiempo de estudio para revisar los contenidos de cada asignatura. Incorpora en tu plan del día actividades cotidianas y de trabajo familiar y comunal.

#### 3. Establecer un horario

Es recomendable que estudies todos los días a la misma hora para establecer una rutina y acostumbrarte a cumplir los objetivos diarios. En ese tiempo que dedicas a estudiar, realiza primero las actividades o trabajos de entrega más próxima y después estudia o repasa otros temas tratados en el colegio. Entre una actividad y la siguiente es recomendable un descanso de cinco minutos.

#### 4. Repartir el tiempo de estudio para cada asignatura

Para organizarte de manera más eficaz, debes establecer más tiempo para las materias más complejas, aquellas que te cuestan más. Puedes comenzar por las tareas más complicadas, ya que estarás menos cansado, y dejar lo más sencillo para el final.

#### 5. Ser constante

La mejor manera de mejorar la planificación y organización del estudio es perseverar. Así que, aunque al principio te resulte complicado, estudia todos los días, trata de cumplir las metas que

<sup>23</sup> Adaptado de Banegas, P. (2017). *La planificación y organización del tiempo en el estudio*. Recuperado de <http://www.infotecarios.com/planificar-tiempo-estudio/#.W7X5OmhKjIU>



te hayas marcado y respeta los horarios. Pero si un día no puedes cumplir las horas o no llegas a revisar todos los contenidos marcados, no te preocupes ni te desanimes; reajusta la planificación y retómala con nuevas fuerzas al día siguiente.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

---

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Organizo mi tiempo y espacio para aprender mejor”.
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.

### Desarrollo

---

- **Me acerco al tema**
  - Invita a tus estudiantes a observar la situación que se presenta al inicio de esta sección. Coméntala junto con ellos, acoge sus opiniones y anímalos a contar situaciones similares que hayan vivido en su casa.
  - Luego, pídeles que en parejas revisen y respondan las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”. Invita a algunos voluntarios a comentar sus reflexiones ante todos.
- **¿Qué conozco?**
  - Pide a tus estudiantes que observen la situación que se presenta al inicio de esta sección. Coméntala junto con ellos y escucha sus opiniones sobre dicha situación. 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. Pídeles que identifiquen aquello que les ayuda cuando estudian en casa o en el colegio, y también aquellos problemas que tienen. Diles que lo escriban en el lugar indicado de su cuaderno de Tutoría y que luego se organicen en parejas para comentarlo.
  - Organízalos en grupos para que comenten y respondan las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”.
- **Mis nuevos aprendizajes**
  - Invita a tus estudiantes a revisar la información que se presenta en esta sección acerca de lo que significa ser autónomos. Invítalos a escribir en el siguiente recuadro sus ideas sobre lo que significa para ellos ser autónomos, recurriendo a sus propios ejemplos. Pide que algunos voluntarios los compartan con todos.
  - Ahora revisa con ellos la siguiente información sobre lo que implica ser autónomos. Luego, organízalos en grupos de tres o cuatro personas para que reflexionen juntos sobre las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”.
  - Diles que, de manera personal, escriban sus principales reflexiones acerca de sus propias dificultades para organizar su espacio y tiempo de estudio en el recuadro correspondiente de su cuaderno de Tutoría.
  - A continuación, invítalos a revisar la información sobre la organización del tiempo, que se presenta en esta sección. Diles que miren con atención el ejemplo de horario que ha hecho Pedro de su colegio y de su residencia para organizar su tiempo de estudio y otras actividades. Pídeles que lo comenten en parejas.

- Luego, diles que revisen la información sobre la organización del espacio, que también se presenta en esta sección. Pídeles que reflexionen juntos sobre los consejos que se plantean y que comenten si ellos también tienen otros consejos para compartir con el grupo.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, que está al final de esta sección. Puedes completarlas con las ideas de tus estudiantes, tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “Organización del estudio”.

### ● **Valoro lo que aprendí**

- Invita a tus estudiantes a elaborar su propio horario para organizar su tiempo de estudio, actividades cotidianas y tiempo libre.
- Organiza una plenaria para mostrar sus horarios, comentarlos y que cada uno pueda enriquecer el suyo con ideas de los demás.
- Luego, invítalos 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 con respecto a esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones de tus estudiantes; puedes enriquecerlas con las tuyas. Escríbelas en la pizarra o en un papelote que colocarás en un lugar visible del salón.

### ■ **Recursos complementarios para esta actividad**

En la sección “**Mis nuevos aprendizajes**”, invita a tus estudiantes a hacer dibujos sobre cómo sería su espacio ideal para estudiar: qué características debe tener, qué cosas debe haber, dónde debe estar cada cosa, etc. Hagan una exposición de los dibujos elaborados.

## 3.2. Orientaciones pedagógicas: cuaderno de segundo grado



### **En el segundo grado se desarrollan diez actividades:**

1. Nos organizamos en el colegio
2. La diversidad cultural, una oportunidad para todos
3. Aprendo a conocer y autorregular mis emociones
4. Soy importante en mi comunidad
5. ¡Estoy cambiando! Me acepto y me cuido
6. Vivo mi sexualidad desde mis decisiones.
7. Todo a su tiempo... y de manera informada.
8. ¿Cómo aprendo mejor?

## Actividad 1 Nos organizamos en el colegio

### Lectura complementaria<sup>24</sup>

#### Organizaciones estudiantiles: importancia y aprendizajes

La organización estudiantil permite promover la participación ciudadana en la escuela y la comunidad, al desarrollar acciones colectivas para atender, ejercer o defender los derechos y las responsabilidades individuales y de grupo.

El acto de participar en los asuntos de la escuela y la comunidad requiere el desarrollo de una serie de aprendizajes, los mismos que se dan durante todo el proceso organizativo. Su foco de atención abarca dos ámbitos:

#### 1. El fortalecimiento de la identidad adolescente

Los aprendizajes que contribuyen a fortalecer la identidad de los adolescentes son los siguientes:

- **La comunicación asertiva.** Habilidad que favorece la expresión y la escucha de necesidades e intereses sin violentar a la otra persona y fortaleciendo el diálogo.
- **La autoestima.** Capacidad que permite el reconocimiento de las potencialidades, del valor propio y el de las demás personas.
- **La cooperación o colaboración.** Acto de crear vínculos de confianza que permiten ayudar, compartir esfuerzos, animar, explicarse algo, discutir, etc., que se dirige hacia el logro de un objetivo común.
- **El manejo de conflictos.** Ejercicio cuyo objetivo es lograr la satisfacción del máximo de intereses y necesidades, con base en el respeto por el sistema de valores de cada cual y en la búsqueda de una solución integradora, creativa y no violenta que, aunque puede demandar mayor tiempo, asegura que el conflicto no permanezca latente.

#### 2. La actuación ciudadana de los adolescentes como líderes democráticos

Es importante, en este sentido, que los líderes desarrollen aprendizajes para...

- Representar, es decir, conocer y reivindicar los intereses, las necesidades y las demandas del grupo de estudiantes.
- Negociar, lo cual significa establecer una comunicación entre los intereses, las necesidades y las demandas de su grupo y las del colegio y la comunidad, en la perspectiva de lograr acuerdos para la acción que satisfagan lo mejor posible a las partes involucradas.
- Gestionar, que se refiere a organizar y desarrollar estrategias para definir y cumplir con los objetivos propuestos. Se establece así una relación entre el presente que se quiere transformar y el futuro que se desea, a partir de una intervención planificada.

### Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

#### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: "Nos organizamos en el colegio".
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.

<sup>24</sup> Adaptado de Pablo, F. (2001). *La organización estudiantil: una posibilidad de participación ciudadana*. Lima: Asociación de publicaciones educativas. Recuperado de [https://tarea.org.pe/wp-content/uploads/2016/09/Flor\\_Pablo\\_La\\_Organizacion\\_Estudiantil.pdf](https://tarea.org.pe/wp-content/uploads/2016/09/Flor_Pablo_La_Organizacion_Estudiantil.pdf)

## Desarrollo

### ● Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta al inicio de esta sección, sobre el “Encuentro de talentos”.
- Pídeles que se organicen en grupos de tres o cuatro personas para leer juntos y responder las interrogantes que acompañan esta imagen en el recuadro “Me pregunto y comparto”. Explícales que les permitirán reflexionar juntos sobre las organizaciones escolares en su colegio.
- Invita a un voluntario de cada grupo a compartir lo principal de sus reflexiones.

### ● ¿Qué conozco?

- Invita a cada estudiante a dibujar una actividad que recuerda que organizó junto con sus compañeros en el colegio. Diles que a continuación escriban información sobre esta actividad, de acuerdo con lo que se pregunta en su cuaderno de Tutoría: ¿cómo se llamó? ¿Por qué la organizaron? ¿Qué hicieron?
- A continuación, pídeles que escriban en los dos recuadros finales acerca de su experiencia organizándose: ¿qué fue lo más fácil? ¿Qué fue lo más difícil?

### ● Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a leer la información que se presenta en esta sección acerca de la organización escolar. Diles que miren los ejemplos de situaciones que les exigen organizarse y que cada uno de ellos también escriba algunos ejemplos en el recuadro correspondiente.
- Luego, pídeles que se organicen en grupos de tres o cuatro personas para reflexionar sobre la interrogante del recuadro “Conversamos en grupo”. Luego, diles que escriban en el recuadro las interrogantes sobre situaciones importantes para que tus estudiantes se organicen en el colegio. Invita a algunos voluntarios a comentar las situaciones que escribieron.
- Ahora oríentalos a mirar el esquema sobre cómo está organizado el municipio escolar. Cuéntales que es una organización de estudiantes que existe en algunos colegios de nuestro país.
- Luego, diles que se organicen en grupos para responder las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”, que trata sobre el municipio escolar y las organizaciones que existen en su colegio. Acompáñalos en su reflexión para ayudarlos a imaginar qué organizaciones estudiantiles podrían crearse en su colegio.
- A continuación, revisen todos juntos la información que se presenta sobre las habilidades y las actitudes personales que debemos tener y fortalecer para organizarnos. Puedes pedir que cada estudiante lea una de ellas en voz alta y comente si cree que la tiene o si debiera desarrollarla.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, al final de esta sección. Puedes complementar las oraciones con las ideas de tus estudiantes o con tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “Organizaciones estudiantiles: importancia y aprendizajes”.

### ● Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a que revisen el diálogo que se presenta al inicio de esta sección y comenten juntos sus ideas sobre organizaciones estudiantiles que podrían conformar en su colegio.
- Luego, pide a cada uno de tus estudiantes que complete los recuadros con las ideas de la organización estudiantil que le gustaría crear.
- Organiza una plenaria para intercambiar sus ideas sobre posibles organizaciones estudiantiles en su colegio.

## Cierre

### ● Me comprometo

- Pide a cada estudiante que escriba sus compromisos personales con respecto a esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones de tus estudiantes (puedes enriquecerlas con las tuyas). Escríbelas en la pizarra o en un papelote que colocarás en un lugar visible del salón.

### ■ Recursos complementarios para esta actividad

En la sección **“Mis nuevos aprendizajes”**, aprovecha la información que se presenta sobre habilidades y actitudes personales para organizar a tus estudiantes y proponerle a cada uno de ellos hacer una revisión personal sobre cuáles tiene y cuáles debería fortalecer. Pueden coger un papelote grande, dibujar su silueta y escribir hacia un lado aquellas habilidades y actitudes que sí tienen, y hacia el otro lado aquellas que necesitan fortalecer.

En la sección **“Valoro lo que aprendí”**, puedes proponer a tus estudiantes hacer una exposición donde cada uno presente la organización estudiantil que le gustaría crear en su colegio. Luego, pueden hacer una votación para elegir aquella organización que podrían comenzar a crear y, con tu ayuda, escriben los pasos que tendrían que seguir para llevarla a cabo.

## Actividad 2 La diversidad cultural, una oportunidad para todos

### ■ Lectura complementaria<sup>25</sup>

#### Diversidad cultural en la Amazonía peruana

La diversidad cultural se refiere a los conocimientos que a través del tiempo han adquirido los diferentes grupos humanos, los usos y las costumbres que se manifiestan en el uso de los recursos naturales renovables y no renovables, la cosmovisión del mundo, la vestimenta y los ornamentos, y sus proyecciones al futuro.

Una de las más grandes contribuciones de los pueblos indígenas es el conocimiento de plantas medicinales para el tratamiento de enfermedades; sin embargo, no se les dan los créditos necesarios ni el derecho que tienen sobre dichos recursos naturales en cuanto a la propiedad, salvo el título de *obtentores* o guardianes del conocimiento ancestral.

La Unesco ha considerado justo resaltar el papel de las comunidades indígenas en cuanto a su cultura y el respeto a su conocimiento y sabiduría ancestral. En el caso de las comunidades indígenas de la Amazonía, ellas tienen muchas similitudes, ya que ocupan ecosistemas similares; sin embargo, también existen grandes diferencias en el tratamiento, uso y cuidado de sus recursos, pues comprenden que si se acaba el recurso, se acaba su existencia como grupo.

<sup>25</sup> Adaptado de Pezo, R. (2007). *Diversidad cultural en la Amazonía Peruana*. Recuperado de <https://www.aiu.edu/publications/student/spanish/Diversidad-Cultural-en-la-Amazonia-Peruana.htm>

En la Amazonía peruana existe una gran diversidad de grupos indígenas, los cuales presentan características similares y también particulares. Algunos de ellos son los siguientes:

- **Los huitoto.** Están ubicados en el departamento de Loreto. Cultivan la yuca amarga, el plátano, el maíz, el maní, el camote y el zapallo, con el sistema de roza y quema. Complementan su dieta con productos de caza, pesca y recolección de frutos de palmeras y árboles del bosque, como el ungurahui, el aguaje y el pijuayo, que también utilizan para la venta. Tienen como costumbre los encuentros entre malocas, una celebración por la época de cosecha, el final de la estación de cacería o el cambio de nombre de una persona. El maguaré anuncia la ocasión festiva, para la cual danzan los hombres en grupos. Destaca el baile de yuag.
- **Los achuar.** Estos se ubican en las riberas de los ríos Huasaga, Morona y Pastaza. Resalta la existencia de un equilibrio entre el número de hombres y mujeres, situación poco común para la población indígena amazónica, en la que se aprecia un claro predominio en el número de hombres. Extraen madera con fines comerciales, pero esta labor es manejada por patrones que controlan los precios. Practican la poligamia, la pintura de guerra, el discurso de guerra (*aujmamú*) y la tradicional toma de guayusa (*wayus*). Después de tomar la *wayus*, a las tres o cuatro de la madrugada, la vomitan. Esta planta genera un estado de equilibrio y relajación para planificar y enseñar conocimientos de padres a hijos.
- **Los huambisa.** Están situados en los departamentos de Loreto y Amazonas. Hablan el jíbaro. Es un grupo joven y en proceso de crecimiento. En la zona del río Santiago producen oro, utilizando técnicas artesanales. También en muchas comunidades producen madera para los patrones. Su religión se basa en una relación con los espíritus del bosque, de los ríos y de las lagunas, y con la tierra, las plantas y los animales. Practican el chamanismo y la ingesta de ayahuasca.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “La diversidad cultural, una oportunidad para todos”.
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.

### Desarrollo

- **Me acerco al tema**
  - Invita a tus estudiantes a observar las dos situaciones que se presentan en esta sección. Coméntales que en cada situación el médico tiene una reacción diferente ante la consulta que trae la señora sobre su bebé.
  - 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 recuadro “Me pregunto y comparto”. Invita a algunos voluntarios a compartir sus ideas.



### ● **¿Qué conozco?**

- Diles que miren los recuadros que contienen palabras y pídeles que marquen con una X aquellos que expresan cómo se siente una persona cuando no es respetada por sus costumbres y su cultura. También pueden escribir otros sentimientos en los recuadros que están en blanco.
- Luego, pídeles a tus estudiantes leer el diálogo que se presenta al inicio de esta sección. Coméntalo junto con ellos, y recoge sus ideas y sensaciones.
- Por último, pide a cada estudiante que recuerde y escriba una situación parecida que haya vivido o presenciado, en la que sintió que no se respetaron sus costumbres y su cultura o las de otra persona. Invita a algunos voluntarios a comentar 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 una de estas personas comenta.
- Pídeles que identifiquen y comenten acerca de la riqueza cultural de sus propias comunidades. Diles que se organicen en grupos de tres o cuatro personas y respondan juntos las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”. Luego, cada uno puede dibujar una costumbre o un saber de su comunidad en el recuadro vacío. Los estudiantes deberán socializar sus dibujos.
- Luego, invítalos a conversar en grupos sobre las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”, y que procuren encontrar semejanzas y diferencias entre las costumbres o los saberes de sus comunidades. Diles que escriban sus principales hallazgos en el recuadro del costado.
- Pídeles que revisen la información que se presenta a continuación sobre la diversidad cultural y también las situaciones que se encuentran al final de la página. Coméntenlas entre todos.
- Pídeles que ahora revisen y escriban su opinión personal acerca de las dos situaciones que se encuentran en la página final de esta sección. Organiza una plenaria para que intercambien sus opiniones sobre estas situaciones. Acoge otros ejemplos de situaciones que ellos deseen contar.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, que está al final de esta sección. Puedes complementar con tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “Diversidad cultural en la Amazonía Peruana”.

### ● **Valoro lo que aprendí**

- Invita a tus estudiantes a revisar la situación que se plantea en esta sección y cómo ante ella puede haber una respuesta negativa o una respuesta positiva.
- Invítalos a que en los siguientes recuadros cada uno de ellos plantee una situación similar y ensayen una respuesta positiva y otra negativa ante dicha situación.
- Organiza una plenaria para presentar y comentar las situaciones que cada uno ha planteado.

## Cierre

### ● **Me comprometo**

- Pide a cada estudiante que escriba sus compromisos personales con respecto a esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones de tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con las tuyas. Escríbelas en la pizarra o en un papelote que colocarás en un lugar visible del salón.

## Recursos complementarios para esta actividad

En la sección **“Mis nuevos aprendizajes”**, puedes organizar una exposición de arte de la siguiente manera. En diferentes partes del salón, puedes colocar títulos relacionados con aspectos de las culturas; por ejemplo, formas de vestir, lengua, relación con la naturaleza, creencias religiosas, etc. Debajo de cada título coloca un papelote para que dibujen la diversidad de prácticas que conocen en cada uno de estos aspectos. Luego, organiza una visita entre todos a esta exposición de arte, para apreciar y valorar la enorme riqueza cultural de nuestro país.

En la sección **“Valoro lo que aprendí”**, puedes organizar un juego. Distribuye a tus estudiantes en tres grupos. El primer grupo debe plantear una situación que tenga que ver con el encuentro entre culturas con costumbres diferentes. El segundo grupo debe plantear una respuesta positiva y el tercer grupo una respuesta negativa ante esta situación. Luego, intercambian los roles, de manera que cada grupo pase por todos. Pueden repetir el juego varias veces.

## Actividad 3 Aprendo a conocer y autorregular mis emociones

### Lectura complementaria<sup>26</sup>

#### La inteligencia emocional: cómo controlar las emociones

La inteligencia emocional te permite identificar y entender tus propios estados de ánimo: reconocer cuándo y por qué estás enfadado, nervioso o triste, y actuar sobre las causas y no solo sobre los síntomas. También te hace capaz de identificar que te diriges hacia **un estado emocional negativo**, entender lo que está ocurriendo y no quedarte permanentemente allí.

Algunas acciones que pueden ayudarte a controlar tus emociones negativas, como la cólera o el enojo, la tristeza, el nerviosismo, la ansiedad, son las siguientes:

#### Intenta recordar tus virtudes y éxitos

Consiste en pensar en lo que te ha provocado esa emoción, pero reduciendo su significado negativo. Ejemplo: en lugar de enfadarte porque has llegado tarde, puedes pensar que esta vez tuviste un problema para llegar a tiempo, pero que generalmente eres muy puntual.

#### Dirige tu atención hacia un asunto concreto

Consiste en desvincularte de la emoción negativa centrandote en pensamientos neutrales o positivos. Así evitarás que la emoción sea cada vez más intensa.

#### Piensa en tu futuro más inmediato

Aunque en ese momento tan solo seas capaz de vivir el presente y tu frustración, así como que el enfado o los nervios te parezcan importantes, pregúntate si seguirás sintiendo eso dentro de una semana.

#### Medita habitualmente

La meditación, la respiración, el intentar relajar tu mente y dejar de pensar ayuda a reducir la ansiedad. Conviene hacerlo de forma regular y no solo cuando tienes una emoción negativa.

<sup>26</sup> Adaptado de Navarro, P. (s. f.). Cómo controlar las emociones: 10 técnicas que funcionan. *Habilidad Social*. Recuperado de <https://habilidadesocial.com/como-controlar-las-emociones/>



### Date permiso para preocuparte más tarde

Intentar suprimir una emoción provoca que vuelva de nuevo con más fuerza. Sin embargo, posponerla para más tarde puede funcionar. Tras un periodo de pausa, las emociones regresan con una intensidad menor.

### Escribe un diario de tus emociones

La escritura expresiva consiste en escribir acerca de tus pensamientos y sentimientos más profundos. Mantener un diario emocional en el que cuentas lo que vas sintiendo te ayudará a reducir la recurrencia de pensamientos negativos.

### Lo más importante: encuentra el motivo de tus emociones

La clave no está en luchar contra tus emociones, sino en reconocerlas y saber por qué se dan. Por ejemplo: “No me gusta sentirme así, pero tengo mucha envidia (reconoces la emoción) porque a Andrés lo han felicitado por su trabajo y a mí no (reconoces el porqué)”. Conocer la verdad de tus sentimientos te ayudará a tratar la causa.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Aprendo a conocer y autorregular mis emociones”.
- **¿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 la conversación entre dos amigos que se presenta en esta sección. Conversa con ellos acerca de lo que le ha ocurrido a Juan y las emociones que ellos 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 todos.
- **¿Qué conozco?**
  - Invita a tus estudiantes a leer el diálogo que se presenta al inicio de esta sección. Coméntalo, junto con ellos; recoge sus ideas y sensaciones.
  - Luego, pide a cada estudiante que recuerde y escriba en el recuadro siguiente tres situaciones que vivió en la última semana. Indícales que deben señalar las emociones que tuvieron en cada una de ellas.
  - Cuando hayan terminado, organízalos en grupos de tres o cuatro personas para comentar las situaciones que vivieron y las emociones que tuvieron. Pídeles que respondan las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”.
  - Acompaña y acoge las emociones que surjan en este ejercicio, sin juzgar ninguna de ellas, más bien permitiendo que tengan su lugar.
- **Mis nuevos aprendizajes**
  - Invita a tus estudiantes a revisar el esquema sobre las emociones que se presentan al inicio de esta sección. Conversa con ellos sobre las emociones que identifican y que han tenido alguna vez.
  - Luego, pide que cada uno de ellos complete los dos siguientes recuadros; para ello, deben escribir aquellas emociones que han sentido alguna vez (de las que se presentan en el esquema anterior) y también mencionar otras nuevas emociones que ellos identifican. Invítalos a comentarlas.

- Seguidamente, pídeles que observen el diálogo que se presenta a continuación y que completen los cuatro recuadros siguientes identificando y escribiendo situaciones que les generan las distintas emociones planteadas: cólera, alegría, miedo y vergüenza. Invita a algunos voluntarios a comentar lo que escribieron.
- Invítalos a revisar la situación que se presenta a continuación y a que reflexionen sobre lo que plantea la profesora y las diferentes reacciones de sus estudiantes. Pídeles que comenten la situación en grupos de tres o cuatro personas, teniendo en cuenta las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”.
- Luego, indícales que cada uno revise la información que se presenta a continuación sobre cómo autorregular nuestras propias emociones. Organiza una plenaria para comentar estas estrategias entre todos. Ayúdalos a vincularlas con sus propias experiencias.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, con tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “La inteligencia emocional: cómo controlar las emociones”.

### ● Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a revisar y completar cada una de las cuatro situaciones que se presentan en el ejercicio de esta sección.
- Organiza una plenaria para presentar y comentar las respuestas que dieron a cada una de las situaciones planteadas.

## Cierre

### ● Me comprometo

- Pide a cada estudiante que escriba su compromiso personal con respecto a esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones de tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con las tuyas. Escríbelas en la pizarra o en un papelote que colocarás en un lugar visible del salón.

### ■ Recursos complementarios para esta actividad

En la sección “**¿Qué conozco?**”, invita a tus estudiantes a preparar un diario personal en el que puedan escribir de forma cotidiana sus vivencias y las emociones que experimentan. Explícales que esto les ayudará a ser más conscientes de sus emociones e identificar por qué aparecen y cómo reaccionan ante ellas.



En la sección “**Valoro lo que aprendí**”, plantea a tus estudiantes una actividad artística. Ofréceles papeles, plumones, colores u otro material para pintar. Indícales que elijan alguna situación que vivieron en los últimos días y que les ha generado una emoción que les resulta difícil de explicar con palabras.

Pídeles que intenten expresar con un dibujo o pintura cómo se sienten. Explícales que no tienen que hacer un dibujo de algo que conozcan, simplemente pueden hacer trazos, garabatos o manchas de los colores que deseen y aquello que necesiten hacer para expresar con libertad cómo se sienten.

## Actividad 4 Soy importante en mi comunidad

### Lectura complementaria<sup>27</sup>

#### Filosofía del “buen vivir”

Los pueblos originarios de los Andes y la Amazonía proponen el “buen vivir” como una alternativa posible de vida para la humanidad y para el planeta.

El “buen vivir” es practicado milenariamente por las comunidades rurales y urbanas de Sudamérica. Está reconocido en las constituciones de Ecuador y Bolivia. Esta filosofía es practicada por los pueblos originarios indígenas y mestizos del Aby Yala (América), así como por otros pueblos del mundo. A nivel mundial se posiciona como un paradigma que emerge como camino para la transformación del modelo actual de estilo de vida.

#### Algunos de los planteamientos del “buen vivir” son los siguientes:

- Recuperar el sentido colectivo de la vida. La comunidad es la base de la organización social y de la redistribución de productos.
- Practicar la reciprocidad, como principio de todas nuestras relaciones con la naturaleza, las personas y la comunidad. Hoy por ti, mañana por mí.
- Vivir los ritmos de la naturaleza, con una alimentación sana, recuperando la soberanía sobre la tierra, los alimentos y la vida.
- Aplicar la democracia directa, en asambleas donde todas las personas participan, incluidas niñas, niños y jóvenes.
- Las abuelas y los abuelos son las máximas autoridades, pues tienen la experiencia y el conocimiento de la historia que nos guían en el “buen vivir”.
- La filosofía del “buen vivir” plantea otra visión del tiempo, distinto al de la producción y eficiencia. Se trata de recuperar un sentido más amplio del espacio-tiempo, que se traduce en ser más conscientes del aquí y el ahora.

El “buen vivir” es una propuesta global que respeta e impulsa los conocimientos locales como fuente del cambio y del retorno a la vida en armonía y equilibrio con la naturaleza.

### Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

#### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Soy importante en mi comunidad”.
- **¿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 las imágenes que se presentan al inicio de esta sección sobre los dos amigos y el cuidado del río.
- Pídeles que, en parejas, comenten ambas situaciones a partir de las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”. Invita a algunos voluntarios a expresar sus opiniones ante todos. Pregúntales si en sus comunidades ocurren situaciones parecidas.



<sup>27</sup> Adaptado de Introducción. (s. f). *Filosofía del buen vivir*. Recuperado de <http://filosofiadeldelbuenvivir.com/buen-vivir-2/blog/>

### ● **¿Qué conozco?**

- Pide a tus estudiantes que observen la situación que se presenta al inicio de esta sección. Coméntala junto con ellos resaltando la idea acerca de la ayuda que se brinda a las personas dentro de una comunidad.
- Pregúntales si recuerdan situaciones de su comunidad en las que las personas se ayudan y se dan la mano cuando alguien tiene una necesidad. Revisa con ellos el ejemplo que se presenta e invita a cada uno a escribir sus propios ejemplos.
- Organízalos en grupos de tres o cuatro personas para que cuenten lo que escribieron y dialoguen a partir de las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”.

### ● **Mis nuevos aprendizajes**

- Invita a tus estudiantes a revisar los textos que se presentan en esta sección.
- Conversen juntos sobre qué cosas son importantes hacer 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 que conversen sobre las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”.
- Luego, invita a que cada uno complete el cuadro sobre las acciones personales que realiza para contribuir con el “buen vivir” en su comunidad. Recuérdales que pueden escribir otras acciones que ellos hacen y que no se presentan en el cuadro.
- Organiza una plenaria para compartir y conocer las acciones que cada uno realiza en su comunidad. Felicítalos por estas acciones.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, al final de esta sección. Puedes complementarlas con tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “Filosofía del buen vivir”.

### ● **Valoro lo que aprendí**

- Invita a tus estudiantes a revisar y realizar el ejercicio de esta sección de forma personal. Explícales que deben recordar y escribir dos costumbres de su comunidad: una que contribuya al “buen vivir” y otra que nos aleja de esta forma de vida.
- Luego, pídeles que escriban lo que ellos realizan dentro de estas costumbres.
- Organiza una plenaria para presentar y comentar sus respuestas y reflexiones.

## Cierre

### ● **Me comprometo**

- Pide a cada estudiante que escriba sus compromisos personales con respecto a esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones de tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con las tuyas. Escríbelas en la pizarra o en un papelote que colocarás en un lugar visible del salón.

## Recursos complementarios para esta actividad

En la sección **“Mis nuevos aprendizajes”**, plántales a tus estudiantes crear dos murales titulados “La comunidad del buen vivir” y “La comunidad del mal vivir”. Explícales que en cada uno de ellos deben representar, a través de imágenes, situaciones que reflejen el título de los murales. Ofréceles plumones, crayolas u otros materiales para pintar. Al final, pueden observar y reflexionar juntos sobre ambos murales y sobre sus propias comunidades.

En la sección **“Valoro lo que aprendí”**, puedes proponer a tus estudiantes crear entre todos el “Decálogo del buen vivir”; es decir, escribir diez reglas o pautas que toda persona debe respetar para asegurar el “buen vivir” en su comunidad.

Luego, puedes plantearles que cada uno revise cuántas de esas pautas cumple en su comunidad y cuáles necesita mejorar.

## Actividad 5 ¡Estoy cambiando! Me acepto y me cuido

### Lectura complementaria<sup>28</sup>

#### Cambios físicos en la pubertad

El término *pubertad* deriva del latín *pubertas* y significa 'la entrada' a la edad adulta. A esta edad, tanto en mujeres como en hombres, el organismo experimenta cambios importantes en el componente físico y orgánico. Se trata en gran medida de cambios visibles que, en ocasiones, harán que el adolescente se sienta “raro”, diferente y extremadamente susceptible.

Mujeres y hombres siguen patrones evolutivos diferentes tanto a nivel fisiológico como estructural u hormonal. Los cambios propios de este periodo se sintetizan en los siguientes:

- Adquisición de capacidad reproductora y desarrollo de las características sexuales secundarias.
- Desarrollo de los sistemas biológicos generales: cardiovascular, respiratorio y muscular.
- Gran crecimiento físico con un rápido aumento de la estatura y el peso, tanto en mujeres como en hombres, aunque en las primeras se suele dar un poco antes, entre los 11 y los 12 años, mientras que en los hombres se suele dar entre los 13 y 14 años.

En la siguiente tabla se resumen los principales cambios experimentados en la pubertad por mujeres y hombres:

	Mujeres	Hombres
Durante los primeros años de este período	<ul style="list-style-type: none"><li>Desarrollo mamario cuya duración puede llegar a ser de unos 4 o 5 años.</li><li>Las caderas comienzan a redondearse.</li><li>Aparece el primer vello púbico.</li><li>El “estirón” suele tener lugar dos años antes que en los chicos.</li><li>La pelvis se desarrolla y aumenta la proporción de grasa corporal.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Aumento del tamaño de los testículos.</li><li>Crecimiento del vello púbico.</li><li>Crecimiento del pene.</li><li>Primer cambio de la voz.</li></ul>

<sup>28</sup> Adaptado de Valero, J., Pérez, N. y Delgado, B. (2007). Desarrollo Físico, psicológico, intelectual y social en la adolescencia. En N. Pérez e I. Navarro (editores), *Psicología del desarrollo humano: del nacimiento a la vejez* (pp. 231-259).

	Mujeres	Hombres
A partir del tercer año desde el inicio de la pubertad	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aumenta el tamaño del útero, los labios y el clítoris.</li> <li>• El vello crece paulatinamente en el pubis y en las axilas.</li> <li>• Ocurre la menarquia (primera menstruación) alrededor de los 12 años. Significa el inicio de la madurez sexual con la consecuente ovulación y la capacidad de gestar una nueva vida.</li> <li>• El proceso finaliza entre los 15 y 16 años, aunque continuará la maduración del cuerpo femenino.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollo del vello en la cara y en las axilas.</li> <li>• Rápido crecimiento de la estatura.</li> <li>• Aumento del grosor de los huesos y de la masa muscular.</li> <li>• Comienza la producción de espermatozoides y las primeras eyaculaciones.</li> </ul>

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Mi cuerpo está cambiando”.
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.

### Desarrollo

- **Me acerco al tema**
  - Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta en esta sección y a comentar lo que ocurre en ella.
  - Luego, pídeles que dialoguen en parejas sobre las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”; para ello deberán identificar y comentar los cambios que están ocurriendo en sus cuerpos en este momento de su vida. Anima a algunos voluntarios a comentar sus reflexiones con todos.
- **¿Qué conozco?**
  - Pide a tus estudiantes que lean los comentarios que hacen cada uno de los tres adolescentes que aparecen al inicio de esta sección y que reparen en los cambios que les están ocurriendo a cada uno de ellos.
  - Luego, indica que cada uno escriba en los siguientes recuadros aquellos cambios físicos que reconocen en ellos. Diles que los comenten en parejas y, al final, invita a algunos voluntarios a comentarlos con todo el grupo y que intenten reconocer las semejanzas y diferencias que existen entre ellos.
- **Mis nuevos aprendizajes**
  - Invita a tus estudiantes a revisar la información que se presenta en esta sección sobre los principales cambios físicos que ocurren a hombres y mujeres durante la pubertad. Pregúntales si conocían todos estos cambios y si algunos ya les están ocurriendo.
  - Luego, pídeles que observen el diálogo entre los dos adolescentes que se muestra al inicio de la siguiente página y que conversen en grupos de tres o cuatro personas sobre la interrogante del recuadro “Me pregunto y comparto”. Diles que identifiquen si a todos les están ocurriendo los mismos cambios, en el mismo momento y de la misma forma, o si los viven de forma diferente.
  - Invítalos a leer la siguiente información de esta sección y a comentar, en los mismos grupos, las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”.
  - Ahora pide que cada uno 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 comentar sus principales reflexiones sobre esto.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, que está al final de esta sección. Puedes completarlas con las ideas de tus estudiantes, tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “Los cambios físicos en la pubertad”.

### ● **Valoro lo que aprendí**

- Invita a tus estudiantes a realizar, de forma individual, el ejercicio que se plantea en esta sección. Diles que primero identifiquen y escriban los principales cambios que están ocurriendo en su cuerpo durante esta etapa de su vida.
- Luego, indícales que reconozcan y escriban cuál de ellos los hace sentir bien y por qué, y también cuál los hace sentir mal y por qué. Invítalos a comentar todo esto en parejas y después en una plenaria entre todos.
- Finalmente, que escriban por qué es importante cuidar su cuerpo y qué riesgos podrían existir.
- Organiza una plenaria para presentar y comentar sus reflexiones.

### Cierre

#### ● **Me comprometo**

- Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales de esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que surgieron de las reflexiones hechas por tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con tus propias reflexiones. Escríbelas en un papelote o pizarra y colócalo en un lugar visible del salón.

### ■ **Recursos complementarios para esta actividad**

En la sección “**Mis nuevos aprendizajes**” plantea a tus estudiantes realizar el ejercicio del autorretrato. Pídeles que hagan dos dibujos de ellos mismos, de cuerpo entero. El primer dibujo debe ser de ellos cuando eran niños, pídeles que intenten recordar o imaginar cómo eran. El segundo dibujo debe ser un autorretrato de ellos tal como se ven en este momento, en el que son púberes.

Luego, pueden hacer una exposición de los dibujos y comentar juntos los principales cambios físicos que identifican en ellos mismos y en sus amigos.

## Actividad 6 **Vivo mi sexualidad desde mis decisiones**

### ■ **Lectura complementaria<sup>29</sup>**

#### **Inicio de las relaciones sexuales**

Una de las características de la adolescencia es el inicio de las relaciones de pareja (enamorados, novios, salientes, amigos con derechos, etc.), y aunque esto es lo esperado, ya que responde a la necesidad de todas las personas de establecer vínculos afectivos y amorosos, los padres, madres, apoderados y docentes deben estar vigilantes, pues esta situación trae consigo algunos riesgos como el comienzo de las relaciones sexuales, muchas veces por presión y sin protección.

<sup>29</sup> Adaptado del texto: Tomado de Roncal, R. (2018). *Guía metodológica “¿Me acompaña a aprender?”* (pp.110). Lima: Kallpa.

Es ideal es que los adultos a cargo de los adolescentes no tengan una actitud represiva, sino más bien que inspiren confianza para que la comunicación sea fluida, esto les permitirá crear un ambiente sano en donde existen límites y reglas claras que puedan ser respetados por las adolescentes y los adolescentes sin problema alguno. La atracción por otras personas comienza en la pubertad, en esa etapa se presentan cambios propios del proceso normal de crecimiento y un despertar del componente sexual, lo que se traduce en la capacidad de sentir atracción física mediatizada por el deseo sexual.

El hecho de que inicien más temprano las relaciones de pareja hace más factible el comienzo de su vida sexual, no siempre es la relación sexual o coital, pero sí juegos eróticos, caricias, intentos de aproximación y besos más intensos. El inicio de la vida sexual a corta edad y sin la educación y la información correcta puede llevar a embarazos no deseados, contagio de enfermedades de transmisión sexual, entre otras situaciones de riesgo por lo que es muy importante que los adultos (padres, docentes) logren una relación de confianza con los adolescentes, que permita dialogar con ellos sobre este tema y poder alcanzarles la información que requieren para cuidarse y tener un desarrollo sexual saludable y responsable.

### **Influencia del contexto y la cultura.**

El comportamiento sexual de las adolescentes y los adolescentes no solo depende de la influencia de sus iguales, sino de otros factores, tales como el contexto y la cultura, la erotización de la sociedad (realizada por los programas de televisión, los anuncios que se dirigen a ellos, la letra de las canciones o los factores culturales y familiares), el cómo han sido educados, los valores inculcados en la familia y la comunidad, la edad en que inician la vida sexual en su comunidad y los matrimonios a temprana edad. En este contexto, los mitos, estereotipos y prejuicios llevan a la desigualdad de género y a colocar a las adolescentes y los adolescentes en situaciones de riesgo.

Es necesario que las adolescentes y los adolescentes tengan la información suficiente para poder decidir si abstenerse o postergar su inicio sexual, así como para elegir iniciar sus relaciones sexuales por decisión propia y sin presión de otra persona.

## **Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría**

### **Inicio**

- Da la bienvenida a las estudiantes y los estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Vivo mi sexualidad desde mis decisiones”.
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Si hay dudas o preguntas, tomate un tiempo para aclararlas.

### **Desarrollo**

- **Me acerco al tema**
  - Invita a los estudiantes a que vean las imágenes y lean los mensajes que cada imagen tiene. Los mensajes son algunos mandatos sociales referidos al ejercicio de la sexualidad de las adolescentes y los adolescentes, en los diferentes ámbitos y voces.
  - Luego, indícales que respondan a las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”, sobre qué piensan los demás acerca de cómo deben comportarse las mujeres y los hombres (según la imagen) y qué piensan sobre esos mensajes. Se sugiere que primero escriban su respuesta en su cuaderno de manera individual, para luego compartirla en grupo o pares.



- Haz una plenaria de corta duración sobre la existencia de estos mensajes que presionan a los adolescentes en cuanto a la manera en que ejercen su sexualidad, dependiendo de si son hombres o mujeres, como si existieran dos sistemas de valores, uno para el hombre más liberal y uno para la mujer más represivo.

### ● **¿Qué conozco?**

- Invita a cada estudiante a realizar el ejercicio que se plantea en esta sección. Para esto, pídeles que observen las historias o situaciones que se presentan
- Y debajo de cada imagen deben escribir algunas ideas sobre lo que está pasando en cada situación.
- Luego, indícales que elijan el escenario que les parece más común en su colegio o comunidad, y pídeles que respondan a las preguntas del recuadro: Conversamos en grupo, vinculadas a identificar cómo se dan las situaciones de presión en las vidas cotidianas de estos adolescentes y cómo la presión puede influir en la manera en que ejercen su sexualidad.

### ● **Mis nuevos aprendizajes**

- Pídeles que lean la información que se presenta en esta sección acerca de lo que son los mandatos sociales y cómo estos influyen en la manera en que las adolescentes y los adolescentes ejercen su sexualidad, y como muchas veces son a través de estos mandatos que sus pares o su entorno los presionan a tomar decisiones que no quieren o que no son convenientes para ellos
- Indícales que, en tanto avancen en la lectura, van a encontrar dos historietas que tienen relación con el tema de los mandatos que deberán leer. Luego deberán ir comentando o reflexionando en grupos o pares. y responder las preguntas planteadas sobre cada caso.
- Finalmente, cuando hayan terminado de responder a las preguntas y conversar al respecto en grupo o en pares, invítalos a revisar” o a leer en voz alta las “Ideas valiosas”. Al finalizar puedes completar o reforzar las ideas valiosas con algunas ideas de tus estudiantes o tuyas o con las que puedas rescatar de la lectura complementaria “Embarazo en la adolescencia, género y derecho”.

### ● **Valoro lo que aprendí**

- Indica a las estudiantes y los estudiantes que deben identificar alguna situación en la que se hayan sentido presionados por sus amigas, amigos, enamorados o enamoradas u otras personas para decir o hacer algo que no querían hacer (vinculado al ejercicio de su sexualidad).
- Luego, señálales que pueden escribir como se sintieron esta situación. Además, pídeles que identifiquen algún aprendizaje con respecto a tomar decisiones a partir de dicha situación.

## Cierre

### ● **Me comprometo**

- Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales con base en la actividad desarrollada, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección del cuaderno de tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones de las estudiantes y los estudiantes. Puedes enriquecerlas con las tuyas. Escríbelas en la pizarra o en un papelote, que deberás colocar en un lugar visible del salón.

### ■ **Recursos complementarios para esta actividad**

Pídeles que conversen con algún adulto de confianza sobre situaciones en las que se sintieron presionados para tomar decisiones en su vida sexual. Por ejemplo: pueden preguntarle si su inicio sexual fue decidido libremente o bajo presión, y si fue bajo presión, quiénes ejercieron esa presión. También pueden conversar con el adulto de confianza sobre qué mandatos referidos a la sexualidad escuchaban cuando eran adolescentes.

## Actividad 7 Todo a su tiempo... y de manera informada

### Lectura complementaria

#### 1. Embarazo en la adolescencia, género y derecho

- Como profesionales de la educación, debemos entender la complejidad de un embarazo adolescente y no asumirlo o explicarlo atribuyéndolo al “descuido” o al “mal comportamiento” de las adolescentes y los adolescentes, poniendo toda la responsabilidad en ellas y ellos. Por el contrario, debemos comprender que las causas para que ocurra un embarazo en la adolescencia son múltiples y son determinadas por las condiciones sociales, económicas, legales y educativas en las que les toca desarrollarse. Uno de los aspectos que influyen en el fenómeno del embarazo adolescente es la desinformación y las situaciones de violencia que viven muchos adolescentes (Minedu, 2008).
- Para combatir las causas de esta problemática, es necesario que, desde nuestro rol como docentes y directivos, sigamos trabajando para contribuir en el abordaje y en la solución de este problema desde un enfoque de derechos. Es decir, generar las condiciones formativas para prevenir el embarazo adolescente y garantizar que las adolescentes embarazadas no sufran discriminación y puedan continuar sus estudios. Esto lo podemos hacer desde la tutoría mediante las siguientes acciones: desarrollando las actividades de educación sexual integral de los cuadernos de tutoría con nuestros estudiantes, implementando reuniones donde trabajemos con los padres temas relacionados a sexualidad de sus hijos, involucrando al personal de salud para que nos apoye con charlas preventivas, trabajando activamente para disminuir el machismo en nuestra forma de pensar y actuar, entre otras.
- Lo que ha pasado durante años, especialmente en nuestros contextos rurales, es que muchas adolescentes dejan de estudiar al salir embarazadas por la situación familiar y económica que les toca enfrentar, pero también por no contar con el soporte de la escuela: por sentir que las discriminan sus pares, los docentes y otros padres de familia. Durante mucho tiempo, los docentes y directivos de las instituciones educativas no han generado condiciones para la permanencia de estas estudiantes.
- Para el sector educación, el embarazo en la adolescencia ha representado un gran reto, pues hasta antes de la LEY 29600, los docentes y los directivos no contaban con procedimientos específicos para afrontar el embarazo adolescente en la escuela. Sin embargo, esto culminó cuando el gobierno central en el año 2010, decreto la LEY 29600 que busca garantizar la Reinserción Escolar por Embarazo.

**“Artículo 18°.- Medidas de equidad**  
Con el fin de garantizar la equidad en la educación, las autoridades educativas, en el ámbito de sus respectivas competencias:

(...)

g) Adecuan la prestación de servicios educativos a las necesidades de las poblaciones, con especial énfasis en el apoyo a los menores que trabajan y a las alumnas embarazadas o madres.

h) Establecen un sistema de becas y ayudas para garantizar el acceso a la continuidad de los estudios de las alumnas embarazadas o madres. En todos los casos, proceden las becas o ayudas siempre y cuando destaquen en su rendimiento académico y no cuenten con recursos económicos para cubrir los costos de su educación.”

**Artículo 2°.- Prohibiciones**

Las instituciones educativas quedan prohibidas de expulsar o limitar de algún modo el acceso al régimen escolar de las alumnas embarazadas o madres, y están obligadas a generar indicadores sobre su avance en la aplicación de métodos para prevenir y eliminar cualquier forma de discriminación por razón de embarazo o maternidad, para que sean sujetas a evaluación sobre la materia. Tales indicadores son de dominio público y se difunden en la página web del Ministerio de Educación.

**DISPOSICIONES COMPLEMENTARIAS FINALES**

**PRIMERA.- Reglamentación**

El Poder Ejecutivo reglamenta la presente Ley en un plazo de sesenta (60) días desde su entrada en vigencia.

555861-2

**LEY N° 29600**

EL PRESIDENTE DE LA REPÚBLICA

POR CUANTO:

El Congreso de la República ha dado la Ley siguiente:

EL CONGRESO DE LA REPÚBLICA;

Ha dado la Ley siguiente:

**LEY QUE FOMENTA LA REINSERCIÓN ESCOLAR POR EMBARAZO**

**Artículo 1°.- Modificación del artículo 18° de la Ley núm. 28044, Ley General de Educación**

Modifícanse los incisos g) y h) del artículo 18° de la Ley núm. 28044, Ley General de Educación, los cuales quedan redactados de la siguiente manera:

**“Artículo 18°.- Medidas de equidad**

Con el fin de garantizar la equidad en la educación, las autoridades educativas, en el ámbito de sus respectivas competencias:

(...)

Esta Ley, que fomenta la reinserción escolar por embarazo, nos da pautas a docentes, directores y actores del sector educativo para actuar frente a situaciones de discriminación hacia una estudiante adolescente embarazada. Como actores de la institución educativa, nos comprometemos a brindar facilidades a las estudiantes en estado de gestación, a fin de que puedan continuar sus estudios, otorgándole los permisos que puedan requerir para la atención de su salud o el control prenatal; brindar acompañamiento socioafectivo, y garantizar el derecho a continuar y culminar sus estudios.

Por otro lado, debemos garantizar una educación sexual integral, que permita educar en igualdad y libre de violencia de todo tipo a todos.

El grado de vulnerabilidad es distinto según nuestras condiciones de género y socioculturales, así como las implicancias del embarazo adolescente<sup>30</sup>:

- **No es lo mismo la vulnerabilidad de un embarazo para un hombre que para una mujer adolescente:**

El 13 % de las mujeres entre 15 y 19 años han estado embarazadas, y los hombres de la misma edad que han sido padres son menos del 1 %.

- **Nos es lo mismo la vulnerabilidad de un embarazo para una mujer pobre o una mujer menos empobrecida:**

El 24 % de las adolescentes pobres han estado embarazadas frente a un 4 % de las adolescentes menos pobres que estuvieron embarazadas.

- **Nos es lo mismo la vulnerabilidad de un embarazo para una adolescente con poca educación con otra de más educación:**

Se ha visto que el embarazo adolescente es mayor cuanto menor es el nivel educativo de la mujer. Así se ha visto que el 45 % de las mujeres embarazadas tenían primaria, el 12 % de las mujeres embarazadas tenían secundaria y el 7 % de las mujeres embarazadas tenían educación superior.

- **Nos es lo mismo la vulnerabilidad de un embarazo para una adolescente de zona rural que de zona urbana:**

El 23 % de las adolescentes de zona rural quedaron embarazadas y el 12 % de las adolescentes de zona urbana.

En tal sentido, como docentes, debemos asumir el compromiso de hacer que esta realidad pueda cambiar para garantizar el desarrollo de las adolescentes principalmente del contexto rural, que es el campo de acción en el que trabajamos los MSE. Con ello también contribuimos directamente con el desarrollo de las familias y las comunidades, que históricamente han sido las más afectadas por las desigualdades sociales y económicas de nuestro país.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a las estudiantes y los estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Todo a su tiempo... y de manera informada”.
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Si hay dudas o preguntas, tomate un tiempo para aclararlas.

<sup>30</sup> Tomado de UNFPA. (2019). Infografía que muestra la situación del embarazo en adolescente en el Perú y las medidas prioritarias para su prevención. Material de trabajo.

## Desarrollo

### ● Me acerco al tema

- Pide a las estudiantes y los estudiantes que escriban o llenen las líneas de tiempo que se señalan en el texto. Se trata de que escriban los pasos que van a tener que dar en cada situación en lo que les va a tocar vivir en adelante.
- Con base en lo anterior, indícales que escriban qué creen que es lo más difícil: de estar embarazada o ser padre adolescente.
- Luego, indícales que dialoguen en grupos sobre las preguntas planteadas en la sección “Me pregunto y comparto”, sobre situaciones o casos que ellos conozcan de embarazo en la adolescencia.

### ● ¿Qué conozco?

- Indica a tus estudiantes que leerás la historia de Mateo y Lía en tres partes y que luego de cada parte deberán responder las interrogantes planteadas en su cuaderno en pares o en grupos.
- Luego, que han respondido y comentado las preguntas de la primera parte de la historia, continúan leyendo la segunda parte, y nuevamente dales un tiempo para que dialoguen sobre las preguntas que corresponden a esa parte de la historia. Haz lo mismo con la tercera parte de la historia.
- La historia y las preguntas son:

#### Historia de Mateo y Lía <sup>31</sup>

##### PARTE I:

Mateo es un joven de 16 años que vive en Churcampa. Como muchos jóvenes, Mateo estudia, le gusta pasar tiempo con sus amigos, mirar a las mujeres e ir a las fiestas. En una de esas salidas, conoció a Lía, una joven de 15 años de Huancavelica. Ella estaba en Churcampa por vacaciones. A Mateo le gustó Lía inmediatamente porque era distinta a las mujeres que había conocido. Ella era interesante y atractiva. Salieron los días siguientes y Mateo estaba loco por ella. Lía le provocaba sensaciones que nunca había sentido y solo pensaba en verla. Mateo sintió que había encontrado al amor de su vida.

##### Preguntas de la Parte I:

- ¿Qué siente un adolescente cuando está enamorado?
- ¿Qué espera él que pase cuando se vean en las próximas veces?
- ¿Creen que Lía siente y espera lo mismo de Mateo?
- ¿Cómo creen que sigue esta historia?

##### PARTE II:

Mateo y Lía se veían casi todos los días y cuando no estaban juntos se enviaban mensajes y se llamaban por teléfono. Un día, la mamá de Mateo, con quien él vivía, tuvo que ir a cuidar a una tía enferma. Mateo pensó que era la oportunidad para invitar a Lía a su casa. “¡En una de esas, pasa algo!”, pensó para sí. Lía llegó más linda que nunca. Conversaron un rato, comenzaron a besarse, y las caricias fueron cada vez más apasionadas...

<sup>31</sup> Adaptado de Fundación Cultura y Salud (2013). Talleres sobre sexualidad, paternidad y cuidado con hombres jóvenes. Manual con perspectiva de género y masculinidades para facilitadores y facilitadoras (p.140). Santiago de Chile: Fundación Cultura Salud.

### Preguntas de la Parte II:

- ¿Qué creen que sucedió entre ellos?
- ¿Ustedes creen que se protegieron? ¿Porqué?
- ¿Quién tendría que pensar en protegerse?, ¿Lía, Mateo o ambos?
- ¿Cómo creen que sigue la historia?

### PARTE III:

Lía y Mateo hicieron el amor. Fue muy placentero para ambos y no usaron ninguna protección, aunque Mateo tenía preservativos. Lía pensó que en unos días más tendría que volver a Huancavelica y que echaría mucho de menos a Mateo. Mateo también quedó afectado, nunca en su vida había sentido una pasión tan fuerte. La despedida fue triste, pero prometieron escribirse todos los días por WhatsApp y llamarse. Dos meses después, Lía llamó a Mateo diciéndole que estaba embarazada y que no sabía qué hacer.

### Preguntas de la Parte III:

- ¿Por qué creen que ellos tuvieron sexo sin usar condón?
- ¿Qué sintió Mateo al saber que Lía estaba embarazada?
- ¿Qué puede pensar o sentir un adolescente cuando sabe que su enamorada está embarazada?
- ¿Qué opciones tienen ellos?
- ¿Cuál creen que será la reacción del padre y la madre de Mateo?
- ¿Cuál creen que será la reacción del padre y la madre de Lía?

Luego del intercambio de respuestas, inicia un diálogo en plenaria para promover comentarios sobre la historia. Puedes hacer las siguientes preguntas: “¿Qué les pareció la historia? ¿Es familiar o no ese tipo de historias?”, u otras preguntas que provoquen una reflexión crítica a partir de la historia.

### ● Mis nuevos aprendizajes

- Pide a tus estudiantes que lean la información de la sección en forma individual hasta antes de los mitos sobre el uso del condón.

## PASOS PARA EL BUEN USO DEL CONDÓN

**Paso 1:** Comprar el condón en una farmacia y revisar su fecha de vencimiento, es decir, confirmar que no esté vencido.



**Paso 2:** Si solo tiene fecha de elaboración, fijarse que no haya pasado su periodo de duración (tiempo que indique el producto).



**Paso 3:** Para verificar su buen estado, toca con las yemas de tus dedos (pulgar e índice) el centro del condón, por arriba y por abajo al mismo tiempo; debes sentir como un delgado colchoncito de aire entre ambos lados.



**Paso 4:** Para conservar tu condón en buen estado, debes tomar las siguientes precauciones: no exponerlo al sol ni al agua, no guardarlo en la billetera o en el bolsillo trasero del pantalón, alejarlo de llaves u objetos punzocortantes que lo puedan perforar.

## — CUIDA TU CONDÓN —



**Paso 5:** Abrir el condón con las yemas de los dedos, no usar las uñas o los dientes, ni nada punzante para abrirlo, pues se podría dañar.



**Paso 6:** El condón se coloca con el pene erecto, un poco antes de iniciar la relación sexual (antes de penetrar la vagina). Al colocarlo en el pene, se debe coger con una mano la punta del condón, presionándola con los dedos, evitando que quede aire en él, y desenrollando hasta cubrir todo el pene.



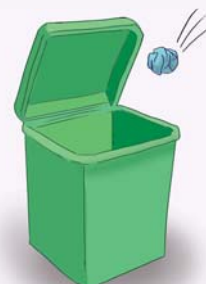
**Paso 7:** Usar el condón durante toda la relación sexual, y solo una sola vez, un condón para cada penetración o relación sexual. Si se daña o se rompe antes de usarlo, reemplázalo por uno nuevo.



**Paso 8:** Terminada la relación sexual, todavía con el pene erecto, se debe sacar el condón con cuidado, tomándolo por la base y evitando que el semen se derrame.



**Paso 9:** Anudar el condón, envolverlo en papel higiénico y tirarlo en un tacho de basura.



Para que el uso del condón no pierda su efectividad, hay que tener en cuenta las siguientes

**RECOMENDACIONES:**

1. Si usas lubricantes que sea solo a base de agua, para que no dañe el condón.
2. No uses un condón para más de una relación sexual, así sea con la misma persona. Ni sobrepongas dos condones para la misma relación.
3. Recuerda que el condón es el único que te protege de las ITS y VIH y que también te ayuda a prevenir embarazos no deseados, por lo que es mejor saber cómo usarlo y donde adquirirlo cuando lo necesites.
4. Para que no se deteriore, no lo transportes en un lugar que lo presione, como la billetera, ni lo expongas al calor.

- Luego pueden formar parejas o grupos para revisar la información sobre los mitos acerca del condón y conversar sobre lo que opinan.

MITO	REALIDAD
En la primera relación sexual no es necesario usar condón porque no pasa nada.	Basta con una sola relación sexual para generar un embarazo o adquirir alguna infección de transmisión sexual.
El que debe solicitar el uso del condón es el hombre.	Ya sean hombres o mujeres, pueden solicitar el uso del condón, pues de esa forma se evidencia autocuidado y cuidado de la otra persona.
No hablar del uso del condón antes de tener relaciones sexuales.	El cuidado de la salud sexual de la pareja es un tema que se debe conversar como algo natural y parte de la relación. No tiene nada de malo hablar de nuestra salud sexual con nuestra pareja.

- Finalmente, , invítalos a revisar las “ideas valiosas” o a leerlas en voz alta. Puedes completar o reforzar las ideas valiosas con algunas ideas de tus estudiantes, tuyas o las que puedas rescatar de la lectura complementaria “Embarazo en la adolescencia, género y derecho”.

● **Valoro lo que aprendí**

- Indica a tus estudiantes que deben contestar las preguntas de la sección “Valoro lo que aprendí”.

Cierre

● **Me comprometo**

- Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales con base en la actividad desarrollada, tomando en cuenta los enunciados que se presentan en esta sección de su cuaderno de tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones de las estudiantes y los estudiantes. Puedes enriquecerlas con las tuyas.
- Escríbelas en la pizarra o en un papelote, que deberás colocar en un lugar visible del salón.



## Recursos complementarios para esta actividad

Intenta gestionar la visita de algún profesional de salud para que pueda ir al centro educativo a dar talleres o charlas informativas sobre métodos anticonceptivos y prevención del embarazo en la adolescencia.

Puedes proponerles a tus estudiantes que, a modo de tarea investigativa, le pregunten a sus abuelas, abuelos, papás o mamás sobre la decisión o presión que tuvieron para tener hijos. A partir de ello, las estudiantes y los estudiantes deben indicar los aprendizajes que sacaron de esa conversación.

## Actividad 8 Mujeres y hombres podemos hacer las mismas cosas

### Lectura complementaria<sup>32</sup>

#### Género, roles y estereotipos

Los estudios de género permiten poner en evidencia que muchos de los roles y los atributos que se reconocen como femeninos y masculinos son construcciones socioculturales. La investigación antropológica, médica y psiquiátrica ofreció numerosas evidencias para demostrar que muchos de los indicadores que se usaban para identificar lo masculino y lo femenino en una determinada cultura no eran útiles para otra, en la cual las características de género eran definidas de manera diferente.

Existen algunos aspectos que evidencian estas construcciones socioculturales asociadas con el género:

1. Los **roles** que se atribuyen debido al género. La mujer es madre-ama de casa, el hombre es proveedor económico y jefe del hogar. Lo femenino es reproducción, lo masculino producción. Esta identificación de roles, actualmente discutible por la presencia de la mujer en el ámbito del trabajo y la economía, sella el tipo de relación que se establece entre hombres y mujeres, norma su conducta, pauta sus expectativas. Los otros roles son negados, invisibilizados. Desde esta prescripción es difícil asumir la responsabilidad masculina en las tareas domésticas, del mismo modo que durante años se invisibilizó el trabajo productivo que la mujer realiza. Es sobre esta identificación de roles que se monta la división del trabajo por género como uno de los ejes y mecanismos más importantes para perpetuar la discriminación.
2. Los **espacios**. Para desempeñar los roles, se identifican espacios masculinos y femeninos. La calle y la casa son buenos ejemplos, pero no son los únicos. En general, lo público se identifica con lo masculino y lo privado con lo femenino. Es a partir de estas premisas generales que se elaboran referencias de conductas cotidianas, que son el mecanismo sutil por medio del cual se reproduce la desigualdad y el enfrentamiento. Tanto el hombre como la mujer, cuando salen de los roles y espacios prescritos, se sienten mal. Vergüenza, temor y culpa son sentimientos asociados a esta transgresión. Reconocerlos es un primer paso en el camino de su transformación.
3. Los **atributos** o **características** de personalidad que se asocian a estos roles. Lo femenino se asocia a la dulzura, la debilidad, la emoción, el sacrificio y la renuncia. Lo masculino a la agresividad, la fuerza, la competencia y la razón. Se asume así que hombres y mujeres tienen "naturaleza" diferente. "Los hombres no lloran" es uno de los más claros ejemplos. El arreglo de la apariencia

<sup>32</sup> Adaptado de Ruiz-Bravo, P. (s. f.). *Una aproximación al concepto de género*. Recuperado de <https://imas2010.files.wordpress.com/2010/06/texto-genero-defensoria1.pdf>

y el manejo del cuerpo son ejes fundamentales en este proceso de polarización. Desde la elección del vestido para las niñas, que les impide trepar árboles y les resta movilidad para un conjunto de juegos, hasta los juegos y ejercicios que tienden a formar cuerpos fuertes, musculosos y capaces de defender en los hombres.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Mujeres y hombres podemos hacer las mismas cosas”.
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.



### Desarrollo

- **Me acerco al tema**
  - Invita a tus estudiantes a observar la situación que se presenta al inicio de esta sección. Coméntala junto con ellos, acoge sus opiniones y anímalos a contar situaciones similares que hayan vivido.
  - Luego, pídeles que, en parejas, revisen y respondan las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”. Invita a algunos voluntarios a comentar sus reflexiones ante todos.
- **¿Qué conozco?**
  - Pide a tus estudiantes que observen la situación que se presenta al inicio de esta sección. Coméntala con ellos y escucha sus opiniones sobre dicha situación.
  - Invítalos a recordar mensajes similares que han escuchado en su comunidad sobre aquello que dicen que solo pueden hacer los hombres o solo pueden hacer las mujeres. Diles que escriban estos mensajes en los recuadros que se presentan en esta sección.
  - 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 acerca de los roles que hombres y mujeres realizan cuando viven en comunidad. Comenta, junto con ellos, los dos ejemplos que se presentan y anímalos a dar ejemplos de su comunidad.
  - Luego, pídeles que cada uno complete el cuadro sobre roles que cumplen hombres y mujeres en su familia, colegio y comunidad. Indícales que se organicen en grupos de tres o cuatro personas para comentar lo que respondieron en el cuadro y disertar sobre las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”.
  - Revisa, junto con tus estudiantes, la información que se presenta a continuación sobre los estereotipos de género. Después, invita a que cada uno reflexione y escriba su propia opinión sobre los tres mensajes relacionados con estereotipos de género que se plantean en su cuaderno de Tutoría.
  - Organiza una plenaria para que tus estudiantes comenten lo que cada uno escribió. 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.

- Luego, indícales que entre todos intercambien los mismos mensajes que han trabajado de acuerdo con lo que piensan luego de esta reflexión y respondan cómo cambiarían los dos mensajes, de acuerdo con lo que piensan.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, que está al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “Los estereotipos de género”.

### ● **Valoro lo que aprendí**

- Invita a tus estudiantes a revisar las dos situaciones que se presentan en esta sección y a escribir las respuestas que darían si ellos las estuvieran viviendo.
- Organiza una plenaria para presentar y comentar sus respuestas y reflexiones.

### Cierre

### ● **Me comprometo**

- Pide a cada estudiante que escriba su compromiso personal con respecto a esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones de tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con las tuyas. Escríbelas en la pizarra o en un papelote que colocarás en un lugar visible del salón.

### ■ **Recursos complementarios para esta actividad**

En la sección “**¿Qué conozco?**”, puedes plantearles a tus estudiantes hacer un listado de situaciones que reflejan y que no reflejan estereotipos de género. Pídeles que escriban cada situación en una tarjeta. Posteriormente, mezcla todas las tarjetas. Luego, invita a cada estudiante a coger al azar una de las tarjetas, leerla en voz alta y comentar si es o no un estereotipo de género. A continuación, los demás estudiantes dirán si están de acuerdo o no, y sustentarán sus respuestas. Repite el juego con todos tus estudiantes.

En la sección “**Mis nuevos aprendizajes**”, planteales a tus estudiantes realizar dramatizaciones sobre situaciones relacionadas con estereotipos de género que han observado en su familia, colegio o comunidad. Puedes trabajar en dos grupos. Cuando un grupo representa una situación, el otro grupo debe responder transformando la misma situación en una en la que no exista estereotipo de género.

## Actividad 9 Me protejo de la violencia psicológica y sexual

### Lectura complementaria<sup>33</sup>

#### La violencia en nuestro entorno

Es tan amplio el abanico de la violencia que muchos autores prefieren hablar de *violencias*, aludiendo a las mil caras del problema. Lo más complejo para su abordaje es que la violencia está naturalizada (normalizada) y por ese motivo parece invisible.

Así, parece sencillo reconocer como violento un crimen, pero no nuestro ejercicio cotidiano de la violencia al resolver conflictos a gritos, al ignorar a quien está necesitando ayuda en plena calle o al ejercer nuestro poder para dominar a quienes están en una posición débil frente a nosotros: hijos, alumnos, empleados, etc.

Un primer aspecto a tener en cuenta para comprender el fenómeno de la violencia es diferenciarlo de los conceptos de agresividad y conflicto. La agresividad es un impulso humano de autoconservación vital, es la potencialidad que todos tenemos para reaccionar ante una situación que ponga en juego nuestra supervivencia. Asimismo, el conflicto es un resultado natural de la diversidad de intereses, opiniones y deseos que coexisten en cualquier grupo humano. Se pueden generar conflictos en las relaciones sociales a nivel interpersonal (Corsi, 1994).

Es parte de la convivencia social que se confronten ideas y opiniones, que se generen luchas de poder y oposiciones. La clave está en cómo se resuelven los conflictos, si se logra a base de diálogo o por medio de la fuerza y el uso abusivo del poder. Cuando sucede de esta última forma, nos encontramos ante el ejercicio de la violencia.

La violencia a la que nos referiremos principalmente implica un desequilibrio de poder que genera daño y que busca el control y dominio sobre otro u otros. En el ámbito interpersonal se trata de una relación abusiva donde una de las partes, por acción u omisión, genera daño físico, psicológico y/o emocional hacia la otra parte. El propósito de la violencia es el control; así, es el daño una consecuencia de esta y no su motivación (Corsi, 1994). Quien utiliza la violencia puede que no busque generar un daño, sino imponer su autoridad para resolver el conflicto o satisfacer sus deseos.

Todas estas formas de ejercicio de la violencia constituyen una violación de los derechos humanos, en tanto atentan contra la integridad física, psicológica y emocional. La degradación de quien sufre la violencia es de tal magnitud que este termina aniquilado como sujeto y se convierte en un objeto de posesión de otro ser humano (Giberti, 1999).

El derecho a una vida libre de maltratos y violencia ha sido proclamado como un derecho humano básico por organismos internacionales de protección de los derechos humanos.

Es importante destacar que la violencia es una conducta aprendida sobre cómo nos vinculamos con los demás y, por tanto, posible de ser modificada, de ser desarmada y desaprendida.

#### Violencia sexual contra niñas, niños y adolescentes

Se trata de toda acción de índole sexual realizada contra una estudiante o un estudiante menor de edad para la satisfacción de su agresor o agresora. Estos actos de tipo sexual pueden ser con

<sup>33</sup> Adaptado de ECPAT International. (2011). *Manual y guía de actividades para educadores de nivel secundario. Género, Sexualidad, Violencia y Prevención de la Explotación Sexual Comercial de Niños, Niñas y Adolescentes*. Recuperado de <http://www.ecpat.org/wp-content/uploads/legacy/Manual%20Y%20Guia%20de%20Actividades%20Para%20Educadores%20de%20Nivel%20Secundario.pdf>

o sin contacto físico. La violencia sexual puede darse por presión o coacción (amenazas, acoso o intimidación) o manipulación (por ejemplo, que el agresor entregue regalos o dinero, mejore las notas para convencer a la víctima, etc.). En el caso de menores de 14 años, aunque la relación sea aparentemente consentida por la menor o 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).

### ¿Mito o realidad?<sup>34</sup>

N.º	Mito	Realidad
1	Para que se considere que ha existido violencia sexual tiene que haber uso de la fuerza. Si la mujer no intenta resistirse, no es una violación.	La mayoría de los episodios de violencia sexual no implican el uso de la fuerza. Es cualquier situación con contenido sexual en la que la víctima se vea envuelta y no se respete ni su voluntad ni sus deseos. Cualquier práctica que haga sentir culpable a una víctima, con o sin uso de la fuerza, sin necesidad de que exista penetración, como los besos, las caricias, la difusión de fotos íntimas, es una agresión sexual y, por tanto, un delito.
2	Todo el mundo sabe que cuando las mujeres dicen “No” en realidad quieren decir “Sí”.	Solo “Sí” quiere decir “Sí”. Todo el mundo puede cambiar de opinión, cada cual decide sobre la marcha hasta dónde puede llegar. Si alguien te dice de repente que ya no quiere seguir adelante, debes respetar su decisión.
3	No puedes salir por ahí a beber o a bailar con cualquiera y luego sorprenderte porque te pase algo malo. Si te vistes provocativamente, es que algo andas buscando, así que, en cierto modo, también eres culpable de lo que te pueda pasar.	El único culpable de una agresión sexual es quien comete el delito. Que una mujer o una chica disfrute de la libertad de vestirse y de divertirse como quiera y con quien quiera no le da derecho a nadie de aprovecharse de ella.
4	La mayoría de agresiones sexuales son cometidas por extraños. No es violación si los involucrados se conocen.	La mayoría de las violaciones y agresiones sexuales son cometidas por alguien conocido por la víctima. La actividad sexual no deseada es una agresión sexual y es un delito grave.

<sup>34</sup> Adaptado de Ministerio de Educación- MIMP. (s. f.). *Prevención de la violencia familiar y sexual, embarazo en adolescentes y trata de personas con fines de explotación sexual de niñas, niños y adolescentes. Sesión 9: Rompiendo mitos sobre la violencia sexual. Tutoría y Orientación Educativa*. Lima: Autor.

5	Solo las mujeres jóvenes y bonitas son agredidas.	La creencia de que solo las mujeres jóvenes y bonitas son sexualmente agredidas proviene del mito de que la agresión sexual es basada en el sexo y la atracción física. <b>La agresión sexual es un crimen de poder y control</b> , a menudo los agresores eligen personas a quienes perciben como más vulnerables para ser atacadas o sobre las cuales piensan que pueden imponer su poder. Las víctimas de agresiones sexuales provienen de todas las edades, estratos socioeconómicos, etc.
6	El abuso sexual infantil ocurre solo cuando hay pobreza.	El abuso sexual infantil ocurre en todas las clases sociales y todos los estratos socioculturales. Lo que sucede es que en clases con mayores recursos económicos se tiende a ocultar aún más la situación, y como consecuencia de ello se interponen menos denuncias en instancias públicas o privadas.
7	Los abusos sexuales son fáciles de detectar.	Es erróneo. Múltiples son las razones que dificultan la identificación del abuso, tales como el miedo del niño, la niña o la adolescente o el adolescente a castigos o amenazas del abusador, creencia de la víctima de que no le van a creer o la van a culpar de lo sucedido y, tal vez la más importante, que como adultos no estamos preparados para hacerle frente a una realidad como esta.

**Las normas son claras: en el Perú la violencia y el trato humillante hacia las niñas, los niños, las adolescentes y los adolescentes están prohibidos, y la política social del Estado peruano está orientada a asegurar el goce de sus derechos.**

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar.

- **¿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 las situaciones 1 y 2 que se presentan en imágenes.
- Luego, promueve la reflexión con base en las preguntas que se plantean.
- Intenta que expresen lo primero que se les viene a la mente.
- Es importante que tus estudiantes comuniquen cómo creen que sienten Jairo y la adolescente de la imagen 2. Rescata la importancia de identificar nuestros sentimientos, que son la expresión de la forma en que las cosas y las situaciones nos afectan; algunas nos hacen sentir bien, otras mal y otras no nos hacen sentir nada en particular.
- Pide a tus estudiantes que compartan en plenaria sus respuestas. Anota los aportes acerca de por qué creen que sucede eso y qué les aconsejarían a los personajes de la imagen.

### ● ¿Qué conozco?

- Promueve la lectura silenciosa y personal de las definiciones de *violencia psicológica* y *violencia sexual*.
- Brinda el tiempo necesario para el llenado de cada recuadro.
- Invita a que algunos voluntarios comenten lo que escribieron.

### ● Mis nuevos aprendizajes

- Motiva a tus estudiantes a que se tomen un tiempo para leer en forma personal la información y la historieta en relación con la violencia psicológica.
- Luego, 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 Sara al final (ella considera que es su culpa). Esclarece por qué la reacción de Sara no es la adecuada. Anota las respuestas de los grupos en relación con lo que ella debería hacer para protegerse.
- Invita a leer en los grupos el caso “Julia se está haciendo grande...” y a compartir con base en las preguntas planteadas para el caso.
- En plenaria, comparte los aportes de tus estudiantes. En las exposiciones, resalta la importancia de reconocer los sentimientos de miedo o cólera como señales de alarma que indican que se está frente a una situación de riesgo.
- Resalta, en el caso de Julia, las características de una situación de violencia sexual.
- Invita a tus estudiantes a que, voluntariamente, lean las definiciones de *riesgo*, *violencia sexual* y qué pueden hacer frente a la violencia sexual.
- Indícales que es necesario que desarrollen la capacidad de autocuidado, que es la capacidad de cuidarse a sí mismos y saber cómo actuar para protegerse de la violencia psicológica o sexual.
- Menciona que una situación de 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** (revisar la página 14, copia el esquema y explica lo que implica).
- Invítalos a revisar en su cuaderno de trabajo la sección “Ideas valiosas”.  
Recuérdales que como adolescentes tienen derechos. Además, indícales que juntos trabajarán para fortalecer su comunicación, para que esta sea asertiva:

La **asertividad** consiste en decir lo que uno quiere en el momento adecuado, de la manera adecuada, respetando el derecho de los demás y haciendo respetar nuestros derechos.

Decir "No" es una de las expresiones asertivas más necesarias.

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**

- Cada grupo debe elaborar su dado con cartulina de acuerdo con el modelo y conseguir fichas o semillas variadas para que cada jugador del grupo se identifique.
- Promueve la formación de grupos de hasta seis personas.
- En plenaria, brinda las instrucciones del juego y consúltales si todo quedó claro.
- Luego, indica el tiempo del que disponen para que todos jueguen según las instrucciones del juego "Encontrando un lugar seguro".
- Observa que todos participen con respeto y en un ambiente de confianza.
- A continuación (un estimado de 30 minutos), promueve la conversación en grupo, con base en las preguntas propuestas en la sección "Conversamos en grupo" del cuaderno.

### Cierre

#### ● **Me comprometo**

- Pide a cada estudiante que escriba sus compromisos personales con respecto a esta actividad; para ello, deben tomar en cuenta los enunciados que se presentan en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones hechas 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.
- Finalmente, pide personas voluntarias para leer los carteles de SOS Y NAC.

### ■ **Recursos complementarios para esta actividad**

Si consideras que es necesario motivar a tus estudiantes, puedes utilizar esta dinámica: "Sí" y "No".

- Forma dos filas y colócalas frente a frente. Una será la fila del "Sí" y la otra la del "No".
- Ubícate en uno de los extremos de las filas para que todos puedan verte.
- Explica el juego:
  - Cada fila solo podrá decir la palabra que le tocó: "Sí" o "No".
  - Deben repetir la palabra cuantas veces quieran, pero con diferente volumen, según el movimiento que hagas con los brazos.
    - ✓ Si levantas los brazos, ellos hablarán gritando.
    - ✓ Si bajas los brazos, ellos hablarán susurrando.
    - ✓ Si los mantienes a la altura media, ellos hablarán en un volumen medio.
  - Primero realiza movimientos lentos, del medio hacia abajo y hacia arriba, y luego más rápidos y variados.
  - Posteriormente, pide que cambien la palabra que les tocó: los que decían "Sí" ahora dirán "No" y viceversa.





## Actividad 10 ¿Cómo aprendo mejor?

### Lectura complementaria<sup>35</sup>

#### Estilos de aprendizaje: clasificación sensorial

La clasificación de los estilos de aprendizaje destaca que todos tenemos un sentido favorito y que podemos mejorar el aprendizaje si contemplamos estas preferencias sensoriales. Principalmente se distinguen tres grandes estilos:

##### 1. Estilo visual

Relacionado con ver y leer. Los estudiantes visuales tienen las siguientes características:

- Prefieren leer que escuchar.
- Captan la información mirando, piensan en imágenes.
- Recuerdan con rapidez información que vieron.
- Visualizar les ayuda a relacionar diferentes ideas.
- Toman notas y apuntes, realizan resúmenes y esquemas.
- Subrayan y escriben en los márgenes de los libros.
- Suelen responder mejor a exámenes escritos.

Acciones relacionadas: ver, mirar, leer, imaginar, buscar diferencias, comparar, escribir, pintar.

Recursos útiles: diagramas, esquemas, imágenes, películas, enciclopedias, mapas, folletos, revistas, internet, diccionarios, dibujos, fotografías, documentales, crucigramas, obras de arte.

##### 2. Estilo auditivo

Relacionado con hablar y escuchar. Los estudiantes auditivos tienen las siguientes características:

- Prefieren escuchar a leer. Si leen, lo hacen en voz alta.
- Aprenden mediante explicaciones orales.
- Tienen más destreza para aprender idiomas y música.
- Siguen bien las instrucciones orales.
- Repasan los apuntes en voz alta.
- Les gusta estudiar en grupo para debatir y contrastar.
- Suelen responder mejor a exámenes orales.

Acciones relacionadas: escuchar, oír, cantar, telefonar, debatir, contar, narrar, preguntar.

Recursos útiles: canciones, grabaciones, documentales, películas, charlas, conferencias, radio.

##### 3. Estilo kinestésico

Relacionado con tocar y hacer. Los estudiantes kinestésicos tienen las siguientes características:

- Captan información a través de sensaciones.
- Hacen dibujos o esquemas.
- Estudian moviéndose y haciendo pausas frecuentes.
- Les gusta estudiar en grupo.
- Relacionan nuevos conocimientos con la vida real.
- Suelen responder mejor a exámenes de carácter práctico.

Acciones relacionadas: tocar, sentir, moverse, andar, correr, saltar, cocinar, oler o bailar.

Recursos útiles: barro, piezas de construcción, juegos, recetas, excursiones, visitas.

<sup>35</sup> Adaptado de Hornos, J., Lema, B. y Mosquera, I. (2017). Estilos de aprendizaje: Clasificación sensorial y propuesta de Kolb. *Fundación UNIR*. Recuperado de <https://www.unir.net/educacion/revista/noticias/estilos-de-aprendizaje-clasificacion-sensorial-y-propuesta-de-kolb/549201749973/>

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Cómo aprendo mejor”.
- **¿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 la imagen que se presenta al inicio de esta sección y pídeles que reparen en lo que comenta cada persona sobre lo que ha descubierto que le ayuda a estudiar y aprender.
  - Luego, pídeles que reflexionen de manera personal acerca de las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”, referidas a las diferentes formas de aprender que tienen las personas, incluidos ellos mismos.
  - A continuación, indícales que se organicen en grupos de tres o cuatro personas para que intercambien 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 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; para ello, deben intentar encontrar las razones por las que les parecen fáciles o difíciles.
  - Luego, 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.
  - Finalmente, organiza una plenaria para 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 y leer el diálogo sobre los estilos de aprendizaje.
  - Luego, pídeles que conversen en parejas sobre las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”; para ello, deben intentar encontrar las diferencias entre las formas de aprender de los tres estudiantes.
  - También pídeles que comenten cuál de las tres formas les parece más fácil a cada uno de ellos. Indícales que lo expliquen con un ejemplo personal.
  - A continuación, invítalos a revisar con atención la información que se presenta sobre los tres estilos de aprendizaje: visual, auditivo y activo-motriz (kinestésico), para reforzar este tema.
  - Luego, pídeles realizar de forma individual el ejercicio planteado en los recuadros de color rosado, para que identifiquen a cuál estilo de aprendizaje se aproximan más. Explícales que en cada uno de los seis recuadros deben marcar una de las tres opciones, la que más se acerque a la forma en que aprenden.
  - Para verificar cuál es su estilo de aprendizaje, deben marcar en los tres recuadros siguientes cada una de sus respuestas; por ejemplo, si en la pregunta 1 marcaron la respuesta “c”, significa que su respuesta pertenece al recuadro de aprendizaje activo. Luego, deben identificar en cuál de los tres tienen mayor cantidad de respuestas.
  - A continuación, pídeles que en el recuadro celeste escriban individualmente cuál es su estilo de aprendizaje. En el recuadro verde, deben indicar cuándo tienen dificultades para aprender.

- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “Estilos de aprendizaje: clasificación sensorial”.

### ● Valoro lo que aprendí

- Invita a cada estudiante a plantear tres actividades que puede realizar para aprender mejor, teniendo en cuenta cuál es su estilo de aprendizaje. Luego, pide a tus estudiantes que lean las historias de Julia y Sebastián, que se presentan en los siguientes recuadros. Piensa y escribe los consejos que necesitan para aprender de la mejor manera.
- Organiza una plenaria para compartir sus reflexiones y consejos.

## Cierre

### ● Me comprometo

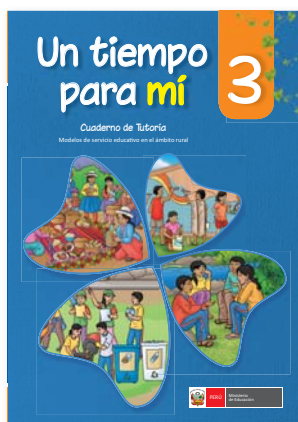
- Pide a cada estudiante que escriba sus compromisos personales con respecto a esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones de tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con las tuyas. Escríbelas en la pizarra o en un papelote que colocarás en un lugar visible del salón.

## ■ Recursos complementarios para esta actividad

En la sección **“Valoro lo que aprendí”**, plantea el juego “me convierto en profesor”. Tus estudiantes deben elegir un tema que quieren desarrollar y un estudiante voluntario asumirá el rol de profesor; se le indicará el estilo de aprendizaje de sus estudiantes y tendrá que utilizar estrategias para dar su clase de manera que a ellos les resulte sencillo aprender. Repite el juego cambiando al profesor y el estilo de aprendizaje de sus estudiantes.

En la sección **“Me comprometo”**, puedes plantear a tus estudiantes que identifiquen y escriban técnicas de estudio y aprendizaje que pueden poner en práctica cuando estén en su casa.

## 3.3. Orientaciones pedagógicas: cuaderno de tercer grado



### En el tercer grado se desarrollan diez actividades:

1. Creamos organizaciones en nuestro colegio
2. Nuestras prácticas culturales
3. Comunicándome mejor
4. Siento orgullo por mi colegio
5. ¡Estoy cambiando! Me acepto y me cuido
6. Nada me detiene para alcanzar mis metas
7. Evito una maternidad y una paternidad tempranas
8. Mujeres y varones con los mismos derechos y las mismas oportunidades
9. Debemos vivir sin violencia física
10. Pensando de manera crítica y constructiva

## Actividad 1 Creamos organizaciones en nuestro colegio

### Lectura complementaria<sup>36</sup>

#### Conociendo una organización estudiantil: el municipio escolar

##### ¿Qué es el municipio escolar?

Es una organización que representa a los estudiantes de la institución educativa. Es elegido en forma democrática por voto universal y secreto. Constituye un espacio formativo que promueve en los estudiantes el ejercicio de sus derechos y responsabilidades (RVM N.º 0067- 2011-ED, art. 7.1.).

##### ¿Qué finalidad tiene el municipio escolar?

- Promueve la participación estudiantil propiciando que las niñas, los niños, las adolescentes y los adolescentes sean actores de su desarrollo personal y social.
- Contribuye a su formación integral a través de la vivencia de valores, la ciudadanía y la democracia.
- Aporta a la construcción de una cultura que reconozca a las niñas, los niños, las adolescentes y los adolescentes como sujetos sociales de derechos, con capacidades para contribuir a su desarrollo personal, su institución educativa, su familia y su comunidad.

##### ¿Quiénes integran el municipio escolar?

Está conformado por los siguientes integrantes:

##### La directiva

- ✓ Alcalde
- ✓ Teniente alcalde
- ✓ Regidor de Educación, Cultura, Deporte y Recreación
- ✓ Regidor de Salud y Ambiente
- ✓ Regidor de Emprendimiento y Actividades Productivas
- ✓ Regidor de derechos de la niña, el niño y el adolescente
- ✓ Regidor de Comunicación y Tecnologías de la Información

##### El consejo escolar

Constituido por la directiva del municipio escolar y los delegados de las aulas de la institución educativa, organizados en diversas asambleas.

##### ¿Qué finalidad tiene el municipio escolar?

- ✓ Hacer consultas en las aulas sobre las necesidades e intereses de los estudiantes.
- ✓ Apoyar actividades del calendario cívico escolar.
- ✓ Participar de las actividades deportivas y recreativas.
- ✓ Promover la inclusión educativa y los derechos de las niñas, los niños, las adolescentes y los adolescentes con discapacidad.
- ✓ Realizar acciones para el mejoramiento y cuidado de los servicios de la institución educativa.
- ✓ Difundir y promover los derechos de las niñas, los niños, las adolescentes y los adolescentes.
- ✓ Difundir las normas de convivencia de la I. E.

### Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

#### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Creamos organizaciones para nuestro colegio”.

<sup>36</sup> Adaptado de Ministerio de Educación del Perú. (2014). *Manual de Municipios Escolares. Acción por los Niños*. Lima: Autor.

## ● ¿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 la imagen que se presenta al inicio de esta sección e indícales que deben comentar sobre lo que creen que están haciendo los jóvenes.
- Pídeles que se organicen en grupos de tres o cuatro personas para leer juntos y responder las interrogantes que acompañan esta imagen en el recuadro “Me pregunto y comparto”.
- Invita a un voluntario de cada grupo a compartir sus respuestas. Seguidamente, cuéntales a tus estudiantes que en la imagen se presenta una organización estudiantil que se encarga del cuidado del ambiente en el colegio. Algunas ideas de nombres 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 ha observado en otro colegio. Pídeles que escriban acerca de ella en el recuadro que se presenta en esta sección, con base en sus respuestas a las siguientes preguntas: ¿cómo se llama? ¿Quién es su representante? ¿Quiénes la integran? ¿De qué se encarga?
- Pídeles que conversen en parejas sobre la organización que identificaron. Luego, indícales que completen los recuadros finales de esta sección con las funciones que imaginan que podrían cumplir las dos organizaciones presentadas.
- Organiza una plenaria para intercambiar las propuestas de funciones.

### ● 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.
- Organízalos en grupos para que conversen a partir de las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”. Pide a algunos voluntarios que comenten sus ideas con todo el grupo.
- Luego, indícales que cada uno revise la información sobre los cinco pasos para crear una organización estudiantil en el colegio; para ello podrán repasar también con detenimiento el ejemplo del plan de acción que se presenta: “Amigos y amigas del juego y el deporte”.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, que está al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “Organizaciones estudiantiles: importancia y aprendizajes”.

### ● Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a realizar el ejercicio que se plantea en esta sección. 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.
- Luego, pídeles que, entre todos los miembros del grupo, elaboren un plan de acción para responder a dichos intereses. Diles que utilicen el modelo que se presenta 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 escriba sus compromisos personales con respecto a esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones de tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con las tuyas. Escríbelas en la pizarra o en un papelote que colocarás en un lugar visible del salón.

## ■ Recursos complementarios para esta actividad

En la sección “**¿Qué conozco?**”, plantea a tus estudiantes realizar una investigación sobre alguna organización estudiantil que exista en un colegio de su comunidad o de alguna comunidad cercana. Diles que hagan una cita con los representantes de dicha organización para entrevistarlos y acompañarlos en algunas de las actividades que realizan en su colegio o comunidad. Ayúdalos a escribir las preguntas que harán. Después de un tiempo organiza una reunión para que cada estudiante pueda compartir los resultados de su investigación.

En la sección “**Valoro lo que aprendí**”, puedes proponer a tus estudiantes que creen una organización estudiantil en su colegio; para lo cual, pueden tomar un lapso más largo. Acompáñalos a distribuir su tiempo para llevar a cabo los cinco pasos planteados, comenzando por diseñar una estrategia para identificar los intereses y las necesidades de todos tus estudiantes. Plántales como reto ejecutar dos de las acciones propuestas en su plan y luego reunirse para evaluarlas.

## Actividad 2 Nuestras prácticas culturales

### ■ Lectura complementaria<sup>37</sup>

#### El Perú es un país pluricultural y multilingüe

En relación a lo establecido en el artículo 1 del Convenio 169 de la OIT, ratificado por el Perú mediante Resolución Legislativa 26253, se considera que los pueblos indígenas u originarios son aquellos que tienen su origen en tiempos anteriores al Estado, que tienen lugar en este país y región, y que además conservan todas o parte de sus instituciones distintivas. Resaltando que la conciencia de su identidad indígena es fundamental para determinar a quienes se aplica el convenio.

El Ministerio de Cultura ha identificado, de manera referencial, hasta el momento, 55 pueblos indígenas u originarios registrados en la Base de Datos Oficial de Pueblos Indígenas u Originarios (BDPI), 4 se encuentran en la región andina y 51 en la Amazonía. De este total, 12 pueblos indígenas u originarios viven en situación de aislamiento y contacto inicial. impactan directamente en los sistemas normativos indígenas y obligan a su redefinición.

**Lista de pueblos indígenas u originarios**

N°	Pueblo	Otras denominaciones	Lengua	Tipo de pueblo	Regiones
1	Achuar	Achual, Achuare, Achuale	Achuar	Amazónico	Loreto
2	Aimara	Aymara, Aru	Aimara	Andino	Puno, Moquegua, Tacna
3	Amahuaca	Amunvaka, Yora	Amahuaca	Amazónico	Madre de Dios, Ucayali
4	Arabela	Tapueyocuaqa, Chiripuno	Arabela	Amazónico	Loreto
5	Ashaninka	Campa ashaninka	Ashaninka	Amazónico	Ayacucho, Cusco, Huánuco, Junín, Loreto, Madre de Dios, Pasco, Ucayali
6	Asheninka	Ashaninka del Gran Pajonal	Asheninka	Amazónico	Pasco, Ucayali
7	Awajún	Aguaruna, Aents	Awajún	Amazónico	Amazonas, Cajamarca, Loreto, San Martín, Ucayali
8	Bora	Booraa, Miamuna, Miranha, Miranya	Bora	Amazónico	Loreto
9	Cashinahua	Huni kuin, caxinahua, kachinahua	Cashinahua	Amazónico	Ucayali
10	Chamicuro	Camikódlo, Chamicolos	Chamicuro	Amazónico	Loreto
11	Chapra	Shapra	Kandozi-chapra	Amazónico	Loreto
12	Chitonahua	Yora, Murunahua	Yaminahua	Amazónico	Ucayali
13	Ese Eja	Ese'ejja, Huarayo, Tiatinagua	Ese eja	Amazónico	Madre de Dios
14	Harakbut	Amarakaeri, wachipaeri, arasaeri, Kisamberi, Pukirieri, Toyoeri, sapiteri	Harakbut	Amazónico	Cusco, Madre de Dios
15	Ikitu	Ikito, iquito, Amacacore, Quiturran	Ikitu	Amazónico	Loreto
16	Iñapari	Inapari, Inamari, kushitireni	Iñapari	Amazónico	Madre de Dios
17	Isconahua	Iskobakebo	Isconahua	Amazónico	Ucayali
18	Jaqaru	Aimara tupino, aimara central, Aru	Jaqaru	Andino	Lima
19	Jíbaro	Jibaro del río Corrientes, Shiwiar, Siwaro	Achuar	Amazónico	Loreto
20	Kakataibo	Uni, unibo	Kakataibo	Amazónico	Huánuco, Loreto, Ucayali
21	Kakinte	Poyenisati	Kakinte	Amazónico	Cusco, Junín
22	Kandozi	Candoshi, Chapra, Chapara, Murato	Kandozi-chapra	Amazónico	Loreto
23	Kapanawa	Nuquenciaibo, Buskipani	Kapanawa	Amazónico	Loreto
24	Kichwa	Quichua, Inga, Lamas, Santarrosinos	Quechua	Amazónico	Cusco, Loreto, Madre de Dios, San Martín, Ucayali
25	Kukama Kukamiria	Cocama cocamilla, Xibitaona	Kukama kukamiria	Amazónico	Loreto, Ucayali
26	Madija	Culina, Madiha, Kolina	Madija	Amazónico	Ucayali
27	Maijuna	Orejón, Maijiki	Maijiki	Amazónico	Loreto
28	Marinahua	Onocoin, Yora	Sharanahua	Amazónico	Ucayali
29	Mashco Piro	Mashco, Piro Mashco	Yine	Amazónico	Madre de Dios, Ucayali
30	Mastanahua	Matsanahua, Yora	Sharanahua	Amazónico	Ucayali
31	Matsés	Mayoruna	Matsés	Amazónico	Loreto
32	Matsigenka	Machiguenga, Matsiguenga, Machiganga, Matsiganga	Matsigenka	Amazónico	Cusco, Madre de Dios, Ucayali
33	Muniche	Munichi	Muniche	Amazónico	Loreto
34	Murui-muinani	Huitoto	Murui-muinani	Amazónico	Loreto
35	Nahua	Yora	Nahua	Amazónico	Ucayali
36	Nanti	Matsigenka	Nanti	Amazónico	Cusco
37	Nomatsigenga	Nomachiguenga, Atiri	Nomatsigenga	Amazónico	Junín
38	Ocaína	Dukaiya, Dyo'xaiya	Ocaína	Amazónico	Loreto
39	Omagua	Omagua yeté, ariana, pariana, umawa	Omagua	Amazónico	Loreto
40	Quechuas	Los pueblos quechuas no tienen otras denominaciones, más si un conjunto de identidades, entre las que se encuentran: Chopccas, Huancas, Chankas, Huaylas, q'eros, Cañaris, Kana	Quechua	Andino	Amazonas, Áncash, Apurímac, Arequipa, Ayacucho, Cajamarca, Cusco, Huancavelica, Huánuco, Ica, Junín, La Libertad, Lambayeque, Lima, Moquegua, Pasco, Puno

41	Resigaro	Resigero	Resigaro	Amazónico	Loreto
42	Secoya	Aido pai	Secoya	Amazónico	Loreto
43	Sharanahua	Oicoín, Yora	Sharanahua	Amazónico	Ucayali
44	Shawi	Chayawita, Campo-piyapi, Tshahui	Shawi	Amazónico	Loreto, San Martín
45	Shipibo-konibo	Shipibo, Joni, Chioeo-conivo	Shipibo-konibo	Amazónico	Huánuco, Loreto, Madre de Dios, Ucayali
46	Shiwilu	Jebero, Xebero, Shiwila	Shiwilu	Amazónico	Loreto
47	Ticuna	Duuxugu	Ticuna	Amazónico	Loreto
48	Urarina	Itucali, kacha edze, Itukale	Urarina	Amazónico	Loreto
49	Uro	Uru	Uro (lengua extinta)	Andino	Puno
50	Vacacocha	Aushiri, a'éwa, awshira, abijira, abishira	Awshira (lengua extinta)	Amazónico	Loreto
51	Wampis	Huambiza, Shuar-Huampis	Wampis	Amazónico	Amazonas, Loreto
52	Yagua	Yihamwo, Nihamwo	Yagua	Amazónico	Loreto
53	Yaminahua	Yuminahua, Jjamimawa, Yora	Yaminahua	Amazónico	Ucayali
54	Yanesha	Amuesha, Amage, Amuexia	Yanesha	Amazónico	Huánuco, Junín, Pasco
55	Yine	Piro, Pira, Simirinche, Chotaquiuro	Yine	Amazónico	Cusco, Loreto, Madre de Dios, Ucayali

[https://bdpi.cultura.gob.pe/sites/default/files/archivos/paginas\\_internas/descargas/Lista%20de%20pueblos%20ind%C3%ADgenas%20u%20originarios\\_0.pdf](https://bdpi.cultura.gob.pe/sites/default/files/archivos/paginas_internas/descargas/Lista%20de%20pueblos%20ind%C3%ADgenas%20u%20originarios_0.pdf)

## Características e importancia de los conocimientos tradicionales

Los conocimientos tradicionales de los pueblos indígenas u originarios forman parte de su visión holística del mundo y están enraizados en sus territorios, normas consuetudinarias, formas de organización social y espiritualidad. Infunden, por ello, un sentimiento de pertenencia y continuidad, creando un vínculo entre presente y pasado, contribuyendo con ello a la cohesión social. Asimismo, son de carácter eminentemente colectivo y son reconocidos por los mismos pueblos indígenas u originarios como parte de su memoria e identidad. Siendo dinámicos, están vinculados a procesos de cambios internos y externos al interior de la comunidad, por lo que no implican una permanencia histórica o una fijación en el tiempo. Ello además, permite a los pueblos indígenas u originarios adaptarse dinámicamente a sus entornos.

La importancia de los conocimientos tradicionales es reconocida por ser parte esencial de la identidad cultural de los pueblos indígenas u originarios y de la realización de sus derechos humanos individuales y colectivos, tales como el derecho a la salud, educación, cultura, desarrollo, así como al territorio y a los recursos naturales. También son imprescindibles, por su enorme contribución a la conservación y al uso sostenible de la biodiversidad, y a la economía global.

Por otro lado, al formar parte de la identidad cultural y costumbres de los pueblos indígenas u originarios, son una dimensión de la diversidad cultural del país. Asimismo, aquellos conocimientos tradicionales relacionados a la diversidad biológica están estrechamente asociados a los recursos genéticos, con un alto potencial de mercado en sectores vinculados con la industria farmacéutica, alimentaria, cosmética y biotecnológica. Es importante precisar que la diversidad cultural y la diversidad biológica están inherentemente ligadas, de tal manera que las zonas de mayor biodiversidad coinciden con las de mayor concentración de diversidad cultural.

### CONTEXTO NORMATIVO NACIONAL

La Constitución Política del Perú, en el artículo 2, inciso 19, reconoce el derecho de toda persona a su identidad étnica y cultural, y señala que el Estado reconoce y protege la pluralidad étnica y cultural de la Nación, así como el derecho a las creaciones intelectuales en todas sus formas.

La Ley General del Patrimonio Cultural de la Nación (2004) define como bien integrante del Patrimonio Cultural de la Nación toda manifestación del quehacer humano –material o inmaterial– que por su



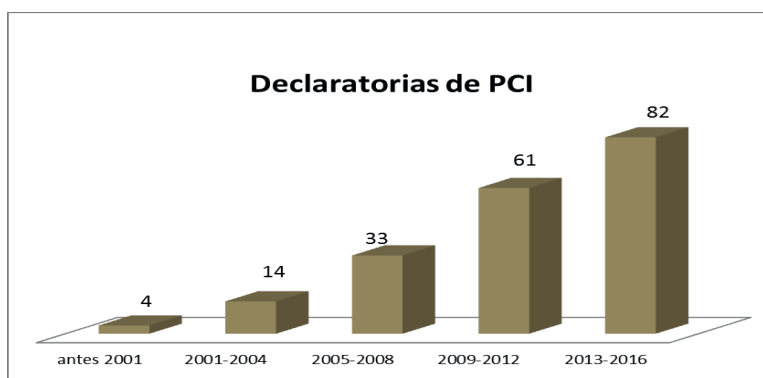
importancia, valor y significado paleontológico, arqueológico, arquitectónico, histórico, artístico, militar, social, antropológico, tradicional, religioso, etnológico, científico, tecnológico o intelectual, sea expresamente declarado como tal o sobre el que exista la presunción legal de serlo Esta ley involucra a las expresiones de patrimonio inmaterial, donde se incluyen los conocimientos tradicionales y establece los mecanismos de salvaguardia que ejecuta el sector cultura en esta materia.

Asimismo, en el año 2007 se promulgó la Ley que Declara Patrimonio Nacional los Cultivos y Crianzas Nativas, y la Ley del Artesano y del Desarrollo de la Actividad Artesanal que se ocupa de regular la actividad artesanal y de su protección.

En 2009, se aprobaron la Política Nacional del Ambiente y el Reglamento de Acceso a Recursos Genéticos, instrumentos que contienen igualmente disposiciones que abordan o se relacionan con los conocimientos tradicionales. Posteriormente, en el 2013 se aprobó la Política Nacional Forestal y de Fauna Silvestre, que también integra lineamientos para la valoración y fortalecimiento del rol de los pueblos indígenas y otras poblaciones locales y sus conocimientos tradicionales.

Recientemente aprobadas, la Política Nacional para la Transversalización del Enfoque Intercultural (2015), la Política Sectorial de Salud Intercultural (2016) y la Política Nacional de Lenguas Originarias, Tradición Oral e Interculturalidad (2017) refieren lineamientos y objetivos específicos orientados a la salvaguardia de los conocimientos tradicionales, así como a impulsar el reconocimiento, la revalorización y recuperación de estos.

### Tendencias de las declaratorias de patrimonio cultural inmaterial y número de declaratorias por clasificación



Fuente: Elaborado con datos de MINCU por Mario Zuleta, 2016.

Tabla 1

Clasificación	Número
Lenguas y tradiciones orales	2
Música y danzas	73
Formas de organización y autoridades tradicionales	5
Prácticas y tecnologías productivas	10
Espacios culturales de representación o realización de prácticas culturales	7
Fiestas y celebraciones rituales	75
Expresiones artísticas plásticas: arte y artesanía	14

Fuente: Ministerio de cultura (2016)

<https://www.cultura.gob.pe/sites/default/files/noticia/tablaarchivos/estrategiactmatrizfinal.pdf>

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Nuestras prácticas culturales”.
- **¿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 la imagen que se presenta en esta sección y a conversar juntos sobre la situación que plantea.
  - Pídeles que se reúnan en parejas y que intercambien sus ideas sobre la imagen; para ello, deben responder las interrogantes del recuadro “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 sobre la costumbre de cortar el cabello y dejar una ofrenda a los niños cuando los bautizan.
  - Invítalos a que identifiquen y escriban acerca de las prácticas culturales que tienen en su familia y en su colegio. 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 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 comenten acerca de situaciones relacionadas con prácticas culturales que hayan tenido y cómo actuaron frente a ellas.
  - Luego, invítalos a revisar y comentar el cuadro con tres ejemplos de prácticas culturales que se viven de manera diferente en la familia y en el colegio sobre creencias, participación y organización para el trabajo. Indícales que revisen también las reflexiones y cuestionamientos que se hacen los tres jóvenes luego de este cuadro. Anímalos a compartir sus propias reflexiones sobre este tema.
  - Posteriormente, pídeles que observen las tres situaciones que se presentan en la siguiente página de esta sección, para reflexionar sobre lo que puede ocurrir cuando hay diferencias entre las prácticas culturales de la familia y del colegio. Pídeles que comenten acerca de lo que opinan de cada una de ellas y si recuerdan haber vivido situaciones similares.
  - Organiza una plenaria para compartir sus reflexiones.
  - Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, que está al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “El Perú es un país pluricultural y multilingüe”.
- **Valoro lo que aprendí**
  - Invita a tus estudiantes a realizar el ejercicio que se plantea en esta sección y a comentar en grupos de tres o cuatro personas lo que escribieron.
  - Organiza una plenaria para que tus estudiantes intercambien sus principales reflexiones.

## Cierre

### ● Me comprometo

- Pide a cada estudiante que escriba sus compromisos personales con respecto a esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones de tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con las tuyas. Escríbelas en la pizarra o en un papelote que colocarás en un lugar visible del salón.

### ■ Recursos complementarios para esta actividad

En la sección “**¿Qué conozco?**”, puedes plantear a tus estudiantes representar, a través de dramatizaciones, diferentes prácticas culturales que tienen en su familia y su colegio. En un segundo momento, puedes plantearles el reto de representar una práctica cultural que se viva de manera diferente en la familia o en el colegio. Luego, debes generar la reflexión conjunta.

En la sección “**Valoro lo que aprendí**”, puedes invitar a cada estudiante a identificar y hacer una lista de prácticas culturales que ha vivido desde pequeño, en el colegio o en la familia, y con las cuales ahora no se siente identificado o no está de acuerdo.

Organiza una reunión para compartir estas prácticas entre todos; para ello, pídeles que cuenten por qué no están de acuerdo con ellas y cómo podrían cambiarlas. Indícales que ensayen una forma respetuosa de explicar a sus padres o profesores por qué necesitan cambiar dicha práctica.

## Actividad 3 Comunicándome mejor

### ■ Lectura complementaria<sup>37</sup>

#### La comunicación asertiva

La comunicación asertiva se basa en una actitud personal positiva a la hora de relacionarse con los demás y consiste en expresar opiniones evitando descalificaciones, reproches y enfrentamientos. Es la vía adecuada para interactuar con personas.

Se produce cuando se expresa un mensaje en el que las palabras y los gestos transmiten claridad y, al mismo tiempo, una actitud de empatía hacia el interlocutor. Se trata de comunicar las propias ideas de manera sincera y creando un clima positivo y sin ánimo de conflicto.

A veces le llamamos “saber decir las cosas” y nos referimos, normalmente, a ser capaces de pedir lo que es nuestro, sin pasar por encima de nadie ni dejar de decir lo que realmente pensamos por miedo a la reacción de los otros. Es decir, la comunicación asertiva ayuda a que se respeten nuestros derechos respetando los de los demás.

#### Para qué sirve la comunicación asertiva

La comunicación asertiva sirve para conectarte con tus propias necesidades y con las necesidades de los demás para encontrar puntos de colaboración.

<sup>37</sup> Adaptado de En qué consiste la comunicación asertiva. (s. f.). *Psicoactiva. Mujer hoy*. Recuperado de <https://www.psicoactiva.com/blog/consiste-la-comunicacion-asertiva/>

Esto te permitirá lo siguiente:

- Sentirte con el derecho de hacer peticiones que antes evitabas por miedo a molestar o perder amigos.
- Comprender mejor tus sentimientos y necesidades, algo fundamental para tu autoestima.
- Dejar de sentirte atacado y entender que cuando alguien está enfadado es porque no ha podido satisfacer alguna de sus necesidades.
- Abrir el camino a colaborar para encontrar soluciones conjuntas.
- Profundizar las conversaciones cuando los demás expongan sus necesidades.
- Sentirte más seguro mostrando tus sentimientos y vulnerabilidades.

La comunicación asertiva no es solo una forma de defender tus derechos o decir que no. Es una nueva manera de relacionarte con las personas que te rodean.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Comunicándome mejor”.
- **¿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 la situación que se presenta en esta sección, sobre una profesora y su estudiante. Pídeles que la comenten en parejas. Luego, invítalos a conversar a partir de las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”; para ello, deben intercambiar sus opiniones sobre la manera de comunicarse de la profesora y de la estudiante. Pídeles que también 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 y las tres distintas reacciones que tiene la estudiante. Pregúntales si ellos recuerdan haber vivido una situación parecida e invítalos a que comenten cómo fue su reacción.
  - Luego, pídeles que dialoguen en grupos de tres o cuatro personas sobre las interrogantes del recuadro “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 sobre la comunicación y las situaciones en las que nos resulta difícil comunicarnos.
  - Pídeles que observen el ejemplo que se presenta y que cada uno de ellos escriba otras situaciones en las que les cuesta expresar sus opiniones. Indícales que algunos voluntarios comenten las situaciones que identificaron.
  - Posteriormente, invítalos a revisar la información que se presenta en la siguiente página sobre dos formas de comunicarse: comunicación agresiva y comunicación pasiva. Conversa con ellos para identificar las diferencias entre ambas y pídeles que mencionen nuevos ejemplos sobre estas formas de comunicación.
  - A continuación, revisa y comenta junto con ellos las dos siguientes imágenes, en las que se presentan respuestas asertivas a las situaciones anteriores. Pregúntales qué opinan de esta forma

de responder ante situaciones difíciles. Luego, invítalos a que formen grupos de tres o cuatro personas y respondan las interrogantes del recuadro “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 entrenar esta forma de comunicación.
- Invítalos a reunirse en parejas para inventar situaciones que les permitan ejercitar estas pautas.
- Finalmente, pídeles que revisen las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, que está al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “La comunicación asertiva”.

### ● **Valoro lo que aprendí**

- Invita a tus estudiantes a realizar el primer ejercicio de esta sección; para ello, deben completar el cuadro a fin de identificar cómo es su forma personal de comunicarse. Organiza una plenaria para que comenten los resultados que obtuvieron en este ejercicio e identifiquen individualmente lo que necesitan hacer para aproximarse más al estilo de comunicación asertiva.
- Luego, pide a cada uno que responda la interrogante del siguiente recuadro y que plantee una situación personal en la que se comunicó de manera asertiva.

### Cierre

#### ● **Me comprometo**

- Pide a cada estudiante que escriba sus compromisos personales con respecto a esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones de tus estudiantes, puedes enriquecerlas con las tuyas. Escríbelas en la pizarra o en un papelote que colocarás en un lugar visible del salón.

### ■ **Recursos complementarios para esta actividad**

En la sección “**Mis nuevos aprendizajes**”, plantea a tus estudiantes:

- Entrenar la técnica “Hablar en primera persona”. Prepara previamente algunas tarjetas con situaciones que podrían resultar difíciles de ser expresadas por los estudiantes (por ejemplo, cuando en el grupo algunos no colaboran, cuando un docente llega tarde siempre, cuando sus mamás los gritan o les pegan, etc.). Pídeles que cada uno saque una tarjeta, lea la situación y plantee su propuesta sobre cómo decirla asertivamente, hablando en primera persona.
- Entrenar la técnica “Para ti-para mí”. Invita a tus estudiantes a formar parejas y pide a un integrante de cada equipo que le plantee a su compañero su desacuerdo o desaprobación acerca de una situación. Luego, la pareja debe responderle utilizando la técnica “Para ti-para mí”. Posteriormente se invierten los roles.

## Actividad 4 Siento orgullo por mi colegio

### Lectura complementaria<sup>38</sup>

#### Clima escolar y bienestar de los estudiantes

Los estudiantes aprenden muchas cosas en la escuela: leer, escribir, sumar, restar, etc., pero también aprenden a relacionarse con los demás. Si bien esto último se puede enseñar en el aula, los estudiantes también aprenden de lo que ven y oyen a su alrededor, y de cómo son tratados por sus maestros y compañeros. **La evidencia muestra que un clima escolar positivo y la enseñanza de habilidades socioemocionales ayuda a que los niños y los adolescentes se lleven mejor consigo mismos, con sus pares y adultos; reduce sus problemas de comportamiento y conductas de riesgo; les ayuda a aprender mejor y, a la larga, incrementa sus posibilidades de conseguir mejores trabajos y salir de la pobreza** (Payton *et al.*, 2008; World Bank, 2011).

En cuanto al clima escolar, los siguientes principios son fundamentales:

- Un clima escolar positivo es esencial para que las escuelas fomenten logros académicos, una vida democrática y una adecuada empleabilidad futura.
- La mejora del clima escolar empieza por un buen diagnóstico. Las evaluaciones del clima escolar se deben llevar a cabo con herramientas adecuadas, que incorporen las perspectivas de estudiantes, padres de familia y el personal de la escuela. Además, deben considerar las principales dimensiones de la vida escolar (por ejemplo, seguridad, relaciones y ambiente externo).
- Conscientes o no, los adultos que trabajan en la escuela son los líderes del clima escolar, ya que los estudiantes, sus padres y los líderes comunitarios siguen su ejemplo.

Algunos mensajes clave sobre la importancia del clima escolar son los siguientes:

- Los estudiantes aprenden mejor cuando están sanos, seguros y felices.
- Lograr que los estudiantes crezcan sanos, seguros y felices no solo es tarea de sus maestros, sino de todos.
- La escuela puede contribuir a mejorar la sociedad si logra equipar a sus estudiantes con las habilidades para la convivencia pacífica y la ciudadanía.
- Las habilidades socioemocionales permiten equilibrar el actual modelo educativo enfocado en la “cabeza”, al equipar el “corazón” con herramientas para la vida.
- Promover las habilidades socioemocionales entre estudiantes permite mejorar su comportamiento, su relación con los demás, sus notas y reducir sus niveles de estrés.

“Sentirse conectado con la escuela” está asociado con el buen rendimiento académico, con adecuadas habilidades sociales, con un adecuado manejo del estrés, con un bajo riesgo de abandonar la escuela y con menores posibilidades de incursionar en actividades violentas y delictivas.

### Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

#### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Siento orgullo por mi colegio”.
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que surjan.



<sup>38</sup> Adaptado de Ministerio de Educación del Perú y Banco Mundial. (2013). *Estudiantes sanos, seguros y felices: El rol del clima escolar y las habilidades socioemocionales*. Lima: Autor.

## Desarrollo

### ● Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la situación que se presenta en esta sección, sobre la visita de unos estudiantes a la chacra de café de Don Julio. Pídeles que la comenten en parejas.
- Luego, invítalos a conversar a partir de las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”; para ello, deben identificar y compartir actividades de su colegio que les agradan y emocionan.

### ● ¿Qué conozco?

- Invita a tus estudiantes a realizar el ejercicio que se plantea al inicio de esta sección. Deberán imaginar y dibujar cómo sería la foto de uno de los momentos más importantes y agradables de su vida escolar.
- Luego, pídeles que respondan las interrogantes que se plantean para explicar la fotografía que han dibujado.
- Indícales que se organicen en grupos de tres o cuatro personas, compartan las fotografías que dibujaron y respondan juntos a las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”. Invita a algunos voluntarios a que comenten 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 sobre la comunidad educativa y lo que hace sentir a algunos estudiantes.
- Luego, pídeles que completen el recuadro sobre los modelos de servicios educativos rurales que conocen. Invítalos a comentar lo que conocen de cada uno de ellos, principalmente de aquel en el que ellos están.
- A continuación, indícales que cada uno revise con atención la información que dan tres estudiantes sobre los tres modelos de servicios educativos rurales. Luego, ayúdalos a organizarse en grupos de tres o cuatro personas para responder y comentar juntos las interrogantes del recuadro: “Conversamos en grupo”.
- Seguidamente, pídeles que cada uno revise la información y los comentarios que hacen los estudiantes 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 parejas, teniendo en cuenta las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”.
- Organiza una plenaria para que tus estudiantes compartan sus reflexiones sobre aquello que quisieran cambiar o mejorar en su colegio.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “Clima escolar y bienestar de los estudiantes”.

### ● Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a realizar el ejercicio que se plantea en esta sección, escribiendo 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, pero 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 diferencias en las cartas que escribieron. Además, pídeles que reflexionen acerca de aquellas situaciones que deben mejorar entre todos.

## Cierre

### ● Me comprometo

- Pide a cada estudiante que escriba sus compromisos personales con respecto a esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones hechas por tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con tus propias reflexiones. Escríbelas en la pizarra o en un papelote que colocarás en un lugar visible del salón.

### ■ Recursos complementarios para esta actividad

Puedes organizar a los estudiantes en grupos para elaborar un escudo o una bandera que represente a su escuela. Para ello, deben pensar en qué valores quieren que se resalte del colegio y cómo quieren que se le identifique. Luego, deben pensar cómo lo simbolizarían y elegir los colores y las formas que emplearán. Esta actividad requiere de tu apoyo. Además, se necesitarán los siguientes materiales: papelotes, lápices, colores, plumones, témperas y pinceles.

## Actividad 5 ¡Estoy cambiando! Me acepto y me cuido

### ■ Lectura complementaria<sup>39</sup>

#### Estudiantes sanos, seguros y felices

La infancia y la adolescencia son periodos cruciales de formación, madurez y desarrollo de las personas. Uno de los factores de mayor riesgo para el desarrollo socioemocional de los niños y adolescentes es la violencia en su entorno (familiar, escolar y comunitario). La violencia contra niños y adolescentes está asociada con menores logros de aprendizaje, problemas de conducta, conductas de riesgo, pobre autocontrol, mayor probabilidad de repetir grados, ser expulsados o suspendidos, y menor probabilidad de graduarse.

Cuando la violencia y el acoso se dan al interior de la escuela, los efectos negativos alcanzan no solo a las víctimas sino también a los agresores. La evidencia señala que, en contextos de violencia, la escuela juega un rol fundamental en generar factores protectores y promover la resiliencia en niños y adolescentes en condiciones de riesgo, pero esto no se logra cuando la violencia se reproduce en la misma escuela.

La violencia escolar es un problema global. Entre sus varias manifestaciones se encuentran el abuso verbal, emocional, físico y sexual, con y sin uso de armas. Dicha violencia ocurre tanto entre adultos y estudiantes, como solo entre estudiantes o solo entre adultos. En la mayoría de casos, ocurre dentro del perímetro escolar, pero también se considera violencia escolar a aquellos actos violentos que ocurren en contra de escolares camino a la escuela, de vuelta a casa y a través de las nuevas tecnologías (Facebook u otros).

<sup>39</sup> Adaptado de Chirinos, P. (2017). *Violencia escolar y desarrollo de habilidades socioemocionales de estudiantes de secundaria de instituciones educativas de distritos con mayor índice de violencia de Lima Metropolitana* (tesis de maestría). UPCH: Lima.



## Cuestión de derecho

Desde 1989, todos los países, incluido el Perú, firmaron y confirmaron su adhesión a la Convención de los Derechos del Niño, la misma que lista una serie de principios para que niñas y niños crezcan sanos, seguros y felices.

A nivel nacional, la Ley General de Educación plantea que uno de los fines de la educación nacional es “formar personas capaces de lograr su realización ética, intelectual, artística, cultural, afectiva, física, espiritual y religiosa, promoviendo la formación y consolidación de su identidad y autoestima, y su integración adecuada y crítica a la sociedad para el ejercicio de su ciudadanía en armonía con su entorno, así como el desarrollo de sus capacidades y habilidades para vincular su vida con el mundo del trabajo y para afrontar los incesantes cambios en la sociedad y el conocimiento” (Ley N.º 28044, art. 9).

Desde el 2013, por la Ley N.º 29600, las estudiantes en situación de embarazo o maternidad tienen derecho a permanecer estudiando o a retomar sus estudios sin ser discriminadas. El colegio debe brindarles facilidades para rendir las evaluaciones académicas y ser flexibles con el periodo de asistencia a clases; también debe orientar y sensibilizar a los padres de familia y a la comunidad educativa sobre el derecho a la educación de las estudiantes gestantes o que son madres.

Así como global, la violencia escolar ha probado ser también un serio problema local. Las siguientes son algunas de las estadísticas que manejamos en nuestro país:

- Estudiantes insultados por un compañero en los últimos siete días: 47 %
- Víctimas del *bullying*: 48 %
- Estudiantes que han considerado seriamente suicidarse en el último año: 23 %
- Estudiantes empujados por un docente: 9 %
- Mujeres víctimas de abuso sexual antes de cumplir 15 años: 19,5 % (en Lima) y 18 % (en Cusco)

## Cuestión de integrar

La escuela es el segundo lugar, después del hogar, donde pasarán más tiempo al cuidado de un adulto en el transcurso de su vida. Por ello, la escuela cuenta con condiciones privilegiadas para mejorar integralmente el desarrollo y el bienestar de sus estudiantes durante los años más formativos de la infancia media (6-11 años) y la adolescencia (12-18 años) en las distintas áreas que componen este enfoque integral del desarrollo.

### ● Emocional

Entre los 9 y 18 años, el estudiante necesita desarrollar su propia identidad y busca ser más independiente. Si, por el contrario, se ve obligado a ajustarse al ideal de sus padres o docentes, quedará confundido sin saber quién es.

### ● Cognitivo

Durante la etapa escolar, los estudiantes pasan de estar centrados en sí mismos a ser más reflexivos; adquieren mayor conciencia sobre su propio cuerpo y pueden prestar atención por más largos periodos de tiempo. En este periodo, experimentan cambios en su habilidad de evaluar y comprender situaciones complejas. La maduración de funciones cognitivas, como la atención, la memoria de trabajo (corto plazo), el control de impulsos, el procesamiento fonológico, el desarrollo lingüístico y las funciones cognitivas de alto orden tienen un correlato neurológico y de estimulación.

### ● Físico-neurológico

Durante la pubertad y adolescencia, los estudiantes experimentan dramáticos cambios físicos, que incluyen la maduración sexual. Estos cambios demandan alimentación rica en energía, proteínas, vitaminas y minerales, así como más horas de sueño. En la infancia media y la adolescencia se

desarrolla la corteza prefrontal del cerebro –responsable de planear, tomar decisiones, regular emociones y favorecer el pensamiento abstracto– que continúa su maduración hasta los 20 años. Por eso, algunas habilidades cognitivas y socioemocionales, además de los valores, se siguen formando incluso en la adultez.

### ● Social

Al pasar más tiempo fuera de casa, los estudiantes se vuelven más conscientes del mundo extrafamiliar, por lo que la aprobación de sus compañeros pasa a ser muy importante. En esta etapa, la habilidad de relacionarse con pares y adultos, así como de destacar en alguna actividad (deportes y danza, por ejemplo), protege a los estudiantes de una serie de factores de riesgo.

Todas estas dimensiones están relacionadas entre sí. De manera que las personas aprovechan su potencial cuando aprenden de acuerdo con su nivel de maduración. Por otro lado, ese potencial se puede perder si los estudiantes no son estimulados cognitivamente y socioemocionalmente, o si son criados con violencia.

## ■ Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar.

### ● ¿Qué aprenderé?

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

### Desarrollo

### ● Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta en su cuaderno y promueve la reflexión personal con base en las preguntas planteadas.
- Invítalos a que en plenaria compartan sus reflexiones, recojan las experiencias personales e identifiquen los cambios que han experimentado y que cuenten cómo sienten su relación familiar.
- Es importante que el compartir se desarrolle en un ambiente de confianza.

### ● ¿Qué conozco?

- Luego del intercambio en plenaria, invita a tus estudiantes a observar las imágenes de manera individual, a dar lectura al texto del cuaderno y a responder el recuadro en relación con los cambios que identifican que les están sucediendo.
- Acompaña el proceso personal y, luego, cuando todos hayan terminado de completar el cuadro, invítalos a leer la historia de Luis y la de María; indícales que son adolescentes como ellos y que la idea es completar sus historias.
- Cuando observes que han terminado de completar las historias, motiva la formación de grupos para intercambiar el fin de las historias, identificando las similitudes y diferencias ("Conversamos en grupo").
- También promueve el intercambio en relación con los cambios que identifican en sí mismos y su relación con las personas adultas.
- Finalmente, sugiereles que cada grupo exponga sus conclusiones.

### ● Mis nuevos aprendizajes

- Invita a leer individualmente el texto incluido en "Mis nuevos aprendizajes".
- Luego del tiempo necesario para la lectura, resalta que los cambios en la adolescencia se dan tanto en nuestro cuerpo, como en nuestra manera de sentir, pensar y razonar, así como en la forma en la que establecemos nuestras relaciones con las demás personas.

- Expresa de manera cordial que están cambiando, que es importante informarse de los cambios que se dan en la etapa de la adolescencia y entender también el comportamiento y la preocupación de las personas adultas.
- Una vez que han terminado de leer el texto correspondiente, indícales que respondan el cuadro "El semáforo", oriéntalos a que lean con atención cada situación y señalen según su criterio si es una situación de peligro (rojo), riesgo (ámbar) u oportunidad (verde). Finalmente, indícales que en cada situación deben anotar su respuesta asertiva. Acompaña el proceso atendiendo las dudas de tus estudiantes y respetando sus opiniones.
- Para el proceso de intercambio, forma grupos de trabajo; para ello, puedes usar una dinámica que los motive. Asegúrate de que todos participen del intercambio en grupo.
- Guíate de las preguntas de la sección "Conversamos en grupo".
- En plenaria, primero atiende a los aportes de los grupos, luego refuerza lo siguiente:
  - ✓ El expresar y el reconocer los sentimientos de miedo o cólera no es malo, más bien son señales de alarma que nos indican que estamos frente a una situación de riesgo.
  - ✓ El miedo o la cólera no deben paralizarnos, sino que 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:

**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	<b>S</b> olas
de manera	<b>O</b> cultas
y se pide guardar en	<b>S</b> ecreto

**Cuando nos encontremos con situaciones SOS**, en las que se presentan estas características, es importante protegernos y responder con una reacción **NAC**<sup>40</sup>:

Decir "¡No!".  
Alejarnos y  
Contárselo a una persona de confianza.

- Con la ayuda de las situaciones planteadas en "El semáforo", identifica situaciones de riesgo y promueve el expresar qué otras situaciones de riesgo experimentan los adolescentes.
- Refuerza que, considerando las situaciones de riesgo y de peligro, es necesario desarrollar el 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.° 30364, define lo que es la violencia sexual (ver página 14).

<sup>40</sup> Centro de Estudios Sociales y Publicaciones. (1999). *Educamos para la vida. Guía para la prevención del abuso sexual infantil desde la escuela*. Lima: Autor.

- Coméntales que para prevenir situaciones de violencia necesitamos prepararnos, y, para ello, vamos a identificar las situaciones de peligro, de riesgo, y actuar asertivamente.
- Una situación de 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 (revisar página 14).

### ● Ideas valiosas

- Invítalos a leer las “Ideas valiosas” que se plantean en su cuaderno. Pide voluntarios para que realicen la lectura en voz alta.
- Comunica que es importante estar preparados para afrontar situaciones de riesgo de violencia sexual, razón por la cual van a pensar y anotar el nombre de tres personas que son de su confianza.

### ● Valoro lo que aprendí

- A continuación, indícales 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 aparte).
- Promueve que se expresen con libertad, ya que es un trabajo personal. Luego, en el recuadro siguiente, anoten lo que cuenta el dibujo o la poesía.

## Cierre

### ● Me comprometo

- Finalmente, invita a tus estudiantes a que cada uno anote su compromiso para convivir de forma saludable; para ello podrán indicar las actividades que practicará según sus habilidades.
- Observa que cada estudiante identifique y anote a la persona de su mayor confianza, con la que puede comunicarse frente a una situación SOS.
- Felicita la participación de todos.

## ■ Recursos complementarios para esta actividad

- Puedes solicitar formar un grupo de voluntarios para elaborar los carteles de SOS y NAC, y así tenerlos presentes en el aula.

## Actividad 6 Nada me detiene para alcanzar mis metas.

### ■ Lectura complementaria

#### Consecuencias del embarazo en la adolescencia, factores determinantes y como prevenirlo<sup>41</sup>

Los efectos del embarazo y la maternidad adolescente se observan principalmente en la salud, la educación y la productividad, conforme a lo estudiado en experiencias alrededor del mundo:

**Efectos en la salud.** Las complicaciones en el embarazo y parto suelen ser causa de mortalidad en mujeres adolescentes. Las adolescentes que quedan embarazadas tienden a ser de hogares de ingresos bajos, con una deficiente nutrición que se agrava con el embarazo produciendo anemia. Ello a su vez aumenta los riesgos de aborto espontáneo, nacimiento prematuro y muerte materna. La mala alimentación, la inmadurez física y la falta de acceso a atención obstétrica aumentan los problemas de salud durante y después del embarazo, especialmente en el parto, pues la pelvis y canal del parto se encuentran aún en crecimiento.

<sup>41</sup> Adaptado de: UNFPA. (2013). *Maternidad en la niñez. Enfrentar el reto del embarazo en adolescentes*. S. I: Autor.

Asimismo, existen efectos negativos en la salud mental, pues los embarazos en la adolescencia se convierten en fuente de mucho estrés. Las circunstancias del embarazo, si es que fue consentido o hubo violencia, y en el caso de ser consentido que el padre asuma o no su responsabilidad, y de asumirla cómo se configura esa relación de pareja, son factores que en una etapa de cambios hormonales por la adolescencia y el embarazo pueden afectar la salud mental de la adolescente.

**Efectos en la educación.** Las niñas que permanecen en la escuela más tiempo son menos proclives a quedar embarazadas. La educación prepara a las adolescentes para el trabajo y la subsistencia, mejora su autoestima y su posición en el hogar y en la comunidad. Sin embargo, no siempre la escuela logra estos beneficios, ya sea por una deficiente calidad o porque los demás factores terminan pesando más que la influencia positiva de la escolaridad. Y principalmente en contexto rural desafortunadamente se han visto casos de docentes que han seducido y embarazado o violentado sexualmente a estudiantes.

Muchas adolescentes al quedar embarazadas o convertirse en madres interrumpen su escolaridad, y cuanto más temprano se da dicha interrupción, menos probabilidad hay de que puedan culminar su educación básica.

**Efecto económico.** La postergación de la maternidad incrementa las posibilidades de las mujeres de asegurarse un trabajo más lucrativo, en especial con una escolaridad completa y estudios superiores.

Existen múltiples factores que determinan la ocurrencia del embarazo en la adolescencia. El enfoque ecológico organiza dichos factores y muestra que existe una corresponsabilidad en las diversas capas de la sociedad que llevan a la incidencia del embarazo adolescente. Estas capas incluyen:

- **Nivel individual.** Edad de inicio de la pubertad y la vida sexual activa crianza con la maternidad como única opción de vida y subsistencia; valores de desigualdad de género, y desconocimiento de información sobre sexualidad.
- **Nivel familiar.** Expectativas negativas para las hijas mujeres, poco valor a la educación de las niñas y las adolescentes, y actitud favorable al matrimonio infantil.
- **Nivel de escuela.** Obstáculos para la asistencia y permanencia de la niña en la escuela; falta de una educación sexual de calidad; presión de grupo; conductas de riesgo; falta de una educación sexual integral, y desconocimiento de la existencia y del manejo de protocolos de protección de la violencia sexual para las estudiantes.
- **Nivel de comunidad.** Actitudes negativas sobre la autonomía de las niñas, la sexualidad adolescente y el acceso a métodos anticonceptivos; clima de desprotección, coacción y violencia, y limitada disponibilidad de servicios de salud para adolescentes y atención pre y postnatal para madres jóvenes.
- **Nivel nacional.** Leyes que limitan acceso a métodos anticonceptivos; pobreza; poca inversión en la infancia y en las niñas, e inestabilidad política.

**CINCO AREAS PRIORITARIAS DE ACCIÓN  
para prevenir el embarazo adolescente y garantizar la educación  
de estudiantes adolescentes embarazadas o que ya son madres**

A partir de una revisión de la evidencia disponible, clasificada como sólida, la UNESCO, en colaboración con otras organizaciones, formuló recomendaciones que orientan a los ministerios de educación de todo el mundo sobre las medidas que pueden implementar para prevenir el embarazo precoz y no planificado y garantizar que las niñas embarazadas y las que ya son madres puedan continuar su escolarización en un entorno escolar seguro y de apoyo, libre de violencia, estigma y discriminación.

Área Prioritaria	Recomendación
Acceso a una educación de calidad para todas las niñas y adolescentes.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se debe garantizar el acceso universal a una educación de calidad como una forma de prevenir el matrimonio infantil y promover la igualdad de género.</li> <li>• Los niños y, especialmente, las niñas deben comenzar sus estudios a una edad temprana, ya que la educación es clave para reducir los embarazos precoces y el matrimonio infantil.</li> </ul>
Políticas de los colegios para la permanencia o el reingreso para estudiantes embarazadas o que ya son madres.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se deben desarrollar, implementar y monitorear políticas que permitan que las niñas embarazadas y las que ya son madres continúen con su educación.</li> </ul>
Educación Sexual Integral	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En las escuelas, antes y después de la pubertad, se debe asegurar una educación integral en sexualidad (EIS) en el marco del plan de estudios para prevenir embarazos precoces y no planificados.</li> <li>• En las escuelas se deben implementar intervenciones que promuevan la igualdad de género, que aborden las relaciones, las normas y roles de género, y que involucren a hombres y niños para evaluar críticamente las normas de género y los comportamientos normativos.</li> </ul>
Vínculos con Servicios de Salud	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se deben establecer vínculos entre las escuelas y los servicios de salud como parte de los esfuerzos para reducir el embarazo precoz y no planificado y para apoyar a las adolescentes embarazadas y las que ya son madres.</li> <li>• Se deben promover y apoyar los servicios de salud escolar como parte de los esfuerzos para reducir el embarazo precoz y no planificado, y que ofrecen atención prenatal para apoyar a las adolescentes embarazadas y que ya son madres, y para reducir la deserción escolar.</li> </ul>
Entorno seguro y de apoyo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se deben implementar en los establecimientos escolares intervenciones para reducir el estigma y la discriminación contra las niñas embarazadas y madres.</li> </ul>

Si bien el Perú está bastante avanzado en la legislación nacional, es en la comunidad, escuela y familia donde se van a encontrar los principales factores que influyen en este fenómeno. Por ejemplo, la actitud negativa con respecto a la sexualidad de los adolescentes y con la posibilidad de que puedan acceder a servicios de salud para adolescentes y métodos anticonceptivos modernos limita este ejercicio, pese a que la normatividad vigente lo permite.

Igualmente, pese a la existencia de normas que garantizan la permanencia de las adolescentes embarazadas en la escuela (Ley 29600 MINEDU, que fomenta la reinserción escolar por embarazo) a fin de culminar la educación básica, existen normas sociales y exigencias a las niñas y a las adolescentes que limitan su real acceso. Asimismo, la educación sexual no se está implementando en las escuelas, muchas veces por temor o presión o falta de preparación de los docentes en estos temas.

Finalmente, se resaltan algunos factores que aún prevalecen en nuestra sociedad, como la crianza orientada a la maternidad como única opción de vida y subsistencia, los valores de desigualdad entre hombres y mujeres que persisten y son internalizados por los y las adolescentes. De allí la importancia de trabajar el proyecto de vida como un elemento de prevención, al permitir a las niñas y las adolescentes un abanico de posibilidades de modos de vida y subsistencia, así como de motivación para enfrentar las desigualdades y posponer la maternidad.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: "Nada me detiene para alcanzar mis metas".
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.

### Desarrollo

- **Me acerco al tema**
  - Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta en esta sección y a comentar lo que ocurre en ella.
  - Luego, pídeles que dialoguen en parejas sobre las interrogantes del recuadro "Me pregunto y comparto",. Anima a algunos voluntarios a comentar sus reflexiones con todos.
- **¿Qué conozco?**
  - Procura que el aula esté en silencio. Si tus estudiantes están muy distraídos, haz primero ejercicios cortos de respiración con los ojos cerrados, contando lentamente hasta seis la inspiración del aire, retener en cuatro y expirarlo en 6, y repitiéndolos hasta que logren relajarse y concentrarse. Luego pide a tus estudiantes que traten de visualizarse dentro de ocho años: ¿dónde estarán?, ¿con quiénes estarán?, ¿a qué se dedicarán?. Repite la consigna con voz pausada, dales algunos minutos para visualizarlo, y luego pídeles que abran los ojos.
  - Luego, señálales que dibujen cómo se ven dentro de ocho años. Una vez que terminen el dibujo, pídeles que contesten la pregunta sobre qué se podría interponer en lograr sus metas. Motívalos a colocar cosas probables, como tener que trabajar, o convertirse en padres o madres muy jóvenes, y no eventualidades, como un desastre natural o un incendio.
- **Mis nuevos aprendizajes**
  - Invita a tus estudiantes a revisar la información que se presenta en esta sección sobre los factores de riesgo y factores protectores relacionados al embarazo adolescente. Enseguida, explícales que deben encerrar con un círculo rojo el número de la frase que consideran que es un factor de riesgo y con un círculo azul si consideran que es un factor de protección.
  - Revisa con tus estudiantes lo que han marcado, aclara sus dudas y conversen sobre cada uno de los factores. Luego, invítalos a reflexionar sobre qué otras condiciones o factores han observado que también influyen para que se dé el embarazo en las adolescentes.
  - Para continuar con la reflexión, forma grupos por afinidad y pídeles que conversen sobre las respuestas a las interrogantes planteadas en el recuadro "Conversemos en grupo".
  - Revisa, junto con tus estudiantes, el cuadro que presenta las consecuencias de una maternidad y paternidad temprana. Pídeles que identifiquen cuáles consecuencias afectan a la mujer y cuáles afectan al hombre. Promueve el diálogo y reflexión sobre cómo este hecho afecta de manera diferente a hombres y mujeres, pese a haber una corresponsabilidad en ambos.
  - Finalmente, junto con tus estudiantes revisen las líneas de tiempo de tres adolescentes que quieren lograr sus metas. Bajo cada línea de tiempo hay tres casilleros, dos de los cuales permiten completar la línea para que cada adolescente logre su meta. Explica que deben indicar resaltando la flecha del casillero correcto en cada caso.

- Pide a tus estudiantes que reflexionen sobre las preguntas del recuadro Me pregunto y comparto , y luego puedan comentarlo con otro compañero o compañera.
- Lee en voz alta las ideas valiosas que se presentan a continuación y complementalas con algunas ideas de tus estudiantes, tuyas o las que puedas rescatar de la lectura complementaria “Consecuencias del embarazo en la adolescencia, factores determinantes y como prevenirlo” al inicio de esta actividad.

### ● Valoro lo que aprendí

- Pide a tus estudiantes que describan con sus propias palabras, en el recuadro correspondiente, cuáles serían las consecuencias mas preocupantes si se embarazaran o embarazaran a alguien a temprana edad.

### Cierre

### ● Me comprometo

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

## ■ Recursos complementarios para esta actividad

En “**Mis nuevos aprendizajes**”, las estudiantes y los estudiantes pueden complementar la información investigando en internet estadísticas relacionadas a embarazo adolescente, empleo y educación en la región donde viven. En la sección “**Me comprometo**” pueden trabajar un lema relacionado con el proyecto de vida y la maternidad/paternidad planificada.

## Actividad 7 Evito una maternidad y paternidad temprana.

### ■ Lectura complementaria

#### Derechos humanos y derechos sexuales y reproductivos<sup>42</sup>

“Los derechos humanos se definen como facultades, prerrogativas y libertades fundamentales que tienen las personas, y se basan en el desarrollo pleno de sus potencialidades. Son universales, inalienables, interdependientes, indesligables e indivisibles. Los derechos sexuales y los derechos reproductivos constituyen un aspecto central de los derechos humanos y, desde su especificidad, comprometen la responsabilidad pública e individual de las personas de alcanzar una educación integral, bienestar, autonomía, capacidad de tomar decisiones libres y responsables; así como planificar y decidir sobre los aspectos que conciernen a su sexualidad”<sup>43</sup>.

Los derechos sexuales y reproductivos se definen como todos aquellos derechos de las personas y parejas que se vinculan con el libre ejercicio de la sexualidad y la reproducción humana, independientemente de la edad, condición social, raza y religión. Asimismo, la normativa, enfatiza en empoderar a las mujeres en la toma de decisiones sobre salud y sobre el ejercicio de sus derechos sexuales y reproductivos, así como involucrar a la participación responsable de su pareja.

<sup>42</sup> Fuentes: /). S. I.: Autor. / Ministerio de Salud. (2016). *Norma Técnica de Salud de Planificación Familiar*. Lima.

<sup>43</sup> MINEDU- UNFPA (2008) Lineamientos educativos y orientaciones pedagógicas para la educación sexual integral.



El Ministerio de Salud, menciona que los derechos sexuales y reproductivos son parte de los derechos humanos y los derechos en salud, es así que los servicios se fundamentan en el respeto a la dignidad de la persona, quien nace con derechos inherentes por su sola condición de ser humano.

Es así que las usuarias y usuarios de los servicios de planificación familiar tienen derecho al más alto nivel posible de salud física, mental y social que le permita disfrutar de su sexualidad, así como decidir libre y responsablemente sobre sus hijos y disponer de la información, educación y los medios necesarios para poder hacerlo.

Desde el Ministerio de Educación, el Currículo Nacional considera como parte de la competencia “Construye su identidad” la capacidad “Vive su sexualidad de manera plena y responsable de acuerdo a su etapa de desarrollo y madurez”, que se define como “es tomar conciencia de sí mismo como hombre o mujer, a partir del desarrollo de su imagen corporal, de su identidad sexual y de género, y mediante la exploración y valoración de su cuerpo. Supone establecer relaciones de igualdad entre mujeres y hombres, así como relaciones afectivas armoniosas y libres de violencia. También implica identificar y poner en práctica conductas de autocuidado frente a situaciones que ponen en riesgo su bienestar o que vulneran sus derechos sexuales y reproductivos”.

## Los derechos y los servicios de salud

### Acompañamiento de padres y tutores

La utilización de métodos anticonceptivos temporales que conforman actividades de planificación familiar no constituye tratamiento médico. Norma Técnica N.º 124-2016/MINSA: Norma Técnica de Salud de Planificación Familiar.

En el Perú, no se requiere la autorización de progenitores, tutores o representantes legales para que las adolescentes y los adolescentes accedan a información sobre salud sexual y reproductiva.

“Todo adolescente debe recibir una atención preventiva y puede ser en compañía de otro adolescente o de algún adulto de su mayor confianza, si así lo decidiera. En el caso que un adolescente acuda solo(a) al establecimiento de salud para recibir alguna prestación preventiva, es indispensable que no se le niegue la atención y sea atendido por el personal de la salud, en presencia de otro personal del mismo establecimiento, considerando su autonomía progresiva, los mismos que deben proteger su privacidad y confidencialidad”<sup>44</sup>.

Cuando un adolescente concurre a un servicio de salud tiene derecho a:

- Recibir trato cordial y respetuoso de todas las personas que la atienden y ser atendida en lugares adecuados y cómodos.
- Recibir atención y cuidados sin discriminación de ningún tipo (edad, estado civil, nacionalidad, identidad, cultura, idioma etc.).
- Recibir respeto por su cuerpo, su intimidad, su historia personal, su tiempo y sus decisiones.
- Recibir información en lenguaje sencillo y claro que responda a sus necesidades y dudas.

### Servicios de salud en Perú:

En nuestro país el Ministerio de Salud tiene normado los servicios diferenciados para adolescentes, que deben darse en los establecimientos o IPRESS, sea con un espacio o un horario diferenciado, según las condiciones y personal del establecimiento.

Este servicio debe cubrir al menos tres atenciones. Una primera de tamizaje general, una segunda de orientación, que incluye la orientación sobre salud sexual y salud reproductiva, y una tercera con

otros aspectos de la salud de las adolescentes y los adolescentes. Es importante que la totalidad de adolescentes, así como los niños en la primera infancia pasen por esta atención especializada, a la que acceden de manera gratuita.

La escuela también puede coordinar un horario para que el establecimiento haga la primera consulta de tamizaje y captación, y luego las estudiantes y los estudiantes puedan continuar con las siguientes atenciones. Esta primera consulta puede hacerse también en las instalaciones de la escuela, de manera coordinada con salud. Además, se pueden tratar los temas que sean de necesidad del adolescente

“Los servicios llevados a las instituciones educativas deben ser integrales y brindados con la participación del equipo multidisciplinario para la atención integral de salud adolescente, considerando el perfil epidemiológico de la localidad, y abordando la salud sexual y reproductiva, la salud mental y la salud físico nutricional. También se realizan acciones de promoción de la salud y de fortalecimiento de factores protectores según la normatividad vigente”<sup>45</sup>.

### Métodos anticonceptivos

#### ● Métodos de barrera:

**Preservativo o condón.** Es el único que previene tanto embarazos como ITS y VIH. Es una funda de látex fina que se coloca sobre el pene erecto e impide el contacto del semen con la vagina. Tiene una fecha de vencimiento y debe guardarse en lugar fresco sin aplastar. Se adquiere en farmacias y otros puestos de venta seguros. También hay condones femeninos, pero no están disponibles fácilmente en el país.

**Diafragma.** Es un sombrerito de látex que se coloca en la vagina impidiendo que los espermatozoides lleguen al óvulo. Aumenta su efectividad si se usa con un espermicida.

Como hay varios tamaños y no es tan fácil colocar, se debe consultar su uso en un establecimiento de salud.

#### ● Métodos hormonales

**Pastillas e inyectables.** Ambos evitan la ovulación, no son abortivas, pero no protegen de ITS/VIH. Hay diferentes tipos de pastillas en envases de 21 o 28 unidades. La primera toma se realiza el día de la menstruación. Los inyectables duran uno o más meses, y se colocan el primer día de menstruación. Además, requieren receta médica porque, según la edad y contextura, se puede requerir un diferente tipo de pastilla o inyectable.

Anticonceptivo oral de emergencia (AOE) o pastilla del día siguiente. En realidad no es un método, porque no se debe usar constantemente, sino solamente cuando el método regular ha fallado. Por ejemplo, si se rompe el condón o nos olvidamos de tomar la pastilla. En caso de una violación el establecimiento de salud debe proveer un AOE como parte de su protocolo de atención.

Si aún no se ha dado la ovulación, puede impedirla o retrasarla. En caso la mujer esté ovulando, actúa para que el espermatozoide no logre fecundar. Es por eso por lo que no es abortivo, porque impide la fecundación. Si se tomó cuando el óvulo ya está fecundado, no produce ningún efecto. Por eso, se recomienda tomarla hasta 48 horas después de las relaciones sin protección.

#### ● Métodos naturales:

Consisten en no tener relaciones sexuales durante los días fértiles de la mujer, pero no protegen de ITS /VIH. Para saber cuándo es el día fértil, hay varias formas; pero como el cuerpo humano no es una máquina, puede haber errores al momento de calcular. Especialmente durante la adolescencia, donde los ciclos de menstruación suelen variar más.

<sup>44 y 45</sup> Ministerio de Salud (2019) Norma Técnica de Salud para la Atención Integral de Salud de Adolescentes

**Calendario o ritmo.** Se calculan los días fértiles a partir del conteo de los ciclos menstruales. Se tiene en cuenta el tiempo de vida del óvulo y los espermatozoides.

La mujer debe controlar y anotar sus ciclos menstruales por un año, y tomar nota de cuánto dura el ciclo más corto y el más largo, para luego calcular los días fértiles, que están aproximadamente a la mitad de un ciclo, es decir, no mientras se está menstruando.

Mientras más varíen los ciclos menstruales, es decir, si se retrasa, adelanta o dura diferente tiempo, menos eficiente es este método

**Temperatura basal.** Se debe tomar la temperatura con termómetro del cuerpo en descanso completo después de un periodo de sueño, hasta encontrar los días en que la temperatura aumenta ligeramente, esos días son días fértiles y se debe evitar tener relaciones. Deben tomarse registros todos los días. El problema es que la temperatura puede cambiar por otros factores, así que no es muy efectivo.

**Método Billings o de observación del moco cervical.** El moco cervical es un fluido secretado por la vagina durante los días que la mujer está ovulando. En los días fértiles en que **NO** se deben tener relaciones, el moco es más abundante y transparente (parecido a una clara de huevo), y en los siguientes días se vuelve seco y escaso.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Evito una paternidad y maternidad temprana”.

### ● ¿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 la imagen que se presenta en esta sección y a comentar lo que ocurre en ella.
- Indícales que dialoguen en parejas sobre las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”. Pregúntales qué es lo que han escuchado sobre métodos anticonceptivos. Anima a algunos voluntarios a comentar sus reflexiones con todos.

#### ● ¿Qué conozco?

- Pide a tus estudiantes que lean las frases incompletas y traten de completarlas. Pide voluntarios para que digan cómo las completaron y fomenta un pequeño debate sobre ellas.

Las respuestas esperadas, con alguna otra palabra o sinónimo, son:

- Convertirme en padre/madre a temprana edad hará más difícil alcanzar mis metas.- Antes de empezar a tener relaciones sexuales debo pensar primero en cómo evitar contraer una enfermedad (ITS) o un embarazo no deseado.
- Todavía no estoy preparado(a) en lo físico, emocional y económico para mantener a un bebé o a una familia.
- Si empiezo a tener relaciones sexuales, debo pensar primero en cómo evitar las ITS y los embarazos no deseados.
- Para evitar embarazos no deseados o contagiarme de infecciones de transmisión sexual, incluyendo el virus de inmunodeficiencia humana (VIH), puedo postergar el inicio de mi vida sexual activa o utilizar un método anticonceptivo apropiado para mi edad y estilo de vida.

### ● Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a revisar la información que se presenta en esta sección sobre los métodos anticonceptivos. Como es información nueva y compleja, puedes utilizar técnicas como lectura compartida, lectura en grupos y otras que te permitan monitorear la comprensión de la información. Puedes dosificar la información y trabajarla en dos o tres sesiones. También es recomendable pedirle a tu estudiantes que lean la información y se organicen en grupos para prepararse y exponer sobre los métodos anticonceptivos. Cada grupo puede presentar un tipo de método. Debes aclarar las dudas que surjan (si no tienes la respuesta, ofréceles buscarla para otro día).
- Luego que terminen de revisar la información o expuesto todos los grupos, pídeles que respondan las preguntas del recuadro "Conversamos en grupo". Motívalos a compartir sus respuestas en el aula.
- Continúa con la actividad siguiente, indicando a tus estudiantes que contesten las preguntas. Pueden hacerlo de manera individual o en los grupos ya conformados, utilizando la información del cuaderno.
- Solicita estudiantes voluntarios para que lean de manera alternada los mitos y realidades sobre los métodos anticonceptivos. y diles que deben unir cada mito con la realidad que lo desmiente. Motiva el diálogo y ayuda a esclarecer posibles dudas.
- Luego pídeles que revisen las Ideas valiosas y completen con las suyas.

### ● Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a realizar, de forma individual, el ejercicio que se plantea en esta sección.

### Cierre

#### ● Me comprometo

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

### ■ Recursos complementarios para esta actividad

Antes de revisar los métodos naturales asegúrate que todos comprendan el ciclo menstrual. Si notas que uno o más estudiantes no conoce el funcionamiento de la menstruación, interrumpe la actividad y trata el tema. Puedes apoyarte en la actividad "Reconociendo nuestros aparatos reproductivos" de primer grado.

Para desarrollar y profundizar la sección "Mis nuevos aprendizajes", puedes invitar a un personal de salud. Para ello, conversa previamente con este o esta sobre los énfasis y enfoques a tomar en cuenta, como favorecer la abstinencia, el retraso del inicio sexual y el correcto uso de preservativos. Puedes compartir la actividad con el personal invitado para que pueda guiarse. No olvides estar presente todo el tiempo, y ser tú quien inicie y cierre la actividad.

En la sección "Valoro lo que aprendí", tus estudiantes pueden elaborar de manera individual o grupal un afiche con los principales métodos anticonceptivos.

## Actividad 8

## Mujeres y hombres con los mismos derechos y oportunidades

### Lectura complementaria<sup>46</sup>

#### Derechos humanos e igualdad de género

Los derechos humanos recogen las expectativas de igualdad y justicia de las sociedades en sus distintos momentos históricos. Incluyen los derechos civiles, políticos, económicos, sociales, culturales, ambientales y los derechos de los pueblos.

Desde la dimensión de igualdad de género se prioriza el derecho a una vida libre de violencia para las mujeres y las niñas; el derecho al acceso a una educación de calidad y cultura sin estereotipos de género; el derecho a una vida saludable; los derechos sexuales y reproductivos; los derechos a mejores oportunidades de desarrollo en el mundo productivo y empresarial; el derecho a la tierra y recursos productivos; el derecho al empleo de calidad y al desarrollo de capacidades laborales; el derecho a los cuidados, a la protección y seguridad social; el derecho a la participación en todos los ámbitos de la vida política, económica y social, entre otros.

Las sociedades atribuyen y reproducen características, roles y formas de ser y sentir diferentes para los hombres y las mujeres, bajo un sistema patriarcal.

Las desigualdades de género están asentadas en la división sexual del trabajo, que asigna a las mujeres la responsabilidad por el cuidado del hogar y de los hijos —un trabajo cuya importancia para el funcionamiento de las economías queda invisibilizado—, lo que limita su tiempo y sus oportunidades para participar en los diversos ámbitos de la vida pública, para acceder a los beneficios de protección social y para alcanzar la autonomía personal y social.

El desarrollo de los estudios de género y el análisis de los resultados de las políticas públicas permite la construcción de la transversalidad de género como estrategia que potencia el impacto transformador de estas. Se apunta a incorporar la perspectiva de igualdad de género en las políticas públicas y a lo largo de todo el entramado institucional, para otorgar integralidad a las acciones y mostrar los resultados diferenciados en mujeres y hombres, dado que ninguna política pública es neutra al género (Rigat-Pflaum, 2008).

### Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

#### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Mujeres y hombres con los mismos derechos y las mismas oportunidades”.

#### ● ¿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 la situación que se presenta en esta sección y pídeles que reflexionen sobre el mensaje que le da la mamá a su hija.
- Luego, invítalos a conversar a partir de las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”; para ello, deben intercambiar sus propias ideas sobre si los hombres y las mujeres tienen el mismo derecho a asistir al colegio.

<sup>46</sup> Adaptado de Ministerio de Desarrollo Social- Instituto Nacional de las Mujeres- Consejo Nacional de Género. (S. f.). *Estrategia Nacional para la Igualdad de Género 2030*. Uruguay: Autor. Recuperado de [http://www.inmujeres.gub.uy/innovaportal/file/93961/1/estrategia-nacional-para-la-igualdad-de-genero\\_web.pdf](http://www.inmujeres.gub.uy/innovaportal/file/93961/1/estrategia-nacional-para-la-igualdad-de-genero_web.pdf)

### ● **¿Qué conozco?**

- Invita a tus estudiantes a observar el mural sobre cómo funciona la igualdad de derechos entre hombres y mujeres en una determinada comunidad de la Selva. Pídeles que reparen en las situaciones referidas a la participación, la educación y el trabajo, para que piensen cómo se viven estas situaciones en sus comunidades de origen.
- Indícales que se junten en parejas para comentar el mural y contarse cómo se vive este tema en sus comunidades y qué escribirían si tuvieran que hacer un periódico mural con relación a los derechos de niñas, niños y adolescentes, que opinan que no se respetan en los diferentes contextos (familiar, escolar y comunitario) de su vida.
- Organiza una plenaria para que algunos voluntarios compartan la información que escribieron y todos puedan comentarla.

### ● **Mis nuevos aprendizajes**

- Invita a tus estudiantes a revisar la información y los comentarios que se presentan sobre situaciones donde no se respetan los derechos de las personas por el hecho de ser hombres o mujeres.
- Luego, pídeles que cada uno de ellos recuerde y escriba una situación de desigualdad entre hombres y mujeres que haya presenciado alguna vez y que identifique los derechos que no fueron respetados en dicha situación. Pídeles que en parejas comenten las situaciones.
- Ayúdalos a organizarse en grupos para leer la siguiente información y conversar sobre las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”. Deben identificar situaciones personales relacionadas con el tema de la igualdad de derechos entre hombres y mujeres.
- Posteriormente, invítalos a continuar revisando la información que se presenta en la siguiente página y a comentar en parejas sus reflexiones sobre las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”. Indícales que revisen también los ejemplos de estrategias que existen para ayudar a las personas a darse cuenta de situaciones de desigualdad entre hombres y mujeres que ocurren a nuestro alrededor.
- Proponles que revisen los siguientes ejemplos de otras estrategias que se pueden poner en práctica en su comunidad para promover la igualdad de derechos, responsabilidades y oportunidades entre hombres y mujeres.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, que está al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “Derechos humanos e igualdad de género”.

### ● **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 hombres y mujeres. Invítalos a compartirlas y comentarlas en parejas.
- Luego, plantéales el reto de pensar en algo que se podría hacer desde la escuela para influenciar en el cambio de esta situación de desigualdad. Indícales que deben explicar en qué consistiría.
- Organiza una plenaria para intercambiar sus propuestas.

## Cierre

### ● **Me comprometo**

- Pide a cada estudiante que escriba sus compromisos personales con respecto a esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones de tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con las tuyas. Escríbelas en la pizarra o en un papelote que colocarás en un lugar visible del salón.

## Recursos complementarios para esta actividad

En la sección **“Me acerco al tema”**, puedes organizar con tus estudiantes debates sobre diferentes temas polémicos relacionados con la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres. Plántales hacer un listado con las situaciones que identifican y luego elige parejas para que debatan sobre cada una de estas.

## Actividad 9 Debemos vivir sin violencia física

### Lectura complementaria<sup>47</sup>

#### Mitos y efectos de la violencia en niñas, niños y adolescentes

En nuestra cultura existen muchas creencias falsas o mitos acerca de la violencia. Aquí se presentan algunos de ellos:

#### **Mito 1. Es mi hijo, por lo tanto, hago lo que quiera con él.**

Las niñas y los niños son sujetos de derecho; en ese sentido tienen derecho al buen trato. La paternidad y la maternidad suponen el acercamiento respetuoso hacia las hijas y los hijos, asumiendo la función de protectores y educadores, más no de propietarios.

#### **Mito 2. Cuanto más te pego, más te quiero.**

Los golpes no son demostración de cariño y amor. El cariño y la educación no se pueden asociar a la violencia.

#### **Mito 3. Quienes maltratan a las niñas y a los niños son alcohólicos, drogadictos o enfermos mentales.**

Quien maltrata puede ser una persona de cualquier edad que no presenta necesariamente una alteración mental.

#### **Mito 4. A la niña o el niño se le olvida pronto el maltrato físico, sexual y emocional.**

Las consecuencias se ven a mediano y largo plazo. Las conductas que se generan tienden a repetirse y perjudicar a otras personas.

#### **¿Qué pasa con las niñas y los niños víctimas de violencia?**

- La mayoría de las veces, viven con temor, sufren pesadillas, tartamudean, no organizan bien sus ideas, se muerden las uñas, lucen tristes, piensan que sus padres no los quieren y, en algunos casos, huyen de su hogar.
- Suelen tener problemas de rendimiento escolar, no logran aprender al mismo ritmo que sus compañeros. Llegan a creer que “no han nacido para estudiar” y les cuesta tomar decisiones por sí mismos. No expresan seguridad personal ni logran poner en ejercicio su autonomía.
- Muchas veces, en el transcurso de su vida, golpean o se muestran hostiles con las personas que les rodean. Por ejemplo, al constituir un hogar o establecer relaciones de pareja, pueden reproducir el maltrato que sufrieron de niños.
- En casos extremos, algunos jóvenes, cansados del maltrato que reciben, han intentado suicidarse, debido a que no comprenden por qué sus padres u otras personas adultas que les rodean actúan de esa manera.

<sup>47</sup> Adaptado de Ministerio de Educación del Perú. (2009). *Guía para la promoción del buen trato, prevención y denuncia del abuso sexual para directores, directoras y docentes*. Lima: Autor.

- Al aislarse o sentirse marginados se encuentran en situación de mayor vulnerabilidad frente a nuevos maltratos y abusos. Tienden a sentirse responsables de lo que les ocurre, lo cual le permite al agresor continuar los abusos.

## **Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría**

### **Inicio**

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Debemos vivir sin violencia física”.

- **¿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 los titulares de periódicos que se presentan en esta sección y a comentarlos entre ellos.
- Pídeles que reflexionen en parejas sobre las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”. Luego, invita a algunos voluntarios a comentar sus principales reflexiones ante todos.

- **¿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 decir a ellos, desde su propia experiencia.
- Luego, pídeles que realicen individualmente un dibujo de una situación de violencia física que recuerdan. Puede ser una situación que hayan observado. Acompáñalos de cerca en este momento, pues suele ser movilizador recordar experiencias de violencia.
- A continuación, indícales que completen los dos recuadros finales de esta sección para comentar la situación de violencia que dibujaron.
- Organízalos en grupos de tres o cuatro personas para que muestren y comenten las situaciones que representaron.

- **Mis nuevos aprendizajes**

- Invita a tus estudiantes a leer la información que se presenta al inicio de esta sección sobre la violencia física que se produce en las instituciones educativas en el Perú. Pídeles que comenten en parejas su opinión sobre los datos estadísticos de violencia que se presentan en el cuadro.
- Organízalos en grupos de tres o cuatro personas para responder juntos a las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”, acerca de la violencia física en sus comunidades.
- Seguidamente, pídeles que continúen revisando juntos la información de la siguiente página sobre los castigos físicos para educar a los hijos y que intercambien sus opiniones sobre este tema.
- Diles que revisen la información sobre las consecuencias de la violencia y otras formas de violencia física que se presentan a continuación. Pregúntales si ellos identifican otras formas de violencia física.
- Luego, pídeles que revisen la información sobre las consecuencias de la violencia y cómo prevenirla evitando, asimismo, caer en situaciones de violencia. Pregúntales qué opinan sobre ellas y si alguna vez las pusieron en práctica.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, que está al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “Mitos y efectos de la violencia en niñas, niños y adolescentes”.



### ● **Valoro lo que aprendí**

- Invita a tus estudiantes a realizar el ejercicio que se plantea en esta sección sobre las sugerencias que darían a personas que son víctimas de violencia física. Pídeles que respondan los dos ejemplos planteados y que comenten sus respuestas en grupos de tres o cuatro personas.
- Organiza una plenaria para comentar y elegir los mejores consejos que podrían dar a personas víctimas de violencia física.

### Cierre

### ● **Me comprometo**

- Pide a cada estudiante que escriba sus compromisos personales con respecto a esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones de tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con las tuyas. Escríbelas en la pizarra o en un papelote que colocarás en un lugar visible del salón.

### ■ **Recursos complementarios para esta actividad**

En la sección “**¿Qué conozco?**”, puedes plantear a tus estudiantes que imaginen y escriban una noticia que podría aparecer en un periódico sobre una situación de violencia física en su comunidad. Señálales que la noticia debe plantear primero la situación de violencia física y luego la forma en que las personas atendieron dicha situación para resolverla.

En la sección “**Mis nuevos aprendizajes**”, invita a cada estudiante a imaginar, por un momento, que es candidato a alcalde o a la máxima autoridad de su comunidad. Indícales que tienen la misión de proponer nuevas estrategias para disminuir o erradicar las situaciones de violencia física en su comunidad. Organiza una plenaria para que cada candidato presente sus propuestas.

## **Actividad 10 Pensando de manera crítica y constructiva**

### ■ **Lectura complementaria<sup>48</sup>**

#### **¿Cómo desarrollar el pensamiento crítico?**

El pensamiento crítico nos ayuda a discernir entre lo cierto y lo falso, lo importante y lo superficial, las evidencias y las opiniones. Nos permite tomar consciencia de nuestros pensamientos para analizarlos y evaluarlos de forma efectiva. Si bien todas las personas tenemos la capacidad de pensar, esta es una habilidad que puede y debe aprenderse, de la misma forma que aprendemos a escribir, bailar o cantar.

Aquí se presentan ocho consejos para desarrollar el pensamiento crítico en el colegio o la familia:

1. **Reserva tiempo y espacio.** Ten el hábito de establecer un momento del día para pensar de forma reflexiva. Sé consciente de lo que está pasando por tu mente.
2. **Promueve el conocimiento y la curiosidad.** Realiza nuevos inventos, sorpréndete de cada descubrimiento y plantéate actividades para incitar la curiosidad y el conocimiento. Esta es una puerta de entrada a nuevos aprendizajes y pensamientos.

<sup>48</sup> Adaptado de Montero, A. (29 noviembre de 2016). ¿Cómo desarrollar el pensamiento crítico? Consejos para saber por dónde empezar. AIKA. Recuperado de <http://www.aikaeducacion.com/consejos/8-consejos-desarrollar-pensamiento-critico/>

3. **Duda.** Es importante que te plantees la fiabilidad de las fuentes que consultas y la veracidad de la información que recibes, para aprender a diferenciar entre lo que está fundamentado y lo que no, entre conocimientos completos e incompletos, y así puedas emitir juicios.
4. **Pregunta.** "¿Qué opinas? ¿Cómo lo sabes? ¿Por qué?". Comparte tu forma de pensar, tus dudas y tu punto de vista sobre los aspectos que creas convenientes. No hay mejor enseñanza que dar el ejemplo.
5. **Justifica, argumenta, analiza.** Busca razones, explica argumentos, compara ideas de forma ordenada. Una actividad interesante es defender una posición opuesta a la propia, con la que no te sientes identificado. Para ello, puedes analizar textos, charlas, anuncios, noticias, etc.
6. **Fomenta tu autonomía.** Aprende a pensar y a opinar a título personal con responsabilidad. Para compartir tus pensamientos, es importante respetar la forma de expresión en la que te sientas más cómodo: algunos prefieren explicarse de forma grupal y oral, mientras que otros prefieren hacerlo en un formato más íntimo (por ejemplo, por escrito) o en pequeños grupos.
7. **Amplía miradas.** Revisa otras perspectivas y ángulos desde los que se puede enfocar la realidad. Somos parte de un entorno social, político y cultural, y nuestro punto de vista está siempre condicionado por ello. Por eso, intentar ponerse en el lugar de otros para comprender su punto de vista es una actividad formativa y creativa muy recomendable.
8. **Profundiza.** Llega al fondo de los temas que estés trabajando. Antes que pedir muchas reflexiones rápidas sobre varios asuntos, es mejor escoger pocas para analizarlas en un grado de profundidad más elevado.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: "Pensando de manera crítica y constructiva".
- **¿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 la situación que se presenta en esta sección y comenta las diferentes reacciones que tienen los tres estudiantes sobre la tala de los árboles.
  - Luego, invítalos a conversar a partir de las interrogantes del recuadro "Me pregunto y comparto"; para ello, pídeles que intercambien sus propias opiniones sobre esta situación.
- **¿Qué conozco?**
  - Invita a tus estudiantes a observar la situación que se presenta en esta sección y a prestar atención al diálogo entre los dos estudiantes acerca de su compañero y su derecho a estudiar.
  - Indícales que respondan las interrogantes que se presentan a continuación acerca de la situación presentada y sobre quiénes tienen derecho a la educación. Por último, indícales que deben escribir lo que le explicarían a una amiga o amigo sobre quién opinan que tiene derecho a la educación.
  - A continuación, ayúdalos a organizarse en grupos de tres o cuatro personas para intercambiar sus reflexiones sobre quiénes creen que tienen derecho a la educación y sobre las interrogantes del recuadro "Conversamos en grupo".

## ● Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a observar la situación que se presenta al inicio de esta sección. Indícales que, en sus mismos grupos, comenten dicha situación a partir de las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”.
- Luego, pide que cada uno lea la siguiente información sobre lo que es y lo que implica tener un pensamiento crítico y constructivo. Seguidamente, pídeles que comenten en parejas.
- A continuación, indícales que realicen el ejercicio de analizar crítica y constructivamente una de las dos situaciones que comentan los estudiantes, guiándose por los tres pasos del esquema planteado en su cuaderno de Tutoría. Pide que algunos voluntarios compartan con todos la forma en que lo realizaron.
- Organízalos en grupos de tres o cuatro personas para que revisen las cuatro estrategias planteadas para ejercitar su pensamiento crítico y constructivo.
- Señálales que comenten qué opinan de cada una de ellas y cuáles les parecen importantes poner en práctica en su vida.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, al final de esta sección. Puedes complementarlas con las ideas de tus estudiantes, tus propias ideas u otras tomadas de la lectura que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad.

## ● Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a identificar una situación presente en su vida cotidiana, que sea polémica y que cuestione su forma de pensar. Pídeles que la escriban en el recuadro de esta sección y que la compartan en parejas.
- Seguidamente, indícales que la analicen teniendo en cuenta los tres pasos que se explicaron en esta actividad.
- Organiza una plenaria para intercambiar los resultados que obtuvieron tus estudiantes en el ejercicio.

## Cierre

### ● Me comprometo

- Pide a cada estudiante que escriba sus compromisos personales con respecto a esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que hayan surgido de las reflexiones de tus estudiantes; puedes enriquecerlas con las tuyas. Escríbelas en la pizarra o en un papelote que colocarás en un lugar visible del salón.

## ■ Recursos complementarios para esta actividad

En la sección “¿Qué conozco?”, plantea un ejercicio de argumentación. Invítalos a realizar, entre todos, una lista de diez situaciones que actualmente generan polémica y que son importantes para ellos. Pide que cada uno elija una de dichas situaciones y que escriba las diferentes posiciones que podrían existir. Pídeles que cada uno reconozca con cuál de esas posiciones se identifican e invítalos a escribir todos los argumentos que tengan para defenderla. Organiza una plenaria para que presenten y defiendan sus argumentos ante todos. Los demás pueden plantearles argumentos en contra para exigirles más en sus argumentaciones.

En la sección **“Valoro lo que aprendí”**, puedes jugar con ellos a “los porqués”. Pide a un estudiante que plantee una afirmación y que responda los infinitos porqués que le hace otra persona. Por ejemplo:

Estudiante 1: “A mí me gusta ir al colegio”.

Estudiante 2: “¿Por qué te gusta ir al colegio?”.

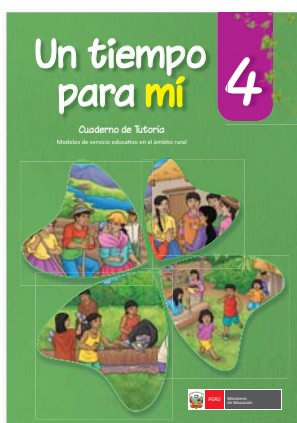
Estudiante 1: “Porque en el colegio aprendo cosas interesantes”.

Estudiante 2: “¿Por qué quieres aprender cosas interesantes?”.

Estudiante 1: “Porque así podré tener mejores trabajos”.

Estudiante 2: “¿Por qué quieres tener mejores trabajos?”, etc.

### 3.4. Orientaciones pedagógicas: cuaderno de cuarto grado



#### En el cuarto grado se desarrollan ocho actividades:

1. Participo en mi comunidad
2. Valoro la interculturalidad
3. Nos protegemos de la violencia psicológica
4. Me fortalezco y digo "¡No!" a la violencia sexual
5. Cuido mi salud sexual
6. Nos enamoramos... pero sin violencia
7. Me relaciono y siento de diferentes maneras
8. Soy parte importante del Perú
9. Le decimos "¡No!" a la violencia contra la mujer
10. Organizo la información para aprender mejor

#### Actividad 1 Participo en mi comunidad

##### Lectura complementaria<sup>49</sup>

#### El desarrollo social comunitario

Todas las comunidades tienen una manera de organizarse y llegar a acuerdos para tomar decisiones sobre cómo usar los recursos para producir aquello que requieren para la vida diaria.

Se entiende el desarrollo comunitario como la manera de organizarse, tomar decisiones y usar los recursos disponibles para pasar de una situación a otra, más ventajosa o favorable para todos los miembros de la comunidad. Desde este enfoque, se potencia ampliar las capacidades de las personas para generar un contexto que mire al ser humano como sujeto de deberes y derechos ciudadanos.

Una verdadera gobernabilidad democrática se conoce como desarrollo social comunitario. Busca generar consensos y voluntades, a partir de identificar y sensibilizar sobre las posibilidades de la producción, la explotación, el aprovechamiento, la transformación o la venta de los recursos con los que se cuenta. Esto implica una forma de organizarse, es decir, de llevar a cabo una gestión productiva, eficiente y eficaz de los recursos, por medio de la familia, la directiva de la comunidad,

<sup>49</sup> Adaptado de CARE Internacional y Avina. (2012). *Programa Unificado de Fortalecimiento de Capacidades. Módulo 3: organización comunitaria*. Cuenca: Autor.

el colegio, la iglesia, la formación de la empresa, etc. También puede existir intervención de actores externos (institucionales y/o técnicos, de capacitación, de asesoría, de crédito, de promoción social y otros) y la gestión puede empezar a funcionar poniendo en práctica los valores de la responsabilidad, del trabajo y la dedicación orientada a obtener decididamente lo que se busca.

Es en todo ese contexto que se originan las organizaciones sociales comunitarias, que son la red de articulación de las relaciones sociales en un grupo o comunidad determinados. Una organización comunitaria puede ser de vital importancia para la supervivencia de un grupo social o comunidad, tanto como lo es el alimento o los sistemas de protección.

Algunas características de una organización social comunitaria son las siguientes:

- Se orienta por valores: solidaridad, reciprocidad, colaboración, participación democrática, confianza, control social.
- Se regula por normas: definición clara de los cargos y las responsabilidades, así como de sanciones por incumplimiento.
- Se guía por objetivos.
- Se fundamenta en compromisos y comportamientos individuales y familiares con responsabilidad.
- Cumple roles.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Participo en mi comunidad”.
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.

### Desarrollo

- **Me acerco al tema**
  - Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta al inicio de esta sección y a leer lo que comenta Martina sobre la forma de organizarse y participar en su comunidad.
  - Pídeles que se organicen en grupos de 3 o 4 personas para leer juntos y responder las interrogantes que acompañan esta imagen en el recuadro “Me pregunto y comparto”.
  - Invita a un voluntario de cada grupo a compartir las ideas más saltantes de cada grupo.
- **¿Qué conozco?**
  - Invita a cada estudiante a reflexionar sobre cómo se organizan en su comunidad y a escribirlo tomando en cuenta las seis interrogantes que se presentan en esta sección.
  - Pídeles que comenten en grupos sus reflexiones sobre cómo se organiza su comunidad, sus logros, dificultades y propuestas. Pregúntales si ocurre lo mismo en las comunidades de cada uno de ellos.
  - Luego, díles que reflexionen sobre las interrogantes que se presentan en el recuadro “Me pregunto y comparto”.
- **Mis nuevos aprendizajes**
  - Invita a tus estudiantes a leer lo que comentan las personas que están trabajando la tierra. Luego, pídeles que reflexionen de manera individual e identifiquen cuándo se sienten parte de su comunidad y qué responsabilidades creen que tienen con ella.
  - Revisen leyendo en voz alta y siguiendo la lectura “Escalera de la participación”.
  - Lee uno de los casos que están al final de la página y dales un tiempo para que ubiquen a que escalón de la escalera de la participación corresponde. Ayúdales a reflexionar y ubicar donde corresponde cada caso.

Respuestas correctas:

- Programa Juntos- participación por incentivos.
- Productores de leche: Autodesarrollo.
- Comunidad Aguachini: participación funcional.
- Cosecha de papa: participación consultada.
- Frijaje: suministro de información.
- Invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, al final de esta sección y pídeles que completen con sus propias ideas, producto de la revisión de contenidos nuevos revisados.
- Solicítales que lean el caso de Jorge, respondan las preguntas del recuadro “Conversamos en grupo” y en grupos compartan sus repuestas, especialmente 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 deben revisar las interrogantes planteadas y responder a ellas de acuerdo con sus propias experiencias de organización en su escuela y comunidad.
- Organiza una plenaria para intercambiar sus principales reflexiones.

### Cierre

#### ● **Me comprometo**

- Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales de esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección.
- Culmina esta sesión, mencionando las ideas más importantes que surgieron de las reflexiones hechas por tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con tus propias reflexiones. Escríbelas en un papelote y colócalo en un lugar visible del salón.

### ■ **Recursos complementarios para esta actividad**

En la sección “**Mis nuevos aprendizajes**”, plantea a tus estudiantes realizar pequeñas dramatizaciones sobre experiencias de participación que han tenido, tanto en su comunidad como en su escuela. Pídeles que estas dramatizaciones reflejen los logros que alcanzaron, las dificultades que tuvieron y las formas de solucionarlos que encontraron.

En la sección “**Valoro lo que aprendí**”, invita a tus estudiantes a realizar carteles con mensajes que promuevan la participación de las personas para resolver situaciones de interés común. Pueden preparar carteles para su comunidad y para su escuela. Revisen juntos los mensajes escritos y anímalos a colocarlos en lugares donde puedan ser vistos por muchas personas.

## Actividad 2 Valoro la interculturalidad

### Lectura complementaria<sup>50</sup>

En el artículo 8 de la Ley General de Educación (Ley N.° 28044) se plantea lo siguiente:

“La interculturalidad asume como riqueza la diversidad cultural, étnica y lingüística del país, y encuentra en el reconocimiento y respeto a las diferencias, así como en el mutuo conocimiento y actitud de aprendizaje del otro, sustento para la convivencia armónica y el intercambio entre las diversas culturas del mundo”.

*Interculturalidad* significa 'entre culturas', pero no simplemente un contacto entre ellas, sino un intercambio que se establece en condiciones de igualdad. Además de ser una meta por alcanzar, la interculturalidad debe ser entendida como un **proceso permanente de relación, comunicación y aprendizaje entre personas y grupos sobre conocimientos, valores y tradiciones distintas, orientada a generar, construir y propiciar un respeto mutuo y un desarrollo pleno de las capacidades de los individuos, por encima de sus diferencias culturales y sociales**. La interculturalidad intenta romper con la historia hegemónica de una cultura dominante y otras subordinadas, para de esta manera reforzar las identidades tradicionalmente excluidas, con el fin de construir, en la vida cotidiana, una convivencia de respeto y legitimidad.

La interculturalidad es un **proceso y una actividad continua, tarea de toda la sociedad** (Godenzzi, 1996) y no solamente de sectores campesinos/indígenas (Walsh, 1998). No se trata simplemente de descubrir, reconocer o tolerar al otro, sino que se refiere a complejas relaciones, negociaciones e intercambios culturales, que buscan desarrollar una interacción entre personas, conocimientos y prácticas culturalmente diferentes; una interacción que reconoce y que parte de las asimetrías sociales, económicas, políticas y de poder, y de las condiciones institucionales que limitan la posibilidad de que el “otro” pueda ser considerado sujeto con identidad, diferente y con capacidad de actuar.

La interculturalidad tiene la enorme **tarea de construir** –en todas las instituciones de la sociedad, **sistemas y procesos educativos, sociales, políticos y jurídicos**, y entre todos los peruanos (indígenas, blancos, mestizos, cholos, negros, mulatos, asiáticos, árabes, etc.)– **relaciones, actitudes, valores, prácticas, saberes y conocimientos fundamentados en el respeto e igualdad, reconocimiento de las diferencias y la convivencia democrática**. No se trata de entender las identidades como adscripciones étnicas inamovibles, sino más bien de impulsar activamente procesos de intercambio que, por medio de mediaciones sociales, políticas y comunicativas, permitan construir espacios de encuentro, diálogo y asociación entre seres y saberes, sentidos y prácticas distintas.

Lo intercultural es lo que Homi Bhabha (1994; 1998) refiere como el espacio intermedio o el "tercer espacio", donde dos o más culturas se encuentran, un espacio de traducción y negociación en el cual cada una mantiene algo de sí, sin asimilarse a la otra.

### Diferencias entre multiculturalidad y pluriculturalidad

La multiculturalidad se refiere a la multiplicidad de culturas que existen dentro de un determinado espacio, sea local, regional, nacional o internacional, sin que necesariamente tengan una relación entre ellas. Su uso mayor se da en el contexto de países occidentales, como los Estados Unidos, donde las minorías nacionales (negros e indígenas) coexisten con varios grupos de inmigrantes, minorías

<sup>50</sup> Adaptado de Walsh, C. (2005). *La interculturalidad en la educación*. Lima: Ministerio de Educación del Perú y Unicef.

involuntarias (como los puertorriqueños y chicanos) y los blancos, todos descendientes de otros países, principalmente europeos; o como en Europa donde la inmigración se ha ampliado recientemente.

La pluriculturalidad es el referente más utilizado en América Latina, reflejo de la necesidad de un concepto que represente la particularidad de la región, donde pueblos indígenas y pueblos negros han convivido por siglos con blancos y mestizos, y donde el mestizaje ha sido parte de la realidad, como también la resistencia cultural y, recientemente revitalizadas, las diferencias. A diferencia de la multiculturalidad, la pluriculturalidad sugiere una pluralidad histórica y actual, en la cual varias culturas conviven en un espacio territorial y, juntas, hacen una totalidad nacional.

Aunque la distinción entre lo multi- y lo pluri- es sutil y mínima, lo importante es que el primero apunta a una colección de culturas singulares con formas de organización social muchas veces yuxtapuestas, mientras que el segundo señala la pluralidad entre las culturas y dentro de ellas mismas.

Es decir, la multiculturalidad normalmente se refiere, en forma descriptiva, a la existencia de distintos grupos culturales que, en la práctica social y política, permanecen separados, divididos y opuestos, mientras que la pluriculturalidad indica una convivencia de culturas en el mismo espacio territorial, aunque sin una profunda interrelación equitativa.

Si bien la pluriculturalidad es un hecho constatable, la interculturalidad aún no existe, se trata de un proceso por alcanzar a través de prácticas y acciones sociales concretas y conscientes (Guerrero, 1999a).

Entonces podemos decir que la interculturalidad es:

- Un proceso dinámico y permanente de relación, comunicación y aprendizaje entre culturas en condiciones de respeto, legitimidad mutua, simetría e igualdad.
- Un intercambio que se construye entre personas y el desarrollo de una actitud abierta y flexible que se interesa y valora los conocimientos, los saberes y las prácticas culturalmente distintas, en el intento de desarrollar un nuevo sentido de convivencia.
- Un espacio de negociación y de traducción donde las desigualdades sociales, económicas y políticas, y las relaciones y los conflictos de poder de la sociedad no son mantenidos ocultos sino reconocidos y confrontados.
- Una tarea social y política que interpela al conjunto de la sociedad, que parte de prácticas y acciones sociales concretas y conscientes e intenta crear modos de responsabilidad y solidaridad.
- Una meta por alcanzar.

Aunque el sistema educativo no es la única institución social que debería reconocer y expresar la diversidad cultural y promover la interculturalidad en todas sus instancias, quizás es la institución con mayores posibilidades de impactar lo personal y lo social en gran escala.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Valoro la interculturalidad”.
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.





## Desarrollo

### ● Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar las dos imágenes y las situaciones que se presentan al inicio de esta sección para que analicen y comenten las diferentes reacciones que tienen los estudiantes ante la llegada de personas de otra comunidad a su colegio.
- Luego, invítalos a reflexionar en parejas sobre las interrogantes que se plantean en el recuadro “Me pregunto y comparto”. Diles que compartan situaciones similares que hayan vivido o presenciado.
- Invita a algunos voluntarios a compartir sus respuestas.

### ● ¿Qué conozco?

- Invita a cada estudiante a revisar los comentarios que hacen los tres estudiantes al inicio de esta sección acerca de sus propias experiencias cuando se encuentran con personas de comunidades diferentes a la suya.
- Ahora pídeles que cada uno recuerde y escriba alguna situación que haya vivido o que le han 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 escrito.
- Luego, diles que reflexionen con las mismas parejas sobre las interrogantes que se presentan en el recuadro “Me pregunto y comparto”.

### ● Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a leer la información que se presenta al inicio de esta sección, y también el testimonio de Sonco Shintsi sobre el origen de su nombre.
- En grupos de 3 o 4 personas, comenten cuál piensan que es la relación que existe entre el origen del nombre de Sonco Shintsi con la interculturalidad. Complementen su reflexión respondiendo a las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”.
- Luego, invita a que cada uno piense y escriba en el siguiente recuadro aquellas razones por las que piensa que la interculturalidad es importante. Pídeles que las comenten en parejas.
- Ahora pídeles que cada uno lea la información que se presenta a continuación y el relato que hace el joven sobre las costumbres de su comunidad y sobre lo que aprende de las costumbres de sus compañeros.
- A continuación, revisen juntos la información y los ejemplos que permiten diferenciar la interculturalidad de la diversidad cultural. Pide que cada uno haga el ejercicio de relacionar los dos nombres con sus respectivas definiciones. Diles que en parejas comenten sus resultados para ver si son similares o si necesitan debatir al respecto.
- Luego, invítalos a realizar el ejercicio que se presenta en la siguiente página escribiendo los saberes ancestrales de su comunidad, que se han rescatado en el colegio y dibujando alguna situación de interculturalidad de su colegio o comunidad.
- Organiza una plenaria para mostrar los resultados de este ejercicio y reflexionar sobre qué similitudes y diferencias encuentran, y ver cómo pueden enriquecerse entre diferentes culturas.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, al final de esta sección. Puedes completarlas con las ideas de tus estudiantes, tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “Debates sobre la interculturalidad”.

### ● Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a realizar el ejercicio que se plantea en esta sección, explicando lo que harían si se encuentran ante las dos situaciones interculturalidad que se mencionan.
- Organiza una plenaria para intercambiar sus principales reflexiones.

## Cierre

### ● Me comprometo

- Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales de esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección.
- Culmina esta sesión, mencionando las ideas más importantes que surgieron de las reflexiones hechas por los estudiantes. Puedes enriquecerlas con tus propias reflexiones. Escríbelas en un papelote o en la pizarra y colócalo en un lugar visible del salón.

### ■ Recursos complementarios para esta actividad

En la sección **“Mis nuevos aprendizajes”**, invita a tus estudiantes a imaginar situaciones de interculturalidad que podrían darse entre su comunidad y otras comunidades. Pídeles escribirlas y luego representarlas en grupos ante todos sus compañeros. Reflexionen juntos sobre cada una de estas situaciones.



En la sección **“Valoro lo que aprendí”**, invita a tus estudiantes a imaginar y llevar a la práctica algún proyecto productivo que se nutra de los aportes de estudiantes de diferentes culturas. Organicen una feria para mostrar los proyectos productivos interculturales que han diseñado.

## Actividad 3 Me relaciono y siento de diferentes maneras

### ■ Lectura complementaria<sup>51</sup>

#### Enamoramiento en la adolescencia

El enamoramiento es un estado que se inicia con una atracción o una amistad que produce emociones y sentimientos intensos, que nos llevan a querer estar mucho tiempo al lado de una persona y que implica un acercamiento físico diferente (caricias, besos, abrazos). Puede ser una experiencia placentera y gratificante, que nos puede hacer muy felices, si se convierte en un vínculo saludable. Podemos decir que una relación de enamorados es sana si es respetuosa, si se enmarca en el buen trato, si existe un interés por el desarrollo y el bienestar del otro y si implica el cuidado mutuo. Por el contrario, si no nos comunicamos adecuadamente y aceptamos algunas faltas de respeto, la relación se torna perjudicial y nos puede hacer mucho daño; en estos casos, es mejor una separación. Recuerda que una relación de enamorados puede o no avanzar hacia una relación sexual, de acuerdo con lo que ambos miembros de la pareja decidan. Lo ideal en la adolescencia es postergar o abstenerse del inicio sexual, ya que va a requerir de una serie de decisiones que implican desde estar listo o querer hacerlo hasta tomar las medidas de prevención del embarazo adolescente y del contagio de alguna ITS, como el VIH.

Converso con mis familiares, amigos o miembros de mi comunidad sobre cuáles son los comportamientos positivos que deben mostrarse en una relación de pareja y cuáles son los comportamientos negativos que se deben evitar.

<sup>51</sup> Adaptado de Ministerio de Educación del Perú. (2014). *Tutoría y orientación educativa*. Lima: Autor.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

---

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Me relaciono y siento de diferentes maneras”.
- **¿Qué aprenderé?**

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

### Desarrollo

---

#### ● **Me acerco al tema**

- Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta al inicio de esta sección y a revisar las diferentes conversaciones entre los estudiantes.
- 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 recuadro “Me pregunto y comparto”. Invita a algunos voluntarios a compartir sus respuestas.

#### ● **¿Qué conozco?**

- Invita a cada estudiante a revisar el comentario que hace Leonardo al inicio de esta sección.
- Luego, invítalos a reflexionar de manera personal sobre la forma en la que establecen sus relaciones de compañerismo y amistad. Diles que escriban sus reflexiones en los dos recuadros indicados en su cuaderno de Tutoría y que las comenten en parejas.
- Ahora pídeles que completen el siguiente cuadro marcando cada uno de los enunciados de acuerdo con la forma en que piensan que ocurre el compañerismo en su aula.
- También diles que reflexionen juntos a partir de las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”. Organiza una plenaria para intercambiar 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. También diles que lean los pensamientos de diversos autores sobre la amistad y reflexionen sobre su significado. Luego, invita a 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 que escribieron sobre la amistad.
- Ahora diles que con las mismas parejas revisen las dos situaciones planteadas y comenten juntos si piensan que pueden o no pueden considerar a Fabiana y Tobías como buenos amigos y por qué. También pueden enriquecer su reflexión a partir de las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”.
- Ayúdales a organizarse en grupos de 3 o 4 personas y pídeles que observen la imagen de Sara y que deduzcan en qué estará pensando. Pídeles que en grupos respondan las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”.
- Luego lee en voz alta los contenidos sobre el enamoramiento y ellos siguen la lectura en sus cuadernos.
- Coloca en círculo a tus estudiantes y coloca una botella vacía al centro. El juego consiste en que una persona gira la botella y a quien le toca la base elige una pregunta que se la hace a quien le tocó el pico de la botella.
- Como tutor ayúdales a reflexionar sobre algunos puntos que sean necesarios.

### Preguntas para el juego “la botella preguntona”

1. Si alguien te gusta físicamente, ¿quiere decir que estás enamorada o enamorado de él o ella?
2. ¿Para ti qué significa *enamoramiento*?
3. ¿Cuáles son las señales más comunes que indican que estás enamorada o enamorado?
4. ¿Cómo diferencias una atracción física momentánea del enamorarse?
5. Según tú, ¿cómo se comporta un adolescente que se siente enamorado? ¿Y una adolescente?
6. ¿Crees que hay una edad ideal para tener enamorada o enamorado?
7. ¿Qué ventajas encuentras en tener enamorada o enamorado en la etapa escolar?
8. ¿Crees que tener enamorada o enamorado en la etapa escolar tiene desventajas?, ¿cuáles?
9. ¿Cuál es la diferencia entre tener un enamorado y tener un “agarre” o “vacilón”?
10. ¿Sabes si entre tus amigas o amigos alguien ya tiene enamorada o enamorado? ¿Cómo dice que se siente?
11. ¿Cómo crees que sabes cuándo estás “realmente” enamorada o enamorado?
12. ¿Crees que sea motivo de preocupación que una o un adolescente todavía no se haya enamorado?, ¿por qué?
13. Si una pareja se gusta, ¿crees que la mujer debe esperar que sea el hombre quien tome la iniciativa para declararle sus sentimientos?
14. ¿Consideras que para ser enamorados primero hay que ser amigos?

- Luego, invítalos a leer los comentarios que hacen tres personas sobre cómo quisieran que fueran sus enamoradas o enamorados. Diles que, en parejas, comenten los deseos o las expectativas que cada uno de ellos tendría con respecto a una relación de enamorados.
- Invita a cada uno a completar sus ideas sobre esto en el siguiente recuadro y a compartirlas en parejas.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, al final de esta sección. Ayúdalos a completarlas con sus propias ideas u otras que puedes tomar del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “Enamoramiento en la adolescencia”.

#### ● **Valoro lo que aprendí**

- Invita a cada estudiante a que realice el ejercicio que se plantea en esta sección escribiendo sus propias ideas sobre lo que podrían o no podrían permitir en los diferentes vínculos que pueden establecer: compañerismo, amistad, enamoramiento.
- Organiza una plenaria para intercambiar sus principales reflexiones.

#### Cierre

#### ● **Me comprometo**

- Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales de esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión, mencionando las ideas más importantes que surgieron de las reflexiones hechas por tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con tus propias reflexiones. Escríbelas en un en la pizarra o en un papelote y colócalo en un lugar visible del salón.

## Recursos complementarios para esta actividad

En la sección **“Mis nuevos aprendizajes”**, plantea a tus estudiantes escribir una carta a una enamorada o un enamorado imaginario en que le cuentes cómo desearías que fuera la relación con él o ella: qué te gustaría hacer, cómo te gustaría ser tratado, qué cosas no permitirías, etc. Organiza una plenaria para intercambiar las cartas que escribieron.

## Actividad 4 Soy parte importante del Perú

### Lectura complementaria<sup>52</sup>

#### La conciencia nacional

Podemos explicar que la conciencia nacional vendría a ser el “pensar o creer y además sentirse parte de una nación”.

La esencia de la nacionalidad es el sentimiento de un nosotros. "El término nacionalidad puede usarse con relación al grupo mismo o a la cultura que lo une".

Por ejemplo, cuando uno hace algo por las otras personas con las que convive es porque se “siente parte” de un grupo familiar. Ese sentido de pertenencia hace que nos involucremos en las acciones que van a generar un bienestar en los otros miembros de la familia y en uno mismo, por lo que uno se siente comprometido y con deseos de hacer cosas para lograrlo. De la misma manera, sentirse parte de una escuela, de una comunidad o de un país nos identifica y motiva a participar, y hacer cosas para la mejora de esa instancia de la que nos sentimos parte.

La participación es un derecho facilitador, es decir, que su cumplimiento contribuye a asegurar todos los demás derechos. Es un fin en sí mismo, no es simplemente un medio para lograr un fin, ni tampoco solo un proceso, es un derecho civil y político básico que tienen todas las personas.

La población rural participa activamente de la vida política en sus distritos, provincias, departamentos a nivel nacional. Gran parte del gobierno de las zonas rurales recae en su propia población y sus organizaciones.

El sentido de pertenencia es importante por lo siguiente:

1. Desarrolla la cooperación entre los integrantes de una colectividad (comunidad, departamento o país). Por ejemplo, cuando todos participan en la limpieza del río.
2. Motiva y genera la participación reflexiva y crítica para elegir autoridades, tomar conciencia contra la corrupción o la contaminación y practicar acciones que los involucra en su vida cotidiana.
3. Permite que las personas se den cuenta de la importancia de su aporte para lograr el bienestar de toda la comunidad. Por ejemplo, cuando se logra una meta trazada por los pobladores.
4. Genera afecto hacia la comunidad, de modo que a todos les importa el otro; por ejemplo, cuando marchamos en contra de la violencia hacia las mujeres o se respetan acuerdos para evitar el contagio de la covid-19.
5. Logra que el país y las comunidades se mantengan juntos frente a los problemas. Por ejemplo, cuando toda la comunidad se une para brindar apoyo a otra comunidad que ha sufrido un desastre natural.

Es fundamental sentirnos parte importante de nuestra comunidad, distrito y país porque fortalece nuestra autoestima y hace que nos interese y queramos contribuir con su bienestar y desarrollo; asimismo, nos permite comprender que el bienestar de los demás depende también de nuestras decisiones y acciones.

<sup>52</sup> Adaptado de Torres, N. (2008). La participación en las comunidades rurales: abriendo espacios para la participación desde la escuela. *Educare*, 12, pp. 115-119.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Soy parte importante del Perú”.

- **¿Qué aprenderé?**

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

### Desarrollo

- **Me acerco al tema**

- Invita a tus estudiantes a observar las imágenes que se presentan al inicio de esta sección y a comentarlas entre ellos identificando si encuentran coincidencias o diferencias con situaciones que ocurren en su comunidad.
- Luego, pídeles que se organicen en grupos de 3 o 4 personas para intercambiar sus reflexiones sobre estas dos imágenes, a partir de las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”. Invita a algunos voluntarios a compartir sus respuestas.

- **¿Qué conozco?**

- Invita a cada estudiante a revisar el párrafo que se presenta al inicio de esta sección, y a resolver el ejercicio que se presenta a continuación. Para esto, deben escribir en los recuadros correspondientes sus sensaciones personales sobre lo que significa ser parte del distrito o departamento y su país.
- Pídeles que intercambien sus reflexiones personales con sus compañeros de grupo, para descubrir juntos cuáles son las cosas que les hacen sentirse parte de distrito, departamento y país.
- Luego, diles que reflexionen juntos a partir de las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”. Organiza una plenaria para intercambiar sus principales reflexiones.

- **Mis nuevos aprendizajes**

- Invita a tus estudiantes a observar las imágenes que se presentan al inicio de esta sección y a que identifiquen en cuáles de ellas las personas demuestran que se sienten parte del Perú y en cuáles no. Píde que cada uno resuelva el ejercicio de manera personal y luego invítalos a compartir sus respuestas para encontrar puntos en común y diferencias.
- Revisen juntos el comentario que hace la joven sobre el sentido de pertenencia y, luego, reflexionen en grupos a partir de las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”.
- A continuación, diles 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 ellos pueden mencionar otros ejemplos de situaciones similares, que les despierten su sentido de pertenencia hacia su país. Escucha las diferentes opiniones y anótalas en un lugar visible.
- Ahora pídeles que revisen la información sobre la importancia del sentido de pertenencia. Coméntenla juntos e identifiquen otros motivos por los cuales consideran importante el sentido de pertenencia hacia su comunidad.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, al final de esta sección. Puedes completarlas con tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “La conciencia nacional”.

## ● Valoro lo que aprendí

- Invita a cada estudiante a que realice los ejercicios que se plantean en esta sección. Primero, deben escribir algunas situaciones en las que se observa el sentido de pertenencia de los peruanos. Luego, deben escribir tres razones por las que se sienten parte del Perú.
- Plantea realizar estos ejercicios de manera individual y, luego, organiza una plenaria para intercambiar sus reflexiones sobre el sentido de pertenencia.

## Cierre

## ● Me comprometo

- Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales de esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que surgieron de las reflexiones hechas por tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con tus propias reflexiones. Escríbelas en la pizarra o en un papelote y colócalo en un lugar visible del salón.

## ■ Recursos complementarios para esta actividad

En la sección **“Mis nuevos aprendizajes”**, puedes plantear a tus estudiantes realizar un mural colectivo sobre todo lo maravilloso que tiene el país donde viven. Para esto, cada uno debe traer o elaborar imágenes, fotografías, textos, etc., que representen todo aquello que les llena de orgullo de su país (comida, lugares, costumbres, personas, etc.).

Al final, deben elegir entre todos y colocar un nombre para el mural. Pueden ponerlo en un lugar visible de su colegio, para que pueda ser apreciado por todos.

También pueden invitar a las personas que observan el mural, a escribir en papelitos, algunos mensajes que quieran dejarle al Perú.



## Actividad 5 Cuido mi salud sexual

### ■ Lectura complementaria

#### Las infecciones de transmisión sexual:<sup>53</sup>

Las infecciones de transmisión sexual (ITS) se transmiten de una persona infectada a otra a través del contacto sexual (vaginal, bucal, y/o anal) con los fluidos corporales: semen, fluido vaginal, sangre. Las ITS pueden ser transmitidas de hombre a mujer, de mujer a hombre y entre personas del mismo sexo. Estas son sífilis, gonorrea, chancro blando, granuloma inguinal, linfogranuloma venéreo, condilomas acuminados, vaginitis, herpes genital, parasitosis (sarna y pediculosis), uretritis inespecífica y en la actualidad VIH/Sida.

<sup>53</sup> Fuentes: /). S. I.: Autor. / Ministerio de Salud. (2016). Norma Técnica de Salud de Planificación Familiar. Lima. MINEDU- UNFPA (2008) Lineamientos educativos y orientaciones pedagógicas para la educación sexual integral.

Anteriormente se les conocía también como enfermedades de transmisión sexual o ETS, sin embargo, sabemos que no todas las infecciones de transmisión sexual llegan a ser enfermedades. Muchas infecciones permanecen en el cuerpo de la persona, controladas por las propias defensas o por un tratamiento apropiado. Sin embargo, cuando no son detectadas y tratadas a tiempo, pueden causar problemas de infertilidad en hombres y mujeres, y facilitar la entrada del VIH<sup>54</sup> en el cuerpo. Además, algunas pueden transmitirse al feto, como es el caso de la sífilis.

Es importante abordar este tema en la escuela para que las adolescentes y los adolescentes puedan recibir la atención oportuna: al poder detectar a tiempo algunos síntomas, podrán contactar con los profesionales de salud de los establecimientos y servicios diferenciados de adolescentes a fin de que les hagan las pruebas y les den el tratamiento correspondiente.

En cuanto al VIH o al virus de la inmunodeficiencia humana, ataca el sistema inmunitario y debilita los sistemas de defensa contra las infecciones. A medida que el virus destruye las células inmunitarias e impide el normal funcionamiento de la inmunidad, la persona infectada va cayendo gradualmente en una situación de inmunodeficiencia, es decir, va desarrollando el síndrome de inmunodeficiencia adquirida o SIDA. Esta etapa puede tardar de 2 a 15 años en manifestarse, pero llegado ese momento, las personas pueden presentar diversas manifestaciones clínicas de gravedad, aún frente a enfermedades comunes, por sus bajas defensas.

Los síntomas de la infección por el VIH difieren según la etapa de que se trate. Muchos infectados ignoran que son portadores hasta fases avanzadas. A veces, en las primeras semanas que siguen al contagio, la persona no manifiesta ningún síntoma, mientras que en otras ocasiones presenta un cuadro parecido a una gripe.

El VIH se transmite a través del intercambio de determinados fluidos corporales de la persona infectada, como la sangre, la leche materna, el semen o las secreciones vaginales. No es posible infectarse en los contactos ordinarios cotidianos como los besos, abrazos o apretones de manos o por el hecho de compartir objetos personales (peines, cubiertos, toallas), agua o alimentos.

El diagnóstico se realiza mediante una prueba de sangre. En la mayoría de los establecimientos ya está disponible la prueba de cuarta generación que brinda resultados en 4 a 10 días. Luego de tener los primeros resultados, se suelen emplear otras pruebas que requiere un mayor tiempo de espera, como la prueba de Elisa (tres meses) ya que se deben enviar las muestras a la ciudad para obtener los resultados.

El VIH toma un tiempo en desarrollarse, por lo que durante los primeros días y meses puede no ser detectado. A este tiempo se le llama “periodo ventana”.

Existe una profilaxis posterior a la exposición al VIH, que consiste en tomar antirretrovirales en las 72 horas siguientes a la exposición al VIH, a fin de prevenir la infección. Esta profilaxis incluye también asesoramiento, primeros auxilios, pruebas de detección del VIH y la administración de antirretrovirales durante 28 días, junto con atención complementaria. En caso de violación sexual, se debe demandar al establecimiento de salud que brinde esta profilaxis.

También hay, aunque no muy difundida en nuestro país una profilaxis anterior a la exposición para personas no infectadas con VIH, a través de la administración de antirretrovirales vía oral. Este tratamiento se recomienda a las personas que corren un riesgo sustancial de contraer el VIH, por ejemplo, a las parejas de personas viviendo con VIH, especialmente mujeres durante el embarazo y la lactancia.

Con estos tratamientos, las personas con diagnóstico de VIH o personas viviendo con VIH (PPV) pueden desarrollar sus vidas de manera normal, pero modificando algunos hábitos de vida, evitando conductas de riesgos y con el cuidado de no transmitir a sus parejas. Aun así, siempre es mejor evitar contraer el VIH, que es la idea que prioritariamente debes transmitir a tus estudiantes.

<sup>54</sup> Fuentes: Kallpa. (2018). Me acompaña a aprender. Lima: Autor / Organización Mundial de la Salud. (S/f). VIH/sida [entrada en página web]. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/hiv-aids>  
VIH significa Virus de Inmunodeficiencia Adquirida, que es el nombre del virus que causa el Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida o SIDA.



## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Cuido mi salud sexual”.
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.

### Desarrollo

- **Me acerco al tema**
  - Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta en esta sección y a comentar lo que ocurre en ella.
  - Indícales que dialoguen en parejas sobre las interrogantes de la sección “Me pregunto y comparto”. Pregúntales qué es lo que han escuchado sobre las infecciones de transmisión sexual.
- **¿Qué conozco?**
  - Pide a tus estudiantes que lean la historia “La decisión de vivir”. Puedes hacer una lectura compartida en voz alta para asegurar que todos lo lean y comprendan.
  - En plenaria, pide varios voluntarios para contestar cada punto de la sección “Me pregunto y comparto”. Promueve el diálogo e intercambio democrático, señalando y cuestionando alguna expresión discriminadora que pueda surgir entre los estudiantes respecto a las **personas viviendo con VIH**, que es el término respetuoso para referirse a ese grupo.
- **Mis nuevos aprendizajes**
  - Invita a tus estudiantes a revisar la información que se presenta en esta sección sobre las infecciones de transmisión sexual (ITS) y el VIH/ SIDA. Como es información nueva y compleja, puedes utilizar técnicas como lectura compartida, lectura en grupos y otras que te permitan monitorear la comprensión de la información. Puedes repartir la información y hacer que la expongan por grupos y/o trabajarla en dos o tres sesiones.
  - Luego que terminen de revisar la información (ten en cuenta los tiempos de tus estudiantes), en grupos conformados por afinidad, indícales que marquen si las afirmaciones del recuadro “Conversamos en grupo”, son verdaderas o falsas de manera individual. , Luego, señáales que comparen sus respuestas al interior del grupo. Finalmente, deben comparar en plenaria las respuestas correctas con todos los grupos del aula.
  - Solicita estudiantes voluntarios para que lean de manera alternada las situaciones de riesgo que pueden favorecer que adquieran una ITS o VIH/SIDA. Motiva el diálogo y ayuda a esclarecer posibles dudas. Luego, indícale que pueden completar las ideas que son valiosas para cada uno a partir de lo que han aprendido.
- **Valoro lo que aprendí**
  - Invita a tus estudiantes a realizar, de forma individual, el ejercicio que se plantea en esta sección.

### Cierre

- **Me comprometo**
  - Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales con base en esta actividad

## Recursos complementarios para esta actividad

Para desarrollar y profundizar la sección "Mis nuevos aprendizajes", puedes invitar a un personal de salud a fin de que explique algunos temas. Para ello, acuerda previamente los énfasis y los enfoques que quisieras que el profesional de la salud tome en cuenta, entre los cuales debe estar los síntomas principales de las ITS y las medidas de prevención (principalmente fomentar la abstinencia, el retraso del inicio sexual y el correcto uso de preservativos), y el motivarlos a acudir al servicio de salud. Asegúrate de que no se convierta en una charla larga y complicada sobre todas las ITS que existen. Puedes compartir previamente esta actividad con el personal invitado para que pueda guiarse. No olvides estar presente todo el tiempo, y ser tú quien inicie y cierre la actividad.

## Actividad 6 Me relaciono con hombres y mujeres sin violencia.

### Lectura complementaria

#### Prevención de violencia desde el enamoramiento y uniones tempranas:

La violencia en el enamoramiento<sup>55</sup> es cualquier acción u omisión que causa daño físico, psicológico o sexual a la pareja, con el fin de dominar y mantener el control sobre la otra persona, utilizando diversas estrategias, que pueden ser el ataque a la autoestima, los insultos, el chantaje, la manipulación, los golpes, etc. El agresor busca controlar, manejar, manipular, presionar a su víctima; trata de que esta pierda su propia voluntad y ejerce poder sobre ella.

Generalmente la violencia durante el enamoramiento sigue una escalada que empieza con micromachismos o microviolencias que pueden confundirse con expresiones de celos o cuidado, y luego van escalando a un maltrato psicológico, que de no detenerse a tiempo se incrementa en frecuencia e intensidad, llegando al maltrato físico, la violencia sexual, e incluso el homicidio.

Algunas conductas de control y dominación que pueden ser señales de alerta durante el enamoramiento son las siguientes:

- Cuestiona tus decisiones personales.
- Sus celos son desproporcionados.
- Intenta controlar tus amistades y actividades sociales, lo cual puede llevarte al aislamiento.
- Te amenaza y manipula. Por ejemplo: amenaza con terminar la relación si no se hace lo que él quiere.
- Utiliza expresiones posesivas como "me perteneces".
- Te genera sentimientos de miedo.
- Te agrede físicamente.
- Te realiza tocamientos sin tu consentimiento o abusa sexualmente de ti.
- Te agrede verbalmente, te humilla, te compara con otras personas.
- Controla la ropa que usas o cómo luces.
- Controla tus llamadas, tus mensajes o tus redes sociales.

La idea de amor romántico que se difunde en películas, telenovelas, realities y canciones, llevan a idealizar a la pareja y creer que por amor se debe soportar todo y entregarse totalmente a la persona. También lleva a perdonar y justificar todo en nombre del amor y sentir que cualquier sacrificio es

<sup>55</sup> Adaptado de MIMP. (2016). *Quiéreme sin violencia: Prevención de la violencia en el enamoramiento*. Lima: autor.

positivo si se hace por amor a la otra persona. Ello lleva a una sensación de desesperación ante la sola idea que la persona amada se vaya, y de esa manera se permite la escalada de violencia.

Pero este concepto de amor romántico, propio de la cultura occidental, no es la única idea que justifica ciertas formas de violencia al momento de formar pareja. Muchas culturas, como las andina y amazónica, han tenido, e incluso conservan el día de hoy, la costumbre de acordar las uniones entre las familias con bastante anticipación (de acuerdo con ciertos criterios y costumbres propios de cada cultura). En estos casos suele haber una serie de rituales y condiciones a cumplir por parte del novio y su familia; sin embargo, estos han ido cambiando a través del tiempo, flexibilizándose negativamente: dejando en mayor indefensión a las mujeres. Por ejemplo, en la cultura awajún<sup>57</sup> existía el “derecho de novia”, por el que el novio y su familia debían cumplir una serie de requisitos y trabajos antes de consumar la unión; pero esta práctica se ha ido perdiendo e incluso degenerando para justificar hechos de violación con una compensación o pago posterior al hecho de violencia.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Me relaciono con hombres y mujeres sin violencia”.
- **¿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 la imagen que se presenta en esta sección y a comentar lo que ocurre en ella.
  - Indícales que dialoguen en parejas sobre las interrogantes de la sección “Me pregunto y comparto”. Pregúntales sobre sus vivencias en torno a las relaciones de pareja, los celos y la privacidad.
- **¿Qué conozco?**
  - Indica a tus estudiantes que realicen la actividad de la sección ¿Qué conozco?. Antes de desarrollar esta actividad, según tu planificación, puedes pedir previamente a tus estudiantes que indaguen con las personas mayores de su entorno cómo eran antes las relaciones de pareja y el enamoramiento en sus comunidades; ello facilitará el desarrollo de la actividad. Para completar esta parte, las estudiantes y los estudiantes deberán dibujar y describir cómo era antes el enamoramiento en su comunidad, y luego cómo les gustaría que fuera una situación ideal. Esta situación ideal puede ser la actual o diferente, también puede parecerse a la situación antigua.
  - En plenaria, pide voluntarios que quieran compartir sus trabajos, y genera un debate respetuoso de las diferencias de 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 sobre el enamoramiento y el amor.
  - Luego que terminen de revisar la información, en grupos conformados por afinidad, pídeles que respondan la pregunta del recuadro “Conversamos en grupo”. Motívalos a compartir sus respuestas en el aula.
  - Solicita estudiantes voluntarios para que lean de manera alternada la información sobre riesgo de violencia durante el enamoramiento. A continuación, pide que lean las preguntas y anoten las respuestas en un cuaderno aparte. Después de algunos minutos, pide que voluntariamente compartan sus respuestas.

- Continúa luego la lectura sobre cómo pueden darse cuenta si su relación de enamorados no es sana, en voz alta de manera alternada.
  - Finalmente, pide a tus estudiantes que contesten de manera individual y privada la encuesta. Es importante que como docente estés alerta a las reacciones de tus estudiantes durante esta actividad, y muestres apertura a escuchar y orientar si alguien lo solicita; para ello, puedes recurrir a los servicios que se detallan a continuación:
    - Centro de Emergencia Mujer o Estrategia Rural
    - Línea 100 desde cualquier teléfono
    - Portal de SíseVe: [www.siseve.pe](http://www.siseve.pe)
    - Teléfono de SíseVe: 080076888
    - Defensoría Municipal del Niño, Niña y Adolescente (DEMUNA)
    - Comisarías, rondas campesinas o encargados del orden
    - Autoridades comunales o de la localidad: Apu, teniente gobernador, alcalde delegado, o autoridad
- Luego, indícale que pueden completar las ideas que son valiosas para cada uno a partir de lo que han aprendido.

### ● Valoro lo que aprendí

- Invita a tus estudiantes a realizar, de forma individual, el ejercicio que se plantea en esta sección.

### Cierre

### ● Me comprometo

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

### ■ Recursos complementarios para esta actividad

En "Me acerco al tema" puedes usar un recorte de una noticia de farándula donde se observe una situación de celos. También puedes traer al aula una escena de celos de algún programa televisivo sintonizado por tus estudiantes.

En la sección "Qué conozco" puedes invitar a una persona mayor que cuente como eran antes las prácticas de enamoramiento en la comunidad o grupo cultural al que pertenecen tus estudiantes.

## Actividad 7 Le decimos "¡No!" a la violencia contra la mujer

### ■ Lectura complementaria<sup>56</sup>

#### Conoce la Ley N.º 30364 para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres y los integrantes del grupo familiar

La violencia hacia las mujeres y a cualquier miembro del grupo familiar es considerada como un grave problema de salud pública y una violación de los derechos humanos. De acuerdo con la Endes 2016 (Encuesta Demográfica y de Salud Familiar), en nuestro país, 6 de cada 10 mujeres alguna vez fueron víctimas de violencia física y/o sexual. El Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMP) ha registrado el 2018 que la manifestación más extrema de la violencia de género, el feminicidio,

<sup>56</sup> Adaptado de Ley N.º 30364, Ley para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra las Mujeres y los Integrantes del Grupo Familiar, aprobada mediante Decreto Supremo N.º 009-2016-MIMP.

cobró la vida de 149 mujeres. Además, 258 sobrevivieron al ataque con graves secuelas en su salud física y mental, por lo cual debe considerarse también a las niñas, los niños, las adolescentes y los adolescentes que quedaron en situación de riesgo y desprotección a consecuencia de este delito. En el 2019 se produjeron 19 feminicidios más, es decir 168. La magnitud de esta problemática se explica por los patrones socioculturales de subordinación de la mujer frente a los hombres, profundamente arraigados en nuestra sociedad. Esto origina que las mujeres a lo largo de todo su ciclo de vida sean las principales afectadas por la violencia en sus diversas manifestaciones. Debemos prevenir la violencia y eliminar los mitos y estereotipos que subyacen en ella. Frente a este desafío, el Estado peruano interviene diseñando políticas, innovando normativas y creando servicios especializados. La aprobación de la Ley para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres y los integrantes del grupo familiar, Ley N.º 30364, representa un avance en este sentido.

Tipos de violencia contra la mujer que se puede denunciar:

- a. **Física.** Acción o conducta que causa daño a la integridad corporal o a la salud (golpes, puñetes, patadas, empujones, jalones de cabello, bofetadas, entre otros). Se incluye el maltrato por negligencia, descuido o por privación de las necesidades básicas, que hayan ocasionado daño físico o que puedan llegar a ocasionarlo, sin importar el tiempo que se requiera para su recuperación.
- b. **Sexual.** Acción de contenido sexual que se comete contra una persona sin su consentimiento o bajo coacción. Además de los delitos de violación sexual, actos contra el pudor y tocamientos indebidos, incluye actos que no implican penetración o contacto físico (acoso sexual en espacios públicos, exposición del cuerpo sin consentimiento, insinuaciones sexuales) y la exposición a material pornográfico, entre otros.
- c. **Psicológica.** Acción u omisión que busca controlar o aislar a la persona contra su voluntad, a humillarla, avergonzarla, insultarla, estigmatizarla o estereotiparla (calumnias, gritos, insultos, desprecios, burlas y toda acción para dañar su autoestima), sin importar el tiempo que se requiera para su recuperación.
- d. **Económica.** Acción u omisión que se dirige a ocasionar un menoscabo en los recursos económicos o patrimoniales de cualquier persona, a través de la pérdida, sustracción, destrucción, retención, apropiación ilícita de los objetos, instrumentos de trabajo, documentos, bienes, valores, limitación de la entrega de recursos económicos para satisfacer necesidades básicas (alimentación, vestido, salud y otros), evasión en el cumplimiento de las obligaciones alimentarias, control de los ingresos, entre otros.

### Situación de violencia sexual que viven mujeres en comunidades rurales

Lo que viene sucediendo en muchas comunidades indígenas andinas y amazónicas es que, desde una interpretación errónea de una costumbre y del derecho consuetudinario, o la deformación de una práctica, se justifica la violencia mediante un pago o compensación monetaria o pecuniaria a la familia de la víctima. Si bien la justicia ordinaria (occidental) también considera una reparación a la víctima, en estos casos se producen situaciones de impunidad, ya que el agresor no recibe una sanción social ni penal, más que el acuerdo con los padres, lo que permite que continúe ejerciendo violencia sexual contra otras niñas y adolescentes. En ocasiones, parte del acuerdo implica la unión o matrimonio con la víctima como forma de “reparar” la “honra”, especialmente cuando hay un embarazo producto de la violencia.

En ocasiones no es sencillo distinguir estas costumbres de la violencia, pues muchas veces no se tiene claro el tema del consentimiento. En primer lugar, hay que recordar que una niña o adolescente no tiene el criterio para consentir una relación sexual hasta los 14 años, de forma que todo acto anterior se considera una violencia sexual. En segundo lugar, también se debe tener presente que el consentimiento debe ser dado por la adolescente, no por su familia. En tercer lugar, el consentimiento puede estar viciado cuando hay de por medio engaños, amenazas, chantajes, ofrecimiento de bienes o notas, o una relación de poder de docente o cuidador hacia la menor. Finalmente, es importante observar que en la mayoría de las culturas encontraremos también el concepto de violación sexual de diferentes maneras, y que también suelen o solían ser sancionados.

Muchas veces se confunde el consentimiento de la adolescente y se exculpa al agresor, porque esta afirma que su agresor era o es su pareja. Sin embargo, hay que considerar que mientras para el agresor quizá sea una pareja sexual o temporal, la adolescente, como parte de su etapa de desarrollo cree que al aceptar tener relaciones sexuales “asegura” tener una pareja definitiva. Esto es parte del engaño y de las formas en que se configura la agresión sexual en comunidades por parte de hombres mayores, muchas veces, y, lamentablemente, docentes, que de esta forma denigran la profesión y caen tanto en falta administrativa como en delito..

El concepto de amor romántico, propio de la cultura occidental, no es la única idea que justifica ciertas formas de violencia al momento de formar pareja. Muchas culturas, como las andina y amazónica, han tenido, e incluso conservan el día de hoy, la costumbre de acordar las uniones entre las familias con bastante anticipación (de acuerdo con ciertos criterios y costumbres propios de cada cultura). En estos casos suele haber una serie de rituales y condiciones que cumplir por parte del novio y su familia; sin embargo, estos han ido cambiando a través del tiempo, flexibilizándose negativamente: dejando en mayor indefensión a las mujeres. Por ejemplo, en la cultura awajún (Minedu, 2017) existía el “derecho de novia”, por el que el novio y su familia debían cumplir una serie de requisitos y trabajos antes de consumar la unión; pero esta práctica se ha ido perdiendo e incluso degenerando para justificar hechos de violación con una compensación o pago posterior al hecho de violencia.

Lo que viene sucediendo en muchas comunidades indígenas andinas y amazónicas es que, desde una interpretación errónea de una costumbre y del derecho consuetudinario, y la deformación de una práctica, se justifica la violencia mediante un pago o compensación monetaria o pecuniaria a la familia de la víctima. Si bien la justicia ordinaria (occidental) también considera una reparación a la víctima, en estos casos se producen situaciones de impunidad, ya que el agresor no recibe una sanción social ni penal, más que el acuerdo con los padres, lo que permite que se continúe ejerciendo violencia sexual contra otras niñas y adolescentes. En ocasiones, parte del acuerdo implica la unión o matrimonio con la víctima como forma de “reparar” la “honra” (Unfpa y Plan Internacional, 2019), especialmente cuando hay un embarazo producto de la violencia.

En ocasiones no es sencillo distinguir estas costumbres de la violencia, pues muchas veces no se tiene claro el tema del consentimiento. En primer lugar, hay que recordar que una niña o adolescente no tiene el criterio para consentir una relación sexual hasta los 14 años, de forma que todo acto anterior se considera una violencia sexual. En segundo lugar, también se debe tener presente que el consentimiento debe ser dado por la adolescente, no por su familia. En tercer lugar, el consentimiento puede estar viciado cuando hay de por medio engaños, amenazas, chantajes, ofrecimiento de bienes o notas, o una relación de poder de docente o cuidador hacia la menor. Finalmente, es importante observar que en la mayoría de las culturas encontraremos también el concepto de violación sexual de diferentes maneras, y que también suelen o solían ser sancionados.

Muchas veces se confunde el consentimiento de la adolescente y se exculpa al agresor, porque esta afirma que su agresor era o es su pareja. Sin embargo, hay que considerar que mientras para el agresor quizá la víctima es una pareja sexual o temporal, la adolescente, como parte de su etapa de desarrollo cree que al aceptar tener relaciones sexuales “asegura” tener una pareja definitiva. Esto es parte del engaño y de las formas en que se configura la agresión sexual en comunidades por parte de hombres mayores y, lamentablemente, docentes, que de esta forma denigran la profesión y caen tanto en falta administrativa como en delito.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Le decimos ¡No! a la violencia contra la mujer”.

### ● ¿Qué aprenderé?

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

### Desarrollo

#### ● Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar las dos imágenes que se presentan al inicio de esta sección y a comentar en parejas qué opinan de lo que les ocurre a Paulina y Norma en la relación con su pareja. Diles que comenten si han presenciado o escuchado de situaciones similares, y que cuenten cómo se sintieron frente a ello.
- Luego, pídeles que reflexionen a partir de las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”. Invita a algunos voluntarios a compartir sus principales reflexiones.



#### ● ¿Qué conozco?

- Invita a cada estudiante a completar los recuadros que se presenta al inicio de esta sección, con las ideas que tienen sobre el tipo de violencia que creen que están sufriendo Paulina y Norma. Pídeles que comenten en parejas si han presenciado alguna vez una situación similar.
- Diles que revisen la información que se presenta a continuación y que luego escriban una situación de violencia contra la mujer que conozcan. Con las mismas parejas, reflexionen juntos a partir de las interrogantes que se presentan en el recuadro “Me pregunto y comparto”, acerca de la violencia contra la mujer.
- 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.
- Luego, pídeles que de manera personal revisen los dos casos que se presentan e identifiquen si creen que son situaciones de equidad, inequidad de género o de violencia contra la mujer, y que escriban las razones de sus respuestas. Diles que las comenten en parejas.
- Organiza un debate para que confronten y sustenten las diferentes opiniones sobre los casos planteados.
- Ahora pídeles completar el cuadro con situaciones de violencia contra la mujer que identifican en los hogares, la escuela y la comunidad. Luego, diles que compartan las situaciones que han escrito y que reflexionen en grupos a partir de las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”.
- Luego, invítalos a revisar el caso que se presenta en el siguiente cuadro y a identificar qué derechos de Leonora se ven afectados y por qué. Diles que intercambien sus respuestas en parejas.
- Ahora pídeles que cada uno revise los tres enunciados que se presentan y que opinen si están de acuerdo o en contra de cada uno de ellos. Deben escribir también la fundamentación de cada una de sus respuestas. Luego, organiza una plenaria para revisar entre todos cada uno de los enunciados y las respuestas que han dado.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, al final de esta sección. Puedes completarlas con las ideas de tus estudiantes, tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad.

### ● Valoro lo que aprendí

- Invita a cada estudiante a que realice el ejercicio que se plantea en esta sección y a que identifiquen en cada situación si se trata de una inequidad de género o violencia contra la mujer.
- Organiza una plenaria para intercambiar sus principales reflexiones.

### Cierre

### ● Me comprometo

- Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales de esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que surgieron de las reflexiones hechas por tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con tus propias reflexiones. Escríbelas en la pizarra o en un papelote y colócalo en un lugar visible del salón.

### ■ Recursos complementarios para esta actividad

En la sección **“Mis nuevos aprendizajes”**, puedes plantear a tus estudiantes que realicen un periódico mural sobre la violencia contra la mujer, a partir de situaciones que identifican en su colegio, en su comunidad o en el país. Pueden colocar noticias, testimonios, consejos, denuncias, formas de prevención, etc.

Organiza una exposición del periódico mural invitando a las familias de la comunidad, para que tus estudiantes puedan presentarlo, explicarlo y promover una reflexión en conjunto.

## Actividad 8 Nos protegemos de la violencia psicológica

### ■ Lectura complementaria<sup>60</sup>

#### Violencia Escolar, como comprenderla y cómo afrontarla

Es importante definir con claridad lo que entendemos por violencia escolar.

Algunos autores consideran violencia escolar como la violencia física y psicológica hacia los estudiantes:

Siguiendo a Benbenishty y Astor (2009), violencia escolar es cualquier comportamiento que intente dañar, física o emocionalmente, a algún estudiante en todos los espacios asociados a la escuela; considerándose víctima de violencia escolar a aquel alumno que reporta ser víctima de violencia por parte de otros estudiantes o por miembros adultos dentro del espacio escolar.

Existen, además, dos formas principales de violencia. Una de ellas es la psicológica, que incluye formas de violencia verbales, sociales, o virtuales; y la otra es la física, que incluye agresiones físicas moderadas (bofetones o empujones), formas de violencia física graves (palizas), vandalismo, robos, o amenazas con armas (cuchillo, pistola). (Calle, Matos y Orosco, 2016)

El Programa Paz Escolar, desarrollado por el Ministerio de Educación, incluye desde el año 2013 el abuso sexual en el concepto de violencia escolar:

Violencia escolar es toda forma de violencia física o psicológica, lesiones y abuso, abandono o trato negligente, malos tratos o explotación, incluido el abuso sexual que ocurre entre escolares,



entre adultos y escolares y contra la propiedad, tanto dentro de la escuela como también en sus inmediaciones, entre la escuela y el hogar y a través de las nuevas tecnologías de información y comunicación. Es decir, todo incidente de bullying es violencia escolar, pero no todo incidente de violencia escolar es Bullying. De acuerdo con el estudio de la ONU sobre la violencia contra los niños y las niñas, violencia escolar incluye: disciplina violenta y humillante, violencia física, emocional, sexual y por género, además de intimidación (bullying) en las escuelas. (Minedu, 2013)

#### **Un problema no del todo visible** (Calle, Matos y Orosco)

La Enares 2015 ha contribuido significativamente con datos que visibilizan las relaciones violentas en los colegios del país. No obstante, existen algunos problemas para estudiar la violencia escolar, esto se debe a que las víctimas muchas veces no se hacen visibles, no denuncian, no piden ayuda.

Asimismo, las intensidades y formas de violencia escolar varían debido al conjunto de características personales de los estudiantes, así como a factores culturales, familiares y los asociados a la comunidad y la escuela. A su vez, ser víctima de violencia tiene fuertes consecuencias en el desarrollo socioemocional de los individuos. Este impacto se refleja en la disminución de la autoestima, depresión, ansiedad, así como en factores cognitivos, lo cual en conjunto podría afectar el desempeño normal del estudiante en la escuela.

#### **Tengo buenas notas porque no soy maltratado**

Existe una relación directa entre la violencia escolar y el rendimiento académico de los estudiantes. En el caso urbano, se observa que los estudiantes que han reprobado al menos un curso en el año escolar exhiben mayores niveles en el índice normalizado de violencia, tanto en el caso de violencia física como psicológica. Sin embargo, en lo que respecta al ambiente rural para los adolescentes del sexo masculino se encuentra la relación negativa entre desempeño y violencia. Sin embargo, para las adolescentes, en algunos casos, estas tendencias se revierten. Esto último resaltaría la complejidad que puede existir en el contexto rural, y la necesidad de estudios particulares sobre este ambiente

#### **¿Qué es la disciplina con enfoque de derechos?**

Se basa en que las estudiantes y los estudiantes deben ser tratados con dignidad en cualquier circunstancia, a fin de garantizar las condiciones para un aprendizaje óptimo. Por lo tanto, las acciones disciplinarias deben resarcir el daño causado y generar aprendizajes para mejorar la convivencia en la comunidad educativa.

Una disciplina con enfoque de derechos reconoce a las estudiantes y los estudiantes como personas capaces de hacerse responsables de sus actos, de tener pensamiento crítico y de actuar con autonomía de acuerdo con su edad y desarrollo emocional. En ese sentido, hay que considerar que una parte importante de contar con normas de convivencia consiste en lograr que las estudiantes y los estudiantes conozcan sus derechos y asuman con responsabilidad las consecuencias de sus actos. (Minedu, 2018)

El Perú cuenta actualmente con la Ley N.º 30403, que prohíbe el castigo físico y humillante contra las niñas, los niños, las adolescentes y los adolescentes, tanto en el ejercicio de la crianza como en la educación. Por castigo físico y humillante se entiende el uso de la fuerza, la incomodidad corporal, así como el trato ofensivo, denigrante, desvalorizador, estigmatizante o ridiculizador, con el fin de corregir, controlar o cambiar el comportamiento de los niños, niñas o adolescentes. El castigo físico y humillante es incompatible con la educación y con el respeto a la dignidad de las personas. Por ello, las medidas correctivas deben generar cambios positivos en el comportamiento del estudiantado, fortaleciendo su capacidad de autorregulación y de reflexión crítica sobre su propio comportamiento.

Promover una convivencia escolar positiva no solo es una obligación de las instituciones educativas y de las personas a su cargo, sino, además, una responsabilidad ética que debe movilizar a toda la comunidad educativa. Solamente con espacios escolares democráticos y con adultos que sean referentes éticos, será posible que los estudiantes se desarrollen en un contexto social e institucional que facilite su formación como ciudadanos y les permita alcanzar las capacidades que se esperan en ellos.

La prevención de la violencia contra niñas, niños y adolescentes es la segunda línea de acción para la gestión de la convivencia en la escuela. Tiene como objetivo intervenir anticipadamente las situaciones de violencia contra ellos que pudieran presentarse o detectarse en la escuela, para impedir su ocurrencia o disminuir su impacto perjudicial.

Las acciones preventivas se desarrollan en dos líneas de intervención: el trabajo en red con instituciones, programas y servicios especializados locales y el desarrollo de acciones preventivas y de talleres o espacios de integración dentro y fuera del horario de clases. Por ello, las escuelas necesitan aunar esfuerzos con otras instituciones, programas o servicios que compartan con ella el objetivo de erradicar la violencia contra las niñas, los niños, los adolescentes y los adolescentes. Establecer relaciones cercanas de coordinación y trabajo en red es la mejor herramienta con la que cuentan las instituciones para prevenir la violencia, ya que pueden abordarla desde sus diferentes aspectos. Por el contrario, si las acciones se realizan de manera aislada y desarticulada, estas terminan por debilitar cualquier esfuerzo serio, llevando a la apatía y la desazón ante la complejidad del problema de la violencia.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Nos protegemos de la violencia psicológica”.
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.

### Desarrollo

- **Me acerco al tema**
  - Invita a tus estudiantes a observar las dos situaciones que se presentan al inicio de esta sección, a que comenten lo que ocurre en ellas.
  - Diles que identifiquen por qué piensan 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 acerca de la violencia psicológica y cómo se puede reconocer que estamos frente a una situación así. Diles que escriban otras ideas que tienen al respecto y que las comenten en parejas.
  - Luego, pídeles que recuerden una situación de violencia psicológica que hayan presenciado alguna vez, o también alguna que les hayan contado. Diles que escriban en el recuadro la descripción de la situación, cómo se sintieron y cómo reaccionaron.
  - A continuación, ayúdalos a organizarse en grupos de 3 o 4 personas para reflexionar juntos sobre las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”.
- **Mis nuevos aprendizajes**
  - Invita a tus estudiantes a observar y leer la situación que se presenta a continuación sobre un caso de violencia psicológica entre enamorados.
  - En grupos de 3 o 4 personas, comenten esta situación tomando en cuenta las interrogantes que se plantean en el recuadro “Conversamos en grupo”. También pueden preguntar cómo hubiera reaccionado cada uno de ellos si hubiera estado en una situación similar.

- Diles que revisen juntos la información que se presenta a continuación sobre algunas formas que pueden ayudar a protegerse ante posibles situaciones de maltrato psicológico. Comenten juntos qué opinan de estas sugerencias.
- Ahora pídeles observar la siguiente imagen sobre una situación de violencia psicológica que pueden vivir los adolescentes en el colegio. Diles que comenten esta situación, a partir de las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”. Pide que algunos voluntarios comenten sus principales reflexiones sobre situaciones de violencia psicológica que viven los adolescentes.
- A continuación, invítalos a revisar los comentarios de tres jóvenes sobre lo que hacen cuando viven situaciones de violencia psicológica. Comenten las estrategias que han encontrado y reconozcan cuál de ellas les convence más.
- En los dos siguientes recuadros, pide que cada estudiante escriba aquella estrategia que emplearía si estuviera 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 recuadro “Conversamos en grupo”. Organiza una plenaria para intercambiar sus principales reflexiones.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, al final de esta sección. Puedes completarlas con las ideas de tus estudiantes, tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “Violencia y desarrollo socioemocional”.

### ● **Valoro lo que aprendí**

- Invita a cada estudiante a que realice el ejercicio que se plantea en esta sección, escribiendo lo que harían ante cada una de las situaciones de violencia psicológica que se presentan.
- Intercambien sus propuestas en una plenaria, intentando identificar aquellas que consideran más efectivas.

## Cierre

### ● **Me comprometo**

- Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales de esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión, mencionando las ideas más importantes que surgieron de las reflexiones hechas por tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con tus propias reflexiones. Escríbelas en la pizarra o en un papelote y colócalo en un lugar visible del salón.

## ■ **Recursos complementarios para esta actividad**

En la sección “**Mis nuevos aprendizajes**”, invita a tus estudiantes a escribir una carta dirigida a una amiga o un amigo que está sufriendo situaciones de violencia psicológica. En esta carta, debe intentar conectar con sus emociones de este momento y aconsejarle sobre aquello que podría hacer para ya no ser víctima de estas situaciones.

Invítalos a identificar entre sus amigos o conocidos, una persona que saben que está viviendo una situación de violencia psicológica, para que puedan compartirle la carta que escribieron.

## Actividad 9 Me fortalezco y digo "¡No!" a la violencia sexual

### Lectura complementaria<sup>57</sup>

#### El abuso o violencia sexual contra niñas, niños y adolescentes

El abuso sexual ocurre cuando una niña, un niño, una adolescentes o un adolescente es utilizado para la estimulación sexual de su agresor (un adulto conocido o desconocido, un pariente u otro NNA) o la gratificación de un observador. Implica toda interacción sexual en la que el consentimiento no existe o no puede ser dado, independientemente de si la niña/adolescente o el niño/adolescente entiende la naturaleza sexual de la actividad e incluso cuando no muestre signos de rechazo. El contacto sexual entre una niña o un niño y otra u otro más pequeño también puede ser abusivo si hay disparidad en la edad, el desarrollo, el tamaño o si existe un aprovechamiento intencionado de esas diferencias.

La interacción abusiva, que puede ocurrir con o sin contacto sexual, incluye lo siguiente:

- Los manoseos, frotamientos, contactos y besos sexuales.
- El coito interfemoral (entre los muslos).
- La penetración sexual o su intento, por vía vaginal, anal y bucal.
- El exhibicionismo y el voyeurismo.
- La exhibición de pornografía. En ocasiones, disfrazada como educación sexual.
- Instar a que los NNA tengan sexo entre sí o fotografiarlos en poses sexuales.
- Contactar a un NNA vía internet con propósitos sexuales (*grooming*).

Son muchos los motivos que confluyen y hacen que los NNA no revelen que han sido o están siendo sexualmente abusados:

- La niña, el niño, la adolescente o el adolescente y su familia reciben amenazas de daño físico o de muerte.
- Tienen miedo de las consecuencias que sus denuncias puedan ocasionar en el agresor o la agresora y su familia.
- Callan por temor a ser acusadas o acusados de complicidad y complacencia con el abuso sexual que padecieron.
- Evitan ser estigmatizados y rechazados.
- Sienten culpa, vergüenza y desvalimiento.
- Muchas veces, al padecimiento sufrido se suma otro: carecen de adultos dispuestos a creer en sus palabras.

#### ¿Cómo puedo saber si una niña o un niño está siendo o ha sido violentada o violentado sexualmente?

Las principales manifestaciones suelen ser las siguientes:

- Incremento de pesadillas y problemas para dormir.
- Conducta retraída.
- Estallidos de angustia, ansiedad y depresión.
- Rechazo a quedarse solas o solos con una persona en particular.
- Conocimiento inapropiado para la edad acerca de la sexualidad, que se manifiesta mediante conductas y lenguaje sexualizado.

### Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

#### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: "Me fortalezco y digo '¡No!' a la violencia sexual".

<sup>57</sup> Definición tomada del Plan Nacional de Acción por la Infancia y Adolescencia 2012-2021.

## ● ¿Qué aprenderé?

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

## Desarrollo

### ● Me acerco al tema

- Propón inicialmente la lectura del caso de Raquel y Julio en forma personal.
- Luego del tiempo necesario para la lectura personal, promueve el intercambio en plenaria, con base en las preguntas planteadas en "Me pregunto y comparto".
- Atiende a las respuestas con relación a si consideran que es una situación de violencia sexual o no, y promueve que sustenten su posición.
- Es importante que respondan a 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 Julio con Raquel.**

### ● ¿Qué conozco?

- Explícales la diferencia entre un mito y una realidad.
- Una vez que han entendido la diferencia entre mito y realidad, promueves la lectura de cada una de las seis afirmaciones del cuadro "Mitos y realidades de la violencia sexual". Indícales que deben escribir en la columna de respuestas una M si creen que se trata de un mito y una R si creen que se trata de una realidad.
- Luego de la lectura personal, promueve el intercambio en grupos y observa que todos participen. Luego de que todos hayan terminado, deben leer cada una de las afirmaciones del cuadro y reflexionar al respecto.
- En plenaria plantea las preguntas de la sección: "Conversamos en grupo".

- ¿Hemos escuchado algunos de estos mitos? ¿Cuáles?
- ¿Creíamos que alguno de estos mitos eran ciertos? ¿Cuáles?
- ¿Qué realidad nos ha sorprendido más?
- ¿Cuál de estos mitos o realidades puede ser la que está viviendo Raquel en su relación con Julio?

- Atiende las realidades que más les impacta. Al ser temas sensibles, es importante la generación de un espacio de confianza, escucha y respeto.

### ● Mis nuevos aprendizajes

- Promueve que se informen con la lectura que continúa en el cuaderno de trabajo; ofrece el tiempo necesario para completarla.
- Esclarece que la violencia sexual contra niñas, niños y adolescentes puede darse con o sin contacto físico y que tiene consecuencias muy graves. Pide que refuercen lo aprendido respondiendo las preguntas de la sección "Conversamos en grupo".
- Trabaja con la sección "Ideas valiosas" sobre ¿Cómo pueden protegerse de la violencia sexual? y refuerza que una situación de violencia sexual es de peligro, de la que deben cuidarse: es una situación SOS que deben identificar guiándose por lo que sienten.
- Recalca que la respuesta inmediata debe ser NAC: decir "¡No!", alejarse y contarlo a una persona de confianza. Lo importante es que puedan desarrollar su asertividad para comunicar oportunamente lo que les sucede y para hacer respetar sus derechos.

- Por último, revisa con ellos: 1) Lo que plantea el Código Penal peruano con respecto de las penas para los agresores sexuales según la edad y el grado de parentesco con sus víctimas, y 2) revisar a dónde pueden acudir si estuvieran viviendo o saben de alguien que está viviendo una situación de violencia sexual.

### ● Valoro lo que aprendí

- A continuación, refuerza que recuerden y compartan con amigos y parientes que, ante una situación SOS, deben responder con NAC y que existen varias opciones de instituciones del estado que los puede apoyar en estos casos. Luego, pídeles que completen en los cuadros lo que significa SOS y NAC. También que le recomendarían a un amigo que está siendo víctima de violencia sexual.

### Cierre

### ● Me comprometo

- Pídeles que anoten el nombre de tres personas de su confianza a las cuales les contarían si les sucede una situación de peligro. Es importante que todos logren anotar a las personas que les brinden seguridad.

## Actividad 10 Organizo la información para aprender mejor

### ■ Lectura complementaria<sup>58</sup>

Los **mapas mentales** son una excelente herramienta de estudio porque permiten memorizar gran cantidad de información a través de la asociación de ideas utilizando imágenes. A continuación, te explicamos paso a paso cómo realizar un mapa mental:

#### Paso 1. Define y ubica la idea principal

Para comenzar a elaborar tu mapa mental, debes colocar el título del mismo en el centro de la hoja. El título se refiere a la **idea central** de tu trabajo, que puede ser, por ejemplo, cambio climático o la fotosíntesis. Debe ir acompañado de una imagen que cause impacto y permita al lector saber cuál es el tema con solo recibir esa primera impresión.

#### Paso 2. Organiza los subtemas

Comienza a trazar a partir del título, en orden de relevancia y en sentido de las agujas del reloj, una serie de ramificaciones gruesas que van hacia los lados de la imagen o tema central, nunca hacia abajo ni hacia arriba, llamadas **subtemas**, las cuales se refieren a aquellos aspectos generales que brindarán información específica al lector. Ejemplo: si tu mapa se trata sobre plantas medicinales, los subtemas podrían ser: nombres de las plantas y dibujos de las mismas, preparaciones, para que sirven, etc. o tal vez quieras enfocarte en otros aspectos. Todo depende de cómo deseas estructurar tu mapa, qué tipo de información quieras brindar y en qué puntos prefieras enfocarte.

#### Paso 3. Desglosa los subtemas

A partir de los subtemas, comienza a separar información específica en ramas y disminuye un poco el tamaño de la letra a medida que te alejas del centro, pero cuida que siga siendo legible. Acompaña cada rama con una **imagen o un símbolo** que la identifique, así como con flechas para ayudar a relacionar las ideas de ser necesario. Puedes desglosar ramificaciones las veces que necesites, pero recuerda que la idea es **simplificar** el contenido lo más que puedas, no deben ser oraciones ni frases largas.

#### Paso 4. Utiliza diferentes combinaciones de colores

Es recomendable **usar más de tres colores** diferentes en un mapa mental para causar mayor impacto en el hemisferio derecho del cerebro, para así retener y comprender la información de

<sup>58</sup> Adaptado de 10 Ejemplos de Mapas Mentales Creativos. (s. f). *Tu Gimnasia Cerebral* [web]. Recuperado de <http://tugimnasiacerebral.com/mapas-conceptuales-y-mentales/ejemplos-de-mapas-mentales-creativos>

forma efectiva. Se sugiere utilizar colores como el rojo y el naranja para el título o el centro de tu mapa mental, colores tibios como el verde y el marrón para las ramas secundarias, y colores fríos como el azul y el blanco para las ramas más lejanas. Asimismo, cada palabra está acompañada de una pequeña imagen o símbolo que hace más fácil al cerebro la asociación de ideas. Lo más importante es que, a pesar de tener bastante información y contenido gráfico, entre cada subtema y ramificación se mantiene un espacio adecuado, las letras son legibles y poseen un buen tamaño para su fácil lectura, lo que hace que se pueda apreciar mucho mejor la creatividad del autor y que el lector pueda sentirse interesado en el contenido sin distraerse.

### **Paso 5. Ensayo y error**

Lo interesante de un mapa mental es que produce en el individuo un *brainstorm* o lluvia de ideas, esto significa que tus ideas irán surgiendo a medida que vayas trabajando en tu mapa, por lo cual puede ser totalmente normal que estés terminando tu creación y recuerdes algún detalle importantísimo que pasaste por alto. No pasa nada, simplemente trabaja primero con un borrador y arréglalo cuanto necesites hasta quedar satisfecho con tu mapa mental.

## **Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría**

### **Inicio**

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Organizo la información para aprender mejor”.
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.

### **Desarrollo**

- **Me acerco al tema**
  - Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta al inicio de esta sección, pídeles que reflexionen en parejas a partir de las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto” e indícales que coloquen algunos consejos para Aracely en el recuadro.. 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” y a responder las interrogantes que se presentan en el recuadro “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 a continuación. Luego, deben revisar con tu apoyo “Algunas pautas para elaborar un mapa mental”.
  - Bríndales un espacio para resolver sus dudas. Apóyate en la lectura inicial de esta actividad.
- **Valoro lo que aprendí**
  - Invita a cada estudiante a que realice el primer ejercicio, donde se les solicita elaborar un primer mapa mental sobre sus gustos o preferencias. Pueden elaborar el borrador de su mapa mental en el cuaderno y el final en una hoja A4.
  - Organiza una breve presentación del primer mapa mental de algunos voluntarios.
  - Pídeles que elaboren el segundo mapa sobre medios de transporte y procedan de la misma forma.

## Cierre

### ● Me comprometo

- Invita a cada estudiante a observar si sus mapas mentales cumplen con las características básicas que deben tener aplicando la ficha de evaluación de mapas mentales que tienen a continuación en su cuaderno de trabajo.
- Puedes solicitar a tus estudiantes como tarea aplicar lo aprendido realizando mapas mentales para organizar la información en alguno de los otros cursos que llevan en la institución educativa. Ofréceles ayuda para revisarlos en borrador antes de pasarlos a limpio.

## 3.5. Orientaciones pedagógicas: cuaderno de quinto grado



### En el quinto grado se desarrollan ocho actividades:

1. Participamos para vivir mejor familia que quiero formar en el futuro
2. Reflexionamos sobre diferentes tipos de conflictos
3. Soy único e irremplazable
4. Construyo mi proyecto de vida
5. Mis derechos sexuales y reproductivos se respetan
6. Me preparo bien para decidir mejor sobre la
7. En mi comunidad rechazamos la violencia contra la mujer
8. Me cuido y me protejo de todas las formas de violencia sexual
9. Reconozco y rechazo todas las formas de violencia de género.
10. Mejoro mi forma de estudiar

## Actividad 1 Participamos para vivir mejor

### ■ Lectura complementaria<sup>59</sup>

#### Alcances sobre participación y vigilancia ciudadana<sup>60</sup>

Todos integramos grupos que reflejan distintas necesidades y que exigen nuestra participación y colaboración de manera activa y directa, ya sea para organizarnos en rondas de vigilancia nocturna, para realizar una campaña de vacunación o para llevar a buen término un proyecto de arborización. Todo poblador tiene el derecho y la obligación de tomar parte en las actividades de su comunidad para alcanzar un fin común que beneficiará a todo el grupo en su conjunto, permitiendo que sus habitantes alcancen una mejor calidad de vida, contribuyendo al progreso y al desarrollo del país.

La participación ciudadana está presente en todos los ámbitos de la convivencia diaria, pues se trata del ejercicio de un derecho ciudadano básico y comprende acciones colectivas o individuales, ejercidas a través de canales institucionalizados o espontáneos e informales. Dichos canales pueden ser locales o nacionales. Se da también mediante procesos electorales, cuando elegimos a nuestras autoridades nacionales, regionales y locales; al presidente de la APAFA; al representante del aula; al

<sup>59</sup> Adaptado de Briceño-León, R. (2014). *De la participación comunitaria a la participación social: un enfoque de Ecosalud*. Maracaibo: SINCO Editores.

<sup>60</sup> Adaptado de Ministerio de Cultura. (s/f). *Manual sobre Participación Ciudadana*. Lima: Autor.



dirigente comunal; a la junta de propietarios del edificio donde vivimos; al presidente de la asociación vecinal; al representante estudiantil; etc. Las instituciones del Estado fomentan la participación ciudadana cuando reciben personas que hacen sugerencias, participan en consultas, presentan sus quejas o, simplemente, solicitan información.

En cuanto a la elaboración de políticas públicas, **la participación ciudadana es necesaria porque permite que los verdaderos intereses de la población sean tomados en cuenta**, que las decisiones tengan mayor apoyo entre los pobladores, que se refuerce el sentimiento de pertenencia a una comunidad (local, regional y nacional), que aumenta las probabilidades de éxito y su sostenibilidad a lo largo del tiempo.

### La participación ciudadana en el Perú

Nuestra Constitución Política reconoce el derecho de participar en los asuntos públicos, así como los derechos de asociación, de reunión, de libertad de expresión, de opinión, de rectificación y de sufragio.

El proceso de descentralización que se viene desarrollando en el país ha incorporado como uno de sus principios el de la Participación Ciudadana a nivel nacional, regional y local, consagrando normativamente este tipo de participación en los planes de desarrollo y presupuestos. El Acuerdo Nacional, suscrito por todos los partidos políticos, promueve y fomenta la participación ciudadana en las decisiones públicas. Las municipalidades provinciales y distritales han fomentado la conformación de mesas de concertación, que son expresiones del trabajo conjunto entre el Estado y la Sociedad Civil.

### Marco legal de la participación ciudadana

En el Perú se promulgó en el año 1994 la ley 26300 de los Derechos de Participación y Control Ciudadano, que sienta las bases y un avance significativo en la promoción del desarrollo del ciudadano como sujeto activo de derechos y deberes. Esta ley regula el ejercicio de los derechos de participación en la formulación de las leyes, en las iniciativas de reforma constitucional y de dispositivos municipales regionales, referéndum y otros. Es una ley de control ciudadano que permite la revocatoria y la remoción de autoridades; la demanda de rendición de cuentas de forma obligatoria, y mecanismos de consulta ciudadana en torno al presupuesto público y a los planes de desarrollo concertados, entre otros basados en los artículos 2, 31 y 217 de la Constitución de la República.

A partir del año 2002, además, el Perú tiene una legislación que considera la participación ciudadana como política pública, en el contexto del proceso de descentralización: Ley de Bases de la Descentralización, Ley Orgánica de Gobiernos Regionales y de Municipalidades. Leyes que garantizan la transparencia y el libre acceso a la información de los asuntos públicos.

### Tipos de participación ciudadana

La población local puede participar en los temas que le interesan de diversas formas:

**Informándose.** Las personas o grupos requerimos continuamente información sobre acciones, propuestas, programas o actividades.

**Consultando.** Exponemos nuestras ideas a través de encuestas, foros y talleres, donde también podemos consultar. Asimismo, las comunidades pueden realizar consultas a diversas entidades.

**Decidiendo juntos.** Nuestros representantes, las organizaciones comunales y los sectores interesados estudian, discuten y participan en la toma de decisiones que afectan a la población.

**Actuando juntos.** Tomamos parte en los acuerdos mediante la acción conjunta, responsable y compartida. Apoyando los intereses comunitarios, los especialistas que trabajan en las distintas instituciones del Estado nos asesoran en la toma de decisiones y en la elaboración y ejecución de proyectos.

### ¿Qué es la vigilancia ciudadana?<sup>61</sup>

Es un proceso de participación activa de los ciudadanos organizados para ejercer sus derechos de fiscalización, control, seguimiento y evaluaciones de las acciones y de la gestión de sus autoridades e instituciones, desde una relación de igualdad y respeto. Son valores básicos para realizar una adecuada vigilancia y control ciudadano: la responsabilidad, democracia, diálogo, creatividad, respeto, solidaridad, honestidad y cultura de paz.

### Marco legal de la vigilancia ciudadana

Este proceso está contemplado en las siguientes leyes: Ley del Sistema Nacional de Control N.º 26162, Ley de Participación y Control Ciudadanos N.º 26300, Ley Orgánica de Municipalidades N.º 27972, Ley de Transparencia y Acceso a la Información N.º 27806.

### ¿Cuáles son las formas de control ciudadano?

- 1. La revocatoria de autoridades** (alcaldes, regidores, autoridades regionales, magistrados) hace posible el cambio de autoridades elegidas, por la cual no procede el primer ni el último año de su mandato y requiere que los ciudadanos promuevan un proceso de consulta. Se necesita contar con el 25 % de los electores de una localidad y se requiere que el 50 % +1 vote a favor para que proceda la revocatoria.
- 2. La remoción de funcionarios** es aplicable a las autoridades designadas por el Gobierno central o regional y se produce cuando el Jurado Nacional de Elecciones comprueba que más del 50 % de los ciudadanos de la localidad o departamento la solicitan.
- 3. La demanda de rendición** de cuentas sirve para interpelar a las autoridades respecto de la ejecución presupuestal. Se requiere que lo solicite por lo menos el 20 % de firmas de la población electoral con derecho a voto en la respectiva circunscripción territorial.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Participamos para vivir mejor”.
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.

### Desarrollo

- **Me acerco al tema**
  - Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta en esta sección y a leer la conversación que ocurre entre estas tres personas. En parejas, que comenten qué opinan de esta situación e identifiquen si en sus comunidades también ocurren situaciones similares.
  - Luego, pídeles que reflexionen sobre la idea de participación, a partir de las interrogantes del recuadro “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.
  - Invita a cada estudiante a escribir en el siguiente recuadro algunas formas de participación que tienen en su comunidad y a comentarlas luego con otro estudiante.
  - Diles que profundicen sus reflexiones a partir de las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”.

<sup>61</sup> Adaptado de Briceño-León, R. (2014). *De la participación comunitaria a la participación social: un enfoque de Ecosalud*. Maracaibo: SINCO Editores.

### ● Mis nuevos aprendizajes

- Revisa los contenidos sobre participación y vigilancia ciudadana. Léelos en voz alta y explícales el tema; luego responde todas sus interrogantes al respecto.
- Ayúdalos a organizarse en grupos de 3 o 4 personas para que reflexionen juntos sobre las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”. Orienta su reflexión hacia la importancia de su participación como adolescentes en sus comunidades.
- Ahora diles que revisen los comentarios que hacen cuatro estudiantes sobre las experiencias que conocen de participación y de vigilancia en asuntos de su comunidad o su colegio. Pídeles que conversen sobre situaciones que deben atenderse en su comunidad o colegio, y que planteen ideas sobre cómo podrían organizarse, participar o vigilar para resolverlas.
- Luego, invita a que cada uno imagine cómo se ve dentro de cinco años participando en su comunidad y país.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, al final de esta sección. Pueden completarlas con sus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad.

### ● Valoro lo que aprendí

- Invita a cada estudiante a que realice el ejercicio que se plantea en esta sección respondiendo a las interrogantes planteadas acerca de la participación y su derecho a participar.
- Organiza una plenaria para intercambiar sus principales reflexiones.

### Cierre

#### ● Me comprometo

- Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales de esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que surgieron de las reflexiones hechas por tus estudiantes; puedes enriquecerlas con tus propias reflexiones. Escríbelas en un papelote y colócalo en un lugar visible del salón.

### ■ Recursos complementarios para esta actividad

En la sección “**Mis nuevos aprendizajes**”, puedes organizar una exposición con los dibujos que hicieron tus estudiantes sobre cómo se ven dentro de cinco años participando en su comunidad y país. Pueden invitar a otros adolescentes y también a personas adultas de su comunidad, para que intercambien sus ideas, proyectos, sueños, etc.

En la sección “**Valoro lo que aprendí**”, puedes proponer a tus estudiantes a realizar entrevistas a líderes de su comunidad acerca de las formas de participación que existen, quiénes participan, para qué participan y qué logros han obtenido.

Oriéntalos para que primero escriban las preguntas que van a hacer y que acuerden una cita con uno o más líderes de la comunidad.

Puedes realizar con ellos simulaciones o ensayos de entrevistas, para que luego les resulte más sencillo realizarlas. Por último, si es posible, invita a un líder de la comunidad para que tus estudiantes lo entrevisten en el colegio.

## Actividad 2 Reflexionamos sobre los conflictos

### Lectura complementaria<sup>62</sup>

#### Conflictos socioambientales y socioculturales

El tema de los conflictos sociales puede abordarse desde distintas dimensiones o perspectivas. Los miembros de las comunidades campesinas y nativas, o de las rondas campesinas, lo entienden más como un conflicto transcomunal o conflicto político. Son conflictos que van más allá de los conflictos internos o intercomunales que ellos cotidianamente tienen. Hay otra manera en la que se concibe el conflicto social, haciéndolo nacional: lo entendemos como un conflicto que nos afecta a todos, sobre todo en cuanto a nuestras actividades extractivas y nuestra economía o presupuesto nacional, las que pueden estar contemplando minimamente a los pobladores de la zona.

La Defensoría del Pueblo maneja este concepto sobre conflicto social: “Es un proceso complejo en el cual sectores de la sociedad, el Estado y las empresas perciben que sus objetivos, intereses, valores o necesidades son contradictorios, y eso puede derivar en violencia”. En este concepto se destacan cuatro elementos:

- En primer lugar, es un proceso complejo que implica conocerlo en la comprensión misma del problema, en sus antecedentes, en lo previo al conflicto. Se trata de un conjunto de actos con muchos elementos que se cruzan, de distintos lados y con distintas posibilidades. Esto es lo que deriva en conflicto y, más aún, en violencia.
- En segundo lugar, están los actores que intervienen: la sociedad, el Estado y las empresas. Con respecto a sociedad, esta abarca a las comunidades campesinas nativas (andinas, amazónicas o costeñas), los centros poblados y los pueblos jóvenes. Desde el Estado hay que hablar de los gobiernos y de los sujetos de este Gobierno en forma más específica: ¿cómo actúan frente al conflicto los sujetos que dirigen el Estado peruano? En el mismo sentido, hay que identificar a la diversidad de empresas como actores del conflicto: grandes, medianas, pequeñas, formales, informales y hasta “ilegales”.
- El tercer elemento se relaciona con los objetivos, valores, intereses o las necesidades de los actores identificados. Estos se integran por una variedad de alternativas y posibilidades de interpretación. ¿Cuáles son los objetivos que guían a las empresas, la sociedad focalizada o los funcionarios del Estado? ¿Cuáles son los valores o las necesidades de estos actores que pueden derivar en violencia? Existe un ciclo del conflicto social: hay un proceso pacífico, latente, que luego se activa, crece, y llega un momento en el que explota, para luego comenzar a bajar.
- El cuarto elemento es la violencia, probablemente el conflicto más difícil de comprender, pues se relaciona con los anteriores y con la variedad de sus alternativas. Por ejemplo, el “derecho de venganza” en determinadas comunidades o grupos culturales diferentes, donde la violencia es un efecto inevitable. Cuando ocurren daños o muertes es muy importante la venganza. Por ejemplo, el proyecto minero Conga en el Perú fue impedido de operar por resistencia de la población, lo cual fue una especie de venganza colectiva frente a lo ocurrido en el proyecto Yanacocha, que pertenece al mismo grupo económico y es el antecedente de Conga. Yanacocha ocasionó muchos daños en los alrededores de Cajamarca.

### Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

#### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Reflexionamos sobre los conflictos socioculturales”.

<sup>62</sup> Adaptado de Peña, A. (s. f.). Los conflictos socio-ambientales y socio-culturales en el Perú comprendidos desde la teoría del Derecho. *Derecho y sociedad*, (42). Recuperado de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/derechoysociedad/article/viewFile/12470/13032>

## ● ¿Qué aprenderé?

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

## Desarrollo

### ● Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la situación que se plantea al inicio de esta sección. Comenten en parejas esta situación y recuerden si en su comunidad han vivido situaciones similares.
- Juntos reflexionen a partir de las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”. Invita a algunos voluntarios a compartir sus principales reflexiones sobre la situación planteada.

### ● ¿Qué conozco?

- Pídeles que en parejas analicen la situación entre la madre y la hija, y que identifiquen las causas, las consecuencias y la forma en la que termina la historia. Diles que deben analizar las posiciones e intereses de ambas personas.
- Invita a cada estudiante a recordar si en su comunidad ha vivido una situación similar a la de la adolescente y a escribirla en el espacio asignado de esta sección.
- Organiza una plenaria en la que algunos estudiantes puedan contar la situación que vivieron, e invita a comentarlas entre todos a partir de las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”.

### ● Mis nuevos aprendizajes

- Invita a tus estudiantes a revisar la información que se presenta al inicio de esta sección para comprender un poco más sobre las causas que pueden originar conflictos sociales. Diles que lean con atención el testimonio que cuenta Brígida sobre los conflictos en su comunidad.
- Ahora invítalos a responder, de forma individual, las interrogantes que se plantean sobre el conflicto sociocultural que nos cuenta Brígida. Ayúdalos a organizarse en grupos de 3 o 4 personas para intercambiar sus respuestas y reflexionar juntos sobre ellas.
- Luego, pídeles que identifiquen conflictos que ocurren en su familia, colegio y comunidad. Diles que los describan en el cuadro que se presenta en esta sección y que identifiquen aquellas situaciones que originaron estos conflictos y lo que sucedió luego o cómo terminó.
- A continuación, diles que en sus mismos grupos reflexionen sobre las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”.
- Invita a cada estudiante a observar las imágenes que se presentan sobre las cuatro diferentes maneras de enfrentar un conflicto. Luego, diles que escojan uno de los conflictos que habían identificado y que reconozcan de qué manera lo afrontaron. Pídeles que escriban sus respuestas en el cuaderno de Tutoría.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, al final de esta sección. Puedes completarlas con las ideas de tus estudiantes o con tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “Conflictos socioambientales y socioculturales”.

### ● Valoro lo que aprendí

- Invita a cada estudiante a elegir un conflicto y encontrar tres causas y tres consecuencias de este. Luego, debe plantear una forma que utilizaría para afrontarlo o resolverlo.
- Organiza una plenaria para intercambiar sus principales reflexiones.

## Cierre

### ● Me comprometo

- Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales de esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que surgieron de las reflexiones hechas por tus estudiantes; puedes enriquecerlas con tus propias reflexiones. Escríbelas en un papelote y colócalo en un lugar visible del salón.

### ■ Recursos complementarios para esta actividad

En la sección **“Mis nuevos aprendizajes”**, puedes plantear a tus estudiantes que creen una obra de teatro, cuya temática esté basada en un conflicto personal, escolar, social o generacional.. Para esto deben realizar lo siguiente:

- Investigar sobre los conflictos sociales que afectan o afectaron a su comunidad y elegir aquel que consideran más relevante, o pensar en algún conflicto que exista o haya existido y que genera tensión en su casa o en el colegio.
- Escribir un guion de teatro que permita mostrar cuáles fueron las causas que originaron el conflicto, qué situaciones generó o ha generado dicho conflicto y qué están haciendo o hicieron las personas para resolverlo. El guion puede tener varias escenas.
- Elegir los personajes y decidir qué estudiante representará a cada uno de ellos.
- Ensayar la obra de teatro hasta que quede completamente lista.
- Definir una fecha, hora y lugar para presentar la obra.
- Convocar a pobladores de la comunidad para que vean la obra y generar un espacio de diálogo y reflexión con ellos.

## Actividad 3 Soy único e irremplazable

### ■ Lectura complementaria<sup>63</sup>

#### La autoestima

La autoestima es la valoración positiva o negativa que uno tiene de sí mismo, que se manifiesta a través de sentimientos de aceptación o rechazo hacia uno mismo.

#### ¿Cómo se forma la autoestima?

La autoestima se va formando a lo largo de nuestra vida, a través de las relaciones que establecemos con las personas que nos rodean. Las personas significativas para nosotros, padres, hermanos y familiares más cercanos nos dicen cosas acerca de como somos, desde muy pequeños. Con estos mensajes que recibimos vamos formando una imagen sobre nosotros mismos.

Desde el mismo momento en que fuimos concebidos recibimos diversos mensajes, como cuando nacemos, pues percibimos si somos recibidos con cariño, si se cubrieron nuestras necesidades básicas oportunamente, si la forma como nuestros padres o tutores nos hablaban y trataban era afectuosa o agresiva, entre otros. Todo esto va marcando la forma como aprendemos a querernos o no, son como espejos que reflejan quiénes, cómo somos cuanto valemos.

<sup>63</sup> Adaptado de Asociación Kallpa. (2008). *Habilidades para convivir mejor* [curso a distancia dirigido a personas que trabajan con adolescentes o jóvenes].

Cada uno de estos mensajes ha dejado en nosotros una huella que hemos asimilado de diferentes maneras, dependiendo de qué persona nos lo dijo, la forma como fueron dichos, el contexto en el que nos lo dijeron y el momento en el que lo hicieron.

La autoestima no es estática, es más bien dinámica; la venimos construyendo a lo largo de nuestra vida, por lo tanto, también podremos cambiarla o mejorarla.

### La escalera de la autoestima

El desarrollo de la autoestima implica ciertos pasos que pueden equipararse con una escalera, dentro de la cual figuran los siguientes elementos:

- **Autoconocimiento.** Es el reconocimiento de nuestras fortalezas y debilidades, y cómo influyen en nuestro modo de actuar y de relacionarnos con los demás.
- **Autoconcepto.** Es el conjunto de creencias u opiniones que cada persona tiene acerca de sí misma, tanto sobre su físico, como sobre su forma de ser y actuar.
- **Autoaceptación.** Es el aceptarnos tal como somos, integrando los aspectos positivos y negativos.
- **Autorrespeto o autovaloración.** Consiste en cuidarnos, darnos un buen trato a nosotros mismos, valorarnos.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: "Soy único e irremplazable".
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.

### Desarrollo

- **Me acerco al tema**
  - Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta al inicio de esta sección y leer la conversación entre las dos adolescentes. Diles que comenten 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 comentar sus reflexiones.
  - Ahora pídeles que en parejas profundicen sus reflexiones a partir de las interrogantes del recuadro "Me pregunto y comparto".
- **¿Qué conozco?**
  - Invita a cada estudiante a observar el diálogo entre Ángel y su compañera y repara en cómo se percibe cada uno de ellos, con qué cualidades propias se sienten a gusto y cuáles les molestan un poco.
  - Invítalos a reflexionar sobre sí mismos. Diles que, de acuerdo con sus reflexiones, completen el siguiente cuadro escribiendo cómo se ven en cada uno de los cuatro aspectos planteados. Ayúdales alcanzándoles las siguientes características: físico (cómo perciben su cuerpo y apariencia), social (cómo creen que se relacionan con los demás: son sociables, se acercan y conversan con todos; tiene buenos amigos; es reservada o reservado y de pocos amigos, etc.) personalidad (tímido o

extrovertido; controla sus emociones o es impulsivo; optimista o pesimista; activo o más tranquilo; apasionado o racional, etc.) y académico (cómo se ven como estudiantes: le gustan o no le gustan los estudios; es hábil; responsable con la tarea escolar, etc.).

- Pídeles que respondan individualmente las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”.
- Por último, organízalos en grupos que ellos formen espontáneamente (de confianza) para que intercambien los resultados de este ejercicio y las respuestas a las preguntas. Acompáñalos haciéndoles saber sus cualidades, especialmente con tus estudiantes que observas que les resulta muy difícil encontrar sus cualidades.

### ● **Mis nuevos aprendizajes**

- Invita a tus estudiantes a revisar la información que se presenta al inicio de esta sección sobre la identidad y cómo esta se relaciona con la autovaloración.
- Diles que para reconocerse mejor completen el siguiente cuadro, mediante la elaboración de un listado de sus logros y cualidades.
- Luego, explícales cómo llenar el árbol de su autoestima y 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. Pueden trabajar en parejas, con compañeros de su confianza, y ayudarse mutuamente a encontrar logros y cualidades en el otro.
- Invítalos a compartir voluntariamente algunos de sus frutos y raíces correspondientes.
- Invita a cada estudiante a revisar la información que se presenta sobre la autoestima, y diles que luego respondan de manera individual la pregunta que se plantea.
- Ahora pídeles que revisen los comentarios que hacen los cuatro jóvenes, para identificar si están asociados a una buena o mala autoestima.
- Ayúdalos a organizarse en grupos de tres o cuatro personas para compartir sus opiniones sobre cada uno de los comentarios. Diles que profundicen su reflexión respondiendo juntos a las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”.
- Ahora invítalos a leer la fábula que viene a continuación y a responder las preguntas de manera individual. Esta fábula trata sobre la importancia de conocerse a uno mismo y conocer nuestras limitaciones y no sentirnos mal por no ser como otras personas, comprender y aceptar que todos somos diferentes y únicos y que no debemos sentirnos mal por no ser como otros. Podemos aprender y esforzarnos por desarrollar algunos talentos o capacidades, pero no nos ayuda estar comparándonos todo el tiempo con otros.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, al final de esta sección, y que coloquen sus ideas respecto a la autoestima y la autoaceptación.

### ● **Valoro lo que aprendí**

- Invita a cada estudiante a que realice el ejercicio que se plantea en esta sección completando todos los enunciados propuestos para crear su carné de identidad.
- Organiza una plenaria para intercambiar la forma en que quedaron sus carnés de identidad.

### Cierre

### ● **Me comprometo**

- Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales de esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que surgieron de las reflexiones hechas por tus estudiantes; puedes enriquecerlas con tus propias reflexiones. Escríbelas en un papelote y colócalo en un lugar visible del salón.



## Recursos complementarios para esta actividad

En la sección “**Mis nuevos aprendizajes**”, puedes plantear a tus estudiantes dibujar siluetas de ellos mismos, en tamaño real (uniendo papelotes y pidiendo a alguien que dibuje el contorno de su cuerpo con un plumón, mientras están echados sobre los papelotes). Luego, invita a cada uno a dibujar y/o escribir dentro de su silueta todo aquello que los identifica: cualidades, sueños, emociones, dificultades, etc. Pueden organizar una exposición con todas las siluetas creadas.

### Afirmación recibida

Puedes solicitar a tus estudiantes que entrevisten a tres personas que los estiman y que les pregunten qué cualidades ven en ellos. Deben tomar nota de lo que les dicen y traerlo a clase. En plenaria pueden socializar lo que les dijeron. Tú como docente puedes reforzar a cada uno de tus estudiantes positivamente y ayudarles mencionando algunas de sus cualidades.

## Actividad 4 Construyo mi proyecto de vida

### Lectura complementaria<sup>64</sup>

#### Proyecto de vida en los jóvenes

La juventud, periodo de impresionante vitalidad y dinamismo, constituye uno de los más importantes momentos del ciclo vital de las personas en el que los proyectos de vida se convierten en importantes dinamizadores del desarrollo personal y social.

Es característico de la juventud la emergencia de la concepción del mundo como derivado de la creciente madurez psíquica y el pensamiento conceptual, así como una fuerte necesidad de autodeterminación, que permite al joven procesar y consolidar juicios propios en las esferas de la familia, la pareja, la ciencia, la política, la moral y la vida social. Tales referentes se convierten en moduladores efectivos del comportamiento y conducen a la definición de objetivos y formulación de estrategias para la consecución del **proyecto de vida**.

Un proyecto de vida es un constructo que define al conjunto de conocimientos, emociones, acciones, motivaciones, etc., que de manera coordinada buscan el logro de determinadas metas, propósitos u objetivos específicos de importante sentido existencial situados en una perspectiva futura. Es, en otras palabras, la dirección e itinerario que una persona establece para la construcción de su propia existencia, y el esquema a seguir para la consecución de sus sueños y anhelos.

Un sólido proyecto de vida es un camino para alcanzar una meta, matizado por un cierto estilo personal y un modo de llevar adelante las acciones que conforman y brindan sentido a la existencia, al tiempo de que incrementa la autoestima y la sensación de realización personal, con el consecuente impacto favorable para el bienestar y la salud.

Un proyecto de vida se caracteriza por su dinamismo y complejidad, no es algo homogéneo con un programa determinado su implementación y de cómodo camino para su materialización; un proyecto de vida supone la apuesta por determinadas metas y el descarte de otras, lo que implica

<sup>64</sup> Tomado de Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. (2013). *Guía para las instituciones educativas frente a la explotación sexual de niños, niñas y adolescentes*. Lima: Autor.

conflictos existenciales que pueden evocar emociones movilizadoras y gratificantes, pero también emociones dolorosas, sobre todo cuando el logro de los propósitos más importantes supone la renuncia a cosas no menos importantes, pero incompatibles con las miras esenciales.

Pueden, por otra parte, existir también fuertes presiones del entorno social o familiar para determinar desde fuera el proyecto individual, paralizando, violentando o confundiendo al joven en sus reales propósitos y metas. De no resolverse tal situación, muchos años después ello se convierte en triste fuente de frustraciones cuando al joven le faltó coraje y energía para seguir sus propios proyectos y los sacrificó en aras de las demandas de los demás.

Por su parte, el optimismo es una de las fuentes primordiales de la “automotivación”, en tanto promueve la persistencia de ir tras las metas y los propósitos implícitos en un proyecto de vida a pesar de los obstáculos. Esto produce que la persona opere por la expectativa de éxito (mayor focalización en las oportunidades que en las amenazas) y que considere los contratiempos como circunstancias manejables.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Construyo mi proyecto de vida”.
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.



### Desarrollo

- **Me acerco al tema**
  - Invita a tus estudiantes a observar la imagen que se presenta al inicio de esta sección y leer la conversación que tiene la docente con sus estudiantes acerca de sus proyectos de vida. Pregúntales qué responderían ellos a la pregunta que ha hecho la docente. Escucha las diferentes opiniones.
  - Luego, pídeles que se junten en parejas para responder y reflexionar sobre las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”. Invita a algunos voluntarios a compartir sus principales reflexiones.
- **¿Qué conozco?**
  - Invita a cada estudiante a observar el diálogo entre Mario y Adelina, y a reflexionar sobre cómo se imaginan que estarán dentro de diez años. Para profundizar esta reflexión, pídeles que cada uno complete el siguiente cuadro y que responda a cada una de las interrogantes planteadas sobre cómo se imaginan en el futuro.
  - Ayúdalos a organizarse en grupos para intercambiar sus respuestas y encontrar coincidencias y diferencias entre ellos.
  - Luego, diles que en sus mismos grupos respondan las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”.
- **Mis nuevos aprendizajes**
  - Invita a tus estudiantes a revisar la información que se presenta al inicio de esta sección sobre el proyecto de vida. Diles que también lean las metas que se ha trazado Uber para su futuro. Explícales

que, para llegar a ellas, Uber ha tenido que identificar cuáles son sus cualidades y también qué debilidades debe superar.

- Ahora anima a que cada estudiante escriba en los siguientes recuadros lo que quiere ser en la vida y también las cualidades y debilidades que reconocen en ellos para poder lograrlo.
  - Ayúdalos a organizarse en grupos para intercambiar sus respuestas y reflexionar sobre las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”.
  - Para complementar la reflexión anterior, invítalos a revisar la información y el ejemplo sobre las metas a corto, mediano y largo plazo. Diles que luego cada uno complete el cuadro con sus propias metas a corto, mediano y largo plazo. Además, pídeles completar el cuadro sobre los recursos o elementos positivos que tienen y los obstáculos y debilidades que deben superar.
  - Pídeles que respondan individualmente a las preguntas de la sección "Me pregunto y comparto" y que, considerando el análisis anterior que hicieron, determinen con que metas se quedan. Invita a voluntarios a compartir sus principales reflexiones.
  - Para consolidar toda esta información, invítalos a revisar juntos el esquema sobre los pasos a seguir para construir su proyecto de vida. Coméntenlo entre todos.
  - Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, al final de esta sección. Puedes completarlas con las ideas de tus estudiantes, tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “Proyecto de vida en los jóvenes”.
- **Valoro lo que aprendí**
- Invita a cada estudiante a que realice el ejercicio que se plantea en esta sección para integrar todas sus ideas con relación a su proyecto de vida, teniendo en cuenta los pasos aprendidos.
  - Organiza una plenaria para intercambiar sus principales ideas y reflexiones sobre sus proyectos de vida.

## Cierre

● **Me comprometo**

- Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales de esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que surgieron de las reflexiones hechas por tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con tus propias reflexiones. Escríbelas en un papelote y colócalo en un lugar visible del salón.

## Recursos complementarios para esta actividad

En la sección “**¿Qué conozco?**”, puedes plantear a tus estudiantes hacer entrevistas a personas mayores de su familia o comunidad para averiguar si cuando fueron jóvenes tuvieron un proyecto de vida y si consideran que ahora han logrado cumplir las metas que se trazaron. Diles que indaguen sobre sus logros y dificultades.

En la sección “**Valoro lo que aprendí**”, puedes plantear a tus estudiantes que orienten a una amiga o un amigo a hacer su proyecto de vida. Para esto, deben ensayar una manera sencilla de explicarle los pasos a seguir y acompañarle en su reflexión sobre cada uno de los aspectos a tener en cuenta.

## Actividad 5 Mis derechos sexuales y reproductivos se respetan

### Lectura complementaria<sup>65</sup>

#### Derechos sexuales y reproductivos

Es innegable que la sexualidad es inherente a la vida de las personas en todas las etapas de su ciclo vital, y que está asociada con el disfrute y al placer, y no necesariamente a la reproducción. Aunque se le ha tratado de reducir o condicionar a lo reproductivo, a través del control y la sanción moral o legal del derecho al disfrute y su libre ejercicio, lo cual sucede también con las decisiones respecto a la reproducción.

Los derechos sexuales y derechos reproductivos son derechos humanos que garantizan la libertad de las personas a decidir sobre su propio cuerpo en el campo sexual y en el campo reproductivo, sin coerción, discriminación o violencia. Están asociados con otros derechos como el derecho a la vida, a la salud, a la libertad, a la dignidad, a la intimidad, al libre desarrollo de la personalidad, a la libertad de conciencia, y constituyen elementos básicos para el desarrollo humano.

El Currículo Nacional de la Educación Básica, que orienta los aprendizajes que se deben garantizar como Estado y sociedad, propone competencias, capacidades y estándares de aprendizaje nacionales de la educación básica. Dentro de la **competencia 1 “Construye su identidad”**, plantea que el estudiante peruano debe lograr la siguiente capacidad:

#### Vive su sexualidad de manera integral y responsable de acuerdo con su etapa de desarrollo y madurez:

Toma conciencia de sí mismo como hombre o mujer a partir del desarrollo de su imagen corporal, su identidad sexual y de género, y mediante el conocimiento y valoración de su cuerpo. Supone establecer relaciones de igualdad entre mujeres y hombres, así como relaciones afectivas armoniosas y libres de violencia. **También implica identificar y poner en práctica conductas de autocuidado frente a situaciones que ponen en riesgo su bienestar o que vulneran sus derechos sexuales y reproductivos.**

#### Y hace una diferenciación en relación con los derechos sexuales y reproductivos:

**Son derechos sexuales.** Recibir una educación sexual oportuna que permita un desarrollo pleno de la sexualidad. Decidir cuándo tener relaciones sexuales sin ser presionados u obligados por nadie. Ejercer y disfrutar plenamente la vida sexual. Tener relaciones sexuales sin riesgo de afectar la salud y la vida. Vivir libre de toda discriminación. Vivir libre de violencia sexual. Ser respetado en la intimidad y la vida privada. Decidir con quién compartir la vida y la sexualidad. Expresar libremente los afectos.

**Son derechos reproductivos.** Tener información completa y científica sobre la sexualidad y la reproducción. Acceder a servicios públicos de salud sexual y reproductiva de calidad y con respeto. Decidir de manera libre, responsable e informada el número y el espaciamiento de los hijos. Elegir y acceder gratuitamente a métodos anticonceptivos que se adecuen a las necesidades de cada persona. Además el Estado peruano reconoce legalmente el derecho a continuar estudiando a las estudiantes que estén gestando o sean madres:

#### Derecho a la educación de niñas o adolescentes embarazadas

Desde el 2013, por la Ley N.° 29600, las estudiantes en situación de embarazo o maternidad tienen derecho a permanecer estudiando o a retomar sus estudios sin ser discriminadas. El colegio debe brindarles facilidades para rendir las evaluaciones académicas y ser flexibles con el periodo de asistencia a clases; también debe orientar y sensibilizar a los padres de familia y a la comunidad educativa sobre el derecho a la educación de las estudiantes gestantes o que son madres.

<sup>65</sup> Adaptado de los siguientes textos:

Diéguez, G. (2012). Derechos sexuales y derechos reproductivos de las personas adolescentes y jóvenes (editorial). *Revista Interquorum Nueva Generación*, (12).  
Cuáles son los derechos sexuales y reproductivos. (s. f.). Centro de la Mujer Peruana Flora Tristán [web]. Recuperado de <http://www.flora.org.pe/aoe/derechos4.htm>  
Ministerio de Educación del Perú. (2010). Aprendemos sobre sexualidad para orientar a nuestras hijas e hijos. *Propuesta para trabajar con madres y padres de familia*. Lima: Autor.  
Ministerio de Educación del Perú. (2017). *Currículo Nacional de la Educación Básica*. Lima: Autor.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Mis derechos sexuales y reproductivos se respetan”.
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.

### Desarrollo

- **Me acerco al tema**
  - Invita a tus estudiantes a observar las dos imágenes que se presentan en esta sección y a comentarlas juntos. Pregúntales qué opinan de lo que ocurre en cada una de ellas y si alguna vez han sabido o presenciado una situación parecida.
  - Luego, pídeles que en parejas profundicen su reflexión a partir de las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”. Invita a algunos voluntarios a compartir sus principales reflexiones.
- **¿Qué conozco?**
  - Invita a cada estudiante a responder las dos interrogantes que se plantean en esta sección.
  - Luego, organiza una plenaria para que algunos voluntarios comenten sus respuestas sobre los derechos sexuales y reproductivos: ¿qué son los derechos sexuales y reproductivos? ¿Los adolescentes comparten esos derechos? ¿Qué derechos sexuales y reproductivos conoces? (conocen. Invítalos a mencionarlos). Luego, pídeles que escriban todos los derechos que recuerden en el recuadro que tienen a continuación.
  - En parejas, diles que reflexionen sobre la importancia de conocer sus derechos sexuales y reproductivos a partir de la interrogante del recuadro “Me pregunto y comparto”.
- **Mis nuevos aprendizajes**
  - Invita a tus estudiantes a revisar la información que se presenta al inicio de esta sección sobre los derechos sexuales y reproductivos. Aclara las dudas que surjan en ellos sobre este tema.
  - Luego, pídeles que lean los casos que comparten tres adolescentes sobre situaciones vinculadas a sus derechos sexuales y reproductivos. Diles que los comenten en parejas y que cada uno escriba si piensa que en estos casos se atenta o no contra sus derechos sexuales y/o reproductivos.
  - Ahora diles que, manteniendo las parejas, identifiquen situaciones que atentan contra los derechos sexuales y reproductivos en su vida cotidiana, tanto en la familia como en el colegio y la comunidad. Para cada ámbito, deben identificar y escribir una situación y señalar qué derechos no se están respetando.
  - Organízalos en grupos para que reflexionen y dialoguen sobre las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”.
  - Invítalos a leer los comentarios que hacen tres jóvenes sobre sus derechos sexuales y reproductivos. Luego, diles que cada uno piense en sus propios derechos y en si estos han sido afectados alguna vez o si conocen a alguien cuyos derechos sexuales y reproductivos hayan sido violados. Pregúntales cómo se sintieron. Diles que lo escriban en el siguiente recuadro.
  - Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, al final de esta sección. Puedes completarlas con las ideas de tus estudiantes, tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “Mis derechos sexuales y reproductivos se respetan”.

### ● Valoro lo que aprendí

- Invita a cada estudiante a que realice el ejercicio que se plantea en esta sección; para ello deben decidir si están de acuerdo o en desacuerdo con cada una de las tres situaciones y sustentar su respuesta.
- Organiza una plenaria para que intercambien sus resultados de este ejercicio.

### Cierre

### ● Me comprometo

- Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales de esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección de su cuaderno de Tutoría.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que surgieron de las reflexiones hechas por tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con tus propias reflexiones. Escríbelas en un papelote o pizarra y colócalo en un lugar visible del salón.

### ■ Recursos complementarios para esta actividad

En la sección “¿Qué conozco?”, plantea a tus estudiantes investigar en su comunidad cuánto se conoce sobre los derechos sexuales y reproductivos. Para esto deben...

- Preparar las preguntas que realizarán. Por ejemplo: *¿sabes qué son los derechos sexuales y reproductivos?, ¿cuáles conoces? ¿Piensas que en nuestra comunidad se respetan?*
- Decidir a qué personas entrevistarán: adolescentes, jóvenes, adultos.
- Realizar las entrevistas y escribir las respuestas de cada persona.
- Organizar una reunión en el colegio para compartir la información que han recogido y reflexionar juntos sobre ella.

## Actividad 6 Me preparo para decidir sobre la familia que quiero formar en el futuro

### ■ Lectura complementaria

#### Diferentes conformaciones, todas son familias

Durante décadas, el modelo de “familia nuclear” fue cediendo espacio a una creciente diversidad de formas y estilos de vida familiares. Al lado de la familia nuclear “tradicional”, comenzaron a cobrar relevancia numérica y social, las familias monoparentales y las familias “reconstituidas o ensambladas”. Paralelamente la creciente formación de parejas y familias que conviven sin casarse empiezan a ganarle terreno a los lazos legales.

Muchos estudiosos de la familia han señalado que lo que estamos presenciando no es tanto la creación de un curso de vida, sino más bien la recuperación de uno anterior, que predominó hasta el siglo XX. Por ejemplo, en la mayoría de las comunidades andinas y amazónicas, la familia extensa, que integra a tíos, primos, abuelos, etc., es la que siempre ha predominado, incluso muchas veces integrando a toda la comunidad, sin la necesidad de que existan lazos de sangre.

Algunos autores sostienen que en realidad la familia como institución sagrada y protegida es un invento cultural relativamente reciente. Las nociones de privacidad, intimidad y los elaborados rituales familiares surgieron como consecuencia del retroceso de las instancias comunitarias locales, cediéndole mayor poder simbólico a la familia del mundo occidental posterior a las guerras mundiales.

En las sociedades más urbanas, el ideal de núcleo familiar pequeño y unido, cimentado sobre un matrimonio sólido y duradero, se tornaba cada vez más difícil de lograr a medida que la división del trabajo basada en el género era desplazada rápidamente por un sistema familiar integrado por dos aportantes. La especialización de los géneros dentro de la familia comenzó a tener menos sentido a medida que las mujeres dejaron de ser amas de casa para convertirse en trabajadoras remuneradas integradas a la economía.

El “padre ausente”, ya sea dentro o fuera del hogar, comenzó a verse como un problema no solo para las mujeres que debían cargar con una parte desproporcionada de las tareas domésticas, sino también para los niños, quienes aparentemente sentían la ausencia de una presencia masculina en términos de atención y modelo de rol paternal. Los abuelos siguen teniendo una fuerte presencia en la vida de los niños.

Por otro lado, la mayoría de los estudios demuestra que los hijos tienen más posibilidades de prosperar cuando reciben una atención continua de los padres; cuando estos invierten en la relación con sus hijos, destinando tiempo y recursos materiales, cuando demuestran cariño, interés en sus hijos y confianza en sus capacidades y cuando controlan en forma adecuada y sin violencia los impulsos y las acciones de sus hijos en función de su edad. Todas estas cualidades se ven favorecidas, sin duda, por la presencia de ambos padres o familiares que cumplen el rol, aunque no necesariamente se trate de los padres biológicos.

La Convención sobre los Derechos del Niño otorga a la familia el carácter de medio natural y la define como un grupo fundamental de la sociedad para el crecimiento y el bienestar de todos sus miembros, y en particular de los niños. Asimismo, aboga por el reconocimiento y la aceptación de las diversas configuraciones y estructuras familiares asumiéndolas como aptas y capacitadas para la crianza y constitución de la identidad de los niños, así como para asegurar el cumplimiento de los derechos de los niños, niñas y adolescentes.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: "Me preparo para decidir sobre la familia que quiero formar en el futuro".

#### ● **¿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 la imagen que se presenta en esta sección y a comentar lo que observan.
- Indícales que dialoguen en parejas sobre las interrogantes de la sección “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 a las preguntas.
- En plenaria, pide voluntarios para compartir sus respuestas y generar un diálogo a partir de ellas. Cuida que el diálogo sea respetuoso de las diferencias. Si algún estudiante hace alguna burla o alude a la situación de alguna compañera, algún compañero o persona de la comunidad, motiva la reflexión.

### ● **Mis nuevos aprendizajes**

- Invita a tus estudiantes a revisar la información que se presenta en esta sección sobre los diversos tipos de familia.
- Luego que terminen de revisar la información, en grupos conformados por afinidad, pídeles que respondan a las preguntas del recuadro "Conversamos en grupo". Motívalos a compartir sus respuestas en el aula.
- Solicita estudiantes voluntarios para que lean de manera alternada la información sobre los derechos de niños, niñas y adolescentes. Motiva la reflexión sobre la responsabilidad que tienen los padres y las madres para hacer cumplir los derechos de sus hijos.
- Indícales a tus estudiantes que en parejas revisen los casos de Ernesto, Janet y Paulina, y luego respondan a las preguntas que se formulan para cada caso.
- En plenaria, pide a algunos voluntarios que comenten sus respuestas, y refuerza la idea de que todas las familias son valiosas y que parte importante de ser padres y madres es poder velar por los derechos de sus hijos e hijas.
- Finalmente, invítalos a revisar las "ideas valiosas" o a leerlas en voz alta. Puedes completar o reforzar las ideas valiosas con algunas ideas de tus estudiantes, tuyas o las que puedas rescatar de la lectura complementaria "Diferentes conformaciones, todas son familias".

### ● **Valoro lo que aprendí**

- Invita a tus estudiantes a realizar, de forma individual, el ejercicio que se plantea en esta sección y lo pueden compartir en parejas o grupos de afinidad.

### Cierre

### ● **Me comprometo**

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

### ■ **Recursos complementarios para esta actividad**

En la sección "¿Qué conozco", si existe un buen clima entre tus estudiantes, pídeles que formen grupos de tres o cuatro estudiantes por afinidad que compartan internamente cómo está conformada su familia, y si sienten la ausencia de algún miembro. Luego responden las tres últimas preguntas planteadas en esa sección.

En "Me comprometo", los estudiantes pueden escribir un compromiso o promesa para su familia que harán realidad dentro de 10 años.



## Actividad 7 En mi comunidad rechazamos la violencia contra la mujer

### Lectura complementaria<sup>66</sup>

#### Prevención de la violencia de género

Las causas de la violencia contra las mujeres se encuentran en la discriminación de género, las normas sociales y los estereotipos de género que la perpetúan. Dados los efectos devastadores que la violencia tiene en las mujeres, los esfuerzos se han concentrado principalmente en las respuestas y servicios para las sobrevivientes. Sin embargo, la mejor manera de contrarrestar la violencia de género es prevenirla tratando sus orígenes y causas estructurales.

La prevención debe comenzar en las primeras etapas de la vida, mediante la educación de las niñas y los niños que promueva las relaciones de respeto y la igualdad de género. El trabajo con adolescentes es la mejor opción para lograr un progreso rápido y sostenido en materia de prevención y erradicación de la violencia de género. Aunque las políticas públicas y las intervenciones suelen pasar por alto esta etapa de la vida, se trata de una época crucial durante la cual se forman los valores y las normas relativas a la igualdad de género.

La prevención implica respaldar acciones como la promoción de la igualdad de derechos y oportunidades para hombres y mujeres, el empoderamiento de las mujeres y la vigencia de los derechos humanos. Asimismo, significa conseguir que el hogar y los espacios públicos sean más seguros para las mujeres y las niñas, procurar la autonomía económica y la seguridad de las mujeres, y aumentar su participación y su poder de decisión en el hogar y en las relaciones, así como en la vida pública y en la política. El trabajo con hombres adultos y niños ayuda a acelerar el progreso en materia de prevención y erradicación de la violencia contra las mujeres y niñas. Ellos pueden comenzar a cuestionar las desigualdades y las normas sociales profundamente arraigadas que perpetúan el control y el poder que los hombres ejercen sobre las mujeres y refuerzan la tolerancia hacia la violencia contra las mujeres y niñas.

La concienciación y la movilización comunitaria, inclusive a través de los medios de comunicación y los medios sociales, es otro componente importante de una estrategia de prevención efectiva.

**La ONU (Organización de las Naciones Unidas) plantea dos principales soluciones para hacer frente a este problema:**

- **Educación para la prevención.** Brindar a las personas jóvenes herramientas y experiencia para entender las causas profundas de la violencia en sus comunidades, educar e implicar a sus iguales y a las comunidades para prevenir esta clase de violencia, y saber a dónde acudir en busca de ayuda en caso de sufrir violencia.
- **Trabajar con adultos hombres y niños.** Apoyar una variedad de actividades de prevención, tales como programas educativos, reformas jurídicas y de políticas, y la investigación para obtener datos sobre las actitudes, percepciones y conducta de los hombres adultos, niños y jóvenes en relación con las diferentes formas de violencia; la incidencia, concienciación, movilización comunitaria y programas educativos, entre otros.

### Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

#### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “En mi comunidad rechazamos la violencia contra la mujer”.

- **¿Qué aprenderé?**

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

<sup>66</sup> Adaptado de Enfoque en la prevención de la violencia. (s. f.). *ONU Mujeres* [web]. Recuperado de <http://www.unwomen.org/es/what-we-do/ending-violence-against-women/prevention>

## Desarrollo

### ● Me acerco al tema

- Invita a tus estudiantes a observar la situación sobre Tomasa, que se plantea al inicio de esta sección.
- Luego, diles que en parejas reflexionen a partir de las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”.

### ● Mis nuevos aprendizajes

- Invita a cada estudiante a revisar la información que se presenta al inicio de esta sección sobre la violencia de género. Luego, pídeles que piensen qué acciones podría llevar a cabo la comunidad para hacer frente a la situación de maltrato que vive Tomasa.
- Diles que cada uno escriba sus principales ideas en el recuadro correspondiente.
- A continuación, pídeles que recuerden alguna situación de violencia contra la mujer que haya ocurrido en su comunidad. Diles que las comenten en parejas y luego invita a cada uno a escribirla en el recuadro de su cuaderno de Tutoría, explicando por qué ocurrió y qué hizo la comunidad para solucionarla.
- En parejas, diles que comenten lo que escribieron y que reflexionen juntos a partir de las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”.
- Pídeles que revisen la información que se presenta sobre la violencia contra la mujer, las acciones de prevención y las acciones de protección. Aclara las dudas que surjan.
- Organízalos en grupos para que revisen los mitos del siguiente cuadro y decidan si cada enunciado es un mito o es una verdad.
- Invítalos a profundizar en su reflexión a partir de la interrogante del recuadro “Me pregunto y comparto”.

### ● ¿Que conozco?

- Invita a tus estudiantes a revisar los testimonios de diferentes personas sobre las formas que emplean en sus comunidades para prevenir o hacer frente a la violencia contra la mujer. Coméntenlas en grupos de tres o cuatro personas y luego profundicen su reflexión a partir de las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”.

### ● Valoro lo que aprendí

- A continuación, pídeles que en parejas lean y comenten las tres ideas que se presentan para la prevención de la violencia contra la mujer; luego indicarán si están de acuerdo o en desacuerdo y por qué en los recuadros de su cuaderno. Organiza una plenaria para comentar sus principales reflexiones.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, al final de esta sección. Puedes completarlas con las ideas de tus estudiantes, tus propias ideas u otras tomadas del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “Prevención de la violencia de género”.
- Invita a cada estudiante a que realice el ejercicio que se plantea en esta sección sobre las acciones más pertinentes para evitar la violencia contra la mujer en la comunidad de c/u de los estudiantes.
- Organiza una plenaria para que intercambien sus resultados de este ejercicio.

## Cierre

### ● Me comprometo

- Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales de esta actividad, tomando en cuenta el enunciado que se presenta en esta sección.

- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que surgieron de las reflexiones hechas por tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con tus propias reflexiones. Escríbelas en la pizarra o en un papelote y colócalo en un lugar visible del salón.

## Recursos complementarios para esta actividad

En la sección **“Valoro lo que aprendí”**, plantea a tus estudiantes crear afiches con mensajes que ayuden a sensibilizar a su comunidad sobre la importancia de rechazar todas las situaciones de violencia de género que ocurran en su comunidad. Diles que un afiche debe tener una imagen y también un mensaje breve, claro y directo.

Invítalos a encontrar lugares donde puedan colocar sus afiches para que puedan ser vistos por la mayor cantidad de personas de su comunidad.

## Actividad 8 Me cuido y me protejo de la violencia sexual y la trata

### Lectura complementaria<sup>67</sup>

#### El abuso o violencia sexual contra niñas, niños y adolescentes

El abuso sexual ocurre cuando un niño es utilizado para la estimulación sexual de su agresor (un adulto conocido o desconocido, un pariente u otro NNA) o la gratificación de un observador. Implica toda interacción sexual en la que el consentimiento no existe o no puede ser dado, independientemente de si la niña o el niño entiende la naturaleza sexual de la actividad e incluso cuando no muestre signos de rechazo. El contacto sexual entre una adolescente o un adolescente y una niña o un niño más pequeños también puede ser abusivo si hay disparidad en la edad, el desarrollo, el tamaño o si existe un aprovechamiento intencionado de esas diferencias.

Son muchos los motivos que confluyen y hacen que las niñas, los niños, las adolescentes y los adolescentes no revelen que han sido o están siendo sexualmente abusados:

- El niño y su familia reciben amenazas de daño físico o muerte.
- Tienen miedo de las consecuencias que puedan ocasionar en el agresor y su familia, especialmente cuando el agresor es un pariente cercano, como su padre o su hermano.
- Callan por temor a ser acusados de complicidad y complacencia con el abuso sexual que padecieron.
- Evitan ser estigmatizados y rechazados.
- Sienten culpa, vergüenza y desvalimiento.
- Muchas veces, al padecimiento sufrido se suma otro: carecen de interlocutores válidos dispuestos a creer en sus palabras.

#### ¿Cómo puedo saber si una niña o un niño está siendo o ha sido abusada o abusado sexualmente?

Las principales manifestaciones suelen ser las siguientes:

- Incremento de pesadillas y problemas para dormir.

<sup>67</sup> Adaptado de Berlinerblau, V. (2016). *Abuso sexual contra niños, niñas y adolescentes: Una guía para tomar acciones y proteger sus derechos*. Unicef. Recuperado de [https://www.unicef.org/ecuador/proteccion-AbusoSexual\\_contra\\_NNyA-2016\\_\(1\).pdf](https://www.unicef.org/ecuador/proteccion-AbusoSexual_contra_NNyA-2016_(1).pdf)

- Conducta retraída.
- Estallidos de angustia, ansiedad, depresión.
- Rechazo a quedarse sola o solo con una persona en particular.
- Conocimiento inapropiado para la edad acerca de la sexualidad, que se manifiesta mediante conductas y lenguaje sexualizados.

### Aclarando conceptos<sup>68</sup>

La explotación sexual es una problemática que atenta contra los derechos de niñas, niños y adolescentes (NNA), en tanto constituye una de las peores formas de violencia y vulneración de la vida, la libertad, la dignidad, la protección y del desarrollo de su personalidad.

#### Definición de explotación sexual de las niñas, los niños, las adolescentes y los adolescentes

La explotación sexual de menores de edad consiste en el uso de las niñas, los niños, las adolescentes y los adolescentes con fines sexuales, pornográficos o eróticos a cambio de un pago, promesa de pago u otro beneficio. Esta es una forma de violencia y constituye una violación de los derechos humanos de las niñas, los niños, las adolescentes y los adolescentes.

La utilización de personas menores de edad en actividades sexuales puede ser hecha por una o varias personas que pueden ser de la misma nacionalidad o extranjeras. Se puede definir de la siguiente manera:

- Es una forma de violencia sexual que considera a las niñas, los niños, las adolescentes y los adolescentes como mercancía u objetos que pueden ser vendidos o intercambiados.
- Es un atentado contra los derechos fundamentales de las niñas, los niños, las adolescentes y los adolescentes.
- Es un arrebato de la inocencia y el ejercicio de actividades propias de las niñas, los niños, las adolescentes y los adolescentes, por el abuso, la agresión y la violencia dentro de un mundo adulto que se desentiende de la ética y la moral.
- Es una anulación del proyecto de vida del las niñas, los niños, las adolescentes y los adolescentes, al constituirse en un colapso psicossomático que genera una gran frustración.

Relaciones sexuales a cambio de dinero u otros	Pornografía infantil	Explotación sexual en el ámbito del turismo y de los viajes
Es el acto de obtener o mediar los servicios sexuales de una niña, un niño o una adolescente, a cambio de una retribución de cualquier tipo. La utilización de los menores de edad en esta actividad se da en una situación de asimetría de poder.	Toda representación, por cualquier medio, de una niña, un niño y/o una adolescente o un adolescente dedicado a actividades sexuales explícitas, o a cualquier representación de las partes genitales con fines primordialmente sexuales.	Sucede cuando un adulto viaja dentro o fuera de su país, expresamente para utilizar sexualmente a niñas, niños o adolescentes en el lugar de destino, a cambio de dinero, comida, ropa u otros. Este tipo de explotación sexual puede ser realizada por personas nacionales o extranjeras que visitan el país o la localidad en calidad de turistas.

<sup>68</sup> Tomado de Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. (2015). *Guía de Atención a Niñas, Niños y Adolescentes Víctimas de ESNA Explotación Sexual de Niñas, Niños y Adolescentes*. Lima: Autor.

## TRATA DE PERSONAS

El Protocolo de Palermo define a la trata de personas como “la captación, transporte, traslado, acogida o recepción de personas, recurriendo a la amenaza o al uso de la fuerza u otras formas de coacción, al rapto, al fraude, al engaño, al abuso de poder o de una situación de vulnerabilidad o a la concesión o recepción de pagos o beneficios para obtener el consentimiento de una persona que tenga autoridad sobre otra, con fines de explotación. Esa explotación incluirá, como mínimo, la explotación de la prostitución ajena u otras formas de explotación sexual, trabajos o servicios forzados, la esclavitud o las prácticas análogas a la esclavitud, la servidumbre o la extracción de órganos”.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: "Me cuido y me protejo de la violencia sexual y la trata"
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.

### Desarrollo

- **Me acerco al tema**
  - Estimula a observar las imágenes de los dos casos que se presentan: el caso de Antonia (caso 1) y el caso de Laura y Chana (caso 2). Brinda el tiempo necesario para que terminen de leer la historia de Laura y Chana.
  - En plenaria promueve el diálogo con base en las preguntas de la sección: “Me pregunto y comparto”. Fomenta la participación y anota sus aportes.
- **¿Qué conozco?**
  - Indica que van a retomar el caso de Antonia, identifica si en las respuestas brindadas en plenaria ha surgido “violencia sexual”, de no ser así, resalta y esclarece que lo vivido por Antonia es un tipo de violencia sexual conocida como acoso o acoso sexual.
  - Luego dales el tiempo necesario para que completen la información, sobre el caso de Laura y Chana; recoge sus aportes considerando las interrogantes planteadas:
    - ¿Cómo ha continuado esta historia? ¿Qué piensan que les puede suceder a Laura y Chana si se suben a ese carro?
    - ¿Cómo llamarían a la situación que podrían vivir Laura y Chana si fueran engañadas y tomadas para comercio 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

- Resalta las respuestas que surjan para llamar a la situación “explotación sexual” y “trata de personas”, de no ser así refuerza y esclarece:

Lo que le ha sucedido a Laura y a Chana es una modalidad de **explotación sexual** de niñas, niños y adolescentes que se llama **trata de personas**<sup>69</sup>: “Es un grave delito que consiste en la captación, transporte, traslado, acogida o retención de personas, haciendo uso de la fuerza, rapto, engaño, chantaje o de una situación de vulnerabilidad con fines de explotación”.

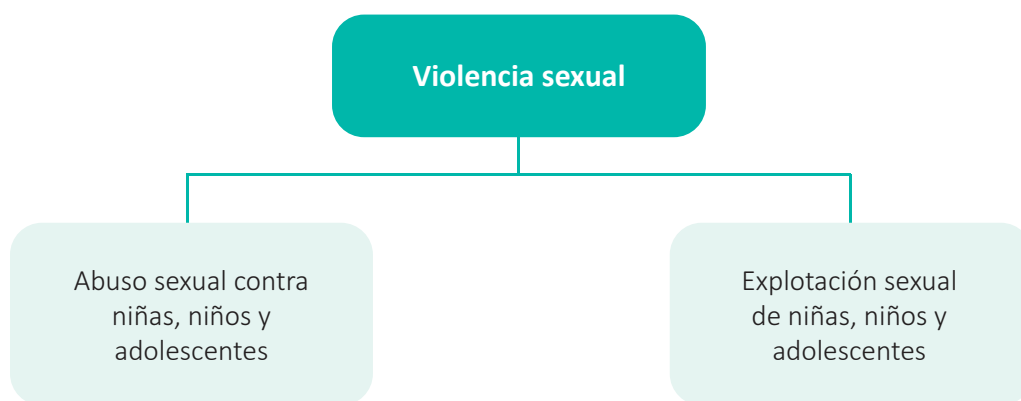
Las principales modalidades de trata son las siguientes:

**1. Sexual:** prostitución, pornografía, explotación sexual comercial en el ámbito del turismo

**2. Laboral:** actividades agrícolas, industria minera, tala ilegal, trabajo doméstico, clubes nocturnos

**3. Otras:** mendicidad, embarazos forzados, tráfico de órganos, venta de niñas, niños y adolescentes.

Y refuerza que existen dos tipos de violencia sexual: el abuso sexual y la explotación sexual.



- Luego de esclarecer los casos 1 y 2, promueve la formación de grupos de trabajo con una dinámica para responder a las preguntas planteadas en el cuaderno de trabajo en la sección "Conversamos en grupo". Céntrate en la realidad y en la diferencia entre abuso o violencia sexual y explotación sexual.
- Da las instrucciones para que respondan las preguntas y anoten sus respuestas en un papelote. Promueve la participación de todos los grupos.
- En plenaria recoge los aportes y resalta las respuestas brindadas; identifica las consecuencias físicas, psicológicas y sociales en cada grupo.
- Luego, invítalos a revisar su cuaderno de trabajo y el cuadro que expone lo siguiente:

<sup>69</sup> Tomado de MIMP. (2013). *Guía para las instituciones educativas frente a la explotación sexual de niños, niñas y adolescentes*. Lima: Autor.

## CONSECUENCIAS DE LA VIOLENCIA SEXUAL DE NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES

La explotación sexual implica un grave deterioro en el desarrollo físico, mental y social de las personas afectadas. A continuación se muestra el impacto que sufren niñas, niños y adolescentes<sup>70</sup>:

### FÍSICAS

- Embarazos no deseados
- Infecciones de transmisión sexual (ITS)
- Envejecimiento prematuro
- Lesiones en los órganos sexuales

### PSICOLÓGICAS

- Trastornos de conducta
- Miedos
- Ansiedad
- Baja autoestima
- Depresión
- Trastorno de estrés postraumático,
- Pérdida del sentido y el proyecto de vida
- Dependencia a drogas o alcohol
- Problemas de atención y concentración, y
- Temor a establecer relaciones de afecto y confianza

### SOCIALES

- Estigmatización
- Discriminación
- Rechazo familiar
- Deserción escolar

- A continuación, realizas una pregunta en plenaria: **¿Cómo puedo protegerme de la violencia sexual?** Resalta sus propuestas y lee en voz alta los contenidos del cuaderno que dan respuesta a esta pregunta.
- Enfatiza la importancia de atender sus emociones. Coméntales que cuando estén en alguna situación de peligro, lo que van a sentir es incomodidad, inquietud, miedo, angustia o rechazo. Todas las emociones que nos indica si la relación con otras personas nos hace bien o mal.
- Refuerza la importancia de ser asertivos (saber decir "¡No!") y de recordar y comunicar a sus compañeros la estrategia NAC.
- A continuación, preguntas para afirmar lo aprendido en plenaria: ¿y cómo puedo protegerme de la trata? Para ello, invítalos a leer juntos las propuestas de su cuaderno de trabajo y comentar cada una.
- Finalizada la lectura conjunta de cómo pueden protegerse de la trata, propones que trabajen de manera personal ideas valiosas en su cuaderno de trabajo.
- A continuación, propón que **frente a las diversas situaciones de violencia sexual es necesario** y de vital importancia **contar con una red de ayuda**.
- Motiva a que completen el cuadro que tienen en su cuaderno de trabajo. Se trata de que identifiquen en los distintos ámbitos personas de su confianza e instituciones a donde acudirían en caso les suceda una situación de violencia sexual.

<sup>70</sup> Tomado de Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. (2013). *Guía para las instituciones educativas frente a la explotación sexual de niños, niñas y adolescentes*. Lima: Autor.

- Luego de que han llenado el cuadro con la red de ayuda, invita a revisar su cuaderno de trabajo, puedes proponer personas voluntarias para leer la información sobre dónde acudir ante una situación de violencia sexual:
- A continuación, promueve la formación de grupos para conversar en relación con lo siguiente:
  - ¿Conocen casos como los de Antonia o de Laura y Chana?
  - ¿Cómo se pueden evitar? ¿Qué podemos hacer para evitarlos?
  - ¿A qué instituciones puedes llamar o acudir en caso de que te encuentres en una situación de violencia sexual?
- Luego del tiempo necesario para el intercambio en grupos, invita a que cada grupo exponga sus conclusiones. Es importante atender a sus respuestas; refuerza con la información de a quienes pueden acudir. Recoge y refuerza los aportes en relación con qué pueden hacer.

### ● **Valoro lo que aprendí**

- En los mismos grupos de trabajo pídeles que revisen la lectura e intercambien sus respuestas sobre los casos de Pepita y Richard, con base en las preguntas planteadas. Indica que cada grupo presentará sus conclusiones en plenaria.
- Finalizado el tiempo necesario, recoge los aportes de los grupos identificando los sentimientos de Pepita y Andrés, y si reconocen que son situaciones de explotación sexual. Anota sus aportes de cómo se pueden evitar.
- Invita a prepararse para enfrentar situaciones de violencia sexual completando el cuadro que expone situaciones a las que ellos deben responder asertivamente.
- A continuación, es importante que anoten el nombre de tres personas de su confianza a las cuales les contarían situaciones de peligro.

### Cierre

#### ● **Me comprometo**

- Promueve el completar los compromisos de la sesión en su cuaderno de trabajo.
- Felicita a todos por el trabajo realizado.

### ■ **Recursos complementarios para esta actividad**

#### **Videos informativos para adolescentes:**

- QUE LA TRATA NO TE ATRAPE: <https://www.youtube.com/watch?v=aTzvfWBECS>
- SOMOS LIBRES, SEÁMOSLO SIEMPRE: <https://www.youtube.com/watch?v=3FxAOVJpSil>



## Actividad 9

# Reconozco y rechazo todas las formas de violencia de género

### Lectura complementaria

#### Violencia basada en el género

El Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables define la violencia basada en el género como;

Cualquier acción o conducta, basada en el género y agravada por la discriminación proveniente de la coexistencia de diversas identidades (raza, clase, identidad sexual, edad, pertenencia étnica, entre otras), que cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico a una persona, tanto en el ámbito público como en el privado. **Se trata de aquella violencia que ocurre en un contexto de discriminación sistemática contra la mujer y contra aquellos que confrontan el sistema de género**, sea al interior de las familias o fuera de ellas, al margen de su sexo, que no se refiere a casos aislados, esporádicos o episódicos de violencia, sino que están referidos al sistema de género imperante, que remite a una situación estructural y a un fenómeno social y cultural **enraizado en las costumbres y mentalidades de todas las sociedades y que se apoya en concepciones referentes a la inferioridad y subordinación de las mujeres y la supremacía y poder de los hombres.** (MIMP 2016c)

Esto hace referencia a un sistema de género que sostiene las desigualdades entre hombres y mujeres, y que estaría sostenido por las diversas expresiones de violencia contra la mujer. Existe entonces una situación estructural, presente en las formas de pensar, que se reflejan en las actitudes, y se transmiten desde las prácticas de crianza, en las relaciones y en las costumbres que sostienen la supremacía y el poder de los hombres.

Se reconocen diferentes tipos de violencia contra las mujeres: en la relación de pareja y en todos los ámbitos en los que se encuentra (la familia, donde estudia: la escuela, instituto o universidad, la calle, el lugar donde trabaja, redes sociales virtuales, asociaciones políticas o civiles, entre otras). Y nos referimos a la violencia sexual, el acoso sexual en el trabajo o en la calle en los medios virtuales, entre otras formas de violencia, que se revisan en los cuadernos de trabajo.

También se reconoce la violencia por prejuicio, dirigida a quienes no cumplen con los estándares, del comportamiento de un hombre o una mujer, esperados por la sociedad. En estos documentos solamente haremos referencia al acoso escolar o violencia homofóbica, entendida esta como “una actitud de rechazo hacia quienes ponen en cuestión, con sus discursos, sus prácticas o sus expresiones, los roles de género o las expectativas sociales asociadas a estos roles” (Cuba y Osorio 2017). No es necesario para determinar este tipo de violencia, esclarecer la orientación de la víctima, pues la violencia se ejerce desde la visión prejuiciosa del agresor.

Un principio de la educación peruana, consagrado en la Ley General de Educación y el Proyecto Educativo Nacional, es el de universalidad y no discriminación. Asimismo, la perspectiva de derechos humanos reconoce igualdad de trato para todas las personas sin distinciones.

En ese sentido, no se pretende que la escuela indague sobre las expresiones o conductas sexuales de sus estudiantes, sino que garantice que esta sea un lugar seguro, más allá de las percepciones (fundadas o no) del comportamiento, orientaciones o preferencias de sus miembros, siempre que estas se den, en un marco de respeto, no discriminación y no violencia.

Si convenimos que todos los estudiantes son personas, y por tanto tienen los mismos derechos, más allá de que su forma de vestir o hablar pueda ser juzgada como más o menos masculina o femenina según los estándares culturales de nuestro entorno, entonces debemos rechazar toda forma de violencia o acoso escolar, sin importar las justificaciones que puedan hacer los agresores.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Reconozco y rechazo todas las formas de violencia de género”
- **¿Qué aprenderé?**  
Invita a un estudiante a leer en voz alta los objetivos de esta actividad. Aclara las dudas que tengan.

### Desarrollo

- **Me acerco al tema**
  - Invita a tus estudiantes a leer la noticia que se presenta en esta sección y a comentar lo que ocurre en ella. Indícales que dialoguen en parejas sobre las interrogantes de la sección “Me pregunto y comparto” (sobre el ciberacoso).
- **¿Qué conozco?**
  - Organiza a tus estudiantes en grupos por afinidad y pídeles que observen las imágenes a la izquierda de la página y los nombres de formas de violencia, que están a la derecha de la página. Deben decidir cuál es el nombre de cada tipo de violencia según lo que muestra cada imagen y colocarle el número en el círculo de la opción que han elegido.
  - En plenaria, pide varios voluntarios para contestar cada punto de la sección “Conversamos en grupo”. Aclara, profundiza y responde a las preguntas que puedan hacerte al respecto.
- **Mis nuevos aprendizajes**
  - Invita a tus estudiantes a revisar la información que se presenta en esta sección sobre la violencia basada en el género. Como es información nueva y compleja, puedes utilizar técnicas como lectura compartida, lectura en grupos y otras que te permitan monitorear la comprensión de la información.
  - Luego que terminen de revisar los diferentes tipos de violencia de género y algunas recomendaciones sobre lo que pueden hacer al respecto, (deben leer y revisar 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 recuadro “Conversamos en grupo”. Motívalos a compartir sus respuestas en el aula. Aclara, profundiza y responde a las preguntas que puedan hacerte sobre el tema. Para ello **es importante que previamente investigues que instituciones y servicios para denunciar o pedir asesoría existen y donde se encuentran (dirección), a que distancia de la IE, para poder brindarles información real y completa al respecto.**
  - Finalmente, invítalos a revisar las “ideas valiosas” o a leerlas en voz alta. Puedes completar o reforzar las ideas valiosas con los aportes de tus estudiantes o con algunas ideas tuyas o las que puedas rescatar de la lectura complementaria “**Violencia basada en el género**”.
- **Valoro lo que aprendí**
  - Invita a tus estudiantes a realizar, de forma individual, el ejercicio que se plantea en esta sección. Y socialicen, profundizando en las opciones que tienen las personas para hacer valer sus derechos, protegerse y evitar la violencia de género.

## Cierre

### ● Me comprometo

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

### ■ Recursos complementarios para esta actividad

En "Valoro lo que aprendí", las estudiantes y los estudiantes pueden elaborar en grupos afiches para prevenir una o más de las formas de violencia aquí revisadas.  
En "Me comprometo", puedes organizar una campaña o marcha de sensibilización sobre una o más de las formas de violencia aquí revisadas.

## Actividad 10 Mejoro mi forma de estudiar

### ■ Lectura complementaria<sup>71</sup>

#### Organización del estudio

La organización del tiempo y las tareas resulta un factor clave para estudiar mejor. Es muy importante elaborar un calendario, fijar metas y objetivos o crear un plan para afianzar lo trabajado en el colegio, integrarlo a las actividades cotidianas y así reforzar a diario los conocimientos.

Algunos consejos para organizar y planificar el tiempo de estudio pueden ser:

#### 1. Apuntar las fechas clave en una agenda

Es importante anotar y tener presente las fechas importantes asociadas con el estudio, por ejemplo: los periodos de clases y el tiempo de vacaciones, las fechas de exámenes, los días en que se deben presentar proyectos o trabajos, etc. De esta forma podrás organizar tu tiempo para cumplir con las responsabilidades en las fechas previstas.

#### 2. Fijar objetivos diarios

Planifica tu tiempo cada día. Para ello, establece las actividades o tareas que quieres acabar cada día, y anota qué deberás hacer para lograrlo. Da prioridad a los temas urgentes, pero dedica también un tiempo de estudio para revisar los contenidos de cada asignatura. Incorpora en tu plan del día actividades cotidianas y de trabajo familiar y comunal.

#### 3. Establecer un horario

Es recomendable que estudies todos los días a la misma hora, para establecer una rutina y acostumbrarte a cumplir los objetivos diarios. En ese tiempo que dedicas a estudiar, realiza primero las actividades o los trabajos de entrega más próxima y después estudia o repasa otros temas tratados en el colegio. Entre una actividad y la siguiente es recomendable un descanso de cinco minutos.

#### 4. Repartir el tiempo de estudio para cada asignatura

Para organizarte de manera más eficaz, debes establecer más tiempo para las materias más complejas, aquellas que te cuestan más o que exigen más trabajo de comprensión. Puedes comenzar por las tareas más complicadas, ya que estarás menos cansado, y dejar lo más sencillo para el final.

<sup>71</sup> Adaptado de Banegas, P. (2017). *La planificación y organización del tiempo en el estudio* [web]. Recuperado de <http://www.infotecarios.com/planificar-tiempo-estudio/#.W7X5OmhKjIU>

## 5. Ser constante

La mejor manera de mejorar la planificación y organización del estudio es perseverar. Así que, aunque al principio te resulte complicado, estudia todos los días, trata de cumplir las metas que te hayas marcado y respeta los horarios. Pero si un día no puedes cumplir las horas o no llegas a revisar todos los contenidos marcados, no te preocupes ni te desanimes; reajusta la planificación y retómala con nuevas fuerzas al día siguiente.

## Orientaciones metodológicas para la sesión de Tutoría

### Inicio

- Da la bienvenida a tus estudiantes y presenta la actividad que van a desarrollar: “Mejoro mi forma de estudiar”.

- **¿Qué aprenderé?**

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

### Desarrollo

- **Me acerco al tema**

- Invita a tus estudiantes a observar lo que les sucede a Carmen y a Tomás. Coméntales sobre alguna situación parecida que hayas vivido, acoge sus opiniones y anímalos a contar situaciones similares que hayan vivido en su casa.
- Luego pídeles que, en parejas, revisen y respondan a las interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto” intentando que descubran por qué no logramos cumplir con lo que nos proponemos o planificamos. Invita a algunos voluntarios a comentar sus reflexiones ante todos.

- **¿Qué conozco?**

- Píde a tus estudiantes que observen la situación que se presenta al inicio de esta sección y lean el comentario sobre lo que le ocurre a Tomás e indícales que sean autocríticos para evaluar cómo se organiza cada uno de ellos para cumplir con sus obligaciones y con el estudio respondiendo las interrogantes planteadas.
- Indícales que en parejas o grupos de confianza pueden compartir sus respuestas y también las dos siguientes interrogantes del recuadro “Me pregunto y comparto”. En relación con la segunda pregunta, coméntales sobre la importancia de la autodisciplina y el autocontrol que se traduce en ser capaces de postergar la gratificación para concentrarse en lo que se tiene que hacer. Háblales también sobre la perseverancia. Asimismo, recomiéndales empezar por las tareas que más tiempo demandan o con las que tienen más dificultad, automonitorear su trabajo y desarrollar su sentido de responsabilidad. Señálales que estudiar en un lugar ordenado también puede ayudar.
- Pídeles que identifiquen aquello que les ayuda cuando estudian en casa o en el colegio para lograr sus metas en el estudio.

- **Mis nuevos aprendizajes**

- Invita a tus estudiantes a revisar la información que se presenta en esta sección, acerca de lo que significa ser autónomos en el estudio. También deben revisar lo que les sucede a Rafael y a Catalina. Invítalos a escribir con sus propias palabras, en el siguiente recuadro, las acciones que pueden realizar para lograr metas en sus estudios. Píde que algunos voluntarios los compartan con todos.

- Posteriormente y en los mismos grupos, pide para que reflexionen juntos sobre las interrogantes del recuadro “Conversamos en grupo”.
- Luego, diles que revisen la información sobre cómo se siente Marcelina cuando debe dar un examen, que también se presenta en esta sección. Indícales que reflexionen juntos sobre los consejos que se plantean y que comenten si ellos también tienen otros consejos para compartir con el grupo.
- Finalmente, invítalos a revisar las ideas que se presentan en el recuadro “Ideas valiosas”, al final de esta sección. Puedes proponer alguna otra idea, como la del texto que se encuentra al inicio de las orientaciones para esta actividad: “Organización del estudio”, u otras de tus estudiantes.

### ● **Valoro lo que aprendí**

- Invita a tus estudiantes a elaborar su propio horario para organizar su tiempo de estudio, actividades cotidianas y tiempo libre.
- Organiza una plenaria para mostrar sus horarios, comentarlos y que cada uno pueda enriquecer el suyo con ideas de los demás.
- Luego, invítalos a elaborar un plan de estudios para mejorar su aprendizaje que incluya: **problemas para estudiar** y **cómo resolverlos**.

### Cierre

#### ● **Me comprometo**

- Invita a cada estudiante a escribir sus compromisos personales para lograr organizar mejor su tiempo, su espacio y su forma de estudiar.
- Culmina esta sesión mencionando las ideas más importantes que surgieron de las reflexiones hechas por tus estudiantes. Puedes enriquecerlas con tus propias reflexiones. Escríbelas en la pizarra o en un papelote y colócalo en un lugar visible del salón.

### ■ **Recursos complementarios para esta actividad**

En la sección “**Mis nuevos aprendizajes**”, invita a tus estudiantes a hacer dibujos sobre cómo sería su espacio ideal para estudiar: qué características debe tener, qué cosas debe haber, dónde debe estar cada cosa, etc. Realicen una exposición de los dibujos elaborados y, entre todos, hagan una representación real de cómo sería este espacio, utilizando los elementos que encuentren en el colegio.

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

#### Líneas telefónicas de ayuda

- Teléfono ANAR 0800-2-2210  
Brinda orientación y consejería psicológica, jurídica y social a niñas, niños y adolescentes en riesgo.

#### Instituciones de ayuda

- Sistema Especializado en Atención de Casos sobre Violencia Escolar (SíseVe): <http://www.siseve.pe>
- Centros Emergencia Mujer: [www.mimp.gob.pe](http://www.mimp.gob.pe)
- Defensorías del Niño y del Adolescente: <http://www.mimp.gob.pe/webs/mimp/dgna/dna/directorio/index.htm>
- Programa Nacional Contra la Violencia Familiar y Sexual (PNCVFS): <https://www.mimp.gob.pe/contigo/contenidos/pncontigo/articulos.php?codigo=3>

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)

#### ¿A dónde acudir si vivimos o sabemos de 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.

- **SíseVe (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 SíseVe podrá ver tus datos. Anima a tu director o directora a que afilie a tu colegio al SíseVe.
- **Línea telefónica gratuita del Ministerio de Educación (0800-76-888).** 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).** 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 a través de 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 Contra la Violencia Familiar y Sexual (PNCVFS) 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 que atiende las 24 horas del día.

## Referencias bibliográficas

1. Aramburú, C. (2017). *Hogares y familias en el Perú: Cambios y retos*. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú.
2. Asociación Kallpa y Pontificia Universidad Católica del Perú. (2008). *Habilidades para convivir mejor* [curso a distancia dirigido a personas que trabajan con adolescentes o jóvenes]. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú.
3. Banegas, P. (2017). *La planificación y organización del tiempo en el estudio*. Recuperado de <http://www.infotecarios.com/planificar-tiempo-estudio/#.W7X5OmhKjIU>
4. Benites, T. (2010). Perú: *Interculturalidad y cosmovisión andina*. Servindi. Recuperado de <https://www.servindi.org/actualidad/29186>
5. Berlinerblau, V. (2016). *Abuso sexual contra niños, niñas y adolescentes: Una guía para tomar acciones y proteger sus derechos*. Buenos Aires: Unicef.
6. Briceño-León, R. (2014). *De la participación comunitaria a la participación social: Un enfoque de Ecosalud*. *Espacio abierto*, 23(2), pp. 191-218.
7. Calle, Franco; Matos, Paulo y Orozco, Reagan (2016). *Versión resumida de la investigación: Violencia, Escuelas y desempeño educativo: formas y consecuencias de ser víctima de violencia en la etapa escolar*. Concurso Anual de Investigación CIES de la PUCP.
8. Cambios en la pubertad y adolescencia. (s. f.). *Informajoven*. Recuperado de [http://www.informajoven.org/info/salud/k\\_7\\_7.asp](http://www.informajoven.org/info/salud/k_7_7.asp)
9. CARE Internacional y Avina (enero de 2012). Programa Unificado de Fortalecimiento de Capacidades. *Módulo 3: Organización comunitaria*. Material de Trabajo. Cuenca, Ecuador.

10. Centro de estudios sociales y publicaciones. (1999). *Educamos para la vida. Guía para la prevención del abuso sexual infantil desde la escuela*. Lima: Autor.
11. P. (2017). *Violencia escolar y desarrollo de habilidades socioemocionales de estudiantes de secundaria de instituciones educativas de distritos con mayor índice de violencia de lima metropolitana*. (tesis de maestría). Lima: UPCH.
12. Cuba, L. y Osores, T (2017). *La violencia homofóbica en la escuela peruana y sus particularidades respecto a otros tipos de violencia escolar: Una exploración cuantitativa*. *Revista Peruana de Investigación Educativa*, (9), pp. 139-169.
13. Defensoría del Pueblo. (2018). *Supervisión Defensorial a los Servicios de Salud Diferenciados para la Atención Integral a Adolescentes* (versión amigable). Lima: Autor
14. ECPAT International. (2011). *Manual y guía de actividades para educadores de nivel secundario. Género, Sexualidad, Violencia y Prevención de la Explotación Sexual Comercial de Niños, Niñas y Adolescentes*. S. l.: Autor. Recuperado de <http://www.ecpat.org/wp-content/uploads/legacy/Manual%20Y%20Guia%20de%20Actividades%20Para%20Educadores%20de%20Nivel%20Secundario.pdf>
15. En qué consiste la comunicación asertiva. (S. f.). *Psicoactiva. Mujer hoy*. Recuperado de <https://www.psicoactiva.com/blog/consiste-la-comunicacion-asertiva/>
- 16.. Fundación Cultura y Salud. (2013). *Talleres sobre sexualidad, paternidad y cuidado con hombres jóvenes. Manual con perspectiva de género y masculinidades para facilitadores y facilitadoras* (p. 140). Santiago de Chile: Autor.
17. Gobierno de Mendoza. (2014). *Guía básica: educación sexual integral*. Buenos Aires: Autor.
18. Gracia, E., y Musitu, G. (2000). *La (in)definición de la familia*. En *Psicología social de la familia*. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica S. A.
19. Hornos, J., Lema, B. y Mosquera, I. (2017). Estilos de aprendizaje: Clasificación sensorial y propuesta de Kolb. *Fundación UNIR*. Recuperado de <https://www.unir.net/educacion/revista/noticias/estilos-de-aprendizaje-clasificacion-sensorial-y-propuesta-de-kolb/549201749973/>
20. Iglesias, M. (2005). *Me conozco, me quiero, me cuido. Actividades para el desarrollo de habilidades de autocuidado*. Lima: CESIP.
21. Instituto Peruano de Evaluación, Acreditación y Certificación de la calidad de la Educación Básica. (2011). *Ruralidad y Escuela. Apuntes para la acreditación de Instituciones Educativas en áreas rurales*. Lima: Autor.
22. Introducción [entrada de blog]. (s. f.). *Filosofía del buen vivir*. Recuperado de <http://filosofiadeldelbuenvivir.com/buen-vivir-2/blog/>
- 22.. Instituto Nacional de las Mujeres. (2015). *Guía para la educación integral de la sexualidad para fortalecer los consejos técnicos escolares de la educación básica* (p. 52). Chihuahua: Instituto Chihuahuense de la Mujer. Recuperado de <https://bit.ly/2VG6J4T>
- 23.. Kallpa. (2018). *Me acompaños a aprender*. Lima: Autor
24. Manrique, N. (2005). *Territorio y Nación: La difícil construcción de la comunidad nacional*. Lima: PUCP.
25. Massa, J. y otros. (2011). La definición de amor y dependencia emocional en adolescentes de Mérida. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 14 (3), 176-193.



26. Ministerio de Desarrollo Social. (s. f.). *Estrategia Nacional para la Igualdad de Género 2030*. Recuperado de [http://www.inmujeres.gub.uy/innovaportal/file/93961/1/estrategia-nacional-para-la-igualdad-de-genero\\_web.pdf](http://www.inmujeres.gub.uy/innovaportal/file/93961/1/estrategia-nacional-para-la-igualdad-de-genero_web.pdf)
27. Ministerio de Educación del Perú. (2017). *Escuelas seguras y libres de violencia: Análisis de la información de la plataforma SíseVe*. Lima: Autor.
28. Ministerio de Educación del Perú. (2016). *Lineamientos que regulan las formas de atención diversificada en el nivel de educación secundaria de la Educación Básica Regular en el ámbito rural*. Resolución de Secretaría General N.º 040 – 2016. Lima: Autor.
29. Ministerio de Educación del Perú. (2014). *Manual de Municipios Escolares. Acción por los Niños*. Lima: Autor.
30. Ministerio de Educación del Perú. (2009). *Guía para la promoción del buen trato, prevención y denuncia del abuso sexual para directores, directoras y docentes*. Lima: Autor.
31. Ministerio de Educación del Perú (2008). *Lineamientos educativos y orientaciones pedagógicas para la educación sexual integral para profesores y tutores de EBR*. Limas: Autor.
32. Ministerio de Educación del Perú. (2007). *Programa curricular del nivel secundaria*. Aprobado mediante Resolución Ministerial N.º 281-2016-ED. Modificado mediante RM N.º 159-2017-ED. Lima: Autor.
33. Ministerio de Educación del Perú. (2005). *Tutoría y orientación educativa en la educación secundaria*. Lima: Autor.
34. Ministerio de Educación del Perú y Banco Mundial. (2013). *Estudiantes sanos, seguros y felices: el rol del clima escolar y las habilidades socioemocionales*. Lima: Autor.
35. Ministerio de Educación del Perú y Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. (s. f.). *Prevención de la violencia familiar y sexual, embarazo en adolescentes y trata de personas con fines de explotación sexual de niñas, niños y adolescentes. Sesión 9: Rompiendo mitos sobre la violencia sexual. Tutoría y Orientación Educativa*. Lima: Autor.
36. Ministerio de Educación. (2017). *Desenrollando la madeja de la impunidad: Rutas de acceso a la justicia en casos de violencia sexual contra niñas y adolescentes en zonas rurales y multiculturales de la provincia de Condorcanqui, Amazonas. Estudio de una comunidad nativa awajun del Río Santiago*. Lima: Autor.
37. Ministerio de Educación. (2008). *Lineamientos para una educación sexual integral*. Documento de Trabajo Dirección de Tutoría y Orientación Educativa.
38. Ministerio de Educación. (2016). *Currículo Nacional de la Educación Básica*. Lima: autor. Recuperado de <http://repositorio.minedu.gob.pe/handle/123456789/4551>
39. Ministerio de Educación. (2017). *Desenrollando la madeja de la impunidad: Rutas de acceso a la justicia en casos de violencia sexual contra niñas y adolescentes en zonas rurales y multiculturales de la provincia de Condorcanqui, Amazonas*. Estudio de una comunidad nativa awajún del Río Santiago. Lima: Autor.
40. Ministerio de Educación. (2013) Paz Escolar: *Estrategia Nacional contra la Violencia Escolar (2013-2016)*. Lima: Autor.
41. Ministerio de educación. (2018) *Lineamientos para la gestión de la convivencia escolar, la prevención y la atención de la violencia contra niñas, niños y adolescentes*. Lima: Autor.

42. Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. (2016a). *Violencia Basada en Género: Marco conceptual para las políticas públicas y la acción del estado*. Lima: Autor.
43. Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. (2016b). *Quiéreme sin violencia: Prevención de la violencia en el enamoramiento*. Lima: Autor.
44. Ministerio de Salud. (s.f.). "Conociendo los Métodos Anticonceptivos" recuperado de <https://www.minsa.gob.pe/Especial/2015/planificacion/index.asp?pag=35>
45. Ministerio de Salud. (2016). *Norma Técnica de Salud de Planificación Familiar*. Lima: Autor.
46. Ministerio de Salud. (2019). *Norma Técnica de Salud para la Atención Integral de Salud de Adolescentes 2019*. Lima: Autor.
47. Ministerio de Cultura. (2016). *Propuesta de Estrategia de Conocimientos Tradicionales de los Pueblos Indígenas en el Perú*. Documento de trabajo. Lima: Autor.
48. Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. (2016c). Decreto Supremo N° 008-2016- que aprueba el "Plan Nacional Contra la Violencia de Género 2016 - 2021". Lima, 26 de julio de 2016
49. Montero, A. (29 noviembre de 2016). *¿Cómo desarrollar el pensamiento crítico? Consejos para saber por dónde empezar*. AIKA. Recuperado de <http://www.aikaeducacion.com/consejos/8-consejos-desarrollar-pensamiento-critico/>
50. Muñoz, A. (2006). Igualdad de género e infancia. *Centro de Colaboraciones Solidarias*. Recuperado de [http://www.rel-uita.org/sociedad/igualdad\\_genero\\_infancia.htm](http://www.rel-uita.org/sociedad/igualdad_genero_infancia.htm)
51. Navarro, P. (s. f.). *Cómo controlar las emociones: 10 técnicas que funcionan*. *Habilidad Social*. Recuperado de <https://habilidadesocial.com/como-controlar-las-emociones/>
52. Organización Mundial de la Salud. (S/f). VIH/sida [entrada en página web]. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/hiv-aids>
53. Pablo, F. (2001). *La organización estudiantil: una posibilidad de participación ciudadana*. Lima: Asociación de publicaciones educativas. Recuperado de [https://tarea.org.pe/wp-content/uploads/2016/09/Flor\\_Pablo\\_La\\_Organizacion\\_Estudiantil.pdf](https://tarea.org.pe/wp-content/uploads/2016/09/Flor_Pablo_La_Organizacion_Estudiantil.pdf)
54. Peña, A. (2014). Los conflictos socio-ambientales y socio-culturales en el Perú comprendidos desde la teoría del Derecho. *Derecho y sociedad*, (42), pp. 129-135.
55. Pezo, R. (2007). *Diversidad cultural en la Amazonía Peruana*. Recuperado de <https://www.aiu.edu/publications/student/spanish/Diversidad-Cultural-en-la-Amazonia-Peruana.htm>
56. Pliego, F. (2013). *Tipos de familia y bienestar de niños y adultos: El debate cultural del siglo XXI en 13 países democráticos*. México DF: Universidad Nacional Autónoma de México.
57. PerúEduca, MINEDU (2017) Salud Sin Límites Fotonovela "La decisión de vivir"
58. Quispe, A. (2011). *La interculturalidad en debate en el Perú*. Entrevistas a Gonzalo Portocarrero, Fidel Tubino y Nelson Manrique. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú.
59. Ravelo, C. (s. f.). *Manual de autoformación: fortaleciendo el desarrollo personal del tutor*. Lineamientos del Modelo Secundaria Tutorial. Documento de trabajo del Minedu. Lima: Autor.
60. Rico, N. (1996). *Violencia de Género: Un problema de derechos humanos*. S. l.: CEPAL.
61. Ruiz-Bravo, P. (s. f.). *Una aproximación al concepto de género*. Recuperado de <https://imas2010.files.wordpress.com/2010/06/texto-genero-defensoria1.pdf>

62. Sierra, M. (2001). Conflicto cultural y derechos humanos: en torno al reconocimiento de los sistemas normativos indígenas. *Rebelión*. Recuperado de [http://www.rebellion.org/hemeroteca/cultura/conflicto\\_cultural280601.htm](http://www.rebellion.org/hemeroteca/cultura/conflicto_cultural280601.htm)
63. Secretaría de Educación Pública. (2012). Educación integral de la sexualidad. *Formación para maestras y maestros de Educación Básica. Manual para la maestra y el maestro*. Nivel Secundaria. México D. F.: Autor. Recuperado de <https://bit.ly/34MJ47d>
64. Sternberg, R. J. (1988). *El triángulo del amor: intimidad, pasión y compromiso*. S. l.: Paidós Ibérica.
65. Torres, N. (2008). *La participación en las comunidades rurales: abriendo espacios para la participación desde la escuela*. *Educare*, 12, pp. 115-119.
66. UNESCO. (2015). *Emerging evidence, lessons and practice in comprehensive sexuality education. A global review*. Paris: UNESCO.
67. UNESCO. (2018). *Orientaciones técnicas internacionales sobre educación en sexualidad. Un enfoque basado en la evidencia*. Nueva York, USA: Autor. Recuperado de <https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/265335spa.pdf>
68. UNICEF (2012). *¿Conoces tus derechos? Convención de los Derechos del Niño* (versión resumida). S. l.: Autor.
69. UNFPA (2013). *Maternidad en la niñez: Enfrentar el reto del embarazo en adolescentes*. S. l.: Autor.
70. UNFPA. (2013). *Diagnóstico del estado del arte en educación integral de la sexualidad en América Latina y el Caribe* [diapositivas]. Material de trabajo.
71. UNFPA (2014). *Directrices operacionales del UNFPA para la educación integral de la sexualidad*. Nueva York: Autor. Recuperado de <https://bit.ly/2yjZbgl>
72. UNFPA. (S/f). *10 mitos sobre sexualidad*. Buenos Aires: Autor.
73. UNFPA y Plan Internacional. (2019). *Las adolescentes peruanas en matrimonio o unión temprana: Tradiciones, desafíos y recomendaciones*. Lima: Autor.
74. Unfpa y Plan Internacional. (2019). *Las adolescentes peruanas en matrimonio o unión temprana: tradiciones, desafíos y recomendaciones*. Lima: Autor.
75. Valero, J., Pérez, N. y Delgado, B. (2007). Desarrollo psicológico, intelectual y social en la adolescencia. En N. Pérez e I. Navarro (editores), *Psicología del desarrollo humano: del nacimiento a la vejez* (pp. 231-259).

## 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.

### **Coacción**

Fuerza o violencia física o psíquica que se ejerce sobre una persona para obligarla a decir o hacer algo contra su voluntad.

### **Conductas protectoras 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 protectoras o de autocuidado.

### **Costumbres**

Son hábitos o tendencias adquiridos por la práctica frecuente de actos. 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.

### **Cultura**

Es el conjunto de conductas que caracterizan a un grupo, una comunidad, un pueblo, una época, etc.

### **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.

### **Emociones**

Son las reacciones físicas (en el cuerpo) y psicológicas (en la mente) que representan la forma en la que los seres humanos se adaptan a los estímulos que reciben de su entorno. Toda emoción es gatillada por un suceso o evento; es rápida y generalmente la podemos percibir. La alegría, la ira, el miedo y la cólera son ejemplos de emociones.

### **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 hombres y mujeres. Por ejemplo, cómo comportarse, cómo se deben relacionar, qué se espera de ellas y ellos. Estos papeles cambian a lo largo de la historia entre distintas culturas y sociedades.

### **Identidad**

Es el conjunto de características propias de una persona, de una sociedad o de una organización que los diferencian de otras.

### **Identidad sexual**

Es la forma en que una persona se identifica como hombre o mujer, su forma de sentir y sus actitudes con relación a su sexualidad.

### **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.

### **Intimidación**

Anuncio de un mal a una persona con el fin de amedrentarla o atemorizarla; presión moral o psicológica.

### **Menstruación**

También llamada *periodo* o *regla*, es un sangrado vaginal normal que ocurre en la mujer todos los meses. Se inicia en la pubertad y permite que su cuerpo se prepare para un posible embarazo. Si este no ocurre, se desprende un tejido que recubre el útero y sale del cuerpo a través de la vagina como sangre menstrual.

### **Organización estudiantil**

Consiste en la agrupación de estudiantes que, guiados por intereses y metas comunes, se organizan, planifican y ejecutan acciones en las que se motiva la participación de los miembros de su comunidad educativa.

### **Parentesco**

Es la relación que existe entre dos o más personas que tienen un vínculo familiar.

### **Principios**

Son los valores, las creencias y las normas que orientan el pensamiento o la conducta de las personas.

### **Pubertad**

Es la etapa inicial de la adolescencia, en la cual se producen cambios físicos, emocionales y sociales que marcan el final de la niñez y el inicio del desarrollo.

### **Reciprocidad**

Es una acción que nos motiva a corresponder a una persona en respuesta a algo que ella hizo por nosotros; significa dar y recibir. Por ejemplo, cuando una persona ayuda a otra es probable que reciba lo mismo de su parte como compensación o agradecimiento.

### **Respeto**

Es un valor que hace posible que una persona pueda reconocer, aceptar, apreciar y valorar los derechos del prójimo y sus cualidades. Incluye el aprecio, el reconocimiento, la honestidad y el buen trato hacia el otro.

### **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.

### **Tradicición**

Es el conjunto de valores, costumbres y creencias culturales que son transmitidos por la familia, los amigos y el colegio de generación en generación, dentro de una comunidad.

### **Vínculo**

Es la relación afectiva que une a dos o más personas.

### **Violencia**

Es el uso de la fuerza (física o psicológica) por parte de una persona (agresor) para dañar a alguien (víctima) y lograr lo que se propone contra la voluntad de esta.

### **Violencia física**

Cuando alguien hace algo para dañar el cuerpo de otra persona y le produce dolor y sufrimiento. Suele dejar marcas, como arañazos, heridas y moretones, y en ocasiones puede llevar a la muerte.

### **Violencia psicológica**

Cuando alguien trata de controlar o aislar a una persona contra su voluntad mediante gritos, insultos o humillaciones. La persona que ejerce la violencia busca atemorizar a la otra o afectar negativamente su autoestima.

### **Violencia sexual contra niñas, niños y adolescentes**

Se trata de toda acción de índole sexual realizada contra una estudiante o un estudiante menor de edad para la satisfacción de su agresor o agresora. Estos actos de tipo sexual pueden ser con o sin contacto físico. La violencia sexual puede darse por presión o coacción (amenazas, acoso o intimidación) o manipulación (por ejemplo, que el agresor entregue regalos o dinero, mejore las notas para convencer a la víctima, etc.). En el caso de menores de 14 años, aunque la relación sea aparentemente consentida por la menor o 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).



## 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.