



CAJA DE HERRAMIENTAS
PARA TRABAJAR LOS DERECHOS HUMANOS Y HABILIDADES
SOCIOEMOCIONALES EN EL PERÍODO PEDAGÓGICO DE
ACOMPañAMIENTO INTEGRAL EN EL AULA



EL NUEVO
ECUADOR ///

Ministerio
de Educación

CONTENIDO

PRESENTACIÓN.....	4
NIVEL DE EDUCACIÓN INICIAL Y SUBNIVEL DE BÁSICA PREPARATORIA	5
CONTENIDOS.....	5
RECOMENDACIONES PARA DOCENTES.....	5
FICHAS DE ACTIVIDADES.....	7
OBJETIVOS.....	7
FICHA 1: ¿Y tú cómo te llamas?	8
FICHA 2: ¿Cómo es mi cuerpo?.....	11
FICHA 3: Me expreso con mi cara y con mi cuerpo	12
FICHA 4: ¿Qué necesito para sentirme querido y seguro?.....	14
FICHA 5: Me valoro y aprecio como soy.....	16
AUTOEVALUACIÓN	17
NIVEL DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA, SUBNIVEL ELEMENTAL....	18
CONTENIDOS.....	18
RECOMENDACIONES PARA DOCENTES.....	18
FICHAS DE ACTIVIDADES.....	20
OBJETIVOS.....	20
FICHA 1: Lo que siento lo reflejo en mi rostro y en mi cuerpo.....	21
FICHA 2: Identifico las señales de la ira	22
FICHA 3: ¿Cómo me siento ante situaciones positivas o negativas?	23
FICHA 4: ¿Cómo actúo frente a las necesidades de otras personas?.....	24
FICHA 5: Reflexión y toma de decisiones.....	25
AUTOEVALUACIÓN.....	26
NIVEL DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA, SUBNIVEL MEDIA.....	27
CONTENIDOS.....	27
RECOMENDACIONES PARA DOCENTES.....	27
FICHAS DE ACTIVIDADES.....	30

OBJETIVOS.....	30
FICHA 1: Todas y todos tenemos los mismos derechos.....	31
FICHA 2: La historia de los derechos humanos de las niñas y niños	34
FICHA 3: Los derechos de las niñas y los niños del mundo	36
FICHA 4: La igualdad	37
FICHA 5: Oportunidades para todas y todos	39
AUTOEVALUACIÓN.....	40
NIVEL DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA, SUBNIVEL SUPERIOR	41
CONTENIDOS	41
FICHAS DE ACTIVIDADES.....	44
OBJETIVOS.....	44
FICHA 1: La familia	45
FICHA 2: El Micelio	47
FICHA 3: El amuleto femenino de mi clan familiar	51
FICHA 4: Igualdad de género	53
FICHA 5: El Príncipe Ceniciento.....	56
AUTOEVALUACIÓN.....	58
NIVEL DE BACHILLERATO GENERAL Y	
EDUCACIÓN PARA JÓVENES ADULTAS.....	58
CONTENIDOS	58
FICHAS DE ACTIVIDADES.....	60
OBJETIVOS.....	60
FICHA 1: Alcohol, tabaco y otras drogas.....	61
FICHA 2: Los derechos humanos y la prevención del uso de alcohol, tabaco y otras drogas en la niñez y la adolescencia.....	64
FICHA 3: Riesgos del consumo de alcohol, tabaco y otras drogas.....	65
FICHA 4: Una campaña de prevención del consumo de tabaco, alcohol y otras drogas	67
FICHA 5: Ser asertivo.....	69
AUTOEVALUACIÓN.....	70

PRESENTACIÓN

Queridos y queridas docentes:

Esta caja de herramientas tiene como finalidad presentar una serie de actividades que podrán ser utilizadas para trabajar en el período pedagógico de Acompañamiento Integral en el Aula con estudiantes de Educación Inicial, Educación General Básica y Bachillerato.

Además, esta caja de herramientas fomenta el empoderamiento personal y colectivo de los derechos de niños, niñas y adolescentes, a través de actividades que entrelazan temáticas para el abordaje de los derechos humanos y las habilidades sociales, emocionales y cognitivas priorizadas para el acompañamiento socioemocional.

La caja contiene cinco fichas de actividades por cada uno de los subniveles. Estas responden a un tópico general que contiene uno o más derechos humanos y a una o más habilidades sociales, emocionales o cognitivas. El conjunto de fichas propuestas para cada nivel o subnivel educativo presenta recomendaciones metodológicas que se fortalecen con las adaptaciones que ustedes pueden realizar para contextualizar este material a la realidad de sus instituciones educativas.

Las actividades que se presentan en esta caja de herramientas están propuestas para que la población estudiantil las realice de forma autónoma; sin embargo, de acuerdo con el nivel educativo y los contenidos tratados, su acompañamiento será indispensable.

¡Manos a la obra, comenzamos esta hermosa aventura!

NIVEL DE EDUCACIÓN INICIAL Y SUBNIVEL DE BÁSICA PREPARATORIA

CONTENIDOS

Derechos humanos	Habilidades
• Derecho a la identidad • Derecho a tener una familia y a la convivencia familiar	Cognitivas • Autoconocimiento • Toma de decisiones Sociales • Empatía • Trabajo en equipo • Relaciones interpersonales Emocionales • Manejo de emociones y sentimientos

RECOMENDACIONES PARA DOCENTES

Las actividades que se trabajarán para este grupo de estudiantes están asociadas a temas sobre la identidad y la autoestima.

Recuerden que el contexto sociocultural en el que se desarrollan las niñas y los niños es muy importante al momento de formar su identidad; en este punto, es esencial el papel de la familia en las actividades relacionadas a esta temática. Procuren involucrarla, sobre todo en aquellas fichas que se proponen para fortalecer la historia personal de cada niño y niña.

Prioricen actividades que favorezcan el reconocimiento y valoración de la cultura, tradiciones y valores de las familias. Propicien acciones para que cada niña y niño tengan confianza y seguridad en sus capacidades para actuar con iniciativa y autonomía, para aprender, para defender sus derechos y para expresar pensamientos, sentimientos y emociones.

Para abordar el primer tema, además de las actividades planteadas, ustedes pueden complementar el trabajo con las siguientes actividades:

- Mencionar su nombre en voz alta y luego nombrar fonéticamente su inicial.
- Modelar la letra inicial de su nombre con plastilina.
- Pedir a las familias que envíen un cartel con el nombre del niño o la niña.
- Hablar sobre el significado de los nombres.
- Etiquetar objetos personales con su nombre.

Para trabajar sobre el cuerpo, se sugiere como actividades adicionales las siguientes:

1. Dibujar en el patio de la escuela o el piso del aula la silueta de cada niño o niña
2. Completar las partes de la cara y del cuerpo en ilustraciones.

Para tratar el tema sobre la aceptación y seguridad, dialoguen sobre los espacios cotidianos en los que se desenvuelven las niñas y niños y permitan que expresen libremente, cómo se sienten en esos entornos. Fomenten tareas cotidianas que permitan la autonomía en los espacios que les gusta jugar y aprender.

Para trabajar los aspectos vinculados con la valoración y aceptación profundicen en el conocimiento de los gustos y preferencias de las niñas y niños, ya que de esta manera se puede reforzar su sentimiento de pertenencia y valoración personal. Fomenten acciones para la toma de decisiones sencillas y el respeto de las opiniones de las demás personas.

Consideren lo siguiente para trabajar las fichas:

- Lean junto con el grupo de estudiantes las indicaciones para las actividades propuestas en cada ficha.
- Si es posible, impriman las fichas para que cada estudiante realice las actividades o utilicen cuadernos, hojas de papel o cartulinas para realizarlas.
- Permitan que todo el grupo de estudiantes reconozcan los códigos que se utilizarán en las fichas.

	Escribo con mi propio código. Este ícono se muestra en las actividades en las que los grupos de estudiantes deberán escribir.
	Trabajo en equipo
	Actividad para trabajar en casa con la familia

En la última ficha para este nivel se propone una sección para construir un diario personal; motiven a hacerlo y, posteriormente, a dibujar en este, como una rutina.

Al concluir las actividades propuestas de las cinco fichas, encontrarán indicadores que permitirán que las niñas y niños se autoevalúen.

FICHAS DE ACTIVIDADES

OBJETIVOS

Las actividades propuestas en las fichas para el nivel de Educación Inicial están dirigidas a que las y los estudiantes sean capaces de:

Objetivo general: Identificar las características corporales y emocionales, así como los datos e historia personal.

Objetivos específicos:

- Distinguir el nombre como un elemento de identidad.
- Reconocer la importancia de cuidar su cuerpo.
- Expresar sentimientos y emociones frente a situaciones agradables o desagradables.
- Reconocer cuándo se sienten seguros, queridos y protegidos.
- Reconocer actividades que les gusta realizar con compañeros y compañeras de clase.

Queridos y queridas docentes, de acuerdo con estos objetivos propuestos, además del desarrollo de las fichas, organicen espacios de diálogo para reflexionar con el grupo de estudiantes sobre la base de lo siguiente:

- Cuando hablamos de identidad nos referimos a todas aquellas características que nos convierten en alguien único, singular y distinto a los demás.
- Las partes del cuerpo son cabeza, tronco y extremidades. En la cabeza está el cerebro y es el que da órdenes al cuerpo; en el tronco están los órganos como el corazón, los pulmones, los genitales, el intestino, etc. En las extremidades superiores están los brazos y en las extremidades inferiores las piernas.
- La comunicación no solo se produce cuando hablamos. Se puede expresar mucho con nuestros gestos y movimientos. Se lo conoce como lenguaje no verbal.
- Tienes el derecho de ser feliz, estar protegido y expresar libremente tus sentimientos y emociones.
- Somos parte del entorno en el que vivimos y es importante conocer a las otras personas y que ellas nos conozcan.

FICHA 1: ¿Y tú cómo te llamas?

Actividades

1. Leemos juntos.

¿Quién le puso el nombre a la luna?

¿Habría sido la laguna, que de tanto verla por la noche decidió llamarla luna?

¿Quién le puso el nombre al elefante?

¿Habría sido el vigilante, un día que paseaba muy campante?

¿Quién le puso el nombre a las rosas?

¿Quién le pone el nombre a las cosas?

Yo lo pienso todos los días.

¿Habría un señor que se llama Ponennombres que saca los nombres de la Nombrería?

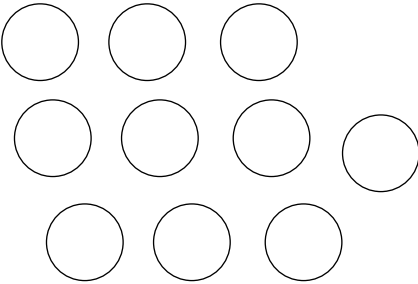
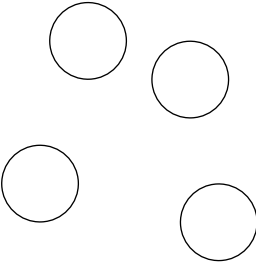
¿O la arena sola decidió llamarse arena y el mar solo decidió llamarse mar?

¿Cómo será?

(Menos mal que a mí me puso el nombre mi mamá)

Autora: Mirtha Golberg

2. Colorea la cantidad de círculos que representen cuánto te gustó el poema.

Mucho	Poco
	

3. Imagina cómo sería quien “Ponenombres” y dibújalo.

4. ¿Sabes quién o quiénes eligieron tu nombre y por qué?

5. ¿Cuál sería un nombre diferente que elegirías para ti? (preescritura)



6. **Imagina** que tú eres quien ‘‘Ponenombres’’ a todo, observa detenidamente las imágenes, **inventa** nombres y **escribe (preescritura)**.



7. **Completa** esta oración con un dibujo, diciéndole a tu docente o escribiendo (preescritura).

Me gusta mi nombre porque...



Pide a mamá, papá o familiar cercano que te muestre fotos de la familia, **selecciona** una y **menciona** los nombres de cada persona de la foto. **Comenta** cuáles son las diferencias y semejanzas que encuentras en las personas que están en las fotos, qué estaban haciendo, cuándo y dónde se tomó la fotografía.

FICHA 2: ¿Cómo es mi cuerpo?

Actividades

1. **Leemos** juntos (el o la docente lee en voz alta):

Mi cuerpo está conmigo siempre. Él me dice qué es lo que necesito; si estoy con sueño, si tengo hambre... Me obedece, y, a través de él, puedo expresar mis pensamientos, sentimientos y emociones.

2. **En una hoja blanca dibuja y colorea** tu cuerpo.

3. **Piensa** en una compañera o compañero y **dibuja y colorea** en las siluetas algo en lo que te pareces y algo en lo que te diferencias de ella o él.

Semejanzas	Diferencias
	

Fuente: <https://vietkidsiq.edu.vn/dibujo-del-cuerpo-para-colorear-hgwwgpb4/>

4. **Responde:** ¿Qué descubriste al hacer las actividades de hoy?

FICHA 3: Me expreso con mi cara y con mi cuerpo

Actividades

1. Leemos juntos.

Las palabras no son la única manera de expresarse. También es posible transmitir tus sentimientos o emociones a través de gestos de tu cara e inclusive con el movimiento de tu cuerpo.

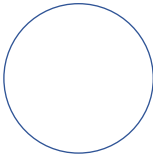
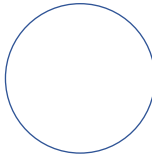
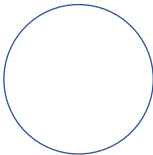
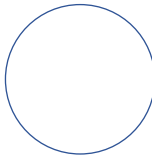
2. Observa las expresiones, ¿qué representan?

Alegría 	Tristeza 
Enojo 	Sorpresa 

Fuente: <https://www.freepik.es/vector-gratis>

3. Frente a un espejo, obsérvate y expresa con tu cara y cuerpo la alegría, la tristeza, el enojo y la sorpresa.

4. Completa los rostros con otras emociones que tú hayas sentido cuando estás con tu familia.

5. **Asocia** la imagen con la emoción que te produce.



Fuente: <https://www.freepik.es>

6. Ahora **piensa** en un amigo o amiga de la escuela a quien conozcas muy bien. ¿Cómo identificas cuando se siente feliz? **(Dibuja o escribe preescritura).**



FICHA 4: ¿Qué necesito para sentirme querido y seguro?

Actividades

1. **Leemos** juntos (el o la docente lee en voz alta).

Muchas veces te sientes querida o querido, pero, a veces, cuando cometes un error o haces alguna travesura y te llaman la atención, no te sientes igual. Aun así, recuerda que siempre debes sentir el cariño y protección de tu familia. A veces nos equivocamos, pero nuestra familia estará allí para brindarnos cariño y seguridad.

2. **Observa** las siguientes ilustraciones y califica con qué frecuencia te sientes feliz, seguro y protegido. **Califica** las ilustraciones con estrellas:

☆ ☆ ☆	Siempre
☆ ☆	A veces
☆	Nunca





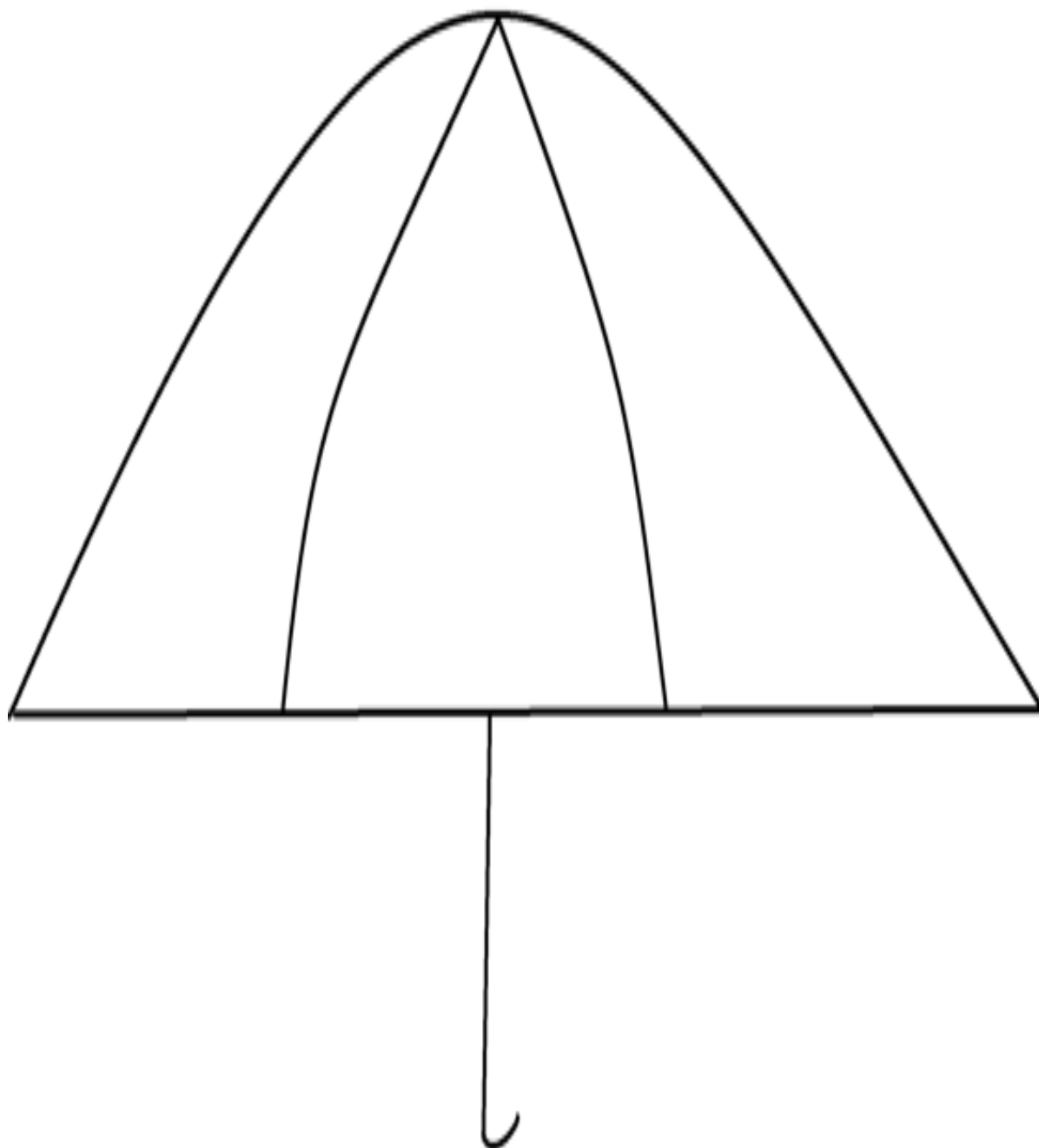




Fuente: <https://www.freepik.es>

Ministerio de Educación

3. Adorna el paraguas con dibujos que completen la siguiente oración:
Me siento feliz, seguro y protegido cuando...



4. Comparte tu obra con tus compañeros y compañeras.

FICHA 5: Me valoro y aprecio como soy

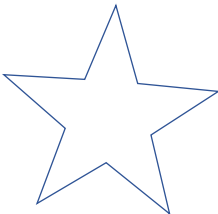
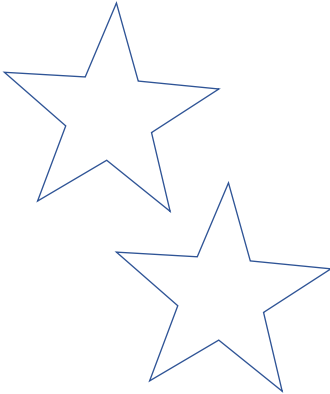
Actividades

1. **Leemos** juntos (el o la docente lee en voz alta).

Muchas de las cosas que haces en casa, solo o con tu familia, no las conocen otras personas; por ejemplo, los juegos que compartes en familia el fin de semana, la comida favorita que preparan en ocasiones especiales, el cuidado que dan a los objetos familiares por la historia que tienen, los cuentos que más te divierten cuando los cuentan tus abuelas y abuelos.

2. **Piensa** en tu juguete favorito y **dibújalo**.

3. **Colorea** el recuadro que contenga el número de estrellas que represente con cuántos amigos y amigas compartes tu juguete favorito.

4. **Pregunta** en tu casa los ingredientes de tu comida favorita y dibújalos.



5. Juega con tus compañeros y compañeras a adivinar objetos preciados.

1. Acuerden quién empieza a hablar.
2. Quien inicia, piensa en un objeto personal muy querido y lo describe sin decir su nombre.
3. Explica cómo es y para qué sirve el objeto.
4. Las demás personas escucharán con atención.
5. Quien sepa la respuesta debe levantar la mano.
6. Cedan la palabra a quien levante primero la mano.
7. Quien adivine el nombre será la siguiente persona en hablar de su objeto personal.

DIARIO PERSONAL

Con ayuda de una persona adulta vas a construir un cuaderno que será tu diario personal. En este diario tú podrás escribir (preescritura), dibujar, colorear, pegar adhesivos, fotos, etc., de lo que hemos trabajado en esta ficha.

AUTOEVALUACIÓN

Indicadores	Siempre	A veces	Nunca
Me identifico con mi nombre.			
Cuido mi cuerpo, me alimento de forma saludable y hago ejercicio.			
Expreso mis sentimientos frente a situaciones agradables y desagradables.			
Me siento seguro, querido y protegido.			
Conozco lo que les gusta hacer a mis amigos y amigas.			

NIVEL DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA, SUBNIVEL ELEMENTAL

CONTENIDOS

Derechos humanos	Habilidades
• Derecho a la integridad personal • Derecho a la libertad de expresión	Cognitivas: • Autoconocimiento • Manejo de problemas • Toma de decisiones Sociales: • Empatía • Relaciones interpersonales Emocionales: • Manejo de emociones y sentimientos

RECOMENDACIONES PARA DOCENTES

Las actividades que se trabajarán para este grupo de estudiantes están enfocadas en las emociones. La intención es guiar a las y los estudiantes a identificarlas y regularlas, ya que manejar las emociones es una herramienta para la vida y el bienestar. La identificación de nuestras propias emociones fortalece el reconocimiento de las emociones de las otras personas; por esta razón, es importante que ustedes sean un referente.

Las actividades para analizar diferentes situaciones e identificar las emociones que han sentido las niñas y los niños da la posibilidad de que ellas y ellos puedan comunicar su sentir y así guiar a que logren expresar sus emociones y comprender mejor las emociones de las demás personas.

En las actividades que impliquen describir situaciones y emociones al resto de la clase, recuerden a las y los estudiantes que estas son voluntarias, y pongan atención en quienes evitan realizarlas para buscar otras formas de que comuniquen su sentir o, de ser el caso, alertar al personal del Departamento de Consejería Estudiantil si esta situación es repetitiva.

Si observan que hay niñas y niños que no saben cómo responder cuando se requiere buscar una solución a un problema planteado, apóyense con preguntas como: “¿Qué podrías hacer si te volviera a pasar? ¿Esta solución beneficiaría o dañaría a alguien? ¿A quién podrías pedir ayuda? ¿Qué podrías decir para que te brinden apoyo?”

Por otra parte, es importante trabajar en la comprensión de que los errores, los fracasos o la frustración son parte del desarrollo, por ello, deben lograr que las niñas y niños aprendan a superarlos de manera constructiva.

En el abordaje de derechos humanos, empleen ejemplos concretos sobre lo que está

expresado en el artículo 26 del Código de la Niñez y la Adolescencia, que contempla el derecho a una vida digna para el desarrollo integral (alimentación, recreación, salud, educación, vestuario y vivienda). Además, profundicen sobre el derecho de expresarse; enfatizan en el valor del respeto y la habilidad de escuchar activamente. Recalquen, a través de actividades cotidianas, la importancia de construir buenas relaciones con las demás personas para lograr una convivencia armónica.

Consideren lo siguiente para trabajar las fichas:

- Si bien las actividades están dirigidas a estudiantes, ustedes deben acompañar su desarrollo.
- Revisen las fichas a fin de prever los materiales, tiempo y espacios que se requiera para trabajarlas.
- Planeen acciones para que, de ser el caso, las y los estudiantes compartan sus apuntes o dibujos del diario personal.
- Permitan que todo el grupo de estudiantes reconozca los códigos que se utilizarán en las fichas.

	Escribo con mi propio código. Este ícono se muestra en las actividades en las que los grupos de estudiantes deberán escribir.
	Trabajo en equipo
	Actividad para trabajar en casa con la familia

En la Ficha 5 se propone una sección para escribir un diario personal, motívenlos a hacerlo como una rutina.

Al concluir las actividades propuestas de las cinco fichas, encontrarán indicadores que permitirán que las niñas y niños se autoevalúen. Acompañen al grupo de estudiantes para que se realice este proceso.

FICHAS DE ACTIVIDADES

OBJETIVOS

Las actividades propuestas en las fichas para el subnivel de Básica Elemental están dirigidas a que las y los estudiantes sean capaces de:

Objetivo general: Reconocer la relación entre sentimientos y emociones a través de la reflexión de situaciones diversas y cotidianas.

Objetivos específicos:

- Identificar las principales emociones que tienen las personas (alegría, tristeza, miedo, sorpresa, ira).
- Identificar los cambios que experimenta el cuerpo y las manifestaciones provocadas por la ira.
- Reconocer las reacciones que se producen ante la sorpresa en situaciones positivas o negativas
- Exponer soluciones a necesidades de las otras personas.
- Plantear posibles soluciones a casos en los que se cometen errores.

Queridos y queridas docentes, de acuerdo con estos objetivos propuestos, además del desarrollo de las fichas, organicen espacios de diálogo para reflexionar con el grupo de estudiantes sobre la base de lo siguiente:

- Las emociones son parte de nuestra vida. No existen emociones buenas o malas. Debemos saber manejar las emociones para que no nos provoquen daño ni lo provoquemos a otras personas.
- Debemos aprender a expresarnos sin temores, participar y dar opiniones es muy importante. Todas las personas tenemos derecho a expresarnos.
- La ira nos produce malestar y si decimos algo o actuamos cuando estamos con esa emoción, es probable que lo hagamos de forma impulsiva y sin medir el daño que podemos causarnos o causar a las otras personas.
- La sorpresa puede hacernos sentir bien o mal, depende de la situación en la que se produzca; sin embargo, es una reacción natural y forma parte de nuestras emociones.
- No vivimos solos, por eso es importante saber relacionarnos, apoyarnos y convivir con los otros.
- Cometer errores es parte del aprendizaje.

FICHA 1: Lo que siento lo reflejo en mi rostro y en mi cuerpo

Actividades

1. En tu cuaderno **dibuja** o escribe un texto corto de una situación en la que hayas experimentado las siguientes emociones.

Alegría 	Tristeza 
Miedo 	Sorpresa 

3. **Comparte** tus dibujos o textos con tus compañeras y compañeros de clase y **describe** las sensaciones o reacciones que te produjeron esas emociones.



4. **Con tu docente, creen** en la pizarra una nube de palabras con las sensaciones o reacciones que se mencionen en la clase.
5. **Observen** la sensación o reacción que más se repite y reflexionen sobre esas formas de expresar las emociones.
6. **Elaboren** una pequeña cartelera con las diferentes formas de expresar las emociones.

FICHA 2: Identifico las señales de la ira

Actividades

1. Leemos juntos (el o la docente lee en voz alta)

Las emociones son parte de nosotros, algunas nos gustan porque nos hacen sentir felices y entusiasmados, pero hay otras que nos provocan malestar a nosotros mismos o a otras personas, como la ira. Esta emoción provoca en nuestro cuerpo algunas manifestaciones, por ejemplo:

- Los músculos se ponen tensos.
- La respiración se pone agitada y rápida.
- La cara se puede poner un poco roja.
- El corazón se acelera y late más rápido.
- Las orejas se sienten calientes.

2. Observa la siguiente imagen y describe cómo expresan la niña y el niño la ira.



3. Lee cada una de las reacciones que muestran algunas personas cuando están con ira y colorea el cuadro que corresponda según las reacciones que tú hayas manifestado alguna vez.

Reacción	Respuesta
Gritar con mucha fuerza	
Hablar más rápido	
No hablar	
Taparse la cara o la boca	
Fruncir el ceño	
Cerrar el puño con fuerza	
Apretar la mandíbula	
Zapatear	

4. En parejas conversen sobre la ira y respondan:

5. Cuando se han sentido con ira, ¿por qué sucedió y qué hicieron?

6. Piensen en una o dos ideas que creen que podrían hacer para controlar la ira y que no les afecte o cause daño. Compartan sus conclusiones frente al grupo.

FICHA 3: ¿Cómo me siento ante situaciones positivas o negativas?

Actividades

1. **Leemos** juntos (el o la docente lee en voz alta).

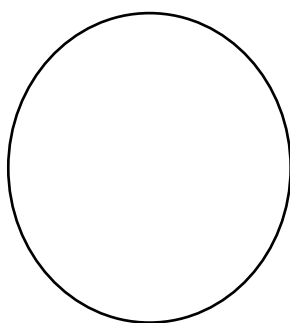
La sorpresa es una emoción que se produce cuando enfrentamos una situación inesperada que puede ser positiva o negativa.

2. **Dibuja** un signo + o - de acuerdo con la sorpresa que te produce cada una de las siguientes situaciones.

Situación	Emoción que me produce (+ ó -)
• Llegó sin avisar algún familiar al que quieres mucho.	
• Sacaste una mala calificación por el trabajo incompleto que realizaste.	
• Alguien de tu familia te dio un regalo en una fecha especial.	
• Tu mejor amigo o amiga se enfermó.	
• Tus familiares organizaron una fiesta sorpresa por tu cumpleaños.	
• Te cuentan que tu mascota se accidentó y la llevaron al veterinario	
• La mamá de un compañero de grado se ganó el premio de la rifa que organizaron en la escuela.	

3. **Completa** la ilustración dibujando la cara y los gestos de una persona que se sorprende al mirar por primera vez un animal en peligro de extinción.

4. En tu cuaderno, **describe o dibuja** una situación en la que tuviste una sorpresa.



5. **Dibuja** una situación en la que se observe una sorpresa agradable y junto a tu dibujo escribe palabras que expresen los sentimientos que te provocaron.

FICHA 4: ¿Cómo actúo frente a las necesidades de otras personas?

Actividades

1. Leemos juntos.

A veces enfrentamos situaciones en las que necesitamos del apoyo de otras personas o somos nosotros quienes podemos brindarlo. Para ello debemos aprender a buscar soluciones a problemas y conflictos y tomar decisiones valiéndonos de la información adecuada.

2. Responde las siguientes preguntas.

- ¿Has ayudado a alguien hoy? ¿Cómo?
- ¿Alguien te ha ayudado a ti? ¿Cómo?
- ¿Qué haces cuando algo no te agrada? ¿Cómo reaccionas?
- ¿Sabes decir que no cuando estás en desacuerdo con algo o te quedas callado?
- ¿Qué haces cuando te enfadas con algún amigo o amiga a quien quieres mucho?
- ¿Qué haces cuando un amigo está triste?

3. Propón una solución a cada una de las siguientes situaciones y **escribe o dibuja** cada solución en una cartulina.

Situación 1:

En el salón de clase se ha perdido el juguete de una niña. Al parecer alguien lo ha tomado durante el recreo. Lamentablemente tú estuviste en el salón y un niño dice que fuiste tú quien se lo tomó. ¿Qué harías, o cómo actuarías frente a esa situación?

Situación 2:

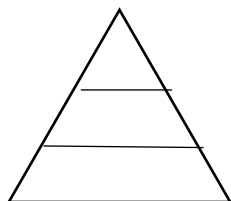
Invitas a tu mejor amiga o amigo de la escuela a almorzar a tu casa. En la tarde salen al parque de tu barrio. Allí están tus vecinas y vecinos de tu misma edad jugando un partido de básquet. Uno de ellos te invita a unirse al juego, pero te dicen que solo tú.

Te emocionas y cuando estás a punto de entrar a la cancha ves a tu amiga o amigo muy triste. ¿Qué harías o cómo actuarías frente a esa situación?

4. Explica a toda la clase las soluciones propuestas para cada una de las situaciones y coloca cada cartulina en la pizarra.



5. Con apoyo de tu docente organicen las soluciones formando con las cartulinas un triángulo como el de la ilustración. Coloquen en la base las soluciones que irán primero, luego las que estarán en segundo lugar y en la última franja las que irán en tercer lugar.



FICHA 5: Reflexión y toma de decisiones

Actividades

1. Leemos juntos (el o la docente lee en voz alta).

A veces se piensa que los errores no son buenos, pero eso no es muy cierto; normalmente niñas, niños y personas adultas cometemos errores, y reflexionar sobre estos nos ayuda a aprender muchas cosas valiosas para nuestro crecimiento personal.



2. Con ayuda de tu docente, formen 3 grupos de estudiantes. Cada grupo tendrá un número, 2, 1 o 3, según corresponda. En cada grupo van a **leer** las siguientes tres historias. Si requieren apoyo en la lectura solicitenla a su docente.

Historia 1:

Martha está aprendiendo a escribir y al hacer la tarea se equivoca cuando tiene que escribir la sílaba “bra”, y en lugar de escribirla así, pone “b/a”. Comienza a llorar y dice “no sé hacerlo”, “no puedo”.

Historia 2:

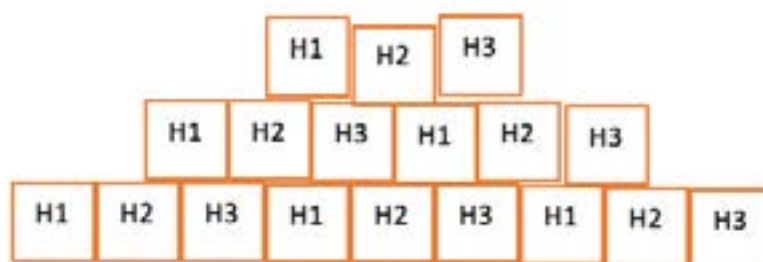
Hay familiares en casa y Juan, de 7 años, está lanzando la pelota al aro de básquet; él quiere que alguno de sus familiares juegue con él. Ellos le explican que no es posible porque están ocupados, pero le dicen que mientras tanto juegue solo. Juan se pone muy triste y deja la pelota a un lado y se niega a seguir lanzándola al aro.

Historia 3:

María está haciendo su tarea de matemática y se equivoca en la respuesta. Trata de borrar el error y la hoja se rompe. Con mucha ira tira el cuaderno al piso y se dice a sí misma que siempre le salen mal las cosas.

3. Comenten en el grupo sobre cada una de las historias que leyeron.

4. En una hoja de papel bond dividida en tres partes iguales, **escriban o dibujen**, en cada parte de la hoja, lo que harían en cada situación.
5. Su docente pasará un papelote con una ilustración por todos los grupos, empezando por el número 1. El grupo 1 va a **pegar** sus tres papelitos en la base de la ilustración, cada papelito en un cajón. Luego le pasará el papelote al segundo grupo para que haga lo mismo y, por último, este grupo le pasará al tercer grupo.



6. Cuando esté completa la primera fila, su docente **llevará** el papelote nuevamente al grupo 1. Este grupo debe reflexionar sobre las 9 formas de actuar frente a cada situación, **seleccionarán** dos respuestas de cada una y las **colocarán** en la segunda fila de la ilustración.
7. Cuando esté completa la segunda fila, **pasarán** el papelote al segundo grupo para que reflexionen sobre las seis respuestas y, de estas, seleccionen tres; una de cada situación.
8. Cuando esté completa la tercera fila **pasarán** el papelote al tercer grupo para que lean y reflexionen sobre las soluciones que han quedado en la tercera fila.
9. **Expongan** el papelote en la pizarra y **comenten** con toda la clase sobre la actividad y las formas de actuar que quedaron para cada una de las situaciones.

DIARIO PERSONAL

Realiza un autorretrato en el que se te pueda ver expresando alguna de las emociones que has trabajado en estos días.

AUTOEVALUACIÓN

Indicadores	Siempre	A veces	Nunca
Identifico emociones, como la alegría, la tristeza, la sorpresa, la ira y el miedo			
Identifico las manifestaciones provocadas por la ira.			
Reconozco situaciones que me provocan sorpresas positivas o negativas.			
Propongo soluciones a situaciones que implican necesidades de otras personas.			
Reconozco que el error me permite reflexionar y seguir aprendiendo.			

NIVEL DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA, SUBNIVEL MEDIA

CONTENIDOS

Derechos humanos	Habilidades
• Derecho a la información • Derecho a la libertad de expresión	Cognitivas • Autoconocimiento • Pensamiento crítico • Pensamiento creativo • Toma de decisiones Sociales • Conciencia social • Trabajo en equipo • Manejo de conflictos Emocionales • Manejo de emociones y sentimientos

RECOMENDACIONES PARA DOCENTES

27

Como ustedes saben, toda experiencia de aprendizaje tiene un ciclo que implica la recuperación de conocimientos previos, la construcción de aprendizaje y la aplicación de lo aprendido. En general, este proceso desarrolla los siguientes pasos:

Paso 1: Darle significado al aprendizaje

Implica aclarar, demostrar y generar una experiencia que evidencie cuál es la importancia que tiene el aprendizaje para las y los estudiantes. Además, crea conflicto cognitivo y motiva el aprendizaje, interioriza su relevancia y su utilidad; es la principal motivación y genera actividades para recuperar los conocimientos previos.

Paso 2: Construir el aprendizaje

Para esta etapa se tiene una variedad de estrategias; sin embargo, lo importante es desarrollar procesos para que las y los participantes puedan construir por sí mismos el aprendizaje. Para ello se sugiere aprovechar las cinco instancias de este último:

- Aprendizaje con el contexto
- Aprendizaje con el texto
- Aprendizaje con el grupo
- Aprendizaje por sí mismo

Paso 3: Aplicar lo aprendido

Es necesario poner en práctica lo aprendido para asegurar su interiorización y significatividad; es decir, desarrollar un cierre del ciclo que dé oportunidad de realizar una práctica mejorada, elaborar productos y socializar lo aprendido.

Las actividades propuestas deberán promover actitudes críticas que permitan el fortalecimiento o desarrollo de las habilidades emocionales, sociales y cognitivas, como las relaciones interpersonales, el manejo de conflictos, el autoconocimiento y el pensamiento crítico. Considere lo valioso del aprendizaje solidario que, combinado con el resto de los elementos, los enriquece mutuamente.

Se puede desarrollar en las escuelas comunidades de aprendizaje en torno a los derechos humanos y las habilidades, en donde participen tanto docentes como estudiantes de los diferentes subniveles y sus familias. Estas comunidades pueden funcionar como una práctica educativa transversal que entiende a la escuela como comunidad humana y territorial, que aprende con un proyecto educativo y en el aula para ampliar las posibilidades de conocimiento de todas las niñas y niños.

Es importante que a las estrategias metodológicas y actividades se sumen herramientas de la educación popular para que la población estudiantil se convierta en protagonista de su propio aprendizaje y razonamiento.

Otro elemento importante es el aprendizaje cooperativo, un método basado en el trabajo en equipo que utiliza diferentes técnicas para lograr objetivos comunes. Asimismo, pone a cada estudiante en relación con las otras personas que lo rodean, y eso requiere diálogo, debate, escucha, contraste, manejo de conflictos y participación. Las y los docentes deben fomentar un clima de confianza en el grupo, responsabilidad y pensamiento crítico.

Entre otras técnicas y métodos de aprendizaje activo participativo están las siguientes:

Lluvia de ideas es una forma espontánea de generar pensamientos. Cada persona puede hacerlo por sí misma, pero esta técnica funciona en grupos porque sus integrantes pueden construir sobre las ideas de los demás.

La lluvia de ideas consiste en seleccionar un tema o idea particular y pedir a los miembros del grupo que digan todas las ideas que se les vengán a la mente con respecto a dicho tema. El propósito principal es permitir que la creatividad surja libremente. Hay varias recomendaciones para efectuar la lluvia de ideas, por ejemplo, debe ser corta, durar entre tres y cinco minutos. Esto permite que las ideas fluyan con mayor rapidez.

Asimismo, cada idea debe ser anotada. Una persona del grupo debe escribir las ideas en el pizarrón o en un lugar donde todas y todos las puedan ver.

Juego de roles o dramatizaciones son situaciones dramáticas que se representan por medio de la actuación. Generalmente, estas situaciones involucran un problema o conflicto que puede ser ficticio o basado en una situación de la vida real. Estas pueden tener un final abierto sin el propósito de dar un final feliz o una solución. Las dramatizaciones son una forma de explorar valores y sentimientos. Para poder implementarlas es necesario crear un clima positivo: aclarar que no se juzgará o criticará a nadie por su actuación y que la colaboración de todas y todos es valiosa.

Las discusiones grupales permiten que las personas expresen su punto de vista y sus sentimientos con respecto a un problema o idea; sirven para aclarar malas interpretaciones y malentendidos y permiten saber cómo piensan los demás acerca de temas importantes o controversiales.

Para el desarrollo de las fichas, si es posible, impriman las actividades para que cada estudiante las realice individualmente.

Consideren que en la última ficha propuesta para este subnivel se propone una sección para construir un diario personal, motiven a hacerlo y, posteriormente, a dibujar o escribir en este como una rutina.

Al concluir las actividades propuestas en las cinco fichas, encontrarán indicadores que permitirán que las niñas y niños se autoevalúen; acompáñenlos en este ejercicio.

FICHAS DE ACTIVIDADES

OBJETIVOS

Las actividades propuestas en las fichas para el subnivel de Básica Media están dirigidas a que las y los estudiantes sean capaces de:

Objetivo general: Analizar y profundizar en el conocimiento y autorreconocimiento de la importancia de los derechos humanos en la historia y en la sociedad.

Objetivos específicos:

- Identificar la importancia e igualdad de los derechos humanos desde su autorreconocimiento y vincularla con la experiencia de los otros.
- Comprender el proceso histórico de los derechos humanos.
- Reflexionar acerca de la protección de los derechos de las niñas y los niños en el Ecuador y en cualquier lugar del mundo.
- Comprender el significado de igualdad y equidad a través de actividades lúdicas.
- Identificar cuáles son los factores que influyen para que todas las personas tengan las mismas oportunidades para su desarrollo.

Queridos y queridas docentes, de acuerdo con estos objetivos propuestos, además del desarrollo de las fichas, organicen espacios de diálogo para reflexionar con el grupo de estudiantes sobre la base de lo siguiente:

- Los derechos humanos deben ser garantizados a todas las personas sin distinción de ningún tipo. Los derechos humanos se incorporan en normas y leyes internacionales y nacionales, implicando responsabilidades para los estados.
- En 1989 se suscribe la Convención sobre los Derechos del Niño por parte de la Asamblea General de las Naciones Unidas, con el fin de reconocerlos como sujetos de derechos, como grupo de atención prioritaria y para reducir el sufrimiento de millones de niñas y niños en todo el mundo.
- A pesar de que los niños, las niñas, los adolescentes y las personas adultas tienen derechos, estos no se viven por igual, dependen de las circunstancias que los rodean en su país, ciudad, comunidad, barrio, familia.

FICHA 1: Todas y todos tenemos los mismos derechos

Actividades

1. **Piensa** en una amiga o amigo de tu escuela y completa el cuadro. **Observa** el ejemplo.

Necesidades comunes (cosas comunes entre tú y otra niña u otro niño)	Diferencias entre tú y otra niña u otro niño (edad, estatura, nombre, lugar de nacimiento, etc.)
Alimentación	Yo nací en Azuay y él/ella nació en Cotopaxi

2. **Responde**, de acuerdo con lo escrito en el cuadro de la actividad anterior.

- ¿Qué aspectos son comunes entre ustedes?
- ¿Qué aspectos los tenemos o necesitamos todas las personas?

- ¿Las diferencias tienen relación con las características propias de cada persona? ¿Por qué?
- ¿Las diferencias son más importantes que las características compartidas? ¿Por qué?

3. Lee y reflexiona acerca de lo común o lo compartido entre las personas.

Las niñas, niños y adolescentes, al igual que las personas adultas, necesitan de cosas o situaciones que les ayuden a sentirse bien y vivir bien; por ejemplo: alimentos, un lugar donde vivir, una familia, escuela, ser cuidados, jugar y tener amigos y amigas.

Los derechos humanos que se han ido incorporando poco a poco en las leyes de cada uno de los estados son el resultado de muchos años de solicitudes, pedidos, luchas sociales, exigencias, investigaciones y reuniones entre los líderes de los países y ciudadanos y ciudadanas, quienes han brindado propuestas para garantizar la dignidad humana de los diferentes grupos, sin discriminación alguna debido a género, edad, etnia, discapacidad, país de origen, situación socioeconómica, etc. Por ejemplo, de niña o niño necesitas que una persona adulta te cuide y atienda esas necesidades. Con su cuidado tendrás la posibilidad de desarrollar tu cuerpo, tu mente y tus emociones y por ende tener una vida digna.

Los Derechos de las niñas, niños y adolescentes se establecieron en 1980 en la Convención sobre los Derechos del Niño que incluye a todos los menores de 0 a 18 años.

4. Dialoga con tus compañeros y compañeras sobre los derechos humanos que conocen y después individualmente **asocia** un derecho con la situación que corresponda en el siguiente cuadro.

DERECHO	SITUACIÓN
A tener un nombre y apellido	Aprendo a respetarme cuando digo lo que siento sin temor.
A tener una familia o una persona adulta que me cuide.	Aprendo a que en el juego se gana y se pierde.
A tener salud.	Mi comida preferida es la ensalada de frutas.
A alimentarse nutritivamente.	Cuando me respetan, siento que valgo.
A que nadie me maltrate ni se burle de mí.	Peligros a mi alrededor
A recibir educación.	Aprendo a tomar responsabilidades en mi casa sin que ello signifique que me pongo en riesgo.
A que me traten igual que a todas las niñas y niños en el mundo.	Vivo en una casa.
A decir lo que pienso y siento.	Cuando me enfermó mis papás me llevaron al centro médico.
A jugar y divertirme.	Nadie tiene derecho a tocarme, ni insultarme, ni burlarse de mí. ¡No es No!
A que no me obliguen a trabajar	Me gusta aprender en la escuela
Al acceso a las tecnologías de la información y la comunicación.	Mi nombre es el mismo nombre que el de mi mamá.

5. **Escoge** 2 derechos y represéntalos en dibujos o una frase que describa lo que se debe hacer para que siempre se cumplan.

FICHA 2: La historia de los derechos humanos de las niñas y niños

Actividades

1. Con la participación de tus compañeras, compañeros y tu docente realicen una lluvia de ideas acerca de la historia de los derechos humanos; luego, **responde** las siguientes preguntas:
 - ¿Qué derechos crees que tenían las personas que vivieron en el siglo XVII?
 - ¿Cómo te imaginas la vida en el siglo XVII?
 - ¿Crees que las niñas y niños tenían derechos en el siglo XVII?
2. **Lee** el siguiente recorrido histórico de los derechos humanos.

Los derechos humanos surgieron para reconocer que todas las personas requieren vivir dignamente, ser tratadas por igual, tener igualdad de oportunidades y construir su proyecto de vida.

Su reconocimiento ha sido largo y tardó varios siglos. Se comenzó a hablar del derecho con los griegos y romanos. En época de los reyes, el poder lo tenía él rey y la monarquía y los derechos que se defendían eran la libertad, la propiedad y la posibilidad de transitar. Siglos más tarde, hacia 1679, el no ser apresados injustamente constituyó otro derecho.

Estos derechos se exigieron por los tratos injustos, violencia y muertes de niños, niñas, hombres y mujeres.

En la Revolución Francesa (1789) se redactó la primera declaración de los derechos, colocando en lo alto a la libertad, la igualdad y la fraternidad como los derechos más importantes en una sociedad.

Pasaron alrededor de 120 años y cada país lo fue entendiendo y aplicando según su realidad; en algunos con más avances y en otros muy poco. Sin embargo, después de la Primera y Segunda guerras mundiales, debido a los efectos causados por estas,

varios países se propusieron conformar las Naciones Unidas (1945) y trabajar por los derechos que ya existían y otros nuevos. Para ese fin, se emitió en 1948 la Declaración Universal de los Derechos Humanos.

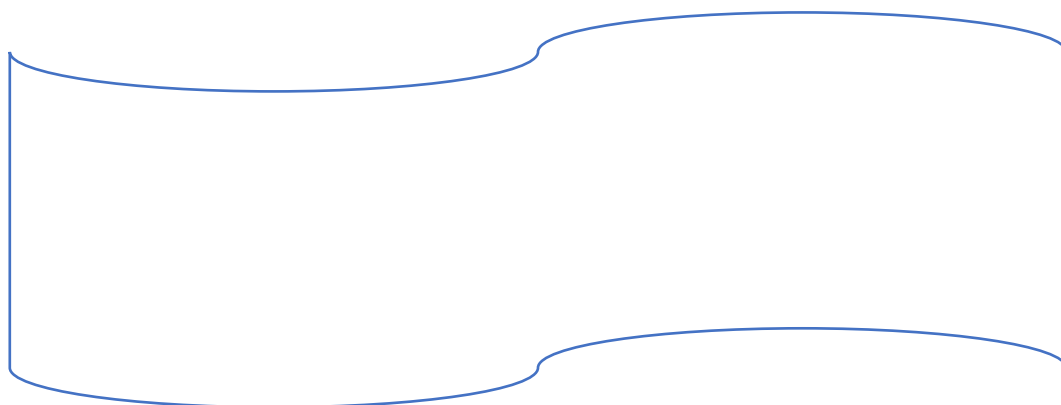
Se entendió que, además de proteger contra las guerras y la violencia, o de defender la libertad, también era necesario el derecho a elegir a través del voto a representantes; asimismo, el derecho a la alimentación, a la salud, al trabajo, etc.

La mayoría de los países aplaudieron y ratificaron esta declaración y se comprometieron a ponerlos en marcha. Así, se ordenan tipos de derechos que incluyen:

- a) Derechos civiles y políticos que consideran la libertad y participación en la vida colectiva de hombres y mujeres.
- b) Derechos económicos, sociales y culturales que velan por las necesidades concretas de las personas, como alimento, salud, vivienda, etc.
- c) Derechos colectivos y medioambientales que velan por el bienestar de los pueblos y la naturaleza.

Los derechos humanos se basan esencialmente en la regla de **la igualdad**, que significa que todas las personas deben tener los mismos derechos, y que todos estos están conectados y relacionados con el bienestar y la búsqueda de la dignidad humana.

3. Con base en la lectura, **elabora** una línea de tiempo sobre el recorrido histórico de los derechos humanos. Puedes incluir dibujos o recortes.
4. **Escribe** un mensaje que destaque la importancia de los derechos humanos.



FICHA 3: Los derechos de las niñas y los niños del mundo

Actividades

1. Lee la siguiente información.

Cuando un estado o país deja de respetar los derechos de sus habitantes y no cumple con su primera tarea, que es proteger y mejorar sus vidas, existen leyes internacionales que cuidan y obligan a ese país a restituir derechos para garantizar el acceso a una vida digna, bienes y oportunidades. A estos se les conoce como instrumentos internacionales; un ejemplo de ellos es la Convención de los Derechos de Niños, Niñas y Adolescentes.

También existen organizaciones internacionales que defienden los derechos humanos contra los estados que los violan; como la ONU (Organización de las Naciones Unidas), UNICEF (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia), UNESCO (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura). Esta comunidad internacional puede sancionar en nombre de niñas, niños y adolescentes a un estado que no respeta los derechos humanos.

Los derechos humanos de los niños, niñas y adolescentes, desde el punto de vista legal, pertenecen a todos los países del mundo en su derecho internacional y a cada país en sus leyes internas.

Podríamos decir que es lo mismo respecto de las normas internas que se establecen en tu casa para cuidar de la convivencia y respeto entre todos, por ejemplo: no gritar, ayudar en las labores, realizar las tareas después de almorzar, etc., y las normas externas que deben ser cumplidas por todas y todos, como no cruzar la calle cuando el semáforo esté en rojo, no robar, no botar basura en la calle, entre otras.

2. Responde con la guía de tu docente las siguientes preguntas.

- ¿Cuáles son los derechos que el Estado ecuatoriano te está garantizando?
- ¿Cuáles son los derechos que protegen a un niño o niña en cualquier lugar del mundo?

3. Escribe las normas que debes cumplir en la casa o en la escuela e **identifica** a qué necesidad o derecho responden.

4. Investiga sobre alguna de las organizaciones internacionales que trabajan para ayudar a niñas y niños del mundo y **escribe** tu opinión de su trabajo.

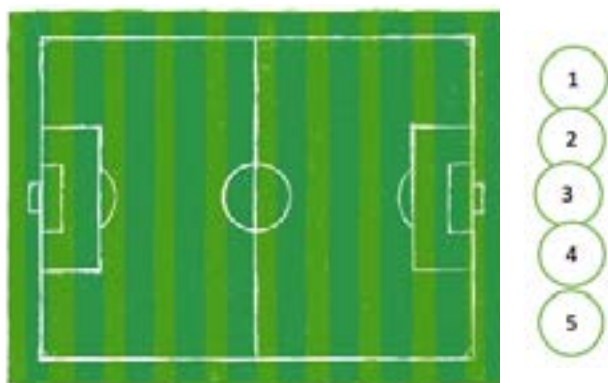
FICHA 4: La igualdad

Actividades

1. Junto con tu docente y tus compañeros y compañeras, diríjanse al patio de tu escuela. Allí, **formen** 5 grupos de estudiantes. Cada grupo debe tener hojas de periódico de la siguiente manera:

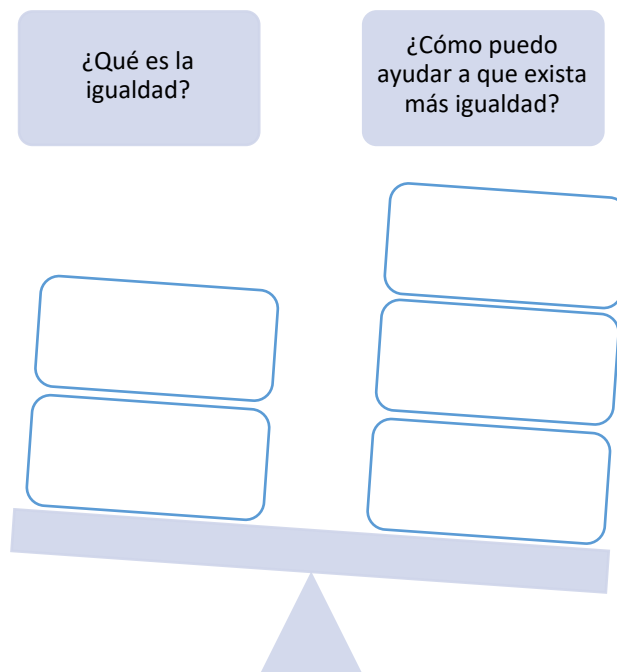
Grupo	Número de hojas
1	6
2	7
3	8
4	9
5	10

2. Ubicados en un extremo del patio **imaginen** que están ubicados en la orilla de un río y deben cruzar a la otra orilla, que es el otro extremo del patio. Ninguna persona del grupo debe caer al agua ni quedarse en la orilla. Como apoyo cada grupo tiene hojas de periódico que servirán de puente para que todas y todos puedan cruzar.



3. **Organícense** en cada grupo y crucen el río imaginario.
4. Cuando todas y todos hayan cruzado el río, **respondan** las siguientes preguntas en cada grupo.
 - a) ¿Qué fortalezas, debilidades y oportunidades identificaron en el grupo?
 - b) ¿Qué emociones les provocó pertenecer a cada grupo?
 - c) ¿Qué es la igualdad y desigualdad y lo justo en el reparto de las hojas de periódico?
 - d) Si volvemos a cruzar el río, ¿cómo pueden organizar el juego para que cada grupo tenga las mismas oportunidades?

5. En el aula, individualmente **escribe** en el gráfico respuestas a las dos preguntas.

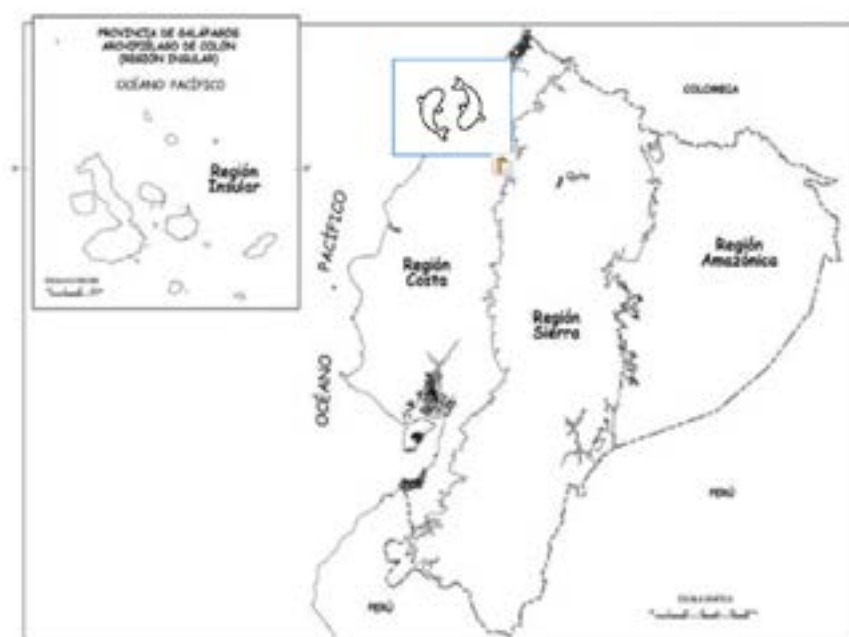


6. Con apoyo de tu docente **realicen** una lluvia de ideas de lo que significa la siguiente frase: *Todas las personas nacemos libres e iguales en dignidad y derechos.*

FICHA 5: Oportunidades para todas y todos

Actividades

1. **Con ayuda de tu docente**, con toda la clase **investiguen** cuáles son los principales recursos naturales que posee el Ecuador e **identifiquen** en qué región y provincia se encuentran.
2. **En una tarjeta**, cada estudiante debe **realizar** un gráfico que represente un recurso natural.
3. **Coloquen** la tarjeta con el dibujo del recurso natural en el mapa del Ecuador expuesto en la pizarra. Ejemplo:
4. **Observen** el mapa e **imaginen** en qué lugar del Ecuador les gustaría estar.



5. **Dibújense** en una tarjeta y **colóquenla** en el mapa.
6. **Observen** nuevamente el mapa y, en los lugares donde no haya tarjetas, coloquen una con el dibujo de una niña o un niño.
7. **Observen** nuevamente en el mapa dónde se ubicaron las tarjetas y **respondan** las siguientes preguntas:
 - ¿Cuáles son las regiones y provincias donde hay más recursos naturales?
 - ¿Cuántas tarjetas de niñas y niños están en la región y provincia con más recursos naturales?
 - ¿Cuántas tarjetas de niñas y niños están en la región y provincia con menos recursos naturales?
 - Imaginen que la población del Ecuador está distribuida de la misma forma como están las tarjetas de niñas y niños, ¿cuáles serían las necesidades de quienes están en las provincias con menos recursos naturales? ¿Cuáles serían las oportunidades de quienes están en las provincias con más recursos naturales?
 - Si tuvieran que ponerle nombre al mapa, ¿cuál sería su nombre?

8. Con tu docente y compañeros debatan utilizando las siguientes preguntas.

- ¿Se ve igualdad o desigualdad en el reparto en el mapa?
- ¿Qué debemos hacer cada persona para que existan las mismas oportunidades para todas y todos?

DIARIO PERSONAL

Escribe en tu diario personal las cosas importantes que tienes en tu vida hoy y lo que puedes hacer con ellas para tu propio bienestar y para crecer consciente y solidario.

AUTOEVALUACIÓN

Indicadores	Siempre	A veces	Nunca
Identifico la importancia de los derechos humanos.			
Reconozco el proceso histórico de los derechos humanos			
Reconozco las emociones que me provocan cuando no hay igualdad entre las personas.			

NIVEL DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA, SUBNIVEL SUPERIOR

CONTENIDOS

Derechos humanos	Habilidades
• Derecho a tener una familia y a la convivencia familiar • Derecho a una vida digna • Derecho a la identidad cultural • Derecho a la libertad de expresión • Derecho a la educación • Derecho a la salud	Cognitivas: • Autoconocimiento • Toma de decisiones Sociales: • Conciencia social • Empatía Emocionales: • Manejo de emociones y sentimientos

RECOMENDACIONES PARA DOCENTES

Las actividades propuestas en las fichas están enfocadas en desarrollar en las y los estudiantes las capacidades para ser participantes activos en la generación de normas propias y razonadas, que contribuyan a organizar la convivencia en una comunidad humana, de modo tal que todas y cada una de las personas que la conforman puedan vivir sin violencia, con respeto y claridad de sus derechos y que nadie ni nada los limite o vulnere.

Se recomienda, en primer lugar, la organización de un ambiente de aprendizaje y de reflexión con centro en el diálogo, porque este permitirá que se planteen situaciones de la vida cotidiana que van más allá de aprender conceptos de memoria, sino que buscan un aprendizaje con valor social. Este último debe surgir a partir de la exposición razonada, reflexiva, cálida, lo que permitirá que la propia experiencia de las y los estudiantes sirva como base para construir un entorno de derechos, comprender habilidades sociales, emocionales y cognitivas, así como valores propios.

Se trata de la integración de la experiencia vital con valores, actitudes, comportamientos y conocimientos que aportan a la consideración de los derechos con un valor individual y social; lo que me pasa a mí, importa al resto y viceversa; lo que pase con quien está al lado, me importa. Esa es la base de la solidaridad, cooperación y empatía para trabajar con el tema de derechos humanos.

Trabajar sobre los derechos humanos y las habilidades requiere implementar herramientas que permitan la participación de toda la población estudiantil, por ello es importante incluir técnicas que permitan las discusiones grupales.

A continuación, se presentan algunas sugerencias para dirigir las discusiones en grupo:

Establecer un clima de apertura y aceptación: Estimule a las y los estudiantes a mostrar respeto por las opiniones de los demás, aunque no estén de acuerdo con ellas; modele este comportamiento respetando también usted sus opiniones. Las y los estudiantes se sentirán animados a expresar sus ideas y sentimientos si, y solo si, confían en que no serán juzgados por lo que digan.

Establecer reglas para la discusión, donde los miembros del grupo pueden participar. Las reglas pueden variar de un grupo a otro, pero deberían incluir de alguna forma lo siguiente:

- No ridiculizar, no usar sarcasmo.
- Todas y todos tienen el derecho a hablar y ser escuchados sin interrupción.

Se recomienda también la discusión de dilemas propuestos en narraciones cortas o relatos de situaciones que presentan conflictos de valores, donde, en general, un personaje que se encuentra en una situación difícil tiene que elegir entre dos alternativas óptimas y equiparables.

El objetivo de esta técnica es desarrollar la capacidad de juicio y razonamiento de las personas sobre cuestiones éticas, por lo que interesa más la forma en que la persona construye sus argumentos para defender sus posturas que la elección que haga.

Esta técnica consta de los pasos siguientes:

Presentación del tema: Lectura individual o colectiva.

Recapitulación: Se comprueba la comprensión del dilema: vocabulario, conflicto, alternativas, y se insiste en que se debe contestar lo que debería hacer el protagonista y no lo que probablemente haría.

Reflexión individual: Cada estudiante reflexiona individualmente sobre el dilema y selecciona una alternativa. La decisión y las razones se expresan por escrito.

Exposición de la reflexión: Se puede hacer un comentario general con toda la clase o realizar una discusión en grupos pequeños pasando

posteriormente a la discusión general del grupo. El docente orienta la discusión para centrarla en el conflicto del tema.

Discusión del dilema en grupos pequeños.

Resumen de posturas y soluciones: Un representante de cada grupo resume los argumentos de su grupo. Puede pedirse a las y los estudiantes que reconsideren su postura inicial, que resuman las posturas, soluciones y argumentos planteados y, de manera opcional, que expongan situaciones similares a la del dilema.

Para el desarrollo de las fichas, si es posible, impriman las actividades para que cada estudiante las realice individualmente.

Consideren que en la última ficha propuesta para este subnivel se incluye una sección para construir un diario personal; motiven a dibujar o escribir en este como una rutina.

Al concluir las actividades propuestas en las cinco fichas encontrarán indicadores que permitirán que las y los estudiantes se autoevalúen; acompáñenlos en este ejercicio.

FICHAS DE ACTIVIDADES

OBJETIVOS

Las actividades propuestas en las fichas para el nivel de Educación General Básica Superior están dirigidas a que las y los estudiantes sean capaces de:

Objetivo general: Reflexionar sobre la invisibilidad histórica que ha afectado el desarrollo, progreso y bienestar social de las mujeres y los procesos que se han dado para reivindicar sus derechos en el entorno familiar, comunitario, local y global.

Objetivos específicos:

- Identificar el valor de la familia, las conexiones y legados de sus ancestros y revalorizar lo femenino.
- Analizar los roles asignados desde la infancia a hombres y mujeres, las tradiciones y los estereotipos.
- Analizar las oportunidades en el goce de derechos de su propio sistema familiar y la influencia de roles de género, creencias, prejuicios sociales y familiares.

Queridos y queridas docentes, de acuerdo con los objetivos propuestos, además del desarrollo de las fichas, organicen espacios de diálogo para reflexionar con el grupo de estudiantes sobre la base de lo siguiente:

- La familia y sus distintos significados, su función en nuestra vida. Su función en el cuidado, la seguridad, la protección y apoyo de los adolescentes.
- La vida de las personas, los animales y del mundo natural tiene una parecida experiencia y necesidad en cuanto a la relación, la nutrición, el cuidado y el abrigo.
- La Organización de las Naciones Unidas promulgó en 1959 la “Declaración de los Derechos del Niño”; y sólo en 1989 hubo una ratificación de todos los países que la conforman. Desde entonces, cada país o estado, ha realizado grandes esfuerzos por garantizar, proteger y prevenir que este valioso grupo humano viva y crezca sano, libre y con todas las oportunidades posibles; sin embargo, a pesar de que existen estos derechos hay vacíos enormes en su cumplimiento y de ello son también responsables los estados.

FICHA 1: La familia

Actividades

1. **Lee** y **reflexiona** acerca de las necesidades vitales de los seres vivos vinculadas a la familia y sus cuidados.

Los seres vivos, incluidas las personas, tenemos necesidades; entre ellas, la necesidad de alimento, de pertenecer a una familia, tener un nombre, estar sanos, tener un lugar donde vivir, etc. Estas necesidades deben ser satisfechas para crecer y desarrollarnos. La mayoría de las veces, estas necesidades pueden ser atendidas con la ayuda de otros (familia, compañeros, vecinos, comunidad, Estado) y a veces las solventamos nosotros mismos.

Un derecho básico y primera necesidad es pertenecer a una familia; otra, es vivir en un entorno seguro (familiar, escolar, amigos), y, bajo esos dos derechos y realidades, tener la posibilidad de relacionarnos con los demás. Satisfacer estas necesidades nos brinda seguridad, confianza y nos provee vínculos para aprender y desarrollarnos en un mundo social.

2. **Investiga** sobre la Convención de los Derechos del Niño y **explica** por qué deben existir derechos humanos específicos para niñas, niños y adolescentes.
3. **Reflexiona** sobre el siguiente texto y **escribe** tu opinión.

Si el bosque un día fue semilla y luego con el cuidado y nutrientes se convirtió en una raíz, tronco, flores y frutos, ¿qué necesitó para convertirse en árbol? ¿En su crecimiento necesitó de la ayuda de “otros”?

4. **3. Lee** lo siguiente acerca de lo que se entiende como familia.

¿Qué se entiende por familia?

Casi todos tenemos una idea general cuando nos referimos a la familia. Esta se define como un grupo de personas constituidas a partir de una pareja que se une por lazos sentimentales, legales o religiosos; que convive y tiene un proyecto de vida en común, con o sin hijos, con todo lo que acuerden tener y compartir.

La familia reconoce a sus miembros a través de un nombre y un apellido y, al mismo tiempo, se encarga de cuidar, proteger, alimentar y atender las necesidades de los más pequeños, hasta que ellos puedan aprender a cuidar de sí mismos. Esa es la tarea del cuidado y la enseñanza y transmisión familiar y, por medio de esta, las niñas y niños desarrollan su personalidad. Es la experiencia de la familia la que nos enseña valores, nos brinda apoyo emocional y seguridad.

La función biológica de la familia es darnos la vida; y la función socializadora es la de cuidar, criar, enseñar, vincular, acompañar a sus miembros. Además de todas estas funciones, los miembros de la familia reciben de sus ancestros parecidos físicos, formas de ser, aficiones e historias personales.

La familia es un grupo social unido por vínculos consanguíneos y no consanguíneos que comparten diferentes roles, diálogos, retos, dinámicas y que conviven en un mismo espacio.

Piaget, un filósofo y biólogo muy importante en el campo de la educación, pensaba que la familia es el primer contexto social de la niña o el niño, en el que se aprenden comportamientos de relación con las madres, padres, hermanos, hermanas y otras personas adultas que son los modelos de comportamiento social y afectivo del futuro.

5. Sobre la base de la lectura y tus opiniones, **responde** las siguientes preguntas en tu cuaderno:

1.¿Qué es una familia para ti?

2.¿Quiénes conforman tu familia?

3.Describe cómo es un día en tu familia, ¿Qué hace cada uno de ellos?

FICHA 2: El Micelio

Actividades

1. **Expresa** en un texto corto lo que significa la siguiente afirmación.

Una familia también supone un viaje; hacia el futuro (descendientes) y hacia el pasado (ascendientes), dentro de una larga línea de tiempo del parentesco.

2. **Observa** la imagen y **escribe** una reflexión sobre la semejanza entre las conexiones que existen entre las raíces profundas del bosque, su cuidado, protección, alimento y tu árbol familiar. Después, **lee** el texto que se propone a continuación.



Fuente: <https://pevgrow.com/blog/que-es-el-micelio/>

¿Ustedes saben lo que es el Micelio?

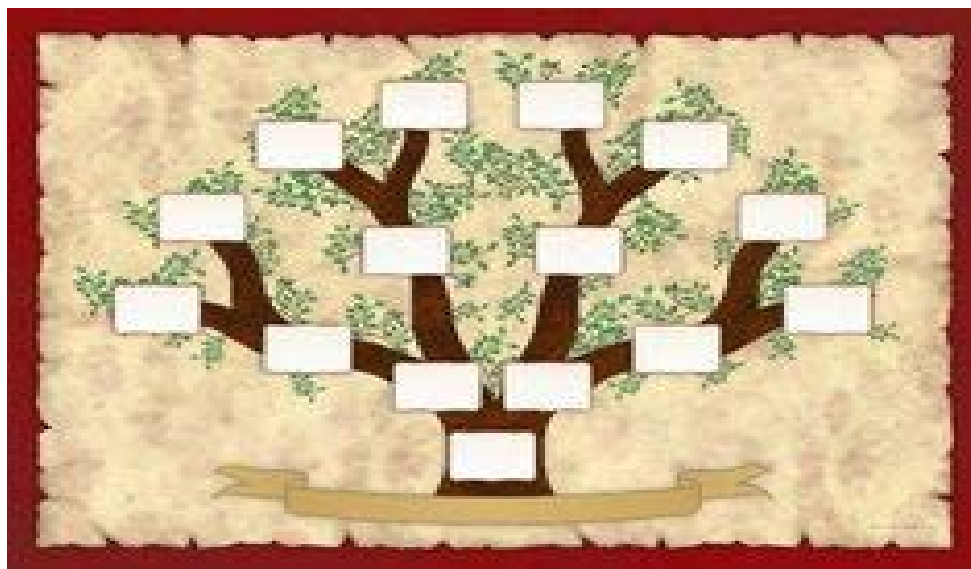
Cuando estaba en el colegio, en la clase de biología, muchas veces lo estudiamos, pero en aquel entonces para mí solo era un concepto lejano, difícil de entender, algo que había que aprender para una prueba y tener una calificación.

Anoche, mientras miraba un programa en la tele, volví a escuchar sobre él, y quedé maravillada. El Micelio, o micorriza, es un hongo que se expande por debajo del suelo creando una red de conexión entre todas las especies vegetales (algo así como la red de internet) que les permite no solo comunicarse, sino además cuidarse, protegerse, alimentarse, abastecerse de agua.

Cuando se tala un árbol del bosque, este micelio comunica al resto de los árboles que uno de ellos está agonizando y todos los demás árboles a través del micelio comienzan a cuidar el tronco que queda para tratar de salvar esa vida. Lo alimentan, le dan agua, lo protegen. Porque ese tronco moribundo es parte de la familia del bosque.

3. Elabora tu árbol familiar con al menos tres generaciones; madre, padre, abuelas, abuelos, bisabuelas, bisabuelos. Si no conoces de ellos, pregunta a alguien de tu familia sobre nombres, fechas de nacimiento, lugares de nacimiento, oficios o profesión.

Si no consigues esta información, **coloca** en tu árbol lo que conozcas e **imagina** aquella información que no conoces. La base eres tú y desde allí tus ancestros.



Responde.

- ¿Hay algún parecido físico tuyo con alguna ancestra o ancestro?
 - ¿Cuántos apellidos (maternos-paternos) lograste ubicar y conectar?
 - ¿Cuánto lugares geográficos lograste ubicar a través del viaje de tu línea familiar por distintos lugares?
4. Desde el momento más lejano en el tiempo que puedas ubicar, por ejemplo, 1950, hasta el presente año, han pasado varios **años** en los cuales muchas condiciones han cambiado y han mejorado. **Indaga** sobre el ejercicio de los derechos humanos en tu historia familiar, por ejemplo, si fue difícil o fácil acceder a servicios de salud, a la educación cuando tu papá, mamá, abuelo o abuela u otro representante fueron niñas o niños

• **Escribe Sí o No según tu indagación.**

Derecho	Tú	Padre	Madre	Abuelo	Abuela	Bisabuela	Bisabuelo
A la alimentación							

A la educación							
A tener un lugar donde vivir que sea seguro							
A la libre expresión (poder decir lo que uno piensa y siente)							
Acceder a información							
Al juego, al ocio y la recreación							
A tener una familia							
A la salud							
Protección del abuso							
Protección de explotación sexual							
Protegido de la guerra							

5. Escribe el aporte que te comprometes a realizar para que se garanticen los derechos humanos de todos los miembros de tu familia, incluyéndote a ti.

FICHA 3: El amuleto femenino de mi clan familiar

Actividades

1. **Lee** el siguiente texto y luego **completa** el gráfico con base en las preguntas.

Somos parte de un “clan familiar”, este representa tu historia, tus ancestros como las profundas raíces de un árbol y sus relaciones con el bosque.

El bosque provee lo que cada árbol pequeño o grande necesita y lo hacen colectivamente, nadie se queda atrás; todos son iguales y necesarios.

Tu árbol familiar tiene una historia; fue una semilla representada por ti, pero para llegar a serlo, fue necesario un padre y una madre, y cada uno de ellos necesitó de su padre y madre, nuestras abuelas y abuelos, bisabuelas y bisabuelos; y así sucesivamente. Tú permaneces en conexión con tu “clan familiar”, aunque no estén vivos o no los conozcas. A eso se llama la línea familiar.

Tu mamá y tu papá en algún momento fueron niñas y niños y, al igual que tú, tienen ancestros mujeres: mamá, abuela, bisabuela, etc.; todas ellas se constituyen como tus ancestras. Cada una de ellas tuvo una historia, un tiempo, unos desafíos personales y colectivos y una historia de lucha por unos derechos.

¿Conoces la historia de alguna de las mujeres de tu familia? ¿Cómo se llaman? ¿En qué época vivieron? ¿Qué desafíos enfrentaron?

Historia	Desafíos personales	Desafíos colectivos

2. **Elabora** una breve biografía de una mujer (madre, abuela o bisabuela) de tu familia, utiliza la información de la actividad anterior y las siguientes preguntas.

- ¿Cómo era físicamente a la edad de 9 años?
- ¿Con quién vivía y en dónde?
- ¿Qué le gustaba hacer?
- ¿Qué no le gustaba hacer?
- ¿Cómo era su carácter?
- ¿Cómo era a la edad de 18 años? ¿Qué quería ser y hacer?
- Imagínala de abuela, escribiéndote una carta; ¿qué mensaje te escribiría?

- 3. Elabora** un amuleto de protección familiar al que le atribuyas alguna virtud de ayuda o protección proveniente de la mujer de tu clan familiar que elegiste.

¿Sabías que un amuleto es un objeto mágico que cuando se utiliza de una cierta manera transporta a la persona a otro lado, con su mente y su corazón, al lugar en donde es posible ver, sentir, escuchar? Muchos de los cuentos que han pasado de generación en generación contienen elementos mágicos, como una alfombra, una muñeca, una lámpara, etc. Algunos pueblos en distintos lugares del mundo tienen objetos que les comunican con la sabiduría de sus ancestros cuando requieren obtener sabiduría para tomar una decisión.

- 4. Muestra** el amuleto a la clase y **coméntales** qué poderes le atribuyes.

FICHA 4: Igualdad de género

Actividades

1. **Lee y reflexiona** con relación a lo que es el género, rol de género y sexo y cómo se construyen.

La familia es, además de tu grupo sanguíneo, de cuidado y protección, el grupo donde inicia tu aprendizaje en el mundo. La familia es el primer escenario social de la niña y el niño en el que se aprenden comportamientos de relación con otras personas a partir de lo que la madre, padre, hermanos, hermanas y otras personas adultas establecen y orientan.

Se entiende por rol de género a las normas, órdenes y expectativas de comportamientos que la sociedad ha ido considerando de lo femenino y masculino en un grupo. Ante ello, se hace necesario ir eliminando los estereotipos de género.

Desde hace tiempo existen investigaciones que desmitifican la existencia de únicamente dos sexos biológicos (p. ej. el libro «Cuerpos sexuados», de Anne-Fausto Sterling), es decir, que no se nace solo hombre o mujer, y que incluso los cromosomas no pueden definir el sexo. Así, como también la identidad de género no sólo se basa en masculino y femenino.

Estas construcciones enseñan cómo hacer determinadas cosas y a la vez forman ideas y creencias, por tanto, se relacionan con lo que cada familia construye sobre lo masculino y lo femenino.

2. **Completa** la siguiente información.

¿Qué hacían nuestras abuelas y abuelos?		
	Abuela	Abuelo
Juegos que jugaban		
Actividades cotidianas que hacían		
Oficio o profesión		
Emociones no expresadas		
Palabras que no aprendieron a decir		

3. Responde.

- ¿Qué diferencias encuentras entre lo que hacían, creían y expresaban tu abuela y abuelo?
- ¿Crees que tu mamá y papá vivieron con los mismos roles que su madre y padre?
- ¿Crees que tú vives los mismos comportamientos, tareas, actividades, que tu madre o padre en la misma edad?

4. Marca con una X las tareas que realizas, las que son exclusivas de mujeres y hombres, y las que pueden hacer mujeres y hombres en la casa o en la escuela

Tarea	YO	Mujer	Hombre	Ambos
Limpiar la clase				
Barrer el patio				
Jugar fútbol				
Cuidar de los animales de la casa				
Arreglar una puerta dañada				
Sembrar-cultivar un huerto				
Separar y tirar la basura				
Arreglar un interruptor				
Cuidar de un enfermo				
Preparar la comida				
Decidir qué se come				
Cambiar una llanta (neumático)				
Ir a una reunión de la escuela o el vecindario				
Comprar los víveres de la semana				

5. Responde las siguientes preguntas:

- ¿Las tareas se asignan de igual manera a hombres o mujeres? ¿Por qué?
- ¿Qué tipo de tareas u oficios se asignan sólo a mujeres? ¿Por qué?
- ¿Crees que alguna tarea u oficio es exclusiva de hombres? ¿Por qué?

6. Escribe lo que se debe hacer para lograr la igualdad de género.

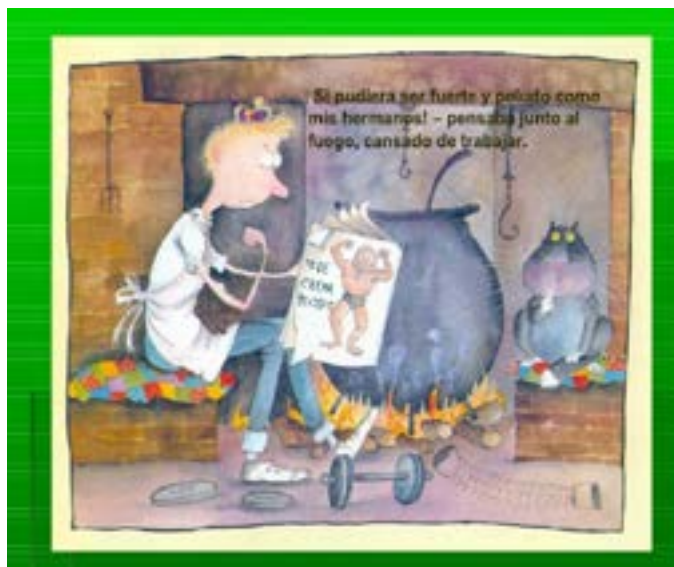


FICHA 5: El Príncipe Ceniciento

Actividades

1. Lee el siguiente cuento.

El príncipe Ceniciento



El príncipe Ceniciento no parecía un príncipe, porque era bajito, pecoso, sucio y delgado. Tenía tres hermanos grandullones y peludos que siempre se burlaban de él. Estaban siempre en la Disco Palacio con unas princesas que eran sus novias. Y el pobre príncipe Ceniciento siempre en casa, limpia que te limpia lo que ellos ensuciaban.

—¡Si pudiera ser fuerte y peludo como mis hermanos!
—pensaba junto al fuego, cansado de trabajar.

El sábado por la noche, mientras lavaba calcetines, un hada cayó por la chimenea.

—Se cumplirán todos tus deseos —dijo el hada—. Zis Zis Bum, Bic, Bac Boche, esta lata vacía será un coche. ¡Bif, baf bom, bo bo bas, a la discoteca irás!

Había creado un coche de un juguete diminuto, y el príncipe no se había movido de la cocina...

—¡Esto no marcha! —dijo el hada. Luego continuó—: ¡Dedo de rata y ojo de buey salvaje, que tus harapos se conviertan en un traje! —gritó el hada, pero solo consiguió un ridículo pantalón de rayas para el príncipe—. Bueno... ahora cumpliré tu deseo más importante. ¡Serás fuerte y peludo!

Y vaya si era un Ceniciento grande y peludo: ¡se había convertido en un mono!

—¡Pucha! —dijo el hada—. Ha vuelto a fallar, pero estoy segura de que a medianoche se romperá el hechizo...

Poco se imaginaba el Príncipe Ceniciento que era un mono grande y peludo por culpa de aquel error. ¡Él se veía tan guapo! Y así fue corriendo a la discoteca.

El coche era muy pequeño, pero supo sacarle provecho. Sin embargo, al llegar a aquella disco de príncipes, ¡era tan grande que no pasaba por la puerta! Y decidió volver a casa en autobús. En la parada había una princesa muy guapa.

—¿A qué hora pasa el autobús? —gruñó, asustando a la princesa.

Por suerte, dieron las doce y el príncipe Ceniciento volvió a ser como antes. La princesa creyó que la había salvado ahuyentando a aquel mono peludo.

—¡Espera! —gritó ella, pero el príncipe Ceniciento era tan tímido que ya se había ido. ¡Hasta perdió los pantalones!

Aquella Princesa resultó ser la rica y hermosa Princesa Lindapasta. Dictó una orden para encontrar al propietario de los pantalones. Príncipes de lejanas tierras intentaron ponérselos, pero los pantalones se retorcían y nadie lo conseguía. Como era de esperar, los hermanos del príncipe Ceniciento se peleaban por probárselos.

—Que se los pruebe él, —ordenó la princesa, señalando al Príncipe Ceniciento.

—Este tonto no podrá ponérselos —se burlaron sus hermanos...

¡Pero lo consiguió! La princesa Lindapasta se le declaró al punto. El príncipe Ceniciento se casó con la princesa Lindapasta y fueron ricos y felices por siempre jamás. Y, en adelante, les tocó hacer las labores de la casa, por siempre jamás.

Autora: Barbet Cole, 1988.

2. Investiga qué es el sexismo.

3. Identifica algunas frases, expresiones o situaciones sexistas en el cuento del príncipe Ceniciento.

4. Tomando en cuenta las creencias y prácticas del cuento del príncipe Ceniciento, esta es una muestra muy divertida que representa las creencias, estereotipos, prejuicios y actitudes que se piensan deben cumplir lo femenino y masculino. **Inventa** una trama y final distinto y sin estereotipos para el cuento del príncipe Ceniciento.

DIARIO PERSONAL

Imagina que realizas una visita al lugar donde se enterró a alguna familiar (tía, prima, abuela u otra pariente) de género femenino. Vas a imaginar la ofrenda que le vas a dejar. Escribe en tu diario la razón de por qué escogiste esa ofrenda.

AUTOEVALUACIÓN

Indicadores	Siempre	A veces	Nunca
Identifico el valor de la familia y el legado de mis ancestros, en especial de las mujeres de mi familia.			
Reconozco roles asignados a hombres y mujeres desde la infancia y la tradición y los estereotipos que genera			
Analizo la influencia de roles de género, creencias, prejuicios sociales y familiares			

NIVEL DE BACHILLERATO GENERAL Y EDUCACIÓN PARA PERSONAS JÓVENES Y ADULTAS

CONTENIDOS

Derechos humanos	Habilidades
• Derecho a la integridad personal • Derecho a la información • Derecho a la libertad de expresión • Derecho a la vida • Derecho a la salud	Cognitivas: • Autoconocimiento • Toma de decisiones Pensamiento crítico Sociales: • Conciencia social • Empatía • Trabajo en equipo • Manejo de conflictos Emocionales: • Manejo de emociones y sentimientos

RECOMENDACIONES PARA DOCENTES

La formación en derechos humanos, habilidades socioemocionales y valores implica trabajar al mismo tiempo en lo cognitivo, emocional y relacional, partiendo desde la experiencia inmediata y posteriormente relacionándola con los efectos y consecuencias en distintos niveles, aspectos y realidades.

Se trata de desarrollar en las y los estudiantes las capacidades para ser actores no pasivos en la generación de normas propias y razonadas, que contribuyan a organizar la convivencia en una comunidad humana, de modo tal que todas y cada una de las personas que la conforman puedan vivir sin violencia, con respeto y claridad de sus derechos y que nadie ni nada los limite o vulnere.

Se recomienda, que al igual que en el subnivel Superior, los diálogos se centren en la reflexión de situaciones de la vida cotidiana que lleven a aprendizajes con valor social.

Esto aportará a las y los estudiantes el sustrato crítico que necesitan para desarrollar su propia historia, así como ubicar los valores contradictorios y problematizadores de la propuesta de los derechos humanos y habilidades socioemocionales, siempre partiendo desde lo propio para luego colocarse en los zapatos del “otro” a fin de discutir, analizar y desarrollar formas alternativas de revalorización de principios o acuerdos sociales que posibiliten, desde la óptica grupal, alternativas y soluciones para una convivencia armónica, dignificadora.

Se sugiere aplicar metodologías como el sociodrama, representación de roles —*role playing*— lluvia de ideas y debates de grupo acompañados de recursos didácticos visuales.

Si bien las actividades están dirigidas a las y los estudiantes, estas deben ser trabajadas con el acompañamiento de las y los docentes.

Para el desarrollo de las fichas, si es posible, impriman las actividades para que cada estudiante las realice individualmente.

Revisen las actividades a fin de prever los materiales, tiempo y espacios que requiera para trabajarlas.

Al finalizar las actividades, se propone una tarea optativa llamada “Diario personal” y una autoevaluación en relación con el objetivo general.

Dialoguen con las y los estudiantes y acompáñelos en el proceso de autoevaluación. Planeen acciones para que, de ser el caso, las y los estudiantes compartan sus apuntes del diario personal.

FICHAS DE ACTIVIDADES

OBJETIVOS

Las actividades propuestas en las fichas para el Bachillerato y para personas jóvenes y adultas están dirigidas a que las y los estudiantes sean capaces de:

Objetivo general: Reconocer el impacto de los derechos humanos en la prevención del consumo de alcohol, tabaco y otras drogas.

Objetivos específicos:

- Reconocer que el alcohol, tabaco y otras drogas producen una alteración en el funcionamiento natural del sistema nervioso central de las personas.
- Identificar los factores de riesgo y los factores de protección en torno a la prevención del consumo de alcohol, tabaco y otras drogas para proponer e implementar acciones de prevención del uso drogas.
- Tomar una postura crítica y reconocer que el alcohol, tabaco y otras drogas son un problema que afecta a un porcentaje importante de adolescentes y jóvenes en el país y vulnera sus derechos.
- Asumir acciones preventivas frente a conductas riesgosas cuya exposición innecesaria expone su seguridad física, emocional y material.
- Fomentar la importancia de aprender sobre la asertividad como estrategia de autocuidado en su diario vivir.

Queridos y queridas docentes, de acuerdo con los objetivos propuestos, además del desarrollo de las fichas, organicen espacios de diálogo para reflexionar con el grupo de estudiantes sobre la base de lo siguiente:

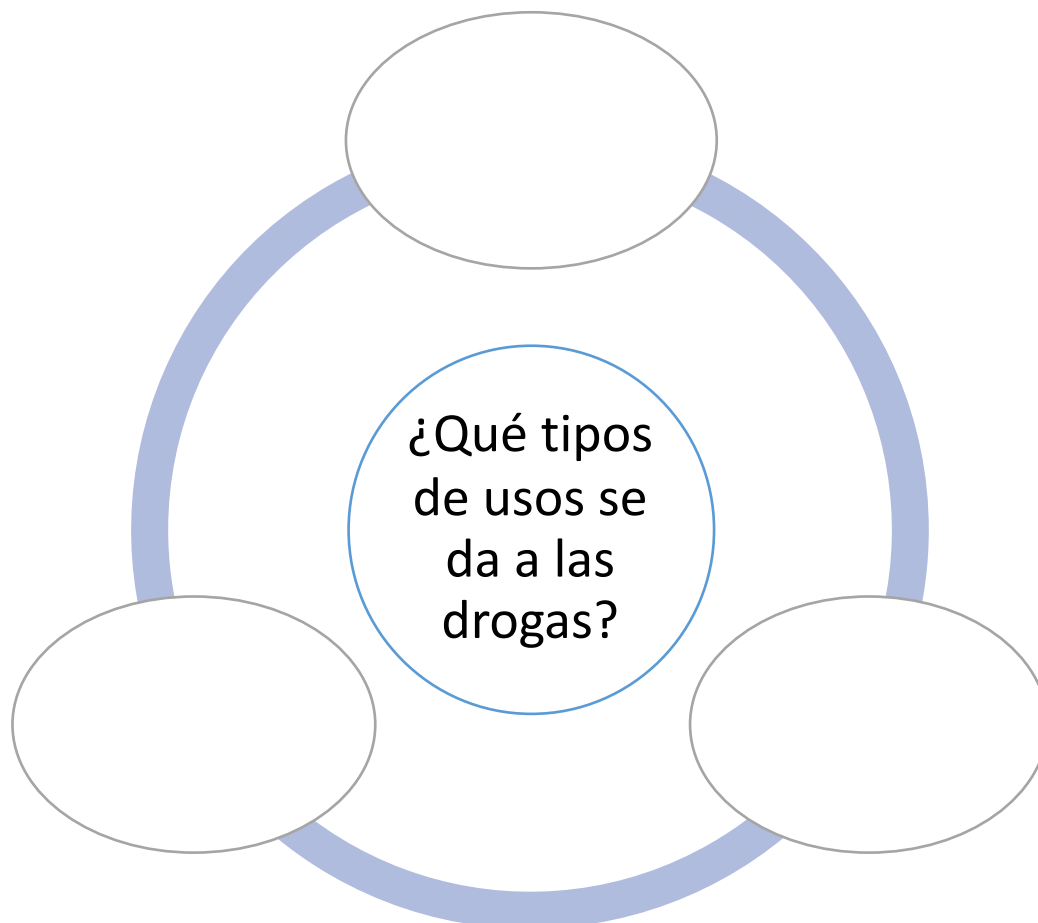
- Cómo impacta la promoción de los derechos humanos en la prevención del uso de drogas.
- El uso de drogas puede tener una amplia gama de efectos, desde el beneficio terapéutico hasta la adicción, la intoxicación y graves riesgos para la salud.
- El enfoque de prevención integral destaca elementos como:
 - No hay distinciones entre drogas legales e ilegales.
 - El consumo de drogas no es considerado como una enfermedad, mientras que el consumo problemático es un problema de salud pública que debe ser abordado.
 - El uso y consumo de drogas no es un problema exclusivo de la adolescencia, ni la adolescencia implica el uso o consumo de drogas.
 - Se respetan los usos y costumbres ancestrales desde su cosmovisión y construcción cultural.
- Una comunicación clara y abierta es esencial para la cooperación exitosa. Las personas deben ser capaces de expresar sus ideas, escuchar a los demás y resolver cualquier malentendido de manera constructiva.
- Decir NO a las drogas debe partir del reconocimiento de los siguientes derechos básicos: derecho a ser tratado por los demás con respeto y dignidad; derecho a poder expresar libremente nuestros sentimientos y opiniones; derecho a tomar nuestras propias decisiones, aún a riesgo de equivocarnos; derecho a decir “NO” sin sentirse por ello culpable o egoísta.

FICHA 1: Alcohol, tabaco y otras drogas

Actividades

1. **Lee** la definición de drogas de la Organización Mundial de la Salud (OMS), luego **escribe** tres respuestas a la pregunta de la gráfica.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a la droga como “toda sustancia que, introducida en el organismo por cualquier vía de administración, produce una alteración en el natural funcionamiento del sistema nervioso central del individuo”.



2. **Revisa** la siguiente información.

Todo uso de drogas, sean reguladas o no, tiene riesgos, diferenciados según la edad, dosis y frecuencias del uso, contextos de consumo y circunstancias personales.

La mayor parte de la población no usa drogas. Hay distintos tipos de relaciones de las personas con las drogas. El uso de drogas no implica necesariamente uso problemático ni dependencia. De las personas que las prueban, un grupo las usa regularmente y una minoría tendrá un patrón de uso nocivo y dependencia. Asimismo, el consumo de drogas en el que no hay abuso o dependencia no necesariamente es inofensivo.

El uso de drogas implica la interacción entre las drogas y la persona. Las características de uso de una determinada droga por una persona son también dinámicas a lo largo del tiempo. Existen momentos de la vida de plena experimentación y otros que se caracterizan por la estabilidad en el uso.

Algunos productos psicoactivos tienen valor terapéutico demostrado, están regulados por la autoridad sanitaria de cada país, que establece condiciones de registro y venta. El vínculo con la sustancia psicoactiva, en este caso, debe estar guiado por el médico a través de su prescripción. Debe establecerse con claridad el objetivo terapéutico evaluando la ecuación riesgo/beneficio del uso, dosis del medicamento psicotrópico, vía de administración, tiempo de uso y logro de objetivos terapéuticos.

Las neurociencias aportan la evidencia necesaria para comprender la vinculación entre las estructuras del sistema nervioso central y las conductas asociadas al uso de drogas. Aspectos biológicos, psicológicos y sociales del individuo son muy importantes además de las características de la sustancia consumida.

Uso recreativo

La modalidad más habitual de consumo es el uso recreativo, es decir, aquel que tiene a la diversión como fin y que, de modo indirecto, señala que no hay abuso ni dependencia. Sin embargo, existe, aún en esta modalidad de consumo, un cierto riesgo, por ejemplo, la presencia de un evento adverso. El uso de drogas es aquella relación en la que, tanto por la cantidad como por la frecuencia y por la propia situación biopsicosocial del sujeto y la circunstancia en la que consume, no hay efectos negativos sobre el consumidor ni sobre su entorno.

Los consumos en la adolescencia, dada la inmadurez de los sistemas biológicos, tipo de metabolismo y potencial daño en el sistema nervioso central siempre deben catalogarse como de riesgo, aunque sean en dosis bajas. Los mayores problemas en la adolescencia y juventud se deben a eventos de intoxicaciones agudas y son, de hecho, producto de usos de tipo recreativo.

Uso experimental

Corresponde también a la modalidad de uso recreativo. Ocurre cuando una droga se consume para probar sus efectos y, después de un determinado número de usos, se abandona. La curiosidad es la principal motivación. Se consideran experimentales los usos a modo de prueba de diferentes drogas, que pueden repetirse algunas veces. Puede o no ser un uso problemático.

Uso nocivo

Es definido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como un patrón de uso que puede causar daño, ya sea mental, físico o ambos.

Refiere a aquellos usos que configuran un hábito. Se dan con cierta frecuencia y repetición. En función del tipo de droga, frecuencia y cantidad de consumo, además de características personales, pueden afectar distintas áreas vitales.

Uso problemático

Es importante considerar que la noción de problematicidad tiene que ver con las circunstancias y no exclusivamente con el tipo y cantidad de sustancia que se usa, y no se presenta siempre como dependencia.

Entendemos por uso problemático aquella forma de relación con las drogas que produce consecuencias negativas para la persona o su entorno, ya sea por la cantidad, la frecuencia o la situación biopsicosocial de la persona.

El uso problemático puede configurarse en una única ingesta, en varias o durante un período relativamente prolongado, y si se presentan alguna o varias de las siguientes manifestaciones:

- Complicaciones físicas o psíquicas relacionadas con el uso de la sustancia.
- Utilización repetida de una sustancia que conduce a una incapacidad para cumplir con las obligaciones.
- Utilización en situaciones cuyo uso puede comportar un riesgo.
- Problemas con la ley ligados a la utilización de una sustancia.
- Problemas interpersonales o sociales persistentes o recurrentes causados o agravados por el uso de la sustancia.

Fuente: Junta Nacional de Drogas, Uruguay. (2019). Guía Infodrogas, 12va edición.

<https://www.gub.uy/junta-nacional-drogas/comunicacion/publicaciones/guia-infodrogas>.

Ver las páginas 17, 16, 5 y 18

3. Completa la rutina del pensamiento.

Sobre el uso del alcohol, tabaco y otras drogas, antes pensaba...	Sobre el uso del alcohol, tabaco y otras drogas, ahora pienso...

4. Con ayuda de tu docente, **construyan** la misma rutina del pensamiento con toda la clase.

FICHA 2: Los derechos humanos y la prevención del uso de alcohol, tabaco y otras drogas en la niñez y la adolescencia

Actividades

1. **Lee** el artículo 47, numeral 5, de la Constitución de la República del Ecuador; luego **responde** las preguntas.

Art. 47.- El Estado adoptará, entre otras, las siguientes medidas que aseguren a las niñas, niños y adolescentes:

5. Prevención contra el uso de estupefacientes o psicotrópicos y el consumo de bebidas alcohólicas y otras sustancias nocivas para su salud y desarrollo.

Preguntas:

- ¿Cuáles son las acciones de prevención para el uso de alcohol, tabaco y otras drogas que conoces que el Estado implementa?
- ¿Cuáles son las acciones de prevención para el uso de alcohol tabaco y otras drogas que consideras que se deben implementar?
- ¿Cuál es tu compromiso en relación con la prevención del uso de alcohol, tabaco y otras drogas?

2. **Revisa** los derechos humanos asociados a la salud, información y participación y **escribe** acciones de prevención del uso de alcohol, tabaco y otras drogas que articulen estos derechos.

3. **Expón** tus acciones a la clase y, en conjunto, seleccionen dos acciones para implementarlas en tu colegio.

FICHA 3: Riesgos del consumo de alcohol, tabaco y otras drogas

Actividades

1. Con la ayuda de tu docente **participa** en una lluvia de ideas sobre la palabra “riesgo” y luego **formen** grupos de hasta 5 personas para realizar el siguiente trabajo en equipo:
 - Cada persona del grupo debe escribir en una cartulina una situación en la cual se hayan sentido en riesgo.
 - Analicen cada situación y agrúpenlas en la pizarra por criterios, por ejemplo: consumo de alcohol, inseguridad, etc.
 - De las situaciones expuestas en la pizarra por el resto de la clase, seleccionen 5 asociadas al consumo de alcohol, tabaco y otras drogas.
 - Analicen las 5 situaciones seleccionadas e identifiquen elementos comunes para clasificarlas en papelotes que contengan los siguientes rótulos:

Afectó la seguridad de la persona involucrada	Afectó la salud emocional de la persona involucrada
Afectó la salud física de la persona involucrada	Afectó la salud emocional de otras personas
Afectó la salud física de otras personas	

2. Con toda la clase **elaboren** un diagrama circular que muestre el porcentaje de:
 - a.Situaciones asociadas al consumo de alcohol, tabaco y otras drogas.
 - b.Situaciones asociadas al consumo de alcohol, tabaco y otras drogas que afectaron la salud física y emocional de la persona involucrada.
 - c.Situaciones asociadas al consumo de alcohol, tabaco y otras drogas que afectaron la salud física y emocional de otras personas.

3. Responde.

De las situaciones analizadas, en alguna de ellas ¿existió la posibilidad de que esta fuera evitada?

4. Señala la afirmación que consideras adecuadas.

	De acuerdo	En desacuerdo
El alcohol y el tabaco no son fiscalizadas, son las más consumidas y causan altos índices de daños a la salud.		
El uso y consumo de alcohol, tabaco y otras drogas no es un problema exclusivo de la adolescencia.		
La persona que consume no debe ser excluida ni apartada, se la debe acompañar y apoyar para que pueda enfrentar de manera autónoma sus dificultades personales.		

FICHA 4: Una campaña de prevención del consumo de tabaco, alcohol y otras drogas

Actividades

1. En grupo **realicen** el siguiente juego:

El propósito del juego es descubrir qué se esconde detrás del consumo del alcohol, tabaco y otras drogas.

Reglas del juego:

- 1) De acuerdo con el número de estudiantes se forman dos grupos: cigarrillo y alcohol versus otras drogas.
- 2) Se elige un árbitro para el juego.
- 3) De cada grupo se elige un miembro que elegirá 5 preguntas del listado que se propone en el recuadro siguiente y las escribirá en papelitos, los doblará y colocará en una bolsa.
- 4) Las preguntas serán respondidas por cada participante de cada grupo en orden y no podrán responderse con sí o no.
- 5) Cada respuesta incorrecta simboliza una parte del cuerpo del ahorcado.
- 6) Los participantes que eligieron las preguntas no participan del juego y serán consejeros dirimientes cuando no quede claro si la respuesta es correcta o no.
- 7) Cada intervención fuera del juego se contará como respuesta incorrecta y una parte más al cuerpo del ahorcado.
- 8) El equipo vencedor será aquel que no sea ahorcado.

Preguntas:

- ¿Cuántos tipos de bebidas alcohólicas conoces? (Identificar 4)
- ¿El tabaco es una droga? Explica tu respuesta.
- ¿Cuáles son los compuestos dañinos del tabaco y el alcohol? Identifica uno de cada uno.
- ¿Qué tipo de efectos físicos puede producir el uso de la marihuana? (Mencionar 2)
- ¿Qué efectos mentales pueden producir las drogas sintéticas? (Menciona 2)
- ¿El consumo excesivo de alcohol puede incrementar la posibilidad de conflictos y peleas? ¿Por qué?
- ¿Por qué consideras que los adolescentes y jóvenes consumen alcohol? (Menciona 3 razones)
- ¿El consumo de drogas como la cocaína puede afectar en la salud? (Menciona 2)
- ¿El consumo de tabaco es perjudicial para la salud? Explica la respuesta.
- ¿Qué enfermedades conoces que se asocien al consumo de tabaco?

- ¿Qué enfermedades conoces que se asocien al consumo de alcohol?
2. Realicen una campaña preventiva sobre el tabaco, alcohol y otras drogas hacia jóvenes como tú, que promueva el fortalecimiento de los factores protectores.

Para los mensajes de la campaña respáldense en:

- Constitución de la República del Ecuador: artículos 46 ,45 ,27 ,26 ,3, numeral 5, y artículo 364.
- Código de la Niñez y la Adolescencia: artículos 78 ,37 ,7

FICHA 5: Ser asertivo

Actividades

1. **Participa** con tus compañeros y compañeras en el siguiente juego.

La rueda de prensa

El juego consiste en reconocer todas las características asociadas a una respuesta asertiva, pasiva o agresiva.

- En papelitos, colocar nombres de personas famosas (futbolistas, cantantes, actores, actrices, periodistas, autoridades, etc.) junto con una situación para representar un tipo de respuesta; por ejemplo: un futbolista falla un gol en una final; un actor responde una crítica a una película.
- Escoger al azar participantes para representar a algunos de los famosos identificados y sus situaciones.
- Elegir una de las expresiones (agresiva, pasiva o asertiva) para responder a las preguntas de la prensa.
- Cada uno de ellos, representará al famoso y su situación

2. Sobre la base del juego de representación **responde** individualmente o en grupo las siguientes preguntas:

- a.¿Cómo siento a mi cuerpo cuando respondo de forma asertiva o de forma agresiva?
- b.¿Qué cambio se produce en mi tono de voz cuando me comunico de manera asertiva y cuando me comunico de manera agresiva?
- c.¿Qué observo en la persona con la que dialogo, cuando me comunico de manera asertiva?
- d.¿Qué frases son más frecuentes cuando me comunico de manera pasiva o agresiva?

3. Lee y reflexiona.

- Decir “No” es una respuesta que se aprende y constituye una habilidad que hay que reforzar día a día, aprendiendo a diferenciar la persona, la situación, el lugar, etc. Esto además significa aprender a llevarnos bien, aunque en ciertos momentos tengamos que decir “NO” sin sentir culpa.
- Aprender a decir “No” no es fácil; sin embargo, existen algunos tips que funcionan en distintas situaciones:
 - Si alguien te ofrece algo que no deseas hacer (comer, tomar, tocar, probar algo) respira por un breve segundo, luego responder con un “no” a secas, firme, sin duda... simplemente “no”, “no gracias”, “no, no me gusta; no quiero hacerlo, prefiero hacer esto otro”.
 - No hace falta explicar un por qué. No dar explicaciones. El argumento más fuerte es decir que no. Uno está en su derecho de aceptar o no (aquí es importante diferenciar bien a qué, quién y el riesgo de la

situación a la que se está negando)

- Lenguaje no verbal adecuado: postura relajada, mirar a los ojos, con voz firme.
- Disco rayado. Consiste en decir “no” tantas veces como sea necesario, sin añadir excusas; hasta que el otro se canse y deje de insistir
- Finalmente, irse del lugar

DIARIO PERSONAL

Realiza una visita a un amigo o amiga con quien hayas tenido dificultades para expresarte “asertivamente” y prueba mejorar la comunicación.

AUTOEVALUACIÓN

Indicadores	Siempre	A veces	Nunca
Tengo nuevos conocimientos acerca del impacto del consumo de alcohol, tabaco y otras drogas.			
Puedo reconocer nuevas habilidades con relación a la comunicación asertiva.			
Asumo acciones preventivas frente a conductas riesgosas cuya exposición innecesaria expone su seguridad física, emocional y material.			

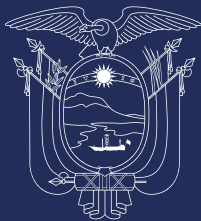


@MinisterioEducacionEcuador



@Educacion_Ec

Ministerio de Educación



República
del Ecuador