

3° Y 4° GRADO TUTORÍA

SEMANA 19 – GUÍA DE APRENDIZAJE

¿CÓMO DISFRUTAR Y FORTALECER LAS RELACIONES PERSONALES EN TIEMPOS DE AISLAMIENTO SOCIAL?

DIA 1

Actividad: Leemos y analizamos historias**Actividad:** Conocemos las estrategias para disfrutar y fortalecer las relaciones personales**Actividad:** Demostramos lo aprendido (Reto de aprendizajes)

Hola chicos y chicas de secundaria del Perú

Bienvenidas y bienvenidos a una nueva semana de tutoría .

Hoy iniciamos una nueva sesión de aprendizaje de aprendo en casa promovido por el Ministerio de Educación del Perú, donde continuamos con una semana más de Tutoría y Orientación Educativa para el tercero y cuarto de secundaria, un espacio para compartir ideas, experiencias y vivencias de los estudiantes que nos permitan reflexionar y seguir aprendiendo.

Hoy aprenderemos estimados estudiantes a identificaremos y evaluaremos las estrategias para fortalecer lazos de amistad.

¡Empecemos!

¿QUÉ NECESITAMOS?

- Cuaderno u hojas, ımejor si son reciclados!
- Lápices y lapıceros de colores.
- Mucha reflexi3n.
- Mucha creatividad.
- Involucrar a mi familia.

¿QUÉ HAREMOS?

- En esta sesi3n de aprendizaje identificaremos y evaluaremos las estrategias para fortalecer lazos de amistad durante el aislamiento en pr3ctica procedimientos que permitan desarrollar la empatıa, con la finalidad de que puedan utilizarla en su interacci3n personal y social

RECUERDA

RECOMENDACIONES

Lávate las manos frecuentemente con agua y jab3n, mınimo 20 segundos.



Cúbrete la nariz y boca con el antebrazo o pañuelo desechable y evita contagiar a los dem3s.

Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, con las manos sin lavar.



Evita el contacto directo con personas con sıntomas respiratorios.



ACTIVIDAD

Leemos y analizamos historias



Bueno estimados estudiantes en esta sesión de aprendizaje de Tutoría, para empezar les quiero contar una pequeña historia de Antonella, una joven estudiante de secundaria y ella vive en Callao.



HISTORIA DE ANTONELLA (CALLAO)

Les cuento que al iniciar la cuarentena perdí el contacto con mis amigas porque no tenía los teléfonos o correos de alguna de ellas; además los primeros días todos estábamos pendientes de las medidas sanitarias en casa, respetando el aislamiento social y los protocolo.



ONLINE EDUCATION



Pero luego nuestros maestros y maestras se contactaron con cada uno de nosotros y nuestras familias, eso permitió que nos volvemos a comunicar entre compañeros...qué sensación tan extraña y bonita a la vez de escucharlos y volver a ver a nuestros amigos y amigas a través de la pantalla, aunque antes ya teníamos contacto por WhatsApp con algunos, sólo hacíamos por un tema social entre amigos, sin embargo ahora esta forma de comunicarnos se ha vuelto común, cada día hemos ido aprendiendo a usar nuevas aplicaciones y esto gracias a las actividades que los profesores nos proponen, que nos motivan a investigar, nuevas formas de realizar las tareas.

Mis amigos y yo estamos usando varias aplicaciones como el Messenger, WhatsApp, Zoom, meet y otras plataformas, por ello se nos ocurrió que luego de realizar nuestras tareas podríamos reunirnos para conversar de temas personales y allí nos enteramos, de lo que habíamos hecho los días que no nos vimos, que estaban haciendo nuestras familias, como nos sentíamos, también recordamos anécdotas graciosas del colegio, la verdad que la pasamos genial conversando.



Cada vez que creamos nuevas actividades por ejemplo nos hemos comprometido que si una de nosotras sabe más un tema, debe enseñar las otras; pero no sólo hacemos reuniones para estudiar, sino también para relajarnos; el sábado hicimos un karaoke y la pasamos chévere, además todos nos reunimos a través del zoom cada fin de semana a la misma hora para conversar y pasarla bien...hemos visto que estas actividades nos mantienen unidos, quizás más que antes, porque podemos comunicarnos a cualquier hora sin salir de casa.



ACTIVIDAD

Conocemos las estrategias para disfrutar y fortalecer las relaciones personales



Ahora entramos de lleno chicos y chicas a conocer y analizar la empatía, el respeto a la diversidad y fortaleceré una amistad durante el aislamiento

LA EMPATÍA Es la habilidad para entender los sentimientos de la otra persona, es decir ponemos en el lugar del otro y desde esa mirada sentir lo que el otro siente, esta habilidad es importante en nuestra relación con amigos porque nos permitirá ponemos en sintonía con sus sentimientos, para entenderlos y acompañarlos.



EL RESPETO A LA DIVERSIDAD Es otra habilidad importante en las relaciones amistosas y de cualquier otra índole cada uno de nuestros amigos y amigas tiene una forma particular de ser y lo expresa en su forma de hablar, vestir sentir, de vivir que no siempre coincide con la nuestra. Respetarlos y llamarlos con sus características propias, fortalece la confianza y respeto mutuo. Debemos tener una buena comunicación con nuestros amigos y amigas

La etiqueta es importante en la comunicación virtual, es decir las buenas formas para comunicarnos en las redes sociales, recordemos que cuando publicamos algo todos lo pueden leer, en especial nuestros amigos, si decimos algo inapropiado no solo podemos herir a nuestro amigo, sino también hacerle quedar mal ante otros.



Bueno chicas y chicos seguro que e están preguntando **¿Cómo puedo mantener mis amistades?**

la **amistad** es una relación afectiva y recíproca, por ello también debemos interesarnos por lo que siente y necesita nuestro amigo, amiga, brindarle apoyo y mostrar nuestro afecto, hacerle saber a nuestros amigos y amigas que estamos preocupados por ellos y los apreciamos, eso fortalece nuestro vínculo, ser un buen amigo es tan importante como rodearse de buenas amistades.



Bueno chicas y chicos seguro que e están preguntando **¿Cómo podemos fortalecer una amistad durante el aislamiento?**

¿Cómo podemos fortalecer una amistad durante el aislamiento? del calendario cívico y otros significativos para nosotros y escribamos Mantengamos una comunicación constante, pudiendo hacerlo a través del correo electrónico, las llamadas telefónicas, el Messenger, WhatsApp, Facebook, etc.



Seamos el amigo que siempre hemos querido tener, por tanto tratemos a nuestros amigos como nos gustaría ser tratados por ellos, conversemos con nuestros amigos sobre lo que sentimos, con sinceridad y dejemos que ellos también expresen sus sentimientos sin temor, conversemos sobre nuestros recuerdos felices, de esas experiencias que nos hicieron reír, esto nos llenara de entusiasmo, no olvidemos las fechas importantes como los cumpleaños, aniversario del colegio, días especiales alguna frase que exprese nuestros sentimientos sobre esa fecha especial y compartamos esos sentimientos, pónganse de acuerdo sobre los días y las horas que disponen en conjunto para comunicarse vía virtual además de ser muy divertido, fortalecerá sus lazos de amistad, enviemos postales divertidas, imágenes gif graciosos o memes que alegren a nuestros amigos; mostremos un genuino interés en nuestros amigos y amigas; preguntémosle como están ¿Cómo se sienten? ¿Qué está pasando de nuevo en sus vidas? y escuchemos con atención sin juzgar, que sepan que pueden contar con nosotros.



PERÚ

Ministerio de Educación



APRENDO en casa

3° Y 4° GRADO TUTORÍA

SEMANA 19 –RETO DE APRENDIZAJE

¿CÓMO DISFRUTAR Y FORTALECER LAS RELACIONES PERSONALES EN TIEMPOS DE AISLAMIENTO SOCIAL?

RETO

Leemos y analizamos la historia

Empecemos a responder las preguntas (Revisa la historia de Antonella)

1 ¿Qué crees que sintió Antonella al no poder comunicarse con sus amigas?

2 ¿De qué forma la comunicación que tiene Antonella con sus amigas puede favorecer su salud mental?

3 ¿Cómo crees que debe desarrollarse una comunicación entre amigos para evitar dificultades?

4 Si tuvieras internet, ¿De qué otra forma pudieras comunicarte con tus amigos?



RETO

Ponemos en practica lo aprendido

Para poner en práctica lo aprendido, vamos a realizar las siguientes actividades:



PRIMERO: Elabora tu directorio de amigos y amigas

	APELLIDOS Y NOMBRES	N° CELULAR	FECHA DE CUMPLEAÑOS
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			



SEGUNDO: Ahora que tienes tu directorio realiza lo siguiente

Identifica a tus amigos o amigas que no ves hace tiempo o no tienes noticias de él o ella.

A través de un medio virtual, escribe una nota saludándole y comunicándole que te encuentras bien y tus deseos de saber de él o ella y cuando te responda mantén la comunicación. También puedes escribir un mensaje alentador a un amigo o amiga que no lo esté pasando bien. Escribe un ejemplo

Finalmente envía un mensaje positivo a tus amigas, amigos y profesores en tus redes sociales. Escribe un ejemplo

