

Soporte socioemocional, actividades lúdicas y el uso de kits de respuesta educativa ante las heladas y el friaje



Presentación

Las heladas y friajes constituyen peligros recurrentes en las zonas Altoandinas y en la Amazonia de nuestro país, generando afectación importante en la salud de la población, así como en sus medios de vida.

Frente a ello, el estado desarrolla de acciones para la atención integral a los territorios más vulnerables a los efectos de estos fenómenos climatológicos, y propone intensificar el cierre de brechas prioritarias, siendo las, **instituciones educativas priorizadas atendidas con intervenciones sostenibles y de entrega directa de kits de respuesta educativa.**

Para ello, se pretende contribuir a la construcción de la resiliencia de la comunidad educativa a los afectos adversos de las heladas y friaje, en todas las etapas de la vida, para reducir la vulnerabilidad de la población expuesta.

En tal sentido, la presente cartilla aborda conceptos y estrategias para la elaboración de acciones **estructuradas para Soporte Socioemocional, Actividades Lúdicas y uso de kits para la respuesta educativa ante las heladas y friaje**, con el fin fortalecer y desarrollar conocimientos, competencias, comportamientos y actitudes para contribuir al bienestar socioemocional y a su capacidad de resiliencia de la comunidad educativa ante los eventos meteorológicos en mención.



1

Las heladas y el friaje

¿Qué es la helada?

La helada es un evento meteorológico muy común en nuestro país y se presenta todos los años. Se presenta en zonas altas por encima de los 3200 msnm.

Aproximadamente. Son más frecuentes en la sierra sur y parte de la sierra central, también se puede presentar en la sierra norte.

Las heladas ocurren con más frecuencia y con valores más bajos entre los meses de abril a Setiembre. Y las temperaturas nocturnas pueden descender hasta -20°C en los casos más extremos.

por
encima
de los
3200
msnm.

¿Qué es el friaje?

El friaje es un evento meteorológico muy común en el Perú, que es frecuente durante otoño e invierno y se da únicamente en la selva. Ocurre cuando una masa de aire frío que viene desde el sur del continente ingresa a nuestro país por la selva sur y se desplaza hacia el norte, específicamente por Madre de Dios y dependiendo de la intensidad puede afectar toda la selva peruana.

Cabe mencionar que los friajes ocurren entre 6 a 10 veces al año y suelen durar de dos a más días dependiendo de su intensidad.

El friaje generalmente inicia con lluvias, tormentas eléctricas y ráfagas de viento. Posteriormente, ocasiona caídas bruscas de temperatura máxima y temperatura mínima con la presencia de niebla y neblinas.

toda la
selva
peruana

2

Soporte socioemocional y actividades lúdicas ante las heladas y el friaje

Físicas:

- Hipotermia y congelación.
- Debilitan la defensa del organismo.
- Agrava enfermedades crónicas /cardiacas, respiratorias.
- Fatiga, cansancio.
- Problemas respiratorios.

Emocionales:

- Malestar afectan el estado anímico.
- Pasividad malhumor, aislamiento.
- Disminuye el deseo de estudiar.
- Ansiedad, depresión

Sociales:

- Pobreza y desnutrición agravan la situación
- Familiares enfermos o fallecidos
- Pierden sus animales
- Muchas viviendas no están preparadas para soportar las bajas temperaturas

¿Por qué intervenir desde el sector educativo?

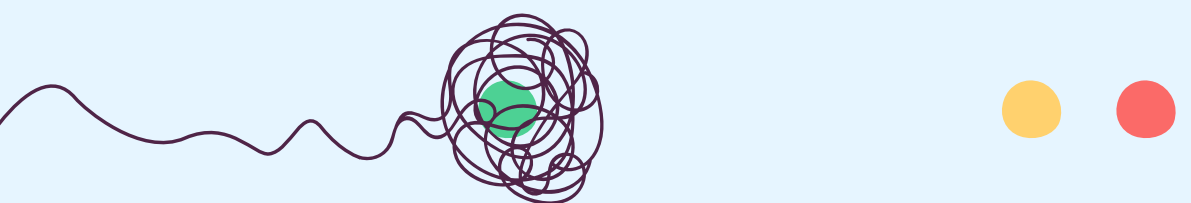
La atención a las instituciones educativas más vulnerables a los efectos de estos fenómenos climatológicos como las heladas y el friaje, busca intensificar el cierre de brechas así como contribuir a la construcción y/o robustecimiento de la resiliencia en la comunidad educativa, reducir el ausentismo escolar, disminuir la incidencia de neumonías e infecciones respiratorias agudas (IRA), implementando para ello el soporte socioemocional, las actividades lúdicas y el uso de los kits de respuesta educativa como una estrategia potente para fortalecer el bienestar socioemocional de nuestras comunidades educativas aún en condiciones adversas.



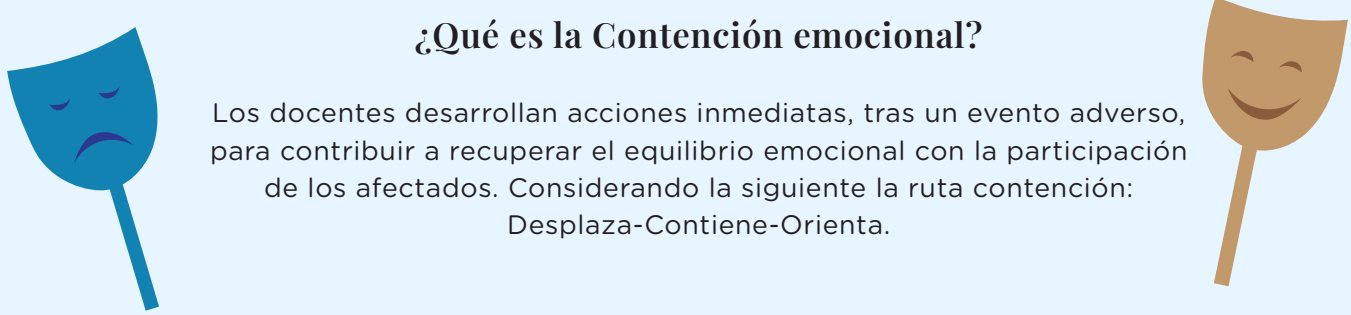
¿Qué es el SSE y AL ante heladas y friaje?

El soporte socioemocional, es un conjunto de estrategias con el que se busca contribuir a la recuperación emocional, fortalecer la capacidad de autoprotección, resiliencia y bien común, de los estudiantes afectados por las bajas temperaturas. A fin de generar un espacio en la escuela que le permita gestionar sus emociones, reflexionar y analizar situaciones y oportunidades para estar en bienestar aun en condiciones de heladas o friaje.

Fuente: Departamento de Salud Mental del Rebagliati



¿Qué es la Contención emocional?



Los docentes desarrollan acciones inmediatas, tras un evento adverso, para contribuir a recuperar el equilibrio emocional con la participación de los afectados. Considerando la siguiente la ruta contención: Desplaza-Contiene-Orienta.



¿Qué son las Acciones estructuradas?

Son acciones planificadas, secuenciales y progresivas, orientadas al desarrollo de capacidades para bienestar emocional de los estudiantes ante las heladas y friaje, así como al fortalecimiento de la resiliencia.

Temática:

Una situación adversa que afecta a niños, niñas y adolescentes provoca reacciones físicas, emocionales, mentales y sociales que, aunque son reacciones esperadas ante situaciones que no lo son, requieren el soporte socioemocional lo antes posible.

En tal sentido una educación de calidad debe proporcionar la protección física, psicosocial y cognitiva necesaria para mantener y salvar vidas. (Normas mínimas para la educación INNE).

Por ello como parte del soporte socioemocional, en el desarrollo de las actividades estructuradas los temas a abordar se convierten en ejes para contribuir a la recuperación, el bienestar emocional, así como a la resiliencia de los estudiantes y comunidad educativa.

Los temas son:

a **Gestión de emociones: Es importante iniciar con este tema la secuencialidad, para favorecer un espacio que permita a los estudiantes expresarse, reconocer y validar sus emociones para darle significado e incorporen aprendizajes para una mejor gestión de sus emociones.**



Actividades:

- Favorecer la expresión de experiencias y emociones
 - Encontrar formas de expresión creativas
 - Promover rituales que den estabilidad, seguridad, orientación
- Mantener los procesos rítmicos
 - Fortalecer el sentido del movimiento
- Actividades que generen memoria, atención y capacidad de concentración.
 - Incentivar el juego
- Contribuir a la relajación

b

Autoprotección: Proseguir con el desarrollo de actividades en este tema, debe permitir un espacio de reflexión y análisis para identificar y reducir factores de riesgo, así como potenciar factores protectores.

**Actividades:**

- Identifica factores de riesgo y desarrolla de estrategias para reducirlas.
- Promueve factores protectores.

c

Resiliencia: Al continuar las actividades con esta temática deben ayudar a reflexionar y analizar las oportunidades que traen los eventos adversos, identificando para ello sus recursos personales, la participación significativa, la construcción de vínculos y el sentido del humor entre otros.

**Actividades:**

- Uso de recursos personales
- Participación significativa
- Construcción/fortalecimiento de vínculos saludables
- Promueve el sentido del humor

d

Bien Común: Como cuarto tema, el bien común, constituye el eje temático para las acciones estructuras, ya que el haber fortalecido capacidades personales con los temas anteriores, los estudiantes pueden ver lo valioso para el desarrollo integral la práctica del bien común. En ese sentido la práctica de la solidaridad y la reciprocidad se constituyen en aspectos medulares para trabajar este tema ante situaciones de emergencia.

Actividades:

- Practica de la solidaridad y de la reciprocidad

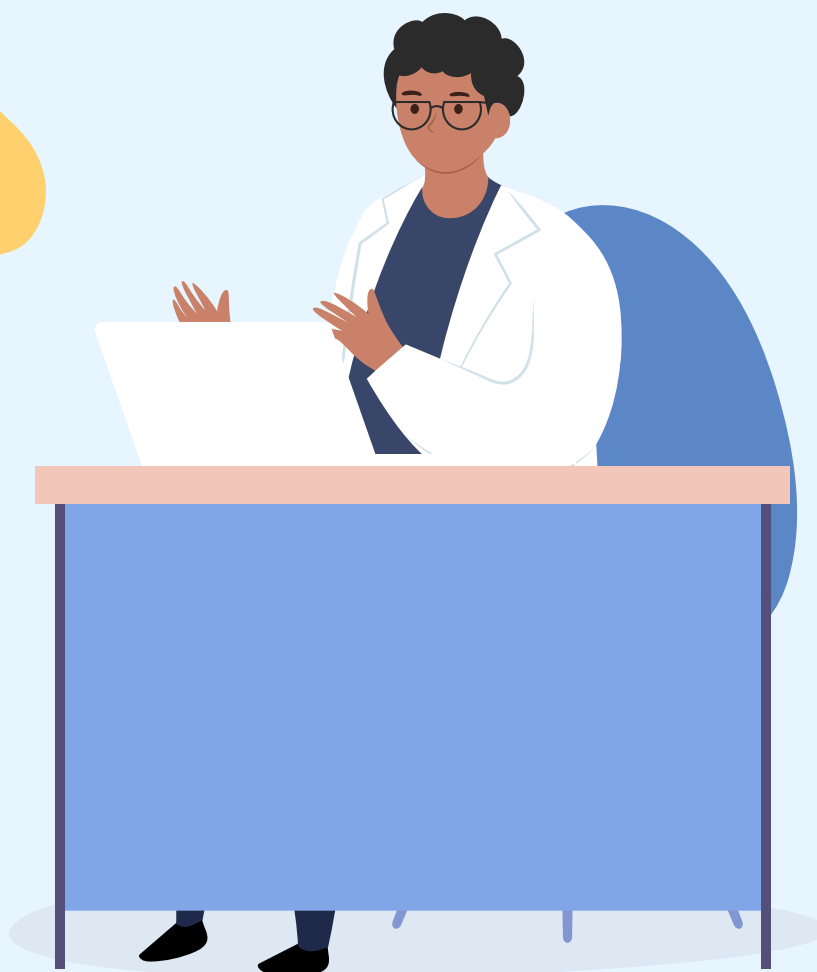


¿En qué consiste el Acompañamiento del duelo desde la IE:

Es un proceso por el cual la escuela demuestra apoyo, favoreciendo espacios de expresión, acompañamiento y respeto, para el buen desarrollo de esta etapa.

¿Cuándo considerar la derivación:

Puede que algunos estudiantes requieran atención especializada, en esos casos es recomendable ser referido al establecimiento de salud; donde la escuela mantiene coordinación con las familias y el centro de salud para contextualizar el que hacer pedagógico con el estudiante y así contribuir al restablecimiento total de su bienestar emocional.



Las herramientas para la respuesta ante educativa ante situaciones de heladas y friaje

Los kits de respuesta educativa para el soporte socioemocional y actividades lúdicas son herramientas psicoeducativas, que facilitan la atención de las necesidades socioemocionales de los estudiantes afectados por situaciones adversas, protegiendo su integridad socioemocional y potenciando su capacidad de respuesta. Se busca facilitar su readaptación a la realidad natural y social en la que se encuentran, utilizando experiencias lúdicas que permitan la reincorporación positiva al proceso educativo cotidiano. Por ello los materiales de los kits, potencian las acciones estructuradas.

Elaborando los kits con recursos del entorno:

Para la elaboración de los kits, con recursos de la zona y/o escuela, se sugiere tener en cuenta los siguientes criterios:

- Universalidad, ya que los materiales presentados son conocidos por todos, de fácil asociación con lo alegre, divertido y entretenido.
- Interculturalidad, el modo de empleo de material lúdico es común a varias culturas.
Seguridad, brinda todas las medidas de seguridad, no tóxico al tacto o en caso de ser tragado.
- Practicidad, de fácil transporte, nada pesado, simple de guardar, maniobrable.
- Temporalidad, es decir los materiales deben corresponder a las edades, momentos y épocas

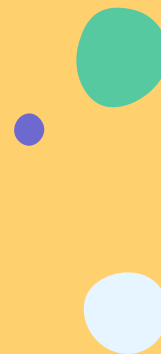
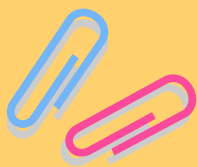
Elaborando Acciones estructuradas de soporte socioemocional, actividades lúdicas y uso de kits de respuesta educativa:

A continuación, te presentamos algunos ejemplos de acciones estructuradas, para que puedan contextualizarse según sus conocimientos, experiencias y práctica pedagógica.

Recuerda:

Es importante identificar y seleccionar los materiales del kit de respuesta educativa que se utilizarán en cada acción estructurada. Cabe señalar que los kits de respuesta educativa están diferenciados por niveles (inicial, primaria y secundaria), y son de dos tipos: Kits de Soporte Socioemocional y Kits de Actividades Lúdicas.

Gestión de emociones



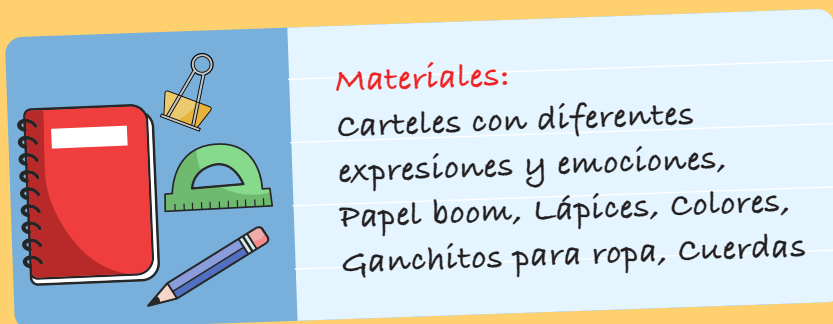
Tema: Expresión de sus emociones con confianza

Propósito/Objetivo:

Lograr que los estudiantes afectados y/o damnificados expresen sus emociones con confianza sin la necesidad de comentar aun del impacto de peligro.

Participantes:

- Docente de aula (para afectados) y/o facilitador (para damnificados)
- Niños de 3,4 5y 6 años
- Voluntarios



Materiales:

Carteles con diferentes expresiones y emociones, Papel boom, Lápices, Colores, Ganchitos para ropa, Cuerdas

Inicio:

Ideas fuerzas: los estudiantes pueden tener diferentes emociones, algo normal en situaciones de emergencias y desastres, por impacto de fenómenos naturales y/o por acciones humanas, pero no hay sentimientos buenos ni malos.

Iniciemos la actividad con un mimo que realiza diversas expresiones de emociones y que les permitan a los estudiantes adivinar de que emociones se trata y las vamos colocando en el TENDEDERO DE LAS EMOCIONES.



Culminemos esta actividad haciendo que todos los sentimientos expresados por el mimo "NO HAY SENTIMIENTOS BUENOS NI MALOS".



Desarrollo:

Retomemos el diálogo sobre cómo nos sentimos cada uno, y solicitarles que lo dibujemos en la hoja boom, darles un tiempo prudente.

Al término de la estrategia coloquemos los dibujos en el **TENDEDERO DE LAS EMOCIONES**. Inicia una rueda de turno para que cada comente porque dibujo esta expresión al termino de las participaciones de cada uno no olvidemos mencionar **“NO HAY SENTIMIENTOS BUENOS NI MALOS”**.

El objetivo que es generar confianza y que cada uno exprese lo que siente

Cierre:

Cerremos la actividad realizando un breve paseo por el tendedero de las emociones y dándoles mensajes que **“NO HAY SENTIMIENTOS BUENOS NI MALOS”**, que mañana es un nuevo día y hay nuevas emociones, que bueno es hablar de lo que sentimientos, ahora nos sentimos bien.

Realiza una respiración diafragmática

Hemos culminado.

Tema: Conociendo mis emociones

Primaria

Inicio:

El/la docente traza una línea en el aula, señala que un lado es frío y el otro caliente; posteriormente pide a los alumnos que se ubiquen en el lado frío, luego a la indicación ellos saltaran hacia el lado caliente, repetirá este ejercicio, incluyendo repetición de frío o caliente, de manera tal que los estudiantes estén atentos; los que se equivoquen irán saliendo hasta que solo quede algunos.

Desarrollo:

El docente pregunta: ¿Qué emociones sintieron?, ¿Qué les gusto y por qué?, Y que no les gusto por qué? Les explica la siguiente idea fuerza: **“ES LA ALTERACIÓN DEL ÁNIMO INTENSA Y PASAJERA, AGRADABLE O PENOSA, QUE VA ACOMPAÑADA DE CIERTA CONMOCIÓN SOMÁTICA”**

Es decir, las emociones no son buenas ni malas, son una respuesta humana y ante situaciones o vivencias. Y las emociones básicas que todos sentimos son alegría, tristeza miedo, ira, sorpresa, asco y son importante poderlas reconocer y expresarlas adecuadamente.

Posteriormente forma subgrupos mínimos de tres; y a cada uno de ellos les dará la siguiente consigna:

- Elegirán una emoción e identificarán que situaciones o vivencias hacen que aparezca, y de qué manera se puede expresar.
- ¿Cuándo hace mucho frío que emociones se presentan en nosotros y, que podemos hacer para estar mejor?
- Presentarán su trabajo a través de un dibujo, cuento, sociodramas (títeres)

Cierre:

Felicita la participación y reflexiona sobre la importancia de reconocer las emociones en cada uno y su adecuada expresión.

Finalmente invita a que puedan compartir la experiencia de hoy con sus familias, y para la próxima clase, comentarnos sobre ello.

Tema: Reconociendo mis emociones

Secundaria

Objetivo:

El/la docente traza una línea en el aula, señala que un lado es frío y el otro caliente; posteriormente pide a los alumnos que se ubiquen en el lado frío, luego a la indicación ellos saltarán hacia el lado caliente, repetirá este ejercicio, incluyendo repetición de frío o caliente, de manera tal que los estudiantes estén atentos; los que se equivoquen irán saliendo hasta que solo quede algunos.

Inicio:

Se da la bienvenida a las y los estudiantes, y se realiza la dinámica de frío/caliente; luego se les pide que elaboren un dibujo que exprese una emoción.

Desarrollo:

Después, se les explica que, según el estado de ánimo, nosotros expresamos emociones que se expresan en nuestro rostro, postura, voz, que no son buenas ni malas, pero sí es importante identificarlas para gestionarlas.

Se pregunta a los estudiantes:

- ¿Cómo se sienten cuando han perdido algo?
- ¿Cómo se expresa su rostro? (Se pide que lo expresen con gestos).
- ¿Qué sienten cuando sacan buenas notas? ¿Y cuándo obtienen bajas notas, cómo ponen el rostro? (Se pide que lo expresen con gestos).
- ¿Qué emociones se presentan cuando hay heladas o friajes?

Después se les pide que comenten acerca de:

- ¿Qué hacen cuando están molestos o tristes? ¿Cómo se comportan? ¿Qué dicen?
- ¿Cuándo se han sentido molestos o tristes? ¿Por qué?
- ¿Cómo han hecho para volverse a contentar?
- ¿Qué pasa con las personas que están cerca de ustedes? ¿Cómo se sienten?

Se van anotando las respuestas, y se dialoga sobre las formas positivas y las formas negativas de actuar cuando tienen cólera, miedo o tristeza. Consideran lo que no es bueno para ellos y para las personas que los rodean, por ejemplo: insultar o pegar son formas negativas de actuar cuando tenemos cólera, porque dañamos a otros y, al mismo tiempo, nos sentimos mal nosotros por haber dicho o hecho algo en contra de una persona cercana. Es importante mencionar que no es negativo sentir cólera o cualquier otra emoción. “Lo importante de esta sesión es recalcar la idea de saber cómo actuar frente a una situación”.

Posteriormente se les pregunta sobre cómo se sienten/sintieron ante la helada/frije; ¿Cómo reaccionaron? ¿Cómo reaccionaron los adultos que se encontraban a su alrededor?

Se reflexiona sobre las formas positivas de actuar ante estas situaciones. Para concluir se refuerzan algunos mensajes importantes en relación con lo trabajado:

- Es importante expresar cómo nos sentimos y compartir con los demás nuestras alegrías y preocupaciones, y así poder conocernos más.
- Hay emociones como la alegría y la tristeza que podemos expresar abiertamente, porque nos permiten comunicarnos mejor y compartir con los demás lo que nos pasa.
- Hay emociones como la cólera o ira que debemos expresar con cuidado, para no dañar o herir a las demás personas.
- Si nos sentimos tristes, avergonzados o con miedo, será bueno conversar con alguna persona con la que tengamos confianza, para que nos ayude y nos podamos sentir mejor.

Cierre (5 min.):

Se pide a las y los estudiantes que expresen cómo se han sentido en esta actividad y si desean presentar de manera voluntaria los dibujos realizados por ellos, felicitando la participación y valentía para expresarse.

Se cierra con fuertes aplausos, y saludos entre compañeros.

Recomendación: Extender la actividad a las familias:

- Es muy importante trabajar con los estudiantes las maneras de canalizar la cólera como tensión a relajar los músculos, realizar actividades físicas, entre otros. Se les puede decir que cuenten a su mamá, a su papá y demás familiares lo trabajado en la actividad, y preguntarles cómo se comportan ellos cuando están molestos, tristes, contentos, entre otras emociones.
- Podrían hablar de cómo se comportaron frente a la helada o friaje, lo que permitiría abrir una puerta de diálogo que ayude a conversar sobre lo sucedido en familia.
- Durante la semana, se reforzará el tema preguntando a las y los estudiantes: ¿Cómo se han sentido? ¿Han hablado con otras personas sobre sus emociones? ¿Cómo se han sentido al hablar con su familia sobre lo ocurrido



Autoprotección

Título: Protegiéndonos del frío

Inicial

Propósito/Objetivo:

Que los estudiantes identifiquen, conductas para protegerse de las bajas temperaturas.

Tiempo:

45



Materiales:

Papel bond,
lapiceros y
colores



La maestra dirá a sus niños que harán un juego, que consiste en que cada vez que sientan el frío o vean que puede llover, deberán rápidamente buscar un abrigo, y resguardarse del frío.

Para ello dentro del aula, ubicara puntos donde están mantas, abrigos y otros donde estará agua (lavarse la mano o jugar con el agua) y si se mojan quedaran húmedos y expuestos al frío.

A la voz de jugamos, pide que los niños, paseen por el aula identifiquen los lugares, luego cuando ella se disfrace del frío, ellos rápidamente deberán ir a los lugares de refugio y allí abrigarse, si se colocan donde dice agua, húmedo, y desabrigado los niños saldrán del juego. Repetirá varias veces esta actividad, has que todos los niños hayan aprendido a protegerse frente al frío.

Finalmente felicita y reflexiona con ellos la importancia de abrigarse incluso cuando juegan, en temporadas de mucho frío o heladas. Además, les pide que identifiquen en casa como se pueden proteger del frío, para que en la siguiente clase lo compartan.



Titulo o nombre de la actividad: Identificando materiales de la zona para estar abrigados ante heladas

Primaria y secundaria

Propósito:

Que los estudiantes identifiquen, reciclen, reúsen materiales del entorno, para estar más abrigados.

Tiempo:

45



Presentación:

En esta época del año en la que la temperatura baja, nos expone a una serie de peligros, para los cual debemos prepararnos,

- ¿Qué conductas debemos adoptar para cuidarnos?
- ¿Cómo podemos protegernos frente a las heladas o ante el friaje?

Desarrollo:

Los estudiantes se dividen en subgrupos reflexionan sobre formas de cuidarse ante las heladas o friajes.

Identifican materiales de la zona, para crear prendas de vestir y acondicionar sus aulas ante las heladas.

Plenaria: Cada grupo expone

Cierre:

Idea fuerza: Los estudiantes ante situaciones adversas, seleccionen y valoren la importancia de adoptar conductas de cuidado ante las bajas temperaturas como por ejemplo utilizar material reciclable ante las heladas o friaje; como **una oportunidad para LA AUTOPROTECCIÓN, desarrollar la creatividad y conocimiento, para el bienestar.**

Nota:

Extender lo participado el día de hoy en casa a fin de compartir la próxima clase que medidas de cuidado han adoptado en sus familias ante las bajas temperaturas

Resiliencia

Tema: Elaborando nuestros juegos

Inicial

Objetivo:

Que los niños puedan comprender la importancia de jugar aun en bajas temperaturas, pero sin exponerse a que el frio les haga daño.



Materiales:

Hojas,
Colores
Objetos del aula

Se le entrega materiales y se les pide que elabore.

Cuando hace mucho frio y no podemos salir a jugar a la calle, crearemos juegos para jugar dentro de casa

Se pide a los niños, construir un pueblo, con todos los materiales de

La profesora iniciará la dinámica diciendo, haciendo las siguientes preguntas: a sus niños quieren jugar sí?, ¿les gusta jugar? ¿Y cuando hace mucho frio como hacen:

- ¿Niños les gusta jugar?
- ¿Y cuando hace mucho frio, también les gusta jugar?
- ¿Ahora vamos a hacer un juego dentro del aula? Juntos vamos a construir nuestra ciudad/pueblo/distrito/barrio.
- Para ello usaremos las sillas y las carpetas para simular, las casas, escuela, centro de salud, iglesia, plaza de armas, etc.

Una vez construida la ciudad y ubicada los puntos (casas, u otro edificio), pedirá a los niños que recorran la ciudad cogidos en forma de tren, recuerda que no deben soltarse. Parten de la escuela y al retorno, les pregunta que vieron:

Ahora les pide nuevamente que vayan, pero esta vez deberán traer objetos con una de las manos, mientras que con la otra seguirán sujetos al compañero.

Recogerán los colores y las hojas, que encuentren para que al regresar elaboren un dibujo.

Al retornar la maestra los felicita, y les dice que dibujen o garabatean como mejor les guste, luego pedirá que cuenten al grupo que dibujaron.

Se refuerza, el sentido de trabajar en equipo, la importancia que todos colaboren, alcanzar los objetivos, y divertirse, sin exponerse a las bajas temperaturas, para no enfermarse, pero si pasar a la mejor. Y si nos enfermamos, hay que hacer caso a todo lo que indique el médico. Y que es muy importante tenemos muchas ganas jugar, sin exponernos a situaciones de peligro como las bajas temperaturas.

Tema: **Fortaleciendo tu Resiliencia: Un Viaje de Autoexploración**

Primaria y secundaria

Propósito/Objetivo:

Fomentar la comprensión y desarrollo de la resiliencia en los participantes a través de la reflexión, el aprendizaje y la aplicación de estrategias prácticas.

Esta actividad estructurada puede ayudar a los participantes a comprender mejor la resiliencia, identificar estrategias efectivas y crear planes de acción concretos para desarrollar esta habilidad en sus vidas. Además, fomenta la empatía y el apoyo mutuo, lo que es fundamental en el proceso de construir la resiliencia.

**Materiales:**

Hojas de papel en blanco.
Lápices o bolígrafos.
Pizarras o papelógrafos y
marcadores (opcional).
Espacio adecuado.

Inicio:**1. Introducción (15 minutos):**

- Explica brevemente qué es la resiliencia y por qué es importante.
- Anima a los participantes a compartir sus experiencias personales relacionadas con la resiliencia (superar obstáculos, momentos de adversidad, etc.).
- Define los objetivos de la actividad y el proceso.

2. Historias de Resiliencia (20 minutos):

Proporciona a las participantes hojas de papel y pídeles que escriban una breve historia personal de un momento en el que enfrentaron una adversidad y cómo lograron superarla. Esto puede ser anónimo si lo desean.

Desarrollo:**3. Compartir Experiencias (30 minutos):**

- Invita a los participantes a compartir sus historias en grupos pequeños o en el grupo completo, dependiendo del tamaño del grupo y la comodidad de los participantes.
- Fomenta la escucha activa y la empatía mientras comparten.

4. Identificación de Estrategias de Resiliencia (20 minutos):

- Facilita una discusión sobre las estrategias que utilizaron para superar sus adversidades.
- Anota estas estrategias en una pizarra o papelógrafo, de manera que todos puedan verlas

5. Ejercicios de Resiliencia (30 minutos):

- Divide a los participantes en grupos y proporciona una lista de ejercicios prácticos para fomentar la resiliencia, en especial ante las bajas temperaturas y sus efectos, en las personas y la comunidad. Luego les pide que imaginen una situación adversa que se da como consecuencia de las heladas o friajes; y deberán responder:
- ¿Qué acciones se pueden desarrollar para superar la situación adversa?
- ¿Qué oportunidades traen las bajas temperaturas?
- ¿Qué lecciones nos trae la adversidad?

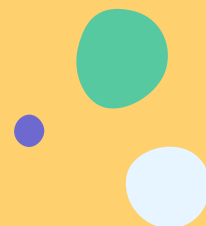
6. Plenaria: (15 minutos):

- Invita a los participantes que presenten su trabajo, ya sea de modo expositivo, dramatizado, artístico, . Cabe precisar que todos los participantes del grupo deberán salir adelante.
- Fomenta la retroalimentación y el apoyo mutuo.

Cierre (15 minutos):

- Concluye la actividad destacando la importancia de la resiliencia en la vida cotidiana, y con énfasis ante las bajas temperaturas, que afectan anualmente.
- Anima a los participantes a mantenerse comprometidos con sus planes de acción y a apoyarse mutuamente en su búsqueda de la resiliencia.

Bien común



Tema:

Reordenado nuestra aula, todos nos sentimos mejor

Inicial

Objetivo:

Que los niños puedan comprender mediante su participación significativa, la importancia del trabajo colaborativo para el bienestar general.



Materiales:

Hojas,
Colores
Objetos del aula

Inicio:

La maestra desordena el aula, para recibir a sus alumnos. Cuando ellos llegan, les pregunta:

- ¿Niños, cómo está el aula?...
- ¿Qué podemos hacer?

Reflexiona con ellos sus respuestas, orientándolos hacia lo que se puede hacer, para que este de la mejor forma, y todos podamos llevar la clase de la mejor manera.

Desarrollo:

Invita a sus estudiantes, a organizar el aula y prepararla para iniciar las clases. Recordando hacer las cosas con cuidado, de sí y de sus compañeros, ayudarse mutuamente, pide opiniones, donde va mejor tal o cual objeto.

Posteriormente, pregunta si ya terminaron, y que les parece como ha quedado, les gusta, ¿por qué? ¿Cómo se han sentido?, qué les pareció?

Reflexiona: con ellos que frente a las adversidades, es importante, trabajar en equipo, ayudarse mutuamente ya que ello beneficiara al bienestar general e individual.

Cierre:

Pide a los niños, hacer un círculo, destacando la participación de cada uno. Pide fuertes aplausos y abrazos entre ellos, para luego proseguir con la clase.

Título de la actividad: Cadena de Ayuda Mutua

Primaria y secundaria

Objetivo:

Fomentar la colaboración, la empatía y la solidaridad entre los participantes, promoviendo la ayuda mutua en situaciones de desafío.



Materiales:

Papel y bolígrafos.
Objetos o tarjetas con desafíos escritos (por ejemplo, rompecabezas)

1. Forma un grupo de participantes. El tamaño del grupo dependerá de tus necesidades y recursos, pero idealmente, debería ser de al menos 4 personas.
2. Prepara una serie de desafíos. Estos pueden ser en forma de rompecabezas, acertijos, problemas a resolver, o incluso tareas físicas que requieran colaboración. Cada desafío debe ser suficientemente complejo como para que no sea fácilmente resoluble por una sola persona.
3. Escribe cada desafío en una tarjeta o papel. Asegúrate de que los desafíos sean variados en términos de dificultad y tipo.
4. Coloca los desafíos en el centro de un círculo formado por los participantes.
5. Explica a los participantes que la actividad se llama “Cadena de Ayuda Mutua”. El objetivo es que trabajen juntos para superar los desafíos y avanzar en la cadena.
6. Cada participante tomará un desafío de la pila y tratará de resolverlo individualmente. Si alguien se siente atascado o no puede resolverlo, debe pedir ayuda a los demás en el grupo.
7. La regla clave es que solo puedes pedir ayuda una vez que hayas intentado resolver el desafío por tu cuenta. Cuando alguien pide ayuda, otros participantes deben prestar su asistencia de manera constructiva.
8. Una vez que un desafío se haya resuelto con éxito, el participante que lo resolvió toma otro desafío y continúa el proceso. Esto crea una cadena de ayuda mutua.
9. La actividad continúa hasta que se resuelvan todos los desafíos o se alcance un objetivo específico.
10. Al final de la actividad, puedes facilitar una discusión en grupo para reflexionar sobre las experiencias y lecciones aprendidas en cuanto a la ayuda mutua, la colaboración y la importancia de trabajar juntos para superar desafíos.
11. Esta actividad no solo fomenta la ayuda mutua, sino que también promueve la resolución de problemas, la comunicación efectiva y el trabajo en equipo. Puedes adaptarla según las necesidades y el nivel de habilidad de los participantes.



Calle Del Comercio 193, San Borja
Lima, Perú
Teléfono: (511) 615-5800
www.gob.pe/minedu

