



UNIVERSIDAD
MARCELINO CHAMPAGNAT
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y PSICOLOGÍA

TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL

TÍTULO:

Propuesta didáctica para prevenir el estrés en tiempos de pandemia en los estudiantes del segundo grado de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de Sincos, Provincia de Jauja, departamento de Junín.

AUTORES:

QUISPE RIOS, Miguel Angel
RAMOS HUERTA, Aydee
TINEO GARCÍA, Estedi

ASESOR / ASESORA:

SABADUCHE MURGUEYTIO, Luís Felipe
ORCID: 0000-0001-8757-9673

PARA OPTAR AL
TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN:

Educación Secundaria,
Especialidad Psicología



Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Permite descargar la obra y compartirla, pero no permite ni su modificación ni usos comerciales de ella.



ACTA DE APROBACIÓN PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO PARA LA TITULACIÓN - PAT

Ante el Jurado conformado por los docentes:

| | |
|---------------------------------------|------------|
| Mag. Aldino César SERNA SERNA | Presidente |
| Mag. Verónica Ángela BRINGAS ÁLVAREZ | Vocal |
| Mag. Luis Felipe SABADUCHE MURGUEYTIO | Secretario |

Estedi TINEO GARCIA, Bachiller en Educación, ha sustentado su Trabajo de Suficiencia Profesional, titulado **“Propuesta didáctica para prevenir el estrés en tiempos de pandemia en los estudiantes del segundo grado de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de Sincos, Provincia de Jauja, departamento de Junín”**, para optar el Título Profesional de Licenciada en Educación Secundaria, Especialidad Psicología.

El Jurado después de haber deliberado sobre la calidad de la sustentación y del Trabajo de Suficiencia Profesional, acordó declarar a la Bachiller en Educación:

| CÓDIGO | APELLIDOS Y NOMBRES | RESULTADO |
|---------|---------------------|----------------------|
| 2005479 | Estedi TINEO GARCIA | APROBADO POR MAYORÍA |

Concluido el acto de sustentación, el Presidente del Jurado levantó la Sesión Académica.

Santiago de Surco, 31 de marzo del 2021.

SECRETARIO

VOCAL

PRESIDENTE



UNIVERSIDAD MARCELINO CHAMPAGNAT
Facultad de Educación y Psicología

ACTA DE APROBACIÓN PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO PARA LA TITULACIÓN - PAT

Ante el Jurado conformado por los docentes:

| | |
|---------------------------------------|------------|
| Mag. Aldino César SERNA SERNA | Presidente |
| Mag. Verónica Ángela BRINGAS ÁLVAREZ | Vocal |
| Mag. Luis Felipe SABADUCHE MURGUEYTIO | Secretario |

Aydée RAMOS HUERTA, Bachiller en Educación, ha sustentado su Trabajo de Suficiencia Profesional, titulado **“Propuesta didáctica para prevenir el estrés en tiempos de pandemia en los estudiantes del segundo grado de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de Sincos, Provincia de Jauja, departamento de Junín”**, para optar el Título Profesional de Licenciada en Educación Secundaria, Especialidad Psicología.

El Jurado después de haber deliberado sobre la calidad de la sustentación y del Trabajo de Suficiencia Profesional, acordó declarar a la Bachiller en Educación:

| CÓDIGO | APELLIDOS Y NOMBRES | RESULTADO |
|---------|---------------------|----------------------|
| 2006314 | Aydée RAMOS HUERTA | APROBADO POR MAYORÍA |

Concluido el acto de sustentación, el Presidente del Jurado levantó la Sesión Académica.

Santiago de Surco, 31 de marzo del 2021.

SECRETARIO

VOCAL

PRESIDENTE



UNIVERSIDAD MARCELINO CHAMPAGNAT
Facultad de Educación y Psicología

ACTA DE APROBACIÓN PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO PARA LA TITULACIÓN - PAT

Ante el Jurado conformado por los docentes:

| | |
|---------------------------------------|------------|
| Mag. Aldino César SERNA SERNA | Presidente |
| Mag. Verónica Ángela BRINGAS ÁLVAREZ | Vocal |
| Mag. Luis Felipe SABADUCHE MURGUEYTIO | Secretario |

Miguel Angel QUISPE RIOS, Bachiller en Educación, ha sustentado su Trabajo de Suficiencia Profesional, titulado **“Propuesta didáctica para prevenir el estrés en tiempos de pandemia en los estudiantes del segundo grado de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de Sincos, Provincia de Jauja, departamento de Junín”**, para optar el Título Profesional de Licenciado en Educación Secundaria, Especialidad Psicología.

El Jurado después de haber deliberado sobre la calidad de la sustentación y del Trabajo de Suficiencia Profesional, acordó declarar al Bachiller en Educación:

| CÓDIGO | APELLIDOS Y NOMBRES | RESULTADO |
|---------|--------------------------|----------------------|
| 2006309 | Miguel Angel QUISPE RIOS | APROBADO POR MAYORÍA |

Concluido el acto de sustentación, el Presidente del Jurado levantó la Sesión Académica.

Santiago de Surco, 31 de marzo del 2021.

SECRETARIO

VOCAL

PRESIDENTE

Dedicatoria

Dedicamos a Dios, dueño de la vida, que siempre está en los momentos más cruciales de nuestra vida, iluminándonos en cada amanecer y creando la esperanza de que cada día es una nueva oportunidad de hacer cosas nuevas.

A nuestros padres, por su amor y apoyo incondicional, por darnos las oportunidades para lograr nuestras metas trazadas.

Agradecimientos

A Dios omnipotente, por darnos la vida, cuidarnos y guiar nuestros pasos día a día. Sin su presencia no tendría sentido este caminar.

Nuestro profundo agradecimiento, a nuestros padres por ser ese soporte alentador y por mostrarnos el camino hacia la superación.

A nuestro asesor, Magister Luís Felipe Sabaduche Murgueytio, por compartir su experiencia y sabiduría, por sabernos orientación con sencillez y humildad.

¡Gracias!

DECLARACIÓN DE AUTORÍA
PAT - 2021

Nombres: Miguel Angel

Apellidos: Quispe Rios

Ciclo: Verano 2021

Código UMCH: 2006309

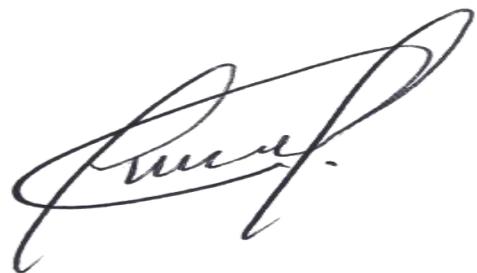
N° DNI: 43711436

CONFIRMO QUE,

Soy el autor de todos los trabajos realizados y que son la versión final las que se han entregado a la oficina del Decanato.

He citado debidamente las palabras o ideas de otras personas, ya se hayan expresado estas de forma escrita, oral o visual.

Surco, 19 de marzo de 2021



Firma

DECLARACIÓN DE AUTORÍA
PAT - 2021

Nombres:

Aydee

Apellidos:

Ramos Huerta

Ciclo:

Verano 2021

Código UMCH:

2006314

N° DNI:

41659562

CONFIRMO QUE,

Soy el autor de todos los trabajos realizados y que son la versión final las que se han entregado a la oficina del Decanato.

He citado debidamente las palabras o ideas de otras personas, ya se hayan expresado estas de forma escrita, oral o visual.

Surco, 19 de marzo de 2021



Firma

DECLARACIÓN DE AUTORÍA
PAT - 2021

Nombres:

Estedi

Apellidos:

Tineo García

Ciclo:

Verano 2021

Código UMCH:

2005479

N° DNI:

40694829

CONFIRMO QUE,

Soy el autor de todos los trabajos realizados y que son la versión final las que se han entregado a la oficina del Decanato.

He citado debidamente las palabras o ideas de otras personas, ya se hayan expresado estas de forma escrita, oral o visual.

Surco, 19 de marzo de 2021



Firma

RESUMEN

El presente trabajo de suficiencia profesional que a continuación se presenta, tiene como objetivo diseñar una propuesta didáctica para prevenir el estrés en tiempos de pandemia en los estudiantes del segundo grado del nivel secundaria de la institución educativa pública Coronel PNP "Marco Punte Llanos" del distrito de Sincos, provincia de Jauja, departamento de Junín. Para ello, se basa en el Paradigma Sociocognitivo Humanista de: Jean Piaget, David Ausubel y Jerome Bruner (cognitivos), Lev Vygostsky, Reaven Feuerstein, Albert Bandura y Lawrence Kohlberg (Socio-cultural-contextual), Robert Sternberg, Martiniano Román y Eloísa Díez (Teoría de la Inteligencia). A través de esta propuesta, el estudiante se vincula con dimensiones y aspectos de la tutoría; donde no solo se realiza el acompañamiento socioafectivo y cognitivo, sino también aprende valores para que pueda relacionarse con su entorno. En tal sentido, el primer capítulo contiene la planificación del trabajo de suficiencia profesional, el segundo capítulo el marco teórico y como último capítulo la programación general de tutoría.

ABSTRACT

The present work of professional sufficiency that is presented below, aims to design a didactic proposal to prevent stress in times of pandemic in second grade students of the secondary level of the public educational institution Coronel PNP "Marco Punte Llanos" of the district of Sincos, province of Jauja, department of Junín. For this, it is based on the Humanist Sociocognitive Paradigm of: Jean Piaget, David Ausubel and Jerome Bruner (cognitive), Lev Vygostsky, Reuven Feuerstein, Albert Bandura and Lawrence Kohlberg (Socio-cultural-contextual), Robert Sternberg, Martiniano Román and Eloísa Ten (Theory of intelligence). Through this proposal, the student is linked to the dimensions and aspects of tutoring; where not only the socio-affective and cognitive accompaniment is carried out, but also learns values so that they can relate to their environment. In this sense, the first chapter contains the planning of the work of professional sufficiency, the second chapter the theoretical framework and as the last chapter the programming of the general tutoring.

ÍNDICE

| | |
|--|-----------|
| INTRODUCCIÓN..... | 10 |
| CAPÍTULO I: Planificación del trabajo de suficiencia profesional | 11 |
| 1.1. Título y descripción del trabajo | 11 |
| 1.2. Diagnóstico y características de la institución educativa | 12 |
| 1.3. Objetivos del trabajo de suficiencia profesional | 13 |
| 1.4. Justificación | 13 |
| CAPÍTULO II: Marco teórico..... | 15 |
| 2.1. Bases teóricas del paradigma Sociocognitivo..... | 15 |
| 2.1.1. Paradigma cognitivo..... | 15 |
| 2.1.1.1. Piaget | 15 |
| 2.1.1.2. Ausubel | 18 |
| 2.1.1.3. Bruner..... | 21 |
| 2.1.2. Paradigma Socio-cultural-contextual | 24 |
| 2.1.2.1. Vygotsky | 24 |
| 2.1.2.2. Feuerstein | 27 |
| 2.1.2.3. Bandura | 30 |
| 2.1.2.4. Kohlberg..... | 32 |
| 2.2. Teoría de la inteligencia..... | 33 |
| 2.2.1. Teoría triárquica de la inteligencia de Sternberg..... | 33 |
| 2.2.2. Teoría tridimensional de la inteligencia | 35 |
| 2.3. Paradigma Sociocognitivo-humanista | 37 |
| 2.3.1. Definición y naturaleza del paradigma..... | 37 |
| 2.3.2. Competencias: definición y componentes..... | 37 |
| 2.3.3. Metodología..... | 39 |
| 2.3.4. Evaluación..... | 40 |
| 2.4. Definición de términos básicos | 41 |
| CAPÍTULO III: Programación | 44 |
| 3.1. Programación general | 44 |
| 3.1.1. Aportes de la tutoría..... | 44 |
| 3.1.2. Dimensiones y aspectos de la tutoría..... | 45 |
| 3.1.3. Enfoques transversales..... | 46 |
| 3.1.4. Valores y Actitudes..... | 49 |
| 3.1.5. Definición de valores y actitudes | 50 |
| 3.1.6. Evaluación a la hora de tutoría | 51 |
| 3.1.7. Plan Institucional de Tutoría, Orientación Educativa y Convivencia Escolar | 55 |
| 3.1.8. Lineamientos de la tutoría | 62 |

| | |
|--|-----|
| 3.1.9. Líneas de acción de la tutoría y orientación educativa | 64 |
| 3.2. Programación específica | 66 |
| 3.2.1. Plan de tutoría de aula | 66 |
| 3.2.2. Unidades o Programaciones Bimestrales | 72 |
| 3.2.2.1. Sesiones de la tutoría | 76 |
| 3.2.2.2. Materiales de apoyo | 93 |
| 3.2.2.3. Evaluaciones de proceso | 105 |
| Conclusiones | 106 |
| Recomendaciones | 109 |
| Referencias | 110 |

INTRODUCCIÓN

La crisis sanitaria en la que estamos viviendo a consecuencia de la pandemia, no solo deja problemas relacionados a la salud, sino también en el ámbito social, político, cultural, religioso y económico, que influyen en los nuevos estilos de vida en la sociedad. Ante el aislamiento, el teletrabajo aparece como solución tanto para mantener las actividades en un escenario de reclusión, como para asegurar cierta productividad. Frente a esta realidad, la educación debe actuar con nuevas estrategias y establecer una cultura de prevención que responde a las necesidades de la coyuntura actual.

En este contexto, el paradigma sociocognitivo humanista surge como respuesta a las nuevas demandas que la sociedad enfrenta en la actualidad, porque la tutoría y orientación educativa comprende la atención de las dimensiones que permite a los estudiantes ser protagonistas y desarrollar habilidades, destrezas, valores y actitudes que le ayudarán a ser personas autónomas, capaz de solucionar las situaciones que se presentarán en su vida cotidiana.

En tal sentido, educar por competencias adquiere un papel fundamental. Tomando en cuenta que la tutoría y orientación educativa promueve el desarrollo de competencias socioemocionales, tan necesarias para lograr el desarrollo integral del estudiante, se constituye en un espacio fundamental para el desarrollo de tales competencias. Asimismo, es un espacio especialmente propicio para desarrollar capacidades que permitan a los estudiantes afrontar las consecuencias de la pandemia.

El presente trabajo de suficiencia profesional propone una alternativa para prevenir el estrés en los estudiantes del segundo grado de educación secundaria de la institución educativa pública del distrito de Sincos, provincia de Jauja, departamento de Junín, especialmente en tiempos de pandemia. Tiene como base el paradigma sociocognitivo humanista, un modelo educativo innovador y eficiente que permite acompañar a los estudiantes en el aspecto socioemocional y cognitivo. Es una propuesta didáctica contextualizada que responde a las necesidades de la institución educativa.

CAPÍTULO I

Planificación del trabajo de suficiencia profesional

1.1. Título y descripción del trabajo

Título: Propuesta didáctica para la prevención de estrés en tiempos de pandemia en los estudiantes del segundo grado de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de Sincos, provincia de Jauja, departamento de Junín.

Descripción del trabajo

El siguiente trabajo de suficiencia profesional consta de tres capítulos: el primero, contiene el título, descripción, diagnóstico de la realidad pedagógica y sociocultural de la institución educativa, con el objetivo planificar una propuesta didáctica que responda a las necesidades concretas de los estudiantes. Así mismo, se plantea los objetivos y la justificación.

El segundo capítulo presenta los fundamentos del marco teórico, según los diferentes autores cognitivos como: Piaget, Ausubel, Bruner y socio - contextuales del aprendizaje como: Vygostsky, Feuerstein, Bandura y Kohlberg. Así mismo, presentamos los planteamientos más importantes y exponentes de las teorías de la inteligencia y del paradigma Sociocognitivo humanista, cuyas propuestas servirán de base y sustento para la elaboración del tercer capítulo.

Finalmente, el tercer capítulo contiene el desarrollo sistemático de la programación curricular, desde lo general a lo específico. Así mismo, se incluye las estructuras sobre la base de tres dimensiones dadas por el Ministerio de Educación (MINEDU), para Tutoría del segundo grado en el nivel secundaria, los cuales luego serán disgregadas según sus elementos constitutivos y detallados en los diferentes documentos de programación: aporte de la tutoría, dimensiones y aspectos de la tutoría, enfoques transversales, panel de valores y actitudes, las definiciones de los mismos. Todo ello se concretiza en el plan institucional de tutoría, orientación educativa y convivencia escolar, plan tutorial de aula, unidades o programaciones bimestrales, sesiones, materiales de apoyo y evaluaciones de proceso, las cuales guardan una relación lógica según las dimensiones.

1.2. Diagnóstico y características de la institución educativa

La Institución Educativa Coronel PNP “Marco Puente Llanos”, se encuentra ubicada en la localidad de Sincos, es un pintoresco pueblo andino del Perú, con rezagos de su cultura y tradiciones, situado en el distrito de Sincos, provincia de Jauja, departamento de Junín, a 3500 m s. n. m. Está compuesto por cuatro cuarteles, es característico sus calles angostas, casas de adobe y tapial, con techos de tejas, y encima de ellos algunos llevan elementos ceremoniales como representaciones de arcilla de toros, leones, etc. La comunidad pertenece a un estrato social medio, se dedica a la agricultura, ganadería, turismo; de esa forma sustenta las necesidades de sus familias. Así mismo, posee espacios recreativos, centro de salud y comisaría de PNP, que ayudan a las diversas actividades educativas preventivas.

La institución educativa Coronel PNP “Marco Puente Llanos” es de gestión pública, ofrece el nivel secundaria y cuenta con un total de 119 estudiantes distribuidos en una sección por grado. Los servicios que dispone la institución son ambientes seguros y adecuados para cada grado, como: campo deportivo, aula de AIP, auditorio y talleres de costura. Asimismo, posee los recursos necesarios para consolidar el proceso de aprendizaje como laboratorio de Ciencias y Computación, biblioteca básica, multimedia, fotocopiadora y equipo de sonido. En relación al personal, cuenta con un instructor PNP, un auxiliar, un docente de AIP, un personal de servicio, seis docentes nombrados y dos contratados.

Los padres de familia de la institución educativa, casi no se involucran en las actividades académicas de sus hijos, ya que la mayor parte de su tiempo se dedican a la agricultura. Asimismo, con mucha nostalgia podemos observar que las familias no estaban preparadas para afrontar esta situación del COVID-19 que enfrenta la humanidad entera. Esto afecta emocionalmente, psicológicamente, y al mismo tiempo en el campo laboral, familiar, social y comunitario, que conlleva a las diferentes reacciones producto de estrés.

Los estudiantes del segundo grado de educación secundaria son adolescentes que muestran características de sumisión e inseguridad, porque provienen de familias disfuncionales y de escasos recursos económicos. Sin embargo, poseen habilidades artísticas, musicales y deportivas que les ayudan en su desarrollo personal. En relación al área de tutoría, apremia prevenir el estrés, que afecta la convivencia armoniosa a consecuencia de la pandemia.

1.3. Objetivos del trabajo de suficiencia profesional

Objetivo General:

Proponer un modelo didáctico para la prevención de estrés en tiempos de pandemia, en los estudiantes del segundo grado de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de Sincos, provincia de Jauja, departamento de Junín.

Objetivo Específico:

- Diseñar sesiones de tutoría para prevenir el estrés en tiempos de pandemia, en los estudiantes del segundo grado de educación secundaria de la institución educativa pública del distrito de Sincos, provincia de Jauja, departamento de Junín.
- Brindar herramientas para que los estudiantes de segundo grado, puedan manejar mejor sus emociones en estos tiempos de pandemia y de esa forma prevenir el estrés, para establecer una convivencia armoniosa.
- Fortalecer las emociones, afectos y estilos de aprendizaje en los estudiantes del segundo grado de educación secundaria de la institución educativa pública del distrito de Sincos, provincia de Jauja, departamento de Junín para prevenir el estrés en tiempos de pandemia.

1.4. Justificación

La coyuntura en la que estamos viviendo en la actualidad en el mundo entero y nuestro país, a causa del COVID-19, presenta factores asociados con un alto impacto psicológico y niveles elevados de estrés, síntomas de ansiedad y depresión. La pandemia es abrumadora y genera emociones fuertes en niños, adolescentes y adultos. Así mismo, representa un gran desafío cautelar la salud mental de la población general.

A raíz de la propagación de la pandemia el servicio educativo presencial ha sido afectado en todos los aspectos, produciéndose episodios de estrés en la comunidad educativa, lo que también se ha evidenciado en los estudiantes de segundo grado del nivel secundaria de la institución educativa pública Coronel PNP “Marco Punte Llanos”.

Por ello, es necesario proponer estrategias didácticas en el plan de tutoría para lograr prevenir y lidiar con el estrés de manera saludable y fortalecer el estado emocional de los estudiantes. Cabe precisar, que la institución educativa en coordinación con los tutores viene difundiendo materiales como: audios y videos para soporte emocional de los estudiantes, lo que constituye un oportunidad para materializar estas estrategias.

Nuestra propuesta es innovadora y se fundamenta en el paradigma sociocognitivo- humanista, porque muestra los procesos que desarrolla el estudiante en el progreso del aprendizaje, al hacer uso de capacidades, destrezas, valores y actitudes, que permiten dar respuesta a los nuevos retos de la sociedad formando personas competentes.

La presenta propuesta didáctica contribuirá al plan de tutoría en las instituciones educativas, como un recurso importante de apoyo para los tutores, para que de esa forma puedan prevenir el estrés especialmente en estos tiempos de pandemia en los estudiantes del nivel secundaria, adaptando estrategias de acuerdo a su realidad y desarrollando habilidades socioafectivo y cognitivo en base a los valores de respeto, responsabilidad y solidaridad.

Finalmente, es importante enfatizar, una vez terminada la pandemia, que esta propuesta continuará teniendo gran utilidad para prevenir el estrés en los estudiantes, puesto que los seres humanos siempre nos exponemos a situaciones estresante en la vida diaria.

CAPÍTULO II

Marco teórico

2.1. Bases teóricas del paradigma Sociocognitivo

2.1.1. Paradigma cognitivo

El paradigma cognitivo centra sus estudios en el proceso de aprendizaje, en cómo aprende el estudiante, es decir, cómo se produce el aprendizaje en la mente de la persona de acuerdo con el entorno social (Latorre, 2021). Así mismo, este paradigma permite a los estudiantes a estar en constante cambio, porque ellos continuamente están configurando los conocimientos previos con los nuevos, con la finalidad de dar significación a lo que está aprendiendo. Por otro lado, es cognitivo porque el estudiante, para construir su aprendizaje, debe desarrollar habilidades cognitivas como: capacidades, destrezas y habilidades afectivas como los valores y actitudes para desenvolverse dentro de la sociedad (Latorre, 2016).

A continuación, se explicarán los aportes a la educación de los principales expositores del paradigma cognitivo:

2.1.1.1. Piaget

Jean William Fritz Piaget (1896-1980) fue un biólogo, psicólogo, epistemólogo y filósofo suizo. Es uno de los estudiosos más importantes que desarrolló la mayor cantidad de investigaciones sobre el aprendizaje. Gracias a sus aportes y teorías se ha logrado un cambio evolutivo de gran importancia tanto en las ciencias psicológicas y en el sistema educativo. Piaget centró sus investigaciones en el desarrollo de la mente infantil, él pensaba que los niños construyen activamente el conocimiento del ambiente usando lo que ya saben e interpretando nuevos hechos y objetos. Por otro lado, a Piaget no le interesa tanto lo que conoce el niño, sino cómo piensa en los problemas y en las soluciones, estaba convencido de que el desarrollo cognoscitivo supone cambios en la capacidad del niño para razonar sobre su mundo (Linares, s. f.).

“Piaget busca explicar el proceso del desarrollo cognitivo en la persona, desde la fase inicial de recién nacido hasta la última etapa, ayudando a entender como el hombre se desarrolla a lo largo de la vida, mediante la formación del desarrollo de habilidades innatas” (Linares, s.f., párr. 3).

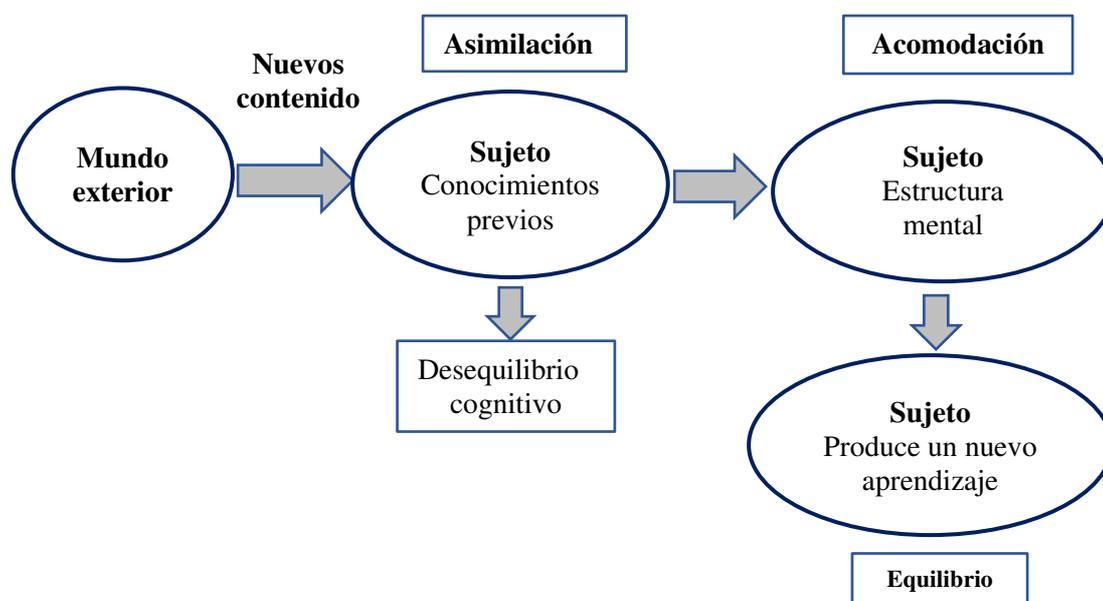
Para Piaget la formación de estructuras mentales se da a través de los siguientes procesos:

Asimilación: Es la incorporación de estructuras cognitivas nuevas a las ya existentes; la nueva información proviene de la interacción con el mundo exterior, que se desarrolla mediante el uso de los sentidos. Así mismo, es utilizar los esquemas que poseemos para dar sentido a los acontecimientos del mundo, incluyendo el intento de entender algo nuevo y ajustarlo a lo que ya se conoce (Vergara 2017).

Acomodación: Es el proceso de transformaciones de los propios esquemas en función de los cambios del medio. Los nuevos datos de la experiencia, se integran en los esquemas y lo modifican adáptenlos a los nuevos aspectos de la realidad.

Por otra parte, la acomodación se refiere al “proceso mediante el cual los conceptos se adaptan a las características reales de las cosas y encajan en el marco de la realidad [...] se modifican las representaciones mentales del sujeto teniendo en cuenta la información asimilada” (Latorre, 2016, p. 151). Esto es, ajustar los esquemas previos a los nuevos esquemas para consolidarlos e integrarlos. Una vez incorporados los nuevos esquemas, el constructo elaborado se modifica con los ya existentes, mediante el proceso de desequilibrio.

Equilibración: Es el estado mental conseguido en las estructuras cognitivas después de haber llegado a la acomodación definitiva entre los esquemas previos y los nuevos.



(Tomado de Pizano, 2012).

Durante el desarrollo del aprendizaje, se van originando diversos momentos de asimilación y acomodación, produciéndose un cierto grado de desequilibrio, lo que implica una reorganización de las estructuras cognitivas, para así lograr un equilibrio de los dos procesos que permitirá la restructuración organizada de los conocimientos en la estructura cognitiva.

Por otro lado, Piaget también nos plantea los estadios del desarrollo de la inteligencia y en ella señala que el desarrollo cognitivo se da en forma progresiva durante las diferentes etapas del desarrollo de la persona. A continuación, se presenta los estadios:

Estadio sensomotriz: Abarca “desde 0-2 años; aproximadamente, no hay acciones mentales; hay acciones conductuales y ejecutivas” (Latorre, 2016, p.149). Es decir, en este estadio prelingüístico el aprendizaje depende de experiencias sensoriales inmediatas y de actividades motoras corporales. Se adquiere la permanencia del objeto, las conductas características de este estadio son: el egocentrismo, la circularidad, la experimentación y la imitación (Valdés, 2014).

Estadio preoperatorio: Comprende “de 2 - 7 años; se realizan acciones mentales, pero no son reversibles” (Latorre, 2016, p.150). En este periodo el niño obedece y actúa por intuición. El pensamiento infantil ya no está sujeto a acciones externas, sino que se interioriza. Las formas de representación internas que emergen simultáneamente al principio de este período son: la

imitación, el juego simbólico, la imagen mental y un rápido desarrollo del lenguaje hablado (Labinowicz,1987).

Estadio lógico concreto: “De 7-12 años. Primero se dan acciones mentales concretas reversibles y luego aparecen las representaciones abstractas” (Latorre, 2016, p.150). En este periodo el sujeto reconoce los elementos, las propiedades y las transformaciones de un objeto al clasificarlo. El individuo es capaz de resolver problemas matemáticos con suma y resta, mediante el uso y apoyo de material concreto. En relación al lenguaje, logra comprender que los demás pueden pensar y percibir las cosas de forma diferente a sus propias ideas. Por otra parte, las relaciones sociales se hacen más complejas (Valdés, 2014).

Estadio de las operaciones formales: “De 12-15 años. El desarrollo de la inteligencia repercute en todos los sectores de la personalidad” (Latorre, 2016, p.150). En este periodo, el ser humano comienza a emplear enunciados en relación con la realidad, buscando las causas y consecuencias de los acontecimientos. También puede realizar experimentos con base científica, identifica y soluciona diversos problemas, haciendo un análisis correspondiente. Así mismo, en este periodo se da el máximo desarrollo de las estructuras cognitivas, el desarrollo cualitativo alcanza su punto más alto (Labinowicz,1987).

Para Piaget, la capacidad cognitiva y la inteligencia se encuentran estrechamente ligados al medio social, es por ello que sus teorías aportan significativamente en el ámbito educativo, para diseñar un plan de tutoría según su realidad de los estudiantes. Así mismo, es importante tomar en cuenta el estadio de las operaciones formales, porque la edad de los estudiantes corresponde a este periodo, esto ayudará a comprender, elegir los métodos, las estrategias necesarias como: Análisis de casos, afiches informativos, entrevista, video conferencias, talleres, textos reflexivos, autoevaluación, metacognición, etc.; con la finalidad de prevenir el estrés en tiempos de pandemia. Así mismo, es preciso que el estudiante conozca cómo adquiere su aprendizaje, que se verá reflejado en el desarrollo de los procesos de su aprendizaje.

2.1.1.2. Ausubel

David Paul Ausubel (1918-2008), psicólogo norteamericano, dio grandes aportes en el campo de la psicología educativa, la ciencia cognitiva y el aprendizaje de la educación científica en el desarrollo e investigación. Se le considera pionero del constructivismo, siendo el más

relevante y aplicado en la actualidad la Teoría del Aprendizaje Significativo, en ella precisa que el estudiante puede generar sus propios conocimientos de forma sustancial para ser aplicado en diversas situaciones.

Teoría del aprendizaje significativo: Ausubel plantea en esta teoría el aprendizaje del estudiante depende de la estructura cognitiva previa que se relaciona con la nueva información. Es decir, los nuevos aprendizajes se integra en la estructura cognitiva que posee el sujeto, para adquirir y procesar una nueva información. En este sentido, el proceso de aprendizaje es de vital importancia para conocer la estructura cognitiva del estudiante; no solo se trata de saber la cantidad de información que posee, sino cuáles son los conceptos y proposiciones que maneja, así como de su grado de estabilidad (Ausubel,1983).

Asi mismo, Ausubel sostiene que para el logro del aprendizaje significativo se requiere de tres requisitos: Primero es presentar al estudiante material potencialmente significativo, que guarde una relación lógica con los contenidos; segundo se requiere de la predisposición del estudiante para establecer y relacionar el material de aprendizaje con su estructura cognitiva, sin esta actitud del estudiante no se podrá lograr un aprendizaje significativo por muy bueno que sea el material utilizado en el aprendizaje y, por último, las estructuras cognitivas de los estudiantes para un aprendizaje significativo, son de vital importancia pues no solo se necesita de la disposición de los estudiantes para relacionar la estructura cognitiva con el material de estudio, sino también se necesita del conocimiento de estrategias diversas (Soto, 2003).

Por otro lado, “Ausubel recalca que el aprendizaje significativo no es la "simple conexión" de la información nueva con la ya existente en la estructura cognoscitiva del que aprende, por el contrario, solo el aprendizaje mecánico es la "simple conexión", arbitraria y no sustantiva; el aprendizaje significativo involucra la modificación y evolución de la nueva información, así como de la estructura cognoscitiva envuelta en el aprendizaje”. De esta forma, Ausubel distingue tres tipos de aprendizaje significativo (Aceituno, 1998):

Aprendizaje representacional: Tipo básico de aprendizaje significativo, En él se asignan significados a determinados símbolos (palabras) se identifican los símbolos con sus referentes (objetos, eventos, conceptos). Es decir, este tipo de aprendizaje se presenta generalmente en los niños, porque hace referencia a la forma más sencilla del aprendizaje y consiste en retener

el nombre de las palabras o símbolos, y asociarlos con lo que representan. Por ejemplo, “ver una pelota y saber que se llama pelota” (Ausubel,1983).

Aprendizaje de conceptos: los conceptos representan regularidades de eventos u objetos, y son representados también por símbolos particulares o categorías y representan abstracciones de atributos esenciales de los referentes (Latorre, 2021).

Para Ausubel (1983), estos conceptos son adquiridos a través de dos procesos: Formación y asimilación. En el primer proceso de formación de conceptos, los atributos de criterio del concepto se adquieren a través de una experiencia directa, en el segundo proceso el aprendizaje de conceptos por asimilación se produce a medida que el niño amplía su vocabulario, pues los atributos de criterio de los conceptos se pueden definir usando las combinaciones disponibles en la estructura cognitiva, por ello el niño podrá distinguir distintos colores, tamaños y afirmar que se trata de una "pelota", cuando vea otras en cualquier momento.

Aprendizaje proposicional: la tarea no es aprender significativamente lo que representan las palabras aisladas o combinadas, sino aprender lo que significan las ideas expresadas en una proposición, las cuales a su vez constituyen un concepto. En este tipo de aprendizaje la tarea no es aprender un significado aislado de los diferentes conceptos que constituyen una proposición, sino el significado de ella como un todo (Aceituno, 1998).

El desafío más enriquecedor para el ser humano es el aprendizaje constante y significativo. Es por ello, que aplicaremos la teoría de Ausubel sobre aprendizaje significativo en las programaciones, unidades y sesiones didáctica de tutoría, partiendo desde su realidad, teniendo en cuenta los saberes previos ya que el estudiante irá relacionando y descubriendo nuevos contenidos con los que ya conoce previamente, generando así su propio conocimiento o aprendizaje. Así mismo, se podrá elegir materiales didácticos adecuados para su edad y su contexto, para que logren la significatividad de su aprendizaje y de esa forma poder prevenir el estrés en tiempos de pandemia.

2.1.1.3. Bruner

Jerome Seymour Bruner (1915-2016), psicólogo norteamericano, investigador y docente. Desarrolló diversos estudios que con el tiempo adquirieron gran relevancia en el campo educativo. Bruner se centra en los temas sobre el desarrollo cognoscitivo y el constructivismo, a diferencia de muchos autores que han sido calificados como constructivista por terceros, Bruner se considera a sí mismo como un constructivista y afirma que nada de lo que existe en el mundo está allí por sí mismo, sino que siempre se construye constantemente. No importa lo que hagamos, nosotros expresamos las reglas de la cultura en la que vivimos (Bruner, citado en Weir, 2015).

Bruner establece tres principios fundamentales para la enseñanza, estos son: la organización del currículo espiral, la metáfora del andamio y la formación de las estructuras cognitivas.

Para Bruner, el aprendizaje es un proceso activo, de asociación, construcción y representación, porque la estructura cognitiva anterior del alumno provee significado, permite organizar sus experiencias e ir más allá de la información. Es decir, la educación consiste en construir un “currículo en espiral”, porque existen modos de profundizar mejor en un determinado conocimiento, en función del entendimiento que corresponda al desarrollo cognitivo del estudiante. Por ejemplo, profundizar en el conocimiento de la “bicicleta”. Primero mediante una acción directa con ella, “montar en bicicleta”, después mediante un dibujo o representación gráfica y finalmente, mediante una definición de ella (Bruner, 1963).

En la metáfora de andamio, Bruner afirma que la educación es un proceso público que consiste en intercambiar, compartir y negociar significados. Es decir, los andamios son sistemas de ayuda en los procesos de enseñanza aprendizaje, permiten moverse con seguridad hacia el próximo escalón y el siguiente escalón es la apropiación de una determinada herramienta cultural; ya que la cultura permite construir la mente humana a través de la educación (Bruner, citado en Guilar, 2009).

Por otro lado, en la metáfora de andamio, Latorre (2021) menciona que es fundamental la buena formación del profesor, referida al conocimiento que imparte a la psicología del estudiante y la metodología que debe utilizar; a la vez debe ser crítico y reflexivo, porque será el contexto y el grupo con el que trabaja, el que le indicará qué tipo de ayuda concreta debe

prestar. Así mismo, se debe utilizar el siguiente procedimiento: En primer lugar, el docente debe intervenir ante la lectura de un texto leído en silencio, luego clarifica el concepto y predice el contenido del párrafo siguiente, en segundo momento, el docente debe motivar a los estudiantes para procesar la información de la misma manera y, por último, a medida que los estudiantes participan, las intervenciones del docente se van haciendo cada vez más esporádicas.

Latorre (2021), menciona que, para Bruner lo más importante en el aprendizaje, son las estructuras que se forman a través del proceso de aprendizaje. Es decir, el aprendizaje según Bruner, se basa en la categorización o procesos mediante los cuales simplificamos la interacción con la realidad a partir de la agrupación de objetos, sucesos o conceptos. Por ejemplo: El perro, y el gato son animales. El estudiante construye su conocimiento, además genera proposiciones, verifica hipótesis, realiza inferencias según las propias categorías que se van modificando a partir de su interacción con el ambiente. Es por ello, que el aprendizaje es un proceso activo de asociación, construcción y representación. La estructura cognitiva anterior del estudiante provee significado, permite organizar sus experiencias e ir más allá de la información dada (Bruner, 1963).

También, Bruner distingue tres modos básicos de representar el reflejo del desarrollo cognitivo, mediante los cuales el hombre y la mujer representan la realidad: Primero, de modo “enactivo”, es representar una determinada cosa mediante la reacción inmediata con ella. Por ejemplo, montando en bicicleta uno representa a bicicleta, el segundo modo es lo “Icónico”, en este caso, se utilizan imágenes o esquemas para representar. Por ejemplo, un dibujo puede representar una bicicleta y finalmente el modo “simbólico”, es representar una cosa mediante un símbolo arbitrario. Por ejemplo, representar una bicicleta mediante la palabra “bicicleta”. Así mismo, Bruner insiste en que la educación debe inculcar habilidades, formar la representación de la propia experiencia y del conocimiento buscando el equilibrio entre la riqueza de lo particular y la economía de lo general (Bruner, 1984).

Bruner, propone el Aprendizaje por descubrimiento. En esta teoría emplea el método inductivo, en ella subraya la importancia de la cultura para el desarrollo humano. Así mismo, afirma que: “No se puede pensar en la educación sin tener en cuenta cómo se transmite una cultura” (Bruner, 1987, p. 81). Por consiguiente, la enseñanza por descubrimiento, no implica

el proceso de guiar a los estudiantes para que descubran lo que está “allí afuera”, sino el descubrimiento de lo que hay dentro de su propia mente (Bruner,1987).

Para Bruner (citado en Latorre, 2021) los principios del aprendizaje por descubrimiento son los siguientes: Todo conocimiento verdadero es aprendido por uno mismo, el significado es producto exclusivo del descubrimiento creativo, la expresión verbal es la clave de la transferencia, el entrenamiento en las estrategias de descubrimiento es más importante que la enseñanza de la materia de estudio, el descubrimiento es generador de motivación intrínseca y confianza en sí mismo y el descubrimiento asegura la conservación del recuerdo.

Bruner enfatiza cuatro aspectos fundamentales para lograr el aprendizaje (citado por Latorre, 2021), estos son:

- Motivación y predisposición para aprender: Condición fundamental para el aprendizaje del estudiante. Para ello, el docente debe proporcionar motivación para active el deseo e interés de explorar alternativas para su aprendizaje.
- Estructura y forma del conocimiento: Los contenidos deben ser presentados al estudiante de forma preciso y significativo de acuerdo a su contexto y a su realidad.
- Secuencia en la presentación: El docente debe guiar los contenidos presentados al estudiante para aumentar sus habilidades, así comprender, transformar y transferir lo que está aprendiendo. Por consiguiente, es importante considerar los conocimientos previos que ya tienen los estudiantes.
- Forma, secuencia y refuerzo: El docente tiene la misión de orientar al estudiante para el logro de sus aprendizajes. Para lo cual, depende de tres aspectos básicos: primero el momento en que se da la información, segundo considerar las condiciones del estudiante en el momento que aprende y por último la forma en que se da la información (Latorre, 2021).

Para Bruner, es vital enseñar a los estudiantes a pensar como lo hace un científico, teniendo en cuenta sus conocimientos previos, su etapa de desarrollo intelectual, sus habilidades. Por ello, en el plan de tutoría, se aplicará las principales propuestas de Bruner, así como el

currículo en espiral, porque permite presentar contenidos relevantes y significativos para el estudiante, con cada vez mayor nivel de dificultad conforme avanzan los grados; así como también el aprendizaje por descubrimiento, porque permite al estudiante descubrir su autonomía en los proceso del aprendizaje y salir de lo mecánico y tradicional y por último se aplicará la metáfora de andamio, a través de ella el docente ayudará al estudiante a construir sus conocimientos con una mediación adecuada. Así mismo, por medio de estas teorías se podrá prevenir el estrés en tiempos de pandemia en los estudiantes del segundo grado del nivel secundaria.

2.1.2. Paradigma Socio-cultural-contextual

Este paradigma nace como respuesta a la necesidad de entender el aprendizaje del estudiante en un escenario concreto, que es la sociedad, mediante el uso de signos y símbolos para la interacción entre las personas de un determinado contexto en el que vive. Así mismo, mediante este paradigma socio-contextual podemos estructurar significativamente la experiencia y facilitar el aprendizaje compartido en grupos (Latorre, 2021). Por consiguiente, “El paradigma socio-cultural-contextual se preocupa del escenario y del entorno cultural en el que aprende el estudiante, así como en las interacciones e interrelaciones en las que vive, porque aprende en un escenario concreto: el de la vida social y el de la escuela, lleno de interacciones” (Latorre y Seco, 2016, p. 36).

Entre los principales representantes de este paradigma socio-cultural-contextual tenemos a Vygotsky y Feuerstein, quienes sostienen que la persona puede modificar sus estructuras mentales solo si reviven estímulos desde el medio que le rodea (Latorre, 2010):

2.1.2.1. Vygotsky

Lev Smiónnovich Vygotsky (1896-1934), psicólogo y pedagogo ruso de origen judío, con su teoría sociocultural brindó grandes aportes a la educación. Su propuesta de aprendizaje se centra en cómo el estudiante adopta su aprendizaje en relación con su contexto y en la adquisición del lenguaje. Es decir, para él es importante considerar la sociedad en el aprendizaje del estudiante (Latorre, 2021).

En su teoría sociocultural enfatiza la influencia de la sociedad en el aprendizaje del estudiante, por ello, es importante la dinámica de la interacción con sus costumbres y estilo de vida en relación con los demás, los cuales modifican el comportamiento, el desarrollo de los procesos cognitivos superiores como el pensamiento y el lenguaje. Es decir, el desarrollo del aprendizaje se ve marcado por la sociedad en la que vive el estudiante, los que influyen en este proceso son: sus padres, compañeros, amigos o cualquier otra persona y por la interacción que realiza con ellos a través del uso del lenguaje (Caicedo, 2012).

Para Vygotsky (citado por Latorre, 2016) la apropiación de la cultura se produce a través de:

La actividad: El niño se relaciona con el mundo que lo rodea, a través de lenguaje hablado, escrito y simbólico, de esa forma asimila los contenidos culturales, los modos de pensar, y los procedimientos.

La orientación: Puede ser directa o indirecta de forma intencional, en la familia y la escuela. En la familia el niño realiza actividades planificadas o no necesariamente por los padres, y en la escuela ejecuta las actividades planificadas por el profesor, quien es el orientador directo (Latorre, 2016).

Para Vygotsky, el profesor es considerado como mediador en la adquisición del aprendizaje porque brinda una ayuda ajustada. En este sentido, el profesor, en su papel de acompañar y mediar durante este proceso del aprendizaje, deberá poseer y elaborar recursos o estrategias cognitivas para que el estudiante logre transferir el aprendizaje en el contexto donde se desenvuelve (Latorre, 2021).

Así mismo, Vygotsky (citado por Latorre, 2021), afirma que todos los procesos cognitivos se construyen primero de manera interpersonal, es decir, en forma de cooperación entre el docente o adulto (experto) y el estudiante (aprendiz), luego a través de una instancia intrapersonal son interiorizados por el sujeto.

Para Vygotsky, la formación de estructuras cognitivas se da a través de los siguientes procesos (citado por Latorre y Seco, 2016):

Interiorización: Se basa en los principios de doble proceso de aprendizaje, que se realiza en el contexto social de manera interpsicológica, es decir se da en relación con otras personas para luego pasar a la intrapsicológica para ser interiorizado. Ejemplo: “El niño aprende primero a desarrollar su autonomía en grupo social y luego interioriza individualmente lo que ya existe en el grupo”.

Apropiación: Durante el proceso del desarrollo humano, el niño se adapta a una cultura organizada por las personas que conforman su entorno, de este modo, comienza a asimilar de forma directa o indirecta diversas actitudes en su modo de pensar y actuar.

Resolución: Se resuelve el conflicto cognitivo, adhiriendo nuevos aprendizajes en la estructura cognitiva del estudiante (Latorre y Seco, 2016).

Por otro lado, el rol del docente (Vygotsky, citado en Flores, 2007) es mediador durante el proceso de aprendizaje, por ello, cede su protagonismo al estudiante, quien asume el papel fundamental en su propio proceso de aprendizaje. Para lo cual, es fundamental considerar tres aspectos: Primero conocer y relacionarse con los estudiantes, valorar sus aportes tanto individuales como grupales; así mismo, el docente debe animarlos para que superen las dificultades brindándoles los instrumentos adecuados y necesarios, en segundo lugar, el docente debe tener dominio de los conocimientos que le brinda a los estudiantes; porque, para Vygotsky el agente mediador es quien ayuda al estudiante a descubrir y comprender los conocimientos, de esta manera, el estudiante podrá construir su aprendizaje y, por último, es importante organizar su plan y programación a fin de establecer el propósito del área. Este exige decidir previamente ¿qué enseñar?, ¿cómo y cuándo evaluar?

Para Vygotsky (citado por Soto, 2003), existen niveles de desarrollo donde refiere cómo el estudiante adquiere progresivamente su aprendizaje a través de niveles de desarrollo:

Zona de desarrollo real: Son las funciones que ya han madurado, los productos finales del desarrollo, es decir, el estudiante es capaz de hacer sin ayuda, independientemente, por sí solo.

Zona de desarrollo próximo: Son las funciones que todavía no han madurado, pero que se hallan en proceso de maduración, podríamos denominar metafóricamente a esta zona como

“flores” del desarrollo, en lugar de “frutos del desarrollo, porque los estudiantes no son capaces de hacer por sí solos; sino necesitan la ayuda del docente.

Zona de desarrollo potencial: Se refiere a lo que el estudiante puede hacer bajo la guía de un mediador externo, es decir, pueden resolver un problema con la ayuda de un adulto o a través de una interacción con sus compañeros o amigos. La ZDP, no es estática, cada vez aparece una nueva exigencia para alcanzarla y aquellos que vamos logrando pasará a formar parte de nuestra ZDReal (Soto, 2003).

Es en la zona de desarrollo próximo donde se da el aprendizaje, el estudiante con ayuda del profesor desarrolla habilidades que no tenía o no dominaba para lograr luego el conocimiento (Latorre, 2021).

Este paradigma es otro pilar fundamental para la propuesta didáctica en el plan de tutoría orientado a los estudiantes del segundo grado de educación secundaria, para lo cual, se considerará la ley del doble aprendizaje, porque es importante tener en cuenta en el proceso de las actividades el aprendizaje intrapsicológico, para que el estudiante interiorice la información, para luego pasar al aprendizaje interpsicológico, para así compartir sus experiencias y riquezas de lo que esta aprendido el estudiante. Por otro lado, es importante tomar en cuenta el rol del docente como mediador durante las actividades que se desarrollarán, para que el estudiante logre un aprendizaje significativo, así mismo pueda desarrollar su autonomía dentro del grupo social. Por consiguiente, este proceso permitirá prevenir el estrés en tiempos de pandemia.

2.1.2.2. Feuerstein

Reuven Feuerstein (1921 – 2018), ciudadano rumano de origen judío, fue discípulo de Piaget. Durante muchos años centró su investigación en adolescentes y adultos con problemas de aprendizaje, y propuso la teoría de la modificabilidad cognitiva estructural, cuyo elemento primordial es la posibilidad de cambiar o modificar la estructura cognitiva de estudiantes con problemas o déficit de aprendizaje (Latorre, 2021).

En su postulado, Feuerstein considera que la inteligencia es un sistema abierto, flexible, capaz de dar respuesta adecuadamente a los estímulos del ambiente. Por lo tanto, la inteligencia se

desarrolla según la riqueza cultural que ofrece el ambiente. Es decir, que el sujeto tiene la capacidad de modificar sus estructuras mentales, asegurando su adaptación a las realidades cambiantes de su contexto social (Latorre, 2016).

Para Feuerstein el aprendizaje cognitivo mediado (citado por Latorre, 2010), es un conjunto de procesos de interacción entre el sujeto y el adulto con experiencia, quien interviene como mediador del aprendizaje (que pueden ser padres, profesores o compañeros), ellos facilitan estrategias cognitivas y modelos conceptuales. El modelo de mediación que ofrece Feuerstein es el siguiente:

Donde **S**= estímulo externo del ambiente, **H**=mediador, **O**= organismo, y **R**= respuesta del sujeto.

(Tomado de Latorre y Seco, 2010).

El desarrollo del aprendizaje cognitivo mediado se produce en tres fases: en primer lugar, la fase de entrada, que es el acto mental, en el cual se acumula la información recepcionada por el estudiante a través de los sentidos; en la fase de elaboración, la información que ingresa a la estructura cognitiva es procesada por el estudiante y, por último, la fase de salida, la información procesada se comunica al exterior (Latorre y Seco, 2016).

La falta de una mediación apropiada en el desarrollo mental del individuo da origen a una privación cultural. Esto se refiere a que el estudiante no recibe los estímulos ni la mediación adecuada, carece de un mediador y de herramientas que le permitan acceder a la cultura; esto dificulta el desarrollo integral del estudiante (Latorre, 2021).

Por otro lado, existen dos características de privación cultural entre ellas tenemos: el primero, se refiere al ambiente del estudiante, que son las carencias materiales y psicológicas; la segunda característica se centra en el estudiante privado culturalmente por las faltas de herramientas básicas para acceder a la cultura (Latorre y Seco, 2010).

Otra propuesta de Feuerstein es la Teoría de la modificabilidad cognitiva, “entendida como un proceso de cambio autónomo y autorregulado por el estudiante por ser un sistema abierto al cambio y a la modificación” (Latorre, 2016, p. 49).

Por consiguiente, es posible la modificabilidad gracias a la intervención de un mediador, quien actúa con el propósito de dirigir y optimizar el desarrollo de la capacidad intelectual. En este sentido, el profesor como mediador, debe seleccionar y organizar los estímulos de forma adecuada según las necesidades y el desarrollo cognitivo del estudiante, para así mejorar o potenciar sus habilidades (Soto, 2003).

Para Feuerstein, los principios de la modificabilidad son cuatro (citado por Latorre, 2021):

- El ser humano es modificable.
- El mediador es capaz de modificar al sujeto.
- El individuo concreto con el que trabajo es modificable.
- Si el sujeto se modifica también enriquece la sociedad.

En base a la teoría de la modificabilidad cognitiva, Feuerstein diseñó el Programa de Enriquecimiento Instrumental (PEI). Este programa posibilita el desarrollo intelectual del estudiante, a través de la modificación de estructura cognitiva; permite compensar los déficits y carencias de la experiencia de aprendizaje. Así mismo, posibilita al mediador determinar los instrumentos para que el estudiante desarrolle habilidades que son consideradas deficientes, para así buscar su mejora en el aprendizaje (Latorre, 2016).

También, el Programa de Enriquecimiento Instrumental (PEI) “Consiste en un ataque directo y focalizado sobre los procesos mentales que por su ausencia, fragilidad o ineficiencia son culpables del bajo rendimiento intelectual o académico” (Valer, 2005, p. 230). Es más, el objetivo principal de PEI, es ayudar al estudiante en su desarrollo autónomo e independiente como: corregir las deficiencias cognitivas, ayudar a desarrollar el aprendizaje, producir hábitos de pensamiento, motivar hacia la realización de los objetivos y transformar una recepción pasiva a un aprendizaje dinámico (Valer, 2005).

Para el desarrollo de la propuesta didáctica de tutoría, en los estudiantes del segundo grado de secundaria, se considerará la teoría de la modificabilidad cognitiva. Por medio de esta teoría, se podrá utilizar diversas estrategias para responder a las necesidades de los estudiantes, logrando así una mediación adecuada de acuerdo a su entorno social. La propuesta no solo se enfocará en los aspectos cognitivos sino también, en lo afectivo y conductual como propone Feuerstein, con la finalidad de lograr su desarrollo autónomo e independiente. Así mismo, esta

teoría nos permitirá tener una visión más amplia para prevenir el estrés en tiempos de pandemia.

2.1.2.3. Bandura

Albert Bandura nació el 4 de diciembre de 1925 en Canadá, psicólogo y pedagogo, que dedicó mucho tiempo realizando estudios acerca de los factores cognitivos que intervienen en el aprendizaje. Según su postulado, el aprendizaje se origina debido a factores externos como los estímulos y los reforzadores. Bajo esta premisa formula el Modelo de Determinación Recíproca o Reciprocidad Triádica. En este modelo, el aprendizaje se relaciona con tres factores los cuales están relacionados y se influyen entre sí como son: el ambiente, la conducta y los factores personales (Bandura, 1987).

Uno de los aportes más significativos de Bandura (citado por Navas, 1998), es la Teoría Cognoscitiva Social, en ella, explica que los factores internos que pensamos y los factores externos que observamos influyen en el proceso del aprendizaje, es decir, con lo que aprende y cómo aprende el estudiante. Por eso, Bandura propone en su teoría dos tipos de aprendizaje:

El primero es el Aprendizaje Activo; se refiere a que el estudiante puede aprender al hacer y experimentar, es decir, “Aprender haciendo”.

El segundo es el Aprendizaje por observación, los niños aprenden y adquieren diversos comportamientos, conocimientos y actitudes a través de la observación de los adultos y otros modelos que encuentra en su entorno, este tipo de aprendizaje se basa en los modelos que imparten sobre todo los padres y las figuras de autoridad que se relacionan con el niño (Navas, 1998).

El proceso de aprendizaje observacional o modelado que propone Bandura, es la incorporación de los procesos psicológicos internos como mediadores cognitivos, que influyen sobre las conductas modeladas de la persona en cualquier momento de su desarrollo. Asimismo, argumenta que las personas, además de ser conocedoras y ejecutoras, son autorreactivas y con capacidad de autodirección, ya que la regulación de la motivación y de la acción actúan, a través de criterios internos y de repuestas evaluativas de las propias ejecuciones (Bandura, 1987).

Bandura y Walters (1963) establecen cuatro pasos para desarrollar el proceso de modelado:

Atención: Si quieres aprender algo, necesitas prestar atención, de la misma manera todo aquello que obstaculiza la atención, se verá perjudicada el aprendizaje, incluyendo el aprendizaje por observación, por ejemplo, estás semidormido, drogado, enfermo, nervioso, aprenderás menos.

Retención: Produce la capacidad de mantener el recuerdo de algo que sea prestado atención, es como recordar la imagen presentado en un determinado tiempo. Por tanto, es guardar lo que se ha visto.

Reproducción: Es traducir las imágenes o descripciones al comportamiento actual. Es decir, tener la capacidad de reproducir el comportamiento o la imagen observado, por ejemplo, observar todo un día a un patinador olímpico y no poder ser capaz de reproducir sus saltos, ya que no sé patinar. Por otra parte, si pudiera patinar, mi demostración mejoraría.

Motivación: Es despertar el interés para poder hacer. Bandura menciona los siguientes motivos:

- a. Refuerzo pasado, como el conductismo tradicional o clásico.
- b. Refuerzos prometidos (incentivos) que podamos imaginar.
- c. Refuerzo vicario, la posibilidad de percibir y recuperar el modelo como reforzador (Bandura y Walters, 1963).

Por consiguiente, el mecanismo que motiva este proceso es la observación intencional por parte del observador. Este proceso no admite pasividad, puesto que el sujeto para poder realizar la observación requiere de una alta actividad afectiva y cognitiva (Bandura, 1987).

Los niños aprenden desde los primeros años de vida a través de la observación, es decir, ellos observan a las personas que los rodea para ver e imitar cómo se comportan y las personas observadas son para ellos su modelo. Así mismo, los estudiantes están rodeados de muchos modelos influyentes como: padres, maestros, amigos, personajes de la televisión, etc., a ellos prestan atención y consideran como sus modelos para luego codificar su comportamiento. Por ello, en el plan tutorial para los estudiantes del segundo grado de secundaria, no solo se

considerará el acompañamiento académico sino también emocional y psicológico, para fortalecer sus cualidades, capacidades y su escala de valores, para así, prevenir el estrés en tiempos de pandemia.

2.1.2.4. Kohlberg

Lawrence Kohlberg (1927 – 1987), psicólogo estadounidense, quien comenzó una investigación sobre el razonamiento moral, estudiando las normas y reglas que podían reflejarse en el pensamiento del ser humano, desarrolló una profunda reflexión acerca del desarrollo moral y de la autonomía del ser humano, basándose en los estudios previos de Jean Piaget (García, 2011).

La Teoría del desarrollo moral

Para Kohlberg, el desarrollo del juicio moral puede estimularse mediante la provocación del conflicto cognitivo, y a través de este conflicto el sujeto va percibiendo progresivamente la necesidad de apelar a formas superiores de razonamiento, para poder resolver el conflicto, de esa forma el estudiante aprende a ponerse en el lugar del otro (capacidad empática) y del grupo para encontrar soluciones más justas (Vallés y Vallés, 2000).

Así mismo, el juicio y razonamiento moral según el postulado de Kohlberg (citado en García, 2011), se desarrolla en las diferentes etapas de la vida a medida que va creciendo y aprendiendo el ser humano. Es por ello, que Kohlberg estableció tres niveles con dos etapas en cada uno:

| ETAPAS | NIVELES |
|--|---|
| 1. Orientación hacia el castigo y la obediencia. 2. Individualismo, propósito e intercambio instrumentales. | 1. Moralidad Preconvencional. El centro de esta etapa es el control externo del individuo. Se obedece porque los adultos tienen poder superior. |
| 3. La orientación interpersonal: El individuo trata de buscar la aprobación del entorno más cercano. 4. La orientación “institucional”: El individuo se orienta hacia el sistema social, tiene conciencia de la ley y el orden. | 2. Moralidad convencional. Los estudiantes asumen las reglas establecidas por la autoridad y la sociedad, para decidir si una acción es buena según las instituciones. Tiene en cuenta las expectativas de la sociedad y sus leyes sobre un dilema moral. |

| | |
|---|---|
| <p>5. Contrato o utilidad social: Los derechos generales del individuo, que han sido acordados por la sociedad por consenso.</p> <p>6. Principios éticos universales: Lo correcto es definido por la conciencia de acuerdo con los principios éticos autoelegidos basados en la lógica, la consistencia y la universalidad.</p> | <p>4. Moralidad de principios o posconvencional. Los juicios están basados en lo abstracto y en los principios personales que no necesariamente están definidos por las leyes de la sociedad. Se establecen algunos valores básicos como: la libertad, el derecho a la vida y la justicia.</p> |
|---|---|

(Basado en García, 2011).

Por tanto, para Kohlberg, el desarrollo cognitivo consiste en que los estudiantes buscan y dependen cada vez de la aprobación adulta, es decir, quieren asegurar las aprobaciones como un signo de que han desempeñado la tarea de manera más competente (Benyman y Taylor, 1994).

El desarrollo moral juega un rol muy importante en nuestra interacción personal y social, para una convivencia armoniosa. Por consiguiente, en el plan de tutoría, se tendrá en cuenta, la teoría del desarrollo moral de Kohlberg, ya que esto permite al estudiante la formación adecuada de su personalidad en el aspecto moral, de esa forma podrá tomar decisiones en base al bien común. Así mismo, se tomará en cuenta el estadio convencional, donde se encuentran los estudiantes del segundo grado de secundaria, en esta etapa tomar decisiones con respecto a los problemas morales, para muchos es muy difícil, necesitan una orientación adecuada.

3.1. Teoría de la inteligencia

3.1.1. Teoría triárquica de la inteligencia de Sternberg

Robert Jeffrey Sternberg (1949), psicólogo estadounidense es actualmente rector y profesor de psicología en la Oklahoma State University. Fue presidente de la American Psychological Association APA. Sus investigaciones están relacionadas con la inteligencia, la creatividad, el amor, el odio y la sabiduría (Novelo, 2015).

Una de las propuestas fundamentales de Sternberg, es la Teoría triárquica de la inteligencia, este enfoque se basa en el análisis de los procesos mentales de la inteligencia; luego determina como un ente dinámico y activo, que está en constante cambio para transformar la información que recibe a través de los procesos mentales, es decir, estos procesos mentales para que sea

dinámico y activo necesita de un mediador para que el estudiante logre identificar su proceso de aprendizaje (Latorre y Seco, 2016).

En tal sentido (citado en Latorre y Seco, 2016), Sternberg propone tres teorías las cuales explican el desarrollo de la inteligencia a través de procesos mentales. Estos son: en primer lugar, la teoría contextual, es decir, el contexto social en el que vive el estudiante influye en el desarrollo de sus habilidades y de la inteligencia, en segundo lugar, la teoría experimental, las experiencias vividas en el ámbito sociocultural influyen en el desarrollo de la inteligencia de los estudiantes, y por último, la teoría de procesos, se enfoca en cómo se relaciona la inteligencia con el mundo interior del estudiante; en este proceso es importante tener en cuenta los componentes y metacomponentes que se definen como competencias, habilidades y destrezas.

Para Sternberg, “los metacomponentes, son procesos generales de control para planificar la solución de un problema, búsqueda de alternativas, etc. Serían lo que nosotros definimos como capacidades o habilidades generales. Los componentes serían las habilidades específicas o destrezas” (Latorre y Seco, 2016, 83).

Por otra parte, “el componente [...] es el proceso elemental de la información que permite la representación intelectual de objetos y símbolos” (Latorre y Seco, 2016, 83). Es decir, los componentes son procesos mentales que ayudan a obtener el conocimiento y buscar alternativas para resolver un problema, a través de los componentes fundamentales de: percepción o decodificación, representación, inferencia, aplicación, justificación y verificación. A su vez, los procesos mentales son dinámicos y activos, es significativo cuando el estudiante identifica su propio proceso de aprendizaje, a través de la mediación del docente o de entre iguales, de esa forma el estudiante es consciente de su propio aprendizaje (metacognición) y capaz de conocer y explicar los propios procesos mentales.

Para el desarrollo de la propuesta del plan de tutoría, dirigido a los estudiantes del segundo grado del nivel secundaria, se considerará la teoría de Sternberg, sobre el desarrollo de capacidades y destrezas durante el proceso de aprendizaje enseñanza, teniendo como eje el desarrollo de los procesos mentales, que se verán reflejados en las diferentes actividades propuestas, con la finalidad de que el estudiante pueda comprender y adquirir su aprendizaje, para luego transferir sus conocimientos a situaciones de su vida cotidiana.

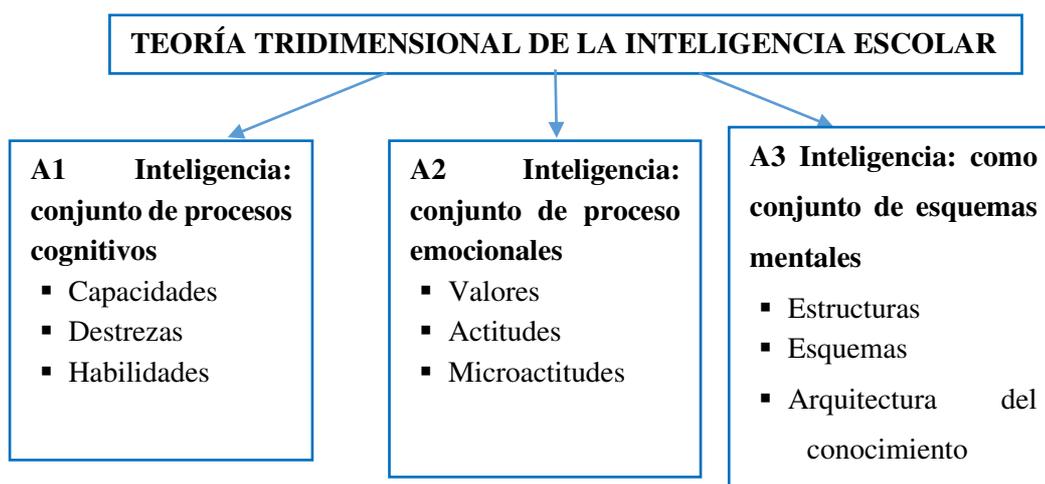
2.2.2. Teoría tridimensional de la inteligencia

Martiniano Román Pérez, es doctor en pedagogía y licenciado en Psicología, catedrático en la Facultad de Educación de la Universidad Complutense de Madrid, y Eloísa Díez López, es doctora en psicología y licenciada en pedagogía, profesora titular de Psicología del Pensamiento de la misma Universidad, quienes han contribuido significativamente en el campo educativo, con un nuevo modelo que da respuesta a los desafíos de la sociedad del conocimiento (Román y Díez, 2009).

La inteligencia escolar es un conjunto de procesos cognitivos que comprende las capacidades, destrezas y habilidades, así mismo, es un proceso emocional que integra valores, actitudes y microactitudes, por último, es un conjunto de esquemas mentales que se desarrollan a través de contenidos y métodos, son utilizados por los estudiantes para aprender y luego almacenar en la memoria a largo plazo (Díez, citado en Latorre y Seco, 2016).

Román y Díez, desarrollaron la teoría tridimensional de la inteligencia escolar, esquematisando en tres dimensiones: cognitiva, afectiva y el esquema mental, los cuales favorecen el desarrollo integral de la persona (Román y Díez, 2009).

Así, se puede representar en el siguiente esquema:



(Tomado de Latorre, 2021, p. 2).

A1 Inteligencia escolar como conjunto de procesos cognitivos

El conjunto de procesos cognitivos se concretan en el desarrollo de capacidades, destrezas y habilidades que le ayudan al estudiante aprender; las cuales se dividen en capacidades prebásicas que son: atención, percepción y la memoria, capacidades básicas, las más utilizadas a nivel escolar son: comprensión, expresión, orientación espacio temporal y la socialización y capacidades superiores o fundamentales son: pensamiento creativo, crítico, resolución de problema, ejecución y toma de decisiones (Latorre, 2021). Este tipo de inteligencia se identifica en el diseño curricular, en los objetivos por capacidades, destrezas y habilidades (Román y Díez, 2009).

A2 Inteligencia escolar como conjunto de procesos emocionales

Estos procesos afectivos se concretan en el desarrollo de valores, actitudes y Microactitudes, las cuales deben estar asociados a los procesos cognitivos, para el logro del desarrollo integral de los estudiantes (Latorre y Seco, 2016). Así mismo, los valores se desarrollan a través de los métodos de aprendizaje, técnicas metodológicas y las actitudes posibilitan a los estudiantes la interiorización a través de la autorreflexión y la metacognición (Latorre, 2014).

A3 Inteligencia escolar como conjunto de esquemas mentales

La arquitectura del conocimiento es un conjunto de esquemas mentales adecuadamente almacenados y disponibles para ser utilizados. Permite ordenar y organizar los contenidos en los esquemas mentales durante el proceso de aprendizaje de manera sistémica, sintética y global, es decir, de mayor o menor generalidad, para lograr una estructura mental organizada y arquitectónica. En todo este proceso la mediación adecuada del profesor es indispensable (Latorre y Seco, 2016).

Román y Díez proponen un nuevo modelo de escuela y currículo, para lo cual, es fundamental tener en cuenta la inteligencia en tres dimensiones: cognitiva, afectiva y el esquema mental, llamados como teoría tridimensional de la inteligencia escolar. Estas dimensiones permiten a los estudiantes tener una formación integral como persona para que puedan responder a los nuevos desafíos de la sociedad. Por ello, en el plan de tutoría para los estudiantes del segundo grado de educación secundaria, se considerará la teoría tridimensional, para fortalecer sus capacidades, destreza, habilidades, valores y actitudes de los estudiantes.

2.3. Paradigma Sociocognitivo-humanista

2.3.1. Definición y naturaleza del paradigma

“El paradigma sociocognitivo humanista, es un modelo educativo que nos permite estudiar el fenómeno educativo a través del paradigma de cognitivo de Piaget-Bruner-Ausubel y del Paradigma sociocultural contextual de Vygotsky-Feuerstein” (Latorre, 2021).

Ambos paradigmas se complementan para generar aprendizajes significativos en los estudiantes, porque el paradigma cognitivo centra su atención en el desarrollo de los procesos mentales del estudiante, y el paradigma socio contextual resalta la importancia de la interacción que se produce entre el individuo y el contexto donde se desenvuelve y así facilitar el aprendizaje compartido. Por consiguiente, es humanista porque integra el aprendizaje en función de valores y actitudes que contribuyen a la educación integral de los estudiantes, para así generar una cultura y una sociedad más humana, justa y fraterna (Latorre, 2021).

En la historia de la humanidad surgieron diversos cambios durante los últimos años y el campo educativo no fue excepcional. En la década de los 80 el Dr. Martiniano Román, se dio cuenta que “enseñar conocimiento a los estudiantes” no era suficiente para dar respuesta a la necesidad que demanda la posmodernidad y la globalización. En este contexto surge el paradigma socio cognitivo como respuesta a la demanda educativa, como un modelo didáctico, moderno, científico, constructivista, sintético, holístico y secuencial, con un diseño curricular didáctico y eficiente propio que se ejecuta utilizando el Modelo T, lo cual permite a los estudiantes desarrollar capacidades, destrezas, valores, actitudes teniendo en cuenta los medios los contenidos y los métodos de aprendizaje (Latorre y Seco, 2016).

2.3.2. Competencias: definición y componentes

“Una competencia es la capacidad para responder exitosamente a demandas complejas y llevar a cabo una actividad [...]. Las competencias se construyen y se desarrollan a través de la combinación de habilidades cognitivas y prácticas, conocimientos, motivación, valores, actitudes, emociones y otros componentes sociales y de conducta” (Rychen, citado por Latorre, 2021, p.1).

Por consiguiente, las competencias son el conjunto de conocimientos, estrategias y habilidades, métodos, valores y actitudes, los cuales permiten solucionar un determinado problema o desafíos de la vida de manera eficaz. Es decir, este conjunto de elementos ayuda a los estudiantes a desarrollar dichas herramientas cognitivas y afectivas para su formación integral.

A partir del paradigma socio-cognitivo-humanista (citado en Latorre, 2017), los componentes de la competencia son: las capacidades, destrezas, conocimientos, valores, actitudes y métodos.

| LOS COMPONENTES DE LA COMPETENCIA | DEFINICIÓN |
|--|--|
| Capacidades | Son habilidades generales de componente cognitivo que se clasifican de acuerdo con su nivel de complejidad en: prebásicas, básicas y superiores. |
| Conocimientos | Son los procesos mentales, es decir, son como los caminos que selecciona el profesor, como mediador del aprendizaje, y los estudiantes deben recorrer para desarrollar sus habilidades cognitivas. |
| Destrezas | Son habilidades específicas que se reflejan en el desarrollo de los aprendizajes de los estudiantes. |
| Valores | Se consideran como las cualidades que poseen los objetos o personas que los hacen ser valiosos. |
| Actitudes | Son predisposiciones que orientan y conducen la vida de los estudiantes. |
| Métodos | Es la guía de la práctica educativa y del proceso de aprendizaje-enseñanza, es una estrategia para conseguir un fin deseado. Es decir, es como el camino que han de seguir los estudiantes para desarrollar sus habilidades. |

(Tomado de Latorre, 2016).

Por tanto, es importante enfatizar la educación por competencias porque permite a los estudiantes desarrollarse integralmente como personas y saber solucionar los problemas de manera eficaz. Es decir, “lo que hace a alguien competente es que sabe hacer algo, sabe hacerlo

con otros, sabe por qué se hace así y para qué se hace; finalmente, sabe cómo hizo para saberlo hacer” (Latorre y Seco, 2010, p. 250).

2.3.3. Metodología

La metodología es el conjunto de criterios y decisiones que organizan de forma global la acción didáctica en el aula, determinando el rol del docente, así como también, de los estudiantes, y se debe establecer el uso de los recursos y materiales educativos. Así mismo, es importante establecer las actividades que se realizarán para aprender, la utilización del tiempo y del espacio, los agrupamientos de estudiantes, la secuenciación de los contenidos y los tipos de actividades (Latorre, 2016).

El paradigma socio-cognitivo-humanista plantea una metodología activa, y participativa que favorece el aprendizaje del estudiante, desde los aportes de Piaget, se debe partir de los saberes previos que poseen los estudiantes (asimilación), luego promover el conflicto cognitivo con los conceptos nuevos (acomodación), así mismo, el estudiante es el protagonista de su propio aprendizaje, y a su vez asumen los diversos retos que el docente les plantea a través de diversas actividades que pueden ser significativas, participativas y retadoras que les lleva a descubrir y redescubrir como propone Bruner, con la ayuda ajustada que el mediador ofrece para que puedan lograr la construcción de sus aprendizajes. Por otro lado, se promoverá la motivación en todo momento para que los estudiantes no pierdan el interés en su proceso de aprendizaje.

Por lo tanto, la metodología (citado por Latorre, 2010), consiste en delimitar un problema concreto, buscar el dato necesario, formular hipótesis; prever las consecuencias de determinada opción y someter a comprobación experimental las posibles alternativas. Es por ello, que el diseño curricular de la sociedad del siglo XXI, se fundamenta en el proceso de aprendizaje-enseñanza, en el cual el eje central es el aprendizaje del que aprende; porque se aprende, no cuando alguien quiere enseñar, sino cuando alguien quiere y puede aprender (Latorre y Seco, 2016).

De este modo, aprender a aprender significa que el mediador hará el uso de todas las estrategias cognitivas, modelos conceptuales y de herramientas que tengan relación con el contexto cultural de los estudiantes como plantea Feuerstein, usando materiales educativos con significatividad lógica que orienten de lo más sencillo hacia lo más complejo, como propone

Bruner en su proceso de aprendizaje espiral para lograr el desarrollo de capacidades, destrezas, valores y actitudes.

Las acciones didácticas del profesor en el aula están subordinadas a la función de aprendizaje de los estudiantes, desde la teoría de aprendizaje por observación de Bandura, el docente como mediador puede enseñar nuevas conductas y actitudes, despertando en todo momento el interés en los procesos didácticos de aprendizaje desde su realidad donde se desenvuelven. Así mismo, es importante considerar la teoría de Kohlberg, porque permite al estudiante a través de una orientación adecuada la formación de su personalidad en el aspecto moral, para una convivencia armoniosa y tomar decisiones en base al bien común.

Para Delors (citado por Latorre, 2016), el paradigma socio-cognitivo-humanista no se basa en el qué, que son los contenidos, ni en el cómo, que es el método. El fundamento de este paradigma es el para qué, que son las capacidades y valores, dando respuesta a los conocimientos, es por ello, que Delors, estructura cuatro pilares fundamentales de la educación: aprender a conocer, el estudiante desarrolla capacidades, destrezas y habilidades, aprender a hacer, en base a métodos, procedimientos, estrategias y técnicas de aprendizaje, aprender a vivir con los demás, cultivando en las relaciones interpersonales los valores y actitudes positivas, por último, aprender a ser personas, formándose integralmente.

2.3.4. Evaluación

“Es el proceso de identificar, obtener y proporcionar información útil, relevante y descriptiva acerca del valor y calidad de las metas alcanzadas, con el fin de servir de guía para tomar decisiones, solucionar problemas y promover la comprensión de los fenómenos implicados” (Stufflebeam, citado por Latorre y Seco, 2016).

Es decir, la evaluación desde el paradigma socio-cognitivo-humanista, es un proceso de recojo de información de manera organizada para ser interpretado, luego asignar un juicio de valor, y tomar mejores decisiones, para la mejora de la calidad de los aprendizajes. Por esta razón, la evaluación es un proceso constante para conocer cómo se va desarrollando el aprendizaje de los estudiantes.

Asimismo, “En la evaluación, los profesores aprenden a mejorar su práctica docente y los estudiantes aprenden a corregir sus errores y equivocaciones. Todos, evaluadores y evaluados, aprenden de la evaluación a cambiar cuanto sea necesario para mejorar la práctica docente y discente” (Latorre y Seco, 2016, 245).

“La evaluación tiene por finalidad el reforzamiento del aprendizaje y la mejora de la enseñanza y no una acción punitiva o de reforzamiento de la autoridad del profesor” (Latorre y Seco, 2016, p. 244). Por consiguiente, la evaluación es uno de los aspectos más importantes del proceso de aprendizaje. Sin embargo, la evaluación tradicional limita este tipo de proceso de aprendizaje, porque, pretende obtener resultados cuantitativos, que están regidos por el puntaje y la retención de contenidos, así mismo, la práctica de la evaluación tradicional está basado en castigo y premio, esto genera una sensación de angustia al estudiante. Por otro lado, lo que importa no es el desarrollo de las habilidades intelectuales, de los valores y la formación de las personas, sino aprobar el examen mediante pruebas de papel y lápiz en un tiempo determinado y limitado (Latorre y Seco, 2016).

Por el contrario, el paradigma socio-cognitivo-humanista presenta una propuesta diferente e innovadora en la forma de evaluación, donde el estudiante no es el único que interviene, sino también el docente. Es más, con la evaluación permite analizar los problemas que surgen al momento de explicar y adquirir los conocimientos, más aún, valora las actitudes, destrezas y capacidades de los estudiantes. Asimismo, se da más oportunidades a los estudiantes valorando más lo que sabe “lo que no sabe”. Por lo tanto, la evaluación se convierte en un medio de estímulo que motiva en el progreso constante de sus aprendizajes (Latorre y Seco, 2016).

2.4. Definición de términos básicos

a) Propuesta didáctica

Modelo de programación que comprende el plan anual de tutoría, las sesiones de aprendizaje, proyectos, evaluaciones y materiales (ficha de trabajo) desde el enfoque por competencias.

b) Estrés:

El estrés es un sentimiento de tensión física o emocional. Puede provenir de cualquier situación o pensamiento que lo haga sentir a uno frustrado, furioso o nervioso. El estrés es la reacción de su cuerpo a un desafío o demanda (Real Academia Española (RAE), 2021).

c) Pandemia

Enfermedad epidémica que se extiende a muchos países o que ataca a casi todos los individuos de una localidad o región (Real Academia Española (RAE), 2021).

d) Prevenir

“Anticipa y/o reduce la aparición de situaciones y/o conductas de riesgo que pongan en peligro el desarrollo integral y el bienestar de los estudiantes. Requiere de un trabajo multidisciplinario, basado en la participación e involucramiento de agentes sociales o redes de aliado pertinentes, que generen alternativas de acción frente a cada problemática (MINEDU, “Lineamiento de Tutoría y Orientación Educativa para la Educación Básica”, p.11).

e) Valor

“Es una cualidad de los objetos situaciones de o personas que los hacen ser valiosos y ante los cuales los seres humanos no pueden permanecer indiferentes. Su componente principal es el afectivo, aunque también posee el cognitivo. Los valores se captan con “la óptica del corazón” (Latorre y Seco, 2010, p. 73).

f) Actitud

“Es una predisposición estable hacia... Es decir, la forma en que una persona reacciona habitualmente frente a una situación dada. Este algo puede ser una persona, objeto material, situación, ideología, etc. La actitud viene a ser la predisposición que se tiene para ser motivado en relación a una persona o un objeto. Su componente principal es el afectivo”. (Latorre y Seco, 2010, p. 73).

g) Socialización

Es la capacidad de la integración social del individuo en un contexto determinado. La socialización supone integrar la pluralidad en la propia identidad. En la socialización se encuentran con más claridad las capacidades y valores (inteligencia cognitiva y afectiva) como una forma de construcción de la identidad individual y social (Latorre, 2015).

h) Habilidades Socioemocionales

“Conjunto de conductas o comportamientos que permiten al individuo desarrollarse en un contexto individual o interpersonal expresando sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación” (Caballo, 1999, p. 5).

i) Enfoques transversales

“Son los valores y actitudes que tenemos al relacionarnos con otras personas y con nuestro entorno con el fin de generar una sociedad más justa, inclusiva y equitativa para todos” (Currículo Nacional, 2017).

j) Evaluación

“La evaluación es, pues, un instrumento educativa de tal importancia que nos puede avanzar en el proceso aprendizaje – enseñanza sin contar con él. Se realiza de forma paralela a la intervención didáctica” (Latorre y Seco, 2010, p. 139).

CAPÍTULO III

Programación

3.1. Programación general

3.1.1. Aportes de la tutoría

La tutoría como parte del currículo en el nivel secundaria, se desarrolla de manera permanente y planificada, garantizando el acompañamiento socioafectivo de los adolescentes a lo largo del año escolar. Asimismo, contribuye al desarrollo de competencias y al logro del perfil de egreso. Es decir, la tutoría genera condiciones para desarrollar el aprendizaje, ayuda a fortalecer las competencias socioafectivas y cognitivas de los estudiantes, así como los valores, actitudes para una vida democrática, por otro lado, previene situaciones de riesgo que vulneren sus derechos y afecten su desarrollo personal y social. (MINEDU, 2016).

Asimismo, el enfoque por competencias permite que los estudiantes puedan construir su propio conocimiento, es más, busca que los estudiantes aprendan por sí mismos a lo largo de su vida. Por otro lado, la tutoría promueve el desarrollo de todas las competencias curriculares, especialmente aquellas vinculadas a la construcción de la identidad, la convivencia y la participación democrática, así como la gestión autónoma de los aprendizajes. También, las que se relacionan con el cuidado de la salud física, mental y la expresión corporal. Es decir, la tutoría como parte de la acción formativa docente, asume los enfoques transversales del Currículo Nacional de la Educación Básica (MINEDU, 2016).

Por lo tanto, la tutoría es inherente al currículo, a pesar de no ser un área curricular ni propone competencias adicionales, contribuye al desarrollo de las competencias, valores y actitudes relacionados con los enfoques transversales, al promover una práctica reflexiva en los espacios de orientación. Asimismo, la tutoría promueve y fortalece las competencias socioafectivas que contribuirán al desarrollo de su autonomía, que potenciarán sus interacciones con los demás y la valoración de sí mismo (MINEDU, 2016).

3.1.2. Dimensiones y aspectos de la tutoría

“La tutoría y orientación educativa comprende la atención de las dimensiones o ámbitos de la vida del estudiante para la atención de sus necesidades, intereses y otros aspectos de su desarrollo y que se relacionan entre sí permanentemente” (MINEDU, 2020, p. 11).

Las dimensiones de la tutoría y orientación educativa se desarrollan de la siguiente manera:

| DIMENSIONES | ASPECTOS |
|--------------------|---|
| PERSONAL | El estudiante se conoce a sí mismo, autorregula sus emociones y toma decisiones responsables, lo que constituye a la construcción de su identidad, a formar un estilo de vida saludable, al desarrollo de su proyecto de vida a su desenvolvimiento autónomo. |
| SOCIAL | El estudiante emplea sus recursos personales para una apropiada interacción social con las personas de diferentes entornos, contribuye a una convivencia democrática, inclusiva e intercultural, y realiza acciones que promueven el bien común. |
| APRENDIZAJE | El estudiante es consciente de su proceso de aprendizaje, organiza sus acciones para alcanzar sus metas, y mejorar su desempeño, lo que contribuye a que gradualmente asuma la gestión de su propio aprendizaje. |

(MINEDU, 2020, p.11).

Dimensión Personal: Está relacionada con el conocimiento y la aceptación de los estudiantes de sí mismos, y el fortalecimiento de sus capacidades para expresar sentimientos, deseos, anhelos y valores, que contribuirán al logro de estilos de vida saludables y a la construcción de su proyecto de vida. Es decir, esta dimensión considera el desarrollo socioafectivo que contempla habilidades intrapersonales, desarrollo ético-moral y desarrollo sexual integral (MINEDU, 2016).

Dimensión Social: Considera las relaciones de los estudiantes con las personas de su entorno y con el ambiente, para establecer una convivencia armoniosa que fortalezca la igualdad, el sentido de pertenencia y la participación, a través de la búsqueda del bien común. En forma específica, contempla el desarrollo de habilidades interpersonales, habilidades prosociales y habilidades proambientales para prevenir situaciones de riesgo como: bullying, abuso sexual, embarazo adolescente, drogas, etc. (MINEDU, 2016).

Dimensión de los Aprendizajes: Está vinculada con la toma de conciencia, por parte de los estudiantes, de su aprendizaje como un proceso activo. Para ello, deben desarrollar procesos autónomos que les permitan asumir el control de sus procesos de aprendizaje de manera disciplinada, responsable y comprometida. En este sentido, el tutor debe estar atento a los ritmos y estilos de aprendizajes de sus estudiantes, para acompañarlos de manera pertinente (MINEDU, 2016).

3.1.3. Enfoques transversales

Los enfoques transversales, “aportan concepciones sobre las personas, su relación con los demás, con el entorno y con el espacio común. Además, se traducen en formas específicas de actuar. Los enfoques son de derechos, inclusivo o atención a la diversidad, intercultural, igualdad de género, ambiental, orientación al bien común y búsqueda de la excelencia” (MINEDU, 2020, p.10).

| ENFOQUE TRANSVERSAL | DEFINICIÓN |
|---------------------|---|
| ENFOQUE DE DERECHOS | Parte por reconocer a los estudiantes como sujetos de derechos y no como objetos de cuidado, es decir, como personas con capacidad de defender y exigir sus derechos legalmente reconocidos. Asimismo, reconocer que son ciudadanos con deberes que participan del mundo social propiciando la vida en democracia. Este enfoque promueve la consolidación de la democracia que vive el país, contribuyendo a la promoción de las libertades individuales, los derechos colectivos de los pueblos y la participación en asuntos públicos; a fortalecer la convivencia y transparencia en las instituciones educativas; a reducir las situaciones de inequidad y procurar la resolución pacífica de los conflictos. |

| | |
|--|--|
| <p>ENFOQUE INCLUSIVO O DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</p> | <p>Hoy nadie discute que todas las niñas, niños, adolescentes, adultos y jóvenes tienen derecho no solo a oportunidades educativas de igual calidad, sino a obtener resultados de aprendizaje de igual calidad, independientemente de sus diferencias culturales, sociales, étnicas, religiosas, de género, condición de discapacidad o estilos de aprendizaje. No obstante, en un país como el nuestro, que aún exhibe profundas desigualdades sociales, eso significa que los estudiantes con mayores desventajas de inicio deben recibir del Estado una atención mayor y más pertinente, para que puedan estar en condiciones de aprovechar sin menoscabo alguno las oportunidades que el sistema educativo les ofrece. En ese sentido, la atención a la diversidad significa erradicar la exclusión, discriminación y desigualdad de oportunidades.</p> |
| <p>ENFOQUE INTERCULTURAL</p> | <p>En el contexto de la realidad peruana, caracterizado por la diversidad sociocultural y lingüística, se entiende por interculturalidad al proceso dinámico y permanente de interacción e intercambio entre personas de diferentes culturas, orientado a una convivencia basada en el acuerdo y la complementariedad, así como en el respeto a la propia identidad y a las diferencias. Esta concepción de interculturalidad parte de entender que en cualquier sociedad del planeta las culturas están vivas, no son estáticas ni están aisladas, y en su interrelación van generando cambios que contribuyen de manera natural a su desarrollo, siempre que no se menoscabe su identidad ni exista pretensión de hegemonía o dominio por parte de ninguna.</p> <p>En una sociedad intercultural se previenen y sancionan las prácticas discriminatorias y excluyentes como el racismo, el cual muchas veces se presenta de forma articulada con la inequidad de género. De este modo se busca posibilitar el encuentro y el diálogo, así como afirmar identidades personales o colectivas y enriquecerlas mutuamente. Sus habitantes ejercen una ciudadanía comprometida con el logro de metas comunes, afrontando los retos y conflictos que plantea la pluralidad desde la negociación y la colaboración.</p> |
| <p>ENFOQUE IGUALDAD DE GÉNERO</p> | <p>Todas las personas tienen el mismo potencial para aprender y desarrollarse plenamente. La Igualdad de Género se refiere a la igual valoración de los diferentes comportamientos, aspiraciones y necesidades de mujeres y varones. En una situación de igualdad real, los derechos, deberes y oportunidades de las personas no dependen de su identidad de género y, por lo tanto, todos tienen las mismas condiciones y posibilidades para ejercer sus derechos, así como para ampliar sus capacidades y oportunidades de desarrollo personal,</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>contribuyendo al desarrollo social y beneficiándose de sus resultados.</p> <p>Si bien aquello que consideramos “femenino” o “masculino” se basa en una diferencia biológica sexual, estas son nociones que vamos construyendo día a día, en nuestras interacciones. Desde que nacemos, y a lo largo de nuestras vidas, la sociedad nos comunica constantemente qué actitudes y roles se esperan de nosotros como hombres y como mujeres. Algunos de estos roles asignados, sin embargo, se traducen en desigualdades que afectan los derechos de las personas como por ejemplo cuando el cuidado doméstico asociado principalmente a las mujeres se transforma en una razón para que una estudiante deje la escuela.</p> |
| <p>ENFOQUE AMBIENTAL</p> | <p>Desde este enfoque, los procesos educativos se orientan hacia la formación de personas con conciencia crítica y colectiva sobre la problemática ambiental y la condición del cambio climático a nivel local y global, así como sobre su relación con la pobreza y la desigualdad social. Además, implica desarrollar prácticas relacionadas con la conservación de la biodiversidad, del suelo y el aire, el uso sostenible de la energía y el agua, la valoración de los servicios que nos brinda la naturaleza y los ecosistemas terrestres y marinos, la promoción de patrones de producción y consumo responsables y el manejo adecuado de los residuos sólidos, la promoción de la salud y el bienestar, la adaptación al cambio climático y la gestión del riesgo de desastres y, finalmente, desarrollar estilos de vida saludables y sostenibles.</p> <p>Las prácticas educativas con enfoque ambiental contribuyen al desarrollo sostenible de nuestro país y del planeta, es decir son prácticas que ponen énfasis en satisfacer las necesidades de hoy, sin poner en riesgo el poder cubrir las necesidades de las próximas generaciones, donde las dimensiones social, económica, cultural y ambiental del desarrollo sostenible interactúan y toman valor de forma inseparable.</p> |
| <p>ENFOQUE ORIENTACIÓN AL BIEN COMÚN</p> | <p>El bien común está constituido por los bienes que los seres humanos comparten intrínsecamente en común y que se comunican entre sí, como los valores, las virtudes cívicas y el sentido de la justicia. A partir de este enfoque, la comunidad es una asociación solidaria de personas, cuyo bien son las relaciones recíprocas entre ellas, a partir de las cuales y por medio de las cuales las personas consiguen su bienestar. Este enfoque considera a la educación y el conocimiento como bienes comunes mundiales. Esto significa que la generación de conocimiento, el control, su adquisición, validación y utilización son comunes a todos los pueblos como asociación mundial.</p> |

| | |
|-----------------------------------|---|
| ENFOQUE BÚSQUEDA DE LA EXCELENCIA | La excelencia significa utilizar al máximo las facultades y adquirir estrategias para el éxito de las propias metas a nivel personal y social. La excelencia comprende el desarrollo de la capacidad para el cambio y la adaptación, que garantiza el éxito personal y social, es decir, la aceptación del cambio orientado a la mejora de la persona: desde las habilidades sociales o de la comunicación eficaz hasta la interiorización de estrategias que han facilitado el éxito a otras personas. De esta manera, cada individuo construye su realidad y busca ser cada vez mejor para contribuir también con su comunidad. |
|-----------------------------------|---|

(MINEDU, 2016, p. 20-27).

3.1.4. Valores y Actitudes

| VALORES | RESPONSABILIDAD | RESPECTO | SOLIDARIDAD |
|-----------------------|--|---|---|
| ACTITUDES | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Cumplir con los trabajos asignados. ▪ Mostrar constancia en el trabajo. ▪ Asumir las consecuencias de los propios actos | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Escuchar con atención. ▪ Aceptar distintos puntos de vista. ▪ Asumir las normas de convivencia. | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ayudar a los demás. ▪ Compartir lo que se tiene. |
| ENFOQUE TRANSVERSALES | <ol style="list-style-type: none"> 1. Inclusivo o de atención a la diversidad. 2. Intercultural. 3. Igualdad de género. 4. Ambiental. 5. Búsqueda de la excelencia. 6. Orientación al bien común. 7. De derechos. | | |

(Latorre, 2021; MINEDU, 2016).

3.1.5. Definición de valores y actitudes

| VALORES | ACTITUDES | DEFINICIÓN |
|---|---|--|
| <p>RESPONSABILIDAD</p> <p>Es un valor mediante el cual una persona asume sus obligaciones, sus deberes, sus compromisos.</p> | <p>Cumplir con los trabajos asignados.</p> | <p>Es una actitud a través de la cual la persona concluye las tareas dadas, haciéndolos de forma adecuada.</p> |
| | <p>Mostrar constancia en el trabajo.</p> | <p>Es una actitud mediante la cual la persona demuestra perseverancia y tenacidad en la realización de sus tareas y trabajos.</p> |
| | <p>Asumir las consecuencias de los propios actos</p> | <p>Es una actitud mediante la cual la persona acepte o admite las consecuencias o efectos de sus propias acciones.</p> |
| <p>RESPECTO</p> <p>Es un valor a través del cual se muestra admiración, atención y consideración a uno mismo y a los demás.</p> | <p>Escuchar con atención.</p> | <p>Prestar atención a lo que se oye, ya sea un aviso, un consejo, una sugerencia o mensaje.</p> |
| | <p>Aceptar distintos puntos de vista.</p> | <p>Es una actitud a través de la cual se recibe voluntariamente y sin ningún tipo de oposición los distintos puntos de vista que se dan, aunque no los comparta.</p> |
| | <p>Asumir las normas de convivencia.</p> | <p>Es una actitud a través de la cual la persona acepta o acata reglas o pautas para vivir en compañía de otros.</p> |
| <p>SOLIDARIDAD</p> <p>Es un valor que impulsa a las personas a la practicar del desprendimiento para ayudar a los demás de manera desinteresada, deseando y haciendo posible el bien para los demás.</p> | <p>Ayudar a los demás.</p> | <p>Es una actitud a través de la cual la persona colabora con sus compañeros en diferentes actividades educativas u otras, respetando su dignidad como persona.</p> |
| | <p>Compartir lo que se tiene.</p> | <p>Actitud por la cual la persona comparte lo que posee al percatarse de las necesidades de los que lo rodean.</p> |

(Basado en Latorre y Seco, 2015).

3.1.6. Evaluación a la hora de tutoría

Finalidad de la evaluación

“La finalidad de la evaluación es conocer el impacto que va teniendo la tutoría en los estudiantes, e identificar aspectos a mejorar” (MINEDU, 2007, p. 123). Asimismo, la evaluación en tutoría es obtener un diagnóstico para conocer si las sesiones desarrolladas están favoreciéndoles a su desarrollo. Por tanto, esta evaluación no es para asignar notas o calificaciones a los estudiantes, sino es para recabar información, si el objetivo planteado sea logrado o necesita, ser mejorado y reforzado, y así superar las dificultades en nuestro trabajo como tutores (MINEDU, 2005).

Evaluación desde los estudiantes

La evaluación desde los estudiantes debe permitirnos conocer: En primer lugar, ¿Cómo perciben su avance en relación a las capacidades, actitudes y valores que se busca desarrollar?, es importante considerar que los estudiantes tengan oportunidad de evaluar los avances que van adquiriendo. Es decir, si en la tutoría se trabajaron sesiones orientadas a mejorar la capacidad de comunicación y capacidad de escucha, entonces con el grupo se debe evaluar cómo van progresando en ese aspecto, a partir de una AUTOEVALUACIÓN como, por ejemplo: ¿Estamos expresando más continuamente lo que pensamos y sentimos? ¿Tratamos de escuchar con atención a nuestros compañeros cuando hablan y se comunican? Asimismo, se puede utilizar la HETEROEVALUACIÓN, en este tipo de evaluación podemos preguntar aspecto que ven en sus demás compañeros. Para realizar este tipo de evaluación, el tutor puede realizar un diálogo con los estudiantes utilizando algunas fichas u otros instrumentos de autoevaluación y heteroevaluación (MINEDU, 2007).

En segundo lugar, es importantes considerar de: ¿Cómo se sienten y cómo ven los procesos que se desarrollan en la hora de tutoría?, esta información, es la mejor fuente para evaluar el efecto de lo que se va trabajando con los estudiantes, por lo tanto, no se debe subestimar lo que ellos nos puedan decir al respecto. Asimismo, para el recojo de opiniones conviene que el tutor promueva el diálogo y si se considera necesario un instrumento adecuado. Se requiere de manera especial asegurar un clima de confianza y de libertad para que los estudiantes se

sientan capaces de expresar lo que piensan y sienten, planteen sus sugerencias sin temor a ser reprendidos o mal vistos por su tutor o compañeros (MINEDU, 2007).

Recoger las opiniones de los estudiantes, es una labor que debemos realizar permanentemente los tutores, para conocer sus expectativas sobre el trabajo en las sesiones de tutoría. Esto permite descubrir que dinámica o técnicas utilizada les motiva más, les hace sentir cómodos y en confianza, para poder mejorar en nuestra labor tutorial. Es conveniente que la ficha sea respondida de manera anónima para mantener la confidencialidad (MINEDU, 2005). Por otro lado, la modalidad de recoger esta información debe ser sencilla, ya sea individual o grupal; puede ser desde el diálogo directo hasta el uso de gráficos e instrumentos más estructurados. Asimismo, el tutor debe usar toda la creatividad posible, de manera que además de ser un trabajo útil para mejorar la tutoría, resulte al mismo tiempo una experiencia grata para los estudiantes (MINEDU, 2007).

Evaluación desde los tutores

A los tutores les corresponde considerar la evaluación en dos niveles:

Evaluación a los estudiantes: Esta evaluación la realiza el tutor a partir de la observación durante una sesión de tutoría o un proceso. Es decir, busca identificar los cambios que se van dando en las actitudes y los comportamientos en relación a algún aspecto específico que se buscó reforzar desde la tutoría (MINEDU, 2007).

Para el recojo de esta información se sugiere los siguientes instrumentos:

- **Ficha de observación:** Esta ficha sirve para observar al grupo en su conjunto o a un grupo específico, se puede utilizar indicadores de acuerdo al aspecto que se desea evaluar. Por ejemplo, Si el tutor quiere observar el nivel de cooperación que existe entre los estudiantes de su aula, para lo cual elabora una ficha de observación con ciertos indicadores que considera que expresaba una actitud de cooperación (MINEDU, 2007).
- **Lista de cotejo:** Permiten evaluar a través de la observación; la participación, colaboración, respeto de los estudiantes. Los aspectos que se va registrar es mediante la

observación, este es un instrumento sumamente útil, que se elabora según a merite la realidad o necesidad para evaluar (MINEDU, 2005).

Autoevaluación de su trabajo: Para que el tutor autoevalúe su trabajo conviene que periódicamente se responda a algunas preguntas importante: ¿Cómo están mis estudiantes? ¿están motivados con las actividades que realizamos? ¿veo que están comprendiendo y aprovechando lo que se trabaja en las sesiones de tutoría? ¿percibo cambios en su actitud de mis estudiantes en relación a los aspectos planteados en la tutoría? ¿cuáles? Así también, los tutores requieren preguntarse de manera especial: ¿Cómo me siento al trabajar las sesiones de la tutoría con mis estudiantes? ¿siento que los temas elegidos están contribuyendo en su crecimiento emocional y académico a mis estudiantes? ¿mis estudiantes me tienen confianza? ¿qué cambios debería realizar para mejorar mi labor tutorial? ¿cuál debe ser mi actitud como tutor? ¿qué otras estrategias metodológicas necesito aplicar? (MINEDU, 2007).

El registro de hechos de las sesiones de tutoría: Es una práctica favorable y útil para identificar los logros y dificultades en el proceso, es una oportunidad para que el tutor reflexione y rescate aspectos significativos vividos en la tutoría. Asimismo, el tutor debe realizar una breve anotación de los hechos más relevantes que van dándose a lo largo de las sesiones. Por otro lado, es importante revisar el registro, porque, permitirá tener un panorama de las actividades desarrolladas y ayudará a examinar el proceso del trabajo con el grupo (MINEDU, 2007).

Opinión de otros docentes: Las impresiones y opiniones de otros docentes respecto a cómo marchan nuestros estudiantes, tanto grupal como individualmente, son valiosas informaciones que enriquecen nuestra percepción. Es importante consultar siempre la opinión de los docentes que tienen un vínculo o relación con el grupo de trabajo de estudiantes (MINEDU, 2005).

Evaluación desde los Padres de Familia

A los padres de familia les corresponde participar evaluando las reuniones realizadas en el aula, convocadas por el tutor, así como las jornadas de Escuelas de Padres en la Institución Educativa (MINEDU, 2007). Es importante que los padres y las madres de familia puedan opinar con respecto a:

a. En cada reunión:

- ¿Cómo se han sentido?
- ¿Qué piensan del tema desarrollado? ¿Consideran que es útil para mejorar la atención a sus hijos y cumplir su función como padres?
- ¿Cómo ven las actividades que se han realizado en la reunión de orientación? ¿Les agrada? ¿Les ayuda a reflexionar?
- ¿Qué cambios propondrían?

b. Luego del desarrollo de varias reuniones:

- ¿Qué cambios han podido realizar en su vida a partir de la orientación recibida?
- ¿De qué manera la orientación que se les ofrece les puede ayudar a producir cambios en su rol de padres?
- ¿Cómo evalúan su participación en las reuniones?
- ¿Cómo ven el trabajo del tutor? ¿Cómo se relaciona el tutor con ustedes?
- ¿Qué cambios sugieren para mejorar la orientación que se les ofrece?

Para fines de la evaluación los tutores podrán utilizar diversidad de estrategias, desde el planteamiento de preguntas para el diálogo, el llenado de tarjetas con opiniones, hasta el uso de material simbólico y de otros instrumentos especialmente diseñados para recoger información de forma más organizada (MINEDU, 2007, p. 128).

3.1.7. Plan Institucional de Tutoría, Orientación Educativa y Convivencia Escolar

I. DATOS GENERALES

| |
|--|
| 1.1. UGEL: |
| 1.2. Institución Educativa: |
| 1.3. Director (a): |
| 1.4. Coordinador de Tutoría: |
| 1.5. Integrantes del Comité de tutoría: |
| ▪ Director de la I.E. |
| ▪ Un coordinador de TOE |
| ▪ Un responsable de convivencia escolar |
| ▪ Un responsable de inclusión |
| ▪ Un representante de los auxiliares de educación |
| ▪ Un Psicólogo escolar |
| ▪ Un representante de los padres de familia elegidos en asamblea general |
| ▪ Un representante de municipio escolar |

1.6. Docente tutores y auxiliares:

| GRADO Y SECCIÓN | N° ESTUDIANTES | | TUTOR (A) | Horario | | AUXILIAR DE EDUCACIÓN |
|-----------------------|-------------------|---|-----------|---------|------|--------------------------|
| | H | M | | DÍA | HORA | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

II. FUNDAMENTACIÓN

La crisis sanitaria provocada por la COVID-19, viene trayendo como consecuencia un alto índice de impacto psicológico y niveles elevados de estrés, síntomas de ansiedad y depresión. Muchos de nosotros nos enfrentamos a retos verdaderamente estresantes, abrumadores que generan emociones fuertes en niños, adultos y más aún, en adolescentes. Precisamente, en esta

última etapa, caracterizada por sus peculiares complicadas emociones, la epidemia del coronavirus la puede hacer todavía más difícil, porque el confinamiento obliga a adaptarse a formas diferentes de interactuar, de resolver problemas, tomar decisiones, emplear el tiempo. Esta situación ha afectado también a los estudiantes de nuestra Institución Educativa.

Por ello, el presente plan de Tutoría, Orientación Educativa y Convivencia Escolar tiene como finalidad promover y fortalecer el desarrollo integral y bienestar de los estudiantes. Así mismo, ayudará a los docentes tutores para que puedan brindar una orientación adecuada a los estudiantes y familias, ya que la acción tutorial es una actividad inherente a las funciones del docente, y no una acción aislada. En efecto, la acción tutorial se desarrolla de manera conjunta en la Institución Educativa y no solo en tiempos y espacios aislados; es más bien, una acción colectiva y coordinada que involucra a toda la comunidad educativa para que el trabajo sea efectivo.

Por otro lado, este plan responde a las distintas situaciones problemáticas priorizadas en la Institución Educativa. Porque, la tutoría busca promover el bienestar y fortalecer su formación integral de los estudiantes, esto se logra a través del acompañamiento y orientación según sus necesidades personales y sociales en un clima de confianza y respeto.

También, la tutoría busca prevenir situaciones de riesgo que vulneren los derechos de los estudiantes que podrían afectar su desarrollo personal y social. Por ello, es necesario fortalecer la práctica pedagógica en los enfoques transversales: de derechos, inclusivo o atención a la diversidad, interculturalidad, igualdad de género, ambientales, orientación al bien común y búsqueda de la excelencia, los cuales se complementan con otros para guiar la tutoría y orientación educativa: enfoque del ciclo de vida y enfoque intergeneracional. Así mismo, el presente plan se desarrollará en tres dimensiones, y según las líneas de acción de la tutoría y orientación educativa.

III. LO QUE NOS PROPONEMOS PARA ESTE AÑO

3.1. Objetivo general:

Implementar la Tutoría, Orientación Educativa y Convivencia Escolar en la Institución Educativa, mediante la planificación y ejecución de orientación, dirigidos a brindar

| Con las familias | Meta | Responsables | Cronograma | | | | | | | | | | | |
|--|-----------------------|--|------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | F | M | A | M | J | J | A | S | O | N | D | |
| Charla sobre: "Acompañamiento y el buen trato a sus hijos" | 110 padres de familia | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Dirección ▪ Coordinador de TOE. | | | | x | | | | | | | | |
| Escuela de padres | 110 padres de familia | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tutores ▪ Coordinador de TOE. | | | x | | x | | x | | | x | | |
| Asambleas de aula por bimestre. | 5 reuniones | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tutores ▪ Coordinador de TOE. | | | | x | | x | | | | x | | x |

V. RECURSOS (Humanos, materiales, financieros)

| HUMANOS | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ▪ Directivos. ▪ Administrativos. ▪ Coordinador de TOE. ▪ Tutores. ▪ Docentes. ▪ Auxiliar. ▪ Padres de Familia. ▪ Estudiantes. | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Especialistas (invitados). ▪ Psicólogo. ▪ Personal de CLAS. ▪ Personal de PNP. ▪ Personal municipalidad. ▪ Profesionales de distintas especialidades. |

| MATERIALES | | |
|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ▪ Proyector. ▪ Laptop. ▪ CPU. ▪ Computada. ▪ Equipo de sonido ▪ Parlante. ▪ TV. ▪ DVD | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Un millar Papelotes. ▪ Un millar Cartulinas. ▪ 5 gomas ▪ Un millar Hojas de color. ▪ 4 cajas de Plumones. ▪ 2 cajas de alfiler ▪ ½ doc. Masking ▪ ½ Cinta embalaje. | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Sillas. ▪ Mesas. ▪ Auditorio del plantel ▪ Aula de AIP. ▪ Patio del plantel. ▪ Aulas para reuniones ▪ Extensión. |

| FINANCIEROS | |
|--|------------------|
| ▪ Refrigerios | S/ 250.00 |
| ▪ Movilidad para invitados | S/ 250.00 |
| TOTAL | S/ 500.00 |
| Con respecto a los materiales logísticos, serán proporcionados por la Institución Educativa. | |

VI. EVALUACIÓN.

| MATRIZ DE EVALUACIÓN POR TRIMESTRE | | | |
|---|--|---------------------|--------------------------|
| Actividades programadas de gestión y orientación | Logros (cualitativos-cuantitativos) | Dificultades | Medidas adoptadas |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| COMPROMISOS | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

3.1.8. Lineamientos de la tutoría

Los lineamientos de Tutoría y Orientación Educativa para la Educación Básica, tiene como objetivo establecer orientaciones para la implementación oportuna, eficiente y eficaz de las acciones de tutoría y orientación en las instituciones educativas y programas educativos, tanto públicos como privados, en sus diversas modalidades, niveles y modelos de servicio. Asimismo, se enmarcan en políticas educativas que promueven y fortalecen el desarrollo integral y el bienestar de los estudiantes” (MINEDU, 2020).

| LINEAMIENTOS | FINALIDAD |
|--|---|
| <p>“Lineamientos de Tutoría y Orientación Educativa para la Educación Básica”.</p> <p>RVM N° 212-2020-MINEDU</p> | <p>Establecer orientación para la implementación oportuna, eficiente y eficaz de las acciones de tutoría y orientación educativa en las instituciones educativas y programas educativos, tanto públicas como privadas, en sus diversas modalidades, niveles y modelos de servicio.</p> |
| <p>“Lineamientos Educativos y Orientación Pedagógica para la Educación Sexual Integral” (ESI).</p> <p>DECRETO SUPREMO N° 0180 -2008 -ED</p> | <p>Tiene como finalidad principal que la población de estudiantes logre aprendizajes significativos para el ejercicio de una sexualidad saludable, placentera y responsable en el contexto de relaciones interpersonales democráticas, equitativas y respetuosas. Esto implica que el personal docente efectúe acciones pedagógicas pertinentes para el autoconocimiento, la autoestima, el respeto mutuo, la autonomía y la toma de decisiones, en la formación integral de los estudiantes.</p> |
| <p>“Lineamientos para la Educación de una Vida sin Drogas” (EVD)</p> <p>Existe un documento preliminar llamado “Lineamientos para la Educación de una Vida sin Drogas” (EVD), el cual no fue aprobado oficialmente. Lo que, si existe, es una Estrategia Nacional de lucha contra el Consumo de Drogas, que incluye temas de prevención a cargo del MIEDU.</p> | <p>Contribuye a orientar la tarea formativa y preventiva que realizan las instituciones educativas a favor de los estudiantes. Asimismo, el sector educación, consciente de su rol, prioriza la necesidad de contar con una estrategia de formación y prevención orientada a la población estudiantil, que permita evitar desde edades tempranas el consumo de drogas y las graves consecuencias que ella acarrea en su formación integral, calidad de vida y realización personal.</p> |

| | |
|--|---|
| <p>“Lineamiento para Gestión de la Convivencia Escolar, la Prevención y Atención de la Violencia Contra Niñas, Niños y Adolescentes”</p> <p>DECRETO SUPREMO N° 004-2018-MINEDU</p> | <p>Establecer las directrices de orientación para la gestión de la convivencia escolar, la prevención y la atención de la violencia contra niñas, niños y adolescentes en las instituciones educativas, a fin de aportar al desarrollo integral de y los estudiantes en entornos escolares seguros y libres de violencia, y a la consolidación de una comunidad educativa que ejerza con plenitud sus derechos y responsabilidades.</p> |
|--|---|

3.1.9. Líneas de acción de la tutoría y orientación educativa

La tutoría y orientación educativa es el acompañamiento socio afectivo y cognitivo de los estudiantes. Es un servicio inherente al currículo y tiene carácter formativo, promocional y preventivo. Asimismo, son agentes de la tutoría y orientación educativa: el tutor, los docentes, los directivos, los padres de familia y los propios estudiantes (MINEDU, 2020).

Formativa: Desarrolla la dimensión personal, social y de aprendizajes de la tutoría y orientación educativa, a través de una adecuada planificación individual o grupal que responda al diagnóstico elaborado. Así mismo, el comité de tutoría y orientación educativa, propone y ejecuta actividades institucionales que contribuyen con el desarrollo de las dimensiones de la tutoría y orientación educativa (MINEDU, 2020).

Promocional: “Promueve comportamientos y actitudes en la comunidad educativa que favorecen el desarrollo socioafectivo y cognitivo de los estudiantes, mediante la sensibilización y el fortalecimiento de factores protectores” (MINEDU, 2020, p.11).

Asimismo, se desarrolla a través de actividades de sensibilización sobre los efectos de situaciones de: discriminación, violencia, consumo de sustancias psicoactivas, conductas de riesgo, etc. y orienta estas problemáticas a través de jornadas, pasacalles, ferias, talleres, proyectos. Por otro lado, se fortalecen los factores protectores por medio de la promoción de relaciones seguras y respetuosas, valores y actitudes orientados por los enfoques transversales,

la convivencia democrática e intercultural, la gestión adecuada de conflictos, prácticas restaurativas (MINEDU, 2020).

Preventiva: Se define como “anticipa y/o reduce la aparición de situaciones y/o conductas de riesgo que pongan en peligro el desarrollo integral y el bienestar de los estudiantes. Requiere de un trabajo multidisciplinario, basado en la participación e involucramiento de agentes sociales o redes de aliados pertinentes, que generen alternativas de acción frente a cada problemática” (MINEDU, 2020, p.12).

Asimismo, se idéntica tres niveles de prevención:

Prevenición universal: “Los esfuerzos se dirigen a todos los estudiantes para reducir la probabilidad de aparición de conductas de riesgo y situaciones que afecten sus derechos” (MINEDU, 2020, 12).

Prevenición selectiva: “Los esfuerzos se dirigen a un subgrupo de estudiantes que presentan mayores situaciones de vulnerabilidad y que lo colocan en mayor riesgo que al promedio de los estudiantes. Requiere de un diagnóstico previo de la situación” (MINEDU, 2020, 12).

Prevenición indicada: “Los esfuerzos se dirigen a estudiantes que presentan conductas y/o situaciones de riesgo, como pueden ser los casos de violencia, trabajo infantil, trata de personas, embarazo adolescente, situaciones de discriminación, adicciones (consumo de drogas, alcohol, videojuegos), uso desmedido de las redes sociales, entre otros. Asimismo, se realiza la derivación oportuna a servicios especializados y/o complementarios con acompañamiento y seguimiento” (MINEDU, 2020,12).

3.2. Programación específica

3.2.1. Plan de tutoría de aula

I. DATOS GENERALES:

| | |
|-----------------------|--------------|
| Año | : 2021 |
| Institución Educativa | : |
| Nivel | : Secundaria |
| Turno | : Mañana |
| Grado y sección | : 2 “A” |
| Número de estudiantes | : 28 |
| Tutor/a | : |

II. FUNDEMENTACIÓN:

La coyuntura en la que estamos viviendo en la actualidad a causa del COVID-19 a nivel mundial y en nuestro país, trajo como consecuencia un alto índice de impacto psicológico y niveles elevados de estrés, síntomas de ansiedad y depresión, ya que muchos de nosotros nos enfrentamos a retos que pueden ser estresantes, abrumadores que genera emociones fuertes tanto en los niños, adolescentes y adultos. Las medidas de salud pública, son necesarias para reducir la propagación del COVID-19, sin embargo, las estrategias tomadas por el gobierno pueden hacernos sentir aislados, aumentar el estrés y la ansiedad, más aún en los adolescentes.

A raíz, de esta situación los estudiantes han sido afectados, sobre todo los de segundo grado del nivel secundaria, porque, son adolescente que están en la búsqueda de su autonomía, identidad e independencia, es más, ellos necesitan estar en grupo de amigos, expresar sus sentimientos y al no tener esa libertad, se sienten frustrados, incomprendidos y aislados. Es por ello, que se desarrollarán actividades de orientación, para saber controlar las emociones, así mismo, promover el estilo de vida saludable, el ejercicio pleno y responsable de su sexualidad, la prevención de situaciones y conductas de riesgo como: el estrés, ansiedad, adicciones, embarazo adolescente, en el marco de una convivencia armoniosa.

Por otro lado, los estudiantes del segundo grado poseen fortalezas artísticas, musicales y deportivas que les permite complementar su desarrollo personal con apoyo de algunos docentes comprometidos, asimismo, las oportunidades que se les brinda a través de un trabajo coordinado con distintas instituciones como: CLAS, PNP, UGEL, MUNICIPALIDAD, quienes apoyan o brindan diferentes profesionales para charlas o talleres de soporte emocional y de prevención.

Los estudiantes del segundo grado del nivel secundaria provienen en un 61%, de familias disfuncionales, muchos de ellos viven con abuelo, tíos, o apoderados; en quienes sea identificado algunos casos de estrés, ansiedad, aislamiento, las mismas que ponen en riesgo el logro de los aprendizajes. Por ello, es preciso prevenir estos riesgos que podrían afectar la salud física y mental en los estudiantes.

Por eso, las actividades que se proponen en el presente plan tutorial responden a las distintas necesidades de los estudiantes del segundo grado de nivel secundaria. Por ello, se ha visto por conveniente abordar los siguientes temas: primera unidad “Unidos construimos nuestro bienestar”, segunda unidad “cuidando mi imagen prevengo los riesgos”, tercera unidad “me proyecto a ser feliz” y en la cuarta unidad “mi prioridad es formarme responsablemente”; todas estas actividades planteadas fortalecerán el desarrollo integral y el bienestar de los estudiantes.

III. LO QUE NOS PROPONEMOS PARA ESTE AÑO.

- **En las horas de tutoría.**

Se desarrollarán las sesiones debidamente planificadas para fortalecer el desarrollo integral y promover su participación activa de los estudiantes. Así mismo, estas sesiones se desarrollarán en base la dimensión personal, social y de los aprendizajes.

- **En Tutoría individual.**

Brindar entrevistas personales a los estudiantes con el fin de atender situaciones que no es recomendable ventilar grupalmente. Asimismo, se les acompañará en los casos que se haya estimado pertinente derivar.

- **En el trabajo con padres.**

Incentivar la participación activa de los padres de familia y propiciar el compromiso en la formación y acompañamiento de los hijos. Así mismo, se realizarán talleres formativos y escuela de padres, que fortalecerá su convivencia armoniosa en la comunidad educativa y su familia.

- **En el trabajo con otros docentes.**

Incentivar a los docentes para que puedan involucrarse en la formación integral de los estudiantes, brindando orientaciones para un trabajo articulado de toda la comunidad educativa.

IV. ACTIVIDADES.

| ACTIVIDADES DE LA TUTORIA | | | | | | |
|-----------------------------------|-----------------------|------------------------------|---|---|---|---|
| Líneas | Actividades | Nº | I Bimestre | II Bimestre | III Bimestre | IV Bimestre |
| Tutoría Grupal | Sesiones de tutoría | 32 | De acuerdo a programación |
| | Talleres | 4 | “Conociendo mis emociones y reacciones” | “Peligros y riesgos de internet” | “Prevención de consumo de sustancias nocivos” | “Prevención de embarazo no deseado” |
| | Campañas | 4 | Día Internacional de la mujer | Tengo derecho al buen trato | Día Internacional contra la violencia hacia las mujeres y niñas | Día de la familia. |
| Tutoría Individual | Derivación | De acuerdo a las necesidades | Derivación al departamento de Psicología en casos que lo requieran. | Derivación al departamento de Psicología en casos que lo requieran. | Derivación al departamento de Psicología en casos que lo requieran. | Derivación al departamento de Psicología en casos que lo requieran. |
| | Asesoría | De acuerdo a las necesidades | “Todos somos iguales” | “Soy asertivo expresando mis emociones” | Manejo de conflictos | “Orientación vocacional: proyecto de vida” |
| Orientación a las familias | Talleres | 4 | 1º “La convivencia familiar” | 2º “Cuidando mi salud” | 3º “Familias sin violencia” | 4º “Paternidad Responsable” |
| | Escuela de padres | 4 | “Asumiendo nuestro compromiso de acompañar a nuestros hijos” | “Prevención de problemas sociales” | “La tolerancia dentro del hogar” | “Conociendo mis emociones y reacciones” |
| Otras | Visitas domiciliarias | De acuerdo a las necesidades | | “Gincana deportiva” | “Día de la juventud Marcopuentina” | Navidad Marcopuentina |

V. RECURSOS:

| HUMANOS | |
|------------------------------|---|
| ▪ 01 coordinador de tutoría. | ▪ 01 docente de AIP. |
| ▪ 01 psicólogo. | ▪ 02 integrantes de PNP. |
| ▪ 02 enfermaras invitada. | ▪ 05 integrante del comité de padres de familia del aula. |
| ▪ 01 tutor. | ▪ 03 estudiantes. |
| ▪ 01 auxiliar de educación. | |

| MATERIALES | |
|---------------------------------|---------------------------------|
| ▪ 01 laptop. | ▪ Auditorio. |
| ▪ 01 proyector. | ▪ Extensiones. |
| ▪ Equipo de sonido. | ▪ Micrófonos. |
| ▪ Sillas. | ▪ Fotocopiadora. |
| ▪ Un millar de papelotes. | ▪ Copia de fichas informativas. |
| ▪ 4 docenas de Plumones. | ▪ ½ millar de cartulina. |
| ▪ 4 gomas grades. | ▪ ½ doc. Masking |
| ▪ TV. | ▪ ½ Cinta embalaje. |
| ▪ Un millar de hoja de colores. | ▪ Una caja de alfiler. |

| FINANCIEROS | |
|--|------------------|
| ▪ Útiles de escritorio: goma, papelotes, hoja de color, cartulina, etc. | S/ 200.00 |
| ▪ Movilidad para invitados | S/ 100.00 |
| ▪ Refrigerios | S/ 100.00 |
| TOTAL | S/ 400.00 |
| Con respecto a los materiales logísticos, serán proporcionados por la Institución Educativa. | |

VI. EVALUACIÓN:

| MATRIZ DE EVALUACIÓN | | | |
|-----------------------------|--|---------------------|------------------------------|
| ACTIVIDADES | LOGROS (cuantitativas/cualitativos) | DIFICULTADES | MEDIDAS ADOPTADAS |
| Grupal | | | |
| | | | |
| | | | |
| Individual | | | |
| | | | |
| Familias | | | |
| | | | |
| Otras | | | |

3.2.2.1. Sesiones de la tutoría

SESIÓN N° 01: “MIS EMOCIONES SON PARTE DE MI VIDA”

GRADO: 2° de secundaria

DIMENSIÓN/ Aspecto: Personal / Autorregula sus emociones.

I. ¿QUÉ BUSCAMOS?

Reconocer la importancia de expresar sus emociones.

II. MATERIALES.

- Hojas de Color.
- Cartulinas.
- Lápiz.
- Lapiceros, plumones.
- Ficha con emociones.
- Video: “Para trabajas las emociones” <https://youtu.be/L5OSKf74dss>

III. PRESENTACIÓN (15 minutos).

- Observa el video sobre: “Las emociones” <https://youtu.be/L5OSKf74dss> (**Anexo 1**), a través de lluvia de ideas responde las siguientes preguntas:
 - ¿Qué impresión te causó el video?
 - ¿Qué emociones has identificado?
 - ¿Qué emociones prevalece en tu familia?
 - ¿Qué emociones observas en tus compañeros?
- Escucha la indicación del tutor quien solicita a cuatro estudiantes para que puedan representar las emociones de: alegría, cólera, enojo, tristeza. Puede ofrecerse como voluntario.
- Comparte: ¿Cómo se han sentido al representar las emociones?
- Escucha el propósito de la sesión que el tutor da a conocer: **¿Qué buscamos?**

IV. DESARROLLO (65 minuto).

- Observa imágenes de las emociones presentadas por el tutor: alegría, tristeza, miedo, cólera (**Anexo N° 02**).
- Elige una de las emociones presentadas y coloca el nombre.
- Compose una pequeña historia sobre la emoción elegida. Para ayudarte te sugiero el siguiente ejemplo:

Historia 1: Juana tiene envidia porque Lucia ganó el primer puesto en el concurso de declamación, por eso le muestra su indiferencia y no le dirige la palabra.

- Participa voluntariamente algunos estudiantes para que socialicen la historia elaborada, luego analizan de manera conjunta la emoción y la reacción de esta. En cada intervención el tutor brinda orienta pertinente a los estudiantes sobre las distintas formas que podemos responder ante las emociones y cuán importante es aprender a expresarlas de manera adecuada, sin dañar o ir en contra de los derechos de los demás.

V. CIERRE (10 minutos).

- Elabora un acróstico con la palabra **MIS EMOCIONES**, destacando la importancia de expresar las emociones y sentimientos a los demás de manera asertiva.
- Escucha las ideas centrales que finalmente el tutor refuerza tomando en cuenta el acróstico elaborado.

VI. DESPUÉS DE LA HORA DE TUTORÍA.

- Elabora una tarjeta, en ella escribe y expresa el afecto que sientes hacia las personas de tu entorno (papá, mamá, hermanos, abuelos, etc.). En la siguiente clase comparte la descripción de la tarjeta.

VII. IDEAS FUERZA.

- Las emociones se expresan de diferentes maneras. Estas distintas formas de expresarlas ayudan a las personas a entender en qué situación se encuentran.

- Las emociones surgen de manera espontánea como una respuesta emocional frente a situaciones que nos agradan o desagradan.
- Nuestras reacciones emocionales forman parte de nuestra forma de ser y de actuar. Son parte de nuestra personalidad, pero debemos aprender a expresarlas de manera adecuada.
- Si experimentas emociones que te generan malestar, no te encierres en ti. Expresa tus sentimientos, busca personas que puedan ayudarte.

SESIÓN N° 02: “EL QUE SE ENOJA PIERDE”

GRADO: 2° de secundaria

DIMENSIÓN/ Aspecto: Personal / Autorregula sus emociones.

I. ¿QUÉ BUSCAMOS?

Aprender a manejar adecuadamente las expresiones de cólera.

II. MATERIALES.

- Lapiceros, lápiz.
- Colores.
- Plumones.
- Fichas de “El que se enoja pierde”.
- Video: <https://www.youtube.com/watch?v=EYwG2s1rFP8&t=13s> “el que se enoja pierde”
- Video: “El que se enoja pierde” <https://www.youtube.com/watch?v=ky-4hdSFB6k&t=27s>.

III. PRESENTACIÓN (15 minutos).

- Observa el video de cortometraje “El que se enoja pierde” <https://www.youtube.com/watch?v=EYwG2s1rFP8&t=13s>. (Anexo N° 1), luego reflexiona a partir de las siguientes preguntas:
 - ¿Qué te impresionó de la actitud de la joven?

- ¿Cómo reaccionarías si fueras tú?
 - ¿Qué haces cuando te enojas?
- Escucha el propósito de la sesión que el tutor da a conocer: **¿Qué buscamos?**

IV. DESARROLLO (65 minuto).

- Completa la ficha entregado por el tutor: **“EL QUE SE ENOJA PIERDE” (Anexo N° 2)**, que contiene oraciones incompletas sobre situaciones de enojo.
- Participa voluntariamente y comparte su respuesta. El tutor va comentando y brindando pautas ante cada intervención.
- Expresa las sensaciones que te produce experimentar la cólera. En cada intervención el tutor orienta.
- Observa el video: “El que se enoja pierde” <https://www.youtube.com/watch?v=ky-4hdSFB6k&t=27s>. **(Anexo N° 03)** y luego solicita algunas opiniones e ideas al respecto y el tutor va brindando orientaciones pertinentes.

V. CIERRE (10 minutos).

- Responde a las siguientes preguntas formulas por el tutor:
 - ¿Cómo te has sentido desarrollando el tema?
 - ¿Qué has aprendido?
 - ¿Cómo puedes aplicar lo aprendido en tu vida cotidiana?
- Escucha las ideas centrales que finalmente refuerza el tutor.

VI. DESPUÉS DE LA HORA DE TUTORÍA.

- Comparte con los integrantes de tu familia y genera comentarios sobre las expresiones manifestadas en el **(Anexo N° 2)**.

VII. IDEAS FUERZA.

- La cólera es una emoción caracterizado por fuertes sentimientos de desagrado, desencadenados por males reales o imaginarios.

- La cólera es un sentimiento común que todos los humanos sentimos y que, si no aprendemos a controlarla, puede llevarnos a responder con agresión, es decir dañar física o verbalmente a otras personas, a nosotros mismos, a las cosas y al ambiente que nos rodea.
- La cólera hace sentir mal a las personas ocasionando en ellas sentimientos de tristeza, molestia, irritabilidad o infelicidad.
- Si tenemos dificultades en manejar la cólera, podemos realizar las siguientes actividades para tratar de controlar:
 - Respirar profundamente.
 - Salir de la casa, caminar, distraernos con algo.
 - Hacer ejercicios, practicar algún deporte.
 - Dibujar, leer un libro o escuchar música.

SESIÓN N° 03: “APRENDO A RESPETAR Y TOLERAR LAS DIFERENCIAS”.

GRADO: 2° de secundaria

DIMENSIÓN/ Aspecto: Social / Convivencia democrática.

I. ¿QUÉ BUSCAMOS?

Aprender a reconocer y respetarnos en nuestras diferencias.

II. MATERIALES.

- Fichas con imágenes
- Lapicero.
- Plumones.
- Hoja de colores.
- Video: “Respetar la diferencia” <https://youtu.be/xiBNYjVVRDg>
- Ficha de juego: ¿Eres tú tolerante?

III. PRESENTACIÓN (15 minutos).

- Observa el video: “RESPETA LA DIFERENCIA” <https://youtu.be/xiBNYjVVRDg> (**Anexo N° 01**) y luego, a través de lluvia de ideas responde las siguientes preguntas:
 - ¿Qué otro título le pondrías poner al video?
 - ¿Qué pasaría si los demás se riesen de todo lo que te gusta?
 - ¿Qué pasaría si los demás juzgaran a los otros por su apariencia?
- Escucha el propósito de la sesión que el tutor da a conocer: **¿Qué buscamos?**

IV. DESARROLLO (65 minuto).

- Observa las imágenes presentadas (**Anexo N° 02**) y luego serán colocados en un lugar visible del aula.
- Integra grupos de trabajo de cinco y seguidamente reflexiona, a través de los siguientes puntos de discusión:
 - ¿Qué impresión te causó las imágenes?
 - ¿Existe algunas semejanzas y diferencias entre las dos imágenes?
 - ¿Crees que es importante respetar nuestras diferencias? ¿Por qué?
 - ¿Entre nosotros sabemos respetar y valorar nuestras diferencias?
- Socializa las respuestas con sus demás compañeros. En cada intervención el tutor va brindando orientaciones necesarias.
- Elabora dos conclusiones, en el cual propone comportamientos que pueden ayudar a manejar mejor sus relaciones a partir de las diferencias.
- Realiza de forma personal el juego: **¿ERES TÚ TOLERANTE?** (**Anexo N° 03**), luego solicita voluntarios para compartir su experiencia. En cada intervención el tutor va brindando orientaciones necesarias.

V. CIERRE (10 minutos).

- Responde a las siguientes preguntas plantea por el tutor:
 - ¿Qué han aprendido hoy?
 - ¿Por qué es importante el respeto por las diferencias?

- Escucha las ideas centrales que finalmente refuerza el tutor, enfatizando que cada persona puede tener miradas diferentes, opiniones distintas que pueden enriquecer nuestras relaciones interpersonales, es importante aprender a respetar estas diferencias.

VI. DESPUÉS DE LA HORA DE TUTORÍA.

- Se entrega la actividad de la próxima sesión a los estudiantes y explica para que realicen un ejercicio en la ficha “**LAS COSAS QUE TE GUSTAN DE MÍ**” (Anexo N° 02). Luego, el tutor indica que primero tienen que escribir cinco cosas que les gustan de ellos mismos; después tienen que entrevistar por lo menos cinco personas, a quienes les solicitaran que les mencione cinco características que ellos ven en él o ella y las anotan en la misma ficha. Se les sugiere que pueden preguntar así: **¿Cuáles son las cosas que te gustan de mí?**

VII. IDEAS FUERZA.

- Todas las personas venimos a este mundo con características que nos hacen únicas.
- Debemos reconocer que todos somos distintos y debemos respetarnos en nuestras diferencias de estilos de vida, opiniones, gustos, pensamientos, valores, características físicas, lengua, etc.
- El reconocimiento al otro, nos va permitir aceptar y tolerar todo aquello y a todo aquél que sea diferente a nosotros, y evitar asumir actitudes y comportamientos de marginación, rechazo, e incluso agresión que podemos desarrollar frente al que no piensa, actúa o vive como nosotros.

SESIÓN N° 04: “MI AUTOESTIMA ES MI ESCUDO PROTECTOR”

GRADO: 2° de secundaria

DIMENSIÓN/ Aspecto: Personal / Conocimiento de sí mismo.

I. ¿QUÉ BUSCAMOS?

Valorar y aceptarse a sí mismo como personas únicas y valiosas.

II. MATERIALES.

- Fichas “Las cosas que te gustan de mí”
- Lapiceros y plumones.
- Video: “Autoestima aprendiendo juntos” <https://youtu.be/dA6duPi72wU>

III. PRESENTACIÓN (15 minutos).

- Observa el video: “Autoestima aprendiendo juntos” <https://youtu.be/yaNEmg6cyVM> (Anexo N° 1) y responde a través de lluvia de ideas, a partir de las siguientes preguntas:
 - ¿Qué observas en el video?
 - ¿Qué piensas de los estereotipos que nos ofrece TV?
 - ¿Cómo influye los “modelos” en nuestra vida?
 - ¿Creen ustedes que nuestra vida gira entorno a los estereotipos que nos ofrece las redes sociales y los medios de comunicación?
- Escucha el propósito de la sesión que el tutor da a conocer: **¿Qué buscamos?**

IV. DESARROLLO (65 minuto).

- Observa la ficha: “LAS COSAS QUE TE GUSTAN DE MÍ” (Anexo N° 02) y escoge aquella que más te gusta.
- Menciona la respuesta seleccionada e indica que persona se la dijo. Una vez que todos hayan intervenido, solicita a cada estudiante reflexionar a partir de las siguientes preguntas:
 - ¿Cómo te sentiste al reconocer tus cualidades?
 - ¿Cómo se sintieron con las características que los demás expresaron de ustedes?
 - ¿Les gustó que personas importantes en tu vida, digan palabras hermosas de ustedes?
 - ¿Por qué les ha gustado la frase que han elegido?
 - ¿Coinciden las cualidades que han mencionado los demás, con los que ustedes han señalado que les gusta de sí mismo?

- Participa voluntariamente para que pueda comentar la actividad según los puntos de reflexión y el tutor en cada intervención va fortaleciendo las ideas principales.

V. CIERRE (10 minutos).

- Elabora un slogan, en base a la información recogida en el desarrollo de la actividad anterior, asimismo, expresa la valoración de si mismas como personas únicas y valiosas.
- Escucha finalmente las ideas centrales que el tutor fortalece.

VI. DESPUÉS DE LA HORA DE TUTORÍA.

- Muestra la ficha de trabajo durante la semana: “LAS COSAS QUE TE GUSTAN DE MÍ” (**Anexo N° 02**), a un familiar de confianza y le pide su opinión sobre sus características y cualidades personales que necesita ser afianzada para tener un desarrollo más pleno y feliz.

VII. IDEAS FUERZA.

- El reconocer y aceptar las cualidades y características personales, así como ser reconocido y aceptado, es el primer paso para lograr una adecuada autoestima.
- Las percepciones que tienen los demás de nosotros, influyen en nuestro conocimiento y valoración.
- Cuando nuestros amigos familiares y docentes nos dan mensajes positivos, están favoreciendo la construcción de una imagen positiva de nosotros mismos.
- La imagen o idea de cómo somos y de lo que somos capaces de hacer, se va formando a lo largo de la vida. Es decir, la autoestima se desarrolla a lo largo de toda la vida.
- Si nuestra imagen es positiva nuestra autoestima se verá fortalecida.

SESIÓN N° 05: ¡YO AMO... TRATARTE BIEN!

GRADO: 2° de secundaria

DIMENSIÓN/ Aspecto: Social / Convivencia democrática.

I. ¿QUÉ BUSCAMOS?

Tomar conciencia que una mala actitud genera sufrimiento y aprender a brindar un buen trato.

II. MATERIALES.

- Fichas con imágenes.
- Cartulina, goma, tijera y plumones.
- Hojas de colores A4.
- Revistas o periódico.

III. PRESENTACIÓN (15 minutos).

- Observa las imágenes presentados por unos segundos (**Anexo N° 01**), y luego reflexionan a partir de las siguientes preguntas:
 - ¿Qué acciones observas en las imágenes?
 - ¿Por qué creen ustedes que se dan la peleas, el maltrato, la burlas?
 - ¿Qué piensas sobre los conflictos?
 - ¿Se puede aprender algo de estas situaciones?
- Escucha el propósito de la sesión que el tutor da a conocer: **¿Qué buscamos?**

IV. DESARROLLO (65 minuto).

- Integra grupos de trabajo de cuatro personas conformados por el tutor y seguidamente escucha la explicación de la dinámica de la actividad grupal:
 - Dos grupos dramatizan situaciones de violencia (dentro o fuera de la familia), por ejemplo: maltrato, indiferencia, amenaza, castigo, falta de comunicación, etc.
 - Los otros dos grupos representan situaciones que promueven el buen trato, es decir actitudes que desarrolla el autocuidado frente a situaciones de riesgo, por

ejemplo: expresión de afecto, respetar los espacios privados, estimular habilidades personales, tomar en cuenta las opiniones de los demás, etc.

- El tiempo establecido para la preparación de la dramatización y la duración de la presentación por cada grupo será anunciado por el tutor: diez minutos de preparación y cinco minutos de presentación del sociodrama.
- Toma conciencia que una mala actitud genera sufrimiento y que un buen trato genera bienestar. Para ello, concluidas las dramatizaciones de cada grupo, el tutor brinda orientaciones y pautas pertinentes.

V. CIERRE (10 minutos).

- Elabora un compromiso para optar por el buen trato a los demás.
- Escucha, finalmente, las ideas principales que el tutor fortalece.

VI. DESPUÉS DE LA HORA DE TUTORÍA.

- Elabora un afiche sobre el Buen Trato, el cual será publicado en el aula, y en los lugares más visibles de la institución educativa.

VII. IDEAS FUERZA.

- El buen trato, es generar bienestar con quienes nos vinculamos en nuestra vida diaria.
 - Todos tenemos derecho a ser respetados y ser tratados con amor, sin distinción de raza, color, religión, lengua, género, origen, etc.
 - El reconocer que las demás personas tienen necesidades, intereses, formas de sentir y expresar sus sentimientos, al igual que cada uno de nosotros; son el punto de partida para el desarrollo del buen trato.
- Los conflictos son parte de la vida y nadie puede evitar experimentarlos en algún momento. Sin embargo, si son bien manejados, nos ayudan a mejorar a crecer como personas.

SESIÓN N° 06: “VIVIR SONRIENDO A PESAR DE LOS MOMENTOS MALOS”

GRADO: 2° de secundaria

DIMENSIÓN/ Aspecto: Personal / Autorregula sus emociones.

I. ¿QUÉ BUSCAMOS?

Reflexionar sobre las experiencias negativas e identificar las nuevas oportunidades.

II. MATERIALES.

- Papelotes, plumones y cartulina.
- Fichas con aspectos positivos.
- Hojas bond A4.
- Video: “Super Héroe” <https://youtu.be/Yin52yfKQgM>

III. PRESENTACIÓN (15 minutos).

- Observa el video: “SUPER HÉROE” <https://youtu.be/Yin52yfKQgM> (Anexo N° 1) y dialoga a partir de las siguientes preguntas:
 - ¿Qué otro nombre le pondrías al video observado?
 - ¿Cuál debe ser nuestra actitud frente a una dificultad?
 - ¿Crees que un problema o dificultad nos deja una enseñanza positiva? ¿Por qué?
- Escucha el propósito de la sesión que el tutor da a conocer: **¿Qué buscamos?**

IV. DESARROLLO (65 minuto).

- Escribe en los papelógrafos que están pegados en la pizarra experiencias negativas ya sean: personales, familiares, escolares y sociales, que les haya generado tristeza, dolor, desánimo y desmotivación. Esta actividad la tienen que realizar en silencio guardando orden y respeto.

- Complementa la lista de la pizarra con los aprendizajes o aspectos positivos que podrían rescatar de cada situación negativa (**Anexo N° 02**). Para ello, el tutor motiva para que los estudiantes participen.
- Participa voluntariamente para que se puedan compartir sus experiencias. Después de cada intervención el tutor va complementando la información.

V. CIERRE (10 minutos).

- Responde a las siguientes preguntas planteadas por el tutor:
 - ¿Cómo te has sentido desarrollando esta sesión?
 - ¿En qué situaciones de la vida puedes aplicarlo?
- Escucha las ideas centrales que finalmente transmite el tutor.

VI. DESPUÉS DE LA HORA DE TUTORÍA.

- Elabora una carta de motivación a las personas que están pasando momentos de dificultad, problemas, enfermedad u otra situación y publican por WhatsApp grupal, Facebook. En la siguiente clase los estudiantes compartirán algunas experiencias.

VII. IDEAS FUERZA.

- Es importante rescatar las cosas positivas de cada experiencia negativa, pues estos son aprendizajes que nos ayudarán a enfrentar, superar los problemas y así comprender mejor qué se puede hacer en el futuro con situaciones similares.
- En la vida siempre habrá momentos malos y momentos buenos, la importancia de cada uno de ellos depende única y exclusivamente de ti. Porque, cada una de ellas nos dejan un aprendizaje positivo y nos ayuda a dar más importancia a todo lo bueno que hay en la vida.
- Aprender a ser positivo en tiempos difíciles, te puede ayudar a superar cualquier obstáculo que se te presente en la vida, que serán muchos. ¡Ánimo! tenemos que vivir sonriendo a pesar de los momentos difíciles.

SESIÓN N° 07: “UNIDOS SOMOS RESILIENTES.”

GRADO: 2° de secundaria

DIMENSIÓN/ Aspecto: Social / Convivencia democrática.

I. ¿QUÉ BUSCAMOS?

Reflexionar sobre la importancia de desarrollar la resiliencia para salir adelante con esperanza.

II. MATERIALES.

- Papelógrafos, plumones, cinta Masking.
- Video: “El burro y el campesino” https://youtu.be/5_2LtHMM2sE
- Video: Resiliencia <https://youtu.be/XR0iPo-5128>

III. PRESENTACIÓN (15 minutos).

- Observa el video: “EL BURRO Y EL CAMPESINO” https://youtu.be/5_2LtHMM2sE (Anexo N° 1) y luego dialogan a partir de las siguientes preguntas:
 - ¿Qué han observado en el video?
 - ¿En algún momento de tu vida, te has sentido como el burrito en el pozo?
 - ¿Crees que en este tiempo de pandemia las personas se han sentido o se sienten como el burrito en el pozo?
 - ¿Cuál debe ser nuestra actitud frente a las dificultades?
- Escucha el propósito de la sesión que el tutor da a conocer: **¿Qué buscamos?**

IV. DESARROLLO (65 minuto).

- Integra grupos de trabajo de cuatro personas y escribe en papelógrafo lo que para ellos significa RESILIENCIA, si los estudiantes no saben el significado no importa. Que escriban lo que crean que es, lo que les dice el sonido de la palabra.

- Presenta su trabajo grupal y luego elabora con todas las palabras un concepto sobre resiliencia. Este concepto será leído en forma conjunta. Aprobarán el concepto de resiliencia y lo pegarán en algún espacio visible del aula.
- Escucha la explicación que el tutor brindará lo que es la RELILIENCIA y cómo una persona puede llegar a ser resiliente.
- Observa el video sobre: Resiliencia <https://youtu.be/XR0iPo-5128> (Anexo N° 02).
- Solicita algunas opiniones de los estudiantes relacionados al tema y el tutor va fortaleciendo las ideas.

V. CIERRE (10 minutos).

- Elabora un acróstico con la palabra RESILIENCIA, a partir de su propia experiencia de vida.
- Escucha las ideas centrales que finalmente transmite el tutor.

VI. DESPUÉS DE LA HORA DE TUTORÍA.

- Elabora un dibujo creativo que represente las acciones que les permitirán desarrollar la resiliencia familiar en este tiempo de pandemia y luego convierte en rompecabezas. En la siguiente clase los estudiantes socializarán su rompecabezas.

VII. IDEAS FUERZA.

- La resiliencia es la capacidad que tenemos las personas para superar las adversidades, problemas y situaciones difíciles de todo tipo que se nos presenta en la vida, aprendiendo a transformar esas dificultades en aprendizajes y fuerza para salir adelante fortalecidos.
- Para las personas resilientes no existe una vida dura, sino momentos difíciles. Es una manera diferente y más optimista de ver el mundo, ya que son conscientes de que después de la tormenta llega la calma.
- Más allá de dejarse vencer por el fracaso o las dificultades, las personas resilientes siempre encuentran una forma de “renacer desde las cenizas”.
- Las personas resilientes:
 - Son optimistas.
 - Tienen una actitud positiva ante la vida.

- Tiene habilidad para regular sus emociones.
- Tiene capacidad para entender el fracaso como, inicio de un cambio.

SESIÓN N° 08: “¿MANEJAR SITUACIONES ESTRESANTES!”

GRADO: 2° de secundaria

DIMENSIÓN/ Aspecto: Personal / Autorregular sus emociones.

I. ¿QUÉ BUSCAMOS?

Aprender a lidiar con situaciones estresantes en la vida diaria.

II. MATERIALES.

- Fichas del tema de estrés.
- Plumones.
- Lapicero.
- Lápiz.
- Ficha de dinámica: ¿Cuándo están estresados?
- Video sobre: “El estrés” <https://youtu.be/0is459zM92U>
- Video sobre: “Ansiedad y estrés en los adolescentes” <https://youtu.be/tbNLPOFPnxs>

III. PRESENTACIÓN (15 minutos).

- Observa el video: “El estrés” <https://youtu.be/0is459zM92U> (Anexo N° 01), y responde a través de lluvia de ideas las siguientes preguntas:
 - ¿Qué has observado en el video?
 - ¿Qué situaciones de la vida diaria nos generan estrés?
 - ¿Creen ustedes que la pandemia está generando estrés en las personas?
- Escucha el propósito de la sesión que el tutor da a conocer: **¿Qué buscamos?**

IV. DESARROLLO (65 minuto).

- Integra grupos de trabajo de cinco estudiantes, luego se reparte la ficha de trabajo (**Anexo N° 02**), lee y dialoga a partir de las siguientes preguntas:
 - ¿Qué es el estrés?
 - ¿Qué situaciones les genera estrés?
 - ¿Cómo creen que se siente una persona estresa, física y mentalmente?
 - ¿De qué manera creen que se puede manejar el estrés, en estos tiempos de pandemia?
- Socializa las respuestas con sus demás compañeros en plenario. Después de cada exposición el tutor va reforzando las ideas.
- Observa el video sobre: “Ansiedad y estrés en los adolescentes” <https://youtu.be/tbNLPOFPnxs> (**Anexo N° 03**), luego solicita algunas opiniones e ideas al respecto. Después de cada intervención, el tutor va complementando la información.

V. CIERRE (10 minutos).

- Responde a las siguientes preguntas planteadas por el tutor:
 - ¿Cómo te has sentido en el desarrollo de la sesión?
 - Si una familiar tiene problemas de estrés a causa de la pandemia ¿Cómo puedes orientarlo?
 - ¿Qué acciones puedes realizar, para evitar el estrés en este tiempo de pandemia?
- Escucha las ideas centrales que, finalmente transmite el tutor.

VI. DESPUÉS DE LA HORA DE TUTORÍA.

- Realiza la siguiente dinámica: ¿CUÁNDO ESTÁN ESTRESADOS? (**Anexo N° 04**) y luego, juntos con los miembros de la familia identifican situaciones estresantes. En la siguiente clase los estudiantes compartirán sus experiencias.

VII. IDEAS FUERZA.

- El estrés es parte de la vida y ocurre cuando se desarrolla una constante tensión debido a las presiones diarias de la vida. Puede surgir: ante un examen, exposición, recarga de tareas, ante un cambio, enfermedad o problemas familiares, etc.
 - El estrés se manifiesta a través de los siguientes síntomas: cansancio extremo, irritabilidad, ansiedad, desconfianza, dolor de cabeza o estómago, baja tolerancia a la frustración entre otros.
 - ¿Cómo podemos manejar el estrés?
Practicando el deporte, duerme y aliméntate bien, comparte cómo te sientes, desarrolla actividades artísticas, comparte en familia, realiza actividades que disfrutes, evita los pensamientos negativos.
 - Herramientas para controlar nuestras emociones en situaciones de estrés:
 - **Háblate:** palabras o frases cortas para calmarte.
 - **Relájate:** se trata de practicar una respiración profunda.
 - **Distráete:** practicar deporte.
- Imagina:** consiste en poner en tu mente algo que te ayude a calmarte.

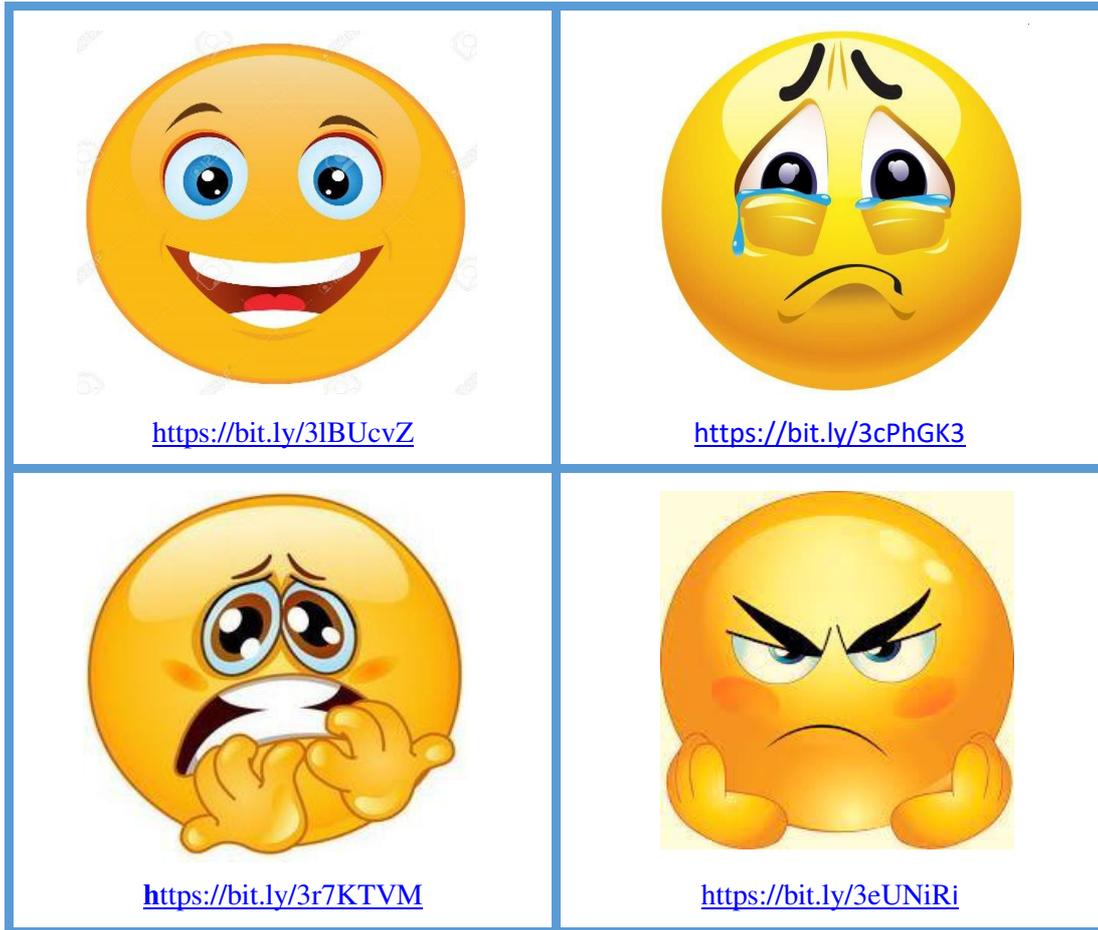
3.2.2.2. Materiales de apoyo

SESIÓN N° 01: “MIS EMOCIONES SON PARTE DE MI VIDA”

(Anexo N° 1) video “Para trabajar las emociones” <https://youtu.be/L5OSKf74dss>

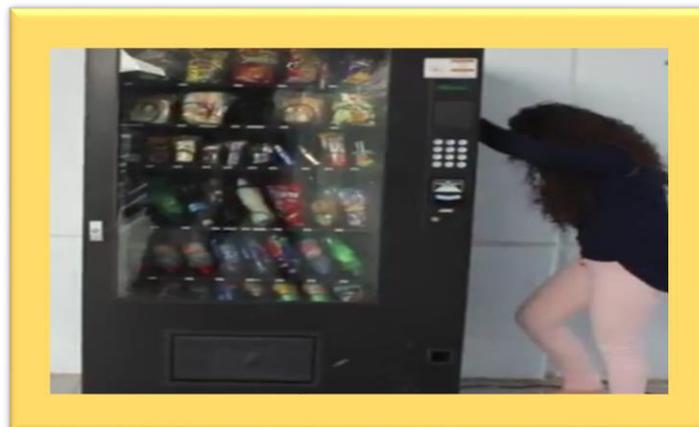


(Anexo N° 02) ficha de las emociones: **alegría, tristeza, miedo, cólera.**



SESIÓN N° 02: “EL QUE SE ENOJA PIERDE”

(Anexo N° 1) video <https://www.youtube.com/watch?v=EYwG2s1rFP8&t=13s>. “El que se enoja pierde”.



(Anexo N° 2) ficha: “EL QUE SE ENOJA PIERDE”.

EL QUE SE ENOJA PIERDE



COMPLETA LAS SIGUIENTES ORACIONES

<https://bit.ly/3vI>

| | |
|--|--|
| 1. Una situación que me causa mucho enojo es cuando... | |
| 2. Algunas veces, cuando estoy muy enojado, me he sorprendido diciendo... | |
| 3. En algunos casos la cólera me ha hecho expresar... | |
| 4. En algún momento de mi enojo hice... | |
| 5. Si alguien me llama por teléfono, cuando estoy enojado, lo que hago ... | |
| 6. Cuando mis padres están enojados por algo que hice, lo que hago es... | |
| 7. Cuando mis amigos me hacen enojar lo que yo hago es... | |
| 8. Una de mis estrategias para controlar mi enojo... | |

(Anexo N° 03) video “El que se enoja pierde” <https://www.youtube.com/watch?v=ky-4hdSFB6k&t=27s>.

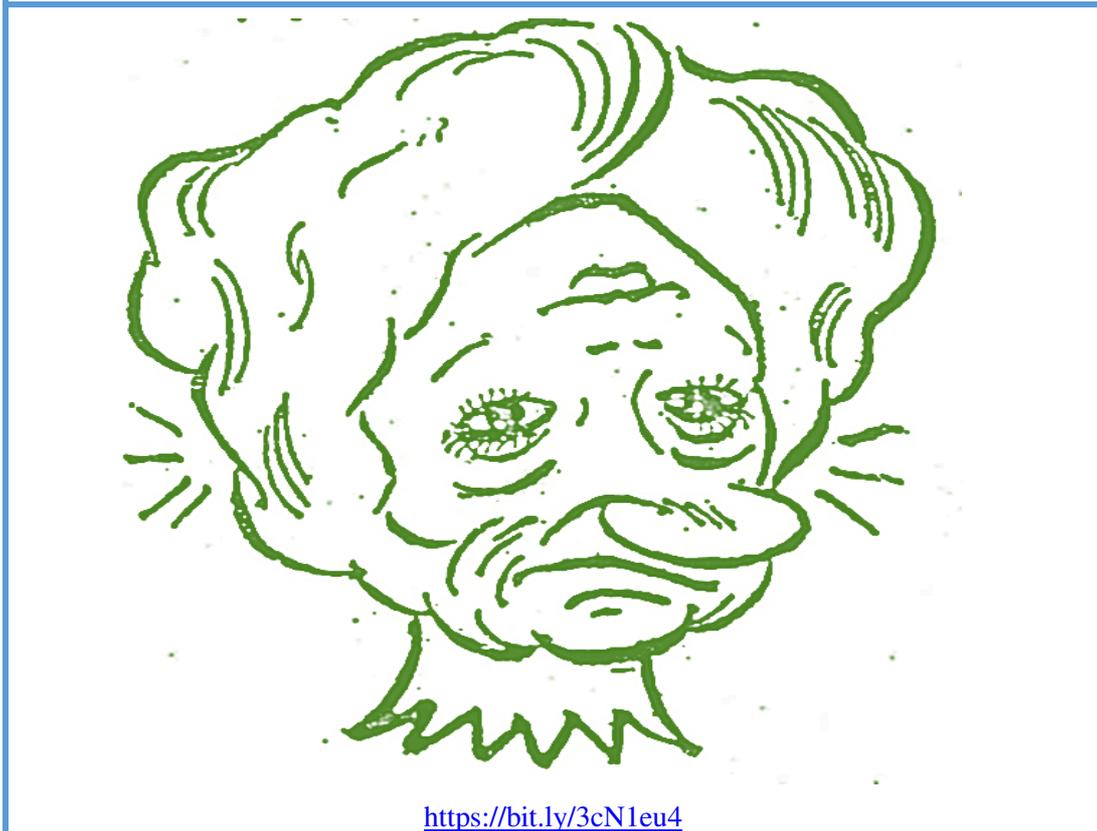


SESIÓN N° 03: “APRENDO A RESPETAR Y TOLERAR LAS DIFERENCIAS”.

(Anexo N° 01) video <https://youtu.be/xiBNYjVVRDg> “Respeto la diferencia”



(Anexo N° 02) perfil de las dos imágenes.



(Anexo N° 03) juego: ¿ERES TÚ TOLERANTE?

JUEGO: ¿ERES TÚ TOLERANTE?

ESCOGE TUS RESPUESTAS Y SUMA LOS CÍRCULOS QUE HAS OBTENIDO:

| | | | |
|--|--|---|---|
| <p>https://bit.ly/2Qp8</p>  <p>Si tu amigo hace caer tu celular y se rompe:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Le perdonas porque no lo hizo a propósito. ⊗ Le pegas. | <p>https://bit.ly/3s5c30S</p>  <p>Si ves que tu hermana responde mal a tus padres:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tratas de no hacer lo mismo. ⊗ También actúas igual que ella. | <p>https://bit.ly/3vLQe</p>  <p>Si sientes envidia de tu amigo(a):</p> <ul style="list-style-type: none"> ⊗ Tienes ganas de insultarle. ● Confiesas lo que sientes. | <p>https://bit.ly/2NzUhUx</p>  <p>Si te has peleado con tu hermana:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tratas de pedirle perdón. ⊗ Le pones mala cara y le quitas el habla. |
| <p>https://bit.ly/3c33PAL</p>  <p>Si tus compañeras te envían indirectas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ⊗ Haces tú lo mismo. ● Buscas ayuda y le cuentas al tutor. | <p>https://bit.ly/30ZYuUy</p>  <p>Si no te sientes valorada por los demás:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tratas de pensar que las personas valen mucho. ⊗ Piensas que nadie te quiere. | <p>https://bit.ly/2Pe6MFu</p>  <p>Si escuchas comentarios negativos de una persona:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Investigas si es cierto. ⊗ Te pones a contar lo mismo. | <p>https://bit.ly/3122aoW</p>  <p>No tienes ganas de estar en una reunión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ⊗ Inventas una excusa para no asistir. ● Asistes por compromiso. |

RESPUESTA:

- ❖ Si solo tienes círculos: ¡bravo, eres muy tolerante!. Si, tienes confianza en ti, sabes discutir. Comprendes que tu libertad termina donde comienza la de los demás.
- ❖ Si tienes entre 3 a 7 círculos ¡cuidado no eres muy tolerante! No estas bastante seguro como para compartir y exteriorizarte, pero eres generoso puedes llegar a ser tolerante. ¡entrénate cuanto antes!.
- ❖ Si tienes menos 3 círculos. ¡hay, hay, hay, no eres nada tolerante!. Si, trataras de conocerte mejor y aceptarte, podrías ser mas feliz.

SESIÓN N° 04: “MI AUTOESTIMA ES MI ESCUDO PROTECTOR”

(Anexo N° 1) video “Autoestima aprendiendo juntos” <https://youtu.be/yaNEmg6cyVM>



(Anexo N° 02) ficha: “LAS COSAS QUE TE GUSTAN DE MÍ”.

LAS COSAS QUE TE GUSTAN DE MÍ

Llena la ficha con cinco cosas que te gustan de ti mismo(a) y con las cosas que los demás mencionan que les gusta de ti, según corresponda.



<https://bit.ly/>

YO MISMO(A)

1.
2.
3.
4.
5.

PAPÁ/ MAMÁ

1.
2.
3.
4.
5.

UN AMIGO(A)

1.
2.
3.
4.
5.

MI HERMANO(A)

1.
2.
3.
4.
5.

UN PROFESOR(A)

1.
2.
3.
4.
5.

ABUELO(A)

1.
2.
3.
4.
5.

SESIÓN N° 05: ¡YO AMO... TRATARTE BIEN!

(Anexo N° 01) imágenes.



<https://bit.ly/3tGsaCC>



<https://bit.ly/3s0E7Cu>

SESIÓN N° 06: “VIVIR SONRIENDO A PESAR DE LOS MOMENTOS MALOS”

(Anexo N° 1) video: “Super Héroe” <https://youtu.be/Yin52yfKQgM>



(Anexo N° 02) lista con los aprendizajes o aspectos positivos que podrían rescatar de cada negativa situación negativa.

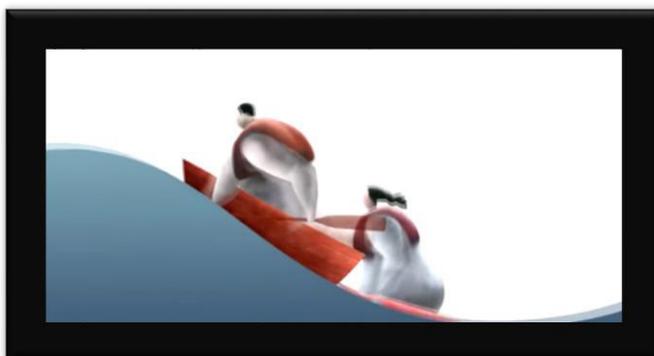
| <h1>LISTA NEGATIVO = POSITIVO</h1>  | |
|--|--|
| <p><i>Les motivo para que escriban los aspectos mencionados en forma de mensajes positivos, como, por ejemplo:</i></p> | <p>https://bit.ly/3cPqHCT</p> |
| 1. Las experiencias que pasé me enseñaron a... | |
| 2. En el dolor descubro una oportunidad para... | |
| 3. Cuento con el apoyo de... | |
| 4. Aprendí de mí error no estaré... | |
| 5. Estoy seguro de ... | |
| 6. Soy consciente de... | |
| <p>NOTA: Podemos usar otras expresiones que propongan los estudiantes.</p> | |

SESIÓN N° 07: “UNIDOS SOMOS RESILIENTES.”

(Anexo N° 1) video sobre: “El burro y el campesino” https://youtu.be/5_2LtHMM2sE



(Anexo N° 02) video sobre: Resiliencia <https://youtu.be/XR0iPo-5128>

**SESIÓN N° 08: “¿MANEJAR SITUACIONES ESTRESANTES!”**

(Anexo N° 01) video sobre: “El estrés” <https://youtu.be/0is459zM92U>



(Anexo N° 02) ficha de trabajo.

¿QUÉ ES EL ESTRÉS?

El estrés es parte de la vida y ocurre cuando se desarrolla tensión debido a las presiones diarias que tenemos. Sentimos estrés cuando eventos o situaciones nos sobrepasan la capacidad de lidiar con ellos. Cualquier cambio, bueno o malo, grande o pequeño, puede causar estrés.

¿CÓMO SE ORIGINA?

El estrés surge de las exigencias y presiones del pasado, presente y del futuro cercano puede resultar emocionante y fascinante en pequeñas dosis, pero cuando es demasiado se nos puede escapar de las manos. Por ejemplo, ante una tarea, enfermedad familiar, examen de conocimientos, etc. esto podría agudizar el nivel de estrés y afectar el sueño, la alimentación.

¿CÓMO PODEMOS MANEJAR EL ESTRÉS?

Para manejar el estrés es necesario reconocerlo en nuestra vida y afrontarlo haciéndolo uso de nuestros recursos personales y sociales algunas formas para manejar el estrés y prevenir estas situaciones son:

1. **Mantener rutinas estables:** Es importante buscar espacios de tiempo para el descanso y una alimentación saludable.
2. **Comparte tiempo en familia:** Promueve juegos, actividades que puedas realizar en conjunto tertulias familiares, etc.
3. **Realiza pasatiempos a tu elección:** Actividades que disfrutes, canta, dibuja, pinta, etc., realiza caminata guardando todas las medidas de seguridad y conservando el aislamiento social estas actividades ayudarán a que te relajés.
4. **Mejorar nuestra organización:** Puede ayudar el dividir una tarea grande en tareas más pequeñas, para que no se junte todo a la última hora.
5. **Evita los pensamientos negativos:** transformar en frases como yo puedo, puede que ahora no encuentre la solución, pero los puede seguir intentando y buscar ayuda para conseguirlo.

HERRAMIENTAS PARA CONTROLAR NUESTRAS EMOCIONES EN SITUACIONES DE ESTRÉS

1. **HÁBLATE:** Ante una emoción que nos causa sensaciones desagradables podemos decirnos a nosotros mismos palabras o frases cortas para calmarnos, por ejemplo, yo puedo manejarlo, calma, paciencia, etc.
2. **RELÁJATE:** Se trata de practicar una respiración profunda para tranquilizar tu cuerpo y para controlarte trae a tu mente un lugar tranquilo.
3. **DISTRÁETE:** Se trata de hacer algo que sea agradable para ti, por ejemplo, realizar deporte, ver películas, cantar, pintar, etc.
4. **IMAGINA:** Consiste en poner tu mente en algo que te ayude a calmarte.

El viejo refrán “más vale prevenir que lamentar”

Resulta absolutamente cierto cuando se trata del estrés. Es mejor evitar cada vez que podamos. Sin embargo, si no podemos evitar el estrés, existen formas de sobrellevarlo.

(Anexo N° 03) Video sobre: “Ansiedad y estrés en los adolescentes”

<https://youtu.be/tbNLPOFPnxs>



(Anexo N° 04) Ficha de dinámica: ¿Cuándo estoy estresado?

Cuándo están estresado muchos piensan...



<https://n9.cl/5p4d>

EN LOS ÚLTIMOS DÍAS ¿CÓMO TE SIENTES?, ESCOGE TU RESPUESTA Y MARCA EN EL RECUADRO

| | | | |
|---|---|--|---|
| <p>https://n9.cl/ku26d</p>  <p><input type="checkbox"/> No puedo concentrarme en mis estudios, ni tampoco en el desarrollo mis tareas.</p> | <p>https://n9.cl/7n9cl7x</p>  <p><input type="checkbox"/> Me enfada cuando facilidad cuando mis padres me ordenan para realizar mis labores.</p> | <p>https://n9.cl/6n9cl4</p>  <p><input type="checkbox"/> En los últimos días no puedo estar quieto y no recuerdo lo que me dijeron.</p> | <p>https://n9.cl/k48zc</p>  <p><input type="checkbox"/> Tengo dificultad para conciliar el sueño, no puedo dormir.</p> |
| <p>https://n9.cl/snr</p>  <p><input type="checkbox"/> Me siento triste y culpable todo el tiempo, no tengo ganas para nada.</p> | <p>https://n9.cl/9n9cl0ccm</p>  <p><input type="checkbox"/> Muchas veces me da ganas de llorar de la nada.</p> | <p>https://n9.cl/6n9cl3k87</p>  <p><input type="checkbox"/> Todo el tiempo me siento muy cansado y solo quiero dormir.</p> | <p>https://n9.cl/19pd</p>  <p><input type="checkbox"/> Quiero comer todo el tiempo. <input type="checkbox"/> No tengo hambre, no quiero nada.</p> |

RESPUESTA:

- ❖ Si solo tienes entre dos a tres: Está manejando bien tu estrés.
- ❖ Si tienes entre cuatro a más ¡cuidado! Cuéntale a tus padres, y a tu tutor para que puedan ayudarte a superar ¡Tú puedes!

3.2.2.3. Evaluaciones de proceso

Las siguientes fichas de evaluación es para conocer el impacto que va teniendo la tutoría en los estudiantes, e identificar aspectos a mejorar.

Ficha para evaluar la convivencia

LISTA DE COTEJO

Objeto a evaluar: _____

Apellidos y Nombres: _____

Grado: _____ Sección: _____ Fecha: ____ / ____ / ____

| ACTITUDES OBSERVADAS | Presencia | | Frecuencia | | |
|---|-----------|----|------------|----|----|
| | SI | NO | PV | CS | SS |
| Cumple con los horarios establecidos. | | | | | |
| Comparte los materiales sin objeción. | | | | | |
| Respeto la opinión de sus compañeros(as). | | | | | |
| Se expresa de manera asertiva. | | | | | |
| Participa activamente en clase. | | | | | |
| Dificulta el trabajo de sus compañeros. | | | | | |

PV= pocas veces

CS= casi siempre

SS=siempre seguido

(Tomado de MINEDU, 2005).

Ficha de autoevaluación para el estudiante.

LISTA DE COTEJO SOBRE LA AUTOEVALUACIÓN

Marca con una (X) la casilla correspondiente

| Apellidos y Nombres: | | | |
|--|---|----|---|
| INDICADORES | S | AV | N |
| Participo activamente en las sesiones. | | | |
| Aporto ideas en el trabajo grupal. | | | |
| Puedo aplicar los conocimientos aprendidos a nuevas situaciones. | | | |
| Tomo en cuenta las opiniones de mis compañeros. | | | |

Siempre (S) = 4 puntos

A veces (AV) = 2 puntos

Nunca (N) = 0 puntos

(Tomado de MINEDU, 2007).

Ficha de observación sobre las sesiones de la tutoría

- ✿ *Estimado estudiante, tú opinión y sugerencia es muy importante para mejorar las futuras actividades de tutoría.*
- ✿ *Responde con objetividad y marca la opción de acuerdo con tu opinión.*

| CÓMO CONSIDERAS: | Muy bien | Bueno | Regular | Malo |
|--|-------------------|--------------|----------------|-------------|
| El desarrollo de la hora de tutoría en general. | | | | |
| Las actividades realizadas en la hora de tutoría. | | | | |
| Tu profesor tutor. | | | | |
| Las discusiones grupales. | | | | |
| Las relaciones con tus compañeros. | | | | |
| La distribución de tiempo | | | | |
| MARCA LA RESPUESTA | Plenamente | Mucho | Regular | Poco |
| ¿Estás satisfecho/a con las sesiones de tutoría? | | | | |
| ¿Las sesiones desarrolladas han respondido a tus expectativas? | | | | |
| ¿Piensas que los temas tratados te servirán? | | | | |

¿Qué quisieras que hablemos en hora de tutoría? _____

Opino que las siguientes sesiones de tutoría podrían mejorar si _____

(Tomado de MINEDU, 2005).

Registro anecdótico

| REGISTRO ANECDOTICO | | | | |
|---------------------|---------------------|-------------------------------|------------|-----------------|
| TUTOR: | | | | |
| GRADO: | SECCIÓN: | FECHA: ___ / ___ / ___ | | |
| ACTIVIDAD: | | | | |
| N° | Apellidos y Nombres | Descripción del hecho | Comentario | Recomendaciones |
| 01 | | | | |
| 02 | | | | |
| 04 | | | | |
| 05 | | | | |

Conclusiones

- El desarrollo del presente trabajo de suficiencia profesional, fue elaborado para prevenir el estrés en tiempos de pandemia en los estudiantes del segundo grado de educación secundaria. Es un instrumento didáctico, aplicable a cualquier contexto y realidad de los estudiantes, el cual está incorporado en el plan institucional de Tutoría, Orientación Educativa y Convivencia Escolar, como también en el plan de tutoría de aula, programaciones bimestrales y sesiones tutoría.
- La propuesta didáctica se desarrolló a partir de las tres dimensiones de la tutoría: personal, social y de los aprendizajes. Permitirá a los estudiantes manejar de manera adecuada sus emociones, especialmente en estos tiempos tan complejos que estamos viviendo a causa de la pandemia. Asimismo, la propuesta aporta significativamente el acompañamiento socioafectivo y cognitivo de los estudiantes.
- El contenido, la originalidad y la creatividad de la propuesta didáctica, tienen como fundamento el paradigma sociocognitivo humanista y considera una metodología activa, participativa para favorecer el acompañamiento socioafectivo y cognitivo de los estudiantes.
- El paradigma sociocognitivo humanista, es un modelo educativo que nos permite acompañar a los estudiantes en el desarrollo de sus procesos cognitivos, en lo sociocultural y contextual y en lo socioafectivo, porque este paradigma propone que las situaciones sociales son el centro del aprendizaje de los estudiantes.
- La teoría cognoscitiva y social, que tiene como uno de los grandes representantes a Bandura, permite acompañar a los estudiantes, no solo a nivel académico, sino también emocional y psicológico a partir de la observación. Igualmente, se consideró el aporte de Kohlberg, porque permite la formación adecuada de la personalidad en el aspecto moral, de esta forma los estudiantes podrán tomar decisiones basadas en el bien común.
- El presente trabajo de suficiencia profesional toma en cuenta la necesidad de aplicar adecuadamente estrategias idóneas para que los estudiantes puedan enfrentarse a los diferentes retos de la vida.

Recomendaciones

- Se recomienda a los tutores desarrollar la presente propuesta didáctica, en el marco del paradigma sociocognitivo humanista, que les permitirá prevenir el estrés especialmente en tiempos de pandemia.
- Para desarrollar la propuesta didáctica se recomienda a los tutores, que tengan un espíritu dinámico, creativo, innovador, asertivo, comprometido con su vocación de formar, etc., el cual, motivará sus expectativas de los estudiantes en el desarrollar de las actividades de tutoría.
- Se recomienda al director y de manera especial al coordinador de TOE, que realice un monitoreo constante, para garantizar el buen desarrollo de las actividades de la tutoría, con el único fin de brindar un acompañamiento oportuno al tutor.
- Se sugiere al coordinador de TOE, que promueva la optimización de alianzas estratégicas con la Ugel, Centro de Salud, MIMP, etc., para desarrollar acciones de capacitación a los tutores, profesores, para que puedan mejorar la calidad del acompañamiento socioafectivo y cognitivo a los estudiantes y así fortalecer su formación integral.
- Se recomienda a los tutores incentivar la participación activa y el compromiso de los padres de familia en el desarrollo de las actividades de tutoría, para así llevar un trabajo mancomunado en el bien de sus hijos.

Referencias

- Albert Bandura y Richard H. Walters (1963). *Aprendizaje social y desarrollo de la personalidad*. Alianza Universidad. Alianza Editorial.
- Ausubel, D (1983). *Teoría del aprendizaje significativo*. Recuperado de https://www.academia.edu/download/36648472/Aprendizaje_significativo.pdf
- Arias, W. L. (2008). *Fundamentos del aprendizaje*. Arequipa: Editorial Vicarte. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/946/94632922010.pdf>
- Bandura, A. y Walters, R (1963). *Aprendizaje social y desarrollo de la personalidad*. Holt Rinehart y Winston: Nueva York. Recuperado de <https://psycnet.apa.org/record/1963-35030-000>
- Baro, C. (2011). *Metodologías activas y aprendizaje por descubrimiento*. Revista Digitales Innovación y experiencia educativa [online] N° 40 ISSN 198-6047.
- Bruner, J. S. (1987). *La importancia de la educación*. Barcelona: Paidós educador.
- Bruner, J. S. (1984). *Acción, pensamiento y lenguaje*. Madrid: Alianza. Recuperado de https://www.academia.edu/download/31911001/ARTICULO_CIENTIFICO_3_RELATORIA.pdf.
- Carrera, B. y Mazzarena, C. (2001). *Vygotsky: Enfoque Sociocultural*. Revista Educere, vol. 5, núm.13, pp. 4 - 44.
- Caicedo, H. (2012). *Neuro aprendizaje. Una propuesta educativa*. Bogotá: Ediciones de la U.
- Flores, M. (s.f.). *Teorías cognitivas & Educación*. Jesús María: San Marcos
- García, L.H. (2011). *Teoría del desarrollo moral*, en Contribuciones a las Ciencias Sociales.
- Guilar, M. (2009). *Las ideas de Bruner: De la revolución cognitiva a la revolución cultural*. Educere [online]. vol.13. ISSN 1316-4910.
- Latorre, M. y Seco, C. (2009). *Diseño curricular nuevo para una nueva sociedad. Paradigma Socio Cognitivo Humanista. Profundización*, Tomo III. Lima: Universidad Marcelino Champagnat.
- Latorre, M. (2010). *Teorías y paradigmas de la educación*. Lima: Universidad Marcelino Champagnat.
- Latorre, M. y Seco, C. (2010). *Diseño curricular nuevo para una nueva sociedad – Programación y evaluación escolar*. Lima: Universidad Marcelino Champagnat
- Latorre, M. y Seco, C. (2010). *Diseño curricular nuevo para una nueva sociedad*. Cuarta Edición. Perú: visiónpcperú.

- Latorre, M. y Seco, C. (2015). *Diseño curricular nuevo para una nueva sociedad. Programación y Evaluación Educación Secundaria*. Lima: Fondo editorial de la Universidad Marcelino Champagnat.
- Latorre, M. (2016). *Teorías y paradigmas de la Educación*. Lima: Ediciones SM S.A.C.
- Latorre, M. y Seco, C. (2016). *Diseño curricular nuevo para una nueva sociedad – I Teoría*. Lima: Santillana S.A.
- Latorre, M. (2020). *Las competencias, clases y características (50 destrezas, procesos y técnicas metodológicas)*. Lima: Universidad Marcelino Champagnat.
- Latorre, M. (2021). *Paradigma Cognitivo Aprendizaje por descubrimiento (Jerónimo Bruner)*. Lima: Universidad Marcelino Champagnat.
- Latorre, M. (2021). *Paradigma Sociocultural (Teoría de Lev S. Vygotsky)*. Lima: Universidad Marcelino Champagnat.
- Latorre, M. (2021). *Paradigma Socio-contextual (Reuven Feuerstein)* Lima: Universidad Marcelino Champagnat.
- Labinowicz, E. (1987). *Introducción a Piaget, Pensamiento, Aprendizaje, Enseñanza*. Recuperado de http://memsupn.weebly.com/uploads/6/0/0/7/60077005/introduccion_a_piaget_pensamiento_apje.ense%C3%91anza_parte1de4.pdf
- Linde N. (2009). *La educación Moral según Lawrence Kohlberg: una utopía realizable*. Universidad de Málaga. Nueva Serie N° 28, pp. 7-22.
- Linde, N. (2010). *Síntesis y valoración de la teoría sobre el desarrollo moral de Lawrence Kohlberg*. Ágora, Vol. 29 N° 2:31-54.
- MINEDU, (2017). *Programa Curricular de Educación*. Lima
- MINEDU, (2016). *Currículo Nacional de la Educación Básica*. Edición: Printed in Perú.
- MINEDU, (2005). *Tutoría y Orientación Educativa en la Educación Secundaria*. Edición: Quebecor World Perú- S.A.
- MINEDU, (2007). *Tutoría y orientación Educativa en la Educación Primaria*. Edición: Quebecor World Perú- S.A.
- MINEDU, (2008). *Lineamientos Educativos y Orientaciones Pedagógicas para la Educación Sexual Integral*. Edición: ERBA Gráfica Perú.
- MINEDU, (2013). *Lineamientos para la Educación de una Vida sin Drogas*. Tercera Edición: Gráfica Gianlud Print E.I.R.L. Perú.
- MINEDU, (2017). *Estrategias Nacionales de Lucha Contra las Drogas*. Editorial Super Gráfica. EIRL. Perú.

- MINEDU, (2018). *Lineamientos para la Gestión de la Convivencia Escolar, la Prevención y la Atención de la Violencia contra Niñas, Niños y Adolescentes*. Edición: Quad Graphics Perú S.A.
- MINEDU, (2020). *Lineamientos de Tutoría y Orientación Educativa para la Educación básica*. Lima.
- Orengo, J. (2016). *Albert Bandura, Teoría de Aprendizaje social*. Recuperado de https://www.academia.edu/download/43594104/Albert_Bandura_resumen.pdf
- Palomo, G. (1989). *Laurence Kohlberg: Teoría y práctica del desarrollo moral en la escuela*. Rev. Interuniv. Profr., 4, pp. 79-90.
- Román, M. y Diez, E. (2009) *La Inteligencia Escolar Aplicaciones al aula, una nueva teoría para una nueva sociedad*. Santiago de Chile: Editorial Conocimiento S.A.
- Román, M. (2011) *Aprender a aprender en la Sociedad del conocimiento*. Santiago de Chile: Editorial Conocimiento S.A.
- RAE, (2021). *Real Academia Española*. Recuperado de <https://dle.rae.es/>
- Soto, M. (2003). *Organizadores del conocimiento y su importancia en el aprendizaje*. Huancayo: Edición Printed in Perú.
- Vergara, C. (2017). *Bandura y la teoría del Aprendizaje Social*. Recuperado de <https://www.actualidadenpsicologia.com/>
- Valer, L. (2005). *Corrientes pedagógicas contemporáneas*. Lima: CEPREDIM. Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Valdez, V. (2014). *Etapas del desarrollo Cognitivo de Piaget*. Guadalajara: Universidad Marista. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/327219515_Etapas_del_desarrollo_cognitivo_de_Piaget