



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS
COLEGIO DE PEDAGOGÍA



**Función del pedagogo para fomentar el aprendizaje escolar y
desarrollo integral a través del programa tutorial**

UNAM-PERAJ “ADOPTA UN AMIGO”

Informe Académico por Servicio Social

PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PEDAGOGÍA

PRESENTA:

Beatriz Estrella Altamirano Garcilazo

Asesora: Mtra. Claudia Elena Lugo Vázquez

Ciudad de México

2022



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

ÍNDICE

Página

Introducción	4
Justificación	5
Capítulo 1 Programa UNAM- Peraj “Adopta un Amig@”	7
1.1 Peraj	8
1.2 Objetivos del programa	9
1.3 Ejes de intervención	10
1.4 Objetivos particulares	11
1.5 Tipo de actividades en el programa Peraj	12
Capítulo 2 Marco teórico UNAM PERAJ “Adopta un amig@” como programa de tutorías	14
2.1 Definición de la palabra tutor	15
2.2 Tutoría	17
2.3 Tutorías dentro del programa UNAM-Peraj “Adopta un Amig@”	20
2.4 Participantes del programa “UNAM-Peraj “Adopta un Amig@”	22
2.5 Desarrollo humano	22
2.6 Desarrollo físico	25
2.7 Desarrollo sexual	27
2.8 Desarrollo cognitivo	27
2.9 Desarrollo afectivo	28
2.10 Desarrollo psicosocial	29
2.11 Desarrollo moral	29
2.12 Salud	30
2.13 La importancia de la educación integral y emocional en la infancia intermedia en la actualidad.	32

CAPITULO 3 “MI TRABAJO TUTORIAL DENTRO DEL PROGRAMA”	37
3.1 Proceso de inicio del programa “UNAM-Peraj Adopta un Amig@”	37
3.2 Capacitación dentro del Programa “UNAM- Peraj Adopta un Amig@”	37
3.3 Listado de actividades pedagógicas realizadas	39
3.4 Descripción de las actividades realizadas	43
3.5 Resultados de la intervención tutorial	59
3.6 Valoración crítica de las actividades realizadas	61
Conclusiones	66
Fuentes consultadas	69
Anexos	73
Cartas descriptivas	74
Fotos	95

Introducción

“...la reflexión continua sobre nuestras propias prácticas, y desde una clara toma de posición crítica, podrá colocarnos en un camino de formación continua, que nos permita realmente transformarnos en verdaderos formadores de la educación.” (Lens,2014: 3).

El presente trabajo tiene como objetivo brindar un informe sobre las actividades que se llevaron a cabo en el programa “**UNAM-Peraj Adopta un Amig@**”, el cual tuvo una duración de 480 horas distribuidas en un horario de lunes a viernes de 16:00 a 19:00 hrs.

“**Unam-Peraj Adopta un Amig@**” es un programa de tutoría en donde un universitario realiza la función de acompañante, y se hace cargo de un amig@ para poder ayudarlo en diversos aspectos de su vida, tanto en su formación integral, académica, etc.

Este programa tuvo sus inicios en Israel en 1974 y para el año 2002 la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) lo implementó a cargo de la Dirección General de Orientación y Atención Educativa (DGOAE), las actividades se llevan a cabo en Ciudad Universitaria, en donde asisten muchos universitarios de diferentes carreras y en donde participan niños y niñas de 9 a 12 años de edad, se realiza de manera presencial, sin embargo, por las condiciones actuales en nuestro país debidas a la pandemia de Covid-19, se ajustó a las necesidades para que se lograra realizar de manera virtual.

En este trabajo se presentan las actividades implementadas durante el programa de “**UNAM-Peraj Adopta un Amig@**”, los resultados generales, la participación que se realizó en dicha intervención pedagógica, además de un análisis crítico en función de mi formación y la aproximación al ejercicio profesional.

Justificación

El año 2020 presentó cambios en diversos sentidos, con la llegada de la pandemia COVID-19, el mundo entero se paralizó, en todo el país se optó por evitar salir a la calle, usar mascarilla o cubrebocas, distanciarse de la gente, lavarse las manos varias veces al día y desinfectar las cosas, por mencionar algunos; se priorizó la salud sobre todos los demás ámbitos y la educación a lo largo de este tiempo ha presentado grandes desafíos.

“La educación es una forma de brindar estabilidad y seguridad a la niñez ya que ayuda a implementar una rutina, a utilizar su tiempo de forma productiva y así afrontar el trauma, el estrés y el miedo que pueden estar sintiendo a causa de la pandemia.” (UNICEF,2020).

Las clases presenciales se suspendieron, las escuelas cerraron hasta que la situación del país tuviera las condiciones para regresar y retomar las actividades de manera cotidiana para no poner en riesgo la salud de los niños, en este mismo sentido, se optó por dar clases en línea y dar clases por la televisión abierta; la educación a distancia estaba siendo un trabajo realizado bajo la supervisión y apoyo de los maestros y padres de familia para llevar a cabo sus actividades escolares.

Así mismo, se reforzó la importancia de la implementación del programa **“UNAM-Peraj Adopta un Amig@”**, en esos tiempos, dado las necesidades pedagógicas y los retos que se presentaban para el país en materia de educación, tener la figura de un tutor que actuara como un acompañante que le brindara a los amig@s las herramientas necesarias para poder afrontar las circunstancias no solo en el ámbito académico, sino también en el ámbito emocional, integral y de estima; sobre todo que se centrara en el apoyo que necesitaban en esos momentos de crisis; por esta misma razón, considero importante la participación en este programa y esta modalidad de titulación, ya que aquí se realizará el trabajo en donde quedarán plasmadas nuevas bases pedagógicas para enfrentar en el futuro una situación similar a la que vivimos en esos tiempos.

El presente escrito tiene una estructura que comprende 3 capítulos, en el primer capítulo se hablará de manera profunda sobre el programa **“UNAM- Peraj “Adopta un Amig@”**; contiene los objetivos, los ejes de intervención, los objetivos particulares, así como la etapa de tutorías y los tipos de actividades que se realizan en el programa.

El segundo capítulo aborda el marco teórico del programa, contiene además la definición de tutor, tutoría, que serán de importancia para comprender el trabajo, el programa y a los participantes de este. Conociendo además los desarrollos de los participantes del programa como el desarrollo humano, físico, sexual, cognitivo, afectivo, psicosocial y finalmente moral.

El tercer capítulo describe mi participación como tutora en el programa, así como la descripción de las actividades realizadas, agregando una valoración crítica de dichas actividades, finalmente están presentes las conclusiones del trabajo que se realizó durante el programa.

Capítulo 1 Programa UNAM- Peraj “Adopta un Amig@”

UNAM-Peraj “Adopta un Amig@” es un programa de tutorías en donde participan estudiantes o egresados de distintas carreras universitarias pertenecientes a la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), para realizar el servicio social o ser voluntario en dicho programa, estos universitarios fungen como tutores y son responsables de un amig@ durante un periodo de 7 meses para ayudarlo en diversos aspectos de su vida, tanto en su formación integral, académica, es decir, sus contextos formativos.

Este programa tiene sus antecedentes en Israel en el año 1974 y para el año 2002 la UNAM lo implementó, principalmente a cargo de la Dirección General de Orientación y Atención Educativa (DGOAE), desde este año este programa se lleva a cabo en Ciudad Universitaria (C.U.), en donde participan niños y niñas de 9 a 12 años de edad, pertenecientes a escuelas públicas de la Secretaría de Educación Pública (SEP), dicho programa se desarrolla de manera presencial, sin embargo, por las condiciones actuales en nuestro país debido a la pandemia COVID-19, se ajustaron las necesidades del programa para que se pudiera realizar de manera virtual.

El programa **UNAM- Peraj “Adopta un Amig@”** se creó con la finalidad de ayudar y desarrollar en los niños participantes un sentido de pertenencia, disminuir o evitar la deserción escolar, así como favorecer un desarrollo personal positivo en sus diversos contextos, ya que las actividades planeadas tienen la función de fortalecer su autoestima, mejorar sus hábitos de estudio y ampliar sus conocimientos y cultura general.

El programa busca que el universitario participante desarrolle y exprese su compromiso social, enriqueciendo su formación humana como futuro profesionista, desarrolle habilidades de interacción, comunicación, colaboración e integración social.

1.1 Peraj

De acuerdo con el manual de la UNAM DGOAE (2020) el programa **UNAM-Peraj “Adopta un Amig@”**, inició en Israel en el año 1974, en el Instituto Weizmann de Ciencias A.C., dicho programa es apoyado y coordinado por el gobierno, formado como un programa institucional en el que jóvenes universitarios se hacían tutores de niños que estaban estudiando la educación primaria y los apoyaban en sus actividades académicas durante un ciclo escolar. Actualmente este programa se lleva a cabo en 22 países, el objetivo es la disminución de tasas de deserción escolar, ayudando y desarrollando su ámbito escolar, personal, familiar y social.

En la UNAM este programa se adecuó a las necesidades existentes en México y fue presentado al Rector Dr. Juan Ramón de la Fuente, en el año 2002, por el Físico Armando Jinich Ripstein, de la Asociación de Amigos del Instituto Weizmann de Ciencias A. C. y por la Lic. Analuz Trejo-Lerdo, del Instituto para la Excelencia Educativa, A. C. Al aceptarlo, el Rector delegó su instrumentación a la DGOAE.

La DGOAE desarrolló la propuesta como programa de servicio social y voluntariado, en donde los universitarios se ponen en contacto con las necesidades de la población que se va a abordar y en donde pueden plasmar sus conocimientos, habilidades y destrezas aprendidas a lo largo de su carrera, enriqueciendo así el proceso formativo y profesional. En este programa se logran adquirir nuevas experiencias, así como estar en contacto con el mercado laboral y el ámbito social, pues logran tomar conciencia del contexto nacional y poner al servicio las habilidades adquiridas. Además, permite la relación y el trabajo en equipo con universitarios de diversas carreras, lo cual hace más enriquecedora su participación en el programa.

Como mencioné anteriormente, los amig@s deben cumplir ciertos requisitos para participar en el programa como tener la edad de 9 a 12 años, estar cursando la educación básica en una primaria pública entre el 4to y 6to grado.

El manual UNAM DGOAE (2020) menciona que en esta etapa es donde se logran establecer los cimientos de la adaptación a la vida escolar y social, además de que adquieren hábitos básicos de trabajo, autonomía y responsabilidad, logrando fomentar actitudes positivas. Dando así la respuesta del porqué el programa **UNAM-Peraj “Adopta un Amig@”**, está implementado, dirigido y desarrollado específicamente para este rango de edad, por lo que hace relevante el trabajo del tutor durante este proceso, ya que su papel a cumplir va a traer un grado de responsabilidad con su amig@. Por tanto, la labor del universitario como tutor será la orientación y acompañamiento considerando sus necesidades educativas, con el propósito de facilitar su aprendizaje escolar y promover el desarrollo integral con su amig@.

1.2 Objetivos del programa

El objetivo de la tutoría en el programa **UNAM-Peraj Adopta un Amig@** consiste en construir una relación significativa y positiva entre un niño y un universitario, en la que este último apoya, guía y asiste al niño de manera que éste pueda fortalecer sus habilidades. De acuerdo con el manual UNAM DGOAE (2020) menciona que los tres ejes de intervención son los siguientes:

- Personalidad, socialización y autocuidado
- Fortalecimiento de habilidades de aprendizaje
- Apoyo a la formación integral

Este programa está orientado a generar nuevas oportunidades para que los niños que participan en el programa sean beneficiados en estos distintos ejes de intervención, además de que logren fortalecer su estima, mejoren su sociabilidad, sus hábitos de estudio, amplíen sus conocimientos y su cultura general.

En relación con los universitarios, este programa va a contribuir a la formación integral, además que se logrará un trabajo multidisciplinario favoreciendo y poniendo en práctica sus conocimientos, destrezas y habilidades, consiguiendo desarrollar actividades acordes con el perfil profesional e involucrándose en un

proceso educativo, afectivo y social los cuales apoyarán a los niños participantes a mejorar su desempeño académico y alcanzar el establecimiento de un vínculo de amistad y confianza sirva de apoyo frente a diversas situaciones dentro de sus contextos. Al ser un programa multidisciplinario, el universitario tiene la oportunidad de aprender de otras áreas de conocimiento, complementarias a su formación profesional, personal e integral.

1.3 Ejes de intervención

El manual UNAM DGOAE (2020) menciona que los ejes de intervención en los cuales está centrado este programa son tres:

- Personalidad, socialización y autocuidado,
- Fortalecimiento de habilidades de aprendizaje
- Apoyo a la formación integral

Personalidad, socialización y autocuidado

En este eje de intervención se busca fortalecer rasgos y cualidades particulares del amig@, de manera que puedan desarrollar habilidades sociales sanas que le permitan integrarse a diversos ambientes y contextos en los cuales se desenvuelve sin exponerse a riesgos, procurando su bienestar y el de otros.

Fortalecimiento de habilidades de aprendizaje

En este eje de intervención se busca crear hábitos de estudio de maneras novedosas y creativas, que van a fortalecer habilidades que le permitan al amigo aprender de la manera más fácil, y significativa, y así mejorar su aprovechamiento escolar, de manera que lo que aprenda le sirva de forma cotidiana y le encuentre una utilidad en lo que realiza día con día.

Apoyo a la formación integral

En este eje de intervención se brindan oportunidades para que se ponga en práctica el desarrollo social, emocional e intelectual, mediante la expresión artística, actividades recreativas, visitas culturales y el deporte.

Es muy importante conocer cada uno los ejes de intervención, ya que estos ámbitos son en los cuales me centré para lograr la planeación, el desarrollo y la realización de las actividades que se llevaron a cabo durante el servicio social, y a los objetivos particulares que se mencionan a continuación.

1.4 Objetivos Particulares

El manual UNAM DGOAE (2020) hace referencia a los objetivos particulares para los amig@s y para los tutores que participan en este programa.

Para los amig@s, estos objetivos particulares ayudan en el desarrollo de las siguientes áreas:

- Escolar educativa: para mejorar la percepción y motivación en las actividades escolares y de hábitos de estudio.
- Afectiva formativa: para fortalecer su estima y apreciación de sí mismo para poder establecer vínculos interpersonales.
- Lúdico culturales: para ampliar su horizonte cultural visitas y actividades recreativas, científicas, etc.
- Social personal: para desarrollar sus habilidades sociales creándoles un sentido de pertenencia, integración y compromiso social.

Para los universitarios:

- Favorecer su formación integral y compromiso social mediante la atención a población vulnerable y en riesgo.
- Desarrollar su capacidad como facilitadores del aprendizaje y generadores de vínculos sociales y afectivos para el crecimiento personal, y el logro de metas y objetivos.
- Fortalecer sus habilidades complementarias al desempeño profesional tales como creatividad, iniciativa, trabajo en equipo, expresión oral y escrita, organización de eventos, autorregulación e integración.
- Consolidar la aplicación de los conocimientos disciplinares adquiridos mediante la identificación, diseño, elaboración e impartición de temáticas

útiles para la formación de los niños, de manera dinámica y atractiva que favorezca el interés permanente por todo tipo de conocimiento.

1.5 Tipo de actividades en el Programa Peraj

A lo largo del programa **UNAM-Peraj “Adopta un Amig@”**, existen diversas actividades que podremos realizar, dentro de éstas se pueden distinguir tres grandes categorías que se explican dentro del *manual UNAM DGOAE (2020)*:

Tiempo Amig@-Tutor:

Estas son las actividades diseñadas por nosotros, los tutores, de manera específica para nuestro amig@ asignado y de acuerdo con las necesidades que este requiera.

Estas actividades se consideran como tiempo exclusivo para el binomio, amig@-tutor.

Algunas de estas actividades pueden ser realizadas en colaboración con algún otro binomio siempre y cuando sea una actividad justificada y aprobada por los coordinadores correspondientes.

Actividades colectivas:

Son actividades que implican la participación de más de un equipo. Pueden ser talleres justificados y diseñados por coordinadores y tutores, actividades particulares del equipo pertenecientes que respondan a las necesidades de éste o circuitos de actividades lúdicas.

En esta categoría se incluyen también los eventos de asistencia total, como son los convivios (mega ofrenda, día Peraj, día del niño, convivio final, etc.).

Visitas a recintos culturales o dependencias universitarias:

Son actividades realizadas fuera de la dependencia DGOAE, y pueden ser en el día ordinario de asistencia (visita a Ingeniería, visita a Química, etc.) o durante el último viernes de cada mes, el día en el que los amig@s no tienen clases (visita a Centro Cultural Universitario, Alberca Olímpica, Papalote Museo del Niño, etc.).

Debido a la situación de salud actual del país y dadas las condiciones a las cuales nos enfrentamos por la pandemia, las actividades presenciales se modificaron, ya que durante el transcurso del programa **UNAM-Peraj “Adopta un Amig@”** no pudimos salir a recorrer dichos lugares; sin embargo, logramos recorrer algunos de manera virtual.

Concluyendo, como parte de su responsabilidad social, la UNAM, genera y promueve de manera permanente diversos programas encaminados a mejorar la calidad de la educación y este programa no es la excepción, pues se realiza con el fin de combatir los altos índices de deserción escolar y rezago que son atribuidos a diversos factores, como son la falta de motivación e interés de parte de los alumnos, por problemas personales; la insuficiente atención de las instituciones educativas a la formación integral del estudiante; como propuesta este programa de tutorías ha implementado estrategias y acciones que favorecen en los estudiantes el desarrollo de su formación integral, además de que este programa brinda la oportunidad de que los universitarios entren en contacto con las necesidades de la población y pongan a su disposición sus conocimientos, habilidades y destrezas, y de esta forma dar solución a problemas que podrían surgir a lo largo del programa.

Como logramos ver durante este capítulo, la historia del programa **UNAM-Peraj “Adopta un Amig@”**, está presente en nuestro país desde el año 2002 y por los buenos resultados que se han obtenido se han cumplido con los objetivos previstos, se encuentra vigente hasta la fecha en el año 2021, contribuyendo con cientos de estudiantes y tutores que han sido parte de este gran programa, ayudándolos en el desarrollo de sus habilidades, conocimientos y destrezas, fomentando en ellos un desarrollo integral.

Capítulo 2 UNAM PERAJ “Adopta un amig@” como programa de tutorías

Como se ha mencionado, el desarrollo del programa tiene como objetivo construir una relación significativa y positiva entre un niño de 9 a 11 años que se encuentre cursando la educación básica, y un universitario, con el fin de que este último apoye, guíe y asista al niño, de manera de este pueda fortalecer sus habilidades, destrezas y que sea un sustento a la formación integral.

Esta relación significativa se va a construir por medio de las tutorías que el universitario brindará al niño, teniendo en cuenta las necesidades que haya detectado con él; principalmente estas tutorías estarán enfocadas en combatir el índice de deserción y rezagos en los niños; sin embargo, el poder participar en este programa generará nuevas oportunidades y expectativas para los niños que participan, ya que buscarán fortalecer sus habilidades y destrezas, además de que ayudará a mejorar la autoestima y sociabilidad, fomentando hábitos de estudios y ampliará sus conocimientos y cultura general.

La tutoría en este programa será entendida como una labor educativa en la cual el universitario realizará una labor docente, ya que acompañará y orientará al niño considerando las necesidades educativas que éste requiera. Además, el universitario adquirirá una gran responsabilidad, por lo tanto, será modelo para el niño y tendrá un impacto positivo sobre él, pues se involucrará de manera real y afectiva.

Es por esto por lo que, la tutoría ofrecerá una oportunidad para mejorar la calidad de los procesos educativos, así mismo abordará algunas problemáticas que no se pueden resolver dentro del aula escolar, ya sea por falta de recursos, atención, contexto familiar, entre otros aspectos; y finalmente ayudará a combatir el rezago educativo.

Para seguir abordando el tema de tutorías es necesario conocer el significado de esta palabra, y los objetivos generales, pues será una clave fundamental durante el proceso del programa **UNAM-Peraj “Adopta un amig@”**.

2.1 Definición de la palabra tutor

El Manual DGOAE (2020) menciona que la palabra tutor proviene del latín, está conformada por dos núcleos: “**tueri**” que significa observar, dirigir, proteger; “**tor**” que puede definirse como agente, por consecuente se puede definir al tutor como un agente con la cualidad de proteger.

El tutor será el individuo encargado de diseñar, facilitar y dirigir los procesos de tutorías con la finalidad de obtener resultados positivos y significativos en un área específica, por lo general la tutoría irá más allá, de la instrucción formal, ya que abarcará y brindará nuevas oportunidades en el desarrollo de destrezas y habilidades.

La figura del tutor ha estado presente en toda la historia desde tiempos antiguos, con algunos grandes filósofos que marcaron esta labor, tal es el caso de Sócrates y Aristóteles, quienes fueron maestros propiciadores de conocimientos, pues impartían sus metodologías y enseñanzas a sus discípulos con el fin de que lograran adquirirlos y llegaran así a tener una formación en la educación integral.

Sin embargo, es hasta la Edad Media en donde es evidente la figura del tutor en la universidad medieval, en donde se refiere a la tutoría como un método que manifiesta una concepción individualizada dentro de un sistema de educación colectiva, ya que la función principal era la de brindar apoyo a la enseñanza de los estudiantes.

La autora Anabel González Sánchez (2016) explica que, en la época medieval, el proceso de tutoría era referido también como apoyo a la enseñanza y como relación personalizada, ya que aparecía también en algunas prácticas formativas y en los talleres que se realizaban, ya que existía la figura de una persona denominada maestro que tenía bajo su cargo varios aprendices de oficios de la época.

Así mismo, menciona en dicho artículo que es “en la Edad Moderna, desde el surgimiento y auge del capitalismo, etapa que se enmarcó desde el siglo XVII hasta el siglo XX, donde aparecen nuevas conceptualizaciones de tutor;

precisándose su misión y rol, donde el prestigio de la universidad dependía de sus tutores. Además, las características socioeconómicas de la época, determinadas por los avances en la ciencia, la tecnología y la revolución industrial, propician que la iglesia pierda protagonismo, desde el punto de vista ideológico, en el ámbito social y en el contexto educativo” (González, 2016: 648)

Fue a finales del siglo XIX, donde se observa un cambio significativo en la definición del proceso tutorial, pues se va a considerar al tutor como un profesor e investigador con la finalidad de utilizarlo en el método personalizado de la orientación en trabajos científicos.

“En la Edad Contemporánea, la cual abarca desde el siglo XX hasta la actualidad, es donde hay una tendencia marcada por el estudio del tema, se destaca la tutoría presencial, modalidad que se caracteriza por un proceso dinámico e interactivo entre tutor y tutorado; y no presencial, modalidad donde según un grupo de autores conciben la tutoría desde una postura conceptual y práctica a través de las tecnologías de la comunicación” (González, 2016: 248).

Como podemos apreciar, el tutor ha sido una figura fundamental en la concepción de la enseñanza y sobre él recae la tarea y la responsabilidad que tendrá para sí y para el alumno, pues ha servido como un escalón clave para que el alumno logre llegar a los objetivos propuestos. Sin embargo, en las antiguas concepciones que se asumen de la tutoría han estado presentes elementos asociados a sus funciones que son ayuda, orientación y asesoramiento, con el objetivo de lograr la formación integral de la persona.

En la actualidad podemos observar que la palabra “**tutor**” es utilizada para abordar diferentes áreas, en donde la figura del tutor tomará otros significados y responsabilidades, por ejemplo:

El tutor académico será el profesor asignado para guiar y orientar a los alumnos durante los procesos de enseñanza y aprendizaje, sus funciones abarcan el trato con ellos, sus familiares y el contexto institucional.

En el marco jurídico existe el **tutor legal**, que se refiere a quienes confieren la tutela de un menor de edad, o de una persona con alguna discapacidad mental para representarlos jurídicamente.

En conclusión, existen diversos autores que van a considerar al tutor como la persona facultada y poseedora de un conjunto de conocimientos, habilidades, valores, actitudes, sentimientos, convicciones humanas, éticas y morales, que propician el desarrollo integral del estudiante.

Características del tutor

El tutor debe contar con una serie de habilidades para realizar el trabajo de tutorías, en este aspecto tendrá la habilidad y las cualidades de saber comunicar, escuchar y comprender, ser empático, tener la capacidad de aceptar las opiniones del alumnado, entre muchas otras.

Durante el desarrollo, el tutor podrá acompañar al estudiante, para apoyarlo y facilitarle el proceso de construcción en los aprendizajes de diversos tipos como el cognitivo, afectivo, sociocultural. Atender a las necesidades que logre apreciar en la persona a la cual le brinda la tutoría.

Es por ello por lo que es indispensable en los tutores propiciar el compromiso y la responsabilidad que tienen con los estudiantes para favorecer su capacidad de aprendizaje y la comprensión de problemas complejos.

2.2 Tutoría

La Real Academia Española (RAE) define a la *tutoría* como reunión de carácter orientativo e informativo; *tutor*, persona que orienta a sus alumnos; además, define al tutor como la persona encargada de orientar a los alumnos de un curso o una asignatura (RAE, 2021).

La acción tutorial es una actividad orientadora llevada a cabo por el profesorado en el ejercicio de su función docente, especialmente por el tutor, que realiza una labor de acompañamiento continuo y personalizado a cada alumno y grupo de

alumnos con la finalidad de garantizar el desarrollo integral del alumnado en todos los ámbitos (académico, social, personal y profesional) (González, 2016).

A lo largo de la historia, la figura del tutor y, por extensión, de la propia acción tutorial, se han presentado con diferentes nombres y funciones, en las comunidades primitivas siempre hubo alguien que se encargaba de orientar y transmitir el conocimiento acumulado de las generaciones anteriores a los más jóvenes (Lara, 2008).

Existía una relación tutor-discípulo que se caracterizaba por ser unidireccional, puesto que los conocimientos eran transmitidos por el sujeto que poseía los conocimientos al sujeto que aprendía, nunca en el sentido opuesto.

Históricamente, el proceso de tutoría se constituye como un factor esencial que se manifiesta desde la ayuda en los procesos de enseñanza y aprendizaje en la sociedad. (González, 2016) La tutoría se mantiene como una labor individual intersubjetiva dirigida unilateralmente desde el profesional como tutor, al discípulo.

La tutoría educativa

Durante largos años la educación ha ido cambiando, así mismo, la manera en la que los agentes que participan en estos procesos educativos; la educación representa el cambio y la transformación de la sociedad, de ella depende el desarrollo integral, y es además un factor estratégico indispensable para alcanzar el progreso, mantener los logros y conseguir un mejoramiento del nivel de vida.

Sin embargo, existen algunos problemas en los cuales no se puede llegar a alcanzar este objetivo; por ejemplo: falta de oportunidades, recursos, o la falta de atención del docente a cargo. Por este motivo es que surge la tutoría, como oportunidad para atender las necesidades de la población, combatir el rezago educativo y contribuir a tener un mejor desempeño de los estudiantes.

En opinión del autor Pablo Latapí, “la tutoría es un importante medio para elevar la calidad de la educación, lo que se pretende en dicha opción no es sino sistematizar y generalizar lo que todo buen profesor hace espontáneamente con

algunos de sus estudiantes: a los que tienen más deficiencias les ofrece ayudarlos en privado, dedicando a ello un poco de tiempo adicional; a los que no saben estudiar trata de enseñarles cómo hacerlo; e inclusive, procura orientar y ayudar a los que tienen problemas personales” (Latapí, 1988: 6).

Se considera que el tutor es entonces, una persona con mayor experiencia en algún área en la cual brindará apoyo y orientación a otra persona con menor conocimiento en esa área para poder ayudarlo y facilitarle las herramientas que éste requiera, y así moldear su proceso de formación en esa área específica.

Desde el punto de vista del programa, el universitario será el responsable de un niño, el cual estará realizando un acompañamiento académico además de brindar y fomentar nuevas oportunidades para el desarrollo de sus habilidades y destrezas contribuyendo a su formación integral.

El manual UNAM DGOAE (2020) menciona que en la actualidad es reconocida la necesidad y la importancia de fortalecer la formación integral de los estudiantes con el apoyo de una variedad de estrategias educativas. Dicha formación está orientada no sólo a la adquisición de conocimientos, sino, además, a favorecer en los estudiantes el desarrollo de habilidades y actitudes que les permitan aprender permanentemente durante toda su vida y desarrollar las potencialidades para tener una mejor calidad de vida.

El papel de la tutoría en el programa irá más allá de solo transmitir los conocimientos en un área específica, pues ayudará a fomentar nuevas actitudes y valores positivos en el niño, además de contribuir en la solución de problemas escolares, convivencia social y combatir los índices de reprobación, será una enseñanza complementaria y específica para los niños que presenten dificultades en el aprendizaje.

Se ofrece a los niños reforzar los procesos de enseñanza y de aprendizaje, al mismo tiempo buscará mejorar los hábitos de estudio, confirmar actitudes, aptitudes, valores que lo determinan como sujeto social teniendo en cuenta sus aspectos cognoscitivos y afectivos del aprendizaje, para que pueda desarrollar y

ampliar sus conocimientos, además de ofrecer opciones de refuerzos académicos para apoyar y disminuir el rezago educativo.

De esta forma es como entendemos por acción tutorial al proceso de atención, ayuda y seguimiento continuo de todo el alumnado en su contexto educativo.

El manual UNAM DGOAE (2020) indica que la acción tutorial deberá responder a un proyecto educativo en el que los objetivos de actuación del equipo docente serán el alumnado y su proceso de desarrollo global, cognición, competencias, aprendizajes, orientación académica; afectos, personalidad, socialización, emociones, conductas; y praxis, habilidades motoras generales y específicas.

Es entendido que la tutoría brindará grandes beneficios y constituye una buena solución, importante ante la problemática del rezago educativo.

El proceso de tutoría implicará procesos de comunicación y de interacción por parte del tutor y del niño, brindándole una atención personalizada y actuará en función del conocimiento de sus necesidades y de sus intereses específicos. Brindar el servicio tutorial involucra muchas responsabilidades y en la actualidad se enfrenta a grandes retos, como lo es el poder impartir este método en línea. Su cargo propicia la formación de una persona para que pueda lograr su desarrollo integral.

2.3 Tutorías dentro del programa UNAM-Peraj “Adopta un Amig@”

Durante el desarrollo del programa **UNAM-Peraj “Adopta un Amig@”**, la tutoría será entendida como un acompañamiento de un universitario hacia el amig@ a cargo y tendrá como finalidad apoyarlo durante el transcurso del programa en diferentes aspectos como el académico, el social, el familiar, etc.

Al mismo tiempo, es importante mencionar y ejemplificar que el proceso de tutoría consta de tres etapas esenciales, las cuales se desarrollan en el transcurso del programa, el manual UNAM DGOAE (2020) hace referencia a ellas.

Primera etapa

La etapa inicial es en donde se va a desarrollar la empatía, construyendo la confianza entre los tutores y los amig@s, este es un punto clave ya que aquí nos encontraremos con la meta principal, que es que los amig@s se puedan abrir con los tutores, que ellos puedan conocernos y así lograr tener confianza el uno con el otro para que el programa se realice de la mejor manera posible.

Segunda etapa

En esta etapa es en donde se tienen que poner metas a la mitad de camino, aquí se singulariza la relación tutor-amig@, podrían existir contratiempos e inclusive algunas problemáticas. Como mencionaba anteriormente, se pueden llegar a presentar algunas dificultades con nuestros amig@s, las cuales se pueden abordar con el apoyo de nuestros coordinadores o de otros tutores.

Tercera etapa

La última etapa es en donde se tienen que preparar para una despedida de forma sana y adecuada, sin embargo, el manual UNAM DGOAE (2020) nos señala que pueden existir situaciones apropiadas para poder permanecer en contacto y que los tutores tendrán que valorar cuando una relación lo requiera. Además, que queda bajo nuestra responsabilidad como tutores el seguir en contacto con nuestros amig@s una vez terminado el programa.

Como podemos observar, el proceso de tutoría dentro del programa **UNAM-Peraj “Adopta un Amig@”** va más allá de una instrucción formal, ya que busca abarcar y formar las experiencias en los diferentes contextos con nuestros amig@s para que con ellas les permitan buscar el desarrollo de su educación integral. Como tutores, a través de las actividades con nuestros amigos, vamos a fomentar en ellos actitudes y valores positivos, ayudar en su autoestima y con su socialización, además de ayudarles en los diferentes contextos.

Para poder brindar este proceso de tutorías durante el programa me resulta importante conocer sobre la etapa de desarrollo en la cual están los participantes

del programa, a quienes vamos a brindar estas tutorías, además de descubrir los intereses e inquietudes que puedan manifestar durante esta edad.

2.4 Participantes del programa “UNAM-Peraj “Adopta un Amig@”

Como se mencionó con anterioridad, los participantes clave dentro de este programa serán los universitarios que desempeñarán el cargo de acompañantes de los niños a los cuales se les va a impartir las tutorías y el acompañamiento a desarrollar en sus diferentes contextos.

Los niños que participan en el programa tienen la edad de 8 a 13 años, los cuales se encuentran en la etapa de desarrollo de la infancia intermedia, por lo cual será conveniente conocer las características, las inquietudes y necesidades que poseen para así diseñar una buena acción tutorial, ya que las actividades planeadas estarán enfocadas en poder abordarlas. Para poder hablar más sobre la etapa de la infancia intermedia, es fundamental primero conocer lo que estaremos entendiendo como desarrollo humano, y las etapas que se consideran dentro de éste, aunque nos enfocaremos a la etapa de infancia intermedia.

2.5 Desarrollo humano

El desarrollo humano es un proceso de diversos cambios en los diferentes contextos que conforman al ser humano como el físico, cognitivo, social, entre otros. En este caso, al referirnos al desarrollo humano, se vinculará precisamente con los periodos de la vida. El autor Cahuana (2016) lo definirá como un estudio científico de los cambios que ocurren en las personas, así como de las características que permanecen estables a lo largo de sus vidas.

El ser humano es un ser que está conformado de diversos ámbitos en los cuales se desarrollará durante toda su vida, para entender estas grandes etapas y poder comprenderlo es importante conocerlo y, por consiguiente, los autores Grande y Bautista (2013:240) afirman que: “...el desarrollo del niño es el estudio científico de las formas cuantitativas y cualitativas normales en las que los pequeños evolucionan con el paso del tiempo”.

Existen diversos autores que clasifican las etapas que tiene el desarrollo humano, de acuerdo con la edad y a las habilidades que logra desarrollar en la etapa en donde se encuentra, un ejemplo de esta clasificación es:

Papalia y Olds (2012) categorizan las etapas de la vida en 8:

- Se encuentra primero el periodo prenatal que inicia con la fecundación y culmina con el alumbramiento.
- Luego está la primera infancia que abarca desde el alumbramiento hasta los 24 primeros meses.
- Le sigue la niñez temprana o también conocida como etapa preescolar que se encuentra entre los 3 y 6 años.
- Seguida por la niñez intermedia o etapa escolar que abarca desde los 6 hasta los 12 años.
- Después se ubica la adolescencia que inicia con a los 12 hasta aproximadamente 20 años.
- Le sigue la edad adulta temprana desde los 20 hasta los 40 años.
- La penúltima etapa es la edad adulta media de los 40 hasta los 60 años.
- Por último, tenemos a la edad adulta tardía o vejez de los 60 años a más.

Como podemos observar, el ser humano atraviesa estas etapas a lo largo de su vida, el autor Cahuana, (2016) menciona que dichas etapas van a ser influenciadas por algunos factores, los cuales se van a dividir en biológicos y ambientales; dentro del factor biológico se encuentran:

1. La herencia, que es un código genético que es transmitido de una generación a otra, desde el cual se van a desarrollar las propiedades que le permitirán construir al individuo como exclusivo.
2. El crecimiento, serán los cambios físicos que se verán relacionados con la altura, con el peso, crecimiento de sus órganos sexuales, entre otros.
3. La maduración biológica, estos cambios van a ser marcados por genes, independientemente del medio en el que se encuentra.

Es primordial notar que el ser humano está condicionado por su genes y características biológicas, sin embargo, no se puede omitir que el entorno va a desempeñar un papel fundamental en su desarrollo. Nos vamos a referir a los factores ambientales, cuando abordemos sobre los temas que repercuten en el desarrollo del ser humano como su alimentación, sus hábitos, entre otros.

Como podemos ver, a lo largo de la vida existirán factores que van a influir sobre nosotros además de que dichos factores nos harán únicos e irrepetibles; la edad de los participantes en los cuales se centra el programa será la infancia, por lo cual abordaremos este tema con mayor detalle, enfocándonos en sus características y habilidades.

La infancia

De acuerdo con la RAE (2021) la infancia es el período de la vida humana que abarca desde el nacimiento hasta la pubertad, aproximadamente a los 12 años. Se divide como infancia temprana e infancia intermedia.

En esta etapa se fundamenta la base medular del desarrollo humano. Por ello es importante potenciar las habilidades y herramientas que le permitirán desarrollarse e integrarse a la comunidad.

La infancia intermedia

De acuerdo con Feldman (2008), la niñez intermedia es conocida como etapa escolar, la cual empieza alrededor de los 6 años hasta aproximadamente los 12 años, cuando los niños entran a la adolescencia, esta etapa se caracteriza por el inicio de la educación. Durante este periodo los niños presentan notorios avances en el desarrollo anatómico, presentarán cambios tanto físicos como cognitivos, psicosociales, ya que estas son las tres dimensiones que más abarcará este desarrollo. Las características serán el crecimiento lento, las habilidades motoras irán en aumento, así como la capacidad de realizar actividades físicas un poco más complicadas, los amigos pasan a adquirir un estatus central o muy significativo en el proceso de socialización.

Esta etapa será sustancial para el desarrollo del ser humano, ya que durante este proceso se desarrollará su formación como individuo y formará parte de una sociedad, es por ello la importancia de abordar todas las dimensiones posibles.

2.6 Desarrollo físico

El desarrollo motor se considera como un proceso secuencial que se produce a lo largo de la infancia, mediante el cual los humanos adquirimos varias habilidades motoras encaminadas a lograr la independencia física.

La autora Wendy Quispe (2019), define al desarrollo físico como el conjunto de movimientos coordinados y complejos que empieza a realizar el ser humano en sus primeras etapas de vida.

Durante esta etapa el desarrollo del niño va a tener una forma secuencial, progresiva y coordinada. Esto significa que una capacidad nace de la otra y que las funcionalidades se van acumulando, primero las primordiales, luego las complejas y coordinadas, pues en cada área de desarrollo estas capacidades interactúan con otras para que la evolución sea ordenada. El desarrollo físico se dividirá en motor grueso, que se relaciona con la capacidad de mantener el equilibrio y el motor fino, que se encarga de la coordinación entre los ojos y las manos.

Se van a ir perfeccionando las habilidades motoras, finas y gruesas por lo cual la coordinación y el control muscular aumentará durante esta etapa.

El desarrollo motor grueso

Nos referiremos al desarrollo del motor grueso como una habilidad por la cual el niño va a ir adquiriendo un mayor control sobre sus músculos y mantener el equilibrio, además de ir adquiriendo más agilidad, fuerza y velocidad en relación con sus movimientos.

De acuerdo con Pellegrini y Smith (citados en Papalia, Wendkos y Duskin, 2005) durante el descanso en la escuela, los alumnos de las etapas escolares menores se divierten practicando en juego rudo, que implica hacer uso de la fuerza,

velocidad, astucia, agilidad. Es por ello por lo que en esta etapa los niños tienden a usar la fuerza en sus juegos.

Durante la etapa de infancia intermedia los niños van a desarrollar habilidades cada vez más complejas, entre otros avances están el mayor rendimiento físico, van a presentar una mayor coordinación, son más fuertes y veloces, en conclusión, van a tener el deseo de demostrar que son capaces de enfrentar a otros poniendo a prueba las habilidades que poseen.

El desarrollo motor fino

Si bien se explicó con anterioridad que el motor fino es definido generalmente como la habilidad para usar ojos, manos, y dedos para obtener una manipulación precisa, adecuada y coordinada, Feldman (2007) nos dice que los logros que se obtienen en la coordinación motora fina durante la infancia temprana o tercera intermedia son:

- Capacidad de atarse las agujetas y abrocharse los botones. Esto es en niños de 6 a 7 años.
- Utilizar ambas manos de manera independiente. Esto corresponde a niños de 8 años.
- Capacidad de manipular cualquier objeto como lo mostrarán ya en su etapa adulta. Esto es para los niños que están entre los 11 y 12 años.

Según Lecours (citado en Feldman, 2007) el aumento del desarrollo de las habilidades es debido a la mayor producción de mielina, incrementando la capacidad de procesamiento rápido de información en el cerebro, esto se da entre los 6 y 8 años.

Crecimiento

En relación con el crecimiento en la infancia intermedia, las mujeres suelen desarrollarse mucho más que los varones. De acuerdo con Santrock (2006) el crecimiento de los niños durante la etapa escolar primaria es de 5 a 7 centímetros

anualmente. Cuando llegan a los 11 años, las niñas miden alrededor de 1.50 metros y los niños pueden llegar hasta los 1.45 metros aproximadamente.

Es también durante esta etapa donde los niños pueden incrementar su peso en 2 o 3 kilogramos anualmente y alrededor de 5 a 6 cm en relación con la talla en el año. Sin embargo, a partir de los 9 años ocurre “el estirón” en las niñas y en los niños ocurre a partir de los 10 u 11 años.

2.7 Desarrollo sexual

En relación con el desarrollo físico, el manual UNAM DGOAE (2020) menciona que los cambios no van a ser tan notorios como en etapas anteriores pero lo que si se va a ir notando serán las tallas y el peso que los niños poseerán, entre los 10 años los cambios se hacen más notorios en las niñas, ya que se va a producir la secreción de hormonas femeninas como lo son el estrógeno y la progesterona las cuales tienen la función de preparar al organismo para los cambios que se desarrollarán en la pubertad. Como consecuencia de este funcionamiento hormonal, se puede producir a veces el crecimiento de pechos y la menarquia a partir de los 10 años.

Además, afirma que, en los niños, el desarrollo sexual es más tardío, en ellos se va a observar el aumento de los testículos, además el apareamiento de los caracteres sexuales como: cambios en el tono de voz, vello facial y el funcionamiento de glándulas sudoríparas y sebáceas.

2.8 Desarrollo cognitivo

De acuerdo con el desarrollo que Piaget llamo “etapa de operaciones concretas”, los niños en esta edad van a utilizar el pensamiento interno para solucionar problemas que se encuentran en el aquí y ahora, van a aplicar principios lógicos para las situaciones reales que se les van presentando.

De acuerdo con la autora González (2019), los niños adquieren las siguientes capacidades:

Conservación: capacidad para reconocer que la cantidad de algo se conserva igual, aunque cambie su forma, siempre que no se le haya añadido o quitado nada.

Seriación: en esta etapa los niños pueden organizar objetos de acuerdo con una o más dimensiones relevantes, como color (ordenar del más claro al más oscuro) o peso (ordenar del más pesado al más ligero).

Clasificación: los niños tienen la capacidad para categorizar objetos, al principio, los niños clasifican los objetos sólo de acuerdo con una dimensión (por ejemplo, el color); después pueden clasificar los objetos de acuerdo con dos dimensiones (como color y forma). Durante la niñez intermedia, pueden clasificar su mundo para hacerlo más ordenado y comprensible.

En relación con el desarrollo cognitivo se verán avances en el razonamiento lógico del niño y el desarrollo de su lenguaje, se menciona que el egocentrismo durante esta etapa va disminuyendo y existirá un gran avance en relación con su pensamiento. Se enfrentan a mayores retos académicos en la escuela, aumentan su capacidad de atención, a veces se vuelven más independientes de la familia.

Por esta razón es que, la autora Mendoza (2019) menciona que, durante esta etapa, es primordial que le podamos brindar al niño hábitos de vida saludables a nivel de su alimentación, sueño, ejercicio y de estudio sin olvidarnos que, para un niño durante esta edad, es considerable que tenga un balance entre las actividades que realiza durante el día, es decir, que les dé importancia a sus estudios, así como dedicar tiempo para las actividades de ocio, artísticas y deportivas.

2.9 Desarrollo afectivo

Durante la etapa de infancia intermedia, los niños van dependiendo cada vez menos de sus padres o familias, pero seguirán siendo dependientes en algunos aspectos cotidianos.

De acuerdo con *el* manual de la UNAM DGOAE (2020) es aquí donde se va desarrollando la construcción del autoconcepto, y es importante manejarlo, ya que

durante la niñez suele ser sólido y puede perdurar hasta la edad adulta. Si un niño desde la infancia tiene una baja autoestima o autoconcepto y no se trabaja este aspecto, a medida que va creciendo puede que sea negativo y pueda perdurar hasta repercutir en su vida adulta. Es por ello la importancia de motivar a los niños a formar y tener una imagen positiva de sí mismos.

Mencionan algunos autores que los niños serán capaces de pertenecer a grupos diferentes, van a trabajar cooperativamente y entender las cosas que pueden sucederles a los otros, entendiendo sus puntos de vista van a saber colocarse en el lugar de otras personas, aparecen sentimientos como la solidaridad, la bondad, el cooperativismo, la lealtad, tolerancia, entre muchos otros, además de ser más sensibles.

2.10 Desarrollo psicosocial

El manual de la UNAM DGOAE (2020) menciona que durante esta etapa los niños a través de la imitación de personas significativas van a ir formando esquemas que les darán las bases para el comportamiento futuro, el juego es notable en el desarrollo de roles, el niño juega con normas claras y establecidas por el grupo, esto es un elemento esencial.

La División de Desarrollo Humano y el Centro Nacional de Defectos de Nacimiento y Discapacidades del Desarrollo de Estados Unidos (CDC), indica que los grupos se van a reunir de acuerdo con la afinidad y a veces suelen ser separados por los sexos, van a tener normas claras e inquebrantables, en esta edad los grupos son muy importantes, se ejercitan normas y adquieren un sentido de pertenencia.

Además, señala que durante esta edad los niños establecen y generan amistades más fuertes con sus amigos, por lo cual es cada vez más importante tener amigos, especialmente del mismo sexo.

2.11 Desarrollo moral

El autor Jean Piaget (1983) en el criterio moral del niño y en su teoría sobre el desarrollo cognitivo, nos menciona que durante la infancia intermedia los niños son capaces de ponerse en el lugar de otros, y consideran más puntos posibles,

van a juzgar los actos por las intenciones que tiene y no por las consecuencias, van a desarrollar sus propios estándares morales, toman en cuenta la intención del que realiza el acto y utiliza el castigo de un modo más sensato, los niños maduran y tienen relación con otras personas y puntos de vista diferentes.

Están más conscientes de su cuerpo a medida que se van desarrollando, y esto puede provocar que lleguen a existir problemas con la imagen que tienen de su cuerpo y con la alimentación.

La CDC menciona que es primordial durante esta etapa el desarrollar el sentido de la responsabilidad, en relación con lo académico, así como en casa, pues será importante asignarle tareas que pueda realizar para contribuir con este desarrollo de responsabilidad, así como la importancia de hablar del ahorro y enseñar a administrar el dinero.

Es por ello, que la autora Mendoza (2019) resalta que es conveniente hablar sobre estos temas, así como los logros y retos a los cuales se deberá enfrentar, también es importante motivar a los niños en las áreas formativas, animar a que practiquen algún deporte y generar buenos hábitos.

Conocer sobre esta etapa es fundamental para poder planificar, diseñar y desarrollar las actividades adecuadas para nuestros amig@s de los cuales seremos encargados, además de abordar algunas problemáticas que son esenciales abordar durante la marcha.

2.12 Salud

De acuerdo con Alcántara (2008), la salud es el estado de una persona o un grupo de personas que presentan condiciones de vida adecuadas y bienestar, es resultado de diversos factores como las facultades físicas, económicas, emocionales y socioculturales; estos factores actúan de manera conjunta permitiendo el logro de nuevas capacidades o potencializando las habilidades y capacidades obtenidas a lo largo de la vida.

La salud es parte fundamental del ser humano, la psicóloga clínica Rosangela Mendoza (2019), considera que esta etapa es una gran oportunidad de gozar de

buena salud, ya que si el niño posee buenos hábitos alimenticios y práctica ejercicio lo llevará a tener una vida saludable, contribuyendo a que disminuya la probabilidad de tener problemas de salud en el futuro.

La salud se vincula con el crecimiento y para tener un buen desarrollo, por eso es importante poseer una buena nutrición en esta etapa; por consiguiente, la nutrición, será una parte fundamental para el desarrollo del ser humano, es por ello que si un niño tiene una buena alimentación, obtendrá mayores capacidades al momento de aprender y tener mayor eficiencia en su contexto académico, tener una buena alimentación va a contribuir a que el niño tenga un buen autoconcepto, se desarrollará plenamente, además de que contribuirá a no tener enfermedades.

Asimismo, Feldman (2008), una nutrición adecuada promueve el crecimiento oportuno del sistema óseo, así como tener dientes sanos y fuertes. Es en esta etapa donde la primera dentadura se va perdiendo, siendo remplazada por la dentadura adulta.

Problemas de alimentación

Tener una mala alimentación provoca diversas enfermedades en las personas, un ejemplo importante es el sobrepeso, y esto no solo afecta la salud, sino que además puede afectar la autoestima y el autoconcepto que el niño puede llegar a generar, además de que puede sufrir diversas formas de burla, ya sea apodosos o discriminación e impedimento en determinadas actividades de la vida cotidiana.

De acuerdo con Feldman (2008), durante la niñez intermedia surge una preocupación importante tanto para padres como para niños, esta preocupación se debe a la estatura. Pero actualmente existe también otra preocupación mucho más inquietante, el tener un peso adecuado. Las niñas durante la etapa anterior tienen una mayor necesidad por engordar, pero al llegar a la infancia intermedia la mayor preocupación es estar delgadas y perder peso, este problema muchas veces genera obsesión y estrés, derivando en algún trastorno alimenticio.

En la actualidad la obesidad es un problema muy común ya que las personas muestran un peso superior al promedio, muchos niños en esta etapa muestran

malas conductas alimenticias, lo que les genera tener problemas de peso, al crecer, además de seguir con esta enfermedad, pueden presentar otras enfermedades como diabetes, paros respiratorios, infartos, etc. Los factores que contribuyen a estas afecciones son el tener una mala alimentación y falta de ejercicio.

De acuerdo con Feldman (2008), durante la etapa escolar gran número de niños muestran un pobre desarrollo físico y realizan escasa actividad física. En una encuesta realizada en su investigación se determinó que los niños de 6 a 12 años son poco capaces de realizar ejercicios donde tienen que poner a prueba su fuerza frente a su peso corporal, por ejemplo, no pueden elevar el cuerpo estando suspendidos en una barra.

2.13 La importancia de la educación integral y emocional en la infancia intermedia en la actualidad

Si bien con anterioridad, dentro del texto se detallaron las características que los niños poseen en la etapa de infancia intermedia, pudimos visualizar la importancia de brindar las habilidades y destrezas adecuadas para mejorar el desarrollo de los niños, tanto cognitivamente como planteando actividades para ayudar a tener un buen desarrollo físico, así como hablar sobre la salud y la importancia de realizar diariamente ejercicio además de tener buenos hábitos alimenticios, es por ello por lo que considero importante asociar durante esta etapa el tema de la educación integral y emocional, para ello abordaremos dichos temas y la importancia referente a los temas que revisamos.

Educación integral

La educación ha tenido muchas definiciones a través del tiempo, así como la manera en la que se ha impartido, especialmente durante esta pandemia del Covid-19.

De acuerdo con el manual UNAM,(2020) señala que La palabra educación proviene del latín y tiene dos acepciones; la primera es *educare* que significa criar, nutrir o alimentar; es decir, se puede entender a la educación como aquella actividad que consiste en guiar y proporcionar desde afuera lo necesario, mientras

que *educere* se refiere a sacar, llevar o extraer desde adentro hacia fuera, dicho de otra manera, se puede decir que la educación encauza las facultades o potencialidades existentes en el educando.

La educación integral, implicará el desarrollo de las capacidades que tienen las personas para poder ejercer de acuerdo con sus perspectivas, ideas y acciones, para buscar desarrollar sus habilidades tanto físicas, psicomotoras, cognitivas y socioemocionales para que estas les ayuden a desenvolverse en torno a sus contextos.

Rodríguez, (2019) Menciona que este tipo de educación se va a caracterizar por ser de carácter vivencial; es decir, los conocimientos que son obtenidos a través de la práctica tendrán relación con la potenciación de las propias capacidades del individuo, y que por medio de la educación integral será posible desarrollar y promover las fortalezas específicas de una persona.

Para poder desarrollar este tipo de educación durante esta etapa es importante que el niño pueda relacionarse con su entorno en los diferentes contextos, así mismo identificar que todas las acciones que tome van a tener una consecuencia dentro de ellos y dependiendo de ello van a influir en él.

Rodríguez, (2019) considera que la educación integral establece que el individuo desarrolle la conducta, la voluntad y el conocimiento para poseer así las herramientas que le permitan conocerse a sí mismo, además relacionarse de manera asertiva con el otro y desarrollar áreas de conocimiento que lo ubicarán dentro de un entorno específico.

Como podemos visualizar, este tipo de educación propone que el educando desarrolle todas las habilidades que pueda poseer, así como sus habilidades físicas, psicomotoras, cognitivas, socioemocionales; y también se puede visualizar que este tipo de educación se va a especificar por el carácter vivencial, es decir, que los conocimientos previos, que son adquiridos a través de la práctica, van a potenciar mayormente estas fortalezas.

La formación integral durante esta etapa, entonces, permitirá al niño relacionar los diversos ámbitos de su contexto, y por eso podrá desarrollarse de tal forma que pueda ir creando vínculos sanos y constructivos que reafirmen su inteligencia emocional.

EDAI, (2021) Hace mención que la educación integral logrará ayudar a desarrollar la conducta, la voluntad y el conocimiento en el alumno y que éste cuente con las herramientas necesarias que le permitan acceder al conocimiento sobre sí mismo y sobre lo que lo rodea. Haciendo referencia que el principal objetivo será crear individuos de libre pensamiento, autocríticos que busquen siempre hacer algo mejor de su entorno

Finalmente, puedo concluir que el objetivo de la educación integral durante la etapa de la infancia intermedia es que el niño esté directamente relacionado con sus diversos contextos y ámbitos personales, todo esto con el fin de que pueda ir desarrollando durante el proceso sus fortalezas, conocimientos y así logren ayudar a formar un niño que sea un ser autocrítico con las decisiones que llegue a tomar, también que sea capaz de afrontar y solucionar los problemas que se le vayan presentado durante este proceso, y finalmente que busque siempre mejorar los diferentes contextos en los que está inmerso.

Educación emocional

Como se explica anteriormente, la parte emocional es fundamental durante esta etapa que es la infancia intermedia y que estará presente durante todo el desarrollo de este programa y para tener mayor conocimiento sobre ello abordaré el tema de la educación emocional.

Bisquerra (2000: 243) define la educación emocional como: “un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con el objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se planten en la

vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social.”

Considero que, además de la fase de tutoría en donde se creará el vínculo emocional y afectivo durante el programa de **UNAM-Peraj “Adopta un Amig@”**, es transcendental conocer este tema para ir desarrollando y constituyendo los elementos esenciales de la persona de la que estaremos a cargo fungiendo como acompañantes, en este caso, de nuestros amig@s; tener conocimiento sobre este tema es de vital importancia durante esta etapa, gracias a la pandemia que actualmente estamos viviendo, el ámbito emocional ha sido un factor muy significativo, la forma en que vivíamos nuestras vidas han cambiado debido al confinamiento, si bien esta nueva manera de vivir ha tenido impacto positivo o negativo en las personas, las emociones han jugado un papel muy sustancial para sobrellevar esta cuarentena.

Las nuevas medidas de salud pública, como el distanciamiento social, y el confinamiento, es posible que nos haya afectado emocionalmente, haciéndonos sentir tristes al estar aislados, aumentando nuestro estrés y con posibles problemas de ansiedad en muchas personas.

Durante este proceso de confinamiento ayudaría mucho el poder abordar este tema, pues la educación emocional sería incorpora la enseñanza de actitudes, así como el desarrollo de habilidades sociales y emocionales, para tener en cuenta el autoconocimiento, el fortalecimiento de una buena autoestima y el saber escuchar al otro y ser empático, así como tener habilidades para poder resolver conflictos de manera asertiva.

Para autores como Steiner y Perry (1997: 27) “la educación emocional debe dirigirse al desarrollo de tres capacidades básicas: la capacidad para comprender las emociones, la capacidad para expresarlas de una manera productiva y la capacidad para escuchar a los demás y sentir empatía respecto de sus emociones”

Así bien, la educación emocional será entonces un proceso de desarrollo humano, en donde estarán presentes todos los ámbitos que lo conforman, tanto personal como social, requiere una participación del alumno y del vínculo afectivo que se vaya construyendo durante todo el desarrollo del programa, así como estar sujeto a las necesidades que se vayan presentado, en este caso sobre la relación que tengamos con nuestros niños durante este tiempo y durante los procesos de enseñanza y aprendizaje o bien, si durante el desarrollo del programa surge alguna problemática.

La autora Vivas (2003), nos menciona que la educación emocional persigue los siguientes objetivos generales:

- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
- Identificar las emociones de los demás.
- Desarrollar la habilidad de regular las propias emociones.
- Prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas intensas.
- Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
- Desarrollar la habilidad de relacionarse emocionalmente de manera positiva con los demás.

Finalmente, concluyo este capítulo resaltando la idea de que trabajar el tema de la educación emocional es importante durante todas las etapas de la vida del ser humano, pero es especialmente la etapa de la infancia intermedia la que se debe trabajar con precisión, con el fin de que los niños que participan en el programa, logren adquirir las habilidades que les permitan fortalecerse de manera emocional y personal, así mismo le servirán de ayuda para que sus habilidades de convivencia mejoren y puedan obtener las herramientas necesarias que les permitan afrontar y resolver los problemas emocionales de manera clara, precisa y asertiva. Teniendo como objetivo primordial que los niños identifiquen sus propios sentimientos y emociones y que pueda expresarlos teniendo un mayor control sobre ellos y lograr expresarlo de forma asertiva.

Aunado a ello, como apreciamos a lo largo de este capítulo, desde tiempos remotos la tutoría ha estado presente, con la finalidad de poder acompañar y dirigir a las personas durante diferentes momentos y procesos de su vida, ayudándolos en el desarrollo de sus habilidades, conocimientos y destrezas, fomentando en ellos un desarrollo integral. Logramos conocer las características que poseen los participantes del programa, los temas y problemáticas que están presentes en la etapa en la que se encuentran con la importancia de que sirvan de utilidad más adelante para el diseño e implementación del desarrollo de actividades que serán realizadas durante los meses que dure el programa.

CAPITULO 3 MI TRABAJO TUTORIAL REALIZADO DENTRO DEL PROGRAMA

En los capítulos anteriores resalté la importancia del programa **“UNAM- Peraj Adopta un Amig@”**, abordé los objetivos, ejes de intervención y las actividades que conlleva, así mismo, hablé sobre las etapas de tutoría en las cuales consta el desarrollo del programa, aunando a lo anterior, abordé sobre el tema de la infancia intermedia, que es la etapa en la que los participantes se localizan, nos enfocamos en las características que poseen, por lo que serán la base para el diseño, implementación y desarrollo del proceso de enseñanza que se implementará.

Ahora bien, cabe señalar que el presente capítulo tiene como objetivo mostrar el avance de las diferentes etapas durante el desarrollo del programa como tutora; de la misma manera, el capítulo tiene la finalidad mostrar las actividades realizadas y los resultados que se obtuvieron de ellas, finalmente concluyo el escrito con las conclusiones y la valoración crítica de mi participación como pedagoga en este programa.

3.1 Proceso de inicio del programa “UNAM-Peraj Adopta un Amig@”

Durante el inicio del programa **“UNAM- Peraj Adopta un Amig@”**, el planteamiento que tuve fue proporcionar las bases a mi amig@ de acuerdo a las necesidades que tenía, así como brindarle un acompañamiento específicamente en el ámbito académico, en este sentido, tenía el propósito de que mi amig@ tuviera la oportunidad de conocer algunos temas como lo son: el fomento del autoestima, el autoconocimiento, sus derechos, la prevención del abuso infantil, así mismo, que reconociera algunas situaciones de violencia, ya que consideré importante dar a conocer dichos temas, abordarlos y trabajarlos con ayuda de diversas dinámicas y recursos como: videos, cuentos, juegos y otras actividades.

3.2 Capacitación dentro del Programa “UNAM- Peraj Adopta un Amig@”

Después de haber sido aceptada en el programa **“UNAM- Peraj Adopta un Amig@”**, se nos brindó una capacitación en donde nos proporcionaron las bases y las herramientas necesarias para nuestra formación como tutores del programa

y de la misma manera, nos proporcionaron algunos consejos y actividades que podríamos utilizar durante el desarrollo del programa con nuestros amigos, para poder abordar ciertos temas y así poder despertar su interés, concentración y atención. Además, se nos solicitó realizar un cuestionario sobre nuestros intereses, gustos y pasatiempos, con el fin de poder emparejarnos con un amig@ con quien compartiéramos algunos gustos.

El periodo de capacitación tuvo una duración de un mes y medio aproximadamente, dentro de esta capacitación se expusieron los ejes en los cuales está basado dicho programa, revisamos temas como el desarrollo humano, las etapas de la tutoría, paradigmas educativos como el humanismo, asimismo el aprendizaje significativo y las inteligencias múltiples, la capacitación concluyó con el tema de la entrevista, ya que posteriormente a la capacitación se nos comunicó que tendríamos que realizar algunas entrevistas en torno a nuestro amig@, con el fin de conocer las necesidades que poseía y con base en ello crear un plan de trabajo que se ajustara para abordar dichas necesidades, estas entrevistas que implementé fueron primero al entorno familiar (tutor) y después a mi amiga. Para concluir las capacitaciones, me presentaron a quien sería mi amiga y con quien trabajé durante todo el programa, además que pude conocer también al responsable de mi amig@. Un punto que quisiera resaltar es que antes de iniciar las capacitaciones se nos solicitó realizar previamente un cuestionario de personalidad, a los tutores y a los amig@s del programa, conforme a las respuestas obtenidas los tutores del programa vieron la similitud de las respuestas y entorno a ellas, lograron formar a los binomios (tutores-amig@s), con quien trabajaríamos el resto del programa.

Por la situación de la pandemia, no existió la oportunidad de entrevistar a los profesores e indagar un poco más sobre la cuestión académica, sin embargo, en las entrevistas que logré realizar a su tutor y a mi amiga, aborde el tema académico y con ello logré descubrir qué temas tenía que trabajar con mi amiga y apoyarla; en esta cuestión fue sencilla la planeación que realicé en relación con lo académico, porque mi amiga era una buena alumna, responsable con sus tareas,

se esforzaba por aprender y obtener buenas calificaciones; por este motivo el lado académico no lo abordó mucho en la planeación, sin embargo, durante el desarrollo del programa trabajábamos con ciertas dudas que tuvo en relación con algunos temas académicos.

Las necesidades que en un principio logré apreciar en mi amiga era contar con una persona con la cual pudiera compartir sobre sus vivencias, sus cosas personales, hablar sobre su familia, amigos e inclusive sobre la escuela y expresar cómo se sentía y cómo estaba viviendo en estos tiempos de pandemia; además de tener a alguien con quien jugar a distancia, de la misma manera logré percatarme sobre la necesidad de obtener herramientas clave de tolerancia en relación con su hermano, el manejo de emociones y la oportunidad para expresar su creatividad en un espacio fuera de la escuela.

Con base en las respuestas obtenidas de las entrevistas realicé un plan de trabajo en donde logré identificar las necesidades, crear una lista de temas y actividades basándome en los 3 ejes de intervención del programa que son: la personalidad, socialización y autocuidado; el fortalecimiento de habilidades de aprendizaje y de apoyo para la formación integral para realizar a lo largo del programa con mi amiga.

3.3 Listado de actividades pedagógicas realizadas

El programa de tutorías en “**UNAM-Peraj Adopta un Amig@**” consistió, con la implementación y ejecución, de 2 sesiones semanales que tenían una duración de 2 horas cada una con nuestra amig@, sin embargo, en algunos meses tuvimos sesiones colectivas, en donde interactuábamos con más tutores y con más amig@s sobre algunos temas en especial.

De la misma manera, cada semana contábamos con una sesión colectiva que se realizaba exclusivamente entre los tutores y coordinadores del programa, para abordar algunos temas, o problemáticas que se hubieran creado con relación a nuestros amig@s o bien, para dar instrucción sobre las tareas administrativas que

teníamos que realizar, estas sesiones se llevaban a cabo un día a la semana y tenía una duración de 2 horas aproximadamente.

Las tareas administrativas consistían en elaborar un plan de trabajo (cartas descriptivas) que se realizaban mensualmente y se entregaban a principios del mes, para que nuestros coordinadores tuvieran la oportunidad de poder revisarlos y comentarnos al respecto sobre ellos. Además, de anotar los resultados obtenidos de las actividades con nuestros amig@s en las sesiones y finalmente completar una tabla que contenía unas escalas de evaluación en la cual teníamos que evaluar cualitativamente el desarrollo de nuestro amig@ en los tres diferentes ámbitos, en los cuales se desarrollaba el programa.

Los ejes en los que me basé durante el desarrollo del programa fueron:

- ❖ Personalidad, socialización y autocuidado,
- ❖ Fortalecimiento en las habilidades de aprendizaje
- ❖ Apoyo en la formación integral

Las actividades planeadas y realizadas durante el desarrollo del programa fueron las siguientes:

- ❖ Actividades para fomentar la confianza
- ❖ Actividades de apoyo individual y personalizado.
- ❖ Actividades de sensibilización como:
 - Ubicando mi emoción
 - El diario de las emociones
 - Rincón de las emociones negativas
- ❖ Técnicas de relajación: “El cubito de hielo” “Autoconocimiento”
- ❖ Realizamos algunos juegos como:

▪ Memorama	Acertijos visuales
▪ Encuentra los objetos	Dominó
▪ Ajedrez	Acertijos
▪ Sopa de letras	Basta
▪ “Veó veó”	Completar frases
▪ Encuentra las palabras	Mundo al revés
▪ Ahorcado	Serpientes y escaleras

- ❖ Trabajamos sobre:

<ul style="list-style-type: none"> ▪ La autoestima ▪ El plato del buen comer ▪ Prevención de accidentes ▪ Salud bucal ▪ Fomento de valores ▪ Prevención del abuso sexual ▪ Estereotipos y roles de género. 	<ul style="list-style-type: none"> La educación emocional La jarra del buen beber Educación ambiental Derechos de los niños Tipos de familias que existen Autocuidado
---	---

- ❖ Actividades del fomento a la lectura, revisamos algunos cuentos como:

<ul style="list-style-type: none"> ▪ El “Hada fea” ▪ “Orejas de mariposa” ▪ “Caperucita Roja” 	<ul style="list-style-type: none"> “El niño que insultada demasiado” “Mercedes quiere ser bombera” “La princesa vestida con una bolsa de papel”
--	--

- ❖ Algunas poesías como:
 - “No creyó ser una rosa”,
 - Revisamos algunas fabulas de Esopo,
 - Analizamos frases y dichos populares
 - Revisamos la mitología griega
 - Las leyendas del ¿Por qué el sol nunca se ha casado?
 - Los Dioses del olimpo.

- ❖ Experimentos para la inducción a la ciencia, como:

<ul style="list-style-type: none"> ▪ Experimento de lampara de lava ▪ Slime ▪ Los dibujos cobran vida 	<ul style="list-style-type: none"> Sobre densidad y absorción ¿Cómo se destruyen los gérmenes? Agua viajera
--	--

- ❖ Manualidades en donde se reflejaba la creatividad y expresión:
 - En torno a algunas festividades de la época, como navidad, día del amor y la amistad, día del padre y de la madre.
 - Elaboramos un telescopio,
 - Dibujamos con gises, colores, y pinturas acrílicas.

- ❖ Actividades para el fomento a la expresión oral y escrita como:

<ul style="list-style-type: none"> ▪ Moldeando mi emoción ▪ Palabras con sentido 	<ul style="list-style-type: none"> Cambiamos el final Creamos una historia
--	--

- ❖ Actividades académicas:
 - Hábitos de estudio personalizados y apoyo a tareas
 - Familia de palabras
 - Porcentajes
 - Series numéricas
 - Elementos del universo
 - La infancia y la adolescencia

- ❖ Actividades deportivas
 - Retos físicos Yoga

- ❖ Elaboramos algunas recetas de cocina como:
 - Boneless BBQ Flan casero
 - Fruchetas de chocolate Pastel de zanahoria

- ❖ Actividades recreativas, iniciación artística, deportivas y culturales.

Dentro de las sesiones colectivas abordamos temas como:

- Ciberbullying,
- Isla de lecturas
- El día de la mujer
- Día Peraj
- Festival de la primavera
- Teselado
- Festival del día del niño y de la niña
- Juega ajedrez conmigo
- Salud bucal
- Datos interesantes
- Educación financiera
- “Artemáticas”
- Manos que hablan
- Despedida

Dentro del presente documento en la parte de anexos se encontrará un ejemplo de formato del mes de enero en donde se encuentran las cartas descriptivas que se realizaron para el trabajo binomial, además se encontraran evidencias de las sesiones durante el programa.

3.4 Descripción de las actividades realizadas

Sesiones individuales

Es necesario mencionar que fue durante una sesión colectiva en donde tuvimos la oportunidad de conocer a nuestro amig@ con quien íbamos a trabajar durante el desarrollo del programa “**UNAM-Peraj Adopta un Amig@**”, para ello contamos con unos minutos para conversar y presentarnos entre nosotras, dentro de nuestra conversación abordamos temas sobre nuestra edad, nuestros gustos, y *hobbies*.

Tiempo después, tuvimos nuestra primera sesión individual en donde realicé una ruleta en línea donde contenía más preguntas para acercarnos, conocernos mejor, y empezar a generar confianza entre nosotras, para que no se sintiera como una entrevista sino como un juego la ruleta contenía algunos retos físicos como saltos, abdominales, etc; que teníamos que realizar.

Desde esta sesión me percaté de que mi amiga era una persona que conserva mucha energía, le gustaba platicar y ser escuchada, al hablar sobre sus pasatiempos me comentó que le gustaba mucho dibujar y me mostró un cuaderno en donde contenía algunos dibujos que ella anteriormente había realizado, además de mostrarme algunos de sus juguetes favoritos; con ayuda de sus juguetes me surgió la idea de empezar nuestras actividades formando una historia, con el objetivo de que se creara un ambiente de confianza entre las dos, en el que pudiéramos platicar de forma natural y así ponernos de acuerdo para el desarrollo de la historia.

Opte por iniciar las sesiones platicando sobre nuestros días, esto con el fin de conocer en qué estado emocional se encontraba mi amiga, y si surgía alguna cuestión abordarla para que no afectase el desarrollo de las sesiones. Desde mi punto de vista, considero que fue una buena manera de empezar, ya que siempre me contaba algo nuevo, sobre la escuela y sobre su familia, de la misma manera yo también le platicaba acerca de mi día, hubo ocasiones en las cuales mi amiga me comentaba que estaba muy feliz o emocionada por algo en cuestión que más

tarde platicaba, pero también hubo ocasiones en las que me comentaba cuando le sucedía algo triste con el fin de expresarse y ser escuchada.

Acto seguido, continuábamos con algún juego, ya que mi amiga me platicaba que antes de conectarse al programa “**UNAM-Peraj adopta un amig@**” y tener nuestras tutorías en línea, ella procuraba realizar sus tareas y cuestiones académicas antes, por esta razón consideré que realizar algún juego también le ayudaría a despejarse de la escuela y disminuir el estrés que pudo tener momentos antes de empezar con las actividades planeadas e iniciar con una buena actitud y energía.

En relación con los juegos observé que mi amiga, poseía una buena habilidad visual, pues, no se le dificultaba realizar los juegos que consistían en encontrar objetos o de retos visuales, sus juegos favoritos eran los memoramas y armar rompecabezas, mi amiga tenía buena memoria para poder llevarlos a cabo; me comentó que usualmente armaba rompecabezas con su familia. Pude percibir en un principio que, si jugábamos y ella perdía en el juego, lo tomaba un poco personal y se sentía triste, pero hablamos y trabajamos sobre ello y no fue mucho el tiempo en el cual cambió esa actitud.

Tuvimos la oportunidad de realizar algunos juegos de manera virtual, como adivinanzas, buscar objetos, sopas de letras con algún tema que estábamos revisando, además de jugar ahorcado, basta, adivina las mentiras, completa las oraciones, adivina las palabras, esto con el fin de que mi amiga tuviera otras opciones de juegos, y que no todas las opciones que tuviera de juegos fuesen virtuales.

En torno a las actividades de sensibilización que realicé durante las sesiones, fueron:

“El manejo de las emociones”, en esta actividad elaboré una presentación en *Power Point* sobre las emociones y con ayuda de preguntas claves, vimos ejemplos, videos y canciones en donde lográbamos visualizarlas mejor.

“Ubicando mi emoción” esta actividad consistió en entregarle a mi amiga una silueta, pedía que cerrará los ojos, y que imaginara una situación en donde se sintiera feliz, triste, enojada, con miedo, etc., después le solicité a mi amiga que dibujara con un determinado color en la silueta, esto con el fin de que ella ubicara la importancia de la emoción que tenía en su cuerpo y cómo podría expresarla, me comentó que nunca le había tomado importancia a lo que los sentimientos le provocan en su cuerpo, ni sabía cómo reaccionaba su cuerpo en torno a ellos, además que cuando le solicité que pensara en algo que le diera temor, sus piernas empezaron a temblar y sintió un hueco en el estómago.

“Moldeando mi emoción” esta actividad la implementaba al final de alguna otra actividad, ya sea lectura de algún cuento, poema, algún corto animado o de algún tema en específico, esto con el objetivo de que mi amiga expresara lo que para ella había significado dicha actividad, ya que tenía que realizar alguna creación en torno a la emoción que sentía en ese momento.

“El diario de las emociones” esta actividad consistió en la creación de un diario, que decoramos de acuerdo a nuestros gustos, fue un espacio donde podíamos escribir las emociones que sentíamos a lo largo de nuestros días, el poder expresarnos ahí, escribir lo que sentíamos y la situación por la cual lo sentíamos, con el fin de tener un balance y revisar en que ocasiones de la semana actuamos de tal manera y por qué en otras actuábamos diferente, además de tener un control mensual sobre lo que nos llegaba a suceder y la manera en que nos percibíamos emocionalmente en nuestros días.

Logramos abordar el tema de las emociones y complementar con la ayuda de diversos recursos como videos, sonidos, etc., también tuvimos sesiones para abordar las emociones que se consideran negativas, en ellas elaboré una presentación en *Power Point* donde contenía algunas emociones negativas y el significado de ellas, pero también quise resaltar durante la presentación que todas la emociones están en nuestros días por algo, que son momentáneas, que puede que las logremos apreciar en un momento pero podemos manejarlas de una manera adecuada que no nos afecte y que no afecte a los demás.

Aunando a lo anterior, tuvimos la actividad “La ruleta del enojo”, en donde agregábamos opciones para expresar nuestro enojo de manera sana y que no nos afectara a nosotros ni a las personas que nos rodean, algunas de las opciones que pusimos fueron golpear una almohada, correr, hacer ejercicio, romper una hoja, dibujar, etc.; mi amiga me comentó que esta actividad le ayudó mucho a controlar sus enojos, ya que hubo veces que se sentía mal, recurría a la ruleta y de acuerdo a la actividad que le salía en la ruleta ella la hacía y poco a poco la sensación de enojo iba disminuyendo.

Finalmente, realicé unas técnicas de relajación, ya que mi amiga me comentó que llegó a sentirse frustrada durante estos tiempos, por la carga de trabajo que tenía por parte de la escuela, hicimos la técnica de “Cubito de hielo” en donde ella simulaba ser un cubo de hielo que al principio tenía que estar muy rígida, pero conforme iba narrando ella iba soltándose un poco hasta llegar a relajarse por completo, es además en donde podía expulsar las tensiones que podría tener y la cual me comentó que le agradó mucho y que la implementó con su familia.

En relación con el tema del autocuidado y prevención del abuso sexual en los niños, lo abordé primero mostrándole un video animado en donde una niña llamada Tere hablaba sobre el cuidado que se tiene que tener en relación con las partes privadas y qué hacer en caso de que alguien llegará a hacerla sentir incomoda sobre ellas, además de la importancia de tener personas de confianza a quienes les puede platicar sobre estos temas, o sobre sus cosas personales con el fin de contar con una persona que le genere confianza y a quien pueda acudir en ocasiones de peligro. Posteriormente implementé una técnica de sensibilización que es denominada “De autocuidado”, en ella tenía que recorrer todo su cuerpo con sus manos, desde el cabello hasta la punta de los pies, me dijo que al principio de la narración sintió raro, ya que eran pocas veces que llegaba a tocar su cuerpo y no estaba consiente de sentirlo.

Un tema importante que considero abordar durante esta etapa es la autoestima, que es en conclusión la apreciación y valoración que tenemos sobre nosotros mismos, mi amiga me comentó que en la escuela sufría de *bullying*, esto debido a

que su estatura se encuentra por debajo del promedio a su edad, me comentó que en una ocasión esto le generó un conflicto con una compañera, la discusión terminó arreglándose con palabras, pero que esos tipos de comentarios, si le afectaban, para abordarlos propuse algunos cuentos como: “El hada fea” que tuvo la finalidad de enseñar a aceptarnos tal como somos y a valorarnos no por lo superficial, sino por otros aspectos como la personalidad, las habilidades que poseemos y las aptitudes con las cuales nos enfrentamos a la vida.

“Orejas de mariposa” este cuento se trata de cómo una niña respondía de una manera creativa a los insultos o los comentarios negativos que le mencionaban respecto a su cuerpo, en conclusión considero que la lectura de estos cuentos ayudaron en el tema, en ellos pudimos identificar que las apariencias de las personas no deben influir en lo que valen como personas, que los comentarios de otros sobre nuestros cuerpos no nos tienen porque afectar, e incluso podemos llegar a tomar como chiste su comentario, pero que no debemos creerlos. A mi amiga le agradaron mucho e incluso me comentó que ser de baja estatura podía ayudarle a realizar algunas cosas que las personas altas se les podría llegar a complicar.

Tratamos el tema de los estereotipos y roles de género teniendo como ejemplo las películas de “Valiente” y de “Zootopia” ambas de Disney; en la primera película hablamos sobre el papel de la protagonista, la princesa llamada Mérida, que busca ser libre de poder elegir y tomar sus propias decisiones y de no casarse como tenían contemplado sus padres en un principio, así como las diferencias en comparación con otras películas de princesas, quienes tenían que seguir los mandatos que se les había ordenado. La segunda película que trata sobre una conejita que desde pequeña había soñado con ser policía y pese a su baja estatura, burlas y obstáculos que enfrenta logra cumplirlo, sin embargo, durante el proceso todos los demás animales la valoran menos y ella les demuestra a todos al final que es una buena policía quien logra resolver un caso importante y salvar a otros animales.

Mi amiga me comento que estaba muy familiarizada con esta cuestión, ya que ella cuando iba a la escuela tenía más amigos que amigas, le gustaba jugar al futbol o practicar el boxeo y que muchas amigas de su clase lo veían mal y a veces se sentía mal por ello, pero que después comprendió que no está mal realizar las cosas que le gustan y que no tiene que existir discriminación por querer hacerlas.

Además, para seguir abordando el tema trabajamos con el cuento de “Mercedes quiere ser bombera” donde la protagonista tiene el sueño de ser bombera, sin embargo, sus compañeros de clase se ríen de ella, ya que es mujer y piensan que ser bombera no es una opción para las mujeres, este cuento habla sobre cómo se determina a las personas por su género, jugar de acuerdo con el rol que se nos impuso desde pequeños como decir que el azul es de los niños y el rosa es de las niñas, este cuento, nos ayudó a visualizar que podemos olvidar estas diferencias aprendidas.

“La Princesa vestida con una bolsa de papel” en esta historia, los papeles respecto a las historias clásicas cambian, pues ahora la princesa es quien debe salvar al príncipe, durante el cuento nos narran algunas dificultades que la princesa tuvo que pasar, debido a un incendio en su castillo, por lo cual debe vestirse con una bolsa de papel, al final sí llega a rescatar al príncipe, pero este se enoja con ella porque la ve vestida con la bolsa de papel y justo esto le ayuda a entender que a veces nos guiamos con los aspectos o apariencias de las personas pero lo que realmente importa es la valentía, el valor y determinación que poseemos.

Terminando la lectura de los cuentos teníamos un espacio en donde podíamos conversar sobre ellos, principalmente yo tenía preparado algunas preguntas clave para poder planteárselas a mi amiga e investigar su punto de vista sobre algunas cuestiones que aparecían en los cuentos y trabajarlos.

Para tratar el tema del plato del buen comer y la jarra del buen beber, realicé una presentación en *Power Point*, además busqué algunos juegos virtuales en donde mi amiga podía reforzar los conocimientos previos, como agrupar a los alimentos de acuerdo con su clasificación, en la jarra del buen beber ella tenía que clasificar la jarra de acuerdo con las opciones, además pudimos realizar un nutrigrama que

es básicamente un crucigrama, pero con elementos sobre nutrimentos. En relación al tema, realizamos algunas recetas de cocina como *Boneless BBQ*, flan casero, fruchetas de chocolate y un pastel de zanahoria, quiero resaltar que mi amiga sugirió la elaboración del último, por lo cual ella estuvo a cargo de la creación del pastel de zanahoria durante la sesión, a ella le gustó mucho el poder cocinar y para su edad ella ya realiza algunos platillos, me comentó que le gustaron mucho todas las recetas que elaboramos y que se sintió muy feliz de poder enseñarme el pastel de zanahoria.

Posteriormente de hablar sobre la importancia de comer saludablemente, quise resaltar la importancia del cuidado de la salud bucal, para ello, realizamos un experimento con ayuda de agua de jamaica y del cepillo de dientes, el experimento consistió en comer unas galletas de chocolate y lavarnos los dientes al terminar, después de habernos realizado el lavado de dientes, teníamos que tomar un poco de agua de jamaica sin azúcar, mantenerla unos segundos dentro de nuestra boca, después arrojarla; este sencillo experimento nos ayudó a identificar como debe ser un correcto lavado de dientes, lo cual sorprendió mucho a mi amiga ya que observó los lugares en que le fallaba su cepillado.

Además de la importancia de la salud bucal, le comenté a mi amiga sobre la importancia de tener una buena condición física, para ello tuvimos sesiones en donde practicamos yoga y en donde mi amiga tenía que realizar algunos retos físicos con ayuda de algunos materiales como vasos desechables, una pelota, cuerdas y rollos de papel higiénico, que tenían como fin mejorar la coordinación, la agilidad, la destreza motriz y concentración en cada una de las actividades físicas realizadas.

Para poder abordar el tema de la familia, le solicité a mi amiga que dibujara a su familia, le mencioné que si tenía mascotas podría dibujarlas también, igualmente yo hice el mismo dibujo, tiempo seguido las dos los presentamos, además de hablar sobre quiénes eran, cuántos años tenían y a qué se dedicaban, hablamos también sobre cómo eran, sus gustos o pasatiempos que tenía cada integrante de la familia y la relación que teníamos con cada uno de ellos. Mi amiga me comentó

que su mamá es maestra y su papá es mecánico, su hermano era dos años mayor que ella pero que solían discutir algunas veces, me dijo que con quien tenía una buena relación era con su papá, además tenían tres mascotas dos perritos y una tortuga.

Tiempo después le comenté lo que era una familia, hablamos sobre los diferentes tipos de familia que existen y por qué este tipo de familias eran como las nuestras, es decir que, aunque estuvieran integrados por diversas personas, que hubiera dos mamás, dos papás, etc., no deberían sufrir algún rechazo o burla por parte de nadie ni por la sociedad.

Existió una interrelación de los temas de los derechos de los niños y con los valores, para ello implemente unas dinámicas la primera fue realizar una presentación en *Power Point* para ejemplificar el tema, además incluí durante la presentación algunos cortos en donde se apreciaban mejor estos valores y derechos que tienen los niños, en torno a ellos, mi amiga me enseñó un corto que estaba relacionado con la empatía, ya que el corto se trataba de un niño que no podía caminar y por ende no podía realizar algunas actividades que realizaban los demás niños, por ello muchos niños se unieron y pensaron en diferentes actividades divertidas en donde se podría incluir el niño que contaba con la discapacidad, de la misma manera revisamos el cuento de “El niño que insultaba demasiado” este cuento ejemplificó la importancia de ser amable y de ser tolerante con las demás personas, además de tener un respeto hacia todas las personas.

Tuvimos la oportunidad de elaborar nuestro propio cuento, esta actividad tuvo como objetivo que mi amiga usara su creatividad para realizar un cuento en donde se reflejaran 5 valores, los que ella eligiera, además de que ella tuvo que explicar de qué trataba su cuento e ilustrarlo, finalizamos el tema con una actividad de relación de columnas, en donde una columna contenía los nombres de los valores y de la otra columna las definiciones.

Para trabajar con el fomento a la lectura, indague sobre los géneros favoritos de mi amiga y con base en ellos realizamos algunas lecturas del autor Edgar Allan Poe, quien es su escritor favorito, tuvo también el gusto y la curiosidad por

conocer más acerca de la mitología griega, la cual además de revisar las lecturas, vimos algunos videos en donde complementaban los datos de los personajes en la mitología griega, hablamos también sobre las leyendas que existen. Revisamos unas poesías como “No creyó ser una rosa” que tenía el objetivo de propiciar la construcción de la imagen propia, estimular la identidad y sentimientos de aceptación y autoestima.

Realicé un juego en donde teníamos que elegir un número y dependiendo del número que hayamos elegido, teníamos que revisar una fábula, o un dicho popular, en relación con ello hablar sobre la moraleja, o sobre el mensaje que quería transmitir dicho refrán o dicho popular. Con el objetivo de conocer su comprensión lectora, realicé una actividad con ayuda de una tabla que contenía diversas palabras, algunas mal escritas, la actividad consistió en que mi amiga tenía que identificar y subrayar las que estaban mal escritas, después comprobamos las que había subrayado, destacando la importancia de leer bien, a tiempo y comprender lo que estamos leyendo.

De la misma manera, realicé algunas actividades para que mi amiga expresara su creatividad, entre ellas fueron algunas manualidades en relación con algunas festividades como: en navidad, en donde creamos unas esferas de muñecos de nieve, un reno y un árbol navideño, con ellas pudimos generar más confianza, ya que durante la realización de las actividades podíamos usar el tiempo para conversar de temas personales como nuestros gustos, nuestros temores, lo que nos gustaba, es por ello que resultaba importante, pues, cada momento era esencial para poder conocerla e ir construyendo entre nosotras la confianza. Así mismo hicimos algunas manualidades para el día de la madre, del padre, del día del amor y la amistad, como; unas rosas, un porta-retratos, poemas, caracoles mensajeros. Quiero resaltar que, en este punto, yo le daba las instrucciones para poder realizar dichas manualidades, pero mi amiga siempre me preguntaba al final si podría agregar más cosas a las manualidades para darles su toque personal.

Logré percatarme que mi amiga está consciente de que aunque las personas sean diferentes o tengan alguna condición física diferente son personas y merecen el

mismo trato, y respeto, mi amiga me platicó y mostró un corto que hablaba sobre la discriminación y el apoyo el cual revisamos; hubo una actividad para trabajar en relación al poema *“No creyó ser una rosa”* de la autora Marisa Santamaria, la cual era *“Moldeando mi emoción”* que tuvo como objetivo que mi amiga expresara por medio de la plastilina algún sentimiento que le produjo la poesía y ella puso una rosa y la palabra orgullo, refiriéndose a que la rosa debe de estar orgullosa de ser quien es y no quien aparenta ser.

Mi amiga me comentó que le gustaba mucho investigar sobre el universo, y por ello aborde dinámicas en donde aprendimos más sobre él, las constelaciones, los planetas; con ayuda de algunos juegos, actividades, sopa de letras, imágenes, videos, identificar la frase errónea; vimos algunos mitos y leyendas, como la de *“¿Por qué el Sol nunca se ha casado?”*, además realizamos un telescopio manual, pero primero abordamos lo que era un telescopio, las partes del telescopio, cómo funcionaba y finalmente lo decoramos a nuestro gusto.

Realizamos algunas pinturas con diferentes técnicas y materiales como gises, colores, pinturas acrílicas, crayolas, etc., estas pinturas a veces eran de acuerdo con algún tema en específico, pero también hubo ocasiones en donde ella tuvo la oportunidad de crear y expresar lo que quería.

En relación con las actividades para el fomento a la expresión oral y escrita, aparte de poder realizar dibujos con plastilina, elaboramos otras actividades como revisar cuentos, en donde nosotras teníamos la oportunidad de cambiarles el final, además los ilustrábamos, o cambiábamos el papel de los protagonistas, y creábamos una nueva historia, además de que tuvimos la oportunidad de crear historias en torno a algún tema, por ejemplo, sobre los valores, en donde los representábamos y hablamos sobre nuestros sueños, nuestros miedos, etc., esto con el fin de expresarnos y de poder desarrollar nuestras habilidades de creatividad, organización, planeación.

Otro aspecto que tomé en cuenta fue sobre *“la prevención de accidentes”*, durante nuestra capacitación se nos brindó un espacio para abordar el tema de los accidentes y cómo actuar con relación a ellos, es por ello que quise abordar con

mi amiga sobre este tema; como sabemos, México es un país el cual está expuesto a presentar algunos desastres naturales como: terremotos, sismos, inundaciones, etc., por esta razón era importante conocer cómo podemos actuar en relación a ello, para esta sesión preparé una presentación en *Power Point*, en donde hablé sobre los diferentes desastres naturales y accidentes que podemos sufrir en nuestra casa, con la ayuda de un video ejemplificamos dicho tema, indagué sobre juegos en línea basados en este tema, para ello se colocaban diferentes cuartos de una casa en donde nosotras tuvimos que identificar los objetos que nos ponían en peligro, para pasar de nivel teníamos que completar todos los casos en los cuales podíamos estar en riesgo.

“Identifiquemos las medidas de seguridad correctas”, esta actividad consistió con ayuda de una tabla en donde estaban 15 oraciones, las cuales ella tuvo que clasificar / si consideraba que se trataba de una medida de seguridad y con una x si creía que era una medida inconveniente. De la misma manera, le mostré una imagen de una ciudad en donde había personas, locales, tiendas, animales, había un parque, etc., el objetivo era que identificara a las personas que se encontraban en riesgo y las situaciones donde estaban expuestos a sufrir algún tipo de accidente.

Finalmente concluimos esta sesión con la creación de una “tabla de verificación de riesgos”, para esta actividad le solicité a mi amiga que diera un recorrido por su casa para identificar los objetos, lugares de riesgos y una vez que los localizó, los tuvo que colocar en la tabla, así como dar una solución a lo que podría hacer para no exponerse en riesgo de sufrir algún tipo de accidente.

Para abordar el tema de la educación ambiental, hablamos sobre la situación en la que actualmente se encuentra el mundo y los problemas ambientales que existen, como: la contaminación, el daño a la capa de ozono, etc., y hablamos sobre nuestro lugar en el mundo y qué acciones podríamos realizar para ayudar a mejorar la situación de dichos problemas, por ejemplo, la importancia de reciclar y crear nuevas cosas reutilizando, cuidar el agua, no tirar basura en la calle,

hablamos también de cómo reciclar la ropa, de reutilizar el agua y no desperdiciarla.

Realizamos carteles con el objetivo de que la gente cuide el agua, la reutilice y no la desperdicie. Creamos algunas manualidades con material reciclado, elaboramos un bebedero de agua para pajarillos, una oruga, y creamos un cuadro artístico elaborado solo con basura, cascara de fruta, etc.

Una forma que consideré llamativa para que mi amiga tuviera un acercamiento a la ciencia, fue la realización de diversos experimentos en los cuales se encontraron; el experimento de lámpara de lava que realizamos con la ayuda de materiales como aceite, agua, colorante vegetal, una pastilla efervescente y con la ayuda del *flash* de un teléfono celular; realizamos también un *slime* con la ayuda de pegamento y colorante.

Para ejemplificar y abordar el tema de la densidad y la absorción, realizamos unos experimentos, el primer experimento consistió con la ayuda de dos vasos con agua, en uno agregamos unas cucharadas de sal y en el otro no, tiempo seguido agregábamos un huevo en cada vaso, pudimos notar que en donde había sal el huevo flotaba a la superficie y explique por qué ocurrió esto, asimismo para ejemplificar el tema de la absorción, en el experimento tuvimos que utilizar palillos de madera en donde teníamos que romper los palillos a la mitad sin despegarlos completamente uno del otro, con ellos formamos la figura de una estrella, tiempo seguido le agregábamos agua y notamos como se iban juntando poco a poco y al finalizar observamos que nuestra estrella creció.

Con respecto al tema de los gérmenes y ejemplificar sobre cómo el jabón actúa sobre ellos y los elimina, hicimos un experimento en donde mi amiga tuvo que agregar en un plato un poco de agua, después agregarle pimienta molida, luego agregar un poco de jabón en uno de nuestros dedos y sumergirlo, pudimos notar como se alejaron de nuestro dedo. También tuvimos la oportunidad de divertirnos con los experimentos que realizamos, por ejemplo, la creación de dibujos que cobraban vida, este experimento consistió con ayuda de un plumín y una cuchara en donde tenía la finalidad de observar cómo nuestros dibujos se movían con

ayuda de agua, además de que tuvimos la oportunidad de observar con la ayuda de toallitas de cocina, y colorante como el agua viajaba a través de ellos pintándolos con colores del arcoíris.

En torno a lo académico, durante el desarrollo del programa hubo sesiones en las cuales le ayudé a mi amiga a realizar los deberes que se le dificultaban y contestar dudas sobre algunos temas, le compartí algunas técnicas de estudio, para recordar las cosas con mayor facilidad, revisamos el tema de los campos semánticos, la cual fue una sesión completa para abordar este tema, en la sesión había diversas actividades a realizar, primero contestar un cuestionario sobre los campos semánticos, además una actividad en donde tuvo que encerrar en círculos algunas palabras que no correspondían a los campos semánticos presentados, finalmente con la ayuda de sopas de letras tuvo que completar algunas frases.

Con relación al tema de porcentaje, mi amiga me comentó que tenía algunas dificultades para comprender dichos contenidos, por el cual preparé una presentación en donde le expliqué el tema y le coloqué ejercicios para reforzar sus conocimientos. Otro contenido que repasamos fueron las series numéricas, para abordarlas realicé una presentación además que busqué ejercicios en donde ella podía practicar más entorno a ello en donde estaban las imágenes de unos cuadrados, triángulos y círculos que eran de colores, el objetivo era en que ella tuvo que contestar y dibujar cuales eran los dibujos siguientes para seguir con la secuencia, además de utilizar figuras geométricas, también utilizamos algunos números en donde se ponían de acuerdo a diferentes secuencias que nos presentaban y de la misma forma ella tenía que agregar los números que seguían para poder seguir con la secuencia.

Como mencioné anteriormente, revisamos el tema del universo y los elementos que lo componen, para ello con ayuda de algunas actividades virtuales en donde mi amiga tuvo que contestar algunas preguntas sobre el universo, los planetas, identificar ¿cuál planeta era más grande que otro?, ¿cuál está más cerca al sol?, etc. El último contenido académico que abordamos fue sobre la infancia y la adolescencia, para ello, con la ayuda de algunas fotos de nosotras de la infancia,

hablamos y comentamos como éramos física y personalmente, cuales eran nuestros gustos y como fueron cambiando a medida que íbamos creciendo, de la misma manera hablamos sobre los cambios físicos que percibíamos, y nos enfocábamos en los cambios físicos, biológicos por los cuales todos pasábamos.

Sesiones Colectivas

Con respecto a las sesiones colectivas, fueron realizadas con nuestro equipo que estaban a cargo de nuestros coordinadores Karen y David, llamado “Lyra”, incluyendo a participantes de otros equipos, en las sesiones abordamos diferentes temas como por ejemplo el ciberbullying, al inicio de esta sesión nos dividimos en salas, la sesión empezó preguntando a los niños sobre el ciberbullying, escuchamos sus respuestas, las complementamos y reforzamos el tema con la ayuda de un video interactivo, se analizaron diferentes situaciones en donde se presentaban estas conductas y en las cuales tuvimos que compartir opciones para resolverlas de una manera acertada; finalmente, con plastilina o dibujos, los participantes del programa tuvieron que plasmar lo que sentían respecto al tema.

Posteriormente, tuvimos una sesión de islas de lectura en donde se logró conocer e identificar los sentimientos o miedos que provocan realizar cosas por primera vez en nuestros amigos, e identificar lo que es la discriminación y las soluciones que se les podría dar a ellos. Esta sesión comenzó preguntando a nuestros amigos el sentimiento que les producía el realizar las cosas por primera vez o sentirse raros en algunas situaciones incómodas, se leyó un cuento entorno a ello, se hizo una plenaria acerca del cuento, compartimos igualmente situaciones en las cuales nos haya producido sentimientos extraños, enseguida se leyó otro cuento acerca de una zarigüeya en un lugar nuevo y se volvió a realizar una plenaria acerca del cuento. Finalmente concluimos la sesión jugando entre equipos serpientes y escaleras.

En otra sesión colectiva, hablamos sobre el día 8 de marzo, analizamos el porqué era un día importante, así mismo realizamos un homenaje a las mujeres y les explicamos a nuestros amigos, como inició la celebración del día de la mujer, de la misma forma conocimos a mujeres representativas y aportes que tuvieron para el

mundo. Se inició la sesión preguntando a nuestros amigos si alguien alguna vez se habían sentido discriminadas o discriminados por ser de un determinado género o que este les haya impedido hacer algo, en relación con ello se platicó también sobre el feminismo, se abordaron algunas cuestiones en torno a la película de Disney “Frozen”, principalmente lo que representan los personajes de la película.

Existió una actividad nombrada “Mujeres más representativas” en esta actividad se expuso sobre la relevancia de algunas mujeres representativas que forman parte de nuestra historia, revisamos las aportaciones y analizamos como sus aportaciones ayudaron al mundo. Para terminar con la sesión colectiva se dividió al grupo en dos equipos y jugamos gato, pero tenía una regla que consistía en contestar acertadamente las preguntas sobre los temas vistos en la sesión.

Una vez terminando la sesión colectiva comenté más sobre el tema con mi amiga, le pregunté si le había gustado la sesión, si sabía lo que se celebraba y por qué surgía la celebración del 8 de marzo, hablamos sobre las mujeres importantes en el mundo y platicamos sobre qué habría pasado con nuestra historia si ellas no hubieran ayudado con sus aportes al mundo y concluimos la sesión hablando sobre las mujeres importantes de nuestras vidas.

Asimismo, tuvimos otra sesión colectiva para celebrar el día Peraj donde jugamos, nos divertimos y aprendimos más sobre los animales, los ecosistemas, adivinamos personajes de películas, revisamos algunos videos de las sedes donde se implementa actualmente el programa “**UNAM Peraj Adopta un amigo**”. Empezamos con la primera sala, en la cual se presentaron primero los coordinadores que integran las demás sedes, por otra parte, jugamos a la ruleta de la diversión, en la cual tuvimos que realizar actividades físicas, como abdominales, lagartijas y brincos.

En nuestra segunda sala, estuvimos indagando más sobre la selva y la costa, por medio del video que nos mostraron logramos aprender sobre el comportamiento de los animales que habitan esos lugares. Durante todas las actividades realizadas en las diferentes salas noté a mi amiga feliz y comprometida

participando en las actividades que se realizaron, fue buena adivinando, obtuvo muchos puntos en nuestro equipo, acerca del video que se proyectó, me dijo que le agradó conocer a más integrantes del programa, concluyó mencionando que se sentía feliz de formar parte de este programa.

Realizamos nuestro festival de la primavera, en donde logramos identificar a algunos animales por medio de sonidos, elaboramos un dibujo musical en el cual nos mostraron una página en donde realizamos un dibujo de estilo libre y al finalizarlo los trazos producían diferentes sonidos musicales, revisamos un cuento acerca de la primavera y qué efectos tendría en el mundo si desapareciera.

Con la primera actividad pude notar a mi amiga y a los demás amigos sorprendidos y alegres, porque pudieron imaginarse a los animales gracias a los sonidos, así como el experimentar estar en algún lugar relajados escuchando la música. Respecto a mi punto de vista, me gustó el tener la oportunidad de dibujar y que los trazos tuvieran sonidos al final, el cuento fue interactivo ya que los coordinadores nos pedían dar una continuidad al cuento y así formamos parte de la historia que se estaban contando y creando, finalizamos con videos sobre la primavera y la explicación de las diferentes estaciones del año, sus características que tiene cada una, lo importante de todas las actividades que realizamos fue el mensaje de estar conscientes del cuidado del medio ambiente y aprender sobre nuevas formas para poder cuidar de él como es: reciclar, cuidar el agua, reutilizar, hacer compostas, sembrar y cuidar a la naturaleza.

Cabe agregar, que tuvimos una sesión de teselado como una estrategia para el desarrollo del pensamiento geométrico y espacial de los amigos, trabajar estos temas ayudaron a fomentar la creatividad, mejorar la percepción figura-fondo, la coordinación viso-motriz y la memoria visual. Empezamos conversando sobre lo que era el teselado, es importante señalar que esta sesión estuvo a cargo de un colega Matemático quien nos habló sobre el tema, nos mostró algunos ejemplos de ellos y también nos enseñó un programa en el cual nosotros tuvimos la oportunidad de realizar nuestros propios teselados en 3D.

Finalmente, concluimos las sesiones colectivas con nuestro festival del día del niño y de la niña, donde tuvimos la oportunidad de jugar a 100 amiguitos dijeron, “Simón dice”, adivina el personaje, tuvimos un maratón Peraj y para cerrar nuestra sesión tuvimos como invitado especial al mago Nico que nos sorprendió con algunos trucos de magia. Cabe señalar que hablamos sobre el juego de ajedrez, revisamos el tema de la salud bucal, se compartieron algunos datos interesantes con el fin de poder ayudar y despertar la curiosidad en los amigos, de la misma manera abordamos el tema de la educación financiera para comprender el valor del dinero y la importancia del ahorro desde las primeras etapas de nuestra vida.

3.5 Resultados de la intervención tutorial

De acuerdo con lo establecido en el plan de trabajo y en las actividades planteadas que realicé con mi amiga durante el desarrollo del programa “**UNAM-Peraj adopta un amig@**”, puedo mencionar que se obtuvieron buenos resultados, puesto que mi amiga participaba alegremente en todas las actividades que realizamos juntas, además que me expresaba con sinceridad lo que las actividades le habían parecido, así como la enseñanza o el aprendizaje que obtuvo en cada una de ellas.

Una parte fundamental que quiero resaltar fue que, durante el desarrollo del programa logramos establecer desde un principio una buena comunicación y confianza, lo que se vio reflejado en el proceso y en los resultados obtenidos.

Durante el desarrollo del programa logré apreciar algunos cambios en mi amiga como: ser más sociable, más participativa, más atenta, ya que, al principio de las sesiones colectivas, observé que se le dificultaba el participar y dar su opinión enfrente de las demás personas, tema que fuimos trabajamos y tuvo un impacto positivo, pues en las actividades que se realizaban y las dinámicas que tenían cada una de ellas, lograba participar activamente.

Mi amiga siempre fue responsable en la escuela y a los deberes de la casa, por esta cuestión no significó un problema el ámbito escolar, sin embargo, surgieron

durante las tutorías algunas dudas en relación con temas académicos los cuales revisábamos y lográbamos resolver.

La parte fundamental de mi intervención con mi amiga fue la necesidad de escucha, al principio noté que a mi amiga le gustaba mucho platicar y ser escuchada, pero por algunos motivos no podía expresarlo tan fácilmente, por eso propuse que al iniciar cada sesión le preguntara cómo le había ido en el transcurso de ese día y me comentaba muy sobre ello, o simplemente me decía: “tutora, ¿qué cree?, hoy me paso esto... hoy me paso aquello y me siento muy feliz” o en algunas ocasiones: “me siento triste.” Además de escucharla en todo momento, principalmente en momentos tristes, yo le preguntaba ¿qué le pasaba?, si podía ayudarla en algo, o simplemente darle algún consejo, o bien felicitarla por algún logro escolar o personal que hubiera tenido.

Mi amiga practicaba mucho el deporte, en especial el box, siempre que aprendía algo nuevo, ella orgullosamente me lo enseñaba, así me logró comentar sobre sus días, su familia, sus mascotas, sus gustos, considero que en mí logró encontrar una buena amiga que estaba ahí para escucharla y apoyarla en los momentos que necesitaba, considero que las dos nos volvimos confidentes la una de la otra, ya que entre nosotras podíamos expresarnos sin mayor problema sobre algún tema y tuvimos la confianza de contarnos todo.

Durante la entrevista realizada a mi amiga, me comentó que era muy enojona, por lo cual le causaba conflictos no saber controlar esta emoción y por ello estuvimos realizando a lo largo del programa actividades relacionadas a la educación emocional, juntas elaboramos una ruleta en la cual pusimos opciones de qué hacer si ella se llegaba a sentir enojada, para lograr expresar esa emoción.

Mi amiga fue siempre muy creativa, en todas las manualidades que llegábamos a realizar, ella encontraba nuevas maneras para poder mejorarlas o decorarlas, lo cual facilitaba mucho la manera en hacerlas e inclusive propuso a lo largo del programa algunas actividades para que pudiéramos realizarlas, de la misma manera me enseñaba algunos videos de recetas de cocina que le gustaría elaborar y que se dio la oportunidad de crear. En torno a las actividades realizadas

durante el programa mi amiga mostró una actitud y entusiasmo por realizarlas, jamás existió algún comentario negativo acerca de ellas.

Al final de las sesiones siempre preguntaba cómo le parecían, si le gustaban o, si había algo que no le gustó o que se le complicó y con base en ello, pude crear nuevas formas o planificar diversos temas durante el programa. Un cambio que logré apreciar mucho en mi amiga también fue en el tema de su autoestima, mi amiga y su tutor me contaron en las entrevistas que en su escuela ella sufría *bullying*, es por ello por lo que incluí en la planeación algunas dinámicas para poder abordar este tema, el resultado considero que fue bueno, ya que comprendió que no importa lo que las personas puedan llegar a pensar, decir o juzgar, sino que tiene que hacer caso omiso de estos comentarios negativos, debe de quererse y aceptarse como es, para lograr esto también le ponía ejemplos o revisábamos algún cuento en donde ella podía notar la importancia de amarse como es y apreciar las habilidades que posee y ser conscientes de ellas.

Ella se ponía feliz al poder finalizar alguna actividad o algunos retos que le propuse durante el desarrollo del programa para mejorar su habilidad visual, o concentración, fomentar y expresar su creatividad, y en cada actividad realizada siempre iba con su familia felizmente a mostrarle lo que habíamos realizado durante las sesiones.

Con relación a los experimentos que realizamos, ella siempre se notaba con mucho asombro al hacerlos, hacía hipótesis del por qué salía un resultado u otro, después de que ella me comentaba qué podría ser, yo le daba una breve explicación sobre ello o la felicitaba si llegaba a acertar. Ella se mostró feliz y asombrada con los experimentos que realizábamos, sin embargo, existió un experimento que no salió como esperaba y por ende tuvimos que practicarlo y realizarlo varias veces en esta ocasión recuerdo a mi amiga decir:” que a veces las cosas no salen a la primera pero que si de verdad queríamos hacerlo teníamos que trabajar e intentarlo hasta que nos saliera el resultado que nosotros buscamos”.

Durante el desarrollo del programa hubo sesiones en que se me dificultó el control del tiempo, puesto que a veces platicábamos sobre algún tema, nos enfocábamos en ello y tiempo después regresábamos a nuestras actividades planeadas y no lográbamos terminar a tiempo, pero en este sentido siempre le pregunté a ella y a sus papás si existía algún problema de pasarnos del tiempo previsto y terminar con nuestras actividades planeadas, de no existirlo seguíamos hasta poder terminarlas.

3.6 Valoración crítica de las actividades realizadas

El contexto en el cual me encontraba al iniciar el programa, era con una amiga tímida, con dificultad para participar en sesiones colectivas; el entorno académico en el que estaba inmersa era bueno, ya que era responsable con sus actividades escolares; el contexto familiar fue diferente, por ejemplo, pude notar en mi amiga algunas cuestiones familiares en torno a las relaciones con su hermano y su mamá, estas cuestiones dieron pie para que más adelante se planearan actividades en torno a este tema, además sirvieron para identificar algunas necesidades, como la de escucha, apoyo, entre otras.

Los apartados que realicé con anterioridad tuvieron el objetivo de describir las actividades que planeé, diseñe y ejecuté durante mi trabajo el programa de tutorías **“UNAM-Peraj Adopta un Amig@”**, así como los resultados que obtuve de mi participación dentro de él.

Ahora bien, en este apartado me enfocaré en realizar una valoración crítica acerca de las actividades que llevé a cabo. Como primer punto, quiero resaltar que todas las actividades fueron diseñadas y adecuadas de acuerdo con la edad y en las necesidades que pude identificar de mi amiga.

Si bien la mayoría de las actividades que llevé a cabo lograron su objetivo, hubo algunas actividades que tuvieron que ser modificadas, por ejemplo, la actividad de la creación del *slime*, en dicha actividad, el resultado final fue diferente al esperado debido a los materiales que se utilizaron.

Desde mi formación como pedagoga, considero que las actividades planteadas se acoplaron con el plan de trabajo, fueron acordes a los objetivos que quería alcanzar y se vieron reflejadas en el diseño, el desarrollo y la implementación de ellos, en las cartas descriptivas que redacté mes con mes. Para su elaboración tuve que ejecutar primero una detección de necesidades, para que, a partir de ahí pudiera crear un plan de trabajo con los temas que se abordarían de acuerdo con los resultados, realicé una investigación acerca de los temas necesarios, elaboré ejercicios que apoyaron a su explicación, así recurrir a recursos como videos de reforzamiento, juegos y otras actividades planteadas. Aporté, creando nuevos materiales didácticos para ejemplificar los temas que revisamos.

Estas fueron algunas de las enseñanzas que me brindaron a lo largo de la carrera, además de suma importancia tener en claro a la persona con la que vamos a trabajar y las características que cuenta, además de adecuar el lenguaje para ello, por ejemplo, no podemos hablar de logaritmos a un niño que aún no conoce y no cuenta con los conocimientos necesarios para tratarlos, primero tendremos que investigar los conocimientos con los que cuenta y una vez teniéndolos poder impartir al tema que queremos dar. Esto mencionando los procesos de enseñanza y de aprendizaje que logramos visualizar en la carrera.

El aprendizaje que tuve a lo largo de la carrera me brindó las herramientas necesarias para realizar una detección de necesidades y conocer sobre la persona que vamos a trabajar, como conocer sus características, la forma y el lenguaje adecuado, por ejemplo no podemos hablar de multiplicaciones a un niño que aún no las conoce ya que no cuenta con los conocimientos previos necesarios para entenderlos por ejemplo no sabe realizar sumas de forma correcta, esto haciendo mención en los temas que hemos revisado, primero realizaba una investigación de lo que conoce y domina para poder impartir sobre los temas siguientes.

Un punto que quiero resaltar es que desde la educación humanista que se me brindó a lo largo de mi formación, entendí que se tiene una gran responsabilidad con el otro, en este caso con mi amiga, es importante saber que se trata de una persona, no de un robot, ya que cuenta con sentimientos, emociones., intereses e

inquietudes. A lo largo de mi intervención de tutorías, esto estuvo siempre presente.

El pensar en el otro, en mi caso, me hace estar consciente de la responsabilidad que se tiene, en la preparación y el esfuerzo que se tiene que brindar para que se cumpla con lo que se quiere realizar, para mí dar un apoyo y brindar un acompañamiento a mi amiga. En efecto, la teoría humanista que revisamos en las clases de Teoría del aprendizaje menciona al docente como este facilitador que guía, que es flexible y autentico, que va a rechazar las posturas autoritarias, ya que acepta y comprende a los alumnos y logra fomenta el aprendizaje de una manera creativa.

Además, todo el trabajo no hubiera sido posible sin las materias base que retomé de mi formación como pedagoga, todas han sido muy importantes en la práctica, por ejemplo sin las materias de investigación no hubiera sido posible llevar a cabo las temáticas que abordé , didáctica, en las cuales revisé algunas técnicas y dinámicas para llevar a cabo el desarrollo de diversos temas, conocer el momento en que está mi amiga para observar qué necesidades e inquietudes tiene de acuerdo a la edad en la que se encuentra gracias a la psicología y al desarrollo humano, a la orientación educativa.

Estudiar las teorías educativas logró ampliar mi panorama en el campo de las concepciones y en los papeles que tienen cada una de ellas, podría, por ejemplo, especificar que en la teoría cognoscitiva, el papel del maestro es el de facilitador del aprendizaje significativo a partir de las experiencias del alumno y éste va a ser un sujeto activo en su propio aprendizaje, se va a tomar como meta que alcance el desarrollo intelectual de acuerdo a sus necesidades, y las enseñanzas que se proponen promuevan la creación de ambientes y experiencias significativas.

Considero que mi formación brindada por la Universidad, en la carrera de Pedagogía me dio las herramientas necesarias que fueron de gran utilidad para realizar mi servicio social de forma exitosa en el programa **“UNAM-Peraj Adopta un Amig@”**; trabajo que también se vio reflejado en los resultados así como al inicio, durante la elaboración de cartas descriptivas, al utilizar la taxonomía de

Bloom entorno a los objetivos que implementé, partir de un diagnóstico de necesidades, dar un seguimiento y una evaluación de las actividades que se llevaron a cabo.

Al mismo tiempo, estas herramientas me ayudaron a poseer un mayor conocimiento inicial, lo cual me aportó una ventaja sobre los tutores de las demás carreras que participan en el programa, por ejemplo, puede suceder que a los tutores de otras carreras se les dificulte realizar la planeación conforme a la relación de los objetivos con las actividades planteadas, así como elaborar un diagnóstico de necesidades, dar seguimiento o realizar una evaluación de las actividades planeadas o simplemente partir de un contexto específico, en donde están inmersos varios ámbitos que se deben tomar en cuenta, como el familiar y el educativo; esto les es más complicado ya que ellos no cuentan en sus carreras con los conocimientos previos para realizar estas actividades.

El servicio social que realicé en Peraj me ayudó mucho, primero para realizar un acercamiento a la educación no formal, y en segundo punto para aplicar la teoría y los conocimientos de la carrera y poder llevarlos a la práctica, pero también me enseñó cosas que no tuve presente en la carrera, a veces cuando estas en clase y te están enseñando la teoría piensas que será muy fácil llevarlo a la práctica, pero cuando ya estás en la práctica te enfrentas a grandes retos, te enfrentas a situaciones que se salen de control, por ejemplo adecuar los materiales y el lenguaje utilizado para brindar los conocimientos que se quieren impartir, el tener dinámicas o técnicas para captar la atención de la persona o improvisar algunas y llevarlas a la práctica. Pensar en recursos que se adecuen a los objetivos que se requiere cumplir. Finalmente existieron algunas problemáticas en mi trabajo de tutora como realizar un control del tiempo en relación con las actividades realizadas, por ejemplo; en mi planeación yo disponía de un tiempo programado para realizar la actividad sin embargo a la hora de realizarla a veces podíamos tardarnos más, por lo que se fueron modificando las secuencias didácticas, pero justo logré modificar esta cuestión en relación con las nuevas planeaciones.

Además de realizar un seguimiento en las actividades que realizábamos y con ello llevar a cabo la evaluación de mi trabajo.

CONCLUSIONES

Como ejercicio profesional durante mi servicio en la participación del programa “**UNAM-Peraj adopta un amig@**”, logré obtener herramientas que considero muy necesarias para el diseño, desarrollo e implementación del trabajo realizado, obtuve de la misma manera el fortalecimiento de habilidades que me ayudaron a mejorar la comunicación y el ejercicio de hablar en frente de un grupo personas, ya que este es un punto que considero que era una de mis debilidades al inicio del programa.

Logré planear, ejecutar e identificar qué actividades sí pudieron cumplir con el objetivo propuesto y cuáles otras podrían modificarse para que los resultados obtenidos cumplieran con lo establecido. Asimismo, logré aprender nuevas dinámicas y conocí nuevos temas que se implementaron por parte de nuestros coordinadores en las sesiones colectivas que tuvimos, en las cuales aparte de estar pendiente si mi amiga estaba atenta, o si realizaba las actividades, también llegué a aprender mucho como ella.

En relación con la carrera de pedagogía, considero que participar en este programa me acercó más a la rama de estudio que es la educación y los nuevos retos que se generaron durante estos tiempos de pandemia y en esta nueva modalidad en línea para participar a distancia con mi amiga. Considero que aporté durante el desarrollo del programa nuevas propuestas y recursos para poder abordar los temas de manera dinámica, en donde mi amiga pudiera participar de manera activa y que no generara un aburrimiento el estar sentada frente a una pantalla durante las 2 horas que duraban las sesiones.

Durante el tiempo que duró el programa “ **UNAM-Peraj adopta un amig@**” se me ofreció una oportunidad laboral para dar clases en línea en una escuela, sin embargo, por los horarios y las planeaciones no pude tomarla, pero considero que

gracias a participar en este programa logré obtener más experiencia en trabajar con una determinada edad, logré adentrarme más y conocer los intereses, los gustos, e inquietudes de los niños que participan en el programa, que podrían ayudarme más adelante, así como el manejo de la plataforma zoom, ya que era una herramienta nueva para mí y no conocía sus funciones, pero con el paso del tiempo logré dominarla de una mejor manera y utilizar las herramientas con las que cuenta.

Como futura pedagoga considero que la enseñanza y el aprendizaje están siempre presentes no sólo en la educación formal, sino que la podemos encontrar en distintos lugares, que existe desde el momento en donde detectamos alguna necesidad y realizamos la planeación y la puesta en práctica de los contenidos que vamos a abordar para tratar dichas necesidades, además quiero resaltar que al formar parte de este programa como lo es “ **UNAM-Peraj adopta un amig@**” me permitió obtener experiencias muy enriquecedoras para mi formación profesional.

Tomando como punto de partida los conocimientos, bases teóricas, habilidades y actitudes previas a la realización del programa fue fácil entender el impacto del trabajo, sin embargo, me enfrenté a nuevos retos que significaron un gran aprendizaje al hacer frente a resolución de problemas.

Logré identificar que poseo habilidades únicas que enriquecieron esta práctica, sobre todo, que enriquecieron el trabajo en equipo, el cual me ayudó como ejercicio para desarrollar habilidades fundamentales de trabajo colaborativo, un elemento sin duda indispensable para cualquier trabajo.

Una de las principales ventajas del taller que realicé fue el acercamiento directo con la problemática o las necesidades, lo cual me ayudó a forjar experiencias que son necesarias para desenvolverse plenamente en mi campo de acción. Entendí que el único límite al que me vi enfrentada era la falta confianza en mí misma, porque considero poseo las herramientas para desarrollarme e ir creciendo en este campo, y es por eso por lo que es importante desechar todo tipo de miedo a

fracasar porque eso nos detiene y no nos permite avanzar. La confianza en uno mismo es importante, puesto que es la base de nuestro desarrollo personal.

Considero que mi responsabilidad fue más allá del solo cumplimiento con el trámite del servicio social, ya que me vi involucrada en un enorme compromiso consciente y activo con la institución, con mi amiga y con mi propia ética y desarrollo profesional.

Encontrar aquellas cosas que me hacen sentir pasión y felicidad en mi profesión son el tipo de experiencias que reafirman el proyecto de vida que he venido desarrollando desde hace unos años cuando opte a decir sí a la pedagogía, sí a querer ser agente de cambio, para mí y para el mundo, el de educar a otro y al mismo tiempo educarme y reeducarme a mí misma.

Si bien, a lo largo de la carrera nos dan las bases teóricas sobre temas como teorías del aprendizaje, modelos de planeación y evaluación, que son temas importantes para nuestra práctica pedagógica, no hay que dejar de lado lo importante que es implementar aquellos conocimientos que adquirimos, por lo tanto estas prácticas enriquecieron mis conocimientos e hicieron que desarrollara nuevas habilidades y actitudes, así como explotar al máximo las que ya tenía y por supuesto me acercaron a un escenario en el cual puedo desempeñarme en un futuro.

Para terminar con este escrito quiero mencionar, que me alegró mucho poder ayudar y sembrar un granito de arena para mejorar a una persona, esta experiencia ha sido muy satisfactoria para mí tanto personal como profesionalmente, de nuevo pude retomar y reconocer las habilidades y conocimientos que poseo, así como los que me falta trabajar para seguir desarrollándome por este camino que es la pedagogía y la vida, que en conclusión me ayudó a retomar y reafirmar mi sueño que es ser una profesional comprometida con la educación, tanto formal o de manera informal, ser una profesional que trabaje con las necesidades que se encuentre con ayuda de las habilidades que tiene, de la misma manera estar actualizada con los temas de interés educativo, trabajarlos y abordarlos, para ayudar y generar un cambio en el

mundo, empezando por uno mismo, y la responsabilidad y el compromiso que se tiene con el otro, así como el de pertenecer a la institución de la cual egresamos y debemos mucho como es la UNAM.

FUENTES CONSULTADAS

ALCÁNTARA M. (2008). **La definición de salud de la Organización Mundial de la Salud y la Interdisciplinariedad**. Revista Sapiens, 9 (1), 93-107. Recuperado de

<http://www.redalyc.org/pdf/410/41011135004.pdf?fbclid=IwAR3Cy8hjegAb1dr ahfgmfU7Cz GJkmjcdqb97O3H4x3HmMPiTqLUKBzANRqc>

BISQUERRA, Rafael (2000). **Sobre la inteligencia emocional**, por Instituto de Formación Continua - Universidad de Barcelona.

CAHUANA, R. (2016). **Psicología general y del desarrollo**. Huamanga, Perú: Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga

(CDC) DIVISIÓN DE DESARROLLO HUMANO, **CENTRO NACIONAL DE DEFECTOS CONGÉNITOS Y DISCAPACIDADES DEL DESARROLLO** (2021) Desarrollo Infantil, Infancia Intermedia Consultado el día 05 de noviembre del 2021. Disponible en:

<https://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/childdevelopment/positiveparenting/middle2.html>

(EDAI) EDUCACIÓN ACTIVA E INTEGRAL (2021), **¿Qué es la educación integral en la primaria?** Consultado el día 14 de julio del 2021, disponible en: <https://blog.edai.edu.mx/que-es-la-educacion-integral-en-la-primaria#:~:text=La%20educaci%C3%B3n%20integral%20es%20un,e%20aprendizaje%20de%20los%20alu>

FELDMAN, R. (2008). Desarrollo en la infancia. México. Pearson Educación de México, S.A. de C.V. Recuperado de <https://psicobolivar.files.wordpress.com/2011/09/feldman-desarrollo-en-la-infancia.pdf>

FELDMAN, R. (2007). Desarrollo psicológico a través de la vida. México: Pearson educación de México.

GÓNZALEZ Sánchez, A., Mondéjar Rodríguez, J., Ortega Suárez, J., Sánchez Silva, A., Silva Polledo, L., & Sánchez Sierra, Y. (2016). Evolución histórica de la tutoría en la formación de profesionales de la enfermería. Revista Médica Electrónica, 38(4), 646-656. Recuperado en 29 de septiembre del 2021, de <http://www.revmedicaelectronica.sld.cu/index.php/rme/article/view/1921>

GRANDE, I. y Bautista, J. (2013). Psicología. Historia, teoría y procesos básicos. Bogotá, Colombia: Editorial El Manual Moderno.

LARA, Ramos, Antonio (2008) La función tutorial. Un reto en la educación de hoy. Granada: Grupo Editorial Universitario. 174páginas

LATAPI Sarre, Pablo (1988). La enseñanza tutorial: elementos para una propuesta orientada a elevar la calidad. ANUIES. Revista de la Educación Superior No. 68. México D. F

LENS, Fernández José Luis (2014) América Learnign & media, Reflexión sobre las propias prácticas como esencia de la formación docente . Consultado el día 12 de febrero 2020) Disponible en:

<http://www.americalearningmedia.com/edicion-031/358-opinion/5920-reflexion-sobre-las-propias-practic-as-como-esencia-de-la-formaciondocente#:~:text=S%C3%B3lo%20la%20reflexi%C3%B3n%20continua%20sobre,verdaderos%20educadores%20y%20educadoras%20dial%C3%B3gicos.>

MENDOZA, Rosangela (2019) La niñez intermedia, etapas de vida, Consultado el día 24 de septiembre del 2020. Disponible en <https://www.labreferencia.com/la-ninez-intermedia-etapas-de-vida/>

MUÑOZ, Ana (2002) Desarrollo del autoconcepto y autoestima. Consultado 18 de octubre del 2021.

Disponible en <http://www.cepvi.com/index.php/psicologia-infantil/desarrollo/desarrollo-del-autoconcepto-y-autoestima>

PAPALIA, E., Wendkos, S., y Duskin, Feldman, R. (2005). Desarrollo humano. México: McGraw HILL/INTERAMERICANA EDITORES.

PAPALIA E. Diane, (2012) Desarrollo humano. Mc Graw-Hill. 11va Edición. México, D.F., 644 p

PERAJ México. (2016). Origen e Historia. Disponible en: http://www.peraj.org/origen_historia.html (Consultado: mayo, 2021).

QUISPE, Wendy (2019), Monografía Infancia intermedia UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN Enrique Guzmán y Valle Alma Máter del Magisterio Nacional, Lima Perú

Consultado el día 29 de septiembre 2021. Disponible en:

https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14039/3717/MONOGR_AF%C3%8DA%20-%20QUISPE%20BERNARDO.pdf?sequence=1&isAllowed=y

(RAE) Real Academia Española (2021) **Diccionario esencial de la Lengua Española**. Consultado el día 20 de abril 2021 Disponible en: <https://www.rae.es/desen/tutor>

RICE, P. (1997). **Desarrollo humano. Estudio del ciclo vital**. México: PRENTICE-HALL HISPANOAMERICANA, S.A. Recuperado de https://books.google.es/books?id=ZnHbCKUCtSUC&printsec=frontcover&hl=es&source=gb_s_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false

RODRÍGUEZ. Daniela (2019). Educación integral: características y cómo lograrla. Liferder. Recuperado de <https://www.liferder.com/educacion-integral/>

SANTROCK, J. (2006). Psicología del desarrollo. El ciclo vital. España: Mc GRAW-HILL INTERAMERICANA Santrock, J. (2007). Desarrollo infantil. México. Mc GRAW-HILL INTERAMERICANA

SEP Secretaría de Educación Pública (2011) ¡Educación para la salud! Por la educación para la salud de los niños de la ciudad de México. Primera Edición. México

Steiner, V. y Perry, R. (1997). La educación emocional. Buenos Aires: Javier Vergara Editor.

UNAM (2021) Primeros auxilios básicos. Consultado el día 18 de abril 2021. Disponible en: http://www.iztacala.Unam.mx/www_fesi/proteccioncivil/Manual_Primeros_Auxilios.pdf

UNAM, (2021) Brigada infantil Consultado el día 18 de abril 2021. Disponible en <http://www.ssn.unam.mx>

UNAM, DGOAE, PERAJ (2020) Curso de capacitación para tutores. Ciclo 2020-2021 Consultado el 15 de octubre del 2020. Disponible en: <https://www.facebook.com/Programa-de-Servicio-Social-Tutorial-Unam-Peraj-Adopta-un-Amig-273070506232966/>

UNICEF (2020) Educación en tiempos de COVID. Consultado el 19 de octubre del 2020. Disponible en: <https://www.unicef.org/mexico/educaci%C3%B3n-en-tiempos-de-covid-19>

VIVAS, Mireya (2003) La educación emocional: conceptos fundamentales Sapiens. Revista Universitaria de Investigación, vol. 4, núm. 2, diciembre, 2003, p. 0 Universidad Pedagógica Experimental Libertador Caracas, Venezuela Consultado el 22 de septiembre Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/410/41040202.pdf>

ANEXO

EJES DE INTERVENCIÓN

La tutoría dentro del programa UNAM-Peraj Adopta un Amig@ consiste primordialmente en construir una relación significativa y positiva entre un niño (de 9 a 12 años) y un adulto joven (universitario), en la que el universitario apoya guía y asiste al niño de manera que éste pueda fortalecer sus habilidades bajo tres ejes de intervención, atendiendo a las áreas escolar–educativa, afectiva–formativa, social–personal y lúdico–cultural.

- **Personalidad, socialización y autocuidado.**

Es el eje de intervención mediante el cual apoyas a fortalecer rasgos y cualidades particulares de tu amig@, de manera que pueda desarrollar habilidades sociales sanas que le permitan integrarse a diversos ambientes y contextos sin exponerse a riesgos, procurando su bienestar y el de otros.

- **Fortalecimiento de habilidades de aprendizaje**

Es el eje de intervención mediante el cual apoyas a crear hábitos de estudio de formas novedosas y creativas, y fortaleces habilidades que a tu amig@ le permitan aprender de manera más fácil, tener aprendizajes más significativos, mejorar su aprovechamiento escolar, de forma que lo que aprenda le sirva de forma cotidiana y le encuentre una utilidad en lo que realiza día con día.

- **Apoyo a la formación integral**

Es el eje de intervención en el que brindas oportunidades para que se ponga en práctica el desarrollo social, emocional e intelectual, mediante la expresión artística, actividades recreativas, visitas culturales y el deporte.

EJEMPLOS DE EJES DE INTERVENCIÓN

Personalidad, socialización y autocuidado	Fortalecimiento de habilidades de aprendizaje	Apoyo a la formación integral
Actividades de apoyo individual y personalizado.	Apoyo a tareas.	Actividades recreativas, deportivas y culturales.
Actividades de sensibilización.	Círculos de matemáticas.	Iniciación artística.
Derechos de los niños.	Fomento a la expresión oral y escrita.	Recorridos por recintos culturales.
Fomento de valores.	Fomento a la lectura.	Recorridos por recintos universitarios.
Hábitos de estudio personalizados.	Inducción a la Ciencia.	Sesiones con otras instituciones.
Talleres con temáticas necesarias para amig@s.	Proyecto individual de estudio.	
Trabajo de la autoestima.	Talleres con temáticas necesarias para amig@s.	

Nombre del tutor: Beatriz Estrella Altamirano Garcilazo	Carrera: Pedagogía	
Nombre del amig@: Fátima Astrid Carmona Villa	Grado: 6	Grupo: c

DIAGNÓSTICO PARA LA INTERVENCIÓN BINOMIAL

Objetivo: identificar la situación general, características personales y necesidades particulares de tu amig@, y describirlos de manera clara, concreta y objetiva.

Instrucciones: Con la información recabada en las entrevistas que realizaste a tu amig@, sus papás y su profesor, describe en forma de prosa, de manera objetiva y concreta la siguiente tabla. Esta información cambiará conforme conozcas más a tu amig@, debes hacer uso de este formato a lo largo de todo el ciclo. Agrega o modifica lo que creas conveniente, ya que será tu base para planear tus actividades, utiliza las hojas que sean necesarias de este formato.

Situación general	Características del amig@	Necesidades del amig@
Describe la situación familiar, social, escolar y personal de tu amig@	Describe las cualidades, habilidades, dificultades, capacidades, gustos e intereses de tu amig@	A partir de los dos recuadros anteriores, describe las necesidades, habilidades y capacidades que podría fortalecer tu amig@.
<p>Durante la entrevista que tuve con el tutor de Fátima, en este caso fue su papá pude darme cuenta de algunos aspectos importantes en torno a Fátima, en primer lugar, ella se encuentra viviendo con sus papás y su hermano en una casa, sin embargo, comparten vivienda con más familiares, por lo cual Fátima se encuentra rodeada de más personas, en especial de primos con los que juega mucho y una prima en especial que comparte su misma edad.</p> <p>En lo académico, pude rescatar que Fátima es una niña muy aplicada en la escuela, últimamente había tenido problemas en la materia de geografía e historia, pero poco a poco ha ido solucionado esto.</p> <p>Existió solo una vez un conflicto con una compañera de clases, sin embargo, el tutor me cuenta que Fátima lo logró solucionar platicando y arreglándolo, por lo cual se logró resolver.</p> <p>Fátima es una niña muy activa lo cual la ha hecho</p>	<p>Fátima es una niña muy extrovertida, le gusta mucho platicar, y charlar sobre las cosas que le gustan, es muy estudiosa, en la parte académico, me comenta que tiende a relacionarse más con sus compañeros que con sus compañeras debido a que con ellos realiza más actividades físicas, actualmente está practicando el box y no le gusta usar vestidos, por lo cual ha tenido conflictos con su mamá ya que ella considera que una niña no tiene que practicar deportes así, y que tiene que vestir bien, y a Fátima esto le resulta incómodo, ya que son cosas que a ella le gustan.</p> <p>Es muy unida a su papá y ella quiere estudiar ingeniería mecánica automotriz lo cual es influenciado por su papá ya que él es mecánico.</p> <p>A Fátima le gusta mucho jugar a las muñecas con su prima, le gusta mucho pintar y dibujar, hacer manualidades.</p> <p>Le gusta la música regional y le encanta mucho Ed</p>	<p>Necesidades de escucha, de acompañarla a realizar actividades como manualidades, tolerancia con su hermano, trabajar sus cambios de humor, estima, fomento de la lectura, establecer y respetar los tiempos</p> <p>Habilidades y capacidades para fortalecer</p> <p>Actividades recreativas, deportivas y culturales.</p> <p>Iniciación artística.</p> <p>Recorridos por recintos culturales</p> <p>Experimentos</p> <p>Inducción a la ciencia</p> <p>Técnicas de dibujo</p> <p>Expresar su creatividad</p> <p>Temas de interés</p>

<p>practicar muchos deportes como la natación, fútbol, y actualmente se encuentra practicando box.</p> <p>Fátima ha estado un poco triste en algunas sesiones porque me comentó que sus primos con quien jugaba se mudaron de casa, así que ella los extraña mucho y eso la tiene así, hemos buscado algunas soluciones a esto, le he propuesto que les escriba una carta donde exprese su sentir, que les realice videollamadas para saber de ellos, buscaré más propuestas para que mejore la situación.</p>	<p>Sheran</p> <p>En las sesiones me he dado cuenta de que Fátima es una niña que se esfuerza en todo lo que hace para que le queden muy bonitos sus trabajos, y sobre todo ella es muy creativa, entonces siempre agrega algo extra a los trabajos para mejorarlos y decorarlos a su gusto.</p> <p>Me he percatado de que las sesiones que tiene a veces está su hermano presente, entonces en algunas cosas que hacemos o pregunto en vez de decirlas me las ha escrito en el chat, ya que se siente algunas veces incómoda de esta situación.</p> <p>Ha sido muy abierta conmigo respecto a sus dudas, me ha comentado lo que le gusta leer, los videos que ve, los YouTube, que ve, y hemos coincidido en algunos.</p>	<p>Temas con la escuela dudas que puede llegar a surgir</p>
--	---	---

Nombre del tutor: Beatriz Estrella Altamirano Garcilazo	Carrera: Pedagogía	
Nombre del amig@: Fátima Astrid Carmona Villa	Grado: 6	Grupo: C

PLAN DE INTERVENCIÓN BINOMIAL

Objetivo: Diseñar un plan de intervención personalizado para tu amig@, que te ayude a guiar tu labor como tutor, utilizando la información identificada anteriormente.

Instrucciones: Con la información que recabaste previamente, diseña un plan de intervención a seguir, mes con mes, que te permita trabajar las necesidades identificadas (acciones generales); propón también las actividades y herramientas que te ayudarán a conseguirlas (cronograma de seguimiento). Debes hacer uso de este formato a lo largo de todo el ciclo. Después de revisar tus observaciones y resultados agrega o modifica lo que creas conveniente, ya que será tu base para planear las actividades en los siguientes meses, para ello puedes añadir más hojas de este mismo formato.

Acciones generales	Cronograma de seguimiento	
Especifica todos aquellos fines a los que piensas llegar a través de tu intervención, las necesidades que piensas cubrir con tu amig@ a lo largo del ciclo	Actividades y herramientas que te ayudarán a cumplir las acciones propuestas pensadas de acuerdo con los gustos, habilidades, capacidades, necesidades e intereses de tu amig@	Fecha posible contempla el calendario general
<p>Con Fátima me gustaría hablar un poco sobre los roles y estereotipos que existen, puesto que algunas cosas que le gustan solo lo refieren a que los hombres tienen que hacerlo y a veces la hacen sentir mal diciéndole que es una machorra, además de escucharla y tener tiempo para acompañarla a realizar algunas cosas que son importantes para ella, manejar la parte de la estima y del amor por su persona, así como hablar del manejo y conocimiento de sus emociones.</p> <p>En el ámbito escolar reforzamiento de tareas y fomentar la lectura.</p> <p>Reforzar las actividades físicas que realiza</p> <p>Hacer experimentos que fomenten en Fátima el fomento y gusto a la ciencia</p> <p>Fátima me mostró su colección de libros que tiene y me dijo que le gustaría que los leyéramos en las sesiones y le gusta mucho poder realizar más dinámicas divertidas</p>	<p>Actividades de apoyo individual y personalizado.</p> <p>Actividades de sensibilización.</p> <p>Derechos de los niños.</p> <p>Trabajo sobre la autoestima.</p> <p>Apoyo a tareas.</p> <p>Fomento a la lectura.</p> <p>Inducción a la Ciencia.</p> <p>Actividades recreativas, deportivas y culturales.</p> <p>Iniciación artística.</p> <p>Recorridos por recintos culturales.</p> <p>Recorridos por recintos universitarios.</p> <p>Fomento de los valores</p> <p>Fábulas y moralejas</p>	<p>Diciembre</p> <p>Enero</p> <p>Febrero</p> <p>Marzo</p> <p>Abril</p> <p>Mayo</p> <p>Junio</p>

	El plato y la jarra del buen comer Recetas de cocina Juegos de concentración	
--	--	--

Nombre del tutor: Beatriz Estrella Altamirano Garcilazo	Carrera: Pedagogía	
Nombre del amig@: Fátima Astrid Carmona Villa	Grado: 6	Grupo: C

PLANEACIÓN DEL MES: ENERO

Objetivo: Diseñar y planear las actividades mensuales con base en el plan de intervención binomial.

Instrucciones: En la siguiente tabla describe y desarrolla las actividades que trabajarás con tu amig@ a lo largo del mes. Lo más relevante de tu planeación es la descripción de la actividad, integrando las sesiones que sean necesarias para cumplir tu objetivo. Al terminar el mes registra los resultados y observaciones pertinentes. Procura ser concreto.

Fecha de ejecución	Eje(s) de intervención abordado(s) por actividad o día	Objetivo específico por alcanzar durante dicha actividad (qué, cómo y para qué)	Descripción de la(s) actividad(es) de manera concreta. Es necesario que especifiques tiempos y material a utilizar			Resultados y observaciones de la utilidad y calidad de la actividad, y las actitudes/dificultades/beneficios en tu amig@
			Tiempo	Descripción	Materiales	
04-01-2021	Apoyo a la formación integral	Conocer, generar confianza y empatía sobre su vida para entrar más en confianza	30 min	Para iniciar la sesión de hoy preguntaré sobre sus días en los días de vacaciones y en los días feriados que tuvimos como en la navidad y el año nuevo, para que me cuente que actividades realizó y como se la pasó con su familia,	Dispositivo	El día de hoy mi amiga Fátima ingreso a la sesión una hora tarde, al preguntarle el motivo, me dijo que su tutor no le había dicho que hoy reanudamos actividades, le pregunté si existía algún inconveniente de empezar la sesión y me dijo que estaban pintando su cuarto, y me dio un recorrido por todo su cuarto me enseñó sus objetos
	Actividades recreativas	Fortalecer la coordinación velocidad y	15 min	Para esta actividad le pediré a mi amig@ que vamos a activarnos y para ello le presentare un video musical el cual tendrá instrucciones para realizar el baile.	Video de YouTube www.youtube.com/watch?v=ValqydMoffk&t=139s	

		<p>agilidad del amig@ por medio de un baile.</p>		<p>De igual forma le diré que tiene 5 minutos para practicarlo y cuando pase el tiempo lo presentará.</p>		<p>preciados me platico cosas muy personales sobre ella y su familia, entonces debido a eso nos llevamos más tiempo pero consideré importante el poder escucharla, pudimos realizar solo dos coreografías de la planeación de hoy, lo cual le gustó mucho, e inclusive realizó más pasos de los que estaban en el video y le gustó mucho la canción, por lo cual se improvisó un karaoke en donde ella cantó sus dos canciones favoritas.</p> <p>Me he dado cuenta de que Fátima es una persona muy amigable y le gusta mucho platicar y sentirse escuchada.</p> <p>Todo esto hizo que la sesión de hoy no se llevará a cabo de manera completa.</p>
<p>06-01-2021</p>	<p>Actividad para fortalecer su estima</p>		<p>10 min</p>	<p>Debido a que hoy es un día muy especial para los niños, ya que hoy es día de reyes empezaré la sesión de hoy preguntándole a Fátima lo que piensa de la festividad</p>		<p>Fátima estaba muy emocionada y entusiasmada por el día de hoy, ya que como se portó muy bien y le echo ganas a la escuela los reyes magos le trajeron sus juguetes que pidió por lo cual ella estaba muy feliz.</p>
			<p>10 min</p>	<p>Preguntar qué es lo que le trajeron los reyes la última vez ¿Qué sentiste? ¿Qué recuerdas? ¿Qué extrañas?</p>	<p>Colores</p>	
			<p>20 min</p>	<p>Después le pediré a mi amig@ que se dibuje y le daré un tiempo para que realice su dibujo.</p> <p>Una vez hecho el dibujo le pediré me lo presente y que cuente como se considera como persona, que le gusta o no le gusta de mi amig@, sus cualidades, como si fuera en</p>	<p>Hojas blancas</p>	<p>En torno al dibujo realizado, me di cuenta de que Fátima es muy creativa y se esfuerza</p>

	<p>Apoyo a la formación integral</p>	<p>Propiciar la construcción de la imagen propia, estimular la identidad y sentimientos de aceptación y autoestima.</p>	<p>10 min</p>	<p>tercera persona y que piense en un personaje de una historia, película, etc., con la cual se identifique y ¿por qué?</p> <p>Deberá decir 3 cosas bonitas o buenas de sí mism@, lo que hace bien.</p> <p>Por ejemplo: El Personaje se llama Daniel, él es muy amistoso, sensible y responsable, él tiene muchas cualidades sus amigos siempre le gustan jugar con él, porque es muy bueno en los juegos, etc.</p> <p>Daniel se identifica con Bob Esponja porque tiene muchos amigos.</p>		<p>con todos los trabajos para que queden muy bien, ella es una niña muy amigable y alegre, eso es algo que tiene muy en cuenta, no le cuesta trabajo reconocer sus cualidades, así como sus defectos lo cual me comento que no le gusta ser muy enojona y por ende llorar por las cosas que no puede controlar, cosa que vamos a trabajar más adelante en torno a las emociones.</p>
	<p>Fomentar una buena autoestima</p>	<p>Propiciar la construcción de la imagen propia, estimular la identidad y sentimientos de aceptación y autoestima</p>	<p>25 min</p>	<p>Cuento “El hada Fea” (Véase anexo 1)</p> <p>La pediré a mi amig@ que cierre los ojos en voz alta el cuento “El hada fea”, para después comentarlo.</p> <p>Se realizará la reflexión sobre el mensaje y aprendizaje del cuento, le haré las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo era el hada? • ¿Qué le gritaban? • ¿Qué le decía su mamá? • ¿Qué hizo para ayudar a las hadas y magos? • ¿Cómo te sentirías si alguien te tratara así? • ¿Qué fue lo que más te gustó de la lectura? • ¿Qué es la autoestima? ¿Tú la conoces? • ¿Tú te aceptas como eres? • ¿Qué haces para quererte? 	<p>Cuento El Hada fea</p>	<p>El cuento que le leí, le agrado y lo comprendió muy bien, así como la finalidad que tenía, me comentó que le gustó ya que así logré ejemplificar más sobre la autoestima. Las preguntas las respondió muy bien y ejemplificaba unas partes con el cuento. Me di cuenta de que es una niña muy expresiva, le gustó que leyera este cuento y comprendió muy bien la lectura.</p>
		<p>Crear en mi amig@ una importancia sobre la importancia de la autoestima</p>	<p>35 min</p>	<p>Finalmente le haré una breve plática sobre la autoestima y la importancia de ella, y le regalare unas frases para fortalecer la autoestima que estarán en una sopa de letras.</p>	<p>Hojas de sopa de letras para formar</p>	<p>Para realizar esta actividad, tuve que compartir pantalla ya que Fátima no podía abrir el archivo de Word, le gusto realizarla, pero me dijo que se le dificulto un poco esta actividad, ya que la sopa de letras que elabore estaba muy grande, sin embargo, se</p>
		<p>Actividad para</p>		<p>Moldeando mi emoción</p>		

	Apoyo a la formación integral (Actividades recreativas)	fomentar la creatividad y la expresión de sus emociones	10 min	La última actividad para realizar y para cerrar la sesión de hoy será que piense en lo que le gustó mucho y lo que cambiaría de la sesión, así mismo le pediré que con la plastilina realice algo significativo de la sesión de hoy.	las frases Plastilina	sintió muy satisfecha que aun así pudo lograrlo, finalmente con la plastilina ilustró sobre la importancia de la autoestima y me hizo ver que fue un tema nuevo y muy importante, ya que tenía una idea, pero pude explicarle bien de qué trataba.
11-01-2021	Fortalecimiento de habilidades de aprendizaje	El objetivo de las actividades realizadas es para reconocer e indagar sobre el pensamiento crítico que tiene mi amig@	10 min	Emplearé el juego de verdad y reto tratando de despertar el interés y la curiosidad de mi amig@ los retos que pondré serán enfocados a realizar actividades físicas, cómo dar 15 saltos, 5 lagartijas, etc. En cuanto a las preguntas de verdad le haré preguntas sobre su semana, enfocados en la escuela, en sus pasatiempos y en su familia.	https://app-sorteos.com/wheel/WY35V https://app-sorteos.com/es/apps/la-ruleta-decide?hash=WY35V	La sesión de hoy empezó un poco tarde, ya que Fátima había olvidado que teníamos sesión hoy, sin embargo, pudimos realizar las actividades programadas, noté a Fátima un poco cansada al preguntarle por qué me comentó que había terminado sus tareas
	Fortalecimiento de habilidades de aprendizaje	Actividad para fomentar la estimulación de la inteligencia	15 min	Encuentra las palabras Le daré a mi amig@ 4 letras claves y con ellas tendrá que formar nuevas palabras. Por ejemplo: A V E N V ___ VAN V ___ VEN A ___ AVE N ___ NAVE ___ A EVA ___ VENA V ___ N VAN ___ E ___ VEAN	Imagen	La primera actividad trató de girar la ruleta en la cual contenía algunas preguntas específicas sobre el día y retos de hacer ejercicio, y siento que ayudo, ya que se activó físicamente y recuperó su energía, para el resto de la sesión. Noté que a Fátima le resultó muy buena y divertida la actividad de crear nuevas palabras, me dijo que nunca había formado palabras así, de igual manera logré percatarme que Fátima es
			25 min	Encuentra los objetos: Para esta actividad le mostraré a mi amig@ una imagen		

	<p>Fomentar una buena autoestima</p> <p>Apoyo a la formación integral (Actividades recreativas)</p>	<p>Propiciar la construcción de la imagen propia, estimular la identidad y sentimientos de aceptación y autoestima.</p> <p>Actividad para fomentar la creatividad y la expresión de sus emociones</p>	<p>35 min</p>	<p>para que pueda buscar los objetos que se piden</p>  <p>Encuentra los 15 objetos</p> <p>La pediré a mi amig@ que cierre los ojos y en voz alta le recitaré la poesía No creyó ser una rosa (Véase anexo 2)</p> <p>Se realizará la reflexión sobre el mensaje y se harán las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Quiénes son los protagonistas de nuestra historia? • ¿Sabes dónde nacen las rosas? • ¿Sabes dónde crecen los tomates? • ¿Qué relación existe entre la rosa y los tomates? • ¿Crees que ser diferente a los demás es un problema? • ¿Te sentirías mal por ser diferente? • ¿Aceptarías a alguien diferente en tu entorno? • ¿Crees que hay un problema real en la relación de los protagonistas de esta historia? • ¿Crees que los pájaros actuaron bien diciendo la verdad a la rosa? • ¿Te parece importante ser querido? • ¿Te parece que la rosa toma una buena decisión? ¿Qué habrías hecho tú en su lugar? • ¿Cómo crees que se hubieran sentido los tomates si se hubiera marchado la rosa? • ¿Cómo crees que se hubiera sentido la rosa si se hubiera marchado? • ¿Conoces alguna historia parecida a esta? 	<p>Poesía</p> <p>No creyó ser una rosa</p>	<p>una niña muy ágil ya que no le costó trabajo realizar la búsqueda de objetos en la imagen que le compartí, además que lo hizo en un tiempo menor al que yo había planeado.</p> <p>Fátima me dijo que le gustó mucho escuchar la poesía que leí, además contesto de buena manera las preguntas que elabore para que ella lograra identificar el mensaje que tenía como objetivo el poema que fue el autoestima, además pude percatarme que Fátima está consciente de que aunque las personas sean diferentes o tengan alguna condición física son personas y merecen el mismo trato, Fátima me platico y mostró un corto que hablaba igualmente sobre la discriminación y el apoyo de un niño en silla de ruedas y una niña que le ayudaba poniéndole hilos en sus piernas para que pudiera moverlas y lograr patear un balón.</p> <p>Finalmente terminamos la actividad moldeando mi emoción que tuvo como objetivo que Fátima expresara por medio de la</p>
--	---	---	---------------	--	--	---

			15 min	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál? • Moldeando mi emoción • Le pediré a mi amig@ que a través de la plastilina moldee la emoción o sentimiento que presentan después de escuchar y hablar sobre la poesía No creyó ser una rosa 	Plastilina	plastilina algún sentimiento que le produjo la poesía y puso una rosa y la palabra orgullo, refiriéndose a que la rosa debe de estar orgullosa de ser quien era, y no quien aparentaba ser.
13-01-2021	Personalidad, socialización y autocuidado.	Identificar, reconocer, y verbalizar la emoción que se generan.	10 min	Preguntare con mi amig@ sobre la sesión anterior retomando la última actividad (Moldeando mi emoción) en el cual me gustaría indagar sobre su sentir al realizarla y si le gusto, o no, o le costó trabajo realizar		Empezamos la sesión de hoy repasando sobre nuestra sesión anterior, le pregunté a Fátima si recordaba cuál había sido el tema que tratamos la siguiente sesión y le pedí que me recordara los temas y actividades que hicimos, lo cual contestó muy bien.
	Actividad de sensibilización	Reconocer la importancia de las emociones	25 min	Ubicando mi emoción Explicare a mi amig@ la importancia de conocer las emociones y donde las aprecia (silueta del cuerpo,). Le entregaré a mi amig@ una silueta en donde podrá identificar en que parte de su cuerpo la siente y entonces marcarla con colores como se menciona a continuación:	Silueta del cuerpo Paint Programa para pintar	Empezamos la actividad de ubicando mi emoción lo cual se vio interrumpida, ya que se me fue la luz, y tardo como en llegar, pero me comuniqué con el tutor de Fátima avisando la situación, y cuando llegó la luz me puse en contacto con Fátima y proseguimos la sesión sin mayor problema, a Fátima le fue muy importante localizar las emociones que siente en su cuerpo, y expresarlas ya que le explique que era muy importante, pues algunas enfermedades se ven
	Actividad de sensibilización	Despertar el interés por conocer la importancia de las emociones	10 min	<ul style="list-style-type: none"> - Enojo ubicar en rojo - Tristeza ubicar en azul - Miedo ubicar en gris - Culpa ubicar en negro - Alegría ubicar en amarillo 	https://www.youtube.com/watch?v=L5OSKf74dss	
	Apoyo a la formación integral	Reconocer las diferentes opciones que existen para manejar mejor las emociones	30 min	Haré una breve explicación para que conozca las demás emociones que existe y la importancia de sentirlas	Hoja blanca colores	

	<p>Actividad de sensibilización</p> <p>Actividad de sensibilización y formación integral</p>	<p>Visualizar la importancia de las emociones</p> <p>Mejorar la concentración y la memoria</p>	<p>25 min</p> <p>20 min</p>	<p>Rueda de las opciones</p> <p>Para esta actividad le daré a mi amig@ una hoja en donde este un círculo y le diré que juntos podemos pensar en una lista con las cosas que puede hacer cuando este enojado en lugar de gritar, etc.</p> <p>Escogeremos entre 4 y 6 opciones y vamos a dividir el círculo en las opciones que hemos escogido.</p> <p>Después le pediré que ilustre, dibuje o escriba las opciones de la lista que hicimos.</p> <p>Cuando mi amiga se sienta desbordada o a punto de explotar, puede recurrir a su rueda para escoger una manera de gestionar esa emoción y ponerla en práctica.</p> <p>Platicaremos sobre la “película Intensamente” y pondré algunos videos para ejemplificar mejor el tema de las emociones</p> <p>Técnica de relajación El cubito de hielo</p> <p>Esta actividad consiste en hablarle a mi amig@ y guiarle en la siguiente meditación: "eres un cubito de hielo, rígido, sólido, duro y frío. Encógete con las piernas dobladas y agarradas con los brazos fuertemente. Nota la tensión, aprieta todo tu cuerpo. Ahora observa cómo poco a poco aparece el sol en el horizonte. Empiezas a notar su calor, cómo te va calentado. Despacio ve</p>	<p>plumas</p> <p>Película intensamente</p> <p>Videos en YouTube</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=24XlgLGR8cw</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=QaGTDxRfSw</p> <p>Música relajante</p>	<p>reflejadas o inclusive iniciadas porque no podemos expresarlas.</p> <p>En la actividad de ruleta de opciones del enojo, para ello primero hicimos la lista de las opciones para dividir el círculo dependiendo de las opciones, Fátima resaltó que la opción que más le gusta es golpear una almohada, le explique que es importante conocer otras opciones como lo fue, correr, hacer ejercicio, romper una hoja, dibujar, etc. Como ya iba a terminar la hora de sesión le pregunté a Fátima si había problema de seguirla o posponerla para la siguiente clase, preguntó y dijo que no había algún problema por lo cual seguimos con las actividades programadas.</p> <p>Proseguimos con la plática de la película intensamente para ejemplificar mejor las funciones de las emociones y cómo con base en ellas nos comportamos o tienen efecto en nuestra persona, aunado a ello le mostré un video que contenía diversos tipos de música para que ella pudiera clasificarlos en las 5 emociones básicas lo cual se alegró porque acertó en</p>
--	--	--	-----------------------------	---	---	--

				<p>soltando la tensión pues te estás derritiendo. Poco a poco ve extendiendo el cuerpo hasta quedar tumbado a medida que el sol te calienta y te vas convirtiendo en un charco de agua líquida. Suelta y relaja todo el cuerpo.</p> <p>Derrítete, suéltate, ya no eres un hielo duro y en tensión, eres agua que fluye por todas partes."</p>		<p>todas las canciones.</p> <p>Finalmente concluimos con la última actividad de hoy que fue la técnica de relajación, mostró muy buena respuesta al implementarla, e inclusive me pidió que le pasara la técnica para que pudiera implementarla con su familia.</p>
18-01-21	<p>Personalidad, socialización y autocuidado.</p> <p>Actividad de sensibilización y formación integral</p> <p>Actividad de creatividad y de desarrollo integral</p>	<p>Mejorar la concentración y la memoria</p> <p>Visualizar la importancia de las emociones</p> <p>Aumentar el bienestar emocional para hacer consciencia de las emociones que vivimos</p>	<p>10 min</p> <p>15 min</p> <p>25 min</p> <p>20 min</p>	<p>Mundo al revés</p> <p>Consiste en hacer lo contrario de lo que se dice, se darán las instrucciones y cada vez será más rápidas</p> <p>Por ejemplo: Correr/ pararse, sentarse/ de pie, brincar/estar quieto, gritar/callarse, bajar los brazos/ subirlos, tocar arriba/ tocar abajo, levantar el brazo izquierdo/ levantar el brazo derecho, etc.</p> <p>Se realizará una recapitulación de la sesión anterior y se pedirá a mi amig@ recuerde con atención que día de la semana ha sido más significativo para ell@.</p> <p>Después se deberá platicar sobre dicho acontecimiento significativo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué paso? • ¿Qué emoción experimentó? • ¿En qué parte de su cuerpo sintió esa emoción? • ¿Qué hizo? <p>Esta actividad con el fin de que poco a poco logre identificar sus emociones.</p> <p>Diario de las emociones</p>	<p>Cuaderno</p> <p>Colores</p>	<p>La sesión de hoy empezó con Fátima haciendo un dibujo sobre Peraj, el cual me dijo que era un regalo, tiempo después que termino comenzamos la actividad del mundo al revés lo cual hizo que Fátima recuperará energía, ya que la noté un poco cansada, por la clase de educación física que hizo hoy. Le gustó mucho la actividad y me platico si había visto en tiktok e unos bailes que estaban de moda y me dijo que si los podíamos hacer, lo cual le dije que sí y destinamos 5 min en realizarlos, siguiendo con la planeación hicimos la actividad del diario de las emociones, para empezar le pregunté si conocía lo que era un diario y me dio su explicación, así mismo me comento que había un libro que le gustaba leer que era el Diario de Ana Frank y me</p>

						introdujo su dedo en su nariz. La última actividad de hoy fue comentar sobre el video ella me comentó sobre los cuidados que debe tener tu cuerpo y las precauciones para que nadie le haga daño a ella y a su cuerpo.
20-01-2021	Fortalecimiento de habilidades de aprendizaje	El objetivo de estas actividades son propiciar el pensamiento crítico, la resolución de problemas,	35 min 10 min 25 min 25 min 10 min	Para estas actividades que se realizarán el día de hoy le mandaré a mi amig@ unas hojas de ejercicios los cuales tendrá que resolver en un tiempo determinado (Véase anexo 4) Quien es quien, en esta actividad nos ponen 6 siluetas y 6 descripciones con sus respectivos nombres para que logre adivinar a qué silueta corresponde con sus nombres de acuerdo con las instrucciones dadas Mensajes secretos En esta actividad de resolución de problemas mi amig@ tendrá que descubrir el mensaje secreto de acuerdo con los códigos inscritos en el mensaje Experimento de lampara de lava . Se empieza agregando colorante al agua, revolver muy bien hasta que el agua quede de color azul, se le agrega aceite la misma cantidad que tenemos de agua, finalmente se le agrega la aspirina efervescente Densidad Para esta actividad hablaré sobre la densidad que tienen las cosas y la importancia, para ella realizaremos un	Hojas de actividades Agua Colorante vegetal azul Aceite Aspirina efervescente 2 vasos	Empecé la sesión de hoy con Fátima un poco desilusionada porque quería empezar con los experimentos lo cual hizo que bajara el ánimo, sin embargo y por el tiempo le explique que podríamos empezar con las hojas de actividades, la primera le resultó muy fácil, pues las instrucciones eran claras, pero lo que sí noté fue que Fátima por leer rápido, no comprendió bien una instrucción en donde venía la respuesta. En la segunda le resultó un poco difícil pues no sabía cómo resolverla, pero después de que le di un pequeño tipo, lo logro comprender muy bien y su ánimo mejoró. Empezamos a realizar los experimentos que teníamos planeados para la sesión de hoy y Fátima le gustó mucho

			15 min	<p>experimento en donde ejemplifica mejor lo comentado</p> <p>Se tomará primero un vaso y lo llenaremos con agua luego le agregaremos 3 cucharadas de sal</p> <p>Después se tomará el siguiente vaso de agua e igual se llenará con agua solo que aquí solo le pondremos 1 cucharada de sal</p> <p>Ahora le agregaremos a cada vaso un huevo y veremos lo que ocurrirá después.</p> <p>El vaso que tiene más sal será en el cual el huevo flote, ya que tiene mayor densidad</p> <p>Absorción</p> <p>Para realizar este experimento tendremos que partir a la mitad los palillos de madera sin que se lleguen a separar y con ello haremos la figura de una estrella que tendremos que poner junto, después terminando la figura agregaremos poca cantidad de agua en medio de la unión y veremos lo que sucede después.</p> <p>La madera que es un material poroso que absorbe el agua de manera que los palillos se inflan así que nuestra estrella se va haciendo nuestra estrella más grande</p>	<p>transparentes</p> <p>Agua</p> <p>Sal fina</p> <p>2 huevos</p> <p>Palitos de madera</p> <p>agua</p>	<p>el poder realizarlos, lo que pude notar fue que en las explicaciones Fátima estaba un poco distraída , lo cual tuve que decirle que íbamos a dejar de lado los experimentos un poco para explicarle por qué suceden las cosas así, y así los estuvimos realizando, cambien un poco el orden de los experimentos para poner al final el experimento de lampara de lava, ya que supuse que le iba a agrandar más realizarlo y efectivamente así fue, le gustó mucho que lo volvió a realizar como 3 veces más y hasta se tomó fotos con él, esta fue una sesión en la cual acabe en el tiempo estimado.</p>
25-01-2021	Actividad de sensibilización y formación integral	Visualizar la importancia de las emociones	20 min	<p>¡QUIERO SABER MUCHO MÁS!</p> <p>Al iniciar la sesión le preguntaré a mi amig@ que juguemos otra vez a la ruleta en donde estarán estas preguntas y el tendrá que responderlas</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Qué es lo mejor que te ha pasado hoy? ● ¿Qué es lo peor que te ha pasado hoy? ● Cuéntame algo que te haya hecho reír hoy. ● Dime una palabra rara que hayas oído hoy (o algo raro que alguien haya dicho). ● Si llamara hoy a tu maestra, ¿qué me diría de ti? ● ¿Has ayudado a alguien hoy? ¿Cómo? ● ¿Alguien te ha ayudado a ti? ¿Cómo? ● Dime algo que hayas aprendido hoy. ● ¿Qué es lo que te ha hecho más feliz hoy? 	Ruleta en internet	<p>Al iniciar la sesión Fátima me comentó que estaba leyendo uno de sus libros favoritos y me compartió un cuento de Edgar Allan Poe el cual se llamaba silencio, después de que lo leyera para las dos, lo comentamos y analizamos, me mostró la colección de libros que recién adquirió, después empezamos la primera actividad que era la ruleta en la cual me comentó que su maestro de educación</p>

	<p>Apoyo a la formación integral</p>	<p>Crear conciencia de la importancia de cuidar el medio ambiente, así como el daño que el hombre ha causado en él</p>	<p>20 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es lo que te ha parecido aburrido? • Si una nave de alienígenas llegara a tu clase y se llevara a alguien, ¿a quién querrías que fuera? • Si mañana fueras tú el maestro, ¿qué harías? <p>Se le mostrará a mi amig@ una presentación en power point en donde existirán imágenes acerca del medio ambiente, y le preguntaré lo que piensa acerca de cada una, finalmente al darle clic a cada una estará una frase para que ella me dé su punto de opinión</p>	<p>Power point</p>	<p>física le había dicho que podemos utilizar las cosas que tenemos en la casa para poder ejercitarse, además noté a Fátima muy sensible y me platico que extrañaba a sus primos que antes vivían en su casa pero que por diferentes razones se tuvieron que cambiar de casa, dimos un tiempo para escribirles una carta en donde Fátima expresaba su sentir y quedamos de que con ayuda de sus papás la mandaría o les haría una videollamada enseñándoselas.</p>
	<p>Fortalecimiento de habilidades de aprendizaje</p>	<p>El objetivo de estas actividades son propiciar el pensamiento crítico, y reforzar la memoria</p>	<p>25 min</p>	<p>Jugaremos un Memorama en donde estarán las imágenes que antes presente en power point además incluiré nuevas imágenes en donde estarán también inmersa el tema del reciclaje, medidas y formas de reciclar</p> <p>Pajaritos vengan a comer conmigo</p> <p>Transformar el cartón, en un hermoso comedor de aves</p> <p>Se corta en tiras de cartón donde vienen acomodados los huevos, vamos a usar nuestra imaginación y lo decoramos para que una vez terminado le agregaremos alpiste y lo colocaremos junto a una ventana para que los pájaros coman</p>	<p>Memorama electrónico</p>	<p>La siguiente actividad fue la presentación de power point en donde pude notar a Fátima muy interesada y participativa al dar las opciones que tenemos para cuidar nuestro medio ambiente.</p>
	<p>Apoyo a la formación integral</p>	<p>Actividad para fomentar la creatividad y la expresión de sus emociones</p>	<p>20 min</p> <p>10min</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué te pareció la actividad? • ¿Te gusto o te desagrado? • ¿Sabías que podrías realizarlo así? • ¿Qué otras formas de reciclar se te ocurren? <p>Para la última actividad le pediré a mi amig@ que realice un dibujo en donde pueda ocupar cosas que estén a su mano y que exprese así su creatividad</p>	<p>Cartón de huevos</p> <p>Tijeras</p> <p>Pinturas</p> <p>Plumones</p> <p>Limpia pipas</p> <p>Diamantina</p> <p>Cosas de reciclaje, cáscaras, basura,</p>	<p>Después hicimos un cuestionario de preguntas sobre el medio ambiente, en donde Fátima contestó muy bien y después realizamos el Memorama donde se veía la habilidad de Fátima al contestar.</p> <p>Finalmente concluimos la sesión de hoy realizando la</p>

			15 min		hojas, recortes, etc.	actividad de pájaros vengan a comer conmigo y además hicimos con el cartón de huevos donde mostró su gran creatividad que tiene al realizar las manualidades y agregarles su toque personal.
27-01-2021	Personalidad, socialización y autocuidado.	Mejorar la concentración y la memoria	30 min	<p>Para empezar esta sesión le pediré a mi amiga que escriba 10 palabras, en papelitos; ya sea frutas, caricaturas, animales, cosas, etc.</p> <p>Así mismo yo escribiré 10 palabras en diversos papeles.</p> <p>Cuando las dos tengamos nuestros papeles, los vamos a revolver bien boca abajo sin verlas y tomaremos una cada uno y quien tenga la tarjeta se la pondrá en la cabeza y tratará de adivinar qué palabra tendrá, se estarán haciendo preguntas a la otra persona y que solo tendrá como respuesta si o no. Estas preguntas deberán ser contestadas en un tiempo no mayor de 3 min, quien acierte más veces será el ganador.</p>	hojas plumas colores	La sesión de hoy empecé preguntándole su día a Fátima y me comentó que había tenido algo de tarea, y que se le dificulto un poco un y me la mostró le dije como era y la pudimos resolver, aproveché para pedirle su promedio en la escuela, para tenerlo de base en las siguientes planeaciones, Fátima me comentó si podía pedirme ayuda cuando no entendiera alguna cosa y le comenté que sí, e inclusive en la sesión podríamos abordarlo.
	Apoyo a la formación integral	Abordar sus intereses y abrir su visión para enriquecer su bagaje cultural	15 min	<p>Conociendo más</p> <p>Anteriormente se le pedirá a mi amiga que piense en un país que le guste, para que lo investigue y piense en lo que más le guste de él, ya sea una comida, canción, etc. Lo expondrá en esta sesión.</p> <p>El día de hoy yo también expondré la ciudad y curiosidades sobre corea, para ello le pondré un video en donde se abordarán imágenes sobre esos país.</p>	Fotos	Tiempo después estuvimos realizando el juego de adivinar palabras que ayudó a Fátima a distraerse porque la noté un poco tensa, empezamos a jugar y dio buen resultado, ya que mejoró mucho su estado de ánimo, le agrado mucho y me dijo que lo iba a jugar con su familia.
	Fortalecimiento de habilidades de aprendizaje	Mejorar su habilidad de resolución de problemas	20 min	<p>A jugar basta.</p> <p>Para esta actividad le pediré a mi amiga que en una hoja de manera de tabla ponga las diversas palabras, nombre, apellido, ciudad o país, flor o fruto, animal, cosa.</p> <p>Luego diré la primera palabra del alfabeto en voz alta y lo</p>	Hojas Plumas	Después de jugar un poco

	<p>Apoyo a la formación integral</p>	<p>Poner en práctica el desarrollo intelectual mediante actividades recreativas</p>	<p>30 min</p>	<p>demás lo diré interiormente, cuando mi amiga diga basta mencionaré la palabra y con ella tendremos que llenar los elementos de la tabla, quien finaliza primero dirá basta y contará hasta 5 y la otra persona no podrá escribir nada.</p> <p>Se realizará una comparación de respuestas si tenemos 1 igual se pondrá 50 puntos y si no 100 ganará quien tenga un puntaje más grande.</p> <p>A realizar muñecos con origami</p> <p>Antes de realizar esta actividad le preguntaré a mi amiga si ella conoce lo que es el origami y la diferencia que existe con la papiroflexia.</p> <p>Después le pediré a mi amiga que con las hojas que le envíe con anterioridad deberemos de tenerlas a la mano para trabajar con ellas.</p> <p>Le iré dando las instrucciones para que juntas a la par podamos realizar y formar las figuras. Véase anexo 5</p>	<p>Hojas decoradas Véase anexo 5</p>	<p>basta, noté que Fátima es un poco competitiva a la hora de jugar y como resultó perdedora en el juego la noté algo seria.</p> <p>Continuamos armando los origamis y la papiroflexia que le enseñé Fátima y le gustó mucho e hizo que se le olvidara la seriedad y estuvimos platicando mucho acerca de lo que era el origami y las diferencias entre la papiroflexia, así como los personajes y la caricatura que hicimos, le mencioné que el lunes no tenemos sesión y me dijo que si podíamos tenerla nosotras para armar un telescopio y le dije que lo iba a consultar con mis coordinadores.</p>
--	--------------------------------------	---	---------------	--	--	--

Anexo 1 UN HADA FEA

Había una vez una aprendiz de hada madrina, mágica y maravillosa, la más lista y amable de todas las hadas. Pero era también un hada menos bonita que las demás, y por mucho que se esforzaba en mostrar sus muchas cualidades, parecía que todos estaban empeñados en que lo más importante de un hada tenía que ser su belleza. En la escuela de hadas no le hacían caso, y cada vez que volaba a una misión para ayudar a un niño o a cualquier otra persona, antes de poder abrir la boca, ya le estaban diciendo o gritando:

- ¡Fea! ¡Bicho!, ¡Lárgate de aquí! ¡tú no sabes!

Aunque el hada era pequeña, su magia era muy poderosa, y más de una vez había pensado en hacer un encantamiento para volverse bella; pero luego pensaba en lo que le había pasado a su mamá de pequeña:

- Tu eres como eres, con cada una de tus cualidades y defectos, y seguro que es así por alguna razón especial.

Pero un día las brujas del país vecino arrasaron el país, haciendo prisioneras a todas las hadas y magos. Nuestra hada, poco antes de ser atacada, hechizo sus propios vestidos y se hizo pasar por una bruja. Así fue como pudo seguir las hasta su guarida, y una vez allí, con su magia preparó una gran fiesta para todas, adornando la cueva con murciélagos, sapos, arañas y música de lobos aullando.

Durante la fiesta, corrió a liberar a todas las hadas y magos, que con un gran hechizo consiguieron encerrar a todas las brujas en la montaña durante los siguientes 100 años.

Y durante esos 100 años y muchos más, todos recordaron la valentía y la inteligencia del hada fea. Nunca más se volvió a considerar en aquel país la diferencia una desgracia, y cada vez que nacía alguien diferente, todos se llenaban de alegría sabiendo que tendría grandes cosas por compartir con los demás.

Anexo 2 No creyó ser una rosa. Poesía para niños

Nació una rosa muy roja,
en un huerto de tomates,
por eso siempre pensó,
que, aunque extraña, era un tomate.

Los demás eran redondos,
ella muy alta y delgada,
y aunque todos la querían,
y nadie decía nada,

creció muy acomplejada,
pensando que era muy rara.

Hablaban dos pajarillos,
una tarde distraídos,
de la flor que entre tomates
tan bella había crecido.

'¿De quién habláis pajarillos?

Aquí no hay ninguna flor',
les dijo la bella rosa
cuando hablar los escuchó

Y al verla tan confundida,
la sacaron de su error:
'Eres una flor hermosa,
que has nacido entre tomates,
de nombre te llamas Rosa,

¿Ninguno te lo dijo antes?'

La miraron los tomates,
jellos tampoco sabían!,
cómo nació entre sus matas,
un tomate la creían

La flor se estiró orgullosa,
sabiendo que era una rosa,
pero se quedó en el huerto
alta, delgada y hermosa.

Cierra los ojos, siente que vas a hacer algo importante para ti, ocupar de ti, conócete más, experimenta nuevas cosas.

Colócate en disposición interior de escucharte, de observar qué es lo que ocurre mientras exploras, no te asustes ante lo que puedas sentir, aunque te resulte desconocido, extraño o no te guste. Permite poder expresar todas tus emociones y regístralas, recordando como te han hecho sentir o que has experimentado con cada una de ellas (quizás puedas entender cosas tuyas durante esta experiencia).

Empieza sintiendo la energía de tus manos: tu energía. Acércalas a tu cara sin tocarla, repite esto varias veces, acércalas y aléjalas de tu cara lentamente.

Deja, ahora que reposen sobre tu piel, fíjate cómo sientes tus manos sobre tu cara, siente ese contacto de tus manos, siente ¿cómo es tu piel? ¿cómo son tus manos? Su temperatura, su textura, su suavidad, su presión.

Poco a poco varía el tipo de presión que ejerces sobre tu rostro, sin lastimarte: va de lo más suave, un poco más profundo, hasta que casi sea imperceptible la sensación de contacto.

¿Cómo sienten tus manos el contacto con tu cara? ¿existen diferencias de temperatura en las diferentes zonas de tu cara? ¿Cuándo presionas, hay alguna zona que sientes tensa o con algún dolor?

Desliza tus manos para analizar tu cuello, tu cabeza, las mandíbulas, recuerda que son zonas donde puede concentrarse mucha tensión, así que al explorarlas trata de relajarlas poco a poco si es que las notas tensas, procura no lastimarte presionando demasiado si es que las sientes tensas, solo acércate a ellas y di con tus manos a esas partes de tu cuerpo que pueden aflojarse al menos un poco, que no tienen por qué estar a la defensiva en estos momentos.

Recorre tu cabeza, toca tu cabello, conoce tu cabello, acarícialo desde la raíz hasta la punta muy lentamente siente el cuero cabelludo, suavemente.

Tu frente, tus sienes con una presión muy suave o con movimientos circulares. Tus cejas, deslizando tus dedos por los párpados. Acaricia tus pestañas con las yemas de los dedos.

Conoce tu nariz por fuera y por dentro, introduce suavemente un dedo y analiza las sensaciones que te provoca hacerlo.

Conoce tus pómulos, tus mejillas, tu boca por fuera y por dentro, pasa los labios por tu boca, siente tus dientes, tus encías, tu paladar, tu lengua. Ve hacia tus orejas, pasa tus dedos por esa superficie, repasa los bordes, acaricia el interior cuidadosamente.

Recorre tus brazos suavemente con tus manos, toca tus manos, siente la suavidad, recórrelas, siente como a través de ellas expresas lo que dices, recorre

cada dedo, toca tus uñas vuelve a recorrer tus brazos, abrázate, ve subiendo tus brazos lentamente, hasta tocar tus hombros haz círculos con tus manos en ellos. Visualiza la capacidad que tienen para alcanzar lo que deseas, ellos representan la fuerza de sostener, de dar, pero también de proteger, de poner distancia entre nosotros y los demás, de abrazar y recibir.

Después ve bajando tus brazos lentamente, encuéntrate con tu estómago, siente el centro de tu cuerpo, analiza tu respiración, toca tus piernas, poco a poco si tienes la oportunidad sentarte, y poco a poco ve bajando tus manos hasta llegar a tus pies.

Haz un recorrido más general integrando todas las zonas con las que acabas de hacer contacto de cabeza a pies, recuerda que cuando digo integrar me refiero a que sientas que todo forma parte de ti, de un conjunto, de un todo.

Anexo 4

¿Quién es quién?

Descubre de qué se disfrazó cada amigo.



1



2

PISTAS

- Pedro tiene bigotes.
- Jorge no eligió el traje de torero ni el de escocés.
- Sara es la esposa de Mario.
- Laura no se disfrazó de japonesa.
- Raúl no llevó nada en sus manos.



3



4



5



6

https://picasaweb.google.com/betianansp

Mensajes secretos

Descubre la respuesta a cada pregunta, reemplazando cada dibujo por una letra: a igual dibujo le corresponde la misma letra. Ambos juegos usan la misma clave.

1. ¿Cuál es el colmo de la mala puntería?

T			
☎	✉	⌚	😊

N		
🕯	✋	😊

M

✍	✈	✋	💧	🍌	😊
---	---	---	---	---	---

L

😊	☎
---	---

P

✋	✉	😞	✈
---	---	---	---

Y

☎

	💧	⌚	⌚	😊	⌚	☎	💧
--	---	---	---	---	---	---	---

2. ¿Cuál es el colmo de un forzado?

😊	✋	R			
⌚	💧	☎	⌚	☎	⌚

🕯	✋	😊
---	---	---

D

✍	✈	✋	💧	🍌	😊
---	---	---	---	---	---

H

⚙	😊	😞	☎	😊
---	---	---	---	---

Q

🔔	🕯	💧
---	---	---

C

☎	😊
---	---

S

😞	😊	🔔	🕯	💧
---	---	---	---	---

G

☎	😊
---	---

☎	💧	✋	★	🕯	😊
---	---	---	---	---	---

Fotos







