

GUIÓN DEL PROGRAMA RADIAL “APRENDO EN CASA”
- EDUCACIÓN SECUNDARIA – 3ERO Y 4TO

I. DATOS GENERALES

Nombre del programa	: Aprendo en Casa
Programa N°	: 02
Género	: Educativo - adolescente
Duración	: 25 minutos
Horario de transmisión	: Martes 9:00 am - 9:30 am
Frecuencia	: 1 vez por semana
Secciones	: <ol style="list-style-type: none"> 1. Bienvenida 2. Situación significativa 3. Nuevos aprendizajes 4. Pongo en práctica lo aprendido 5. Inspírate 6. Repasamos lo aprendido y despedida
Fecha de entrega	: 14/05/2021
Fecha de transmisión	: 17/05/2021

II. ORIENTACIÓN PEDAGÓGICA

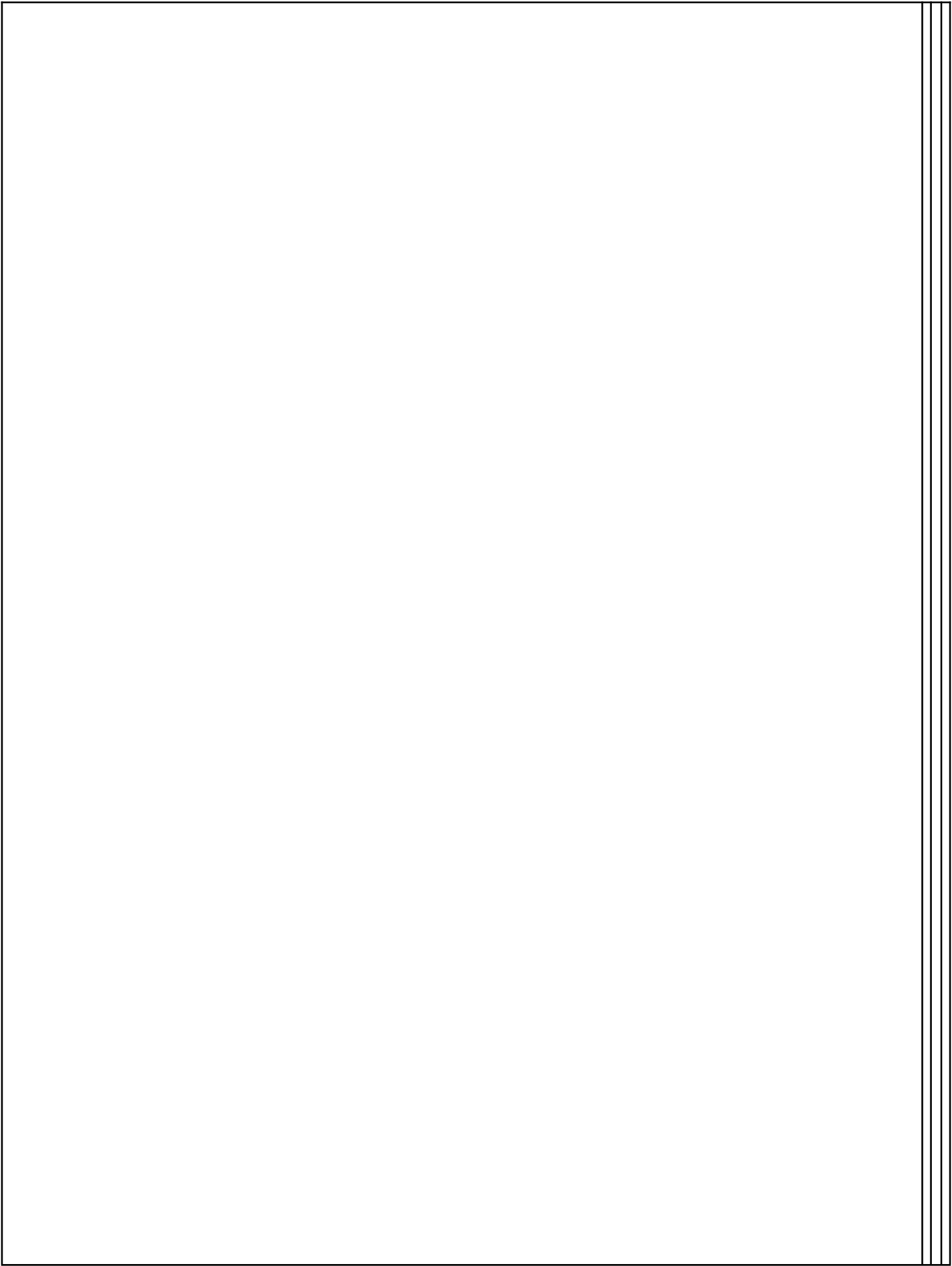
Título de la sesión	: Reconocemos relaciones saludables en nuestro entorno
Propósito	: Las y los estudiantes diferencian las relaciones saludables y las relaciones tóxicas con las personas de su entorno
Servicio educativo	: Tutoría y Orientación Educativa
Competencias	: Construye su identidad Convive y participa democráticamente.
Público objetivo	: Estudiantes de 3ero y 4to grado de secundaria de zonas rurales y urbanas.

I. DESARROLLO DEL PROGRAMA

BLOQUE 1: Bienvenida

Observaciones

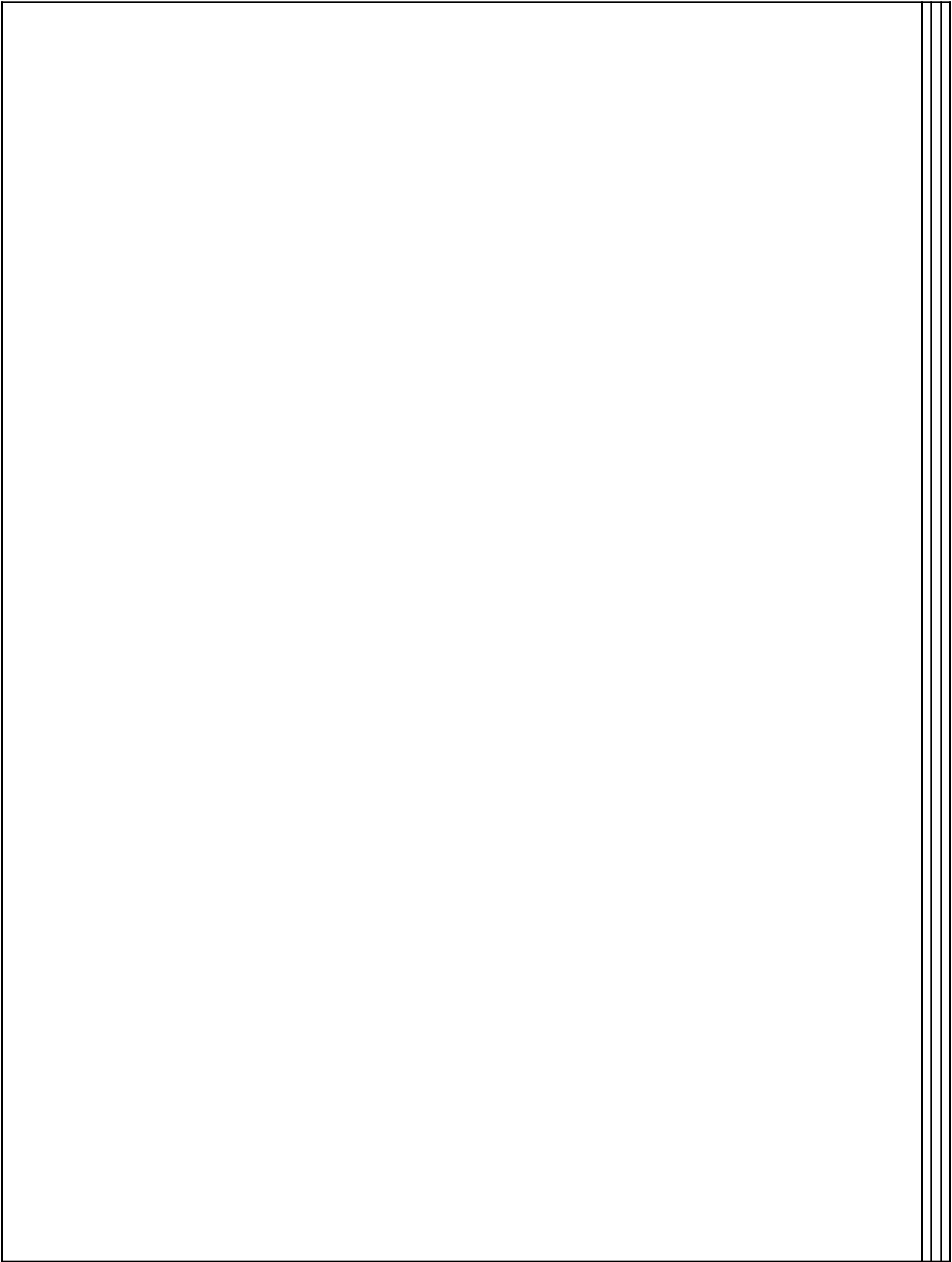
Cuña introductoria Pista musical del programa

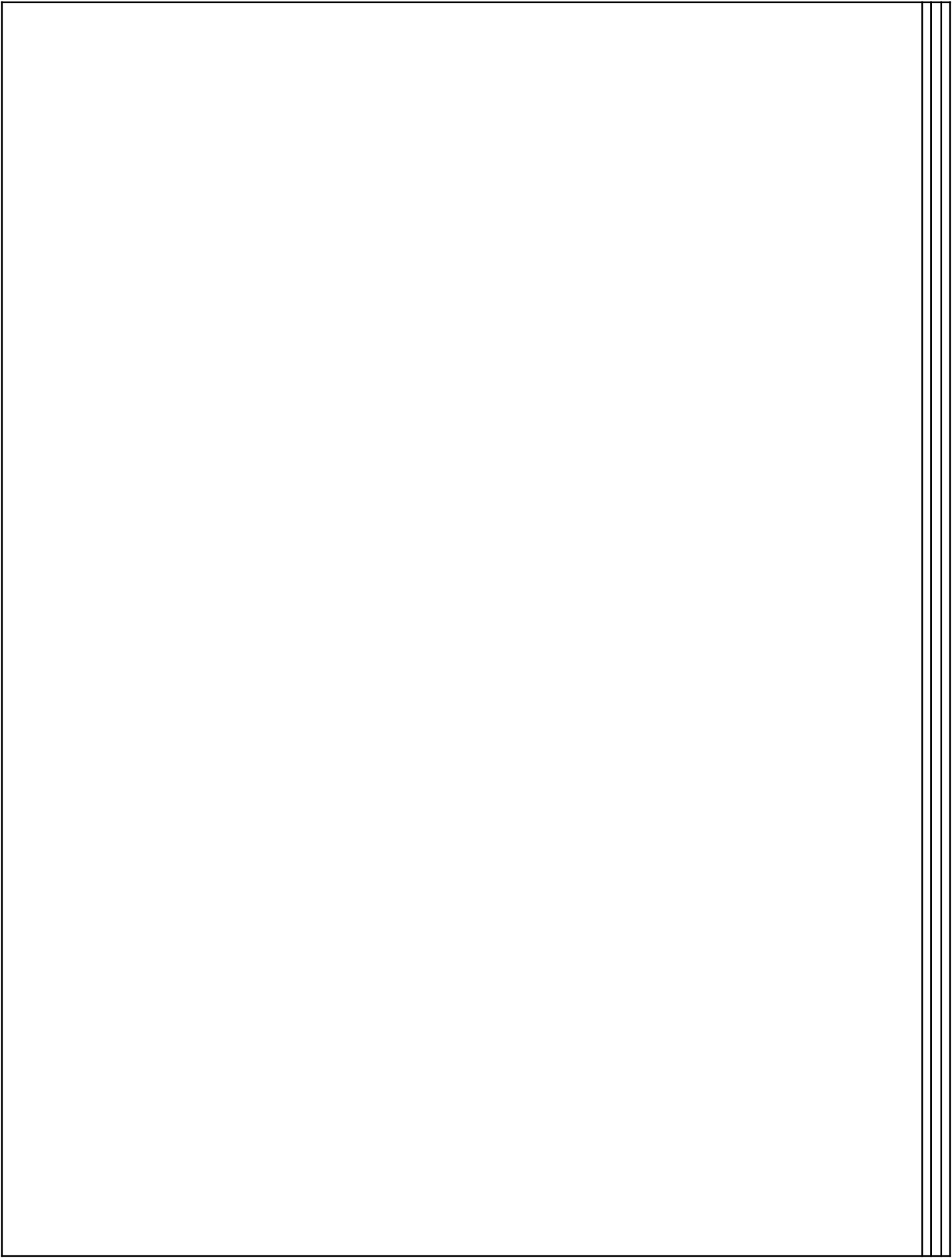


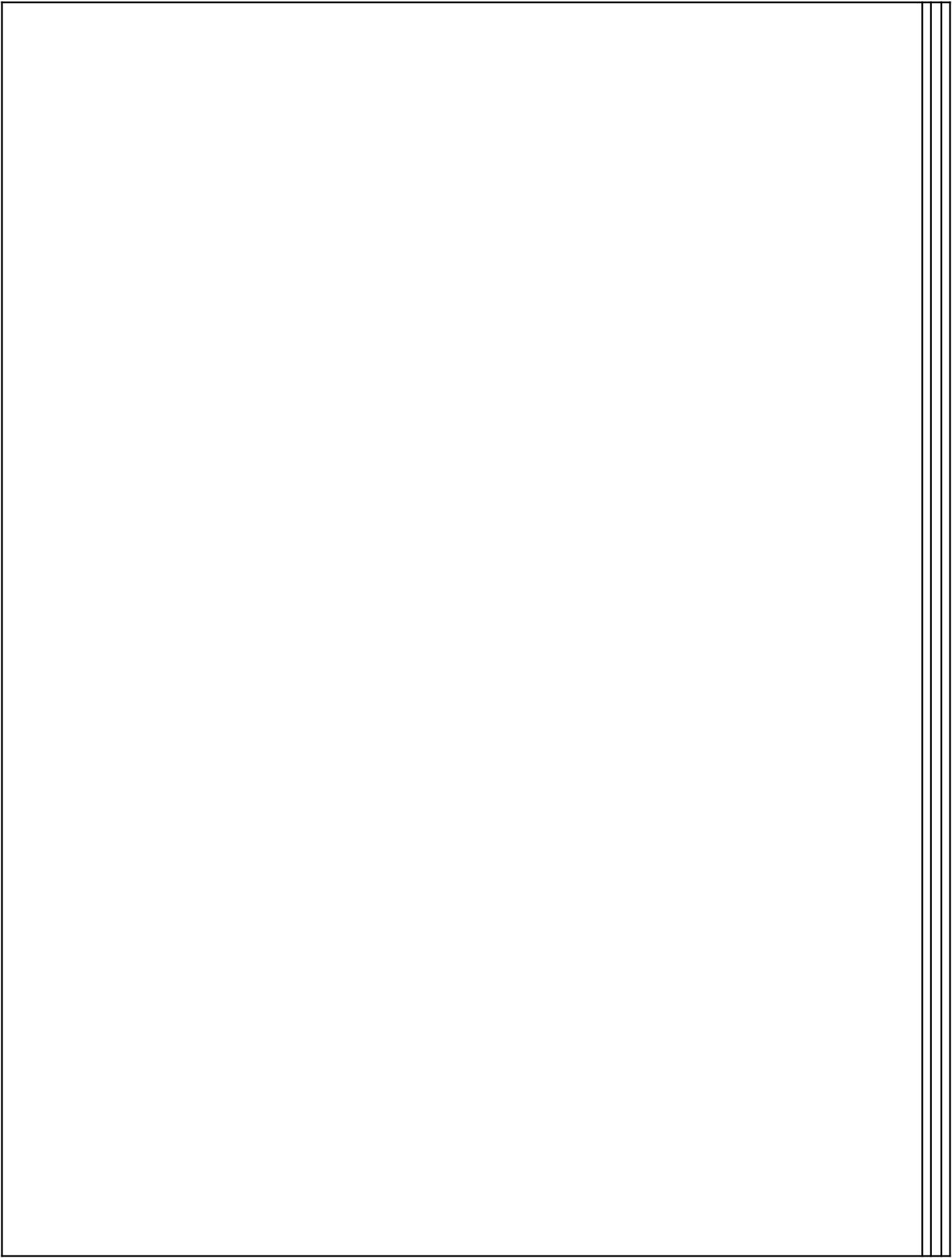
Bienvenida

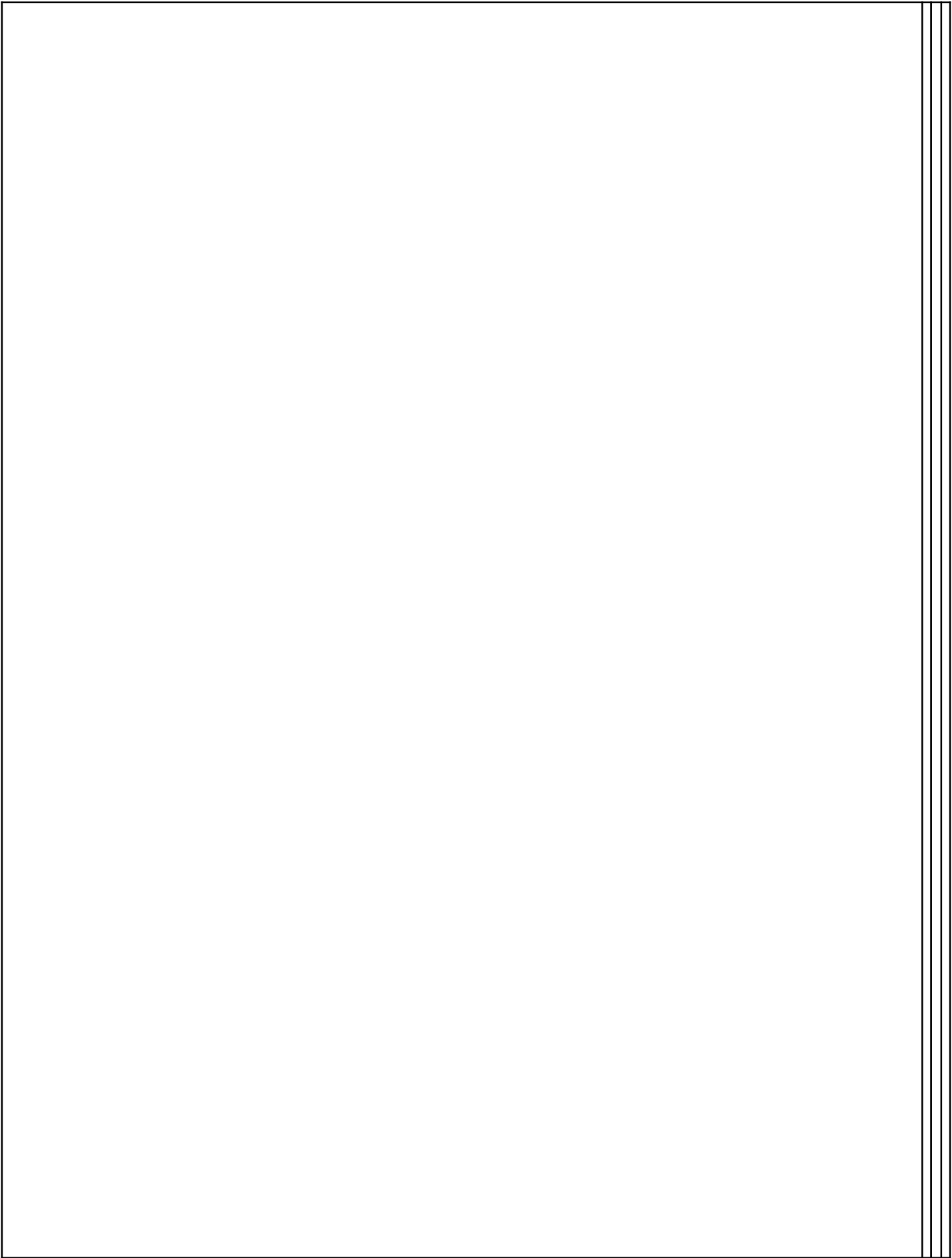
SONIDO DE CUENTA REGRESIVA

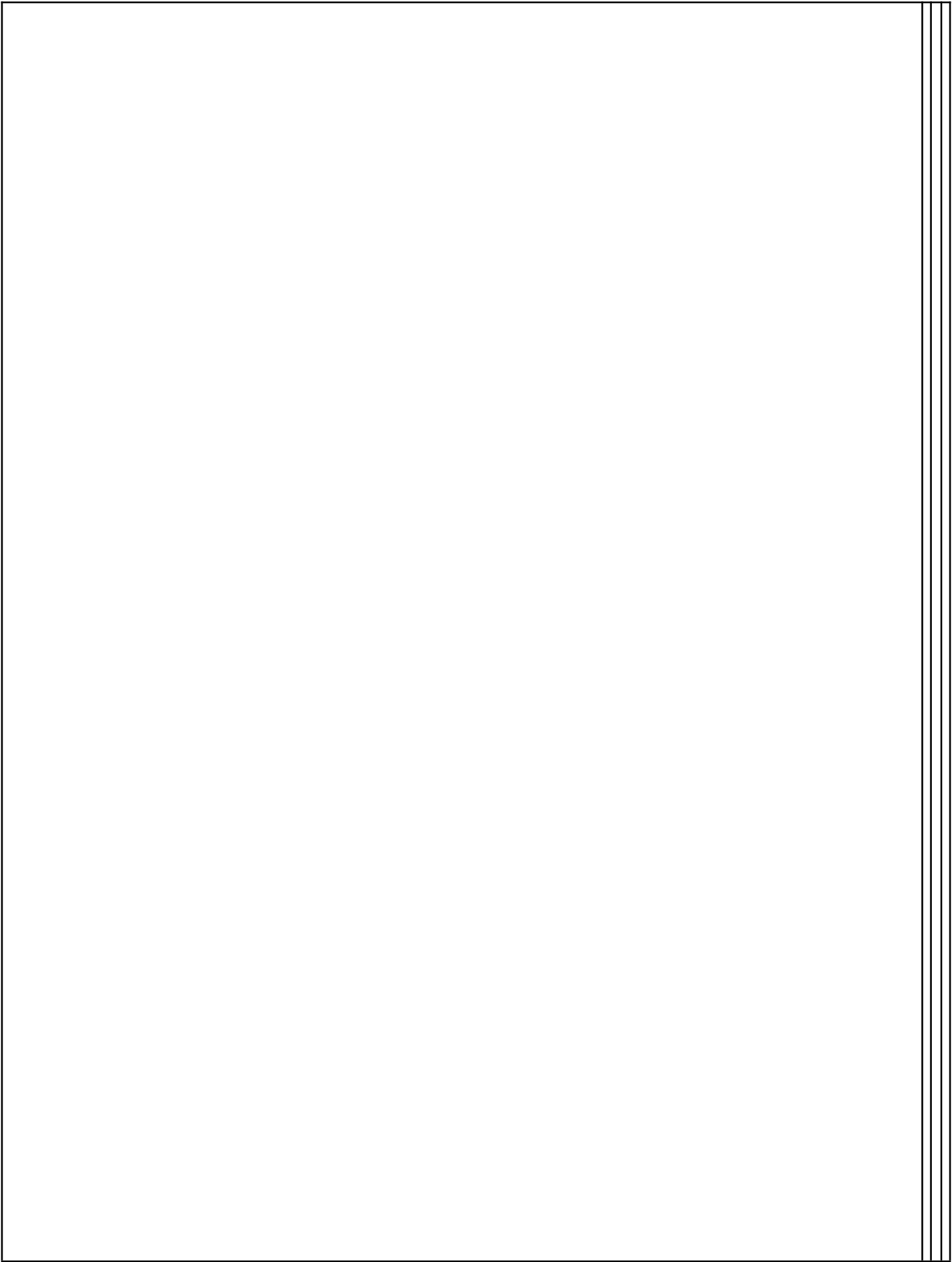
Audio saludos de adolescentes

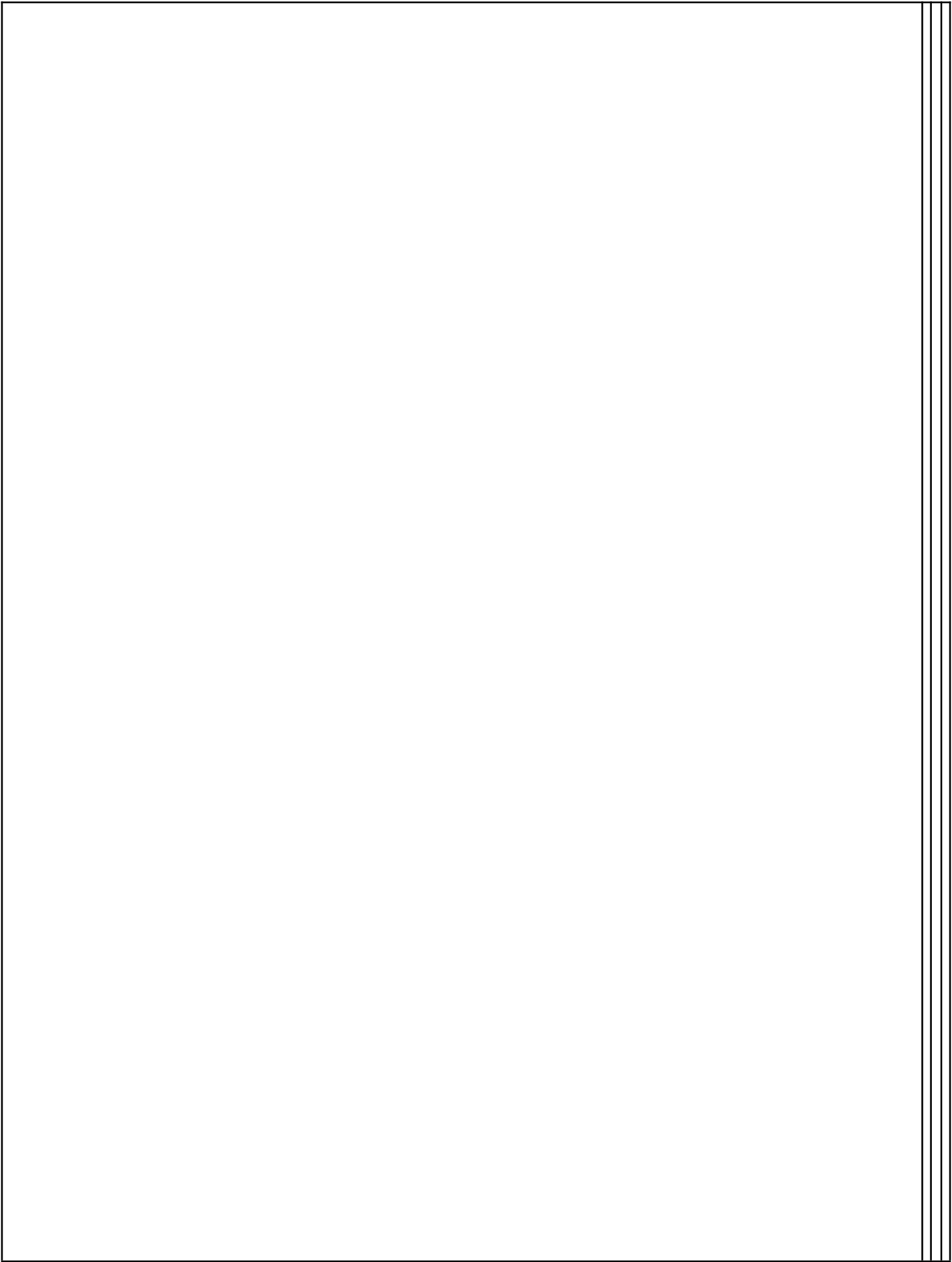


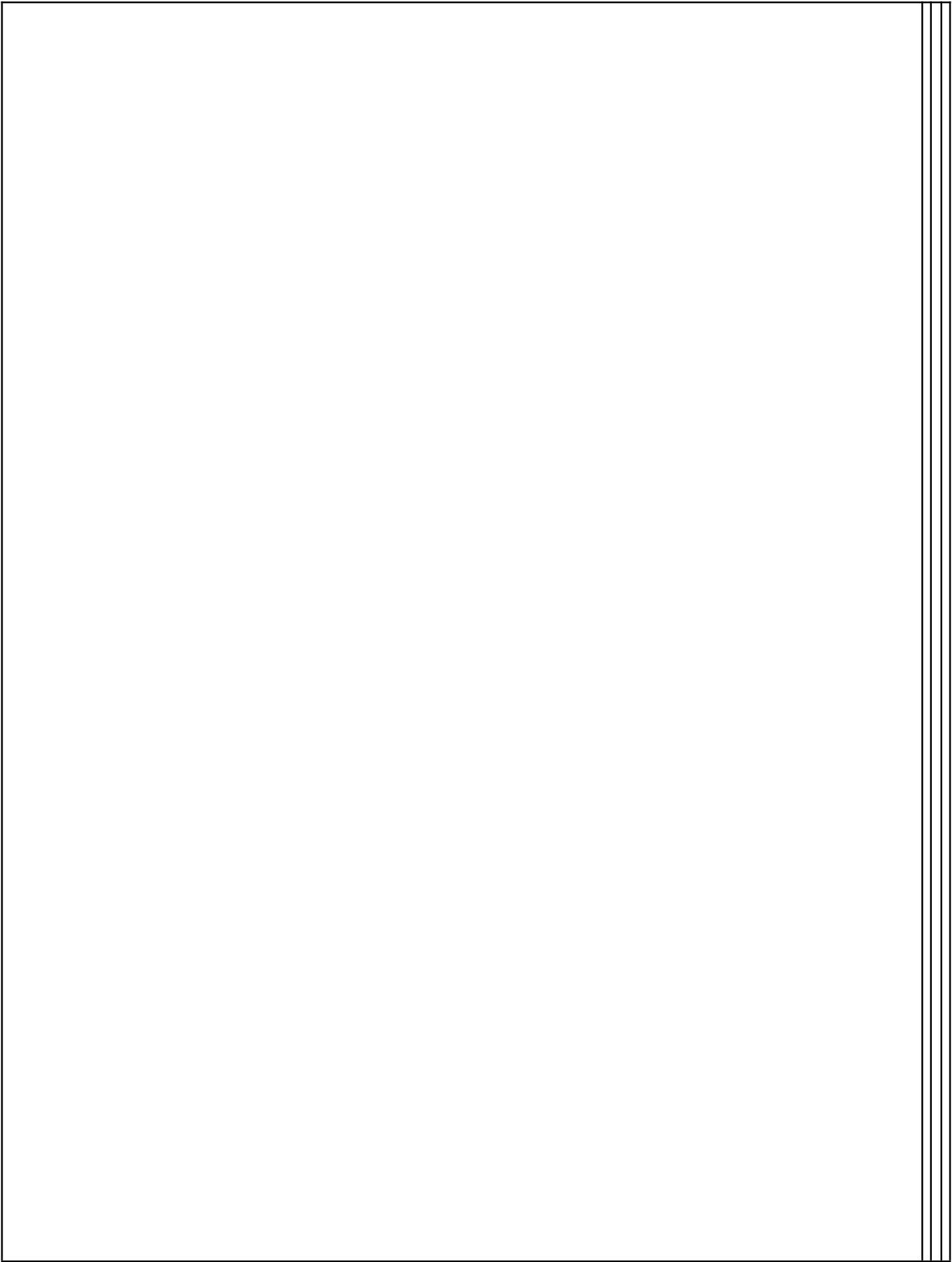


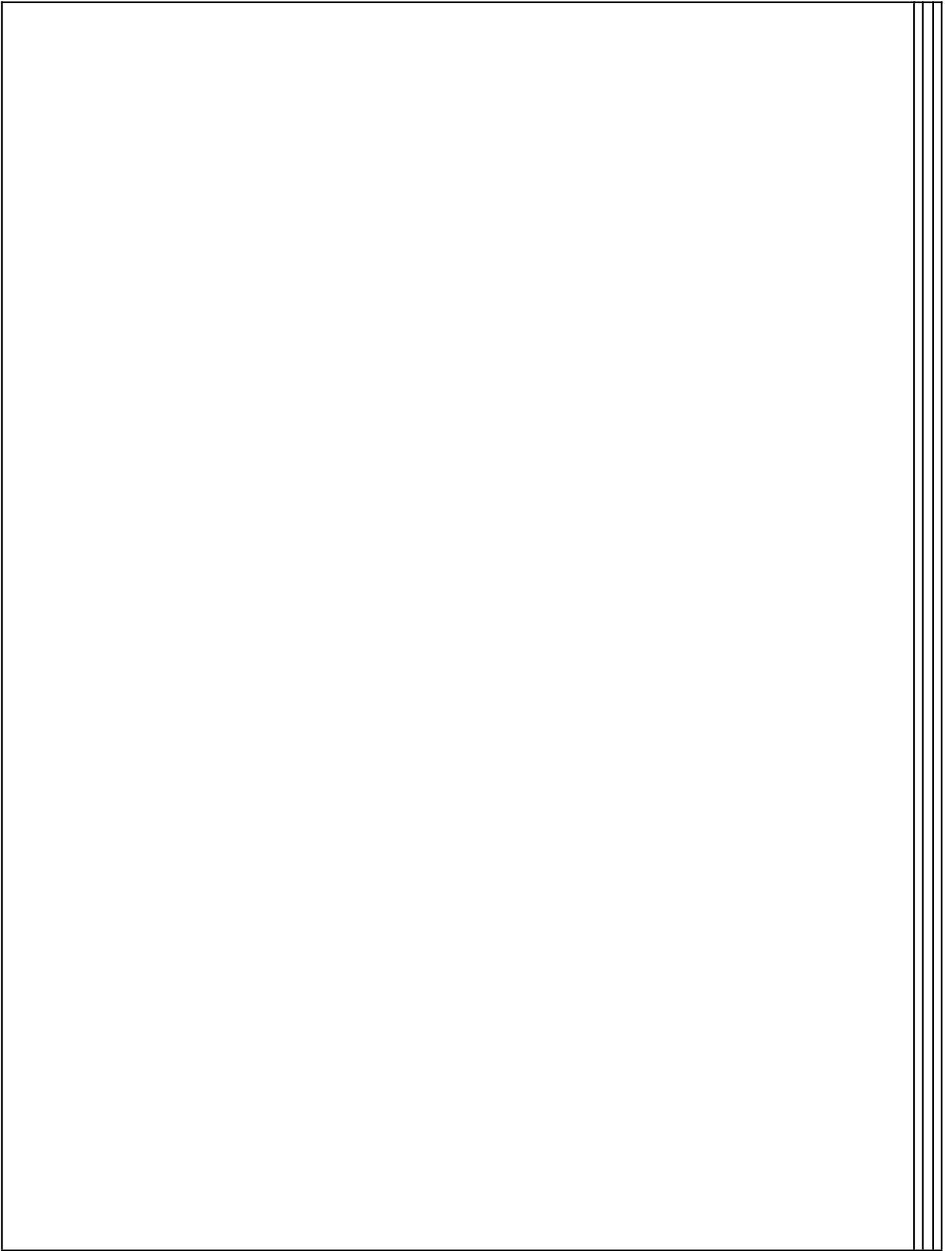


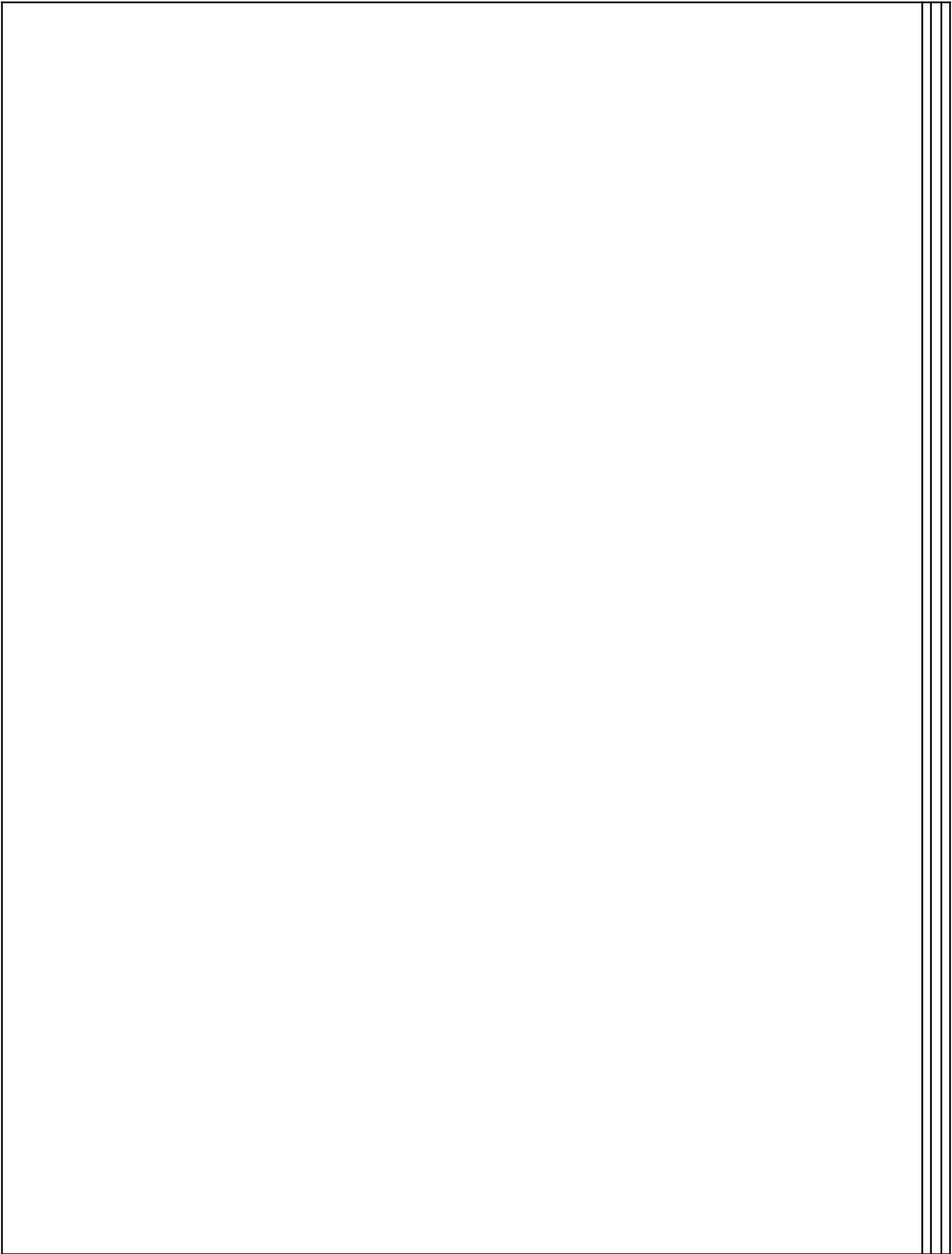


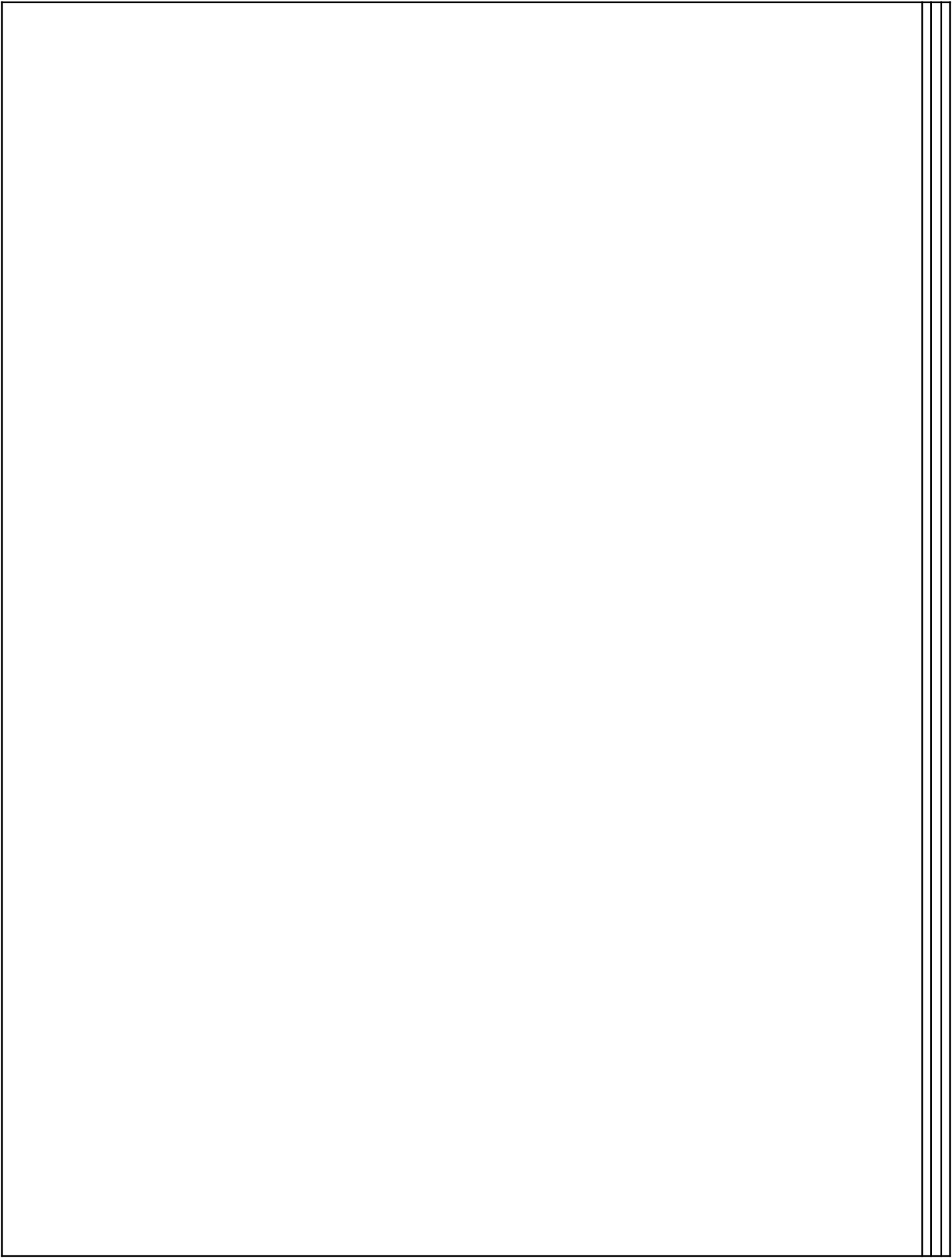


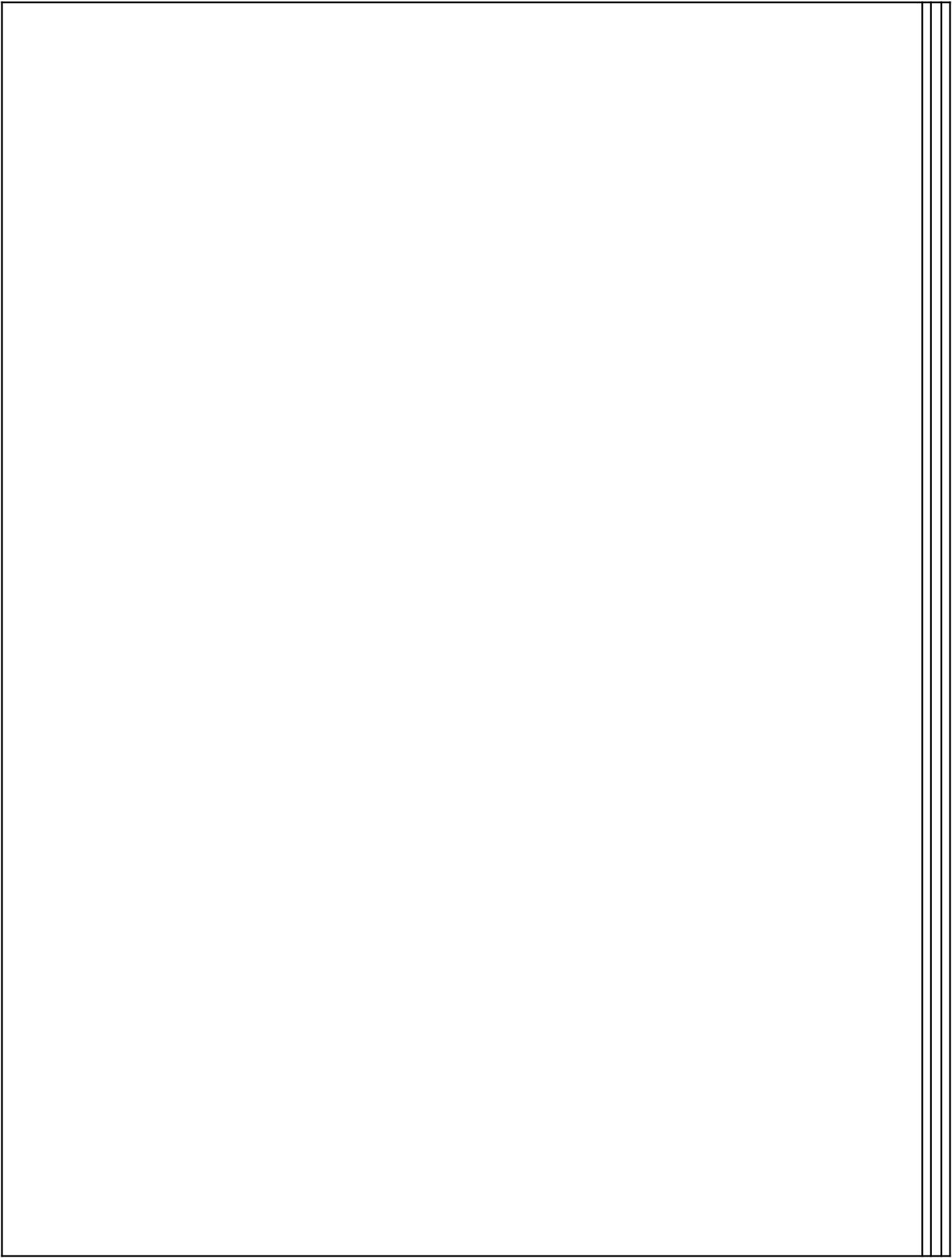


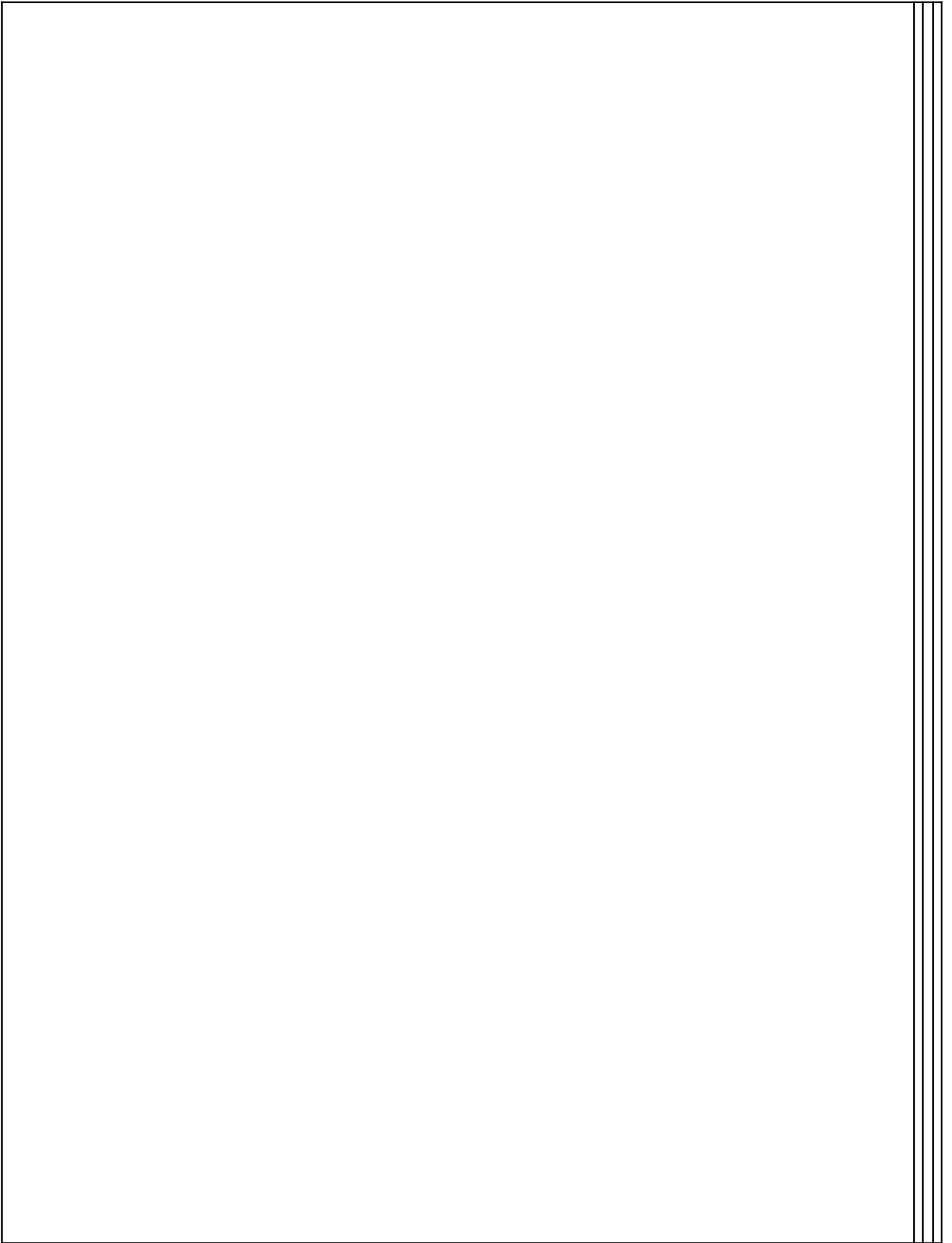


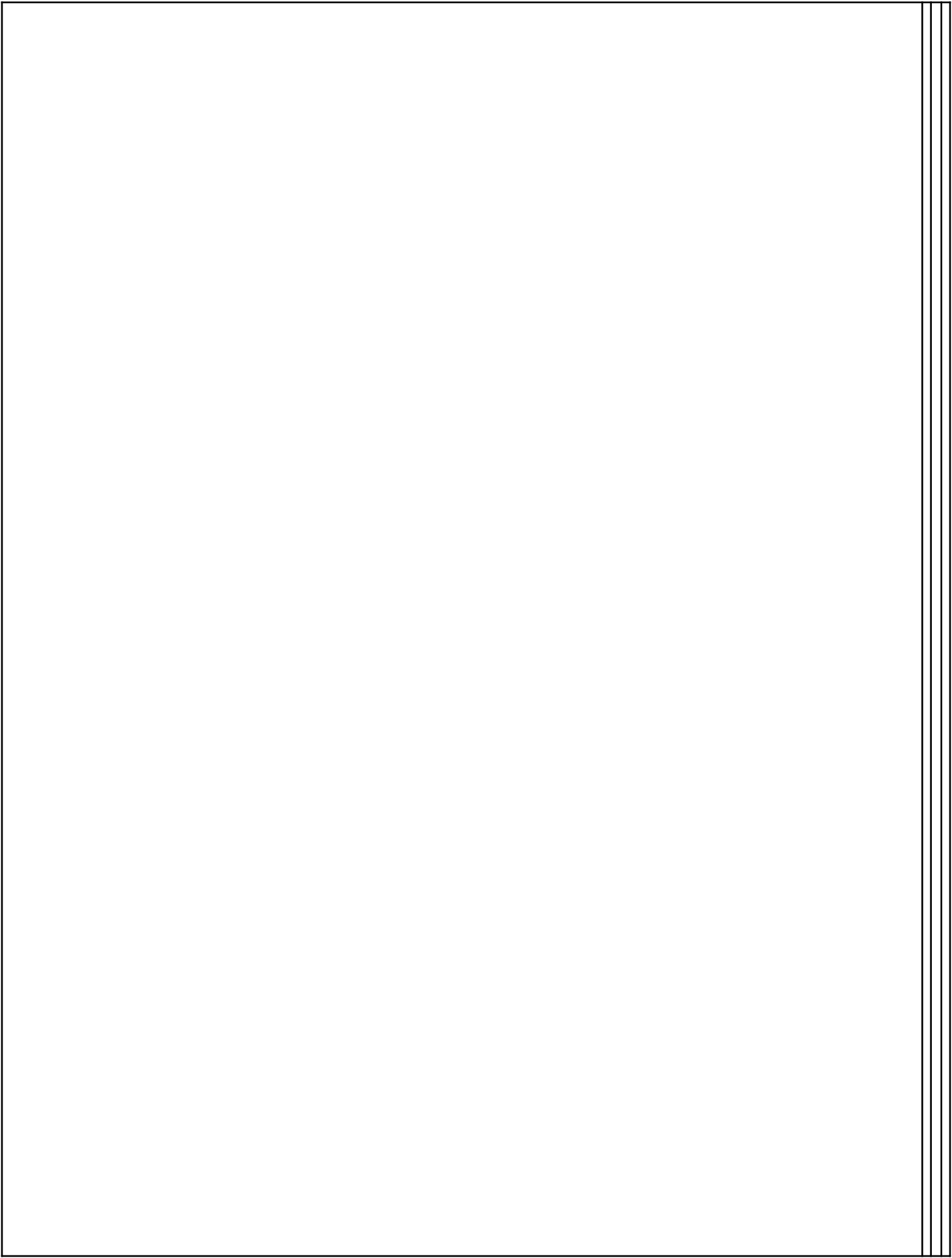


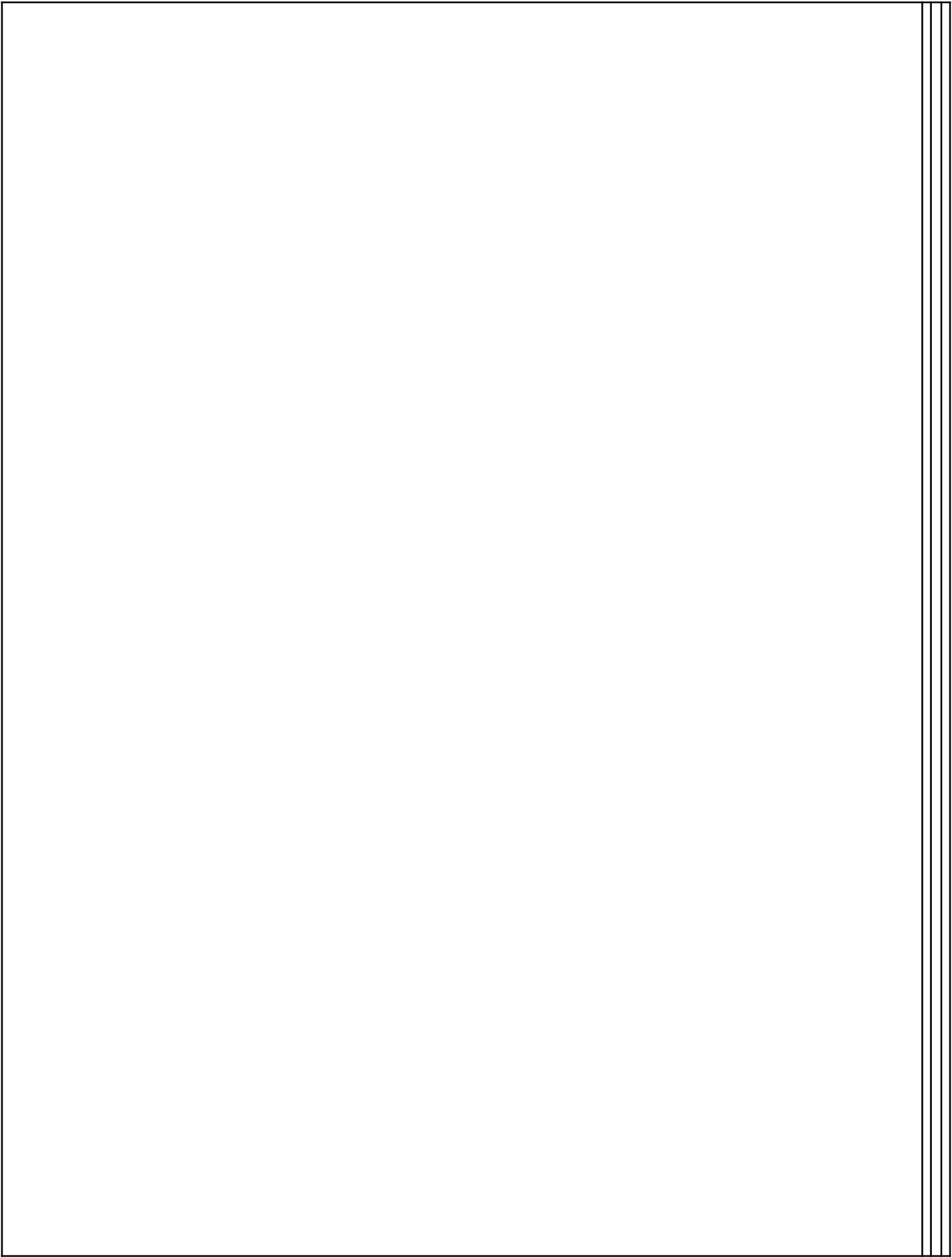


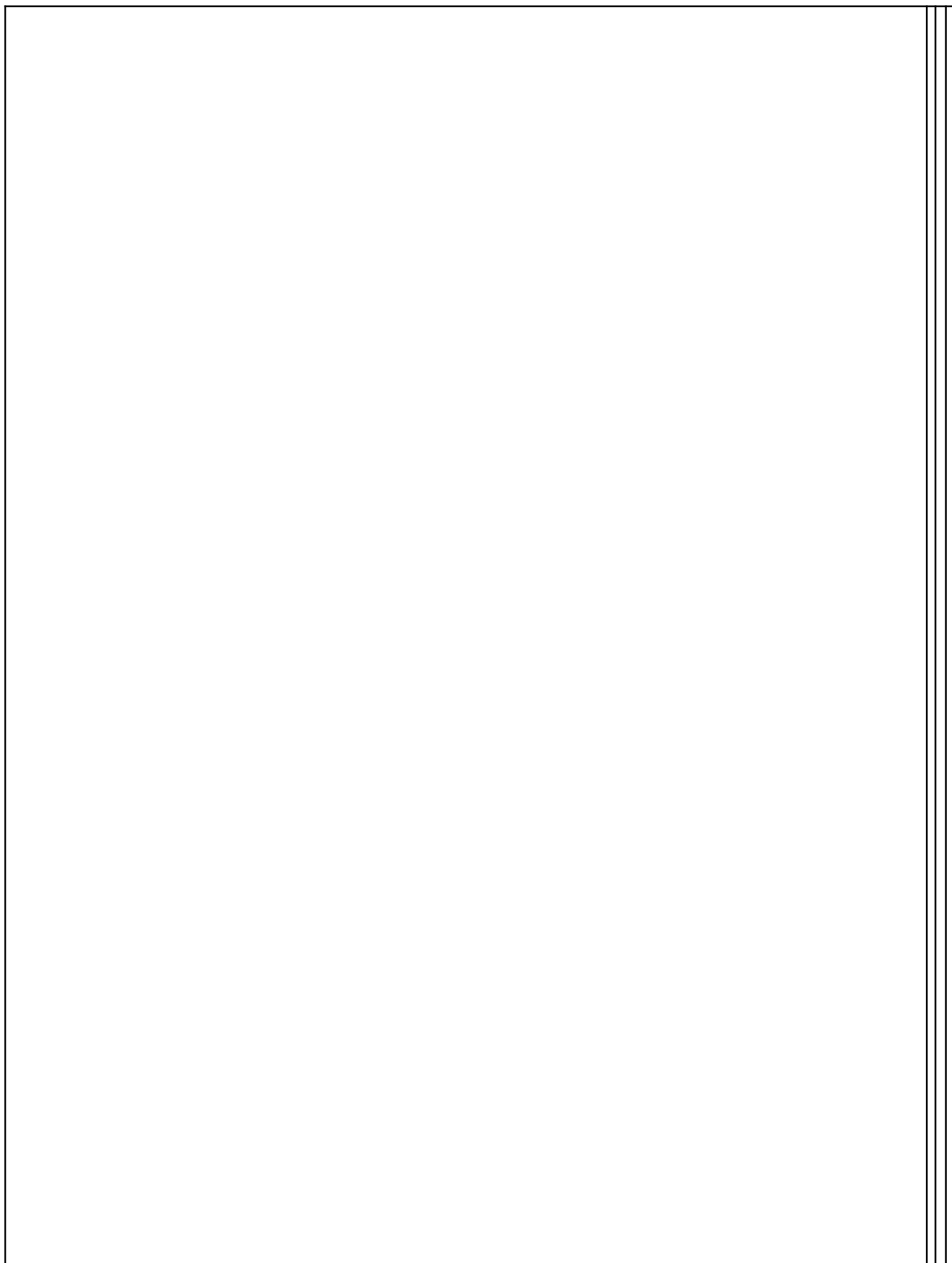


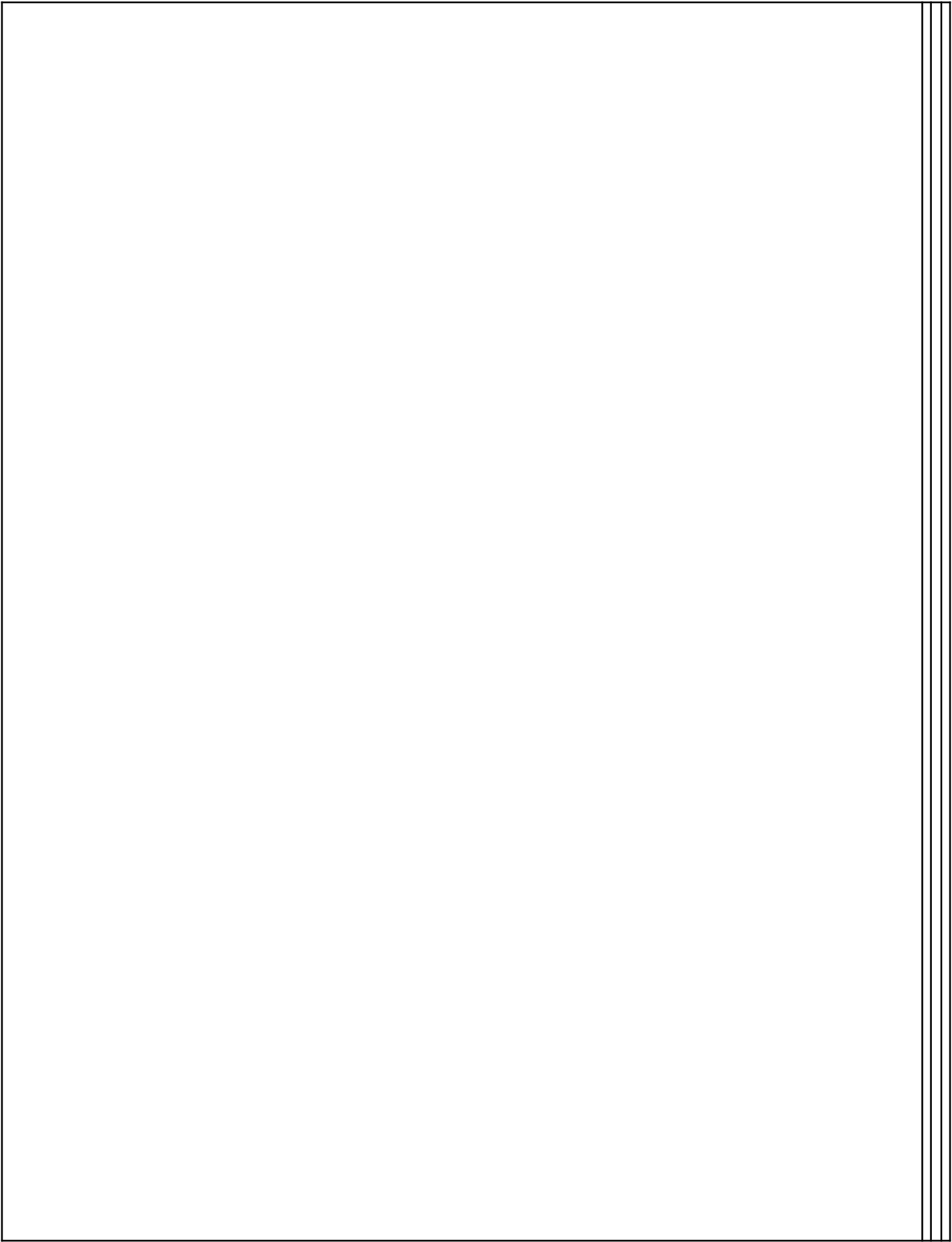


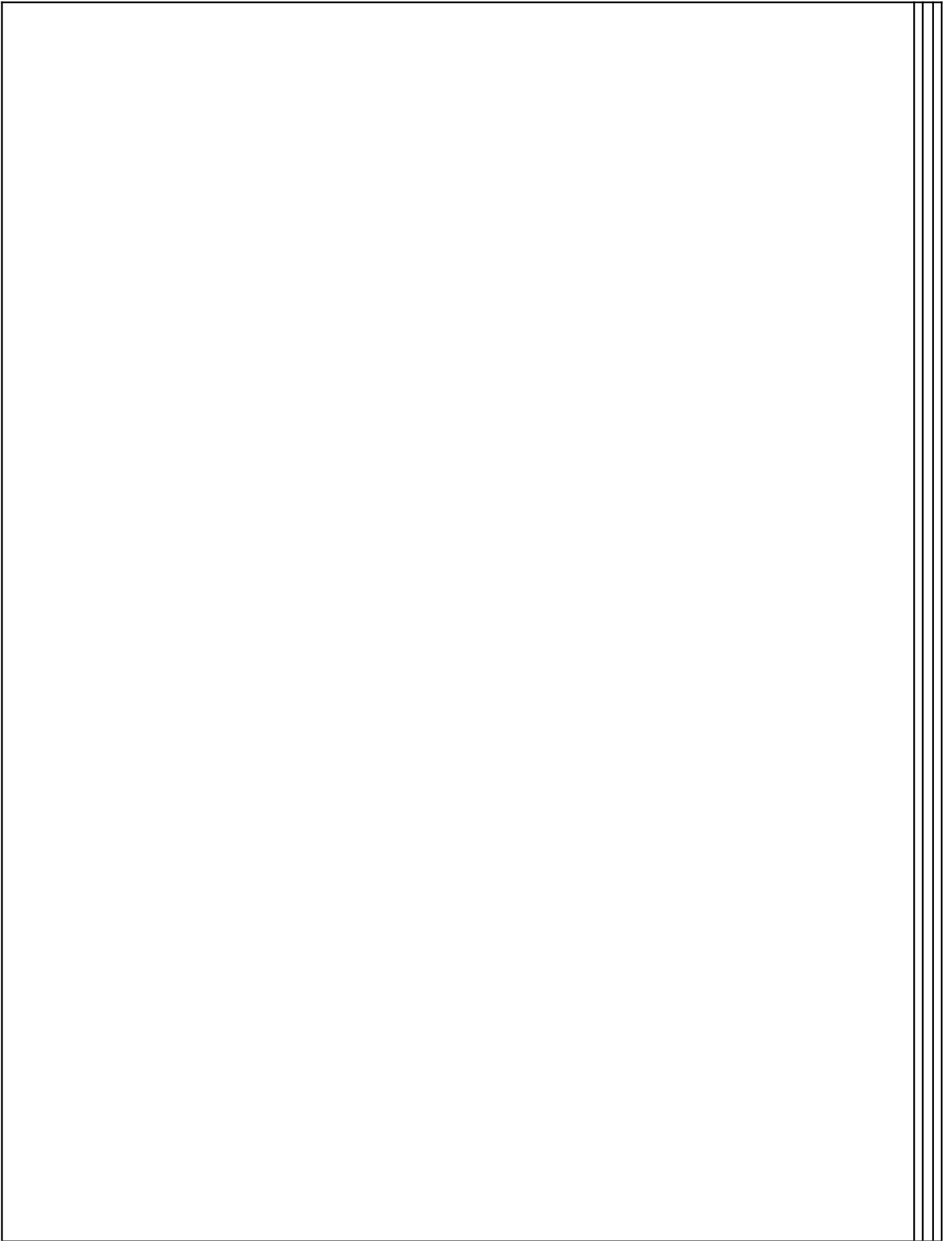














	<p>Y: Los saludos nos indican que estamos listos con mucha energía y buena disposición para seguir aprendiendo.</p> <p>X: así es estimadaY, Este espacio es para que sigamos fortaleciendo nuestros aprendizajes, ya que todas y todos venimos con saberes previos, que hemos vivenciado y aprendido en nuestra familia y entorno.</p> <p>Y: Te comento ...X, que hoy vamos hablar de un tema muy importante para todas y todos, pero en especial para las y los adolescentes, y tiene que ver con las relaciones saludables.</p> <p>X: Qué tema para interesanteY, ¿O sea que las y los estudiantes van aprender a diferenciar las relaciones saludables de las relaciones tóxicas que establecen con las personas de su entorno?.</p> <p>Y: Exacto...X, esto les ayudará a entender que las relaciones afectivas saludables nos hacen sentir bien.</p> <p>X: Porque una relación saludable se basa en el respeto mutuo, la comunicación constante, el cuidado y la protección del uno por el otro, el respeto a las decisiones y, en especial, la confianza.</p> <p>Y: Entonces el programa de hoy se llama</p> <p>(Redobles de Tambores)</p> <p>Y: “Reconocemos relaciones saludables en nuestro entorno”</p> <p>X: Que interesante Y, porque es importante que sepamos que no hay una relación perfecta y todos cometemos errores. Pero si consideras que alguien te trata de mala manera, entonces</p>		
--	---	--	--

<p>Audio redoble de tambores</p>	<p>seguramente no es saludable. Confía en tu intuición. Las relaciones saludables hacen que uno se sienta bien con uno mismo.</p> <p>Y: Bien no se diga más, pónganse cómodos que vamos al siguiente bloque a seguir reflexionando sobre la importancia de reconocer las relaciones saludables en nuestro entorno.</p> <p>X: Y para los que recién nos sintonizan les recordamos que este es un programa de tutoría para estudiantes de 3ero y 4to de secundaria.</p>		
BLOQUE 2: Situación significativa			
Observaciones	Audio de sección	Tiempo real	Tiempo recorrido
<p>CAMBIAR PISTA MUSICAL</p>	<p>Y: Ahora, para acercamos al tema, les vamos a contar unas historias.</p> <p>X: Vamos a empezar con Maritza</p> <p><i>Maritza nos cuenta que Ivonne es su mejor amiga, pero ella se molesta con ella, cada vez que conoce nuevas amistades. Ambas siempre han sido muy amigas, comparten útiles y tareas, y se han contado muchas situaciones familiares. Ivonne piensa que Maritza debe ser su única amiga y no soporta que tenga nuevas amistades. Se siente desplazada y no quiere hablarle.</i></p> <p>Y: Seguimos con Justino</p> <p><i>A él le gusta mucho Adela y siempre quiere quedar bien con ella, pero últimamente ya no se siente cómodo, porque Adela quiere revisar su celular, su correo e incluso le ha pedido su clave de Facebook. Aunque él no tiene nada que ocultar, le incomoda que Adela no le tenga confianza.</i></p> <p>X: Finalmente Juana nos cuenta que está triste porque siente que algo no anda bien con Raúl, su</p>		

	<p><i>enamorado. Cada vez que ella desea ir a la casa de alguna de sus amigas, Raúl le insinúa que mejor no vaya porque son malas amistades, y se pone triste porque ella prefiere más a sus amigas que a él. Esto ha hecho que Juana se aleje de sus amigas y las extraña mucho, pero tampoco quiere que Raúl se sienta mal.</i></p> <p>Y: Ahora que han escuchado las historias de Maritza, Justino y Juana vamos a reflexionar mediante algunas preguntas</p> <p>X: Atentas y atentos que ahí vamos, con la primera pregunta. ¿En que se parecen las historias de Maritza, Justino y Juana? (Repito)</p> <p>X: Segunda pregunta: ¿Qué crees que está sucediendo en cada historia? (Repito)</p> <p>X: Tercera pregunta: ¿Las situaciones descritas en las historias pueden afectar la amistad o las relaciones de pareja? ¿Por qué? (Repito)</p> <p>X: Cuarta y última pregunta: ¿Por qué crees que las situaciones planteadas en las historias existen? (Repito)</p> <p>Y:X, ya tenemos algunas respuestas de los estudiantes.</p> <p>X: Que rápidos que son, escucharlos siempre es un abanico de aprendizajes.</p> <p>Y: Voy a leer una respuesta por pregunta.</p> <p>X: Claro.</p>		
--	---	--	--

	<p>Y: Juan Marco de Pasco, nos dice que las tres historias encierran relaciones nada saludables, que en el fondo pueden terminar en violencia en cualquier momento. Creo que es importante que fortalezcan su autoestima para desarrollar sus relaciones con respeto, honestidad, igualdad y sobre todo con una comunicación adecuada.</p> <p>X: Qué interesante lo que nos comentas Juan Marco, como mencionas, estas relaciones no están respetando los espacios y decisiones de las otras personas, por lo que no podemos considerarlas como saludables.</p> <p>Y: Para la segunda pregunta. Mercedes de Oxapampa nos dice que en cada historia se esta presentando un problema, al principio todo parece estar bien, pero con el pasar del tiempo las situaciones han ido complicándose. Cree que cada caso debe abordarse de manera distinta, siempre encontrando el bienestar para ambos.</p> <p>X: Gracias Mercedes, como mencionas las relaciones que establezcamos, deben ser relaciones basadas en el diálogo, el respeto y la confianza. Si alguno de estos elementos falla, esas relaciones no contribuyan con nuestro bienestar.</p> <p>Y: Ahora para la tercera pregunta. Felipe de Tumbes nos dice que las situaciones descritas en las historias definitivamente afectan a las relaciones de amistad y de parejas, porque la confianza, la comunicación ya no es la misma y cuando las relaciones estan dañadas no son saludables y tampoco nos permite seguir creciendo y desarrollándonos.</p> <p>X: Exacto Felipe, debemos procurar que las relaciones que establezcamos nos permitan seguir creciendo y desarrollándonos. Si no se dan</p>		
--	--	--	--

	<p>de esa forma podrían limitar nuestros derechos y afectar nuestro desarrollo personal.</p> <p>Y: Por último, tenemos a Martha de Madre de dios y ella nos dice que las situaciones planteadas en las historias existen, por que también se pasan de generación en generación y las personas lo aprenden. Por ello es importante que todos aprendamos a identificar estas situaciones que ya no son saludables ni nos permiten seguir creciendo en armonía y tampoco fortalece la convivencia en nuestro entorno.</p> <p>X: Excelentes respuestas de nuestros estudiantes, no sabes ...Y, cuanto aprendí con sus reflexiones.</p> <p>Y: Así esX, Muchas gracias a todas y todas sus respuestas han sido importante, de seguro en sus casas también han podido anotar las preguntas y responderlas a lo largo del día o la semana.</p>		
--	---	--	--

BLOQUE 3: Nuevos aprendizajes

Observaciones	Audio	Tiempo real	Tiempo recorrido
CAMBIAR PISTA MUSICAL	<p>Y: ¡Muy bien! Las respuestas han sido importantes porque nos las comparten desde sus propias experiencias.</p> <p>X: Bien, ahora vamos a afianzar nuestro tema de hoy, el cual tiene que ver con reconocer las relaciones saludables en nuestro entorno.</p> <p>Y: En las historias que leímos podemos identificar que existen relaciones, de amistad o de pareja, en las cuales una de las personas intenta manipular o ejercer dominio sobre otra a través de conductas como quitar el habla, molestar o victimizarse. En situaciones como estas o similares, incluso se puede llegar a amenazar o ejercer la violencia.</p>	cinco	

	<p>X:...Y, el tipo de relaciones que conocimos mediante las historias no son saludables, porque causan daño psicológico y hasta físico, ya que al ejercer presión sobre nosotras/os, no tenemos la oportunidad de tomar decisiones libremente, se reduce la capacidad de percepción de los hechos y nos podríamos sentir culpables por lo que le pudiera pasar a la otra persona.</p> <p>Si no nos damos cuenta de que estamos en una “relación tóxica”, el problema se irá incrementando de tal forma que será difícil hallar una solución.</p> <p>Y: A estas situaciones, las podemos reconocer como relaciones toxicas, que son aquellas en las que por lo menos un integrante de la relación tiene comportamientos y actitudes totalmente impropios, que pueden llegar a suponer una situación de vulnerabilidad psicológica y emocional para la otra persona.</p> <p>X: Y... a veces, no somos capaces de darnos cuenta de que estamos viviendo situaciones de abuso. El amor que sentimos puede cegar nuestro juicio y llevarnos a perdonar cualquier situación, al punto de ver algunas actitudes como “normales”. Y a pesar de que familiares, amigas o amigos nos adviertan de que nuestra relación no es saludable, podríamos seguir con los ojos vendados</p> <p>Y: Tienes razón X. Por ello es importante reconocer algunas características de este tipo de relaciones. Atentas y atentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cuando a nuestra pareja le molesta que pasemos tiempo con amigas, amigos o familiares. - Cuando investiga nuestras redes sociales y el teléfono móvil. No respeta nuestra privacidad. - Cuando nos menosprecia y da a entender que sin ella o él no seríamos nadie ni podríamos seguir adelante. - Cuando nos chantajea emocionalmente. - Cuando nos trata con un exceso de paternalismo y sobreprotección. 		
--	--	--	--

	<p>- Cuando critica nuestra forma de vestir, nuestro estilo, etc.</p> <p>X: Si bien cada pareja o amistad tiene su propia dinámica, que depende de varios factores personales y sociales, hay aspectos que nos pueden ayudar a construir relaciones afectivas saludables.</p> <p>Y: La clave está en la empatía. Solo así podemos comprender el punto de vista del otro y también ser asertivos en la forma de comunicar nuestros sentimientos y forma de pensar.</p> <p>X: Así esY, es importante recordar que la comunicación asertiva es la capacidad de expresar las ideas de forma clara y honesta, sin afectar o dañar la sensibilidad de los demás.</p> <p>Y:X, No existe comunicación asertiva sin escucha activa. Al desarrollar esta habilidad, los estudiantes son capaces de usar el lenguaje no verbal para mostrar interés en lo que está escuchando y concentrar su atención en lo que otros quieran decirle, además de escuchar sin aconsejar, juzgar, minimizar ni culpar.</p> <p>X:Y, No olvidemos que ser asertivos es fundamental ya que nos permitirá expresar de manera directa opiniones y sentimientos. Es importante desarrollarla porque permitirá que las y los adolescentes sean capaces de comunicarse con confianza, honestidad y respeto.</p> <p>Y: También es fundamental fortalecer la autoestima, lo que implica valorarse a sí mismo. Además, nos permite lograr una actitud de evaluación sobre uno mismo, influye en el estado de ánimo, en el comportamiento y ejerce influencia en los comportamientos personales y sociales.</p> <p>X: Ahora, vamos a conocer algunos aspectos que contribuyen al establecimiento de relaciones saludables:</p>		
--	---	--	--

	<ul style="list-style-type: none"> - El Respeto mutuo. Respetemos y valoremos las opiniones, las decisiones, las emociones y los sentimientos de la otra persona, es decir, su forma de ser, de sentir, de pensar y sus espacios. <p>Y: La comunicación constante. Expresemos lo que pensamos y sentimos, lo que nos agrada y desagrada. Aprendamos también a escuchar a la otra persona.</p> <ul style="list-style-type: none"> - El cuidado y protección de la otra persona. Busquemos el bienestar de los demás, cuidémonos y tratemos de ser mejores cada día. Motivémonos mutuamente para alcanzar nuestras metas y sueños. <p>X: El consentimiento. Tomemos decisiones de mutuo acuerdo y respetemos los consensos. No recurramos al chantaje o la manipulación emocional, ni asumamos respuestas sin preguntarlas directamente.</p> <ul style="list-style-type: none"> - La confianza. Confiemos el uno en el otro. Si tenemos algunas dudas, conversemos abiertamente de ellas de forma asertiva. <p>Y: Las relaciones saludables nos hacen sentir bien, favorecen nuestro bienestar y desarrollo personal, y contribuyen a la prevención de la violencia.</p> <p>X: Tomemos en cuenta las ideas mencionadas, puede haber otras, que igual debemos asumir con responsabilidad y compromiso en aras a fortalecer y promover relaciones saludables.</p>		
--	---	--	--

BLOQUE 4: Pongo en práctica lo aprendido

Observaciones	Audio	Tiempo real	Tiempo recorrido
CAMBIAR PISTA MUSICAL	<p>Y: Hemos llegado al momento de poner en práctica lo aprendido.</p> <p>X: ¿Qué actividad desarrollaremos hoy?</p> <p>Y: El día de hoy haremos lo siguiente, atentas y atentos.</p>		

	<p>X: ...Y, Hoy las y los estudiantes tendrán dos actividades y escogerán una, con la que se sientan cómodos.</p> <p>Y: La primera actividad consiste en elaborar frases para sensibilizar sobre la importancia que tienen las relaciones saludables en nuestro crecimiento personal.</p> <p>X: La segunda actividad consiste en hacer una historia donde se evidencie relaciones saludables de pareja o amistad. Puedes pedir ayuda a tu familia, tutoras y tutores y luego compartirlas entre tus amistades y familiares.</p> <p>Y: Qué bonitas las actividades. Recuerden que una vez terminada debes registrarlo en tu portafolio.</p>		
--	--	--	--

BLOQUE 5: Inspírate			
Observaciones	Audio	Tiempo real	Tiempo recorrido
<p>CAMBIAR PISTA</p> <p>MUSICAL</p> <p>Audio</p>	<p>X: Ahora, estudiantes de 3ero y 4to de secundaria hemos llegado al momento de escuchar algo que nos permitirá inspirarnos y seguir aprendiendo.</p> <p>Y: Claro que sí, por eso en este espacio de inspire, tenemos a un invitado especial.</p> <p>X: Él es Federico de Chiclayo, él es tutor de Secundaria.</p> <p>Y: Escuchémoslo con atención.</p> <p>(Audio Federico)</p> <p><i>HolaX yY, estoy muy contento de estar en el programa de tutoría de Aprendo en Casa. Mi nombre es Federico, soy tutor de secundaria en una IE de Chiclayo desde hace más de 4 años.</i></p>		

	<p><i>En mi experiencia como tutor y acompañante de grupos juveniles en mi distrito, he tenido la suerte de acompañar a diversos adolescentes y jóvenes que me han confiado los diversos problemas que afrontaban a nivel personal, educativo, sentimental y de pareja.</i></p> <p><i>Pero también debo reconocer que los adolescentes y jóvenes tienen grandes aportes cuando se trata de plantear soluciones a temas como las relaciones saludables. Recuerdo que un taller juntas y juntos planteamos ideas sobre como podemos promover relaciones saludables y creamos la ruleta de consejos con las siguientes preguntas:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>¿Practican la escucha mutuamente?</i> - <i>¿Se tratan como amigos?</i> - <i>¿Son amables?</i> - <i>¿Están de acuerdo en pasar tiempo separados?</i> - <i>¿Te sientes seguro/a sobre la relación?</i> - <i>¿Los dos admiten cuando se equivocan?</i> - <i>¿Los dos sienten que pueden decir la verdad?</i> - <i>¿Hablan abiertamente sobre sus sentimientos a pesar de ser difícil?</i> - <i>¿Pueden no estar de acuerdo sobre un tema sin perder el respeto mutuo?</i> - <i>¿Se escuchan sin ser prejuiciosos?</i> - <i>¿Consideran los sentimientos de ambos cuando hablan y toman decisiones?</i> <p><i>Con estas preguntas en la ruleta he podido abordar con mis alumnos y jóvenes del barrio el tema de las relaciones saludables en nuestro entorno. Aliento a las y los estudiantes a siempre mirar las oportunidades de ayuda en su entorno para que juntas y juntos puedan afrontarlo y solucionarlo de manera ágil y responsable.</i></p>		
--	---	--	--

	<p>X: Gracias por inspirarnos mediante tu historia Federico, y por darte unos minutitos para alentar a estudiantes de 3ero y 4to de secundaria.</p> <p>Y: Gracias Federico por compartirnos tu historia estoy seguro que servirá e inspirará mucho a los estudiantes.</p>		
BLOQUE 6: Repasamos lo aprendido y despedida			
Observaciones		Tiempo real	Tiempo recorrido
Pista musical del programa	<p>X: Hemos llegado al final del programa, estamos muy contentos con todo lo que hemos trabajado el día de hoy. Pero todavía no nos despedimos porque viene el resumen del día, adelante ...Y.</p> <p>Y: Muy bien</p> <p>Dijimos que las relaciones no saludables son aquellas en las que por lo menos un integrante de la relación tiene comportamientos y actitudes totalmente impropias, que implicaría una situación de vulnerabilidad psicológica y emocional para la otra persona.</p> <p>X: No olvidemos que ser asertivos es fundamental ya que nos permitirá expresar de manera directa opiniones y sentimientos. Es importante desarrollar esta habilidad porque permitirá que los adolescentes sean capaces de comunicarse con confianza, honestidad y respeto.</p> <p>Y: También dijimos que es importante fortalecer la autoestima, ya que implica valorarse a sí mismo y permite lograr una actitud reflexiva sobre uno mismo, influye en el estado de ánimo y en el comportamiento, y ejerce influencia en los comportamientos personales y sociales.</p> <p>X: También recordamos que la comunicación asertiva ayuda a expresar las ideas de forma clara y honesta, sin afectar o dañar la sensibilidad de</p>		

	<p>los demás, lo que contribuye a establecer relaciones saludables.</p> <p>X: Ahora sí, nos despedimos. No dejen que sus relaciones con sus amigos, y entorno se vea afectado pongan en práctica lo que aprendimos hoy.</p> <p>Y: Les mandamos un fuerte abrazo a la distancia, que tengan una linda semana y ánimos y mucha fuerza.</p> <p>XyY: Chaooo cuídense y nos vemos en el siguiente programa.</p>		
Cuña final	Cuña final del programa	10 seg	