

**Lunes
08
de noviembre**

Tercero de Primaria
Educación Socioemocional

La felicidad de dar y recibir

Aprendizaje esperado: Es capaz de pedir, recibir y ofrecer ayuda, y de explicar las emociones que surgen al apoyar y ser apoyado.

Énfasis: Reconocer acciones que dañan o beneficien a otros y cómo se siente al ayudar a alguien.

¿Qué vamos a aprender?

Conocerás que con pequeños detalles puedes ayudar o apoyar a personas que lo necesitan.

Lee con atención el relato de Adriana y Mario, y que hizo Adriana para apoyar a otra persona, con este caso te darás más una idea de que acciones puedes realizar para dar y recibir:

El día de hoy le toco ir de compras a Adriana.

Adriana: Los lunes aprovecho que tengo que salir a trabajar para pasar a comprar la despensa de la semana para mí y mi familia.

Mario: ¿Todo eso se comen en una semana?

Adriana: Bueno, no. Hoy en especial, traigo la despensa de dos casas, porque cuando salía de la mía, me encontré a Conchita, mi vecina que ya es una persona mayor que vive sola, la vi con bolsas de mandado vacías y le ofrecí ayuda: Conchita, para que usted no salga, yo puedo hacer sus compras, le dije, ella estuvo de acuerdo, así que hicimos una lista y más tarde le llevaré todo lo que me encargó.

Mario: ¡Lo cuentas con un entusiasmo! se ve que te gusta ayudar.

Adriana: Sí, siento que, si tengo alguna habilidad, lo mejor que puedo hacer, es compartirla con alguien que necesite ayuda, además, Conchita es muy amable y me hace muy feliz poder ayudarla. Ya acordamos que, cada semana, yo la puedo ayudar con las compras para que ella, que vive sola y no tiene carro, no tenga que cargar y mucho menos poner en riesgo su salud, me sentí muy orgullosa de poder ayudarle, sobre todo cuando vi su cara de alivio por haber resuelto esa situación.

Mario: Me parece que lo que hiciste fue una acción muy generosa, algunas veces no nos damos cuenta que con pequeños detalles podemos ayudar o apoyar a personas que lo necesitan.

Efectivamente, hay pequeños detalles que puedes hacer para ayudar a otras personas, ¿Qué te pareció la acción de Adriana?

¿Qué hacemos?

Lee con atención la historia de una mujer que se llamó, María Montessori, ¿Te suena el nombre?

María Montessori nació en Italia, era una maestra y doctora que trabajaba con niñas y niños con discapacidad, algo que casi nadie hacía.

María, además de ser doctora y maestra, era muy curiosa así que se dedicó a observar cómo aprendían las niñas y los niños, se dio cuenta que, cuando los alumnos y alumnas pueden elegir lo que más les interesa, aprenden más rápido.

Muy pronto, abrió una escuela donde recibió a niñas y niños de todos lados, con o sin discapacidad, esa escuela se llamaba La Casa de los Niños ¡Y vaya que era la casa de los niños! había mesas y sillas del tamaño de ellos y ellas. Los estantes y libreros eran del tamaño de las niñas y los niños, inventó juguetes que servían para que las niñas y niños más pequeños, jugaran y aprendieran al mismo tiempo, todo estaba pensado para que cada niña y niño, pudiera trabajar en lo que quisiera en ese momento.

Todo esto, María lo hacía para ayudar a que las niñas y niños crecieran de manera autónoma e independiente, ¿Sabes qué quiere decir eso? quiere decir que ayudó a las niñas y niños a valerse por sí mismos, a que, poco a poco desarrollaran habilidades sin necesidad de la ayuda de nadie.

Hoy en día, hay escuelas que trabajan con esas estrategias, así que María Montessori, ayudó a sus alumnas y alumnos, pero también a muchos niños y niñas que nacieron después.

¿Y tú? ¿A quién ayudas o quién te ayuda?

Se puede pensar en María Montessori como una mujer que ayudaba a las niñas y niños a aprender, así como tú maestra o maestro.

Y esas niñas y niños crecieron, seguro pudieron ayudar compartiendo sus aprendizajes con otras niñas y niños.

Una de las cosas más valiosas de María Montessori es que fue capaz de entender que las niñas y niños que viven con discapacidad necesitan apoyo, no trató de imponerles una manera de aprender, sino de descubrir qué era lo que necesitaban, con empatía y solidaridad.

¿Sabes qué es eso de solidaridad y empatía?

La empatía es la capacidad de entender y mirar lo que otras personas sienten, incluso si no sienten lo mismo que tú, y la solidaridad es ayudar a otras personas en lo que ellas necesitan o quieren realizar.

Por eso, María Montessori tenía empatía, porque entendió lo que las niñas y niños sentían o necesitaban, aunque ella era ya una persona adulta, actuaba con solidaridad al ayudarles a cumplir su cometido, que era aprender.

Ahora, observa la siguiente cápsula de Un día en Once niñas y niños, observa hasta el minuto 04:36.

1. Momentos para recordar de Yo ayudo en Once Niños.

https://youtu.be/bS_-D7iP750

Las ideas que dio Alan para brindar ayuda a la familia son maravillas, ¡Siempre puedes ayudar! Sí, siempre puedes ayudar a alguien de diferentes formas, para ello necesitas aprender a observar lo que ocurre a tu alrededor y así ayudar de la mejor manera posible y de acuerdo a tus posibilidades.

Ayudar y apoyar a otros ayuda a desarrollar nuestra Empatía y Solidaridad.

¿Tú, de qué forma has ayudado a otras personas y cómo te ha hecho sentir eso?

Puedes ir anotando en tu cuaderno las emociones que has sentido al ayudar a otras personas.

Se les realizó a niñas y niños la misma pregunta y estas son las respuestas.

- Luis de Querétaro dice: Mi mamá ha llevado comida o regalos al personal médico que está en los hospitales, porque dice que también nos están ayudando, ella se siente orgullosa de ayudar a esos médicos así que ahora yo le ayudo a cocinar y también siento alegría de poder ayudarle.
- Karina de San Luis Potosí dice: Mi tío se quedó sin trabajo porque su empresa cerró, entonces en mí familia hicimos una colecta de dinero y de víveres para poder ayudarle, esto me hace sentir dicha porque mi tío también sintió tranquilidad de saber que recibía ayuda.
- Miguel, de Durango dice: Mi maestra Pili necesita desarrollar sus habilidades con la tecnología, ahora que las clases son en línea, tuvo que aprender muchísimas cosas y sus alumnos fuimos quien le ayudamos, eso nos hizo sentir orgullosos, porque si le ayudamos a ella con eso, ella nos puede seguir ayudando a aprender.

Muchas veces no te das cuenta, cuando sientes esas emociones cuando ayudas a alguien, como el ejemplo de Adriana, que llegó muy feliz hoy de poder ayudar a su vecina Conchita con las compras.

Ya se habló que ayudar a otras personas es un motivo de satisfacción y una muestra de aprecio, amor y cariño hacia los demás, pero conocerás acerca de ¿Qué pasa cuando te ves en la situación de pedir ayuda o apoyo a otros? ¿Qué emociones sientes cuando necesitas ayuda?

Observa esta ¡Lluvia de ideas! tú puedes hacer lo mismo en casa.

- Indecisión
- Vergüenza
- Enojo
- Tristeza
- Desesperación
- Desconfianza
- Pena
- Miedo a recibir un “no” por respuesta.
- Indeciso
- Triste

A veces pasa que no te cuesta ningún trabajo ayudar a otros, pero cuando necesitas ayuda, cuesta más trabajo.

¿Qué podrías comentar al respecto?

¿Porque cuesta trabajo pedir ayuda? por alguna razón se piensa que, si pides ayuda, es como mostrarte débil o que no puedes solucionar el problema en que te encuentras.

Te das cuenta que todos necesitamos ayuda en algún momento de nuestra vida y que hay que ser humildes para ello.

Vivimos en grupo o en familia porque de esa manera nos apoyamos ¡Imagínate que difícil sería que una sola persona tuviera que hacerlo todo!

Si aprendes a pedir ayuda, puedes alcanzar tus objetivos o realizar las tareas o actividades más fácil y rápidamente. No hay nada de malo en pedir ayuda.

Y ¿Cómo te hace sentir el que las personas te ayuden?

Te puede hacer sentir feliz, valorado (a), querido, (a), contento (a), tranquilo (a) y agradecido (a).

Cuando alguien te ayuda, sientes que le importas a esa persona que te ayuda y eso te hace sentir muy feliz.

Lee con atención el siguiente juego, donde nadie gana, si no es con la ayuda de otro, si te es posible realízalo con algún miembro de tu familia.

“Juego de pelotas y canastos”

Se trata de lo siguiente: Jugador 1, tiene las pelotas y jugador 2 tiene un enorme canasto que en realidad es un sombrero.

Jugador 1: Tiene que atinarle al sombrero con las pelotas.

Jugador 2: Ayuda a que le atine, moviéndose con el canasto en la cabeza.

Y si no se hace un esfuerzo en atinarle, tampoco gana el jugador 2.

Pero si ambos ayudan, ganan los dos jugadores.

Ahora que has visto, platicado y jugado acerca de ser capaz de pedir, recibir y ofrecer ayuda, así como de las emociones que estas situaciones generan, puedes contestar las siguientes preguntas:

¿Por qué es importante ayudar a otras personas y aprender a recibir ayuda?

- Ayudar a otros para practicar la generosidad.
- Para ser solidarios.
- Para sentirnos en bienestar y útiles.
- Pedir y recibir ayuda para lograr realizar las cosas que aún no puedes hacer solo.
- Para hacer las cosas de manera más fácil y rápida.
- Para enseñarles a otros a ser generosos, empáticos y solidarios.

Anota en una hoja cuál es tu forma preferida de ayudar a los demás y pégala en un lugar visible para recordarlo siempre?

Por ejemplo: A Mario le gusta mucho ayudar a distintos maestros a dar sus clases en Aprende en casa II.

A Adriana le encanta y le hace muy feliz poder ayudar a través de este programa a los niños, niñas, maestros, maestras, padres y madres de familia, a conocer más acerca de la Educación Socioemocional para que pongan en práctica lo que aprenden y vivan en bienestar y armonía.

Recuerda escribir en tu hoja cuál es tu forma preferida de ayudar y colócala en un lugar visible.

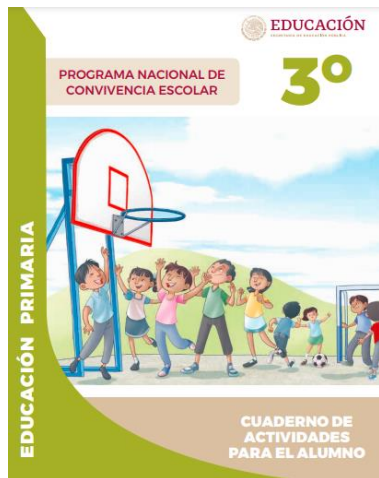
Si te es posible consulta otros libros y comenta el tema con tu familia.

¡Buen trabajo!

Gracias por tu esfuerzo.

Para saber más:

Lecturas



https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/533114/3o_Cuaderno_PNCE_2019.pdf

<https://www.conaliteg.sep.gob.mx/>