

11.2

¿Quién me ayuda?

Introducción

Para saber pedir ayuda, alguien tiene que enseñarlo. La práctica docente debe propiciar la construcción de espacios de confianza y aprecio entre el alumnado para que colaboren entre ellos cuando sea necesario. Para ello, es necesario que los alumnos identifiquen la importancia de **pedir ayuda**, así como a las personas que acudirían para hacerlo, pues en ocasiones su bienestar, satisfacción de necesidades y desempeño académico dependerá de ello. Además, en este proceso debe invitarse a reconocer la ayuda no como una debilidad sino como una forma de relacionarse pues las personas somos interdependientes.

¿Cuál es el objetivo de la lección?

Que los estudiantes evalúen la necesidad y la importancia de solicitar y brindar ayuda para alcanzar metas comunes a nivel grupal, escolar y social.

¿Por qué es importante?

Porque la solicitud de ayuda puede contribuir al bienestar de una persona.

Concepto clave

Pedir ayuda

Orientaciones didácticas

Duración total: 20 minutos.

- Los tiempos asignados a cada actividad son sugeridos.

2 min. Grupal

Introducción para los estudiantes

- Lea o invite a alguno de los estudiantes que lean la introducción, la cita y *El reto*.
- Recapitule el texto de los apartados y promueva su reflexión. Puede preguntar al grupo qué saben sobre la importancia de solicitar ayuda. Esto permitirá recuperar conocimientos previos e iniciar con las actividades de la variación.

8 min. Individual y en parejas

Actividad 1

Un caso donde requiero ayuda.

- Indique que la presente actividad tiene como objetivo evidenciar la necesidad de **pedir ayuda**.
- Invite a sus alumnos a que lean el caso que se presenta en la variación, poniéndose en el lugar del personaje.

Humanidades

11.2

¿Quién me ayuda?

"Un grano no hace granero, pero ayuda a su compañero".
Refrán popular.

Todas las personas tenemos metas personales y metas en común, saber **pedir ayuda** y brindarla es necesario para lograr que nuestros objetivos se cumplan porque, incluso en las metas personales, requerimos de las demás personas ya que somos interdependientes. Brindar y pedir ayuda fortalece nuestros lazos, abre posibilidades de intercambio y nos permite satisfacer necesidades. A veces, en el pedir ayuda radica que podamos lograr o no algo. Imagina, por ejemplo, qué habría pasado si durante los terremotos del 2017 nadie hubiera acudido a ayudar a quienes lo necesitaban.

El reto es evaluar la necesidad y la importancia de solicitar y brindar ayuda para alcanzar metas comunes a nivel grupal, escolar y social.

Actividad 1.
Lee el siguiente caso y al hacerlo colócate en el lugar del personaje.

El día de hoy Ricardo se subió al camión con un montón de cosas. Traía la enorme maqueta de Biología; en su mochila, un balón y el uniforme de fútbol y un morral que no suele usar, pero en el que hoy metió sus útiles escolares y cartera. No se dio cuenta sino hasta llegar al salón que había olvidado el morral en el camión, así que ahora no trae libretas para tomar apuntes ni dinero para el receso ni para el camión de regreso.

- Reúnete con un compañero y dialoguen sobre qué harían en el caso de Ricardo. ¿Cómo puede resolver de manera inmediata sus necesidades?, ¿a quién crees que deba acudir?, ¿qué pasaría si Ricardo decide no contarle a nadie lo que le pasó?

Actividad 2.
Piensa en circunstancias donde, en la última semana, has necesitado de la ayuda de algunas personas.

Escribe en tu cuaderno cuáles fueron estas circunstancias, a quiénes pediste ayuda y qué hubiera pasado si no lo hubieras hecho.

www.sems.gob.mx/construyet

Colaboración | 1

- Solicite que conformen parejas para analizar qué consideran que debe hacer el personaje, haciendo hincapié en que reconozcan la importancia de pedir ayuda.

6 min. Individual

Actividad 2

- Invite a los alumnos a que recuerden situaciones en las que, en las últimas dos semanas, han necesitado ayuda de alguien.
- Pida que, en su cuaderno, escriban las circunstancias, a quién pidieron ayuda y qué hubiera pasado de no solicitarla.

2 min. Grupal

Reafirmo y ordeno

- Pida a un estudiante que lea en voz alta el texto, y al resto del grupo que siga la lectura en silencio.
- Si le es posible, puede comentar una conclusión breve o solicitar a dos estudiantes que mencionen sus aprendizajes.

1 min. Individual

Escribe en un minuto qué te llevas de la lección

- Pida a los estudiantes que escriban en su cuaderno, o donde estén realizando las actividades, los aprendizajes más significativos de la variación.

1 min. Grupal

Para tu vida diaria, ¿Quieres saber más?, Concepto clave

- Invite a sus estudiantes a poner en práctica las actividades que se sugieren y a consultar la información adicional que aparece en estas secciones. En *¿Quieres saber más?* podrá leer dos artículos que hablan de qué es la ayuda y diferentes formas de pedirla.

Lección 11. Solicitar y brindar ayuda ¿Quién me ayuda?

Reafirmo y ordeno

Existen eventualidades que no tenemos proyectadas o circunstancias ante las que es probable que no podamos resolver algo de manera individual. En esos casos es necesario y recomendable acudir a alguien para **pedir ayuda**. Solicitar ayuda no nos hace menos capaces. Al contrario, incrementa nuestras capacidades porque implica reconocer y comunicar necesidades. Además, esa ayuda, puede ser determinante para llevar a buen término una meta que nos proponemos. La ayuda favorece la solidaridad y es determinante para el bienestar individual y social.

Escribe en un minuto qué te llevas de la lección

Para tu vida diaria

Identifica a qué personas puedes pedirles ayuda. Así, cuando se presente una eventualidad o ante situaciones de emergencia, sabrás más rápido a quién acudir. Piensa a quién puedes acudir en tu escuela, en tu colonia o en tu familia. Busca personas que te inspiren confianza.

¿Quieres saber más?

Te invitamos a que leas los siguientes artículos en donde encontrarás que hay muchas formas de ayudar y también conocerás diferentes maneras de pedir ayuda:

<https://kidshealth.org/es/teens/helping-esp.html>

<http://psicologiaycomunicacion.com/como-pedir-ayuda/>

CONCEPTO CLAVE

Pedir ayuda:
Acción que una persona hace de manera desinteresada para colaborar para que otra consiga un determinado objetivo o meta.

GLOSARIO

Interdependencia:
Relación de dependencia recíproca entre personas, grupos y naciones.

2 | Colaboración



CONSTRUYE T

www.sems.gob.mx/construyet

Aplicaciones para el aula y su vida diaria

Aplicaciones para el aula y su vida diaria:

Comparta con el grupo ejemplos en los que ha solicitado ayuda. Invite a que, cuando tengan dudas o alguna complicación, soliciten ayuda a sus docentes o compañeros. Para ello, puede indicar que localicen situaciones donde actualmente necesitan ayuda y a quiénes creen que podrían acudir.

En caso de crisis emocional:

Si los temas o actividades de las variaciones provocan en los estudiantes emociones desagradables, reacciones de llanto, alzar el tono de voz o deseos de no continuar con las actividades, le sugerimos detenerse un momento. Puede brindarle las opciones de continuar con la actividad o salir del salón a tomar aire fresco y realizar respiraciones profundas, atendiendo a las sensaciones del cuerpo, con el fin de que pueda mantener la calma. Si detecta que se trata de un caso difícil que usted no puede manejar, es deseable que lo canalice a las autoridades escolares competentes, orientador o psicólogo escolar.

Equidad e inclusión educativa:

Se recomienda incluir por igual a todos los estudiantes en las actividades de las variaciones, poniendo énfasis en aquellos con discapacidad, alumnos en situación de calle, con aptitudes sobresalientes, con enfermedades crónicas, entre otras condiciones. Si tiene dudas puede consultar el documento *Equidad e Inclusión (Modelo educativo)*. México: SEP, 2017) en <http://www.sems.gob.mx/work/models/sems/Resource/12302/1/images/equidad-e-inclusion.pdf>

Evaluación de la lección

De acuerdo con las siguientes afirmaciones, seleccione la opción que refleje su opinión.

| Rubro | Totalmente en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Totalmente de acuerdo |
|---|--------------------------|---------------|---------|------------|-----------------------|
| Al menos el 50% de estudiantes evaluaron la necesidad y la importancia de solicitar y brindar ayuda para alcanzar metas comunes a nivel grupal, escolar y social. | | | | | |
| Los estudiantes mostraron interés y se involucraron en las actividades. | | | | | |
| Se logró un ambiente de confianza en el grupo. | | | | | |
| ¿Qué funcionó bien y qué efectos positivos se observaron al realizar las actividades? | | | | | |
| | | | | | |
| Dificultades o áreas de oportunidad | | | | | |
| | | | | | |
| Observaciones o comentarios | | | | | |
| | | | | | |