

296



GOBIERNO REGIONAL CUSCO GERENCIA REGIONAL DE EDUCACIÓN CUSCO

"AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL"



OFICIO N° 0020-2022-GR-GEREDU-C/DIGEP/UTOE/DEVIDA



A la : Dra. Lizbeth Araoz Tarco
DIRECTORA DE GESTIÓN PEDAGÓGICA.

Asunto : PEDIDO DE SERVICIO PARA IMPRESIÓN EN GENERAL SEGÚN O/S N° 00102 PARA EL PROGRAMA PRESUPUESTAL "PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DEL CONSUMO DE DROGAS" - 2022

REF. : a) Pedido de servicio N° 000102

Fecha : Cusco, 16 de marzo del 2022.

Es grato dirigirme a Usted, para comunicarle que, en el marco del Programa Presupuestal de Prevención y Tratamiento del Consumo de Drogas - 0051-PP-PTCD-2022, en el presente año viene ejecutando la actividad "Fortalecimiento de Habilidades Psicosociales en Escolares", y en atención al documento de referencia del ítem a) pedido de servicio N° 00102, se solicita el servicio de **IMPRESIÓN DE INFOGRAFÍAS, CARTILLAS, CARATULAS Y FÓLDERES** para el programa, puesto que, en el presente año se lleva a cabo las tareas de prevención universal y selectiva en las I.E. que han sido focalizadas en la provincias de: La Convención, Anta, Urubamba, Cusco, de la Región Cusco, y en virtud a lo programado y al cumplimiento de las metas físicas a ejecutar en el presente año-2022.

Por lo expuesto remito el oficio a su despacho para que curse el trámite a la oficina correspondiente para su aprobación, contratación y atención del servicio.

Hago propicia la oportunidad para expresar los sentimientos de mi especial consideración.

Atentamente,


Dra. Lizbeth Araoz Tarco
DIRECTORA DE GESTIÓN PEDAGÓGICA
*Para el Administrador
para la atención
18-03-22*


GOBIERNO REGIONAL DEL CUSCO
GERENCIA REGIONAL DE EDUCACIÓN CUSCO
Mag. Marcelino E. Llerena Montes
COORDINADOR ETR PPR 051
GEREDU-C DEVIDA

SOLICITUD DE COTIZACIÓN

UNIDAD EJECUTORA : 300 DIRECCION REGIONAL DE EDUCACION CUSCO

NRO. IDENTIFICACIÓN : 000796

| | | | |
|------------------|--|--------------------------|--|
| Señores : | R.U.C. | | |
| Dirección : | | | |
| Teléfono : | Fax : | | |
| Nro. Cons. : 157 | Fecha : 16/03/2022 | Documento : PEDIDO 00102 | |
| Concepto : | Contratación de SERVICIO DE IMPRESIÓN DE INFOGRAFÍAS, CARTILLAS CARATULAS y FÓLDERES para estudiantes de 1rc | | |

| UNIDAD MEDIDA | DESCRIPCION | PRECIO UNITARIO | PRECIO TOTAL |
|---------------|---|-----------------|--------------|
| | <p>SERVICIO DE IMPRESIONES EN GENERAL</p> <p>TÉRMINO DE REFERENCIA: Contratar los servicios de impresión de ejemplares de infogr</p> <p>INFOGRAFÍA PARA IMPRESIÓN DE PRIMERO DE SECUNDARIA INFOGRAFÍA PARA IMPRESIÓN DE SEGUNDO DE SECUNDARIA INFOGRAFÍA PARA IMPRESIÓN DE TERCERO DE SECUNDARIA INFOGRAFÍA PARA IMPRESIÓN DE CUARTO DE SECUNDARIA INFOGRAFÍA PARA IMPRESIÓN DE QUINTO DE SECUNDARIA CARTILLA DOCENTE - PRIMERO DE SECUNDARIA CARTILLA DOCENTE - SEGUNDO DE SECUNDARIA CARTILLA DOCENTE..</p> <p>se adjunta TDR</p> | | |
| TOTAL | | | |

Las cotizaciones deben estar dirigidas a DIRECCION REGIONAL DE EDUCACION CUSCO

Condiciones de Compra

- Forma de Pago:
- Garantía:
- La Cotización debe incluir el I.G.V.
- Plazo de Entrega / Ejecución del Servicio :
- Tipo de Moneda :
- Validez de la cotización :
- Remitir junto con su cotización la Declaración Jurada y Pacto de Integridad, debidamente firmadas y selladas.
- Indicar su razón social, domicilio fiscal y número de RUC



TÉRMINOS DE REFERENCIA

1. DENOMINACIÓN DE LA CONTRATACIÓN

Contratación de **SERVICIO DE IMPRESIÓN DE INFOGRAFÍAS, CARTILLAS CARATULAS y FÓLDERES** para estudiantes de 1ro a 5to (VI y VII ciclo) de educación básica regular para las instituciones educativas focalizadas en el programa "Prevención y tratamiento del consumo de drogas", que se viene ejecutando en los distritos de Santa Ana, Urubamba, Cusco, San Sebastián, Wánchaq, Santiago, Izcuchaca, del departamento del cusco.

2. FINALIDAD PÚBLICA

La finalidad de la presente contrata del servicios de impresiones es para: Desarrollar y fortalecer las habilidades psicosociales en los estudiantes y permitir enfrentar situaciones de riesgo que podrían encadenar el consumo de drogas u otras problemáticas psicosociales en los adolescentes y adolescentes del nivel secundario de las Instituciones Educativas seleccionadas y focalizadas en las provincias del Cusco, La Convención, Urubamba y Anta del departamento del Cusco.

3. ANTECEDENTES

La Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas (DEVIDA) para el año escolar 2022; en el marco del convenio de apoyo interinstitucional con la Gerencia Regional de Educación del Cusco, con el propósito de establecer mecanismos y procedimientos de estrategias a nivel nacional de la lucha contra el consumo de drogas, ante las evidencias de riesgos sociales en las instituciones educativas en el ámbito de la Gerencia Regional de Educación, para el efecto, se focalizaron 19 instituciones educativas en las provincias del Cusco, La Convención, Anta Urubamba, con el propósito de prever y cautelar el crecimiento del índice de riesgo social en los estudiantes de Educación Básica Regular del VI y VII ciclo (1ro a 5to) (EBR) de secundaria y encausar medidas preventivas a través de la Tutoría y Orientación Educativa con la intervención del programa presupuestal de Prevención y Tratamiento del Consumo de drogas. Para plasmar con los propósitos propuestos por el programa, se requiere la contratación del servicio de impresión de infografías y cartillas según diseño, para el programa de Prevención Universal y Selectiva, para la implementación de las actividades: 1.3. Capacitación a Docentes Tutores, 1.4. Aplicación del programa de prevención del consumo de drogas en el ámbito educativo a través de la tutoría y 1.5. aplicación de estrategias socioeducativas para la intervención con grupos de riesgo, según meta programada 9,099 estudiantes.



4. JUSTIFICACIÓN

Para el cumplimiento de las metas Físicas y Financieras del Programa Presupuestal de "Prevención y tratamiento del consumo de drogas" - DEVIDA; y conforme al POA - 2022, se ha programado la impresión de materiales (infografías, cartillas, caratulas y fólder) para los talleres de asistencia técnica y aplicación de la actividad: "**Fortalecimiento de habilidades psicosociales en escolares**". En las provincias de Urubamba, La Convención,

Cusco, Anta cuyas instituciones focalizadas son 18 y el programa abarca a 9,099 estudiantes del VI y VII ciclo.

5. OBJETIVO DE LA CONTRATACIÓN

Contratar los servicios de impresión de ejemplares de infografías, cartillas, caratulas y fólderes para los estudiantes de primero a quinto de secundaria de las Instituciones Educativas seleccionadas y focalizadas de la provincia de: La Convención, Cusco, Urubamba, Anta del departamento de Cusco.

6. CARACTERÍSTICAS Y CONDICIONES A CONTRATAR EN EL SERVICIO

CUADRO RESUMEN.

| Nº | Descripción | Total |
|--------------|--|--------------------|
| 01 | INFOGRAFÍA PARA IMPRESIÓN DE PRIMERO DE SECUNDARIA | 12,300 UNIDADES |
| 02 | INFOGRAFÍA PARA IMPRESIÓN DE SEGUNDO DE SECUNDARIA | 11,814 UNIDADES |
| 03 | INFOGRAFÍA PARA IMPRESIÓN DE TERCERO DE SECUNDARIA | 11,214 UNIDADES |
| 04 | INFOGRAFÍA PARA IMPRESIÓN DE CUARTO DE SECUNDARIA | 10,872 UNIDADES |
| 05 | INFOGRAFÍA PARA IMPRESIÓN DE QUINTO DE SECUNDARIA | 10,194 UNIDADES |
| 06 | CARTILLA DOCENTE – PRIMERO DE SECUNDARIA (ANVERSO Y REVERSO) | 390 UNIDADES |
| 07 | CARTILLA DOCENTE – SEGUNDO DE SECUNDARIA (ANVERSO Y REVERSO) | 378 UNIDADES |
| 08 | CARTILLA DOCENTE – TERCERO DE SECUNDARIA (ANVERSO Y REVERSO) | 360 UNIDADES |
| 09 | CARTILLA DOCENTE – CUARTO Y QUINTO DE SECUNDARIA (ANVERSO Y REVERSO) | 696 UNIDADES |
| 10 | CARATULA DE IMPRESIÓN PARA 1º, 2º, 3º, 4º y 5º | 9,400 UNIDADES |
| 11 | FOLDERS PARA IMPRESIÓN | 9,500 UNIDADES |
| TOTAL | | 77,118 UNID |

ITEM I.- INFOGRAFÍAS PARA ESTUDIANTES



- IMPRESIÓN: FULL COLOR ANVERSO
- PAPEL: COUCHE DE 150 GRAMOS
- TAMAÑO: A – 4
- HOJA DEL PAPEL COLOR BLANCO (FONDO BLANCO)
- SE ADJUNTA DISEÑO EN ANEXO.

CONTENIDO Y CANTIDAD DE INFOGRAFÍA PARA IMPRESIÓN DE PRIMERO DE SECUNDARIA (1º)

| Primero de secundaria | | | |
|-----------------------|--|------------------|-----------------|
| Grado | Descripción | Unidad de medida | Cantidad |
| Primero de secundaria | 1.- Mis estudios y yo | Unidades | 2,050 |
| | 2.- ¿Soy como soy o como dicen que soy? | Unidades | 2,050 |
| | 3.- Aprendiendo a reconocer una situación de riesgo. | Unidades | 2,050 |
| | 4.- Aprendo a manejar la presión de grupo. | Unidades | 2,050 |
| | 5.- Consecuencias del consumo de tabaco. | Unidades | 2,050 |
| | 6.- El alcohol, droga social. | Unidades | 2,050 |
| | Total | | Unidades |

CONTENIDO Y CANTIDAD DE INFOGRAFÍA PARA IMPRESIÓN DE SEGUNDO DE SECUNDARIA (2°)

| Segundo de secundaria | | | |
|-----------------------|---|------------------|---------------|
| Grado | Descripción | Unidad de medida | Cantidad |
| Segundo de secundaria | 1.- Mejorando mi plan de estudios. | Unidades | 1,969 |
| | 2.- Afrontando la presión de grupo. | Unidades | 1,969 |
| | 3.- Me gusta cómo me veo y como me ven los demás. | Unidades | 1,969 |
| | 4.- Mi familia y yo estamos cambiando. | Unidades | 1,969 |
| | 5.- Conociendo más sobre los efectos del alcohol en el organismo. | Unidades | 1,969 |
| | 6.- Consecuencias del abuso del alcohol | Unidades | 1,969 |
| | Total | Unidades | 11,814 |

CONTENIDO Y CANTIDAD DE INFOGRAFÍA PARA IMPRESIÓN DE TERCERO DE SECUNDARIA (3°)

| Tercero de secundaria | | | |
|-----------------------|---|------------------|---------------|
| Grado | Descripción | Unidad de medida | Cantidad |
| Tercero de secundaria | 1.- Mejorando mi plan de estudios. | Unidades | 1,869 |
| | 2.- Afrontando la presión de grupo. | Unidades | 1,869 |
| | 3.- Me gusta cómo me veo y como me ven los demás. | Unidades | 1,869 |
| | 4.- Mi familia y yo estamos cambiando. | Unidades | 1,869 |
| | 5.- Conociendo más sobre los efectos del alcohol en el organismo. | Unidades | 1,869 |
| | 6.- Consecuencias del abuso del alcohol | Unidades | 1,869 |
| | Total | Unidades | 11,214 |

CONTENIDO Y CANTIDAD DE INFOGRAFÍA PARA IMPRESIÓN DE CUARTO DE SECUNDARIA (4°)

| Quinto de secundaria | | | |
|----------------------|---|------------------|---------------|
| Grado | Descripción | Unidad de medida | Cantidad |
| Cuarto de secundaria | 1.- Respeto las normas y me entiendo con mi familia. | Unidades | 1,812 |
| | 2.- Reconociendo mi valía personal, me alejo de las drogas. | Unidades | 1,812 |
| | 3.- Por unos cuantos soles. | Unidades | 1,812 |
| | 4.- Factores de riesgo y de protección | Unidades | 1,812 |
| | 5.- Como negarse al consumo de drogas. | Unidades | 1,812 |
| | 6.- Clarifico mitos y creencias sobre la marihuana | Unidades | 1,812 |
| | Total | Unidades | 10,872 |

CONTENIDO Y CANTIDAD DE INFOGRAFÍA PARA IMPRESIÓN DE QUINTO DE SECUNDARIA (5°)

| Quinto de secundaria | | | |
|----------------------|---|------------------|----------|
| Grado | Descripción | Unidad de medida | Cantidad |
| | 1.- Respeto las normas y me entiendo con mi familia. | Unidades | 1,699 |
| | 2.- Reconociendo mi valía personal, me alejo de las drogas. | Unidades | 1,699 |



| | | | |
|----------------------|--|-----------------|---------------|
| Quinto de secundaria | 3.- Por unos cuantos soles. | Unidades | 1,699 |
| | 4.- Factores de riesgo y de protección | Unidades | 1,699 |
| | 5.- Como negarse al consumo de drogas. | Unidades | 1,699 |
| | 6.- Clarifico mitos y creencias sobre la marihuana | Unidades | 1,699 |
| | Total | Unidades | 10,194 |

CONTENIDO Y CANTIDAD DE CARTILLAS PARA IMPRESIÓN DOCENTES- TUTORES

- IMPRESIÓN: FULL COLOR, ANVERSO Y REVERSO
- PAPEL : COUCHE DE 150 GRAMOS
- TAMAÑO: A – 4
- HOJA DEL PAPEL COLOR BLANCO
- ADJUNTA DISEÑO EN ANEXO

CARTILLA DOCENTE PRIMER GRADO

| CARTILLA DOCENTE PRIMER GRADO | | | |
|--|--|------------------|------------|
| Grado | Descripción | Unidad de medida | Cantidad |
| CARTILLA PARA DOCENTES TUTORES (PRIMERO DE SECUNDARIA) | 1.- Mis estudios y yo (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 65 |
| | 2.- ¿Soy como soy o como dicen que soy? (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 65 |
| | 3.- Aprendiendo a reconocer una situación de riesgo. (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 65 |
| | 4.- Aprendo a manejar la presión de grupo. (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 65 |
| | 5.- Consecuencias del consumo de tabaco. (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 65 |
| | 6.- El alcohol, droga social. (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 65 |
| | Total | Unidades | 390 |

CARTILLA DOCENTE – SEGUNDO GRADO

| CARTILLA DOCENTE – SEGUNDO GRADO | | | |
|--|---|------------------|----------|
| Grado | Descripción | Unidad de medida | Cantidad |
| CARTILLA PARA DOCENTES TUTORES (SEGUNDO DE SECUNDARIA) | 1.- Mejorando mi plan de estudios. (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 63 |
| | 2.- Afrontando la presión de grupo. (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 63 |
| | 3.- Me gusta cómo me veo y como me ven los demás. (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 63 |
| | 4.- Mi familia y yo estamos cambiando. (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 63 |
| | 5.- Conociendo más sobre los efectos del alcohol en el organismo. (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 63 |
| | 6.- Consecuencias del abuso del alcohol. (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 63 |
| Total | Unidades | 378 | |



CARTILLA DOCENTE – TERCER GRADO

| CARTILLA DOCENTE – TERCER GRADO | | | |
|--|---|------------------|-----------------|
| Grado | Descripción | Unidad de medida | Cantidad |
| CARTILLA PARA DOCENTES TUTORES (TERCERO DE SECUNDARIA) | 1.- Mejorando mi plan de estudios. (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 60 |
| | 2.- Afrontando la presión de grupo. (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 60 |
| | 3.- Me gusta cómo me veo y como me ven los demás. (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 60 |
| | 4.- Mi familia y yo estamos cambiando. (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 60 |
| | 5.- Conociendo más sobre los efectos del alcohol en el organismo. (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 60 |
| | 6.- Consecuencias del abuso del alcohol. (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 60 |
| | Total | | Unidades |

CARTILLA DOCENTE – CUARTO Y QUINTO GRADO

| CARTILLA DOCENTE – CUARTO Y QUINTO GRADO | | | |
|--|---|------------------|-----------------|
| Grado | Descripción | Unidad de medida | Cantidad |
| CARTILLA PARA DOCENTES TUTORES (CUARTO Y QUINTO DE SECUNDARIA) | 1.- Respeto las normas y me entiendo con mi familia. . (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 116 |
| | 2.- Reconociendo mi valía personal, me alejo de las drogas. . (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 116 |
| | 3.- Por unos cuantos soles. . (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 116 |
| | 4.- Factores de riesgo y de protección. . (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 116 |
| | 5.- Como negarse al consumo de drogas. . (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 116 |
| | 6.- Clarifico mitos y creencias sobre la marihuana. . (ANVERSO Y REVERSO) | Unidades | 116 |
| | Total | | Unidades |



ITEM II.- CARATULA

- IMPRESIÓN: FULL COLOR SEGÚN DISEÑO
- PAPEL; COUCHE DE 150 GRAMOS
- TAMAÑO: A – 4
- IMPRESIÓN: ANVERSO
- HOJA DEL PAPEL COLOR BLANCO (FONDO BLANCO)
- ADJUNTA DISEÑO EN ANEXO

CARATULA DE IMPRESIÓN PARA 1°, 2°, 3°, 4° y 5°

| DESCRIPCIÓN DEL SERVICIO | UNIDAD DE MEDIDA |
|--------------------------|-----------------------|
| • CARATULA PORTADA | 9,400 UNIDADES |
| TOTAL | 9,400 UNIDADES |

ITEM III: FOLDERS PARA IMPRESIÓN

- IMPRESIÓN: FUL COLOR SEGÚN DISEÑO (FOTO DE ANEXO 01)
- PAPEL: FOLCOTE CALIBRE 16
- MEDIDAS: VER ANEXO 56 X 41.5 CM ABIERTO
- IMPRESIÓN: ANVERSO
- PLASTIFICADO SUPER BRILLANTE HIGH GLOSS
- BOLSILLO ESPECIAL IMPRES NO PEGADO
- LÍNEAS DE DOBLES
- INCLUYE LIGA

CANTIDAD DE FOLDERS PARA IMPRESIÓN

| DESCRIPCIÓN DEL SERVICIO | UNIDAD DE MEDIDA |
|--------------------------------|------------------|
| • FOLDER SEGÚN MODELO. (ANEXO) | 9,500 UNIDADES |
| TOTAL | 9,500 UNIDADES |

7. De la Entrega de Pre Diseños.

7.1 Una vez notificado con la orden de servicio, el postor adjudicado deberá realizar las coordinaciones respectivas con el área usuaria para la entrega de los **modelos y pre diseños en forma presencial** de las **infografías, cartillas, caratulas y modelo referencial del fólder**, en un plazo que no excederá los cinco (05) días calendarios.

7.2 El área usuaria (Programa presupuestal 051 – DEVIDA) remitirá en **forma presencial**, los formatos modelos en digital (formato PDF) las **infografías, caratulas y cartillas**, en un plazo que no excederá los tres (03) días calendarios.

7.3 El proveedor entregará impreso la(s) prueba(s) de texto y las pruebas de color de los formatos de las **infografías, caratulas y cartillas** al usuario para su comprobación y aprobación, en un plazo que no excederá los tres (03) días calendarios, **en forma presencial**.

7.4 La parte usuaria una vez que aprobó las muestras en físico (**infografía, cartilla, caratula**) como máximo en dos (02) días, el proveedor deberá proceder a la impresión.

7.5 El proveedor entregará en físico el diseño, la **impresión a color, contenido de texto del folder** en un plazo máximo que no exceda los cinco (05) días calendarios.

7.6 La parte usuaria una vez que haya aprobado el diseño en físico, **color, contenido del folder**, el proveedor deberá proceder a la impresión de los fólderes.

7.7 La aprobación del servicio deberá ser con visto bueno del responsable del Programa de **infografías, cartillas, fólderes, caratulas**.

8. De la forma de entrega/rotulado y etiquetado para la entrega de infografía de estudiantes.



El proveedor deberá entregar las infografías compaginadas; y en cada folder debe contener: **LAS SEIS (06) INFOGRAFÍAS DEL GRADO QUE CORRESPONDE Y (01) UNA CARÁTULA (VER MUESTRA EL OFICINA)..** La cantidad se muestra en el **CUADRO RESUMEN.**

El contratista debe garantizar que los paquetes ingresados la Oficina del Programa presupuestal 051 – DEVIDA ; deberán estar rotulado o etiquetados con los siguientes datos:

LOS PAQUETE PARA ENTREGA DEBE ESTAR EMBALADOS Y DEBEN CONTENER

- Una infografía pegada de muestra.
- Cantidad
- Grado

9. De la forma de entrega/rotulado y etiquetado para la entrega de infografía y cartilla de docentes tutores.

El proveedor deberá entregar **las infografías y cartillas para docentes tutores** compaginadas; en cada folder debe contener: **LAS SEIS (06) INFOGRAFÍAS DEL GRADO QUE CORRESPONDE Y SEIS (06) CARTILLAS DEL GRADO QUE CORRESPONDE, (01) UNA CARÁTULA. (VER MUESTRA EL OFICINA).** La cantidad se muestra en el **CUADRO RESUMEN.**

LOS PAQUETE PARA ENTREGA DEBE ESTAR EMBALADOS Y DEBEN CONTENER

- Una infografía pegada de muestra.
- Cantidad
- Grado



10. De las Observaciones Presentadas.

De presentarse observaciones a las referidas pruebas de texto o de color (muestras), el área usuaria comunicará al contratista el sentido de estas, en coordinación con la Unidad de Logística Vía correo Electrónico.

El contratista deberá subsanarlas a partir de la recepción de la comunicación electrónico en un plazo que no exceda de un (03) día calendario dicha subsanación remitirá vía correo electrónica.

11. Reposición de Productos Defectuosos.

Una vez ingresado el bien en la Oficina del Programa presupuestal 051 – DEVIDA, ubicado en la plazoleta Santa Catalina N° 235 Cusco de la Entidad; si estos bienes requeridos no se encuentren en óptimas condiciones para su uso, o que presenten defectos, rayaduras, enmendaduras, rupturas y otros, deberán ser repuestos en un plazo no mayor a los cinco (05) días calendarios contados a partir del día siguiente de Recepcionado la notificación.

12. REQUISITOS Y/O PERFIL DEL POSTOR

- Registro Nacional de Proveedores
- Ser persona natural o jurídica.
- Contar con CCI.
- Ficha RUC

13. GARANTÍA COMERCIAL

La garantía comercial mínima **no menor de 12 meses** contados a partir de la conformidad otorgados por el área usuaria. El proveedor deberá ofrecer productos nuevos y de calidad garantizados sin ningún tipo de defectos, deberá cumplir las características requeridas.

14. LUGAR Y PLAZO DE ENTREGA

- **Lugar:** plazoleta Santa Catalina N° 235
- **Distrito:** Cusco
- **Provincia:** Cusco
- **Departamento:** Cusco

El horario de entrega será de lunes a viernes de 09:00 horas a 13 horas y fuera de este horario no se recepcionará.

Oficina del Programa presupuestal 051 – DEVIDA, ubicado en la plazoleta Santa Catalina N° 235 Cusco.

15. Plazo de ejecución del Servicio

La entrega total de las infografías se realizará en 18 días calendarios contando a partir de la aprobación del diseño por parte del área usuaria.

16. FORMA DE PAGO

La entidad realizara el pago de la contraprestación pactada a favor del contratista en único pago.

Para efectos de pago debe de contar con la siguiente documentación:

- ✓ Conformidad de parte del área usuaria del servicio prestado.

17. PENALIDADES APLICABLES

17.1 Penalidades por mora:

La penalidad se aplicará desde el día siguiente culminado la orden de servicio correspondiente al mes de prestación del servicio, la Entidad le aplica automáticamente una penalidad por mora por cada día atraso, según lo dispuesto en el artículo 162° del Reglamento de la Ley de Contrataciones del Estado.

La penalidad se aplicará automáticamente y se calculará de acuerdo a la siguiente fórmula.



$$\text{Penalidad Diaria} = 0.01 \times \text{Monto de Contratación} \times \text{Plazo en días}$$

17.2 Otras penalidades

| N° | Supuesto de aplicación de penalidad | Forma de cálculo | Procedimiento para verificar el supuesto |
|----|---|-------------------------------------|--|
| 1 | Por no entregar los diseños para la aprobación por el área usuaria en los plazos estipulados. | 5% de la UIT (vigente) por cada día | Al informe del Área Usuaria. |

18. RESPONSABILIDAD POR VICIOS OCULTOS

El contratista será responsable por la calidad ofrecida y por los vicios ocultos del servicio de impresión, conforme a lo indicado en el Artículo 173° del Reglamento de la Ley de Contrataciones del Estado, por un plazo de un (01) año a partir de la última conformidad otorgada por parte del área usuaria sobre el servicio brindado.

19 ADELANTOS

No corresponde

20 CLAUSULA ANTICORRUPCIÓN

El contratista declara y garantiza no haber, directa o indirectamente, o tratándose de una persona jurídica a través de sus socios, integrantes de los órganos de administración, apoderados, representantes legales, funcionarios, asesores o personas vinculadas a las que se refiere el artículo 7 del reglamento de la ley de contrataciones del estado, ofrecido, negociado o efectuado, cualquier pago o, en general, cualquier beneficio o incentivo ilegal en relación al contrato.

Asimismo, el contratista se obliga a conducirse en todo momento, durante la ejecución del contrato, con honestidad, probidad, veracidad e integridad y de no cometer actos ilegales o de corrupción, directa o indirectamente o a través de sus socios, accionistas, participacionistas, integrantes de los órganos de administración, apoderados, representantes legales, funcionarios, asesores y personas vinculadas a las que se refiere el artículo 7 del reglamento de la ley de contrataciones del estado.

Además, el contratista se compromete a i) comunicar a las autoridades competentes, de manera directa y oportuna, cualquier acto o conducta ilícita o corrupta de la que tuviera conocimiento; y ii) adoptar medidas técnicas, organizativas y/o de personal apropiadas para evitar los referidos actos o prácticas.

19. CONFIDENCIALIDAD

Se debe guardar la confidencialidad de la información.



20. SISTEMA DE CONTRATACIÓN

Suma alzada

21. AFECTACIÓN PRESUPUESTAL

El egreso que origine la contratación del servicio será a cargo:

- Fuente de financiamiento: RECURSOS ORDINARIOS.
- META: 001
- ESPECÍFICA DE GASTO: 23.27.11.6

22. OTRAS CONSIDERACIONES PARA LA EJECUCION DE LA PRESTACIÓN

1.1 Confidencialidad

Se debe guardar la confidencialidad de la información

Cusco, 2022

 GOBIERNO REGIONAL DEL CUSCO
GERENCIA REGIONAL DE EDUCACIÓN CUSCO
.....
Mag. Marcelino E. Llerena Montes
COORDINADOR ETR PPR 051
BEREDU-C DEVIDA

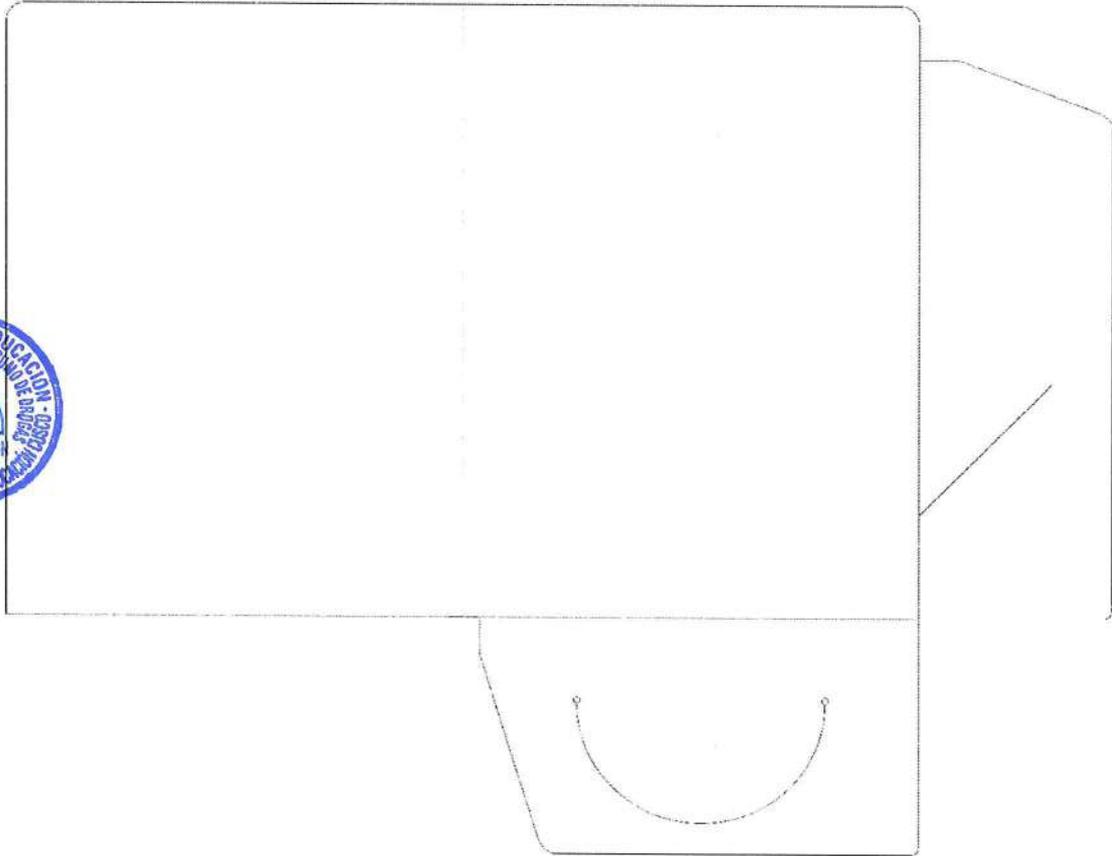
Los diseños son referenciales

ANEXO 01
FOLDER ANVERSO



FOLDER REVERSO

Anexo 02



“PROGRAMA PRESUPUESTAL DE PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DEL CONSUMO DE DROGAS EN EL ÁMBITO EDUCATIVO”



EQUIPO TÉCNICO REGIONAL DE TUTORÍA

CUSCO - PERÚ

2022

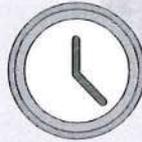


VI CICLO - 1^{er} y 2^{do} de Secundaria

MIS ESTUDIOS Y YO



Hola, somos tus tutores. Hoy realizarás un calendario para el manejo de tu tiempo y así mejorar tus hábitos de estudio.



Para mejorar tus hábitos de estudio, podrías considerar lo siguiente:

- Destinar 2 a 3 horas para los trabajos escolares.
- Ayudar en las tareas de casa (lavar, barrer, ayudar en la cocina, etc.)
- Considerar tiempo para actividades de entretenimiento (jugar, hacer deporte, dibujar, etc.)
- Realizar tus actividades a tiempo.
- Dormir de 8 a 9 horas.



Los estudios son medios para alcanzar nuestras metas



Por las mañanas realizo mis tareas escolares y por las tardes juego con mi hermanito

En las mañanas realizo mis tareas escolares y en la tarde ayudo en mi casa, luego juego y veo TV.



Aquí algunas sugerencias para organizarnos en familia



Ponte de acuerdo con tu familia para el uso de la TV, computadora o laptop.

Ordena y limpia el espacio donde estudias.



Considera actividades de juego con tu familia



ACTIVIDAD

Llena los recuadros con las horas y actividades que realizarás en casa. Tómale una foto y envíala a tu tutor o tutora

| | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | FIN DE SEMANA |
|------------------|-------|--------|-----------|--------|---------|---------------|
| 8:00/10:00 A.M. | | | | | | |
| 10:00/12:00 P.M. | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |



VI CICLO - 1^{er} y 2^{do} de Secundaria

¿SOY COMO SOY? O COMO DICEN QUE SOY



Hola, somos tus tutores.
Hoy vamos a hablar sobre
el autoconocimiento.

¿SABES QUÉ ES EL
AUTO?
CONOCIMIENTO ?

Es la capacidad de comprender
nuestros sentimientos y poder
responder a ¿quién soy yo?
Se forma a partir de cómo
me veo y cómo me ven
los demás.

ADEMÁS

Se desarrolla en la familia, escuela y el entorno en el que te desenvuelves.

Permite reconocer tus emociones y poder manejarlas.



Reconozco la parte que más
me gusta de mi cuerpo...

Reconozco la parte que más
me gusta de mi cuerpo...

Me siento
orgullosa
de ser
peruana
y de mi
comunidad
por...

Me siento
orgullosa
de ser
peruana
y de mi
comunidad
por...

Mis
compañeros,
mis
profesores,
mi papá y
mi mamá
¿Qué
piensan
de mí?

Mis
compañeros,
mis
profesores,
mi papá y
mi mamá
¿Qué
piensan
de mí?



RECONOCIENDO

Mis emociones



ALEGRÍA

Cuando me saco buenas calificaciones
Cuando me felicitan y halagan



IRA

Cuando las cosas no me salen bien
Cuando me gritan



TRISTEZA

Cuando las personas que amo sufren
Cuando siento que me ignoran



MIEDO

Cuando me siento en peligro
Cuando tengo un examen difícil

Mis estados de ánimo

Mi cumpleaños fue hace tres
días y sigo contenta por
todos los saludos que recibí
de mis amigos y familia.

Ayer recibí una mala
calificación y aún estoy
triste

ACTIVIDAD

Realiza un dibujo de ti, es decir un "autoretrato", señalando tus características.

1. Pregunta a un familiar: ¿Cómo me ves?
 2. Responde la siguiente pregunta: ¿Qué creo que piensan, mis compañeros, mis profesores y mis padres, acerca de mí?
- Tómale una foto y envíala a tu tutor o tutora.



NO TE OLVIDES:

- Ante una situación difícil, mantén la calma.
- Si te sientes triste, conversa con tus padres, con tus tutores, o con alguien de tu confianza.

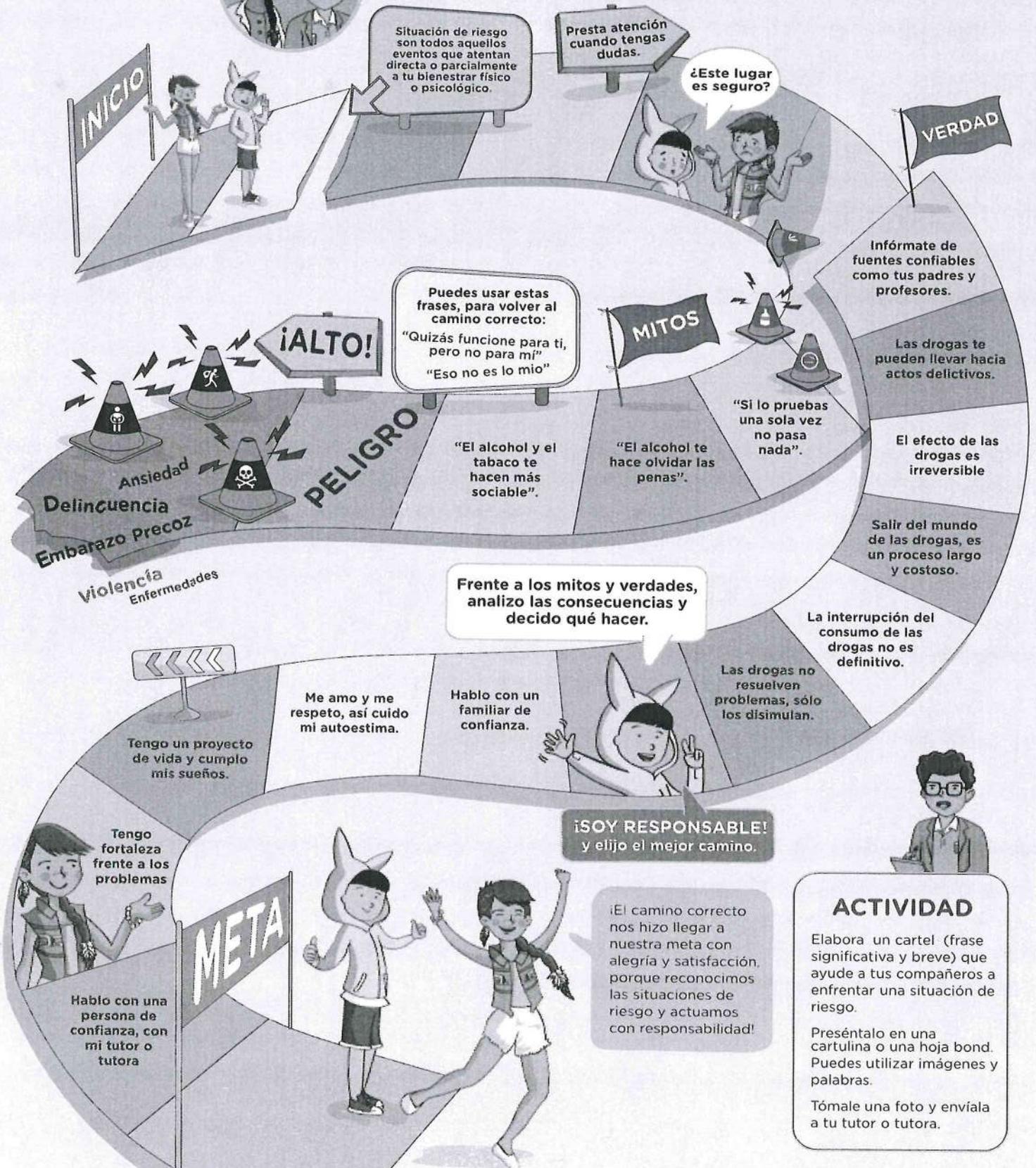


VI CICLO - 1^{er} y 2^{do} de Secundaria

APRENDIENDO A RECONOCER UNA SITUACIÓN DE RIESGO



Hola, somos tus tutores. Hoy te invitamos a seguir una ruta para reconocer una situación de riesgo. Decide por el mejor camino para llegar a la meta.





VI CICLO - 1º y 2º Grado Educación Secundaria

APRENDO A MANEJAR LA PRESIÓN DEL GRUPO

Observa la situación...



¿Qué es la presión de grupo?

Es la influencia que ejercen un grupo de amigos sobre algunos de sus integrantes, puede ser positiva o negativa, con el fin de alentarlos a cambiar lo que desean hacer.

La presión del grupo actúa sobre el individuo para que se comporte según lo que otros piensan y quieren.



¿Por qué algunas personas ceden a la presión de grupo?

- ➔ Por vergüenza a sentirse diferentes
- ➔ Por la noción de "todos lo hacen"
- ➔ Por curiosidad
- ➔ Por temor a ser rechazados

¿Cómo podemos afrontarla?



Recuerda realizar la actividad de esta sesión y elaborar una historieta sobre cómo afrontar la presión de grupo. Al finalizar, toma una foto y la envías por correo electrónico u otro medio indicado por tu tutor o tutora.



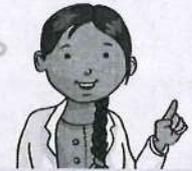
VI CICLO - 1º y 2º Grado Educación Secundaria

CONSECUENCIAS DEL CONSUMO DEL TABACO



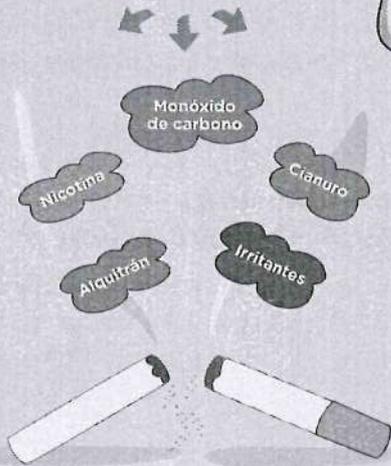
Hola, somos tus tutores y hoy hablaremos sobre el consumo del tabaco.

¿SABÍAS QUÉ...?
El consumo de tabaco podría afectar tu salud.



HABLEMOS DEL TABACO

El tabaco es una planta que contiene nicotina y genera dependencia y al ser quemada expide



EFFECTOS INMEDIATOS

- Fatiga**
- Bajo rendimiento deportivo**
- Falta de apetito**
- Manchas en los dientes**
- Mal aliento**
- Mal olor corporal**

CONDUCTAS FAVORABLES PARA EVITAR EL CONSUMO DE TABACO

Aprendiendo a decir "NO"



Mantener estilos de vida saludable: hacer ejercicios, comer sano, dormir bien.

¡Recuerda! El consumo de tabaco puede generarnos cáncer.

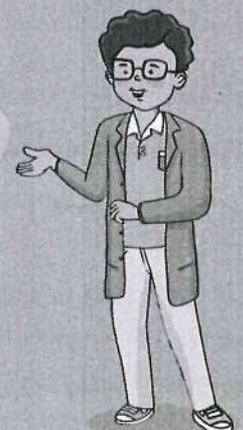


- Busca información confiable
- Conversa con tu tutor o tutora.
- Desarrolla actividades divertidas
- Comparte tus dudas, con la familia
- Confía en tu familia

1815
HABLA FRANCO



MI TIEMPO EN FAMILIA



Recuerda desarrollar la actividad de esta semana, aprovecha el tiempo en familia. Elabora un afiche: "Las consecuencias del consumo de tabaco". Al finalizar, toma una foto y la envías por correo electrónico u otro medio indicado por tu tutor o tutora.



VI CICLO - 1er y 2do Grado Educación Secundaria

EL ALCOHOL, DROGA SOCIAL

OBSERVA LA SITUACIÓN... Estos podrían ser algunos efectos y consecuencias del consumo de alcohol:

¿Qué pasa en nuestro cuerpo, cuando ingerimos demasiado alcohol?

- Dificultad para hablar y coordinar movimientos
- Embriaguez y pérdida del equilibrio
- Desgano y sueño

Posibles accidentes de tránsito

Mayor probabilidad de conductas violentas

Estar más expuestos a ser víctimas de robo

Posibles embarazos no deseados

Riesgo alto de probar otras drogas

Speech bubbles: ¡Salud!, Me siento mareada..., ¡No puedo pararme!, Tengo náuseas...

¿Qué podría hacer para evitar el consumo de alcohol?

- Hacer ejercicios
- Compartir actividades artísticas y creativas en familia
- Compartir actividades saludables con amigos
- Estudiar e informarnos adecuadamente
- Conversa con tus tutores
- Contactar con líneas de ayuda

1815 HABLA FRANCO

Seguimos practicando estilos de vida saludable

Construyamos una familia con "Amor y Límites"

- Manteniéndonos unidos
- Compartiendo las actividades de casa
- Fijando normas de convivencia familiar
- Dialogando con nuestra familia

Speech bubbles: ¡Te quiero hermano!, ¡Muy bien hijo!, Hoy yo lavaré los platos, Normas de convivencia, Me da gusto que converses conmigo, hijo

¡Recuerda!

Los adolescentes son más sensibles a los efectos del alcohol, sobre todo en actividades relacionadas al aprendizaje.

Recuerda desarrollar la actividad de esta sesión: **Crear un diálogo "Cómo evitar el consumo de alcohol"**. Al finalizar, toma una foto y la envías por correo electrónico u otro medio indicado por tu tutor o tutora. ¡Será divertido!

VI CICLO - 1° y 2° de Educación Secundaria

MEJORANDO MI PLAN DE ESTUDIOS



Tutores: Hoy aprenderemos a identificar hábitos y estrategias que te favorecen al momento de estudiar y elaborar un plan de estudio.



Hábitos: son conductas que las personas aprenden por repetición, hay buenos y malos hábitos con respecto a la salud, alimentación, estudios, etc.

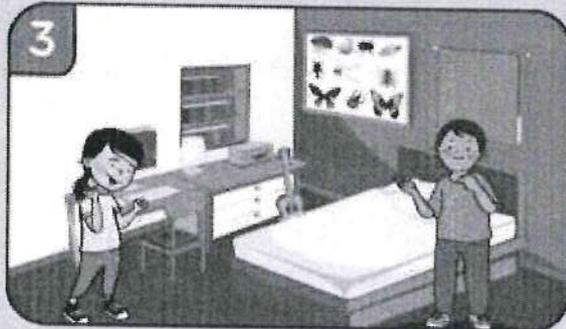
Veamos la historia de Miguel y Sara:



1
Miguel: Mamá, vamos a estudiar en el suelo escuchando música.



2
Miguel: En este ambiente hay mucho desorden y no podrán trabajar bien



3
Sara: Tenías razón mamá. ordenamos nuestros cuarto y así pudimos estudiar mejor.



4
Miguel: Nos salió todo muy bien y nos quedó tiempo para jugar.



Los hábitos de estudio son métodos y estrategias que usa un estudiante para aprender de forma efectiva

Identifica un tiempo ideal para estudiar

Trabaja primero las tareas difíciles

Encuentra un lugar adecuado para estudiar

Toma Breves descansos

Duerme lo suficiente (8 horas)

Estudia con anticipación

Elabora un horario de trabajo en casa

Usa diagramas, cuadros conceptuales, toma notas

Actividad:

Elabora un Plan de Estudio que ayude a mejorar tu espacio de estudio y tus hábitos para aprender de forma más efectiva. te damos un ejemplo. Escríbelo, tómale foto y envíala a tu tutor.

Esquema de plan de estudios

| | |
|--|---|
| Ambiente físico | Estudiaré en el comedor que tiene una mesa y mejor iluminación. |
| Momento y tiempo | Tareas de 4:00 - 6:00 p.m. / Estudio y repaso de 6:30 - 7:00 p.m. |
| Disposición personal | Me comprometo a sentirme más motivado y a ser más responsable. |
| Estrategias para estudiar y hacer tareas | Haré resúmenes, usaré la técnica del subrayado y diagramas. |

VI CICLO - 1º y 2º de Educación Secundaria
AFRONTANDO LA PRESIÓN DE GRUPO



Tutores: Hoy aprenderemos a resistir a la presión de grupo y a oponerse al consumo del alcohol y otras sustancias



La presión para ser parte del grupo, puede ser muy poderosa y difícil de resistir



Es la influencia que un adolescente ejerce sobre otro que conforma su círculo de amigos, para que éste actúe según lo que piensa la mayoría.

AMIGOS

Durante la adolescencia la opinión de los amigos puede tornarse más importante que la de la familia.



El alcohol es la sustancia más popular usada por los jóvenes; lo consumen mayormente por la presión de grupo.

ALCOHOL

¿Qué hacer frente a la presión negativa del grupo?



¿Cómo me estoy sintiendo?
¿Me siento seguro, cómodo, pienso que es lo correcto?

Me siento incómodo, no es lo correcto. Tomar no me gusta pero así quedo bien con mis amigos.

¿Cuáles son mis opciones?
¿Cuáles son las consecuencias de estas opciones?

Decir que no me gusta tomar, alejarme de eso.

Tomó la decisión que me haga sentir más seguro, feliz y tranquilo.

Decido no tomar porque sé que no es bueno para mí.

Miguel usa el sistema semáforo ante la presión de grupo para que tome alcohol

Actividad:

Fórmula 3 respuestas que puede dar Miguel para resistir la presión de grupo y oponerse al consumo de alcohol u otro tipo de sustancias.
Escríbelas, toma foto de tu actividad y envíala a tu tutor.



VI CICLO - 1º y 2º de Educación Secundaria

ME GUSTA COMO ME VEO Y COMO ME VEN



Tutores: Hoy aprenderemos a valorar nuestra forma de ser, vernos y sentirnos, con una actitud positiva.



La adolescencia es el período de crecimiento y desarrollo que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y 19 años.



¡Oye Lucía!

¿Sabías que en la adolescencia pasamos por muchos cambios que son muy normales y que nos preparan para la vida adulta?



Relación contigo mismo

¿Cómo te percibes en relación a tus capacidades, emociones y personalidad?

Quiérete

Valórate

Eres único

1

Relación con tu aspecto físico

¿Te gusta cómo te ves? ¿Qué te gusta más de ti mismo en tu aspecto físico?

Realza aquello que te favorece

2

Relación con tus amigos

¿Cómo te percibes en relación a tus capacidades, emociones y personalidad?

Los buenos amigos reafirman tu identidad.

3

Relación con tus padres

Te estás haciendo independiente emocionalmente de tus padres.

Necesitas de su apoyo y reglas. Escúchalos.

4



Actividad:

Reflexiona e identifica los aspectos positivos y/o cualidades que tienes en relación a ti mismo: personalidad, aspecto intelectual, emocional, en la relación con tus padres y amigos, así como en el aspecto físico. Escríbelos, toma foto de tu actividad y envíala a tu tutor.



VI CICLO - 1º y 2º de Educación Secundaria MI FAMILIA Y YO ESTAMOS CAMBIANDO



Hola, somos tus tutores. Hoy te invitamos a identificar algunos cambios en tu relación con los miembros de tu familia y como tener una mejor relación con los adultos con quienes vives.

¿Notas que ha cambiado tu relación con tu papá, mamá o personas adultas con las que vives?



A veces no quiero ver a nadie.

Me molesta que me digan lo que tengo que hacer.

Tengo mucho sueño.

Tengo cambios de humor.



Deja de estar hablando tanto con esos amigos, que no son buenos.

Todo los días lo mismo. No ayudas en casa, me están cansando.



No quiero hablar con nadie, siempre me vigilas.

Estoy cansado de que me manden a hacer todo.



Cuéntame sobre tus amigos, parecen divertidos.

¿Que te parece si mañana preparamos el almuerzo juntos?

Confío en ti, si deseas mañana conversamos mientras hacemos ejercicios y luego vemos una película

Hagamos un horario de tareas entre todos los que vivimos en casa.



Actividad:

Responder las siguientes preguntas y luego, tómale una foto y envíala a tu tutor o tutora.

1. ¿Qué acciones podrías realizar para que las personas adultas que viven contigo sientan confianza en ti?
2. ¿Qué esperas de las personas adultas que viven contigo para mejorar la relación con ellos?



VI CICLO - 1º y 2º de Educación Secundaria

CONOCIENDO MÁS SOBRE LOS EFECTOS DEL ALCOHOL EN EL ORGANISMO



Hola, somos tus tutores. Hoy vamos a conocer y comprender los efectos del alcohol en el cerebro.

Tengo sueño, me duele la cabeza, estoy con desgano.

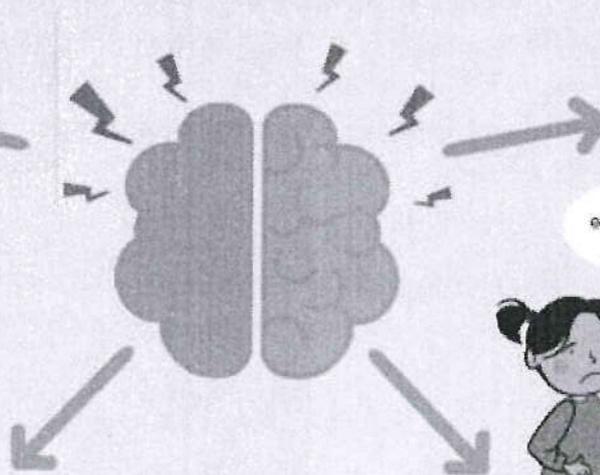


¿Sabes lo que sucede en el cerebro cuando ingerimos alcohol?

Mis piernas me tiemblan, no puedo caminar.



Tengo náuseas, me duele el estómago



No entiendo lo que me dices

Ehh... mm...



Recuerda que el consumo del alcohol en la adolescencia tiene efectos dañinos para el cerebro, afecta a todo el organismo y no te permite vivir plenamente.



Actividad:

Responde las siguientes preguntas y luego tómale una foto y envíala a tu tutor o tutora

Conversa con tus familiares y escribe las respuestas sobre el consumo de alcohol.

1. ¿Cuáles son los efectos que puede originar el consumo del alcohol en el cerebro?
2. ¿Cuáles son los riesgos a los que se exponen un adolescente por pequeña que sea la cantidad ingerida?



VI CICLO - 1º y 2º de Educación Secundaria CONSECUENCIAS DEL ABUSO DEL ALCOHOL



Hola , somos tus tutores. Hoy reconoceremos las consecuencias del abuso de alcohol en la adolescencia.



Recuerda que puedes acudir a buscar ayuda a una persona mayor de confianza, un familiar, tutor o tutora.



El alcohol puede ocasionarte:

- Bajo rendimiento académico y fracaso escolar.
- Problemas con tus familiares y compañeros.
- Peligro de sufrir accidentes.
- Conductas violentas.
- Alteración en el aspecto físico y psicológico, entre otros.

Actividad:

Elabora un afiche (utilizando imágenes y frases cortas), en la que se observen las consecuencias del abuso del alcohol en la adolescencia. Tómale una foto y envíala a su tutor o tutora.

VII CICLO - 3º, 4º y 5º Grado Educación Secundaria CONTROLAMOS Y TRANSFORMAMOS LA CÓLERA (IRA)



Hola, somos tus tutores. Hoy vamos a hablar de las emociones y cómo puedes manejarlas. Observemos la siguiente situación



¿Qué hacer para controlar la cólera (ira)?

1

Identifica lo que te molesta



2

Reflexiona y piensa en las consecuencias



Las emociones son respuestas o reacciones que experimenta tu cuerpo. Hay emociones agradables o desagradables en función al bienestar o malestar que ocasionan.

La cólera (ira) es una emoción natural, lo inadecuado es cuando nos domina y lastimamos a otras personas.

Para controlar la cólera (ira) puedes realizar el siguiente ejercicio de respiración: Inhala (toma aire por la nariz) lentamente, tratando de llenar tu cuerpo de oxígeno, retén el aire unos segundos y expulsa suavemente por la boca (repite cuatro veces).



Ejercicios para manejar la cólera (ira)



Ejercicios de respiración



Contar hasta diez cuando estás molesto



Ten pensamientos positivos



Escucha la música que más te gusta



Lee o haz ejercicios

ACTIVIDAD

Elabora un relato y describe cómo podrías resolver una situación en la que estás muy molesto. Toma una foto de tu relato y envíala a tu tutor o tutora.



VII CICLO - 3º, 4º y 5º Grado Educación Secundaria

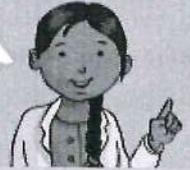
CLARIFICO LOS MITOS Y CREENCIAS SOBRE LA MARIHUANA



Hola, somos tus tutores, hoy hablaremos sobre los mitos de la marihuana.

¿SABÍAS QUÉ...?
Sus efectos pueden sentirse casi inmediatamente, y pueden durar hasta horas, pero nuestro cuerpo puede retenerla hasta por varias semanas.

También recordaremos los pasos para la toma de decisiones.



MITO 1

“La marihuana nos vuelve más creativos y sirve para estudiar mejor”

VERDAD

Afecta tu capacidad creativa, memoria, atención y concentración, también puede generarte bajo rendimiento académico.

MITO 2

“Fumar marihuana es inofensivo, resulta menos perjudicial que fumar tabaco”

VERDAD

Es dañina, puede afectar tu cerebro y tu sistema nervioso.

MITO 3

“La marihuana solo influye en mí”

VERDAD

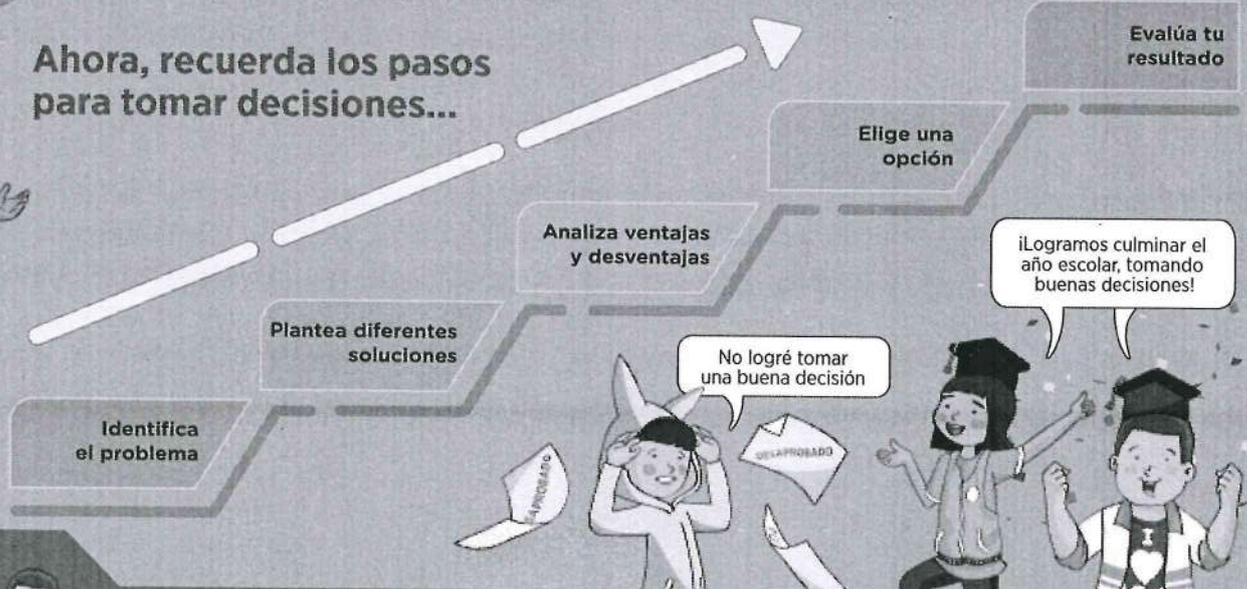
Te afecta física y emocionalmente. Afecta a tus amigos y sobretodo a tu familia.



¡Recuerda! Prioriza tu tiempo para estudiar y buscar ayuda



Ahora, recuerda los pasos para tomar decisiones...



ACTIVIDAD

Realiza un organizador visual: “LA MARIHUANA Y SUS EFECTOS EN EL APRENDIZAJE”. Al finalizar, toma una foto y la envías por correo electrónico u otro medio indicado por tu tutor o tutora.



VII CICLO - 3^{ro}, 4^{to} y 5^{to} Grado Educación Secundaria

APRENDO A NEGOCIAR



Hola, somos tus tutores. Hoy aprenderemos a reconocer una situación de conflicto y cómo afrontarla con empatía, escucha activa y una comunicación asertiva.

El conflicto es una situación en la cual dos o más personas con intereses diferentes entran en confrontación. Los conflictos son parte de la vida y podemos aprender de ellos. Lo destructivo de un conflicto ocurre cuando no se resuelve y conlleva violencia y tensión.

PASOS PARA LA NEGOCIACIÓN

| PASO 1: Dialogar | PASO 2: Identificar el problema | PASO 3: Buscar soluciones | PASO 4: Acuerdo |
|--|--|--|---|
| <p>Necesitamos hablar</p> <p>Sí, pero también, escúchame</p> | <p>No me gusta que te impongas cuando trabajamos en grupo</p> <p>Yo sólo quiero ayudar</p> | <p>¿Qué te parece si cada uno tiene un turno para hablar?</p> <p>También, podríamos escribir nuestras opiniones.</p> | <p>Así, ganamos todos.</p> <p>Me parece muy bien, estoy de acuerdo.</p> |

RECUERDA QUE NEGOCIAR ES...

Conversar con respeto

Ponernos en el lugar de la otra persona

Escuchar con atención

BENEFICIOS DE LA NEGOCIACIÓN

- Es una oportunidad de cambio para todos
- Nos hace más empáticos con los demás
- Nos permite mejorar nuestra comunicación
- Nos permite una buena convivencia

ACTIVIDAD

Escribe un conflicto que hayas vivido y describe un diálogo que realizarías para llegar a un acuerdo a través de la negociación. Tómale una foto y envíala a tu tutor o tutora.





VII CICLO - 3^{ro}, 4^{to} y 5^{to} Grado Educación Secundaria
LOS RIESGOS DE LA AUTOMEDICACIÓN



¿Qué es la automedicación?

Es una práctica inadecuada de consumo de medicamentos que no son recetados por un profesional de la salud.

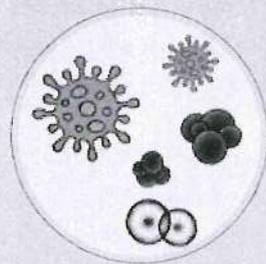


¿Cuáles son los efectos?

- * El medicamento no hace efecto
- * Puede causar dependencia
- * Puede producir intoxicación
- * Podría ocultar la dolencia grave y complicar la enfermedad



PREVENCIÓN



Ante el COVID-19

- Lávate las manos 20 segundos
- Usa mascarilla
- 1M** Respeta el distanciamiento social
- Evita las reuniones sociales

Mantener hábitos saludables

- Haz ejercicios
- Mantén una buena alimentación
- Duerme mínimo 8 hrs
- Mantén una buena comunicación con tu familia



Busca información profesional

Médicos especialistas



Información confiable

- Escuelas
- Centro de salud
- Medios de comunicación oficiales
- Línea de ayuda
 - 113 - MINSA
 - 117 - ESSALUD

¡Gracias, doctor!

¡Recuerda!

“La mejor medicina es un estilo de vida saludable”



Nuestra actividad para esta sesión es: “Crea una frase para evitar la automedicación”, y escríbela en una hoja bond. Al finalizar, toma una foto y la envías por correo electrónico u otro medio indicado por tu tutor o tutora.



VII CICLO - 3^{ro}, 4^{to} y 5^{to} Grado Educación Secundaria

UNA VIDA SIN DROGAS, ES UNA VIDA SALUDABLE



Hola, somos tus tutores. Hoy identificaremos los factores protectores que te ayudarán a tener una vida saludable sin drogas.

¿QUÉ SON FACTORES PROTECTORES?

Son determinadas circunstancias y características que determinan el logro de una vida saludable, los cuales reducen la probabilidad del uso de drogas.

Personales

Familia

Escuela

Comunidad



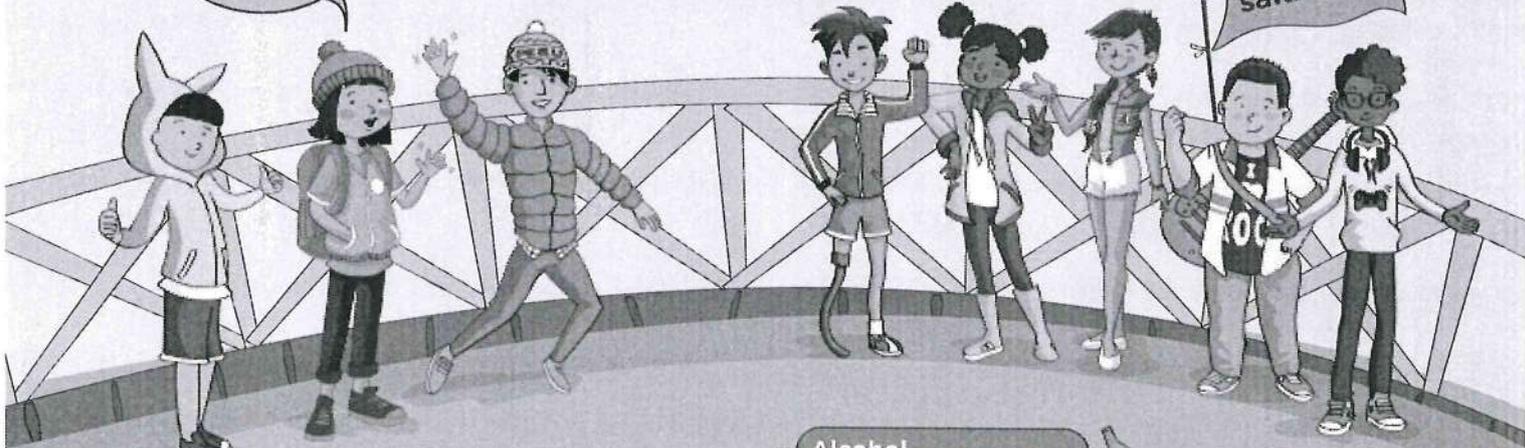
Vamos por el camino seguro.

COMUNICACIÓN FAMILIAR

METAS

BUENOS MAESTROS

Vida saludable



¿QUÉ SON FACTORES DE RIESGO?

Son eventos que determinan el desarrollo de un problema y tienen altas probabilidades de daño o resultados no deseables.

Alcohol

Problemas familiares

Drogas

Violencia

Embarazo precoz

Delincuencia



Recuerda que una vida saludable te permitirá cumplir tus sueños y metas.



ACTIVIDAD

Realiza un afiche explicando los factores protectores y de riesgo del consumo de drogas. Preséntalo en una cartulina o en una hoja de papel, puedes utilizar figuras y texto. Tómale una foto y envíala a tu tutor o tutora.



VII CICLO - 3^{ro}, 4^{to} y 5^{to} Grado Educación Secundaria

¿SOY AUTÓNOMO FRENTE AL CONSUMO DE DROGAS?

¿Qué es ser autónomo?

Es esa capacidad que te permite desenvolverte adecuadamente, y tomar tus propias decisiones de manera responsable.

Recuerda los pasos para tomar decisiones:

- Identifica lo que deseas
- Elabora alternativas
- Establece orden en las alternativas
- Elige la alternativa más conveniente
- Ejecuta y verifica resultados



Mamá, yo decido con responsabilidad y autonomía



¡Papá, seguí todos los pasos para la toma de decisiones!



PLAN DE ACCIÓN ¿CÓMO LO CONSIGO?



Mejorar relaciones personales y familiares



Priorizar el estudio



Ahorrar y planificar estudios superiores

OBJETIVOS ¿QUÉ QUIERO LOGRAR EN LA VIDA?



Culminar el año con notas satisfactorias



Ser profesional



TE DEJO UN MENSAJE

Quiero que sepas, que mi único interés es tu bienestar, sé que pasarás por diversas situaciones en las que tendrás que decidir, otras, en las que tus amigos, te pedirán que hagas cosas; detente y piensa en todas las consecuencias recuerda lo que haz aprendido.

Tu tutora.

IDENTIFICA TU REALIDAD ¿QUÉ NECESITO DE MÍ, PARA CONSEGUIR MIS METAS?



Tomar decisiones de manera responsable



Valores personales



Habilidades académicas



Apoyo familiar



Recuerda desarrollar la actividad de esta sesión: "Crea una carta para los adolescentes, comenta la importancia de la toma de decisiones para hacer frente al consumo de drogas". Al finalizar, toma una foto y la envías por correo electrónico u otro medio indicado por tu tutor o tutora. ¡Será divertido!



VII CICLO - 3°, 4° y 5° de Educación Secundaria

RESPECTO LAS NORMAS Y ME ENTIENDO CON MI FAMILIA



Tutores: Hoy aprenderemos a reconocer la importancia del respeto a las normas del hogar.



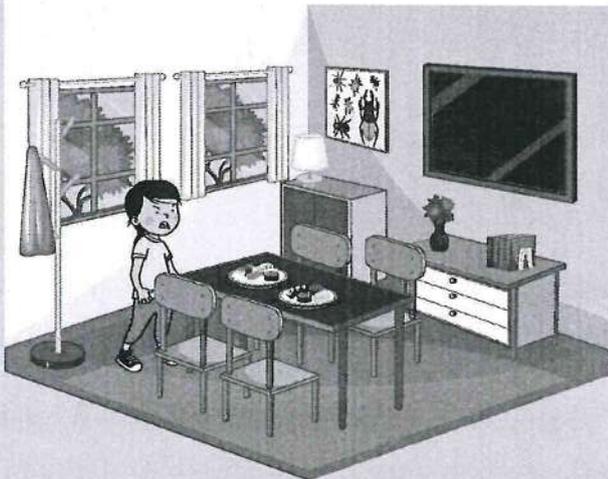
1. Anita sigue jugando con su tablet a pesar de que tiene que estudiar y hacer sus tareas.



2. Sus padres se acercan a ella y le llaman la atención. Le dicen que no podrá usar su tablet por una semana.



3. Anita se siente molesta y triste porque se estaba divirtiendo mucho.



4. Luego reflexiona y entiende que debe ser más responsable.



Recuerda: Respetar las reglas y límites nos ayuda a tener buena relación con la familia, buen rendimiento académico e incrementa nuestra autoestima y autocontrol.

Actividad:

Realiza un afiche sobre lo que puedes hacer para tener mejores relaciones familiares con tus padres o las personas que cuidan de ti, considera 4 o 5 acciones. Tómate una foto y envíalo a tu tutor.

VII CICLO - 3^o, 4^o y 5^o Grado Educación Secundaria RECONOCIMIENTO DE MI VALÍA PERSONAL, ME ALEJO DE LAS DROGAS



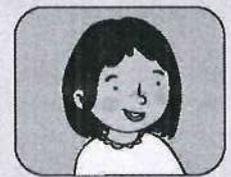
Tutores: Hoy aprenderemos a identificar qué características tiene una persona con buena autoestima, ya que esta sirve como un factor de protección frente al consumo de drogas.



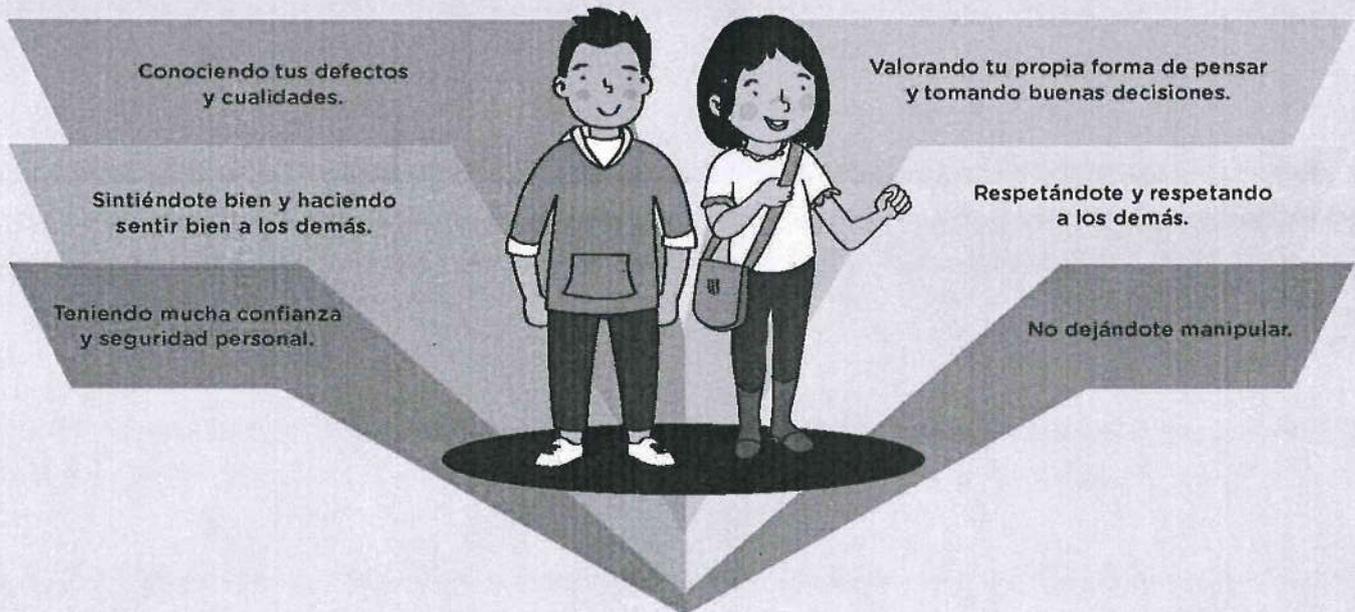
Autoestima: Aprecio o consideración que uno tiene sobre sí mismo.



Anita ¿sabías que una buena autoestima nos ayuda a protegernos frente al consumo de las drogas?



Tienes razón Miguel y ¿cómo puedo tener una buena autoestima?



Gracias Miguel. Quiero decirte que eres un buen amigo, alegre y muy amable.

No hay de qué Anita. tú también eres muy buena, responsable y trabajadora

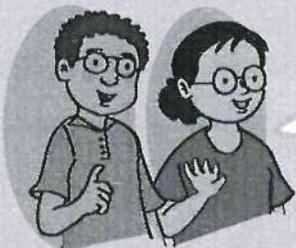


Recuerda: Reconocer lo que aprecias de tus amigos y decírselo es bueno para tu autoestima y la de ellos.

Actividad:

Plantea 5 acciones que puedes realizar para incrementar tu autoestima, escríbelas en tu cuaderno, tómale una foto y envíalas a tu tutor.

VII CICLO - 3°, 4° y 5° de Educación Secundaria
POR UNOS CUANTOS SOLES



Hola, somos tus tutores. Hoy te invitamos analizar la práctica de valores y cómo nos permite una convivencia armoniosa.



Los valores son convicciones que dirigen nuestros comportamientos para, tener una convivencia sana y armoniosa. ¿Qué hubieras hecho tú, en el caso anterior?



Actividad:

Resuelve el siguiente pupiletras y encuentra los 8 valores que se señalan a continuación:

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| P | N | D | O | R | E | P | J | Q | S |
| A | M | I | S | T | A | D | V | U | I |
| Z | H | O | N | O | R | O | S | I | L |
| R | X | G | R | A | T | I | T | U | D |
| V | E | R | D | A | D | E | I | Q | A |
| E | T | I | C | A | S | T | C | I | L |
| R | E | S | P | E | T | O | I | E | O |
| N | M | E | O | Y | O | P | A | R | U |

1. VERDAD
2. RESPETO
3. PAZ
4. HONOR
5. AMOR
6. JUSTICIA
7. ÉTICA
8. APOYO



VII CICLO - 3°, 4° y 5° de Educación Secundaria FACTORES DE RIESGO Y DE PROTECCIÓN



Hola, somos tus tutores. Hoy te invitamos a identificar los factores de riesgo y de protección asociados al consumo de las drogas.

FACTORES DE RIESGO

Son eventos que conducen a tener una vida asociada al consumo de drogas, con resultados no favorables

Violencia

Conflictos familiares

Falta de autocontrol

Depresión

Falta de autonomía

Mal uso del tiempo libre

Padres permisivos

Amigos que consumen drogas

FACTORES PROTECTORES

Son circunstancias que conducen a una vida saludable alejada del consumo de drogas, es un camino saludable.

Amor

Recreación

Autocontrol

Afecto

Respeto

Solidaridad

Valores

Prácticas de valores

Modelos positivos

Comunidad

Información sobre drogas

Escuela

Comunicación

Familia



Actividad:

Responde las siguientes preguntas y luego tómate una foto y envíala a tu tutor o tutora.

1. ¿Cuáles consideras que son los factores de riesgo que encuentras en tu entorno? Menciona y describe dos de ellos.
2. ¿Cuáles consideras que son los factores de protección que encuentras en tu entorno? Menciona y describe dos de ellos.

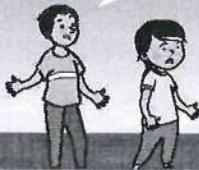


VII CICLO - 3°, 4° y 5° de Educación Secundaria ¿CÓMO NEGARSE AL CONSUMO DE LAS DROGAS?



Hola, somos tus tutores. Hoy te invitamos a practicar algunas respuestas frente a la presión que ejerce el grupo para consumir drogas.

Para resistir la influencia negativa del grupo debemos estar preparados.



Todo el mundo toma, ¡iven prueba!

Yo no soy como todo el mundo, no quiero!



No pasa nada háganlo

Puede ser que no pase nada, pero no queremos



No tengo miedo, simplemente eso me hace daño.



No te atreves a nada, tienes miedo a todo

No somos quedados, simplemente no queremos quedar como ustedes.



Ustedes son unos quedados

Una vida sin drogas es una vida plena y feliz, cumplimos nuestras metas.



Sabías que una respuesta asertiva, es decir NO, en el momento adecuado, frente a algo que puede ocasionarte daño o perjudicar tu salud física y/o psicológica.



Actividad:

Elabora un diálogo en dónde te propongan consumir droga, y escribe 4 respuestas a esa invitación. Luego tómale una foto y envíala a tu tutor o tutora.



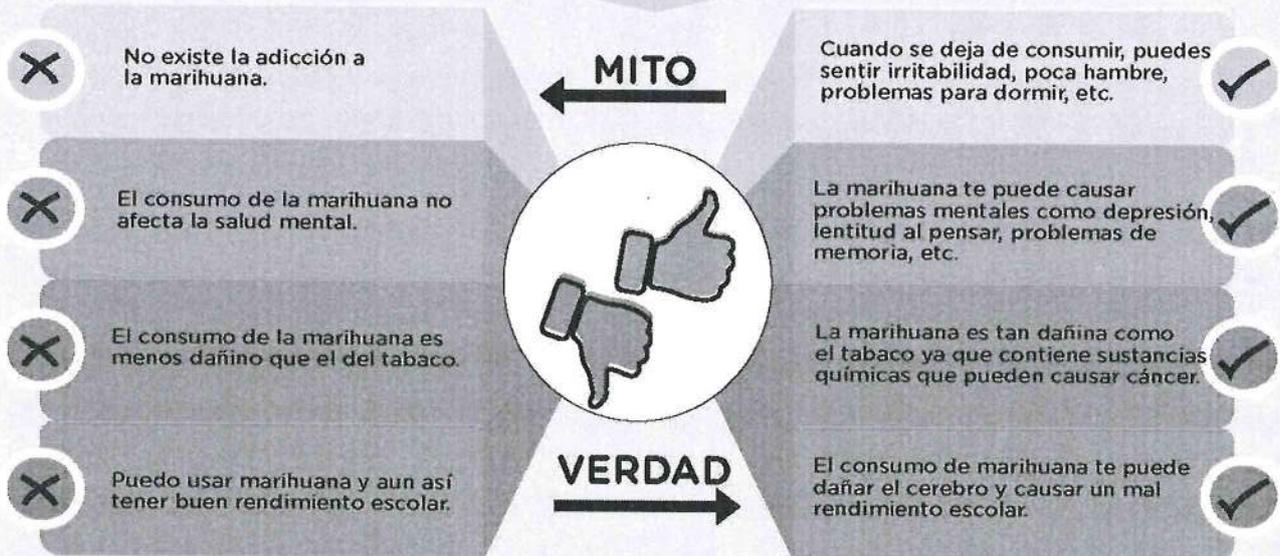
VI CICLO - 3ro. 4to. y 5to. de Educación Secundaria CLARIFICO MITOS Y CREENCIAS SOBRE LA MARIHUANA



Tutores : Hoy aprenderemos a identificar información verdadera sobre la marihuana.



¿Sabías que?
Hay mitos y creencias equivocadas sobre la marihuana que hacen más fácil desear probarla.



Actividad:

Plantea 4 consecuencias que puede tener un adolescente en su vida si consume marihuana. Tómale foto a tu actividad y envíala a tu tutor.



VII CICLO - 3°, 4° y 5° de Educación Secundaria RESPECTO LAS NORMAS Y ME ENTIENDO CON MI FAMILIA



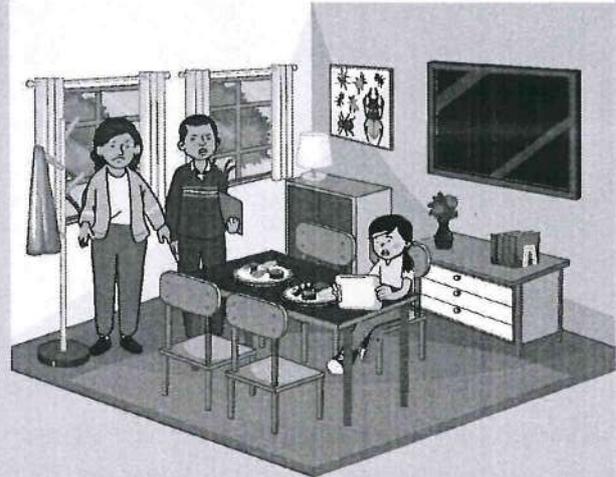
Tutores: Hoy aprenderemos a reconocer la importancia del respeto a las normas del hogar.



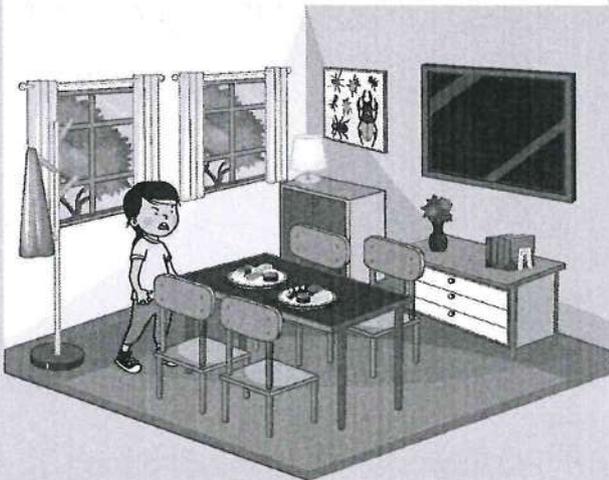
1. Anita sigue jugando con su tablet a pesar de que tiene que estudiar y hacer sus tareas.



2. Sus padres se acercan a ella y le llaman la atención. Le dicen que no podrá usar su tablet por una semana.



3. Anita se siente molesta y triste porque se estaba divirtiendo mucho.



4. Luego reflexiona y entiende que debe ser más responsable.



Recuerda: Respetar las reglas y límites nos ayuda a tener buena relación con la familia, buen rendimiento académico e incrementa nuestra autoestima y autocontrol.

Actividad:

Realiza un afiche sobre lo que puedes hacer para tener mejores relaciones familiares con tus padres o las personas que cuidan de ti, considera 4 o 5 acciones. Tómale una foto y envíalo a tu tutor.



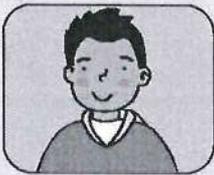
VII CICLO - 3^{ro}, 4^{to} y 5^{to} Grado Educación Secundaria RECONOCIMIENTO DE MI VALÍA PERSONAL, ME ALEJO DE LAS DROGAS



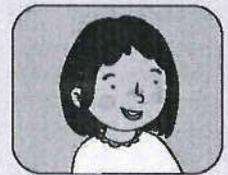
Tutores: Hoy aprenderemos a identificar qué características tiene una persona con buena autoestima, ya que esta sirve como un factor de protección frente al consumo de drogas.



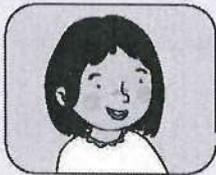
Autoestima: Aprecio o consideración que uno tiene sobre sí mismo.



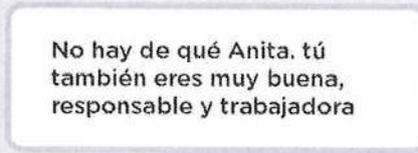
Anita ¿sabías que una buena autoestima nos ayuda a protegernos frente al consumo de las drogas?



Tienes razón Miguel y ¿cómo puedo tener una buena autoestima?



Gracias Miguel. Quiero decirte que eres un buen amigo, alegre y muy amable.



No hay de qué Anita. tú también eres muy buena, responsable y trabajadora



Recuerda: Reconocer lo que aprecias de tus amigos y decírselo es bueno para tu autoestima y la de ellos.

Actividad:

Plantea 5 acciones que puedes realizar para incrementar tu autoestima, escríbelas en tu cuaderno, tómale una foto y envíalas a tu tutor.



VII CICLO - 3°, 4° y 5° de Educación Secundaria POR UNOS CUANTOS SOLES



Hola, somos tus tutores. Hoy te invitamos analizar la práctica de valores y cómo nos permite una convivencia armoniosa.



Los valores son convicciones que dirigen nuestros comportamientos para, tener una convivencia sana y armoniosa.
¿Qué hubieras hecho tú, en el caso anterior?



Actividad:

Resuelve el siguiente pupiletras y encuentra los 8 valores que se señalan a continuación:

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| P | N | D | O | R | E | P | J | Q | S |
| A | M | I | S | T | A | D | V | U | I |
| Z | H | O | N | O | R | O | S | I | L |
| R | X | G | R | A | T | I | T | U | D |
| V | E | R | D | A | D | E | I | Q | A |
| E | T | I | C | A | S | T | C | I | L |
| R | E | S | P | E | T | O | I | E | O |
| N | M | E | O | Y | O | P | A | R | U |

1. VERDAD
2. RESPETO
3. PAZ
4. HONOR
5. AMOR
6. JUSTICIA
7. ÉTICA
8. APOYO

VII CICLO - 3°, 4° y 5° de Educación Secundaria

FACTORES DE RIESGO Y DE PROTECCIÓN



Hola, somos tus tutores. Hoy te invitamos a identificar los factores de riesgo y de protección asociados al consumo de las drogas.

FACTORES DE RIESGO

Son eventos que conducen a tener una vida asociada al consumo de drogas, con resultados no favorables

Violencia
Conflictos familiares
Falta de autocontrol
Depresión
Falta de autonomía
Mal uso del tiempo libre
Padres permisivos
Amigos que consumen drogas

FACTORES PROTECTORES

Son circunstancias que conducen a una vida saludable alejada del consumo de drogas, es un camino saludable.

Respeto Solidaridad Amor Recreación Autocontrol Afecto
Valores Prácticas de valores
Información sobre drogas Modelos positivos
Comunidad
Escuela
Familia
Comunicación



Actividad:

Responde las siguientes preguntas y luego tómate una foto y envíala a tu tutor o tutora.

1. ¿Cuáles consideras que son los factores de riesgo que encuentras en tu entorno? Menciona y describe dos de ellos.
2. ¿Cuáles consideras que son los factores de protección que encuentras en tu entorno? Menciona y describe dos de ellos.



VII CICLO - 3°, 4° y 5° de Educación Secundaria ¿CÓMO NEGARSE AL CONSUMO DE LAS DROGAS?

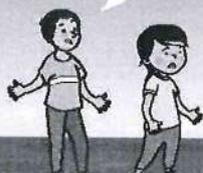


Hola, somos tus tutores. Hoy te invitamos a practicar algunas respuestas frente a la presión que ejerce el grupo para consumir drogas.

Para resistir la influencia negativa del grupo debemos estar preparados.

Yo no soy como todo el mundo, no quiero!

Puede ser que no pase nada, pero no queremos



Todo el mundo toma, ¡iven prueba!



No pasa nada háganlo



No tengo miedo, simplemente eso me hace daño.

No somos quedados, simplemente no queremos quedar como ustedes.

Una vida sin drogas es una vida plena y feliz, cumplimos nuestras metas.



No te atreves a nada, tienes miedo a todo

Ustedes son unos quedados



Sabías que una respuesta asertiva, es decir NO, en el momento adecuado, frente a algo que puede ocasionarte daño o perjudicar tu salud física y/o psicológica.



Actividad:

Elabora un diálogo en dónde te propongan consumir droga, y escribe 4 respuestas a esa invitación. Luego tómale una foto y envíala a tu tutor o tutora.



VI CICLO - 3ro, 4to, y 5to. de Educación Secundaria CLARIFICO MITOS Y CREENCIAS SOBRE LA MARIHUANA.



Tutores : Hoy aprenderemos a identificar información verdadera sobre la marihuana.



¿Sabías que?
Hay mitos y creencias equivocadas sobre la marihuana que hacen más fácil desear probarla.



No existe la adicción a la marihuana.



El consumo de la marihuana no afecta la salud mental.

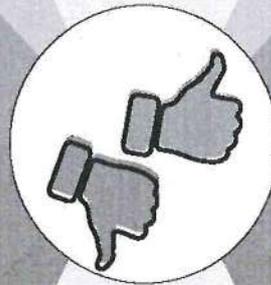
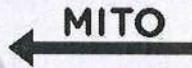


El consumo de la marihuana es menos dañino que el del tabaco.



Puedo usar marihuana y aun así tener buen rendimiento escolar.

MITO



VERDAD



Quando se deja de consumir, puedes sentir irritabilidad, poca hambre, problemas para dormir, etc.



La marihuana te puede causar problemas mentales como depresión, lentitud al pensar, problemas de memoria, etc.



La marihuana es tan dañina como el tabaco ya que contiene sustancias químicas que pueden causar cáncer.



El consumo de marihuana te puede dañar el cerebro y causar un mal rendimiento escolar.



Actividad:

Plantea 4 consecuencias que puede tener un adolescente en su vida si consume marihuana. Tómale foto a tu actividad y envíala a tu tutor.



CARTILLA DOCENTE

“MIS ESTUDIOS Y YO”

Temario:

¿Cómo mejorar los hábitos de estudio? ¿Cuánto tiempo debemos estudiar? y ¿Cómo hacer un calendario?

Objetivo de la sesión:

Crear un calendario de manejo del tiempo para mejorar o potenciar sus hábitos de estudio (dentro del contexto covid).

Ciclo VI

1° y 2° grado de Educación Secundaria

Duración de Sesión: 45 minutos

Indicador de evaluación:

Utiliza su calendario de estudio para monitorear actividades en casa.

| Fase de Aprendizaje | Momento | Estrategia/ actividad | Medio y materiales | Tiempo de actividad |
|---------------------|---|--|---|---------------------|
| Inicio | Comunicación con un miembro de la familia o apoderado | <p>Entregar en forma virtual o física la infografía elaborada para los estudiantes del ciclo VI. La infografía permite a los estudiantes elaborar un horario personal para el manejo de su tiempo.</p> <p>Se sugiere que un miembro de la familia o apoderado apoye en el desarrollo de la actividad propuesta.</p> | <p>Envío por correo electrónico o por cualquier otro medio digital.</p> <p>Infografía</p> | 5' |
| Desarrollo | Adquisición del aprendizaje | <p>A continuación, se presenta un conjunto de conceptos que sustentan los contenidos desarrollados en la infografía.</p> <p>Muchos de los problemas que los estudiantes presentan en su rendimiento escolar están referidos a sus inadecuados hábitos de estudio. Por ello, es muy importante informar a los estudiantes sobre la forma como organizar su tiempo y realizar un calendario personal.</p> <p>Se recomienda destinar de 2 a 3 horas para el trabajo escolar, entre realizar tareas escolares y estudiar. Tener en cuenta que los lapsos de estudio pueden ser de 45 minutos a 60 minutos y se debe tener pausas de 15 minutos como máximo. Las pausas son cortos descansos para continuar con las actividades académicas. Por ejemplo: lavarse la cara, tomar agua, ir al baño, etc. Permite recuperar las energías y mejorar el rendimiento y eficiencia de los estudiantes. Se debe hacer reflexionar y brindar al estudiante recomendaciones sobre sus hábitos de estudio, para que asuma el compromiso de cumplir con un calendario que le asegurará el éxito en sus actividades y responsabilidades.</p> | Infografía | 25' |

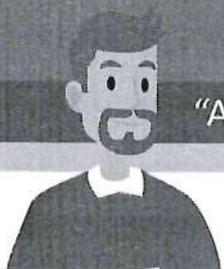
| | | | | |
|------------|--------------------------------|---|--|-----|
| Desarrollo | Adquisición del aprendizaje | Algunas recomendaciones están dirigidas al ambiente físico (iluminación, temperatura, orden, limpieza, implementos de estudio), otras a los aspectos psicológicos (atención, concentración, motivación, expectativas, etc.). | Infografía | |
| Cierre | Transformación del aprendizaje | <p>Actividad</p> <p>Los estudiantes elaboran su calendario personal, el cual se encuentra en la infografía. Colocan las horas en la columna de la izquierda y las actividades que realizarán en cada uno de los días de la semana. Algunas horas están destinadas a sus estudios, otras a apoyar en labores de casa y también a actividades de esparcimiento.</p> <p>El docente tutor recomendará a los estudiantes que realicen una revisión de funcionamiento de su calendario y, si es necesario puedan realizar ajustes.</p> | Envío por correo electrónico o por cualquier otro medio digital. | 15' |
| | Evaluación | <p>Indicador</p> <p>Utiliza un calendario de estudio para monitorear actividades en casa.</p> | | |

Bibliografía

- Edel Navarro, R. (2003). El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación, 1(2),0
- Fundación Federico Flíedner (s.f.) Planificación del tiempo de trabajo y estudio – elaboración de un horario personal. Madrid Recuperado de https://www.fliedner.es/media/modules/news/62/plan_estudio.pdf
- Lamas, H. (2015). Sobre el rendimiento escolar. Propósitos y Representaciones, 3(1), 313-386. doi: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2015.v3n1.74> MINEDU (2007). Manual de tutoría y orientación educativa, Lima, Perú.

CARTILLA DOCENTE

“APRENDIENDO A RECONOCER UNA SITUACIÓN DE RIESGO”



| | | | | |
|--------------------------|---|----------|---------------------------------------|--------------------------------|
| Temario: | ¿Qué es estar en riesgo?, ¿Qué debemos analizar frente una situación de riesgo?, respuesta anticipatoria: la preocupación y sentido de responsabilidad (creencias, expectativas). | | | |
| Objetivo de la sesión: | El estudiante identifica una situación de riesgo en el consumo de drogas. | Ciclo VI | 1° y 2° grado de Educación Secundaria | Duración de Sesión: 45 minutos |
| Indicador de evaluación: | Crear una frase que ayude a enfrentar una situación de riesgo. | | | |

| Fase de Aprendizaje | Momento | Estrategia/ actividad | Medio y materiales | Tiempo de actividad |
|---------------------|---|---|---|---------------------|
| Inicio | Comunicación con un miembro de la familia o apoderado | <p>Entregar en forma virtual o física la infografía elaborada para los estudiantes del VI ciclo.</p> <p>Se sugiere que un miembro de familia o apoderado apoye en el desarrollo de la actividad propuesta.</p> | <p>Envío por correo electrónico o por cualquier otro medio digital.</p> <p>Infografía</p> | 5' |
| Desarrollo | Adquisición del aprendizaje | <p>A continuación, se presenta un conjunto de conceptos que sustentan los contenidos desarrollados en la infografía.</p> <p>La situación de riesgo es todo aquel evento que atenta directa o potencialmente el bienestar físico o psicológico de una persona. Tiene alta probabilidad de daño o de resultados no deseados para el adolescente. Ejemplo: consumo de alcohol, tabaco, marihuana, entre otros.</p> <p>Para evitar las situaciones de riesgo es necesario conocer las respuestas anticipatorias, las cuales requieren de un grado de responsabilidad de los adolescentes y de la toma de decisiones.</p> <p>En la etapa de la adolescencia, el estudiante se encuentra en situación de vulnerabilidad, debido a que sus procesos de crecimiento y desarrollo son generalmente previsibles. Por lo tanto, es necesario prevenir, brindando la información pertinente y derribando mitos.</p> <p>Los mitos son creencias de una cultura que altera las verdaderas cualidades de algo.</p> | Infografía | 25' |

| | | | | |
|------------|--------------------------------|--|--|-----|
| Desarrollo | Adquisición del aprendizaje | <p>La verdad hace referencia a la coincidencia entre una afirmación y los hechos o la realidad. En tal sentido, se debe brindar al estudiante información certera de las consecuencias de las drogas. Se expone al estudiante, mitos comunes frente a las drogas, que le permitan decidir y elegir un comportamiento responsable.</p> <p>La toma de decisiones, consiste en encontrar una conducta adecuada para resolver una situación de riesgo.</p> | Infografía | |
| Cierre | Transformación del aprendizaje | <p>Actividad</p> <p>Los estudiantes elaboran un cartel (frase significativa y breve) y lo socializan con el grupo clase, de manera que ayude a sus compañeros a enfrentar una situación de riesgo. Lo presentan en una cartulina o en una hoja de papel bond. Pueden utilizar imágenes y palabras. Luego, toman foto a su trabajo y lo envían a su tutor o tutora.</p> | Envío por correo electrónico o por cualquier otro medio digital. | 15' |
| | Evaluación | <p>Indicador</p> <p>Crear una frase que ayude a enfrentar una situación de riesgo.</p> | | |

Bibliografía

- Corona, F. (2011). Prevención de conductas de riesgo. Rev. Med. Clin. Condes: 22(1) 68-75. Recuperado de <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S0716864011703947?token=3F7A975EB4AE815957A3A452A446044814669A745F8DC6C09AB9FC577F7AF0A696CE7B85B63ED00C1C138B0FEF54637D>
- Ministerio de educación (2006) Guía de detección de consumo de drogas y otras conductas de riesgo en la adolescencia. Lima, Perú. Recuperado de <https://tutoria.minedu.gob.pe/assets/guia-de-deteccion-del-consumo-de-drogas-y-otras-conductas-de-riesgo-en-la-adolescencia.pdf>
- Ministerio de educación (2015) Rutas del aprendizaje. Quinto Grado, Unidad 2, Sesión 21 ¿Qué hacer frente a situaciones de riesgo? Ruiz, M. et al (2012) Manual de técnicas de intervención cognitivo conductuales. España. Editorial Descleé de Brouwer.



PERÚ

Presidencia del
Consejo de Ministros

DEVIDA

Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas

Siempre
con el pueblo

CARTILLA DOCENTE

"Aprendo a manejar la presión de grupo"

Temario:

Presión de grupo, autoestima y formas de prevenirla.

Objetivo de la
sesión:Los estudiantes crean una respuesta
frente a una situación de presión de
grupo.

Ciclo VI

1ro y 2do grado
Educación SecundariaDuración de Sesión:
45 minutosIndicador de
evaluación:

Analiza una situación simulada y crea una respuesta frente a ella.

| Fase de Aprendizaje | Momento | Estrategia/ actividad | Medio y materiales | Tiempo de actividad |
|---------------------|---------------------------------|---|---|---------------------|
| Inicio | Comunicación con el estudiante. | Para esta actividad previamente, se entrega el material de forma física o virtual. La infografía: "Aprendo a manejar la presión de grupo" . | Envío por correo electrónico, o cualquier otro medio digital. | 5' |
| Desarrollo | Adquisición del aprendizaje | <p>El tutor o tutora, cuenta con las siguientes ideas fuerza para brindar mayor información al estudiante respecto al tema: "Aprendo a manejar la presión de grupo".</p> <p>*El enfoque de igualdad de género, según el MINEDU; se reconoce que hombres y mujeres son diferentes biológicamente, pero iguales en derechos, deberes y oportunidades.</p> <p>Se menciona que, tanto hombres como mujeres, pueden ejercer presión de grupo.</p> <p>Presión de grupo, puede producirse en cualquier contexto, por compañeros o amigos del mismo rango de edad del adolescente. La influencia del grupo también puede darse de forma positiva.</p> <p>La presión de grupo es negativa, cuando el grupo de pares influye para desarrollar conductas que pueden perjudicarte.</p> <p>Causas por las que se cede a la presión de grupo:</p> <ul style="list-style-type: none"> *Por vergüenza a sentirse diferente. *Por la noción de "Todos lo hacen". *Por curiosidad frente a algo nuevo o desconocido. *Por temor a que se burlen. | <p>Cartilla para el tutor o tutora.</p> <p>Infografía</p> | 30' |

| | | | | |
|--------|--------------------------------|---|---|-----|
| | | <p>Así mismo, el tutor o tutora brinda pautas para:</p> <p>Autoestima Es el grado de valoración de sí mismo, para llegar a formar una autoestima positiva, es necesario: *Conocerse. *Evaluarse. *Aceptarse. *Respetarse.</p> <p>Formas de afrontar la presión del grupo: *Practicar acciones de amor y respeto con la familia y amigos. *Buscar centros de ayuda, como “Habla Franco” que te puedan orientar ante una situación de presión de grupo. *Cuidar y fortalecer tu autoestima. *Elegir bien a las amistades que tengan valores similares a los tuyos, y conservarlas podría ayudarte ante situaciones en las que debes decir “No”.</p> <p>Finalmente, los tutores brindan las instrucciones para la actividad.</p> | | |
| Cierre | Transformación del aprendizaje | <p>Se le brindan las instrucciones a los estudiantes para la siguiente actividad: Historieta: “Cómo afrontar la presión del grupo”</p> <p>1.- Pregunta a sus familiares: ¿Cómo se puede crear la historieta, alguna idea? ¿Qué podemos hacer para afrontar la presión negativa de grupo? ¿De qué manera puede ayudar la familia ante la presión de grupo?</p> <p>3.- Los estudiantes, se responden a sí mismos: ¿Cómo puedo afrontar la presión de grupo?</p> <p>4.- Con la información recolectada, elabora una historieta que exprese: “Cómo afrontar la presión de grupo”</p> <p>Elaborar la historieta: “Cómo afrontar la presión del grupo”</p> <p>Como desarrollo de la actividad, se les solicita a los estudiantes tomar una foto y enviarla a su tutor o tutora.</p> | Envío por correo electrónico, o cualquier otro medio digital. | 10’ |
| | Evaluación | Indicador de evaluación: Analiza una situación simulada y crea una respuesta frente a ella. | | |

Bibliografía:

García Valenzuela, L. A., Perez Farfán, E. J., & Pomajambo Perez, J. (2015). Orientaciones Pedagógicas para la prevención del Consumo de Drogas. (1.ª ed.). Lima: Ministerio de Educación. Lima: Ministerio de Educación.

Ministerio de Sanidad, G. de E. (2020). Gobierno de España. Recuperado 14 de agosto de 2020, de Plan Nacional de Drogas website: <https://pnsd.sanidad.gob.es/ciudadanos/menoresSinAlcohol/home.htm>

Papalia, D., & Wendkos, S. (2015). Psicología (7.ª ed., pp. 613–624). España: Mc Graw-Hill. España: Mc Graw-Hill.



CARTILLA DOCENTE

Consecuencias del Consumo del Tabaco

Temario:

Tabaco, consecuencias de consumo y maneras de prevenirlo

Objetivo de la sesión:

Los estudiantes identifican el tabaco como una droga y sus consecuencias en el organismo.

Ciclo VI

1er y 2do grado de Educación Secundaria

Duración de Sesión: 45 minutos

Indicador de evaluación:

Identificar las consecuencias del consumo del tabaco para la salud.

| Fase de Aprendizaje | Momento | Estrategia/ actividad | Medio y materiales | Tiempo de actividad |
|---------------------|---------------------------------|---|---|---------------------|
| Inicio | Comunicación con el estudiante. | Para esta actividad previamente, se entrega el material de forma física o virtual. La infografía: "Las Consecuencias del tabaco" . | Envío por correo electrónico, o cualquier otro medio digital. | 5' |
| Desarrollo | Adquisición del aprendizaje | <p>El tutor o tutora, cuenta con las siguientes ideas fuerza para brindar mayor información al estudiante respecto al tema: "Consecuencias del consumo del tabaco"</p> <p>El tabaco es una planta, cuyas hojas secas y trituradas son consumidas en forma de cigarrillos, puros o pipas.</p> <p>El tabaco es una sustancia que estimula el sistema nervioso central, y podría afectar directamente a nuestro cuerpo, especialmente al cerebro, hígado o páncreas.</p> <p>Así mismo, consideremos los efectos a corto plazo:</p> <ul style="list-style-type: none"> *Fatiga *Bajo rendimiento deportivo *Falta de apetito *Manchas en los dientes *Mal aliento *Mal olor corporal, ya que se impregna el olor del tabaco en la ropa, e incluso el cuerpo <p>Uno de sus componentes, la nicotina, es la sustancia que genera adicción y dependencia. Se sabe que cuando el tabaco está en contacto con el fuego, expele más de 4.000 productos tóxicos diferentes. Entre ellos:</p> <ul style="list-style-type: none"> *Alquitrán: Puede producir diferentes tipos de cáncer. *Monóxido de carbono: Podría perjudicar nuestro sistema vascular. *Irritantes (fenoles, amoníacos, ácido cianhídrico): Podría generar enfermedades respiratorias, como la bronquitis y el enfisema pulmonar. *Nicotina: Esta es la sustancia que podría causar | <p>Cartilla para el tutor o tutora.</p> <p>Infografía</p> | 30' |

| | | | | |
|--------|--------------------------------|---|---|-----|
| | | <p>dependencia. Puede permanecer en el cuerpo, aproximadamente dos horas, pero a medida que disminuye su concentración en la sangre, provoca más ganas de fumar.</p> <p>*Cianuro: Gas, altamente venenoso.</p> <p>Se le recuerda a los estudiantes que el aprender a decir “No”, es parte de un proceso por el que se puede hacer frente a la presión negativa de los compañeros o amigos.</p> <p>Los tutores recomiendan la práctica con los siguientes pasos:</p> <p>*Escuchar atentamente lo que la otra persona te dice.</p> <p>*Comparar lo que realmente deseas hacer, con lo que te pide la otra persona que hagas. Ser auténticos.</p> <p>*Decidir por ti mismo lo que debes hacer.</p> <p>*Comunicar clara y sencillamente tu decisión.</p> <p>Prevención del consumo de tabaco:</p> <p>*Practicar hábitos de vida saludables.</p> <p>*Buscar información confiable, en la familia, centros de apoyo, como “Habla Franco”.</p> <p>*Mantener hábitos de vida saludables: Hacer ejercicios, comer sano, muchas frutas y verduras, tomar mucha agua.</p> <p>*Compartir actividades saludables con tus amigos.</p> <p>*Recordar que puedes decir “No”.</p> | | |
| Cierre | Transformación del aprendizaje | <p>Se le brindan las instrucciones a los estudiantes para la siguiente actividad:</p> <p>Afiche: “Las consecuencias del consumo del tabaco”</p> <p>1.- Pregunta a tus familiares: ¿Cómo puedes prevenir el consumo del tabaco? ¿De qué manera puede ayudar la familia para evitar el consumo de tabaco?</p> <p>2.- Los estudiantes se responden a sí mismos: ¿Qué le causa el tabaco a mi organismo? ¿Cómo puedo evitar consumirlo?</p> <p>3.- Con la información recolectada, elabora el afiche.</p> <p>Elaborar el afiche: “Las consecuencias del consumo del tabaco”</p> <p>Como desarrollo de la actividad, se les solicita a los estudiantes tomar una foto y enviarla a su tutor o tutora.</p> | Envío por correo electrónico, o cualquier otro medio digital. | 10’ |
| | Evaluación | Indicador de evaluación: Identificar las consecuencias del consumo del tabaco para la salud. | | |

Bibliografía:

García Valenzuela, L. A., Perez Farfán, E. J., & Pomajambo Perez, J. (2015). Orientaciones Pedagógicas para la prevención del Consumo de Drogas. (1.ª ed.). Lima: Ministerio de Educación. Lima: Ministerio de Educación.

Ministerio de Sanidad, G. de E. (2020). Gobierno de España. Recuperado 16 de agosto de 2020, de Plan Nacional de Drogas website: <https://pnsd.sanidad.gob.es/ciudadanos/menoresSinAlcohol/home.htm>

American Cancer Society. Recuperado 14 de agosto de 2020, de Cuida su salud website: <https://www.cancer.org/es/saludable/mantengase-alejado-del-tabaco.html>



CARTILLA DOCENTE

“El alcohol, droga social”

Temario:

Alcohol, consecuencias y conductas de prevención

Objetivo de la sesión:

Los estudiantes analizan una situación de riesgo de consumo de alcohol.

Ciclo VI

1er y 2do grado de Educación Secundaria

Duración de Sesión: 45 minutos

Indicador de evaluación:

Explica su reflexión de por qué NO consumir alcohol.

| Fase de Aprendizaje | Momento | Estrategia/ actividad | Medio y materiales | Tiempo de actividad |
|---------------------|---------------------------------|---|---|---------------------|
| Inicio | Comunicación con el estudiante. | Para esta actividad previamente, se entrega el material de forma física o virtual. La infografía: “El alcohol, droga social” . | Envío por correo electrónico, o cualquier otro medio digital. | 5' |
| Desarrollo | Adquisición del aprendizaje | <p>El tutor o tutora, cuenta con las siguientes ideas fuerza para brindar mayor información al estudiante respecto al tema: “El alcohol, droga social”.</p> <p>Alcohol.-Sustancia que influye directamente en el sistema nervioso, alterando el funcionamiento de tu organismo, produce un adormecimiento lento.</p> <p>Principal componente, el etanol, conocido también como el alcohol etílico. Algunos efectos son:</p> <p>Fisiológicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> *Dificultades para hablar y coordinar movimientos. *Embriaguez y pérdida de equilibrio. *Estado de apatía y sueño. <p>Psicológicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> *Pérdida de los niveles de conciencia. <p>Consecuencias:</p> <ul style="list-style-type: none"> *Deterioro general de la persona. *Probabilidad de desarrollar conductas agresivas. *Incrementa la posibilidad de accidentes de tránsito. *Posibles embarazos no deseados. *Estar expuestos a ser víctimas de robo. *Incremento del riesgo de consumir otro tipo de drogas. *Enfermedades como: Gastritis, úlceras, cirrosis hepática. En algunos casos, puede llevarte a la muerte por parálisis de los órganos respiratorios y vasomotores. <p>Para prevenir puedes practicar hábitos de vida saludables, considera las siguientes acciones:</p> | <p>Cartilla para el tutor o tutora.</p> <p>Infografía</p> | 30' |

| | | | | |
|--------|--------------------------------|--|---|-----|
| | | <p>*Levantarse temprano. *Hacer ejercicios. *Compartir actividades artísticas y creativas. *Cultivar uno o más pasatiempos divertidos y saludables. *Estudiar y buscar información en fuentes confiables. *Contactar con líneas gratuitas de apoyo y orientación, por ejemplo: “Habla Franco” Línea 1815.</p> <p>*Es valioso el tiempo con la familia, aprovecha en desarrollar las actividades de las sesiones para pasar un momento divertido y bonito.</p> | | |
| Cierre | Transformación del aprendizaje | <p>Se brindan las instrucciones a los estudiantes para la siguiente actividad: Escribir un texto referido a: “¿Por qué no debo consumir alcohol?” 1.- Pregunta a tus familiares: ¿Cómo se puede prevenir el consumo del alcohol? ¿De qué manera puede ayudar la familia para evitar el consumo del alcohol?</p> <p>Ejercicio Previo 1.- Los estudiantes se responden a sí mismos: ¿Qué le causa el alcohol a tu organismo? ¿Cómo puedes evitar consumirlo?</p> <p>Como desarrollo de la actividad, se les solicita a los estudiantes tomar una foto, junto a su grupo familiar y enviarla a su tutor o tutora.</p> | Envío por correo electrónico, o cualquier otro medio digital. | 10´ |
| | Evaluación | Indicador de evaluación: Explica su reflexión de por qué <u>no</u> consumir alcohol. | | |

Bibliografía:

García Valenzuela, L. A., Perez Farfán, E. J., & Pomajambo Perez, J. (2015). *Orientaciones Pedagógicas para la prevención del Consumo de Drogas*. (1.ª ed.). Lima: Ministerio de Educación. Lima: Ministerio de Educación.

Ministerio de Sanidad, G. de E. (2020). Gobierno de España. Recuperado 14 de agosto de 2020, de Plan Nacional de Drogas website: <https://pnsd.sanidad.gob.es/ciudadanos/menoresSinAlcohol/home.htm>

Ministerio de La Rioja. Alcohol. (2020). Recuperado 11 de agosto de 2020, de Infodrogas website: <https://www.infodrogas.org/drogas/alcohol>