

DESARROLLO PERSONAL

V UNIDAD

3°

SECUNDARIA

PROF. MARITZA ZA VALETA CASTAÑEDA

ALUMNO(A):



FICHA DE APRENDIZAJE N°1

“Construimos nuestra identidad auténtica en el mundo digital”



ACTIVIDADES DE INICIO



Activación de saberes previos

Analiza la siguiente imagen y luego responde a las preguntas que se te formulan:



- ¿Qué les evoca la frase "Mamá quiero ser Tiktoker"? ¿Qué les parece gracioso, interesante o quizás un poco preocupante?

- ¿Qué diferencias hay entre la identidad que uno tiene en la vida real y la identidad que se proyecta en redes sociales como TikTok?

- ¿De qué manera creen que los "influencers" de TikTok pueden impactar en la identidad y en la imagen que tienen de sí mismos los adolescentes?

- ¿Cómo creen que los filtros y las ediciones en las redes sociales pueden afectar nuestra percepción de la belleza y de la propia imagen?



Problematización

Analiza el siguiente caso y luego responde a las preguntas que se te formulan:

José es tímido y no sabe relacionarse bien con sus compañeros, y menos con las chicas. A él le gusta Laura, una compañera extrovertida y popular de la clase de al lado, pero piensa que no tiene ninguna posibilidad de salir con ella.

Una tarde, por casualidad, le oye decir que le gustan los chicos altos y musculosos y que adora patinar, así que se le ocurre una gran idea: abre un perfil en Facebook con un nombre falso y se describe como amante del patinaje, alto y musculoso. De ese modo, consigue que Laura lo agregue y comienza a chatear con ella. Al cabo de tres meses, se han hecho muchas confidencias, y cada noche pasan un buen rato compartiendo experiencias. José ha llegado a conocerla bien y sabe que lo único que realmente odia es que le mientan. Durante el día, sin embargo, jamás cruzan palabra alguna.



Un día, Laura le dice que quiere conocerlo, y le pide salir el sábado siguiente. José siente pánico y no sabe qué hacer.

- ¿José está siendo auténtico consigo mismo al crear esta identidad en Facebook? ¿Por qué?

- ¿Cuál es la diferencia entre mentir y simplemente mostrar "la mejor versión de uno mismo" en las redes sociales? ¿Dónde está el límite?



Propósitos de aprendizaje



- En la clase de hoy vamos a explicar y valor las características, logros y potencialidades, reconociendo cómo las redes sociales y los influencers impactan su identidad e imagen, a fin de elaborar una infografía



GESTIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO PARA EL APRENDIZAJE



Análisis de información



Lectura 01

“Los influencers y la identidad de los adolescentes”

La adolescencia es la etapa de la vida en el que las personas se integran en el mundo y construyen su identidad. Fandiño la define como una etapa de crisis que bien resuelta tiene que terminar con el acceso a la autonomía y al control de la propia vida. Un proceso de cambio y de aprendizaje que no solo está determinado por lo que se proyecta de dentro hacia afuera, el contexto de socialización juega un papel importante desarrollándose una serie de procesos en el que el mundo virtual adquiere una gran relevancia en la vida de las/os adolescentes.

Las redes sociales se han convertido en un elemento mediador en la cotidianidad de las/os adolescentes y determinan el modo de construir su identidad a través de los procesos de socialización. La inmediatez, el poder mostrarse de forma diferente a cómo se ven y sienten, y el obtener una respuesta a esa imagen mostrada son elementos que configuran esta forma de relacionarse.

Las redes sociales en la adolescencia: Se considera que, en nuestra sociedad, la adolescencia es una etapa relativamente extensa, un tiempo de maduración personal donde adquirimos la formación académica y laboral que nos prepara para la autonomía adulta. Un periodo de grandes cambios que pide respuestas individuales, sociales e interactivas, poniendo a pruebas las fortalezas propias y del entorno.

Los teléfonos móviles y las redes sociales son los medios de comunicación e inclusión social por excelencia, su forma de hacerse visibles. Para “ser”, hay que mostrarse. Lo que no puede subirse a la red o visto en los medios no existe. Existe un debate entre varios autores que afirman que el uso de internet produce modificaciones en las estructuras cerebrales haciendo que las/os adolescentes sean más impulsivos y con mayores problemas de atención y concentración, otros aportan una visión más optimista y lo consideran cierto temor a la evolución tecnológica. Sí es cierto que estos jóvenes se han hecho adolescentes en internet y han aprendido a relacionarse con internet.

Las redes sociales se han convertido en un elemento mediador en el día a día de las/os adolescentes. Las relaciones que se establecen entre el grupo de iguales y con los/as adultos/as de referencia se han transformado valorándose más la cantidad que la calidad de las interacciones. Aguayo habla sobre diversos estudios en los que se pone en evidencia como los/as adolescentes construyen su identidad digital mediante las interacciones en las redes sociales. Construyen su identidad en diversos formatos: video, audio, texto, reforzándose a través de las interacciones y sus respuestas. Pero también hay que tener en cuenta los riesgos. La falta de análisis crítico para procesar la información recibida, la presencia de contenidos inadecuados, la tecnoadicción, el ciberacoso, atentados contra la privacidad, sexting, grooming, son algunas de ellas

Redes más usadas para el grupo de edad 12 a 17 años

WhatsApp	92%.
TikTok	75%
Instagram	74%
YouTube	63%

Principales usos para el grupo de edad 12 a 17 años

Entretenimiento	89%.
Interactuar	76%



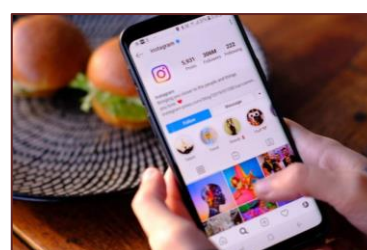
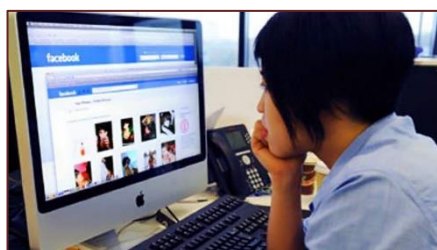
Lectura 02

“¿Las redes sociales afectan la salud psicológica de los adolescentes?”

Un nuevo estudio, realizado entre jóvenes británicos, se centra en un problema muy particular: el bienestar y la salud mental de los usuarios de estas aplicaciones. Según este trabajo, Tik Tok e Instagram podría terminar siendo las más nociva entre los adolescentes, por su impacto en la salud psicológica de este grupo de edad más vulnerable. Por detrás, aunque con notas también negativas, estarían Snapchat, Facebook y Twitter (ahora X). La única red analizada con valoración positiva es YouTube.

Se valoraron 14 factores, tanto positivos como negativos, en los que estas aplicaciones impactan en la vida de este grupo de edad en el que su personalidad aún está en formación. De los aspectos analizados, Instagram tiene siete de ellos. Notablemente, los jóvenes reconocían que esta app para compartir fotografías afecta muy negativamente en su autoestima (imagen corporal), en sus horas de sueño (asociado a múltiples problemas que se derivan de dormir poco) y en su miedo a quedarse fuera de eventos sociales. Además, consideran que fomenta el ciberacoso, que les genera ansiedad y, en menor medida, síntomas depresivos y sensación de soledad. [...]

Snapchat obtiene unas notas casi tan negativas como Instagram, aunque es más perjudicial para las horas de sueño y para la ansiedad social que genera perderse eventos sociales. En el ranking negativo le sigue Facebook, que es la red más propicia para el ciberacoso, según el estudio. Twitter mejora levemente las notas de las anteriores y casi compensa sus efectos negativos con sus aportaciones positivas. YouTube, finalmente, logra el aprobado gracias a que sus efectos tóxicos son más escasos, según la encuesta, salvo en el caso de las horas de sueño: este portal para ver videos es el que menos deja dormir a los jóvenes. No todo es malo en estas redes: los aspectos más positivos en los que destacaron estas apps fueron la capacidad de tomar conciencia (sobre todo en YouTube), de expresarse y encontrar una identidad propia (Instagram) y de crear comunidad y de dar con apoyo emocional.



**Lectura 03****“Impacto de las redes sociales en la imagen”**

Imagen corporal. Consiste en la representación mental que la persona construye y percibe de su propio cuerpo. Esta construcción se realiza en base a una historia psicosocial de las personas, y depende del autoconcepto y la autoestima del individuo. La imagen corporal puede ir cambiando a lo largo de tiempo y adquiere mayor relevancia en la época de la adolescencia, donde la apariencia física empieza a ocupar un lugar importante, estando determinada por los cánones de belleza.

La imagen corporal de los adolescentes se encuentra influenciada por las relaciones familiares y sociales. Los jóvenes están expuestos continuamente a conversaciones relacionadas con el cuerpo, que pueden llegar ser negativas como “eso que comes engorda”, lo cual puede llevar a tener niveles altos de insatisfacción corporal. Por tanto, las conversaciones acerca de la imagen corporal o del peso, puede influenciar en la forma en que los jóvenes perciben y piensan sobre su propia imagen corporal. Una mala imagen corporal puede tener importantes efectos para la salud, a nivel físico, mental, social y alimentario como, por ejemplo, una alimentación desordenada, trastornos de estado de ánimo o trastornos de conducta alimentaria, entre otros. Estos problemas de imagen corporal pueden afectar a todos los adolescentes independientemente de la cultura, etnia, estatus socioeconómico, género, identidades sexuales y estado de inmigración, pudiendo originar ciertas alteraciones psicológicas como insatisfacción o distorsión corporal.

Actualmente con el uso de las redes sociales se ha demostrado que mayor tiempo de uso puede suponer mayor insatisfacción corporal. El foco de intervención hoy en día se centra en promover factores de protección, fomentando una imagen corporal positiva, incluyendo comportamientos alimentarios más saludables. El impacto de las redes sociales en la imagen corporal de los adolescentes es un tema que se ha ido abordando como tal hace algo más de una década. Existen comunidades online, que difunden un mensaje de apología hacia los trastornos de la conducta alimentaria aceptándose como estilos de vida saludables, este tipo de contenido llega a gran cantidad de usuarios a través de las redes sociales más utilizadas por los jóvenes tales como Facebook e Instagram. La exposición de este tipo de contenido que incita a la búsqueda de un ideal delgado como sinónimo de belleza, éxito y bienestar, se suele acompañar con un mayor índice de insatisfacción corporal, ansiedad, depresión y conductas de riesgo.

La teoría de la comparación social, según Festinger cuando una persona se encuentra en un estado de incertidumbre debido a alguna situación concreta, se compara con los demás intentando tener creencias u opiniones positivas con el objetivo de mantener una estabilidad personal, asimismo los adolescentes están en constante sociabilización y se sienten atraídas por un grupo, el cual se convertirá en su realidad social y con la que comparan sus creencias.



Actividad 01

“Comprendamos las redes sociales”

En base a la lectura 01 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Cómo define el texto la influencia del mundo virtual y las redes sociales en esta etapa de la vida?	
¿Cómo han cambiado las relaciones entre los adolescentes con la llegada de las redes sociales?	
El texto menciona varios riesgos asociados al uso de las redes sociales. Elabora una lista con los cinco principales riesgos que identificas en la lectura.	



Actividad 02

“Comprendamos los efectos digitales”

En base a la lectura 02 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
De manera general, ¿qué tipo de impacto, positivo o negativo, tiene el uso de las aplicaciones en los adolescentes según el texto?	
¿Qué opinan de las conclusiones de la investigación? ¿Consideran que también podrían aplicarse a los jóvenes peruanos? ¿Por qué?	
De todos los síntomas y riesgos mencionados en el texto, ¿cuál consideras que es el más relevante o el que has observado con mayor frecuencia en tu entorno?	



Actividad 03

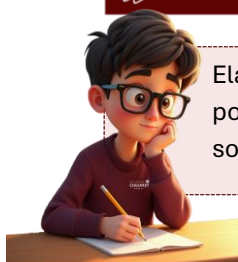
“Las redes y mi imagen”

En base a la lectura 03 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Qué es la imagen corporal según la definición del texto?	
¿Qué otra información complementaria al impacto de las redes sociales en la imagen de los jóvenes?	
¿Cuál es el mensaje principal que se intenta transmitir con este documento?	



Toma de decisiones



Elabora una infografía que explique y valore sus logros y potencialidades, analizando cómo influencers y redes sociales impactan su identidad e imagen.

FICHA DE APRENDIZAJE N°2

"EVALUAMOS EL IMPACTO DE LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL EN NUESTRAS VIDA Y ACTUAMOS CON RESPONSABILIDAD"

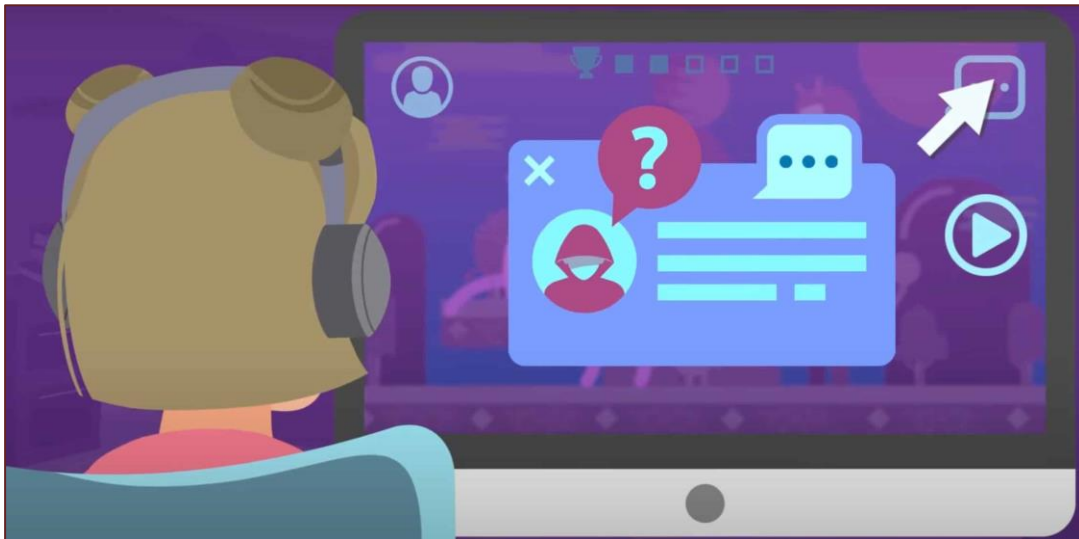


ACTIVIDADES DE INICIO



Activación de saberes previos

Analiza la siguiente imagen y luego responde a las preguntas que se te formulan:



- ¿Qué personaje está en el centro de la pantalla, detrás del signo de interrogación? ¿A qué actividad les recuerda?

- ¿Han tenido alguna vez una situación similar en internet o en un videojuego? ¿Han chateado con alguien que no conocen?

- Si tuvieran que darle un consejo a la niña de la imagen, ¿cuál sería?



Problematización

Analiza el siguiente caso y luego responde a las preguntas que se te formulan:

Caso: “El proyecto IA en el colegio San Marcos” En el colegio San Marcos, los estudiantes de secundaria comenzaron a usar una nueva plataforma educativa basada en inteligencia artificial llamada AprendoIA.

Esta herramienta es capaz de responder preguntas, explicar temas difíciles, corregir trabajos, sugerir mejoras en la escritura e incluso crear resúmenes de libros que los estudiantes no han leído.



Al inicio, los profesores estaban emocionados porque la IA ayudaba a los estudiantes a aclarar dudas. Sin embargo, pronto surgieron problemas:

- Algunos estudiantes dejaron de leer los textos asignados y usaban AprendoIA para entregar resúmenes como si fueran su propio trabajo.
- Durante los exámenes, se detectó que algunos intentaban usar la IA en secreto para resolver preguntas.
- Los profesores notaron que varios alumnos tenían dificultades para explicar con sus propias palabras lo que habían “aprendido” con la IA.

Ante esta situación, el director del colegio organizó una reunión con estudiantes, padres y docentes para decidir cómo aprovechar las ventajas de la IA sin que se convierta en un obstáculo para el aprendizaje real.

- El director busca "aprovechar las ventajas de la IA". ¿Es posible usar una herramienta que puede generar resúmenes perfectos sin que exista la tentación de no leer el texto original? ¿Es la IA inherentemente una herramienta que promueve el plagio en este contexto?

- Si un estudiante puede aprobar un examen usando la IA para responder preguntas, ¿significa que realmente ha aprendido? ¿Cómo podrían usar AprendoIA de manera ética y responsable?



Propósitos de aprendizaje



- En la clase de hoy expresaremos opiniones sobre las consecuencias de nuestras decisiones en el uso de contenido digital e interacción con la IA, a fin de redactar un artículo de opinión.



GESTIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO PARA EL APRENDIZAJE



Análisis de información



Lectura 01

“Consumidor crítico de contenidos digitales”

En la era digital actual, la tecnología se ha convertido en una parte integral de nuestras vidas y tiene un impacto significativo en la forma en que tomamos decisiones como consumidores. Con la llegada de los teléfonos inteligentes smartphones, internet de las cosas, y la abundancia de datos, la tecnología no sólo ha moldeado sino también controlado el comportamiento del consumidor a través de diversos modelos. En otras palabras, la tecnología se ha convertido en una parte integral de nuestras vidas, moldeando nuestro comportamiento y nuestros procesos cognitivos de toma de decisiones de maneras que quizás ni siquiera nos damos cuenta. Las empresas utilizan cada vez más la tecnología para modelar y controlar el comportamiento de los consumidores, con el objetivo de explotar los sesgos cognitivos e influir en nuestras decisiones.

Modelos de comportamiento del consumidor: Las empresas utilizan una variedad de métodos y tecnologías para recopilar datos sobre el comportamiento del consumidor, incluyendo historial de compras, hábitos de navegación y actividad en redes sociales. Estos datos se utilizan luego para desarrollar modelos de comportamiento de los consumidores, que pueden predecir cómo es probable que reaccionen dichos consumidores ante diferentes estrategias de marketing y ofertas de productos.

Por ejemplo, una empresa podría utilizar un modelo -básicamente un algoritmo para prever qué clientes son más propensos a responder a una campaña de marketing por correo electrónico en particular. O, una empresa podría usar un modelo para predecir qué clientes son más propensos a darse de baja (cancelar su suscripción), para poder dirigirse a ellos con ofertas especiales y retenerlos.

Los avances tecnológicos han convertido el comportamiento del consumidor en una mina de oro de datos, permitiendo a las empresas entender e influir en los consumidores como nunca antes.

- **Personalización y sistemas de recomendación:** La tecnología ha permitido a las empresas crear algoritmos sofisticados que analizan datos del consumidor, preferencias y comportamientos pasados para ofrecer recomendaciones personalizadas. Los ejemplos son las sugerencias de productos de Amazon y las recomendaciones de contenido de Netflix. Estos sistemas aprovechan los sesgos cognitivos, como el **sesgo de confirmación** y el **sesgo de disponibilidad**, para guiar a los consumidores hacia elecciones que se alinean con sus preferencias preexistentes.

- **Redes sociales e influencia de pares:** Las plataformas de redes sociales se han convertido en herramientas poderosas para influir en el comportamiento del consumidor. A través de publicidad dirigida y marketing de influencers, los consumidores son expuestos a productos y servicios que sus pares respaldan. Esto aprovecha el fenómeno psicológico conocido como **prueba social**, donde las personas son más propensas a tomar decisiones cuando ven a otros haciendo lo mismo.
- **Gamificación y recompensas:** Muchas aplicaciones y sitios web emplean técnicas de *gamificación* para fomentar la participación del consumidor. Al ofrecer recompensas, insignias y puntos por comportamientos específicos, la tecnología aprovecha el principio psicológico del condicionamiento operante. Los consumidores son tentados a seguir interactuando con un producto o servicio para ganar estas recompensas, reforzando así comportamientos específicos.
- **Pruebas A/B y optimización de la experiencia del usuario:** La tecnología permite a las empresas realizar **pruebas A/B** para determinar qué diseños, contenido o características son más efectivos para impulsar la participación de los consumidores.



Lectura 02

“El impacto de la inteligencia artificial (IA) en nuestras vidas”

¿Qué tienen en común un asistente virtual, un coche autónomo y un robot cirujano? Todos ellos son ejemplos de Inteligencia Artificial (IA), una tecnología que busca emular la inteligencia humana para realizar diversas tareas.

La IA tiene el potencial de mejorar nuestra vida en muchos aspectos. Puede ayudarnos a ser más eficientes, productivos y tomar mejores decisiones. Sin embargo, también plantea algunos desafíos, como la privacidad, la sostenibilidad y la ética.

Además, la IA implica un alto consumo de energía y una generación de emisiones de CO₂. Según la Agencia Internacional de la Energía, **el uso de los centros de datos y los sistemas relacionados con la IA representa ya el 1% del consumo energético mundial.** Por eso, debemos llevar a cabo iniciativas como medir el consumo energético y las emisiones de CO₂ de los sistemas de IA, establecer estándares y metodologías comunes para evaluar su impacto ambiental, y aplicar una cultura de sostenibilidad desde el diseño y la implementación de los algoritmos.

La inteligencia artificial está cada vez más presente en sectores de la industria, la automoción, la salud, educación, entre otros, lo que obliga a una necesaria regulación, así como unas normas éticas que la guíen.

Los desafíos a los que enfrenta la IA se encuentran las preocupaciones sobre el sesgo en los algoritmos, que pueden perpetuar y amplificar discriminaciones existentes. La transparencia en los procesos de toma de decisiones de los modelos de IA es esencial para comprender y abordar posibles injusticias. Además, la recopilación masiva de datos para entrenar estos modelos plantea cuestiones importantes sobre la **privacidad individual y la necesidad de salvaguardar la información personal.**



Lectura 03

“Huella digital y privacidad en línea”

¿Quién quiero ser en los espacios digitales en red? ¿De qué modo quiero que me reconozcan?

¿Puede afectar la información que comparto en el futuro?

La información que dejamos en redes digitales es almacenada y puede ser recuperada por cualquiera que tenga acceso a ella, así como ser distribuida de manera interminable por múltiples personas.

Es por eso que lo que compartimos sobre nosotros debe ser información que resguarde la privacidad de nuestra vida personal, en especial la de niños, niñas y adolescentes que pueden quedar expuestos a usos malintencionados o criminales.

Poner fotos y etiquetar lugares que frecuentamos, o introducir datos en aplicaciones, son formas de compartir entre amistades. Resulta esencial revisar los datos que piden o extraen en silencio las aplicaciones, juegos y páginas que utilizamos.

Prácticas como la transmisión en vivo o el uso de etiquetas de localización pueden comprometer nuestra intimidad y la de nuestros seres queridos, vale la pena usarlos con criterio.

¿Huella digital e identidad digital?

Huella digital (preferencias, comportamiento en línea)	Identidad digital
Se refiere a toda la info que vamos dejando en Internet, incluso sin querer:	Se crea a partir de la información que compartimos voluntariamente: describen a la persona y determinan su reputación digital.
- Búsquedas en Google - Páginas web que visitamos - Datos que proporcionamos a las empresas	- Perfiles en redes sociales - Páginas web personales - Comentarios - Datos personales - Imágenes - Gustos - Amistades - Aficiones

Cuida tu huella

Para proteger la huella digital de un negocio pequeño, se puede empezar por:

- Eliminar viejas cuentas de redes sociales
- Desactivar cuentas de correo electrónico
- Limitar la información
- Revisar la configuración de privacidad
- Utilizar contraseñas seguras y dispositivo de seguridad externo
- Evitar compartir información personal en exceso
- Adquirir y mantener actualizado software antivirus y de seguridad



**Actividad 01****“Consumir críticamente”**

En base a la lectura 01 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Cómo podrías evaluar de manera más crítica los productos o servicios que recomiendan los influencers, en lugar de simplemente seguirlos?	
¿Qué significa para ti ser un "consumidor crítico" de contenidos digitales? ¿Qué habilidades o actitudes crees que son necesarias para serlo?	
¿Qué implicaciones éticas tiene para la privacidad y la libertad de elección del consumidor?	

**Actividad 02****“La IA en la vida estudiantil”**

En base a la lectura 02 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿De qué manera la IA puede ayudarnos a ser más eficientes y a tomar mejores decisiones en nuestra vida diaria?	
¿Qué impacto ambiental tiene la IA y qué se propone hacer al respecto?	
La IA nos ayuda a "tomar mejores decisiones". Sin embargo, si un estudiante utiliza una herramienta de IA (como ChatGPT) para hacer su tarea, ¿está realmente tomando mejores decisiones o está delegando su responsabilidad de aprender y reflexionar?	

**Actividad 03****“Dejamos huella en línea”**

En base a la lectura 03 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Cómo puede tu huella digital (lo que dejas sin querer) afectar tu identidad digital (cómo te perciben)?	
¿Por qué es tan importante ser cuidadoso con la información que compartimos, especialmente con niños y adolescentes?	
Sugiere varias formas de "cuidar tu huella". Menciona al menos tres de ellas y explica por qué son importantes para proteger tu privacidad.	

**Toma de decisiones**

Elabora un tríptico sobre el uso de la IA en trabajos académicos. Deberá expresar su postura ética sobre las consecuencias de estas decisiones.

**EVALUANDO MI APRENDIZAJE**

Criterio de evaluación	SI	NO
Expresa sus opiniones sobre las consecuencias de sus decisiones en el uso de la IA en trabajos académicos.		

FICHA DE APRENDIZAJE N°3

“MANEJAMOS LA TECNOLOGÍA PARA UNA SEXUALIDAD RESPONSABLE E INTEGRAL”



ACTIVIDADES DE INICIO



Activación de saberes previos

Analiza la siguiente imagen y luego responde a las preguntas que se te formulan:



- ¿Qué están haciendo los jóvenes en la imagen?

- ¿Qué tipo de actividades realizan ustedes con sus teléfonos o con la tecnología en general?

- ¿Han escuchado hablar de los riesgos que existen al usar las redes sociales o Internet?

- ¿Creen que el uso de la tecnología afecta la forma en que nos relacionamos con los demás? ¿De qué manera?



Problematización

Analiza el siguiente caso y luego responde a las preguntas que se te formulan:



- ¿Podrían identificar en qué momento específico Karelys debería haber actuado de manera diferente para evitar el problema?

- ¿Por qué creen que a los jóvenes les cuesta tanto pedir ayuda a un adulto, como un padre o un profesor, cuando se enfrentan a un problema en redes sociales?



GESTIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO PARA EL APRENDIZAJE



Análisis de información



Lectura 01

“Cómo el abuso de la tecnología afecta las relaciones interpersonales”

Los hombres contemporáneos se encuentran desesperados por relacionarse, sin embargo, prima la desconfianza de una relación permanente, por temor a la carga y tensiones que pueda implicar, frente a lo cual no se significan capaces ni deseosos de soportar, ya que limitarían la libertad que necesitan. La atención humana tiende a concentrarse actualmente en la satisfacción que se espera de las relaciones, precisamente porque no han resultado plena y verdaderamente satisfactorias; y si son satisfactorias, el precio de la satisfacción suele considerarse excesivo e inaceptable. La comunicación digital ha provocado cambios formales en los géneros comunicativos y materiales en las relaciones interpersonales. Las relaciones interpersonales se encuentran en constante transformación en la cotidianeidad del ser humano, y en esta transformación han incidido las nuevas aplicaciones tecnológicas generando cambios en la comunicación interpersonal.

La personalización es una característica que ofrecen las redes sociales permitiendo compartir parte de la individualidad y experiencia de quien se conecta. Cada usuario se presenta tal como desea frente a los otros usuarios, fomentando una mayor confianza y seguridad sobre sí mismo a la hora de conocer gente, dado que se puede determinar con quién, cómo y cuándo se comienza una conversación. De esta manera, se puede conseguir que un perfil tenga cientos de amigos reforzando la autoestima del usuario. Gracias a la personalización de los perfiles, un solo usuario puede tener un perfil diferente para los amigos íntimos, otro para conocidos, otro perfil laboral; siendo todos de una misma persona.

La relación entre usuarios de las redes sociales pasa de ser vertical a ser horizontal, posibilitando una igualdad ficticia, en la que cualquier usuario se convierte en emisor produciendo sus propios contenidos, transmisor e incluso como receptor de información. De estas nuevas formas de comunicación e interacción, surgen nuevas amenazas a la intimidad, si no se diferencia el público de cada uno de los perfiles, siendo una de las desventajas del uso de las redes, la suplantación de la identidad y el individualismo como posible tendencia al asilamiento real frente a la sociabilidad en la red.

Caplan menciona que el adolescente utiliza Internet para recibir de los otros usuarios respuestas más positivas que las que recibe de su entorno habitual, teniendo una preferencia por la comunicación en línea en detrimento de la interpersonal cara a cara. Y para Parra Castrillón, las redes sociales también se encuentran dentro de los hábitos de los estudiantes universitarios, quienes no van a las redes para sus indagaciones académicas sino para fines personales y en búsqueda de satisfacer algunas de sus necesidades: pertenencia, diversión o curiosidad.



Lectura 02

“Riesgos y peligros de las redes sociales”

Como hemos visto, las interacciones en las redes pueden tener muchas ventajas, pero también desventajas. En ese sentido, los riesgos en las redes sociales pueden no detectarse al inicio ya que suelen empezar como solo una forma de diversión sin malicia. Se intercambian fotos, videos o textos a través de la computadora, teléfonos o cualquier dispositivo digital de manera despreocupada, pero esto puede traer graves consecuencias.

Fuente: Texto Escolar 3º grado. DPCC. Minedu. Pág. 98-99

SEXTING

El sexting, palabra que surge de la unión entre sex y texting (envío de SMS), consiste en el intercambio de mensajes de texto con connotación sexual; esto se hace principalmente entre teléfonos móviles a través de Internet, y puede incluir fotos o videos. Su práctica se realiza principalmente entre jóvenes. Un riesgo latente es que las imágenes o videos sean compartidos con personas ajenas a las que originalmente estaban destinados el mensaje. Esto puede suceder sobre todo cuando las personas quieren presumir de sus compañeros virtuales con quienes hacen sexting.



GROOMING O CIBERACOSO

Es la manera en que pederastas o pedófilos, personas dedicadas al abuso y/o explotación sexual, ganan la confianza de niñas niños y adolescentes para conseguir concesiones sexuales, contactándolas por Internet, a través del chat o redes sociales. De esta manera, llegan a convencer a las y los menores de intercambiar fotos y videos e incluso de verse personalmente, lo que los expone a riesgos de secuestro y de explotación sexual. Asimismo, el daño emocional y psicológico derivado de este tipo de acoso puede ser importante, aunque no haya contacto físico.



EXTORSIÓN

Es una forma de chantaje sexual en que los cibercriminales cuentan con contenido privado de alguna niña, niño o adolescente (normalmente fotos o videos) y le amenazan con publicarlo y difundirlo por Internet, a menos que las víctimas paguen con algún favor, en ocasiones de índole sexual. Son “cibercriminales”. Así como lo leen: aunque no lo parezca, estas personas son criminales que buscan envolver tanto a niñas, niños como a las y los adolescentes abusando de la confianza inicial para plantearles situaciones de las cuales no sabrán cómo salir. Propician escenarios en que ellas y ellos se sienten perdidos y perdidos, sienten que han hecho algo malo y, para ocultarlo, aceptan las condiciones de quien les extorsiona. A cambio de su silencio, generalmente les exigen más fotos o videos de su intimidad, o que la víctima realice un pago.



Recuerda que...



Si estás en alguna de estas situaciones, aun cuando sintamos temor o miedo de que nadie nos crea, y que nos juzguen, debemos comunicar, denunciar y estar seguros: de los errores se aprende y podemos encontrar ayuda para enfrentar estas situaciones y evitar que otros caigan en esto.

Violencia en la pareja

La expresión de los celos y control del otro, también se ha virtualizado para ambos sexos. Hacen uso de las diferentes redes sociales y pueden llegar a crearse perfiles o cuentas falsas para rastrear a sus parejas. Con ellos buscan estar constantemente controlando, vigilando, investigando, buscando pruebas de infidelidad. Piden que la pareja “reporte” a cada momento lo que hace a lo largo del día, en muchos casos pueden llegar a pretender elegir incluso lo que viste y come.



Lectura 03

“Tiempo libre de pantallas”

Según la Encuesta Nacional de Hogares y el INEI, durante el último trimestre de 2024, el 91,5 % de la población de 6 años a más accedió a Internet diariamente, y el 88,1 % de los menores de entre 6 y 17 años lo hizo a través de un celular. Además, estudios indican que los niños pasan en promedio 35 horas semanales frente a una pantalla, superando ampliamente las dos horas diarias recomendadas por la Organización Mundial de la Salud (OMS). Este uso excesivo interfiere con el desarrollo de habilidades cognitivas, sociales y emocionales, afectando el aprendizaje y la interacción con el entorno.

Un problema creciente en los hogares peruanos: Cada vez son más los niños que desarrollan una dependencia preocupante hacia dispositivos como celulares, tabletas y videojuegos. Esta situación, conocida como ciberadicción, se ha convertido en un fenómeno creciente que afecta seriamente el bienestar emocional, cognitivo y social de los menores.

Especialistas del Instituto Nacional de Salud Mental "Honorio Delgado advierten que el uso excesivo de pantallas está generando síntomas como ansiedad, irritabilidad, trastornos del sueño, bajo rendimiento escolar e incluso aislamiento social en niños cada vez más pequeños. Entre las señales de alerta destacan la necesidad constante de estímulo digital, la tolerancia al tiempo frente a la pantalla (es decir, la necesidad de estar cada vez más tiempo



conectado) y el malestar emocional cuando se restringe el acceso a los dispositivos. La falta de límites familiares, el uso de pantallas como método para calmar al niño, y la escasa oferta de actividades presenciales o al aire libre, son factores que intensifican el problema.

¿Qué pueden hacer los padres? La prevención de la ciberadicción comienza en el hogar. El INSM recomienda a padres, madres y cuidadores:

- Evitar el uso de pantallas en menores de 2 años (salvo videollamadas).
- Establecer horarios claros para el uso de dispositivos.
- Crear zonas libres de pantallas, especialmente en dormitorios y durante las comidas.
- Restringir el uso de pantallas al menos una hora antes de dormir.
- Fomentar el juego libre, al aire libre y en familia.
- Supervisar el contenido digital que consumen los menores.
- Promover espacios de diálogo y desconexión digital.
- Buscar ayuda profesional ante signos persistentes de cambios emocionales o de comportamiento.

Tecnología con equilibrio y propósito: Desde el INSM se enfatiza que el objetivo no es eliminar el uso de la tecnología, sino promover un uso equilibrado y consciente. “Queremos que los niños crezcan conectados, sí, pero sobre todo conectados con su entorno real, su familia y sus emociones”, señalan los especialistas.

La institución hace un llamado a reflexionar sobre los hábitos digitales en casa. Preguntas como: ¿Sabemos cuánto tiempo pasan nuestros hijos frente a una pantalla? ¿Estamos atentos a las señales de advertencia? ¿Les enseñamos a desconectarse? son claves para actuar a tiempo.

Un acto de amor y responsabilidad: Finalmente, el Instituto Nacional de Salud Mental exhorta a todas las familias peruanas a acompañar de manera activa y afectiva a los menores en el uso de la tecnología. Establecer límites, observar y dialogar no solo son medidas preventivas, sino también actos de amor que promueven una infancia más saludable, activa y en conexión con el mundo real.



Actividad 01

“Uso de la tecnología en nuestra vida”

En base a la lectura 01 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Qué cambios en la comunicación interpersonal ha provocado la tecnología?	
El texto dice que los adolescentes buscan en Internet "respuestas más positivas" que las que reciben en su entorno. ¿Por qué creen que pasa esto? ¿Qué riesgos podría tener esta búsqueda constante de validación digital?	
El texto afirma que los estudiantes no van a las redes para fines académicos, sino para "diversión o curiosidad". ¿Qué otros usos le dan ustedes a las redes sociales que no se mencionan aquí? ¿Cómo pueden estos usos influir en su sexualidad o en sus relaciones personales?	

**Actividad 02****“Reflexionando sobre los peligros digitales”**

En base a la lectura 02 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
Sobre el "Grooming o Ciberacoso" ¿Qué pistas o señales podrían alertarnos de que alguien está intentando hacer esto?	
¿De qué manera la tecnología puede facilitar el control sobre la pareja? ¿Qué diferencia hay entre interesarse por lo que hace tu pareja y vigilarla de forma obsesiva?	
¿Qué relación existe entre los peligros descritos en el texto y el caso de Karenlys? ¿Cómo se manifestaron estos riesgos en su historia?	

**Actividad 03****“Uso de las pantallas”**

En base a la lectura 03 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Qué efectos tiene el uso excesivo de pantallas en los niños y adolescentes?	
El texto finaliza diciendo que el objetivo no es eliminar la tecnología, sino usarla con "equilibrio y propósito". ¿Qué significa para ustedes usar la tecnología con propósito?	
La lectura sugiere que los padres deben "supervisar el contenido digital". ¿Qué opinan de esta idea? ¿Deberían los padres tener acceso a todo lo que hacen en sus redes sociales y celulares?	

**Toma de decisiones**

Crea y describe un caso donde el abuso de la tecnología o riesgos en redes virtuales vulneran derechos sexuales y propone pautas de prevención y protección.



FICHA DE APRENDIZAJE N°4

“Sustentamos sobre la responsabilidad ética en la era digital”

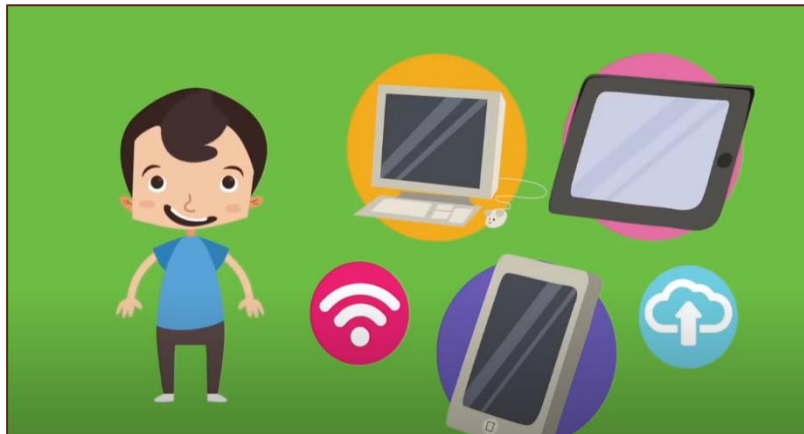


ACTIVIDADES DE INICIO



Activación de saberes previos

Responde a las preguntas que se te formulan:



- ¿Qué es la alfabetización digital para ti?

- ¿Cómo crees que ha cambiado la tecnología la forma en que aprendemos y accedemos al conocimiento?

- Antes de la existencia de Internet, ¿cómo crees que las personas obtenían y compartían información?



Problematización

Analiza el siguiente caso y luego responde a las preguntas que se te formulan:

El Caso de las "Confesiones" del Colegio Villaverde: En el Colegio Villaverde, una página anónima de Facebook llamada "Confesiones Villaverde" se convirtió en una plataforma de acoso. Lo que comenzó con mensajes inofensivos, pronto se volvió un medio para la difamación.

Una de las primeras víctimas fue Juana, una estudiante destacada a quien se le acusó de ser falsa y de hablar mal de sus compañeros, luego de mencionarla que le gusta un chico. Las "confesiones" anónimas causaron un gran daño a su reputación y la llevaron a aislarse. La página no solo atacó a Juana, sino que se usó para esparcir rumores y burlas sobre otros estudiantes, creando un ambiente de desconfianza y miedo en toda la escuela.

Este caso es un claro ejemplo de cómo el anonimato en redes sociales puede ser un escudo para la crueldad, demostrando que una plataforma aparentemente inofensiva puede tener consecuencias devastadoras en la vida real de los jóvenes.



- ¿Por qué creen que nadie intervino para detenerlo? ¿Qué papel juega el silencio de la mayoría en situaciones de acoso?

- ¿En qué momento una plataforma que parece inofensiva se convierte en una herramienta de acoso? ¿Es la plataforma la culpable, o son los usuarios que la utilizan?



Propósitos de aprendizaje



- En la clase de hoy sustentaremos con argumentos, una postura ética frente al ciberacoso que involucran, a fin de redactar un ensayo.

Competencia	Criterios de evaluación	Evidencia
Construye su identidad	Sustenta, con argumentos razonados una posición ética ante el conflicto de prioridades para combatir el ciberacoso y las adicciones digitales. Utiliza principios éticos y DD.HH.	Redacta un ensayo defendiendo una postura frente a la pregunta: ¿Debería la sociedad priorizar la alfabetización digital individual o la regulación ética de plataformas?



GESTIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO PARA EL



Análisis de información



Lectura 01

“El ciberacoso”

Los medios digitales, en algunos casos representan un escollo ante tal aspiración, en cuanto al no ser un espacio físico se encuentra fuera de la esfera de control e influencia directa del docente e inclusive de los padres. A esta variante del bullying que se plasma por medio digitales se le denomina ciberbullying.

Willard define el cyberbullying como el envío y la acción de colgar (sending y posting) textos o imágenes dañinas o crueles por internet u otros medios digitales de comunicación. Por su parte, Belsey, conceptúa el cyberbullying como el uso vejatorio de algunas TIC (Tecnologías de la información y comunicación), como el correo electrónico, los mensajes de celular, la mensajería instantánea, los sitios personales, etc., y/o el comportamiento personal en línea difamatorio, de un individuo o un grupo, que deliberadamente, y de forma repetitiva y hostil, pretende dañar a otra persona.

Los estudios nacionales e internacionales han identificado como conductas más frecuentes los mensajes de texto insultantes y amenazadores (a través de internet o el móvil), así como la difusión de imágenes (vídeo o fotos). Además, otras formas frecuentes de cyberbullying son la exclusión social (por ejemplo, impedir participar en grupos de redes sociales...), insultar (poner apodosos...) y hablar mal o difamar a una persona (vía móvil o internet). En el Perú esta práctica se está haciendo más común entre los y las menores de edad escolar, según revela la última Encuesta Nacional de Relaciones Sociales (ENARES) que para el 2019 indica que 3,81% de los estudiantes (14 a 17 años) consultados mencionó que alguien colgó fotos mediante medios digitales y el 3,2% señaló que esa persona fue un compañero de estudios.

Al analizar esta situación según el sexo, notamos que las mujeres son las más victimizadas en este aspecto, pues según la encuesta del total de afectados el 59,2% son mujeres mientras que el 40,8% son hombres.

Esta situación nos permite referirnos también al ciberacoso. Este se puede dividir conforme se realice de manera indirecta o directa. Es decir, si la víctima es agredida de manera explícita o si lo es considerando una característica ligada a su persona.

Asimismo, si se realiza la agresión de forma concurrente o si el atacante deja un mensaje, imagen o publicación por un periodo de tiempo para que el resto lo pueda ver este o no conectada la víctima. En ese caso, el ataque no sería personal, sino masivo. En esta última modalidad los espectadores pueden ser personas desconocidas o conocidas de la víctima.

**Lectura 02****“¿Qué hacer ante las adicciones en la era digital?”**

Los adolescentes que pasan más tiempo enganchados al celular son “notablemente” más infelices que los que invierten más tiempo en otras actividades, como el deporte o la lectura, según un estudio publicado en la revista especializada Emotion. “¿Por qué los niños superconectados de hoy están creciendo menos rebeldes, más tolerantes, menos felices y completamente desarmados para la fase adulta?”, se preguntó el autor principal de la investigación, Jean Twenge, de la Universidad Estatal de San Diego (California, EE. UU.).

Para examinar este fenómeno, Twenge y sus colegas analizaron datos del estudio “Monitoring the Future”, una encuesta representativa de más de un millón de jóvenes estadounidenses entre 15 y 18 años. En esta encuesta, se preguntaba a los jóvenes sobre la frecuencia de uso de sus teléfonos, tabletas y computadoras, así como preguntas sobre sus interacciones sociales y su nivel de felicidad general.

En promedio, encontraron que los adolescentes que pasaban más tiempo frente a los dispositivos de pantalla eran “notablemente” más infelices que aquellos que invirtieron más tiempo en actividades como deportes, lectura e interacción social cara a cara.

Sin embargo, la abstinencia total de la pantalla tampoco conduce a la felicidad, ya que los adolescentes más felices usaban soportes digitales un poco menos de una hora por día. Después de ese punto (una hora diaria de tiempo enganchado a la pantalla), el nivel de infelicidad aumenta constantemente al mismo ritmo. “La clave del uso de los soportes digitales y la felicidad es el uso limitado”, dijo Twenge. Al observar las tendencias históricas de los mismos grupos de edad desde la década de los noventa, los investigadores encontraron que la proliferación de dispositivos de pantalla a lo largo del tiempo coincidió con una disminución general de la felicidad entre los adolescentes.

En concreto, la satisfacción con la vida, la autoestima y la felicidad de los jóvenes se desplomaron después del 2012, año en que el porcentaje de estadounidenses que poseían un teléfono inteligente aumentó por encima del 50 por ciento. “El mayor cambio en la vida de los adolescentes entre 2012 y 2016 fue el aumento en la cantidad de tiempo que pasaron usando medios digitales, y la posterior disminución en las actividades sociales en persona y el sueño”, aseguró el científico.

Entre sus conclusiones, los investigadores recomiendan a los jóvenes que en ningún caso se superen las dos horas de uso recreativo de soportes digitales y que aumenten la cantidad de tiempo que pasan viendo a sus amigos cara a cara y haciendo ejercicio, dos actividades relacionadas de manera confiable con una mayor felicidad. (“Los jóvenes adictos al celular son ‘notablemente’ más infelices”, 2018).

**Lectura 03****“Alfabetización mediática y digital”**

La tecnología avanza a pasos agigantados. Pero también creció y crece el uso que hacemos de ella, al punto que casi no imaginamos la vida cotidiana sin recursos como el teléfono celular. Así, el desarrollo constante de nuevas herramientas -como la inteligencia artificial- puede llevar a preguntarnos: ¿sigue siendo necesaria la alfabetización digital? ¿No deberíamos dar por sentado que todos manejamos fluidamente estos recursos? Sin embargo, la realidad es que, lejos de ser un tema superado, continúa siendo un desafío clave en el campo educativo (y en la sociedad), con el riesgo de convertirse -paradójicamente- en el eslabón perdido en la cadena de formación del siglo XXI. Y es que no se trata solo de saber usar computadoras, de navegar por internet, de usar una app o de probar ChatGPT. Se trata de desarrollar -explícita y articuladamente- competencias para desenvolverse críticamente en el mundo digital. Y esto lleva a un desafío complementario desde un abordaje integral: la alfabetización mediática e informacional.

La alfabetización digital suele asociarse principalmente al manejo instrumental de dispositivos tecnológicos. Saber prender una computadora, navegar por internet, utilizar procesadores de texto o redes sociales. Si bien estas habilidades siguen siendo importantes, por sí solas resultan insuficientes en el contexto actual.

Hoy la alfabetización digital. Es mucho más que informática. Es la capacidad para interactuar de forma significativa con la información, los medios y las tecnologías, como ciudadanos activos en la era digital. Y este tipo de competencias no se adquieren espontáneamente: requieren de una formación específica. Por eso, a pesar de los constantes avances tecnológicos, la alfabetización digital continúa siendo un desafío clave para la educación. Sobre todo, si pretendemos formar personas autónomas, críticas y preparadas para vivir plenamente en el siglo XXI.

Nuevos desafíos para la alfabetización digital: El rápido avance de la inteligencia artificial (IA) también plantea nuevos interrogantes en relación a la alfabetización digital. Herramientas como ChatGPT evidencian la necesidad de desarrollar un pensamiento crítico sobre cómo se produce y usa la IA.

Alfabetización mediática e informacional: se centra en el desarrollo del pensamiento crítico sobre los medios y contenidos. La alfabetización informacional pone el foco en las habilidades para acceder y evaluar fuentes de información. Por su parte, la educación digital enfatiza el uso estratégico de las tecnologías digitales.

La AMI busca integrar estas tres perspectivas, dando lugar a un abordaje más completo y ajustado a la realidad contemporánea. Apunta a que las personas logren:

- Acceder, analizar, evaluar y crear información y contenidos mediáticos de forma crítica.
- Comprender el funcionamiento de medios, plataformas e instituciones informacionales.
- Participar de forma ética en comunidades y redes digitales.
- Hacer un uso creativo y responsable de las tecnologías para la comunicación y la resolución de problemas.

**Actividad 01****“Nuestra voz contra el ciberacoso”**

En base a la lectura 01 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Qué diferencias o similitudes encuentras entre ambas? ¿Cuál de las dos crees que describe mejor las situaciones de ciberacoso que observan hoy en día?	
La información del INEI muestra que un porcentaje menor de estudiantes peruanos reportó haber sido víctima de acoso en línea. ¿Creen que esta cifra representa la realidad? ¿Por qué algunos estudiantes podrían no reportar estos incidentes?	
¿Qué impacto creen que tienen estos actos de ciberacoso en la salud mental y emocional de los jóvenes? ¿Qué medidas se podrían tomar en las escuelas o en casa para prevenir y abordar el ciberacoso de manera efectiva?	

**Actividad****“Hábitos digitales: ¿qué nos funciona y qué no?”**

En base a la lectura 02 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Qué "recomendaciones indispensables" ya aplican en su vida diaria? ¿Cuáles les resultan más difíciles de seguir?	
¿Qué rutinas de conexión tienen ustedes y cómo podrían cambiarlas para mejorar su bienestar?	
El estudio indica que después de 2012, la felicidad de los adolescentes comenzó a disminuir al mismo tiempo que aumentaba la posesión de teléfonos inteligentes. ¿Creen que la tecnología es la única causa de esta disminución de la felicidad, o podría haber otros factores?	

**Actividad 03****“¿Qué es ser un ciudadano digital activo?”**

En base a la lectura 03 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Cuál es la diferencia entre saber usar una aplicación como ChatGPT y tener una "alfabetización digital" completa?	
¿Qué habilidades creen que se necesitan para usar herramientas de IA de manera crítica y responsable?	
¿Qué significa para ustedes ser un "ciudadano activo" en el mundo digital? ¿Qué responsabilidades creen que tienen al interactuar en línea?	

**Toma de decisiones**

Elaborar una rueda interactiva que permita organizar información, presentar argumentos y expresar una postura personal frente al dilema de la alfabetización digital y la regulación ética de las plataformas digitales.

**Ejemplo**

DESARROLLO PERSONAL

VI UNIDAD

3°

SECUNDARIA

PROF. MARITZA ZA VALETA CASTAÑEDA

ALUMNO(A):





FICHA DE APRENDIZAJE N°1

“ASUMIMOS NUESTROS DEBERES PARA CUIDAR EL AGUA Y PROMOVER EL BIEN COMÚN”



ACTIVIDADES DE INICIO



Activación de saberes previos

Analiza la siguiente imagen y luego responde a las preguntas que se te formulan:



- "01 de cada 10 personas no tiene acceso al agua" ¿Por qué crees que sucede esto?

- ¿Crees que el desperdicio de agua en nuestra escuela afecta a otras personas? ¿Por qué?

- ¿Qué acciones podemos tomar en la escuela para valorar el agua que sí tenemos?

- ¿Qué deberes tenemos para asegurarnos de que el agua de nuestra escuela no se desperdicie?



Problematización

Analiza la siguiente noticia y luego responde a las preguntas que se te formulan:

DESPERDICIO DE AGUA EN PISCINAS PORTÁTILES EQUIVALE A CONSUMO DE 4,800 FAMILIAS

Frente al calor del verano, que se inicia mañana 21 de diciembre, la empresa Sedapal invocó a la población evitar el desperdicio de agua a través del llenado de piscinas portátiles. Estimó que esta práctica genera una pérdida de líquido elemento equivalente a lo que consumen **4,800 familias**.

La empresa de saneamiento explicó que el desperdicio de agua supera los 120 mil metros cúbicos durante llenado de piscinas que tienen capacidades entre 7 y 12 mil litros que, luego de su uso, el volumen acumulado es arrojado a la vía pública.



- ¿Qué es más importante, que una familia tenga agua para jugar, o que casi 5,000 familias tengan agua para beber, cocinar y bañarse?

- ¿Es más importante cuidarla en un lugar que en el otro? Si la cuidamos en la escuela, pero en nuestra casa la desperdiciamos, ¿estamos realmente cumpliendo con nuestro deber?



Propósitos de aprendizaje



- En la clase de hoy vamos a cumplir nuestros deberes en la escuela y la localidad relacionados con el cuidado del agua, y promover que los demás también lo hagan a fin de elaborar un afiche.

Competencia	Criterios de evaluación	Evidencia
Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común	Cumple con sus deberes relacionados con el cuidado del agua y promueve que otros también lo hagan.	Diseña un afiche que motive a la escuela a cuidar el agua e incluye un mensaje persuasivo en llamado a la acción



GESTIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO PARA EL APRENDIZAJE



Análisis de información



Lectura 01

“Agua limpia y saneamiento”

¿Qué es el saneamiento? Es el proceso y el resultado de sanear. Este verbo refiere a subsanar, recuperar o reparar algo. El saneamiento, de este modo, implica reducir la contaminación para proteger la salud ambiental. Para sanear un determinado espacio, hay que tratar las aguas residuales, recoger los residuos y minimizar las emisiones de gases contaminantes, entre otras cuestiones que deben considerarse.

El Estado debe encargarse de desarrollar proyectos de saneamiento en aquellas zonas que obligan a la población a vivir en condiciones insalubres.

Datos destacables sobre agua y saneamiento. De acuerdo con los expertos de Naciones Unidas, estos son algunos datos de urgencia a tomar en cuenta:

- 3 de cada 10 personas carecen de acceso a servicios de agua potable seguros y 6 de cada 10 carecen de acceso a instalaciones de saneamiento gestionadas de forma segura.
- Al menos 892 millones de personas continúan con la práctica insalubre de la defecación al aire libre.
- Las mujeres y las niñas son las encargadas de recolectar agua en el 80% de los hogares sin acceso a agua corriente.
- La escasez de agua afecta a más del 40% de la población mundial y se prevé que este porcentaje aumente.
- 4 billones de personas carecen de acceso a servicios básicos de saneamiento, como retretes o letrinas.
- Cada día, alrededor de **1000 niños mueren debido a enfermedades diarreicas asociadas a la falta de higiene.**

Derecho al agua y al saneamiento. La ONU reconoció los derechos al agua y al saneamiento para todas las personas en 2010. El derecho al agua implica que todas las personas tienen derecho a una cantidad suficiente de agua, de calidad aceptable, físicamente accesible y asequible para usos personales y domésticos.

El derecho al saneamiento significa que toda persona debe tener acceso físico y económico a servicios de saneamiento, en todas las esferas de la vida, que sea seguro, higiénico, aceptable social y culturalmente, que proporcione privacidad y asegure la dignidad. Entre los ejes transversales de estos derechos están la no discriminación y la igualdad, el acceso a la información y la transparencia, la participación y la sostenibilidad de los servicios.

Saneamiento básico en el Perú. En la lista de los diez países con las mayores reservas de agua potable del mundo, el Perú ocupa el noveno puesto con unas reservas calculadas en 1880 km³ anuales.

Es una gran riqueza que el Perú tenga a su disposición este vital recurso, pero aun así no ha podido garantizar el suministro de agua potable a todos los habitantes. Sedapal produce cerca de 700 millones de m³ anuales de agua potable. De toda esta producción, **175 millones de m³ no se facturan por culpa de las conexiones clandestinas, las roturas y filtraciones de las tuberías.** Según los datos proporcionados en el Informe Anual del Servicio de Aguas de Lima, en una población de aproximadamente nueve millones de habitantes, el 93% cuenta con un suministro de agua potable.



Lectura 02

“Importancia del agua potable en las zonas rurales”

El acceso al agua potable en las zonas rurales del Perú es esencial para mejorar la calidad de vida de sus habitantes y promover el desarrollo sostenible. A pesar de los avances en infraestructura, aún persisten desafíos significativos en estas áreas.

Situación actual del acceso al agua potable en zonas rurales. Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), publicado en diciembre de 2023, más del 21% de la población rural carece de acceso a agua por red pública, lo que representa una situación preocupante que requiere atención urgente.

Importancia del agua potable en las zonas rurales

1. **Salud pública:** La falta de acceso a agua potable incrementa la incidencia de enfermedades transmitidas por el agua, afectando especialmente a niños y adultos mayores.
2. **Desarrollo económico:** El acceso al agua potable es fundamental para actividades agrícolas y ganaderas, principales fuentes de sustento en las zonas rurales.
3. **Educación:** La disponibilidad de agua potable en escuelas rurales mejora las condiciones de higiene y salud de los estudiantes, favoreciendo su rendimiento académico.

Iniciativas del Ministerio de Vivienda. El MVCS, ha logrado un avance del 90.8% en la ejecución de 109 proyectos de agua y saneamiento en zonas rurales, beneficiando a más de 31,600 personas en nueve regiones del país. Estas obras incluyen la instalación de 9,429 conexiones de agua potable, 8,967 Unidades Básicas de Saneamiento (UBS) y 576 conexiones a redes de alcantarillado. Además, se ha iniciado una nueva fase, que contempla 167 proyectos financiados por el BID.

Avances y desafíos. A pesar de los esfuerzos realizados, persisten desafíos como la sostenibilidad de los sistemas implementados y la necesidad de fortalecer las capacidades locales para su gestión. La colaboración entre el Estado, organizaciones no gubernamentales y las comunidades es clave para superar estos obstáculos y garantizar el acceso universal al agua potable en las zonas rurales del Perú. El acceso al agua potable en las zonas rurales del Perú es vital para mejorar la salud, la economía y la educación de sus habitantes.





Lectura 03

“Gestión sostenible del agua en el Perú”

La gestión adecuada del agua en Perú es un reto fundamental para asegurar la sostenibilidad ambiental y el bienestar de la población. Con la creciente demanda de recursos hídricos debido al crecimiento urbano, agrícola e industrial, es necesario implementar estrategias responsables que garanticen el uso eficiente y la conservación de este recurso vital. La escasez de agua, sumada a la contaminación de ríos y fuentes subterráneas, hace urgente adoptar prácticas que protejan la calidad del agua y promuevan su uso sostenible.

Un Enfoque Integral en la Gestión del Agua. La gestión del agua en Perú abarca procesos que incluyen la conservación, tratamiento, distribución y reutilización del recurso. Adoptar un enfoque integral y sostenible es clave para enfrentar los desafíos actuales. Esto no solo involucra el cumplimiento de las normativas legales, sino también la implementación de tecnologías innovadoras y la participación activa de las empresas en la protección de los ecosistemas acuáticos. Para lograr una gestión eficiente del agua, las empresas deben optimizar el uso del recurso, implementar sistemas de reciclaje de agua y reducir su huella hídrica.

Reducción de la Contaminación del Agua. La contaminación del agua es uno de los problemas ambientales más graves. Un sistema adecuado de tratamiento y disposición de aguas residuales previene la contaminación de ríos, lagos y fuentes subterráneas, evitando el daño a la biodiversidad acuática y mejorando la salud pública. El tratamiento de aguas residuales industriales y domésticas, así como la eliminación de contaminantes peligrosos, reduce la presencia de sustancias tóxicas en los cuerpos de agua, mejorando la calidad del agua potable y la salud de la población.

Fomento de la Economía Circular. La gestión eficiente del agua no solo consiste en reducir su consumo, sino también en reutilizar y reciclar el agua dentro de los procesos productivos. La implementación de sistemas de tratamiento y reutilización de aguas residuales en la industria permite disminuir la extracción de agua fresca, reduciendo el impacto ambiental y favoreciendo la economía circular.

En nuestro país, en la gestión del recurso hídrico intervienen múltiples actores en torno a su uso y aprovechamiento. En el aspecto político van desde las entidades del gobierno nacional, regional y local hasta sectores pertenecientes a las diferentes actividades productivas (agrario, industrial, minero, petroleros, poblacional, energético, recreativo, entre otros). Recayendo sobre la sociedad civil un rol importante para vigilar la adecuada gestión del agua.

La Ley de Recursos Hídricos (LRH) ha establecido la planificación y aprovechamiento sostenible de los recursos hídricos, por ello, los actores involucrados deben organizarse en un espacio de coordinación denominado Concejo de Recursos Hídricos, como se observa en la siguiente figura.



Actividad 01

“Saneamiento para el bien común”

En base a la lectura 01 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Por qué la falta de saneamiento en una comunidad podría convertirse en un problema para el bien común de todos sus habitantes, incluso para aquellos que sí tienen acceso?	
La lectura destaca que "las mujeres y las niñas son las encargadas de recolectar agua" en muchos hogares que no tienen acceso. ¿Qué responsabilidad tenemos nosotros, como ciudadanos, ante esta situación de desigualdad?	
El gráfico organiza la información en tres partes principales: "Higiene personal", "Acceso a agua a través de los filtros de agua" y "Uso y mantenimiento de letrinas". Según lo que has visto y leído, ¿por qué crees que estos tres elementos son fundamentales para tener una comunidad saludable?	



Actividad 02

“Acciones para disminuir desigualdades”

En base a la lectura 02 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
El acceso al agua potable sigue siendo un gran desafío. ¿Qué consecuencias directas, tanto para la salud como para la educación, se describen en la lectura debido a la falta de este servicio?	
El acceso al agua permite disminuir las desigualdades. ¿Qué acciones podrías proponer en tu afiche para que la comunidad sepa que el cuidado del agua potable es un acto de solidaridad y una forma de asegurar que todos tengan este derecho?	



Actividad 03

"Gestión compartida del agua"

En base a la lectura 03 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Por qué crees que es tan complicado gestionar este recurso cuando hay tantos actores (gobiernos, industrias, agricultura, etc.) involucrados?	
El Estado y la sociedad civil son parte de la gestión del agua. ¿Qué papel tiene cada uno en este proceso, según la información y los gráficos?	
"Adaptar prácticas que protejan la calidad del agua" ¿Qué tipo de prácticas podrían ser estas a nivel de la escuela? ¿Cómo podrían la escuela y los estudiantes implementar la idea de una gestión eficiente?	



Toma de decisiones

Elabora una infografía para mostrar tus acciones y reflexiones sobre el cuidado del agua.



EVALUANDO MI APRENDIZAJE



Criterio de evaluación	SI	NO
Refleja el cumplimiento de sus deberes en el cuidado del agua y evalúa sus acciones tomando en cuenta el bien común.		

FICHA DE APRENDIZAJE N°2

“ARGUMENTAMOS A FAVOR DEL RESPETO A LAS NORMAS DEL AGUA”



ACTIVIDADES DE INICIO



Activación de saberes previos

Analiza la siguiente imagen y luego responde a las preguntas que se te formulan:



- ¿Creen que el cuidado del agua es solo responsabilidad de una persona, como el niño de la foto, o de toda la comunidad?
¿Por qué?

- ¿Qué pasaría en nuestra escuela si nadie respetara las normas sobre el uso del agua?

- ¿Qué argumentos creen que serían más fuertes para persuadir a toda la comunidad educativa (estudiantes, docentes, personal) a cuidar el agua?



Problematización

Analiza la siguiente noticia y luego responde a las preguntas que se te formulan:

En Port-de-Paix (Haití), cuando el agua es demasiado cara, sacan agua de los ríos, muy contaminados y llenos de basura, para cubrir sus necesidades domésticas (31,1%). Además, algunas familias renuncian a bañarse (22,2%) o a cocinar (26,7%).

Fuente: Centre for Human Rights and Global Justice y otros, Wòch nan Soley: The Denial of the Right to Water in Haiti, disponible en www.chrgj.org/projects/docs/wochnansoley.pdf

(consultado el 28 de abril de 2010).



- La noticia describe una situación muy diferente a la nuestra. ¿Qué observan en la imagen y qué diferencias notan con la forma en que ustedes acceden al agua en su casa o en la escuela?

- Si el agua es un derecho humano, ¿qué tan justo es que las personas en Haití tengan que usar agua sucia? ¿Qué rol tiene el Estado o las organizaciones en esta situación?

- Pensando en la idea del "respeto a las normas", ¿es suficiente con que las personas sigan las reglas si la norma misma no garantiza un acceso justo y limpio para todos?



Propósitos de aprendizaje



- En la clase de hoy vamos a defender la importancia de las normas sobre el uso del agua y promover su cuidado en la comunidad educativa, a fin de diseñar un discurso persuasivo.

Competencia	Criterios de evaluación	Evidencia
Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común	Expresa argumentos sólidos a favor del respeto por las normas sobre el uso del agua	Discurso persuasivo para convencer a la comunidad educativa de respetar las normas del agua



GESTIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO PARA EL APRENDIZAJE



Análisis de información



Lectura 01

“El derecho humano al agua”

El Estado debe garantizar el acceso a una cantidad suficiente de agua potable para el uso personal y doméstico de todas las personas. El derecho al agua está comprendido en normas internacionales de derechos humanos que comprenden obligaciones específicas en relación con el acceso al agua potable. Esas obligaciones exigen a los Estados que garanticen a todas las personas el acceso a una cantidad suficiente de agua potable para el uso personal y doméstico. Esto comprende el consumo, el saneamiento, el lavado de ropa, la preparación de alimentos y la higiene personal y doméstica. También les exigen que aseguren progresivamente el acceso a servicios de saneamiento adecuados, como elemento fundamental de la dignidad humana y la vida privada, pero también que protejan la calidad de los suministros y los recursos de agua potable.

El concepto de la cantidad básica de agua requerida para satisfacer las necesidades humanas fundamentales se enunció por primera vez en la Conferencia de las Naciones Unidas sobre el Agua, celebrada en Mar del Plata (Argentina) en 1977. En su Plan de Acción se afirmó que todos los pueblos, cualesquiera que sean su etapa de desarrollo y sus condiciones económicas y sociales, tienen derecho al agua potable en cantidad y calidad acordes con sus necesidades básicas.

Las obligaciones específicas relacionadas con el acceso al agua potable y el saneamiento se han venido reconociendo también, en medida creciente, en los principales tratados de derechos humanos, fundamentalmente como parte del derecho a un nivel de vida adecuado y del derecho a la salud y se derivan de las obligaciones de promover y proteger otros derechos humanos, como el derecho a la vida, a una vivienda adecuada, a la educación, a la alimentación, a la salud, al trabajo y a la vida cultural.

El derecho al agua abarca, por lo tanto, el acceso al agua necesaria para mantener la vida y la salud y para satisfacer las necesidades básicas, y no confiere a las personas el derecho a una cantidad ilimitada de agua. Según la OMS, se requieren entre 50 y 100 litros de agua por persona al día para cubrir la mayoría de las necesidades básicas y evitar la mayor parte de los problemas de salud. El acceso a 20-25 litros por persona al día representa el mínimo, pero esta cantidad suscita preocupaciones sanitarias, porque no basta para cubrir las necesidades básicas de higiene y consumo. Estas cantidades son indicativas, ya que dependen del contexto particular y pueden diferir de un grupo a otro en función del estado de salud, el trabajo, las condiciones climáticas y otros factores. Las madres lactantes, las mujeres embarazadas y las personas que viven con el VIH/SIDA necesitarán más de 50 a 100 litros de agua al día.





Lectura 02

“Aspectos fundamentales del derecho al agua”

- **El derecho al agua entraña libertades.** Estas libertades están dadas por la protección contra cortes arbitrarios e ilegales; la prohibición de la contaminación ilegal de los recursos hídricos; la no discriminación en el acceso al agua potable y el saneamiento, en particular por razón de la clasificación de la vivienda o de la tierra; la no injerencia en el acceso a los suministros de agua existentes, especialmente las fuentes de agua tradicionales; y la protección contra las amenazas a la seguridad personal al acceder a agua o servicios de saneamiento fuera del hogar.
- **El derecho al agua entraña prestaciones.** Estas prestaciones comprenden el acceso a una cantidad mínima de agua potable para mantener la vida y la salud; el acceso a agua potable y servicios de saneamiento durante la detención; y la participación en la adopción de decisiones relacionadas con el agua y el saneamiento a nivel nacional y comunitario.
- **El suministro de agua para cada persona debe ser continuado y suficiente para cubrir los usos personales y domésticos,** que comprenden el consumo, el lavado de ropa, la preparación de alimentos y la higiene personal y doméstica. Otros usos domésticos del agua, como el agua para las piscinas o la jardinería, no están incluidos en el derecho al agua.
- **El agua para el uso personal y doméstico debe ser salubre y aceptable.** El agua debe estar exenta de microbios y parásitos, así como de sustancias químicas y radiológicas, que puedan constituir una amenaza para la salud de las personas. El agua debe tener también un color, un olor y un sabor aceptables, a fin de que las personas no recurran a otras fuentes que puedan parecer más atractivas pero que estén contaminadas. Estos requisitos se aplican a todas las fuentes de abastecimiento, como el agua corriente, el agua de cisternas, el agua comprada a un proveedor y los pozos protegidos.
- **Los servicios de abastecimiento de agua y de saneamiento deben ser físicamente accesibles** y estar al alcance de todos los sectores de la población, teniendo en cuenta las necesidades de determinados grupos, como las personas con discapacidad, las mujeres, los niños y los ancianos.

Aunque el derecho al agua no significa que todos deban tener acceso a agua y servicios de saneamiento dentro del hogar, sí presupone que estos servicios se encuentren en las cercanías o a una distancia razonable de la vivienda. También debería haber agua y servicios de saneamiento en las escuelas y los hospitales, los lugares de trabajo, los centros de detención y los campamentos de refugiados y de personas internamente desplazadas.

- **Los servicios de agua deben ser asequibles para todos.** Ningún individuo o grupo debería verse privado del acceso a agua potable por no poder pagar.





Lectura 03

“10 principios que rigen el derecho al agua”



PRINCIPIOS PARA LA REALIZACIÓN DEL DERECHO HUMANO AL AGUA Y AL SANEAMIENTO



Son principios amplios, flexibles y adaptables que orientan a los Estados y a la sociedad para garantizar que **todas las personas disfruten del derecho al agua y al saneamiento con dignidad.**

1 NO DISCRIMINACIÓN  El acceso al agua y al saneamiento debe ser para todas las personas, sin distinción. Se deben tomar medidas para incluir a los más vulnerables.	2 PARTICIPACIÓN  Las personas, especialmente los grupos históricamente excluidos, deben participar en las decisiones que afectan su acceso al agua y al saneamiento.	3 RENDICIÓN DE CUENTAS  Los Estados deben respetar, proteger y cumplir este derecho, y rendir cuentas a la población por sus obligaciones.	4 RESULTADOS  La gestión del agua debe lograr resultados reales y medibles que mejoren progresivamente la vida de las personas.	5 SOSTENIBILIDAD  El uso y gestión del agua debe ser sostenible en lo económico, social y ambiental para garantizarlo también a las futuras generaciones.
6 DISPONIBILIDAD  Los Estados deben asegurar que existan servicios de agua y saneamiento suficientes en todos los ámbitos de la vida.	7 CALIDAD / SEGURIDAD  El agua y los servicios de saneamiento deben ser seguros y de buena calidad, sin contaminantes, para proteger la salud de las personas.	8 ACEPTABILIDAD  Los servicios deben ser culturalmente adecuados y respetar la privacidad y dignidad de las personas.	9 ACCESIBILIDAD  El agua y el saneamiento deben estar al alcance de todas las personas, cerca del hogar, trabajo y otros lugares, sin barreras y con seguridad.	10 ASEQUIBILIDAD  Los servicios deben ser asequibles para todas las personas, sin que su costo afecte otros derechos esenciales.



AGUA Y SANEAMIENTO: DERECHOS PARA TODOS, RESPONSABILIDAD DE TODAS Y TODOS.



**Actividad 01**

“El derecho humano al agua”

En base a la lectura 01 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿qué obligación tienen los Estados en relación con el derecho humano al agua?	
¿Por qué crees que el acceso a servicios de saneamiento adecuados es un elemento fundamental de la dignidad humana, según el texto?	
¿Crees que en tu comunidad se respeta el derecho humano al agua para todas las personas? ¿Por qué?	
¿Por qué es importante que las personas conozcan sus derechos y deberes en relación con el acceso al agua?	

**Actividad 02**

“El derecho al agua accesible”

En base a la lectura 02 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Qué significa que los servicios de abastecimiento de agua deben ser "físicamente accesibles"?	
A partir del texto, ¿qué desafíos podrían enfrentar las personas con discapacidad, los niños y los ancianos para acceder al agua?	
¿Cómo podemos definir "asequible" en un contexto donde existen diferentes niveles de ingresos? ¿Debería el acceso al agua ser gratuito, o cómo se puede garantizar la sostenibilidad del servicio?	

**Actividad 03**

"Principios clave del acceso al agua"

En base a la lectura 03 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
Según el principio de "No discriminación", ¿a quiénes se debe prestar especial cuidado en el acceso al agua y saneamiento?	
El principio de "Sostenibilidad" integra aspectos económicos, sociales y ambientales. ¿Cómo podría el fracaso en uno de estos aspectos afectar a los demás?	
Imagina que eres parte de un comité escolar que busca mejorar la gestión del agua. ¿Cómo usarías estos 10 principios para evaluar la situación actual y proponer soluciones concretas que beneficien a toda la comunidad educativa?	

**Toma de decisiones**

Elabora un Acróstico 3D con oraciones donde se indique que se debe respetar las normas del agua.

