



ACTIVIDADES PARA EL
abordaje de los valores
EN LOS CENTROS EDUCATIVOS

M.Sc. Braulio Alberto Miranda Méndez
Director del CTP de Hojanca

Junta Directiva 2022-2025

M.Sc. Georgina Francheska Jara Le Maire
PRESIDENCIA

M.Sc. Mauricio Jesús Moreira Arce
VICEPRESIDENCIA

Dr. Daniel Vargas Rodríguez
TESORERÍA

M.Sc. Juan Carlos Campos Alpízar
SECRETARÍA

M.Sc. Illiana Salazar Rodríguez
PROSECRETARÍA

M.Sc. Karen Oviedo Vargas
VOCALÍA 1

Dr. Ariel Eduardo Méndez Murillo
VOCALÍA 2

Fiscal 2022-2025

Dr. Rooney Castro Zumbado

Director Ejecutivo a.i.

Lic. Ricardo Salas Álvarez

Departamento de Investigación, Vinculación y Desarrollo Educativo

M.Sc. Wálter Alfaro Cordero
JEFATURA

Contenido

M.Sc. Braulio Alberto Miranda Méndez
DIRECTOR DEL CTP DE HOJANCHA

Diseño y diagramación

Adriana Vega Valverde

Imágenes: Tomadas de: Freepik. www.freepik.com.



**Colegio de Licenciados y Profesores en Letras, Filosofía,
Ciencias y Artes (Colypro)**

Central telefónica: (+506) 2437-8800
Apartado: 8-4880-1000, San José, Costa Rica
Correo electrónico: contactenos@colypro.com
www.colypro.com

Los textos firmados son responsabilidad de los autores y no representan necesariamente el pensamiento del Colegio.
Todos los derechos reservados. Hecho al depósito de Ley.



Reconocimiento-No Comercial-Sin derivados 4.0 Internacional. (CC BY-NC-ND 4.0)

Índice

Introducción	5
Actividad 1 • Jugando y fortaleciendo la memoria con conceptos	8
Actividad 2 • El autoconocimiento	9
Actividad 3 • 15 frases famosas referentes a la sana convivencia	10
Actividad 4 • Análisis del “Himno a la alegría”	12
Actividad 5 • 10 refranes o dichos referentes a la sana convivencia	14
Actividad 6 • Concepto de amistad	15
Actividad 7 • Concepto de respeto	16
Actividad 8 • Concepto de empatía	17
Actividad 9 • Concepto de solidaridad	19
Actividad 10 • Concepto de tolerancia	20
Actividad 11 • Concepto de gratitud	21
Actividad 12 • Conceptos de resiliencia y esperanza	22
Actividad 13 • Análisis de la “Patriótica Costarricense”	24
Actividad 14 • Mi árbol genealógico y la sana convivencia	26
Actividad 15 • Monólogo: “Costumbres y tradiciones de los abuelos”	27
Actividad 16 • El rescate de la tertulia familiar	29
Actividad 17 • Generación única y más comprensiva	31
Actividad 18 • La tecnología y redes sociales	32
Actividad 19 • La mujer, pilar fundamental de la sociedad	33
Actividad 20 • Frases positivas	34
Actividad 21 • Mi sombrero o bolsa mágica	35
Actividad 22 • Dictado cortado	36
Actividad 23 • La confianza y el vendedor de humo	37
Actividad 24 • Fortaleciendo los juegos tradicionales	38
Actividad 25 • Fomentando la lectoescritura sobre los valores	42
Actividad 26 • Yo no, no lo haría, ni lo haré...	43
Actividad 27 • Redacción sobre el artículo No. 33 de la Constitución	44
Actividad 28 • 4 consejos para ser amables con nosotros mismos	45
Actividad 29 • Cuadro comparativo sobre convivencia	46
Actividad 30 • Reflexión “Un nudo en la sábana”	47
Actividad 31 • Fomentando mi espiritualidad	48
Actividad 32 • Mapeo de riesgo en el centro educativo	49
Actividad 33 • Cómo aportar una dosis sostenida de justicia social	50
Actividad 34 • Mi centro educativo es un pilar de la comunidad	51
Actividad 35 • Actividad colaborativa para potenciar la participación	52
Actividad 36 • Buena práctica de trabajo con la lección guía	53
Ejercicio para las neuronas	55
Biografía del M.Sc. Braulio Alberto Miranda Méndez	56
Bibliografía	57

“La sociedad costarricense desde sus orígenes ha estado conformada por personas amables, respetuosas y solidarias; por ello el término **“hermani-ticos”**.

No perdamos la verdadera esencia de nuestra identidad, con una sociedad más violenta y poco tolerante”.

La educación debe ser la solución para cerrar las brechas sociales, y propiciar las posibilidades de satisfacerlas en la vida cotidiana, a través de la movilidad social. Para alcanzar los retos de la educación debemos abordar tres ejes básicos, de los cuales soy ferviente defensor; los mismos operacionalizan y responden a preguntas claves: **racionalismo (el "¿qué?")**: responde a "saber conocer" y "formas de pensar", **constructivismo (el "¿cómo?")**: responde a "saber hacer", "herramientas para integrarse al mundo", y **humanismo (el "¿para qué?")**: responde a "saber convivir", "formas de vivir en el mundo" y/o "saber ser," "formas de relacionarse con otros" respectivamente.

La política curricular ineludiblemente debe ser compatible con estos pilares, para el desarrollo integral de las personas, en la búsqueda de:

1. La ciudadanía para el desarrollo sostenible
2. La ciudadanía planetaria con identidad nacional
3. La ciudadanía virtual con equidad social.

El racionalismo: Se fundamenta en la razón y verdades objetivas para el desarrollo de un conocimiento válido, la conceptualización. Se basa en contenidos o teorías, donde la persona estudiante debe ser partícipe activo y centro del proceso educativo, que coadyuve y desarrolle el razonamiento crítico, cultive su intelecto y propicie un marco de referencia, para crear/recrear su cultura y conocimiento.

El constructivismo: Este pretende explicar el origen del conocimiento, donde cada individuo lo crea/recrea en su mente constantemente. Es la búsqueda del equilibrio constante entre los tres pilares de la educación. Lo que presenta este folleto es una recopilación de estrategias para trabajar con los jóvenes en el desarrollo de valores y el fortalecimiento de la humanidad en la sociedad, complementando el trabajo con el programa Convivir.

El humanismo: Este busca respuesta a la razón de ser de la educación: una nueva concepción de ser humano, en búsqueda de la solidaridad y tolerancia. Una visión que dignifica al individuo, crea una visión de la humanidad saludable y sustentable, sensible al dolor ajeno.

Una educación centrada en el ser humano es parte del trabajo que debemos fortalecer con los ejes de la nueva ciudadanía:

- a. Educación centrada en la persona estudiante
- b. Educación basada en los derechos humanos y deberes ciudadanos
- c. Educación para el desarrollo sostenible
- d. Ciudadanía planetaria con identidad nacional
- e. Ciudadanía digital con equidad social
- f. Evaluación transformadora para la toma de decisiones.

Cuadro 1: Dimensiones y habilidades para el 2030



Referencia bibliográfica: Ministerio de Educación Pública. Viceministerio Académico. Transformación curricular: La nueva política curricular aprobada por el CSE en el marco de “Educar para la nueva ciudadanía”.

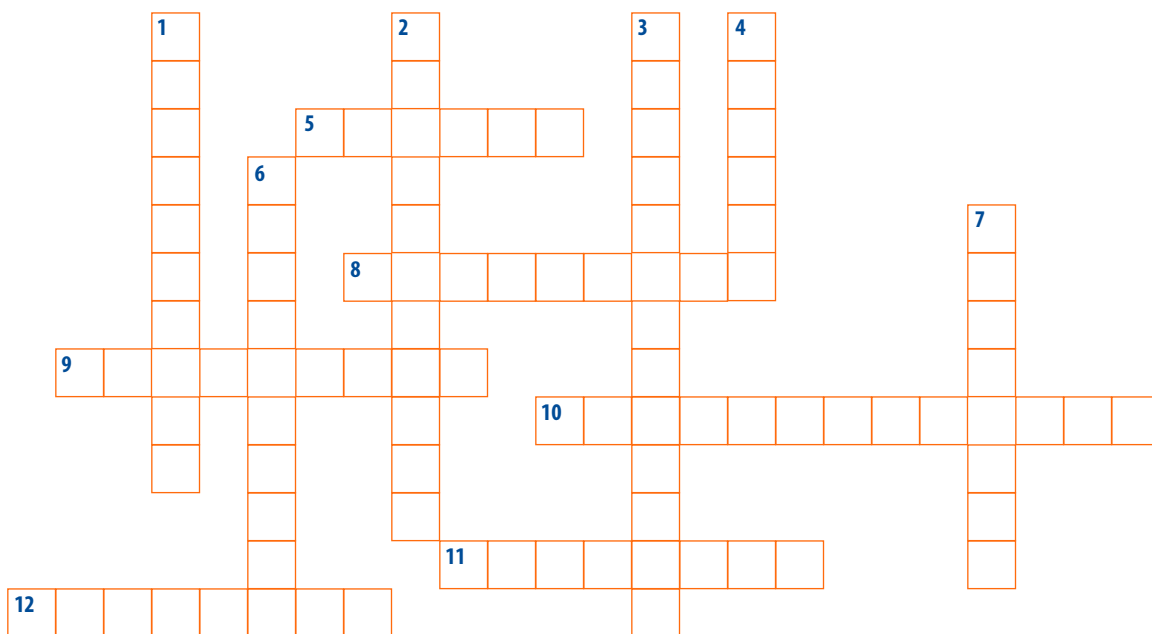
Actualmente en nuestra sociedad, en cada muerte violenta, se llora la pérdida de la vida humana, de un: abuelo(a), padre, madre, hermano(a), hijo(a), tío(a), primo(a)... Esto es un llamado de atención para tratar de rescatar los bellos valores de nuestra sociedad –y la familia, muy en especial–, tratar de retomar la verdadera esencia del ser humano, sin perder de vista los avances de la tecnología y la globalización. En el caso de Costa Rica, el porcentaje de muertes por armas de fuego ha crecido en los últimos años y eso preocupa al Ciudadano: ver que se nos resquebraja nuestro país en pedacitos, por la violencia desmedida.

El fenómeno de la violencia en la sociedad tiene un carácter multicausal; por ello, requiere emprender acciones en los distintos niveles y sectores, que sean coherentes con las realidades particulares de los territorios. Se requiere además una buena articulación interdisciplinaria, interinstitucional y multisectorial, a nivel cantón, provincia y país, donde se integren todas las bases, el sector público-privado, organismos de cooperación y ONG. La toma de decisiones es de suma importancia, para atender la problemática de forma integral. No existen recetas, pero el trabajo con los valores desde el hogar y centros educativos nos permite buscar una convivencia de un modo justo. Los valores no deben verse de forma individual, sino en su conjunto: un valor resulta tan útil y beneficioso para mí como para mis semejantes. Los valores son aspectos de nuestra educación que se consideran buenos para nosotros mismos y quienes nos rodean: empatía, solidaridad, respeto, amistad, entre otros. De igual forma, si bien los valores comparten puntos clave, sus características e importancia pueden variar dependiendo del contexto: varían según la vida de la persona, pueden cambiar de acuerdo a la experiencia, mantienen jerarquías dependiendo de la crianza y suponen una satisfacción al practicarlos, conforme a nuestra filosofía. La cultura de la paz se logrará cuando los ciudadanos tengan las habilidades para resolver los conflictos, y luchen por la justicia de manera no violenta.

Jugando y fortaleciendo la memoria con conceptos

Objetivo: Propiciar la concentración del estudiante por medio del juego, con conceptos introductorios a la sana convivencia.

Descripción: A continuación se presenta un crucigrama. Busque las definiciones y ordene los conceptos referentes a la sana convivencia. Complételo de manera vertical y horizontal, sin que queden hileras vacías.



Horizontal

- 5. Mostrar consideración e interés personal por otros.
- 8. Invertir lo que sea necesario para aliviar el dolor de otros.
- 9. Aceptar una situación difícil sin fijar un plazo para que se resuelva.
- 10. Fortaleza interior para resistir presiones y actuar lo mejor que pueda.
- 11. Asumir la responsabilidad personal de sostener lo que es puro, recto y cierto.
- 12. Reconocer que mis logros se deben a lo que otros han invertido en mi vida.

Vertical

- 1. Cumplir rápida y gustosamente las instrucciones de quienes son responsables por mí.
- 2. Administrar cuidadosamente mis recursos para poder dar libremente a los que tienen necesidad.
- 3. Rechazar deseos indebidos y hacer lo que es correcto.
- 4. Borrar la cuenta de los que me han ofendido y no guardar rencor alguno contra ellos.
- 6. Anhelo de hacer lo correcto con motivaciones transparentes.
- 7. Confianza de decir o hacer lo que es correcto, justo y verdadero.

Conceptos: Dominio propio, valentía, perseverancia, bondad, obediencia, compasión, generosidad, perdón, humildad, paciencia, justicia, sinceridad.

Tiempo: 1 lección.

ACTIVIDAD 2

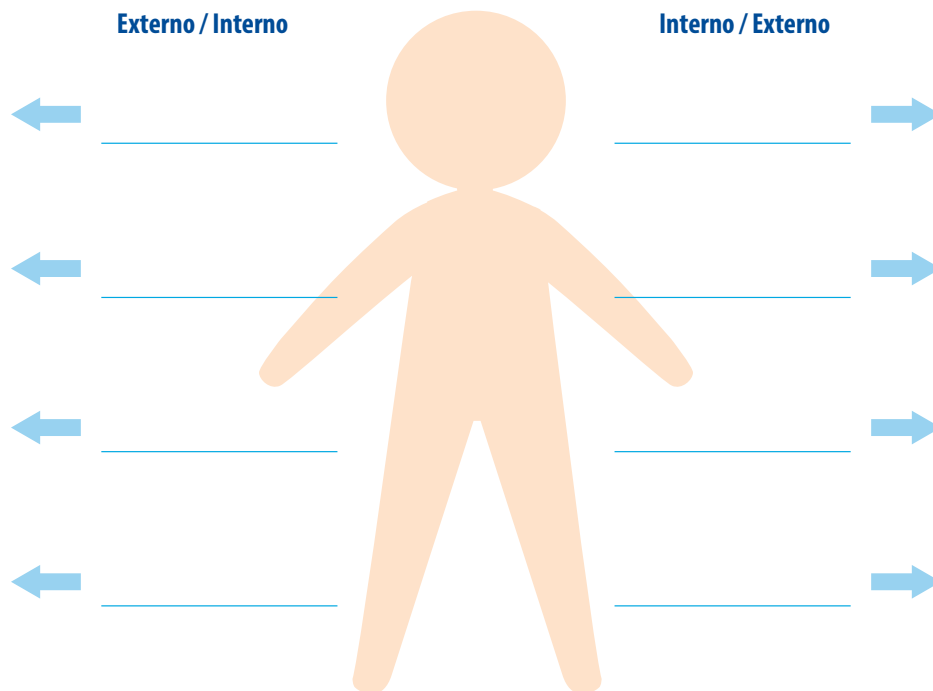
El autoconocimiento

Objetivo: Fomentar un aprendizaje significativo y vivencial, con el autoconocimiento, para la sana convivencia.

Descripción:

1. Se escucha la canción: *Diego Torres "Color Esperanza"* - YouTube.
2. Introducción del tema de autoconocimiento por parte del facilitador(a).
3. Se realiza la técnica: *Conociéndome a mí mismo(a)*: En la parte interna de la figura, escriba las cualidades o valores positivos que más lo identifican a usted como persona, y en la parte externa de la figura, rasgos físicos que más le gustan de usted.
4. Una vez realizada la actividad, comparten con el grupo lo que anotaron.

Concepto: Autoconocimiento es un concepto en el ámbito del desarrollo personal en referencia a la capacidad de introspección que tiene una persona para reconocerse como un individuo y para diferenciarse de los demás. En este sentido, el autoconocimiento ayuda a la construcción de una identidad personal.



Materiales: Grabadora, computadora, celular, parlantes, fotocopia o cuaderno.

Tiempo: 1 lección.

Referencia bibliográfica: <https://es.wikipedia.org/wiki/Wikipedia/conceptos>

15 frases famosas referentes a la sana convivencia

Objetivo: Concienciar a la población estudiantil del “poder de la palabra”, utilizando 15 frases famosas relacionadas con la sana convivencia.

Descripción: A continuación, se presentan 15 citas célebres referidas a la sana convivencia. Deben analizar todas las frases que se presentan, luego de discutir las. Luego de analizarlas, el facilitador(a) asigna una o dos frases por pareja, para que la expliquen manera creativa e innovadora en una plenaria (reunión de todos los integrantes de la clase). En una sesión las analizan y en otra se presenta el trabajo.

Frases cotidianas catalogadas como “normales” en una sociedad

1

“La convivencia con otras personas es la habilidad más necesaria en este mundo.
Con ella, no hay límite en lo que las personas pueden hacer”

Earl Nightingale

2

“La esencia de la convivencia es realmente sencilla:
vive y respeta como otros viven”

Eraldo Banovac

3

“La familia se defiende inculcando a los menores los valores universales
de la convivencia y el respeto a todos los seres humanos”

Esteban Garaiz

4

“El noventa por ciento del arte de vivir consiste en aprender a convivir
con las personas que no puedes tolerar”

Samuel Goldwyn

5

“La convivencia es un arte. Es un arte paciente,
un arte hermoso, es fascinante”

Papa Francisco

6

“Las sociedades que no aprenden a convivir en paz
siempre viven con miedo y pobreza”

Dr. Ashok Anand

7

“La belleza de la convivencia es la aceptación”

Sweta Singh

8

“Las personas deben aprender a convivir las unas con las otras para crear un mundo pacífico”

Lailah Gifty Akita

9

“La convivencia es un trabajo costoso de comprensión y generosidad constantes, en donde no se puede bajar la guardia”

Enrique Rojas

10

“Estamos en este mundo para convivir en armonía. Quienes lo saben no luchan entre sí”

Buda

11

“Ser único es una gran cosa, pero respetar el derecho a ser diferente es quizás lo más grande”

Bono

12

“No hagas lo que no te gustaría que te hicieran”

Confucio

13

“El más grande resultado de la educación es la tolerancia”

Helen Keller

14

“Las palabras amables son la música del mundo”

F. W. Faber

15

“Respetar a otros es la mejor herramienta para ganarse el respeto”

Junaid Raza

Concepto: Una **convivencia sana** es aquella en la cual las personas tienen la libertad de expresar diversas maneras de pensar y de sentir sin temor a ser juzgadas ni excluidas por ello. Está basada en valores como el respeto, la tolerancia y la empatía. Una convivencia sana no está exenta de conflictos y nos ayuda a crecer como seres humanos; la ciencia es saber manejar y controlar con los mecanismos adecuados esos conflictos.

Materiales: Hojas y papelógrafos (papel periódico), si fuese necesario.

Tiempo: 2 lecciones.

Análisis del "Himno a la Alegría"

Objetivo: Analizar aspectos presentes en el "Himno a la Alegría", sobre la sana convivencia.

Descripción:

1. Se realiza la lectura individual del "Himno a la Alegría".
2. Se escucha el "*Himno a la Alegría*" Miguel Ríos -YouTube a nivel grupal.
3. Se procede a formar subgrupos mixtos (4 o 5 personas) para discutir los aspectos presentes el "Himno a la Alegría" y la relación con el concepto de **alegría**.
4. A nivel del grupo escogen a una persona para que presente una fonomímica de la canción. La fonomímica (también conocida como "sincronización de labios") es la técnica que permite sincronizar los movimientos de los labios de una persona con una grabación previa, que puede ser tanto musical como hablada.
5. En plenaria cada subgrupo presenta lo analizado en la lectura y la fonomímica, y aporta comentarios de cierre.

Concepto: La **alegría** es una construcción mental básica del razonamiento humano, es decir, una proyección mental que nos permite comprender, clasificar y comunicar nuestras experiencias. Según la perspectiva de muchas disciplinas, se debe entender como la unidad lógica mínima del conocimiento.

Materiales: Grabadora, computadora, celular, parlantes, fotocopia o cuaderno.

Tiempo: 1 lección.



Himno a la Alegría

Intérprete: Miguel Ríos

“Escucha, hermano,
la canción de la alegría,
el canto alegre
del que espera un nuevo día.
Ven, canta, sueña cantando,
vive soñando el nuevo sol
en que los hombres volverán a ser hermanos.
Ven, canta, sueña cantando,
vive soñando el nuevo sol
en que los hombres volverán a ser hermanos.
Si en tu camino
solo existe la tristeza
y el llanto amargo
de la soledad completa,
ven, canta, sueña cantando,
vive soñando el nuevo sol
en que los hombres volverán a ser hermanos.
Si es que no encuentras
la alegría en esta Tierra,
búscala, hermano,
más allá de las estrellas.
Ven, canta, sueña cantando,
vive soñando el nuevo sol
en que los hombres volverán a ser hermanos.
Si es que no encuentras
la alegría en esta Tierra,
búscala, hermano,
más allá de las estrellas.

Compositores: van Beethoven, L., Parker Clarke, R.,
Ferraro Gutiérrez, O. N., Regueiro Rodríguez, A.
Solo para uso no comercial.

10 refranes o dichos referentes a la sana convivencia

Objetivo: Analizar refranes populares, para la importancia de la sana convivencia.

Descripción: A continuación, se presentan 10 refranes populares relacionados con la sana convivencia, para su lectura y análisis. El facilitador(a) asigna un refrán y/o dicho popular a grupos mixtos (4 o 5 personas), para que expliquen ampliamente en plenaria lo que entienden.

Concepto: La **alegría** es una construcción mental básica del razonamiento humano, es decir, una proyección mental que nos permite comprender, clasificar y comunicar nuestras experiencias. Según la perspectiva de muchas disciplinas, se debe entender como la unidad lógica mínima del conocimiento.

Refranes o dichos

Vive y deja vivir.

Al mal tiempo, buena cara.

Dime con quién andas
y te diré quién eres.

*Se olvida una
buena acción y
no un buen bofetón.*

El que siembra odio
cosecha tempestades.

Habla siempre
que debas y calla
siempre que puedas.

Mala y engañosa ciencia
es juzgar por la apariencia.

Fácil es reprender
la vida ajena para quien
no la tiene buena.

La obediencia y
la paciencia son
la mejor ciencia.

Haz el bien y no mires a quién.

Materiales: Hojas, fotocopia o cuaderno.

Tiempo: 1 lección.

ACTIVIDAD 6

Concepto de amistad

Objetivo: Determinar la importancia de la amistad, para valorar mi entorno social y familiar.

Descripción:

1. Se realiza una lectura individual del concepto de amistad.

Concepto: La **amistad** es una relación afectiva entre dos o más personas. Se trata de una de las relaciones interpersonales más comunes que la mayoría de nosotros experimenta en la vida. La amistad tiene presencia en distintas etapas de la vida y con diferentes grados de trascendencia. Es importante acotar que una verdadera amistad está basada principalmente no solo en la afectividad y empatía que establezcan dos o más personas, sino principalmente en el respeto mutuo que exista y permita desarrollar la confianza necesaria. La amistad es una mano extendida, una sonrisa que te anima, una mirada que te comprende, una lágrima que te une en el dolor, una palabra que te dice: **“Aquí estoy”**.

Una amistad es hermosa cuando no es dictada por la envidia, por la conveniencia o el deber, sino cuando tienes a alguien listo(a) para escucharte en cada situación difícil, y decirte con sinceridad las cosas como están. Una amistad es hermosa cuando te dice la verdad y no lo que deseas escuchar. Una amistad es hermosa si se fundamenta en la sinceridad. Muchas veces se dan falsas «amistades» cuya relación está basada en hipocresía o intereses materialistas y malsanos, que destruyen lo que podía haber sido una historia de amistad bonita y de mucho tiempo. Por eso es importante saber seleccionar nuestros amigos/as y/o amistades, pues nuestros cercanos de hoy pueden ser nuestros distantes del mañana.

2. Se escucha a nivel grupal la canción: *Lorenzo Antonio “El amigo es” - YouTube*.
3. Se procede a formar subgrupos mixtos (4 o 5 personas); se discute el concepto de **amistad** y la canción “El amigo es”.
4. En plenaria cada subgrupo presentan lo analizado en la lectura y la canción. Lo exponen con la técnica novedosa.

Materiales: Grabadora, computadora, celular, parlantes, fotocopia o cuaderno.

Tiempo: 2 lecciones.

ACTIVIDAD 7

Concepto de respeto

Objetivo: Determinar la importancia del respeto en la sociedad actual, como factor fundamental para la sana convivencia.

Descripción:

1. Se observa el video en grupo o individualmente: *"CONVIVENCIA: For the birds"- YouTube.*

Link: <https://youtu.be/u5651tdwyXo>

2. Análisis en plenaria la frase: **"Lo que le haga a mi prójimo de irrespeto, tarde o temprano la vida me lo devuelve"**.
3. Realizo de manera individual una historia, un cuento, una poesía o una canción, donde se aplique el concepto del respeto, en sana convivencia. Al finalizar, quienes deseen compartir su creación con los compañeros lo hacen.

Concepto: El respeto es un valor y una cualidad positiva que se refiere a la acción de respetar; es equivalente a tener veneración, aprecio y reconocimiento por una persona o cosa. La palabra proviene del latín respectus, que traduce como 'atención', 'consideración', y originalmente significaba 'mirar de nuevo'

4. Es importante que cada uno como individuo utilice, en su diario vivir, frases que propicien el respeto. En caso de no hacerlo muy a menudo, proponérselo: emplear "¡buenos días!", "¡buenas tardes!", "¡buenas noches!" las veces que sean necesarias, en señal de respeto hacia cada persona que me tope en mi camino, indiferentemente de si los conozco o no... De igual manera desearle "¡saluuud!" a quien estornude, y, ¿por qué no?, tener presente "con permiso", cuando deba pasar por enfrente de una persona bloqueándole la visión, o en medio de dos o más personas que están dialogando. No olvidar la cortesía y ceder el paso a otra persona antes que a mí. Debo pensar antes: **"Si lo que voy a hacer o decir va a afectar a terceras personas, mejor lo analizo dos veces antes de hacerlo o decirlo"**.

Materiales: Hojas, fotocopia o cuaderno.

Tiempo: 1 lección.

Concepto de empatía

Objetivo: Analizar el concepto de empatía, a través de la técnica “cadena de favores”, para la implementación de este tipo de acciones, con mis iguales.

Descripción:

1. Se realiza lectura individual del tema sobre **empatía**.
2. Se procede a formar subgrupos mixtos (4 o 5 personas); se nombra un relator por grupo y se procede a discutir el concepto y noticia sobre la empatía.
3. De manera individual cada estudiante planifica la técnica de **cadena de favores**.
4. Se realiza la cadena de favores a dos personas de mi comunidad estudiantil y/o comunidad local (no deben ser miembros de mi núcleo familiar). Se debe convencer a esas personas que recibieron mi apoyo y colaboración para que prosigan la cadena de favores con otras dos personas, y que estas otras, a su vez, ayuden a otras dos personas.
5. En plenaria cada estudiante presenta lo analizado en la lectura y expone su experiencia con la técnica de cadena de favores, de manera creativa e innovadora.

Concepto: La **empatía** es la capacidad que tiene una persona de percibir los pensamientos y las emociones de los demás, basada en el reconocimiento del otro como similar, es decir, como un individuo con mente propia. La empatía es vital para la vida social. Además, consiste en entender a una persona desde su punto de vista, en vez del propio, o en experimentar indirectamente los sentimientos y percepciones del otro. La empatía no implica en sí misma motivación de ser una ayuda; sin embargo, puede volverse una base para una reacción que podría resultar en solidaridad. La empatía está muy relacionada con la sinceridad de cada quien como individuo. Quien busca la bondad, la felicidad o la sinceridad consigo mismo entiende que cualquier ser humano también vive en búsqueda constante de lo mismo. Por ello, la empatía, que nos ayuda a ponernos en la situación de nuestros semejantes, también nos ayuda a entenderlos, apoyarlos y ayudarlos cuando es necesario, que es lo mismo que nosotros deseamos. **“La sinceridad sin empatía es simplemente crueldad”** (Ignacio Isusi). Desconfía de quien manifieste “Yo digo siempre lo que pienso”.

Materiales: Hojas, fotocopia o cuaderno.

Tiempo: 2 lecciones.

La verdad debe contemplar siempre la valoración de su posible impacto en el otro. Incluso es una magnífica opción callar si lo que vas a decir no mejora el silencio.

Un periodista denuncia "falta de empatía" de choferes que ignoraron a taxista accidentado

Leemos en las noticias:

«El taxista no murió solo, estuvimos con él en sus últimos minutos de vida», aseguró Josué Lara, quien trabaja en el Cuerpo de Bomberos. El periodista del Cuerpo de Bomberos, Josué Gerardo Lara, y su esposa fueron testigos de los últimos minutos de vida de un taxista que sufrió un accidente de tránsito, donde, aseguran, la «principal ausente fue la empatía». «Venía con mi esposa cuando vimos que se comenzó a generar presa con unos 30 vehículos; cuando logramos pasar, observamos que lo que estaba generando la presa era un accidente de tránsito. Había un taxi bastante destruido tras haber chocado contra un árbol. Nos bajamos para ver si podíamos ayudar en algo, pero, a nuestra sorpresa, vimos que dentro del carro había una persona prensada y estaba sola, es decir, habían pasado más de 30 vehículos al lado de este automóvil y nadie hizo por dónde buscar ayuda. Por Dios, ¿qué nos pasa como sociedad? ¿Cómo es posible que veamos un accidente y simplemente continuemos? ¿Cómo es esto posible?», aseveró Lara.

El accidente ocurrió minutos antes de la medianoche del miércoles, sobre la ruta 1, en el puente Alfredo González Flores, conocido como «La Platina», un kilómetro hacia Alajuela, sentido San José-Alajuela. «Nosotros dejamos el carro a 10 metros del incidente; el señor estaba todavía con vida. Murió, sí, pero no murió solo: nosotros estuvimos a su lado... Ahí lo chineamos hasta donde pudimos», contó el comunicador. La víctima, de unos 40 años, murió en el Hospital San Juan de Dios a causa de sus heridas.

Camión por poco los atropella: Dentro del mismo incidente, Josué explicó a Teletica.com cómo un camión no se percató de lo que estaba pasando y chocó contra el taxi; incluso por poco los atropella a ellos. «Habíamos pedido ayuda a través de la oficina de Emergencias del despacho de Bomberos y también Cruz Roja. Se acerca un gruelero muy impactado por la situación, pone las luces de la grúa y se parquea en el carril del centro, porque este taxi queda en el carril lento, y minutos después, cuando estábamos hablando con el señor, tratando de darle soporte y que él aguantara, viene un camión y, por razones que no entendemos los tres que estábamos ahí, chocó el taxi y se lo llevó. No juzgo a este camionero, pero juzgo que andamos tan descuidados en carretera. Vean, de verdad, seamos empáticos; si vemos un accidente, bajémonos; lo más que puede pasar es que nos digan que todo está bien.

Fabiola, mi esposa, estuvo a punto de que el camión la atropellara; de hecho, al gruelero sí lo golpeó. Y tras de eso, el del camión se bajó reclamando. ¿Cómo no observó todo lo que estaba ocurriendo?», añadió el periodista. Lara también subió un video en sus redes sociales exponiendo la situación, con la esperanza de generar conciencia partiendo de su vivencia para invitar a las personas a que tengan un poco más de empatía en carretera. «¿Qué pasa si este taxista queda ahí solo y pasan horas y nadie llegó a ayudarlo ni a llamar al 9-1-1? ¿Qué nos pasa como sociedad cuando vemos una persona herida, un baleado, un carro o una casa que se está quemando y sacamos el celular, pero no a pedir ayuda, sino a grabar la desgracia del otro? Falta de empatía, y mucha. No sé qué nos pasa como sociedad, si es que estamos más preocupados por grabar que por llamar a Emergencias y pedir ayuda. Empatía señores, no la perdamos como sociedad. No dejemos de ser el país pura vida», concluyó el periodista”.

Concepto de solidaridad

Objetivo: Implementar el concepto de solidaridad, con acciones positivas en la sociedad.

Descripción:

1. Se realiza una lectura general del concepto de solidaridad.

Concepto: La **solidaridad** se refiere al sentimiento y la actitud de unidad basada en metas o intereses comunes. Es un término que se refiere a ayudar sin recibir nada a cambio, con la aplicación de lo que se considera bueno. Asimismo, se refiere a los lazos sociales que unen a los miembros de una sociedad entre sí. Algunos sociólogos introdujeron definiciones específicas de este término; entre ellos, uno de los más famosos fue Émile Durkheim. La solidaridad es el sentimiento y el principio que nos permite ayudar a cualquier ser humano en cualquier momento, en especial en situaciones de desamparo, y creemos que recoge muchos de los valores humanos, como la bondad, el amor, la humildad o la empatía. Ayudar a que otros puedan educarse en valores es la mejor forma de construir un mundo mejor.

2. Se procede a formar subgrupos mixtos (4 o 5 personas); se analiza el concepto de solidaridad en el rescate de valores en nuestra sociedad: es, más que decir, un hacer.
3. De manera grupal se planifica la donación de víveres o patrocinio a una familia que la esté pasando mal por su situación socioeconómica. Se trabaja en coordinación con el profesor guía, la directiva de sección y el comité institucional de Bienestar Estudiantil, si fuese el caso.
4. En plenaria, cada subgrupo presenta lo analizado de la lectura y expone la experiencia, el aprendizaje y la enseñanza de lo realizado, para la satisfacción personal.

Materiales: Hojas, fotocopia o cuaderno.

Tiempo: 2 lecciones.

Concepto de tolerancia

Objetivo: Contrastar el concepto de tolerancia con violencia, para determinar la importancia para la sana convivencia y el bien común.

Descripción:

1. En subgrupos mixtos (4 o 5 personas) se realiza la lectura del concepto de tolerancia.

Concepto: **La tolerancia** se refiere a la capacidad de permitir y aceptar las ideas, preferencias, formas de pensamiento o comportamientos de las demás personas (la palabra proviene del latín *tolerantia*, que significa "cualidad de quien puede aceptar"). Es un concepto relacionado con la aceptación y con la consideración ante las acciones u opiniones de otras personas cuando estas son diferentes de las propias o se contraponen al marco personal de creencias.

La tolerancia se erige como un valor básico para convivir armónica y pacíficamente. No solo se trata de permitir lo que los demás digan o hagan, sino de reconocer y aceptar la individualidad y las diferencias de cada ser humano. Se considera que la tolerancia constituye la base de la buena convivencia entre personas de diferentes culturas, credos, etnias y modos de vida.

2. En subgrupos, anotar las características personales que posee alguien tolerante.
3. Traer periódicos desde la casa o del mismo centro educativo para, en la próxima sesión de trabajo, realizar un collage con noticias relacionadas con la poca tolerancia: femicidios, ajusticiamientos, pleitos callejeros entre choferes o en centros educativos. El propósito es contrastar el concepto de tolerancia con esas manifestaciones de violencia.
4. Cada subgrupo selecciona un expositor y en plenaria presenta el collage, enfatizando los aspectos que debemos fortalecer para que la tolerancia prevalezca en nuestra sociedad. Todos deben aportar ideas.

Materiales: Hojas, periódicos, goma, papelógrafos, fotocopia o cuaderno.

Tiempo: 2 lecciones.

ACTIVIDAD 11

Concepto de gratitud

Objetivo: Determinar aspectos claves de la gratitud, para la armonía entre los seres humanos.

Descripción:

1. Se observa el video: **GRATITUD pásala - YouTube.**

Link: https://youtu.be/vpP5y_fU_sk

Fuente: Fundación para una Vida Mejor.

2. Se analiza en forma individual lo visto en el video y se asocia con el concepto de la gratitud. Se hacen las anotaciones respectivas en el cuaderno u hoja.

Concepto: La **gratitud** es un sentimiento, emoción o actitud de reconocimiento de un beneficio que se ha recibido o recibirá. La experiencia de la gratitud ha sido históricamente un foco de varias religiones del mundo, y ha sido tratada de forma extensa por filósofos de la moral como Adam Smith. El estudio de la gratitud dentro de la psicología se ha centrado en la comprensión de la experiencia a corto plazo de la emoción de la gratitud (el estado de agradecimiento), las diferencias individuales en la frecuencia con que la gente agradece (los rasgos de gratitud), y la relación entre estos dos aspectos: el estado y los rasgos.

3. Realizo una retrospectiva de mi vida: ¿qué tan seguido como estilo de vida utilizo la gratitud con el prójimo?
4. En plenaria nos ubicamos en círculo, y se presentan las conclusiones por parte de los participantes.

Materiales: Hojas, fotocopia o cuaderno.

Tiempo: 2 lecciones.

Conceptos de resiliencia y esperanza

Objetivo: Determinar aspectos claves de la resiliencia y la esperanza, en la superación personal.

Descripción:

1. A través de la técnica del cineforo se analiza la película *"El Circo de las Mariposas"* – YouTube.
Link: <https://youtu.be/jZx6F9oZcUA>
2. **Trabajo previo:** Antes de organizar el cineforo, el facilitador(a) a nivel de aula hace un pequeño trabajo de documentación e investigación sobre la película (director y actores, detalles técnicos, historia de su rodaje, etc.) y sobre la temática que trata, para poder conducir luego de forma eficaz el debate en el aula. Se efectúa la lectura del resumen previo.
3. **Proyección:** Procure que los medios técnicos sean los adecuados para que la película se vea y se escuche con calidad suficiente. El espacio debe ser adecuado para la proyección.
4. **Duración:** *El Circo de las Mariposas* tiene una duración de 22:20 minutos. Hay tiempo suficiente para ver la película entera y organizar el debate en torno a escenas concretas, ya que es un cortometraje.
5. **Introducción:** Antes de presentar la película, el facilitador(a) debe hacer una breve descripción sobre los puntos en que quiere que los estudiantes enfoquen su atención.
6. **Debate:** Tras finalizar la película, dedique unos minutos a fomentar un debate haciendo preguntas concretas y dejando que los alumnos se expresen libremente y razonen con argumentos.

Materiales: Video beam, computadora, celular, parlantes, fotocopia o cuaderno.

Tiempo: 2 lecciones.

Referencias bibliográficas:

- Garrido Muñoz de Arenillas, M. R. (2018). *Introducción a la psicología comunitaria: El Circo de la Mariposa. Recorriendo los caminos de la mente: Narrativa y Psicología*, 119.
- Gordo, E. A. & Domínguez, C. P. (2013). *Filmoteca PYM: El Circo de la Mariposa. Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers*, (354).
- Grande-López, V. (2019). *El cortometraje como vehículo de comunicación para la inclusión social. Periférica Internacional*, (20).

Resumen previo para entender el video y cumplir con el objetivo de la actividad:

El Circo de las Mariposas es un cortometraje de cine independiente que nos enseña a ver la vida desde las posibilidades y no desde las carencias.

El filme, producido en el año 2009 en Estados Unidos, ha inspirado a muchísimas personas alrededor del mundo, gracias al poderoso mensaje de superación que transmite. Dirigido por Joshua Weigel y protagonizado por Eduardo Verástegui, Nick Vujicic y Doug Jones, El Circo de las Mariposas está inspirado en la década de 1930: un momento en el que los habitantes de Estados Unidos se encontraban sufriendo enormemente los estragos de la "Gran Depresión", por lo que muchos estaban sin trabajo y sin hogar. A pesar de este escenario, Méndez era un hombre carismático y dirigía el "Butterfly Circus" que, a diferencia de otros circos, producía un evento en el que todos los integrantes demostraban sus mejores capacidades.

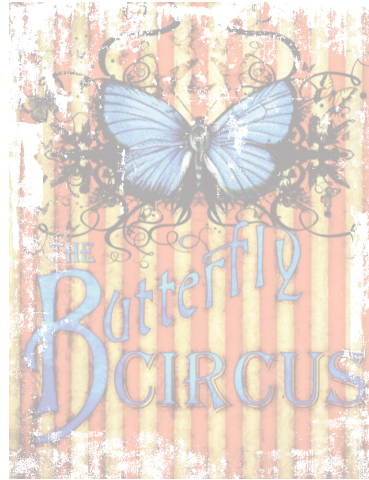
Esto contrastaba con otro circo que exhibía a "fenómenos", como "la mujer barbuda", "el hombre tatuado", y a Will, por no tener extremidades –quien, además, era descrito como "una burla de la naturaleza a quien Dios mismo le ha dado la espalda". En ese circo de fenómenos, Will solo recibía vejaciones, burlas e insultos. Por el contrario, en el Circo de las Mariposas todos los asistentes quedaban maravillados cuando veían a sus integrantes volar envueltos en telas y otros espectáculos de sublime belleza.

Cuando el Circo de las Mariposas se encuentra dando una gira por California, muchas veces ofrecen hasta funciones gratuitas, para regalarle momentos de alegría a la gente que se encuentra en el camino. Al saber de este circo, Will escapa del lugar horrible donde se encuentra y se las arregla para viajar escondido en medio del equipaje de los miembros del Circo de las Mariposas. A Will lo reciben con gran afecto en el Circo de las Mariposas, solo que le dejan claro que ellos nunca han tenido, ni desean tener, un acto de "fenómenos", sino que su propósito es mostrarle la belleza al mundo; por lo tanto, si el protagonista desea ser parte, debe encontrar su propio camino y descubrir en dónde o en qué reside toda su belleza y potencialidad.

Compartiendo con los compañeros de su nuevo hogar, Will se da cuenta de que todos han tenido una vida difícil, llena de obstáculos y problemas en su pasado.

La diferencia es que Méndez les dio una segunda oportunidad para crear belleza e identificarse con ella, viendo la vida de un modo más optimista.

Un día, de forma accidental, Will descubre que puede nadar, así que realiza un acto difícil y asombroso en el circo, con lo cual se gana muchos aplausos.



Desde entonces, se convierte en una inspiración para quienes se acercan a felicitarlo por su valentía, incluyendo a un niño que también carece de extremidades.

Will toda su vida se había enfocado en su "discapacidad" porque era lo que había escuchado: que eso era él, que su discapacidad lo

definía. La película resalta el poder que tienen las palabras para cambiar la vida de una persona, y la importancia de no creer en todo lo que el mundo pueda decir, sino confiar en sus propias potencialidades.

Cuando Will escuchaba a toda hora que él era un fenómeno, lo llegó a creer, pero entrar al Circo de las Mariposas le ofrece una oportunidad para volver a escribir el guión de su vida, con una mirada desprejuiciada y limpia, con alegría y desde sus capacidades. Una de las frases más emotivas que Méndez pronuncia es: "Mientras mayor es la lucha, más glorioso es el triunfo", indicando con ello que no siempre las cosas serán fáciles en la vida, pero mientras más se persevere, más se podrá disfrutar de la gloria una vez que obtengan los propósitos. Ni siquiera el propio Will, en el universo de la película, sabe de qué es capaz, puesto que se siente inútil y pide ayuda para realizar la mayoría de tareas; hasta que se da cuenta de que es más poderoso de lo que jamás imaginó.

No obstante, este desafío no solo lo enfrenta Will, pues en la película queda claro que otras personas han atravesado problemas realmente duros, como quedarse sin hogar, tener que ganarse la vida en la calle, con todo tipo de carencias, y afrontar las consecuencias de su conducta (como el caso del actor que deslumbra por su fuerza, entre otros). Detrás de cada una de estas historias de discriminación, dolor y soledad, hay un ejemplo de superación, ya que los personajes no se enfocan en sus imperfecciones, sino en tratar de ofrecer un espectáculo inolvidable y lleno de virtuosismo.

Finalmente, este maravilloso corto, de tan solo veinte minutos, puede llegar a ser transformador para la vida de quienes lo observen, además de ayudar a mejorar la autoestima, creer y ganar confianza en sí mismo y, sobre todo, aprender a respetar y a ser inclusivo, ya que todos los seres humanos esconden un mundo de potencialidades y capacidades.

Análisis de la "Patriótica Costarricense"

Objetivo: Determinar los valores de ayer, hoy y siempre, presentes en la "Patriótica Costarricense", que es como un segundo himno para los costarricenses, y nos identifica.

Descripción:

1. Se realiza una lectura general de la reseña y de la "Patriótica Costarricense".
2. Se escucha la "Patriótica Costarricense" - *YouTube* a nivel individual o grupal con el celular.
3. Junto con el facilitador(a) se completa el cuadro sinóptico presentado.
4. En plenaria se discute lo realizado en el cuadro sinóptico.

Reseña: La música de la "Patriótica Costarricense" es obra del compositor nacional Manuel María Gutiérrez Flores: el mismo autor de la música del Himno Nacional de Costa Rica. En cuanto a su letra, se basa en un poema del cubano Pedro Santacilia. La "Patriótica Costarricense" ocupa un sitio de privilegio en el acervo cultural costarricense, gracias a que rescata aspectos básicos como los valores morales, cívicos, espirituales y ambientales.

CUADRO SINÓPTICO			
Valores	¿Qué hacemos para preservarlos en la sociedad costarricense?	Si no los preservamos, ¿cómo afectaría en la sociedad costarricense?	¿Qué acciones remediales propondría usted para fortalecerlos en la sociedad costarricense?
Morales: 1. 2. 3.			
Ambientales 1. 2. 3.			
Convivencia familiar y social 1. 2. 3.			
Cívicos 1. 2. 3.			

Materiales: Grabadora, computadora, celular, parlantes, fotocopia o cuaderno.

Tiempo: 1 lección.

Patriótica Costarricense

Letra: Pedro Santacilia, 1852

Música: Manuel María Gutiérrez Flores, 1862

Costa Rica es mi patria querida,
vergel bello de aromas y flores
cuyo suelo de verdes colores
densos ramos de flores vertió.

A la sombra nací de tu palma,
tu sabana corrí siendo niño,
y, por eso, mi tierno cariño
cultivaste por siempre mejor.

Yo no envidio los goces de Europa,
la grandeza que en ella se encierra;
es mil veces más bella mi tierra
con su palma, su brisa y su sol.

La defiendo, la quiero, la adoro,
y por ella mi vida daría,
siempre libre ostentando alegría
de sus hijos será la ilusión.

Mi árbol genealógico y la sana convivencia

Objetivo: Reconocer características de la sociedad de antes y de ahora, resaltando la sana convivencia social.

Descripción:

1. Se retoman algunos conceptos básicos relacionados a la sana convivencia.
2. Se le solicita al estudiante que entreviste a sus familiares más cercanos: **“¿Cómo era la convivencia de la sociedad antaño? ¿Cómo vivían en sociedad?...”**. Es suficiente remontarse a dos o tres generaciones atrás (bisabuelo(a), abuelo(a) y padre/madre). También se puede preguntar a otros familiares mayores de edad.
3. Realice un video de 5 minutos que contenga lo más importante de la entrevista; para grabarlo, utilice su celular en modo horizontal. Elabore su guion con las preguntas. Puede vestirse como un presentador(a) reconocido(a) de la TV, y alguien de su familia puede cumplir la función de camarógrafo(a). También es útil tomar notas y hacer un informe, para presentárselo a la clase.
4. Posterior a las entrevistas, otras alternativas de presentación de resultados (en caso de no filmar video) pueden ser dibujos, collages, una redacción pequeña, una exposición, etc.
5. Hacemos una puesta en común, sobre la evolución de sana convivencia social.
6. Reflexionamos acerca de cómo han cambiado las condiciones de vida a lo largo de las generaciones. Establecemos comparaciones.

CUADRO COMPARATIVO	
Época	¿Cómo era la convivencia de la sociedad de antes?
Bisabuelos(as)	
Abuelos(as)	
Padre/madre o familiar cercano(a)	

Materiales: Hojas, cartulinas, pinturas y rotuladores.

Tiempo: 2 lecciones.

Monólogo: Costumbres y tradiciones de los abuelos

A continuación, se le presenta una reflexión:

Cuando estaba pequeño, los abuelos me contaron cómo Guanacaste era una provincia de una riqueza cultural incalculable, con sus costumbres y tradiciones. Y lo ilustraron con estas bombas:

**"Soy puro guanacasteco
y yo soy como el venao:
me resbalo en lo seco
y me paro en lo mojado.
¡Uyuyuy, bajura!"**

**"Hey, víbora viborana,
chiquita, pero galana,
no se me quitan las ganas
ni tampoco la ponzoña:
soy como la hierbabuena,
que en todo tiempo retoña.
¡Uyuyuy, bajura!"**

Aparte de las bombas, también me cantaban por las noches bellas tonadas propias de nuestro pueblo, que me ayudaban a conciliar el sueño:

**"Caña dulce pa' moler,
cuando tenga mi casita,
oh, qué suerte tan bonita,
oh, qué suerte tan bonita,
que pa' mí tendrá que ser".**

Mientras las abuelas doña Mema y doña Anita me cantaban, mis abuelos se tiraban unos cañazos de chirrite o vino de coyol, y del alma les salía esta tonada, que nunca se me olvidará:

**"Mi espíritu nunca muere
porque ha nacido junto a un corral,
babeado por los terneros
y al calor de mi buena mamá.
Mi empeño son los caballos,
las vacas todas y mi mujer,
mi rancho, los chacalines
y esta pampa, que no olvidaré..."**

Claro está que a las abuelas no les hacían mucha gracia las parranderas de los abuelos, que se ponían medio chanchos... No les hacían muy buena cara; pero de igual manera ellas bailaban con ellos el "peseteado", al calor de las marimbas, las tardes de domingo en el palenque del pueblo. Esto cuando así lo ameritaba (y siempre lo ameritaba, por supuesto: lo bailarines nadie se lo quitaba). En el palenque que estaba por la iglesia hasta sacaban polvo, en el centro de la pista.

Una vez era tanto el jolgorio, que la abuelita se cayó de la sala y hasta la cocina fue a dar, y se quebró un brazo... ¡Qué tiempos aquellos!

Recuerdo cuando a la orilla de las pulperías-cantinas, ejemplo la de don Cubero, la de don Lía Herrera o la de don Chalo Méndez, en los árboles de almendros, higueros y mangos siempre se encontraban los caballos amarrados. Estos engalanaban el paisaje, y eran el medio de transporte por excelencia de aquel tiempo...

De vez en cuando también pasaba una carreta con sus bueyes jalando caña pa'l trapiche, entre los cuales teníamos el de don Beto González (al norte), el de don Samuel Retana (al sur) y el de don Amadeo Salazar al norte-este. De "chacalines" nos guindábamos de las carretas y nos íbamos de paseo al trapiche; ahí podíamos comer sobado o dulce, y beber juguito de caña... Hasta una botellita se traía uno para la casa. Y a la vuelta tomábamos un atajo que nos llevaba a la poza, para un buen chapuzón, que para el calor había que aprovechar.

Y ¿cómo olvidar las misas de mi pueblo, con el padre Luis Vara Carro? Se asistía con devoción a dar gracias a Dios, por los cultivos, por el trabajo, por la salud y la vida en general. Aquellas señoras bien elegantes, con su velo en la cabeza, su devoción y ese comportamiento intachable, eran las monjas del pueblo; encendían las velitas que estaban en la esquina de las columnas de la iglesia, y pasaban hincadas toda la misa, en sagrada oración y fe... Por dicha, hoy en día la gente de mi pueblo sigue siendo fiel y devota, indistintamente de su religión; eso ha permitido que nuestro pueblo sea próspero, futurista y con valores, gracias a Dios: con cero tasa de homicidios, digno de admiración.

"El futuro trae compromisos, y es muy incierto", decían mis abuelas. Y agregaban: "Lo viejito a veces es mejor. No debemos abandonar nuestros valores, costumbres y tradiciones, porque nos lleva quien nos trajo, nos lleva la trampa".

Les comento algunas leyendas de antaño que pueden aplicarse a los malportados, según nuestros antepasados:

- Al hijo malo con sus padres le sale el Cadejo... A cadenazos se lo lleva.
 - Al esposo malvado y callejero le salen la Cegua y el Mico Malo... ¿Serán ciertas estas historias?
 - Quien camine por las calles solo a altas horas de la noche se expone a que le aparezca la carreta sin bueyes... o el padre sin cabeza...
 - Si alguien anda camaroneando de noche, y se queda sin la luz de carbura, lo puede asustar la Llorona: "¡¿Dónde está mi hijoooooo?!". ¿Se imaginan que a la orilla del río le salgan con eso? Y póngale a correr, papá.
- Da miedillo, ¿verdad? ¿Ustedes saben cómo se le puede poner el espinazo y la piel chinita, si le sale cierto esto? Ni quiera Dios, y la Virgen santísima me proteja, de pasar por eso.

Todas estas historias de nuestros abuelos las hemos olvidado. Ellos nos las contaron para que no se perdieran y se trasladen de generación en generación... Valoremos nuestras costumbres y tradiciones, símbolos y emblemas de nuestro pueblo, porque un pueblo que no sabe de dónde viene nunca sabrá para dónde va.

Dios bendiga a Costa Rica.

M.Sc. Braulio Alberto Miranda Méndez
Director CTP Hojanca

El rescate de la tertulia familiar

Objetivo: Implementar las tertulias como un estilo de vida familiar en la zona azul.

Descripción:

1. Se realiza individualmente la lectura del concepto de tertulia.
2. Se les solicita a los participantes llevar a cabo el reto: implementar las tertulias familiares durante un mes, todos los domingos por las tardes, para favorecer la convivencia. Como recomendación, se debe dejar de lado la tecnología durante la tertulia. Si en su hogar ya acostumbran realizar la tertulia, el reto es solo sistematizar todos los aspectos positivos de su realización para las familias.
3. Durante un mes calendario se toma nota de la experiencia, para compartir con la clase los resultados de su implementación y de cómo sistematizó los aspectos positivos.
4. En plenaria, cada participante presenta lo analizado en la lectura y expone los aspectos positivos de la experiencia, así como los aprendizajes obtenidos de la tertulia familiar.

Concepto: La **tertulia** es la reunión de personas que se congregan regularmente en un lugar para conversar, debatir y/o compartir sobre determinados temas.

Las tertulias suelen ser reuniones informales que se mantienen con cierta periodicidad para comentar, discutir u opinar sobre temas de actualidad o interés de cualquier ámbito: literario, artístico, filosófico, científico, político e, incluso, deportivo o personal.

En las tertulias los participantes (también conocidos como “contertulios” o “tertulianos”) son por lo general intelectuales, artistas, científicos y, en general, personas influyentes en sus correspondientes áreas, ya que el objetivo de las tertulias no es solo conversar, sino también informarse, compartir conocimiento sobre determinados temas.

De hecho, los tertulianos participan más o menos dependiendo de su conocimiento sobre el tema. A veces, incluso, pueden limitarse a escuchar y seguir la conversación.

Por lo general, las tertulias se llevan a cabo en lugares públicos, como restaurantes, cafés, parques, o bien en la casa de familiares o amigos más cercanos.

En el caso de las familias, sería espléndido recuperar esta linda costumbre para compartir con nuestro padre, madre, hermanos(as), sobrinos(as), primos(as), nietos(as) e hijos(as) las experiencias y situaciones vividas durante una semana ardua de trabajo, a la vez que compartimos un almuerzo y/o cafecito. Esto es lo que hace que la familia se una y fomente los valores familiares de generación en generación. Es muy importante dejar de lado el celular, para no afectar el interés y la atención en el diálogo, y por respeto.

Por otra parte, las **zonas azules** son las cinco regiones del mundo en las que se sabe que los habitantes gozan de una vida larga y saludable. Estas zonas son Okinawa (Japón), Cerdeña (Italia), la **península de Nicoya (Costa Rica)**, Ikaria (Grecia) y Loma Linda (California). Aquí, los alimentos que la gente ingiere no son solo parte de una dieta: alimentarse es una forma de vida.

En las zonas azules la familia es lo primero: la mayoría de los residentes longevos anteponen la familia. El vínculo familiar se mantiene fuerte durante toda la vida; las familias a menudo se visitan y se apoyan entre sí. En Okinawa, por ejemplo, adoran a sus antepasados, y algunas lápidas incluso están equipadas con una mesa de pícnic, como una forma de seguir celebrando las comidas dominicales con sus seres queridos que ya fallecieron. Asimismo, en las zonas azules es normal que varias generaciones vivan en la misma casa. Las generaciones más jóvenes aceptan a los mayores en sus hogares para retribuirles el amor y el cuidado que recibieron cuando eran niños. Los estudios han demostrado que las personas mayores que viven con sus hijos son menos propensas a padecer diversas enfermedades, comen más saludablemente, sufren menos estrés y muchas menos lesiones. El apoyo psicológico de la familia, especialmente en tiempos difíciles (como puede ser una enfermedad, u otros problemas) es invaluable.

Recomendación: Pase más tiempo con sus seres queridos. Devuélvalos a las generaciones mayores el amor, atención y comprensión que recibió y que probablemente aún reciba.

Materiales: Hojas, fotocopia o cuaderno.

Tiempo: 1 lección.

Referencias bibliográficas:

<https://es.wikipedia.org/wiki/Wikipedia/conceptos>

"Tertulia". En: *Significados.com*. <https://www.significados.com/tertulia/> Consultado: 24 de julio de 2022.

Artículo *Estilo de vida en zonas azules*: <https://healthandtraining.org/es/estilo-de-vida-en-zonas-azules-2/>

Generación única y más comprensiva

Descripción: A continuación, se presenta una reflexión: **“Generación única y más comprensiva”**, con el objetivo de realizar la lectura y plenaria en el aula:

Reflexión

En una reunión familiar un joven les preguntó a sus padres, tíos, y abuelos:

–¿Cómo hacían ustedes para vivir antes sin tecnología (internet, computadoras, celulares, drones, PlayStation, Xbox...), sin compras en línea, sin bitcoins, sin Facebook, sin Twitter, sin Instagram, sin YouTube, sin WhatsApp, sin Spotify, sin nada de esto... sin nada de aquello...?

Entonces el abuelo tomó la palabra y le respondió:

– Pues mira, querido nieto: igual que tu generación vive hoy...

- Sin oraciones
- Sin compasión
- Sin vergüenza
- Sin respeto
- Sin carácter
- Sin amor propio
- Sin honra
- Sin identidad... cuando muchos no saben de dónde vienen ni para dónde van.

Nosotros, las personas nacidas entre los años 1930 y 1980, somos los bendecidos, y nuestra vida es una gran prueba viviente: Después de la escuela, hacíamos nuestros deberes y luego salíamos a la calle a jugar. Jugábamos con amigos reales, no “amigos” de internet que ni siquiera conozco en la realidad. Con nuestros amigos de verdad compartíamos tiempo de calidad. Solíamos crear nuestros propios juguetes y jugar con ellos, compartiéndolos con nuestros vecinos. Nuestros padres no eran ricos. Ellos nos dieron todo su amor, no regalos materiales. Los familiares vivían cerca para disfrutar el tiempo en familia. Es posible que hayamos estado en fotos en blanco y negro, pero puedes encontrar recuerdos muy coloridos en esas fotos.

Somos una generación única y más comprensiva, porque somos la última generación que escuchó a sus padres... y también la primera que tuvo que escuchar a sus hijos.

Tiempo: 1 lección.

La tecnología y redes sociales

Objetivo: Analizar el impacto de la tecnología, y su incidencia en la convivencia social.

Descripción:

1. Analizar el video: *"El mal uso de la tecnología"* – YouTube.

Link: <https://youtu.be/lyOoHtyyI0U>

2. Se conforman dos grupos: **los defensores** vs. **los opositores** de la tecnología y las redes sociales. Ambos grupos argumentan aspectos teóricos y prácticos del impacto de la tecnología y las redes sociales en las personas, cómo inciden en la convivencia social.
3. **Técnica foro:** Consiste en la discusión y análisis regulada por un moderador. Surge a través del planteamiento de un problema, de la proyección de un filme o video, etc. En esta, existe una serie de integrantes que juegan un papel de gran importancia, entre ellos:
 - a. **El coordinador:** Este es el encargado de la buena marcha del foro; entre sus funciones:
 - Dirige la participación de los expositores.
 - Determina el tiempo disponible para cada uno.
 - Señala el orden de las intervenciones y da el derecho de palabra.
 - Anima y trata de que se mantenga el interés sobre el tema.
 - Presenta, al final, un resumen de lo expuesto, las conclusiones y los puntos coincidentes o discordantes.
 - No emite su opinión sobre el tema, mientras se desarrolla el foro.
 - b. **Los ponentes o expositores:** Son todas aquellas personas que se preparan para discutir el tema, y tratan de que su exposición transcurra en forma sencilla y ordenada. Deben seguir las normas del coordinador, tales como evitar las referencias personales.
 - c. **El secretario(a):** Este tiene entre sus funciones:
 - Mantener el orden y la disciplina durante el foro.
 - Toma nota sobre lo tratado y de puntos resaltantes.
 - Si el grupo es pequeño, el secretario no es indispensable.
4. Cierre de la actividad por parte del facilitador, quien unifica los distintos conceptos.

Tiempo: 3 lecciones.

La mujer, pilar fundamental de la sociedad

A continuación, se presenta una reflexión: **“La mujer, pilar fundamental de la sociedad”**. Se realizan la lectura y plenaria en el aula, con miras a analizar lo que cada uno ha entendido:

No hay duda que el papel que ha jugado, juega y jugará la mujer en la sociedad es de vital importancia para el desarrollo económico, social y político. No la veamos únicamente circunscrita a las labores del hogar y la crianza de los hijos, sino como una mujer profesional. Su crecimiento se ha visto frenado por una sociedad patriarcal; este adjetivo proviene de las palabras griegas que significan ‘padre’ y ‘gobierno’ o ‘mando’. Se denomina “patriarcado” a toda estructura en la que la autoridad se reserva exclusivamente al hombre, a un jefe varón.

En una estructura social patriarcal, la mujer no asume liderazgo político, ni autoridad moral, ni privilegio social ni control sobre la propiedad. En la filosofía patriarcal existe un tipo de violencia que discrimina a la mujer y a las minorías. A lo largo de la historia, el machismo se ha reflejado en diversos aspectos de la vida social, a veces de forma directa y, en otras ocasiones, de manera sutil. Durante muchos años se negó el derecho a voto de la mujer, por ejemplo. En algunos países de Oriente Medio, por otra parte, todavía se castiga el adulterio de la mujer con la pena de muerte, cuando a los hombres no les corresponde la misma pena y poseen hasta siete mujeres al mismo tiempo.

La sumisión de la mujer a su marido aún suele ser vista como un valor positivo en esta sociedad. Hay quienes sostienen que una mujer alcanza su plenitud cuando se casa y se convierte en ama de casa, para atender a su esposo y a sus hijos. Otro reflejo del machismo instaurado en la sociedad aparece en frases como “María es la mujer de Facundo”, en tanto que la oración inversa no es usual (“Facundo es el hombre de María”). La mujer en la sociedad aún es vista como una propiedad del hombre, como un objeto sexual; prueba de ello son los múltiples comerciales donde se resalta sexualmente el cuerpo de la mujer. Las publicaciones sexistas (con mujeres escasas de vestimenta, para incentivar la venta de productos) son una de las mayores muestras del machismo.

Consecuencias visibles de las disparidades entre la mujer y el hombre:

- Acceso limitado de la mujer en los recursos de producción y a los servicios sociales, agrícolas y comerciales.
- El desempleo, el subempleo y la desigualdad.
- Escogencia en entrevistas de trabajo del currículo del hombre, a pesar de que haya candidatas mujeres mucho mejor preparadas.
- Pago desigual cumpliendo las mismas funciones. La remuneración que percibe la mujer con respecto al hombre en los puestos de trabajo tiende a variar por el hecho de ser mujer.
- Exclusión o limitada participación de la mujer en los procesos de toma de decisiones y formulación de políticas; en particular, en lo relativo al incremento de la productividad y al manejo de los recursos naturales.
- La legislación desfavorable o discriminatoria con estereotipos muy marcados.

Ante estas realidades, se les solicita a las chicas que estudien para llegar a ser profesionales; es la única forma de movilidad social: no depender de nadie, más que de ustedes mismas. Cada día más mujeres son grandes profesionales en nuestra sociedad actual, cumplen labores de trascendencia, y las invitan a que usted sea una de ellas. “La mujer, pilar fundamental de la sociedad”.

M.Sc. Braulio Alberto Miranda Méndez
Director CTP Hojanca

ACTIVIDAD 20

Frases positivas

Objetivo: Implementar frases positivas, con acciones asertivas para mis iguales.

Descripción:

1. Se presentan a continuación frases referentes a la sana convivencia, especiales para implementar acciones asertivas entre compañeros/as.
2. Se conforman parejas de trabajo y se le asigna una frase a cada una.
3. Explican de manera creativa la frase asignada (el significado y los elementos que contextualizan la frase, con hechos de su propia vida, para consolidar una acción).

Frases positivas

Has sido valiente en hacerlo, te felicito. Eres una historia de vida.

Si necesitas algo más, solo pídelo, con gusto estoy para servirte.

Estoy muy orgulloso de ti, has dado tu mejor esfuerzo. Queda demostrado que puedes llegar donde te lo propongas.

Sabes que te aprecio mucho, eres lo mejor en mi vida.

Puedes llegar donde tú quieras; todo está en el empeño y esfuerzo que pongas.

Creo en ti, sé que eres bueno(a), solo trata de que no vuelva a suceder. Todos merecemos otra oportunidad.

Sé que lo has hecho sin querer, fue algo circunstancial; lo entiendo. Te disculpo.

Creo en lo que dices, te has ganado mi confianza. Eres un gran ser humano.

Veo que cada día eres mejor, te esfuerzas y el esfuerzo da frutos. Querer es poder.

Gracias.

Bendiciones para ti y tu familia. Que Dios los llene de mucha salud y larga vida.

Nota: Pueden crear su propia frase positiva para sana convivencia, si así lo desea.

Materiales: Hojas, fotocopia o cuaderno.

Tiempo: 1 lección.

Mi sombrero o bolsa mágica

Objetivo: Reconocer algunos valores, para reafirmar conceptos para la sana convivencia.

Descripción:

1. Consiste en tener una serie de tarjetas con valores dentro de un sombrero o bolsa.
2. El profesor(a) las irá sacando del sombrero o bolsa al azar y las mostrará. Los estudiantes las leerán en silencio, las transcribirán en su cuaderno u hoja y definirán cada una de acuerdo a sus conocimientos previos o lo visto en este módulo.
3. Los estudiantes asocian los conceptos con situaciones de la vida real.
4. En plenaria los estudiantes dan las definiciones y asociaciones realizadas, de acuerdo a los valores mostrados.



Materiales: Tarjetas, hojas bond, un sombrero o bolsa decorada.

Tiempo: 1 lección.

ACTIVIDAD 22

Dictado cortado

Objetivo: Propiciar la adecuada lectoescritura, con la redacción de historias que favorecen los valores en la sociedad.

Descripción:

1. El facilitador(a) comienza dictando un escenario o situación que involucra un valor de los desarrollados en estas sesiones de trabajo, pero deja en suspenso la idea, como “interrumpida” con puntos suspensivos, para que los estudiantes puedan completar a su gusto la redacción, empleando su imaginación. Por ejemplo:

“Resulta que le presté €600.000 a don Pancho, porque me dijo que los necesitaba de manera urgente. Cuando él me los devolvió, se confundió y creyó que yo le había prestado €800.000; y ese fue el monto que me depositó en mi cuenta. Cuando revisé el voucher del depósito me di cuenta de su error; **entonces yo...**”.

“Estando en mi casa, acomodando en la alacena los comestibles del diario recién comprado, en ese momento pasa una familia pidiendo colaboración. En su casa no tienen nada que comer, ya que por la pandemia perdieron su empleo, y son 4 niños pequeños a los cuales tienen que alimentar. **En eso, mi familia y yo...**”.

“Estando en el colegio, un compañero llamado Irwing me ofendió con apodos (sobrenombres). **Mi respuesta fue actuar de la siguiente manera...**”.

2. En plenaria los estudiantes realizan la lectura de los finales de relato que redactaron considerando los valores desarrollados en las sesiones anteriores.
3. Se puede otorgar un premio al final más emocionante, fascinante, conmovedor y al más original. Se puede considerar de manera articulada al Departamento de Español para la revisión y calificación de la calidad de las redacciones, al igual que la asignación del premio.

Materiales: Hojas, fotocopia o cuaderno.

Tiempo: 2 lecciones.

La confianza y el vendedor de humo

Objetivo: Determinar la importancia de conocer a las personas, como factor fundamental para brindarles nuestra confianza.

Descripción:

1. Se lee la siguiente reflexión:

“Nuestros sentimientos, si son auténticos, no son buenos ni malos: son solo sentimientos y hay que aceptarlos, porque son nuestras sensaciones y emociones... No todas las personas tienen malos sentimientos, pero tampoco todas albergan buenos sentimientos. Las apariencias engañan”.

2. Se analiza este párrafo de manera individual o en subgrupos, y luego se realiza una plenaria.

Concepto de confianza: Es la creencia, esperanza y fe persistente que alguien deposita en otra persona, entidad o grupo, con el convencimiento de que será idóneo para actuar de forma apropiada en una situación o circunstancia determinada. La confianza se ve más o menos reforzada en función de las acciones dadas o recibidas.

3. Se observa el video: *“El vendedor de humo”- YouTube.*

Link: <https://youtu.be/dwWqMgddes4>

4. Análisis del video “El vendedor de humo” y enseñanza que nos deja. Asociarlo con el concepto de confianza.

5. Se celebra una plenaria.

Materiales: Hojas, lápiz, lapicero, borrador, maquinilla, papelógrafo, computadora y video beam.

Tiempo: 2 lecciones.

Fortaleciendo los juegos tradicionales

Objetivo: Fortalecer los juegos tradicionales en los jóvenes, que les proveen una mejor y mayor socialización.

Descripción:

A continuación, se describe una serie de juegos tradicionales con el fin de que los desarrollen en su barrio, con familiares y amigos. Una vez que los han practicado, en plenaria se expone lo aprendido:

Juego de "quedó"

Consiste en que, primeramente, se elige a una persona que es la que se encarga de perseguir a los demás; cuando ese jugador toca a alguien, esa otra persona "la lleva" y ahora pasa a ser esta quien se dedica a perseguir a los demás. Así es como se va transfiriendo quién "la lleva".

"Quedó congelado"

Es una variante del juego anterior. Cada vez que el jugador que persigue a los demás a toca a alguien, esas otras personas quedan "congeladas", esto es, inmóviles. Quien se mueva pierde. Únicamente pueden recuperar la movilidad cuando otro participante, designado para "descongelar", viene a su rescate y los toca. De esa manera se reinicia el juego; el rol del perseguidor es rotativo.



"Gallinita ciega"

Este juego se desarrolla en un espacio cerrado, pero de preferencia amplio. Se elige a una persona para que sea la "gallinita". Se le vendan los ojos con un pañuelo, y se le dan tres vueltas para desorientarlo aún más. La gallinita debe ir palpando cuidadosamente hasta dar con el lugar donde otra persona permanece oculta, quieta y en silencio. Deben saber ocultarse de la manera más inteligente en la habitación, ya que el primero que la gallinita detecte es quien pasa a ser la próxima gallinita.

Las escondidas

Es un juego de multijugador sobre la búsqueda de jugadores que no quieren ser encontrados. El jugador designado cuenta hasta 50, 80 o 100, con el rostro colocado contra un árbol o pared, para dar tiempo a que los restantes jugadores elijan el mejor sitio para esconderse. Una vez que acaba de contar, procede a ir a buscarlos en los posibles escondites y, cuando encuentra alguno, se devuelve al mismo árbol o pared donde inició y desde ahí revela en voz alta la ubicación del primer descubierto, "Uno, dos, tres para Carlos cerca de la pila", por ejemplo. Los que corran hacia el árbol o pared y reciten "Uno, dos, tres para mí" quedan salvados. El primero que se encuentra en el juego es oficialmente quien tendrá que contar y buscar en la siguiente ronda del juego.

Saltar la cuerda

Es una actividad que consiste en que, por turnos, cada participante debe saltar una cuerda horizontal que otros dos participantes tiene sostenida en sus extremos, y la mueven en círculos. El ganador o la ganadora será quien logre realizar más saltos limpios, es decir, saltar por más tiempo SIN tropezarse con la cuerda en movimiento ni hacer ningún contacto con ella. Aparte de ser una actividad lúdica, para divertirse, favorece el ejercicio y la motora gruesa.



Bolinchas

Se juega sobre una superficie plana y provista de hoyos (como un planché o acera del barrio) o en donde se puedan marcar hoyos (por ejemplo, suelo blando). Con tiza o algún otro material apto se trazan dos rayas a una distancia importante la una de la otra: la primera es el límite que no deben sobrepasar los participantes, y la situada más adelante es hacia donde deben dirigir una de sus bolinchas (pequeñas esferas de vidrio), que se vaya rodando hasta tocar la "meta". Quien quede más cerca de la raya de meta será el primero en su turno en el juego; así también se determina quién será el segundo, el tercero, y sucesivamente los demás jugadores.

Ya decidido el orden de los jugadores, se trata de impulsar las bolinchas y que recorran el trayecto hasta introducirse en uno, dos o tres hoyos, ida y vuelta. La ciencia del juego es, con tu bolincha, golpear la bolincha del oponente para alejarla lo más posible de los hoyos, y evitar que el contrincante haga su ida y vuelta. Quien complete la ronda de primero, puede seguir y "quemar" figurativamente las bolinchas a los demás jugadores; con ello los saca del juego. El participante que "sobreviva" hasta el final será el ganador.

Este juego se puede realizar "de verdad" o "de mentirillas". Si es la modalidad "de verdad", uno se va apropiando de las bolinchas que les "quema" a los contrincantes; si es "de mentirillas", solo se juega por diversión, para disfrutar y afinar las destrezas, pero sin perder las bolichas.

También hay variantes del juego haciendo un círculo y tratando de sacar de allí a las demás bolinchas para quedarse con ellas; o jugar "el corrido" con las bolinchas, que es perseguir uno a otro en un terreno amplio, para pegar una bolincha a otra a larga distancia (para esta variante del juego hay que tener buen pulso). Los jugadores al inicio deben definir si es válido "hacer cuarta" o no para avanzar un poquito en el juego y ganar distancia de un hoyo a otro, o para pegar una bolincha a otra.

Trompo

Este juego, como su nombre lo indica, requiere que cada participante tenga un trompo y su respectiva manila (es una cuerda fina o hilo grueso). El trompo es un pequeño juguete de forma cónica, hecho de madera o plástico, con una punta de hierro, y al cual se le enrolla la manila, para lanzarlo y hacerlo "bailar" (girar).



El juego requiere demarcar un círculo en el suelo de dos o tres metros de diámetro. Para iniciar, se trazan dos rayas a una distancia importante la una de la otra: la primera es el límite que no deben sobrepasar los participantes, y la situada más adelante es hacia donde deben tirar una moneda; quien quede más lejos de la raya de meta es quien debe dejar su trompo en el centro del círculo. Los demás jugadores, por turnos, harán pulso para desplazarlo de ahí utilizando su propio trompo.

Cada jugador tira un "volado" con su trompo sobre el centro del círculo, a la vez que con la manila procura llevárselo hacia fuera del mismo. Si con uno de esos golpes consigue sacar el trompo del centro del círculo, ya ha ganado, y puede hacerle un "seco" al otro trompo en la chócola, con la punta afilada de su trompo. En caso contrario, si su trompo queda adentro del círculo, tiene que dejarlo ahí como "conejiillo de Indias", para que los otros jugadores intenten sacarlo.

Los jugadores deciden cuándo concluir el juego, una vez que saquen los trompos del círculo y ninguno quede adentro. Si desean continuar el juego, vuelven a iniciar todo el ciclo: trazan la raya, arrojan las monedas y quien quede más lejos de la raya es el próximo en colocar su trompo en el centro del círculo.

Cuarta

Consiste en que cada participante lanza, hacia una pared, una moneda de ¢50, ¢100 o ¢500. Si al caer queda a una cuarta de distancia de la del contrincante, se hace acreedor a ganarse esa moneda contraria; así en lo sucesivo el juego continúa hasta que los participantes deseen... o hasta que se les agoten los fondos.

Raya

Consiste en trazar dos rayas en el piso a una distancia importante la una de la otra: la primera es el límite que no deben sobrepasar los participantes, y la situada más adelante es hacia donde para tirar una moneda de ¢50, ¢100 o ¢500. El que logre acertar más cerca de la raya se gana las monedas de los contrincantes.

Carrera de sacos

Este juego es sencillo e ideal para competir. Los participantes introducen las piernas en un saco, y de esa forma tratan de llegar a la línea de meta antes que los demás concursantes. Solo se necesita un saco para cada competidor, y tener habilidad, velocidad y equilibrio.

Carrera de zancos

Los zancos se pueden confeccionar con reglas y un taco de madera en la base de cada una. Posados sobre zancos, el objetivo es llegar a la línea de meta antes que los demás concursantes, sin caerse (quien se cae queda descalificado).



Yacses

Los yacses (o jackses) son unas piezas de metal o plástico, que se esparcen en el piso de forma que queden al alcance del participante; una bolita de hule se lanza por el aire a una altura adecuada, para que rebote. Cuando da el primer rebote, la tomo con la misma mano con que la lancé (debo agarrarla antes de que caiga por segunda vez al suelo), y al mismo tiempo, con la otra mano, recojo el número de yacses que me corresponda tomar, según el nivel de dificultad en el que esté: de 1 en 1, de 2 en 2, de 3 en 3, de 4 en 4, de 5 en 5, etc.

Hay muchas técnicas para jugar o formas de tomar los yacses con la mano y, dependiendo de eso, se va elevando el nivel de dificultad del juego, porque hay formas más difíciles de agarrar los yacses que otras. El que no logre agarrarlos acorde a las instrucciones, va quedando eliminado de la primera ronda, o de la segunda, tercera, etc. respectivamente. Quien consiga avanzar hasta el máximo nivel del juego es el ganador(a).

En plenaria se analiza lo aprendido a partir de los juegos. Se debe retomar el tema en futuras sesiones, procurando abarcar la mayoría de actividades ya realizadas.

Fomentando la lectoescritura sobre los valores

Objetivo: Fomentar la lectoescritura sobre valores, para la nivelación a nivel de aula.

Descripción:

1. Una vez a la semana, en la primera lección de un día específico, todos los docentes y estudiantes del centro educativo realizan la lectura al unísono de un texto corto sobre valores.
2. Pueden llevarse recortes de periódicos o revistas, o textos de este libro, para la adecuada lectoescritura en los estudiantes.
3. Se realiza la lectura por 15 minutos.
4. Cada uno anota en el cuaderno lo que comprende, las ideas centrales que identifica.
5. Se hace la interpretación de lo leído, por un lapso de 5 minutos.

La actividad de fomentar la lectoescritura en los estudiantes es una parte estratégica del proceso de enseñanza y aprendizaje, y debe visualizarse como tal en el planeamiento didáctico de todos los docentes. Las lecturas deben ser contextualizadas, de acuerdo con las características y necesidades del grupo.

Beneficios de la lectoescritura:

- Leer diariamente y en voz alta desarrolla estrategias de **comprensión textual**.
- Mejora la **caligrafía y redacción** de los estudiantes.
- Estimula el **pensamiento crítico** mediante la creación de espacios de interacción verbal-oral.
- Promueve el **disfrute** y la **comprensión lectora**.
- Fortalece una actitud de **escucha y respeto hacia los otros**, en diálogos y conversaciones colectivas, de acuerdo con las normas y las convenciones sociales que regulan el intercambio lingüístico.

Con este trabajo se fomenta la lectoescritura y valores al mismo tiempo; es lo que requiere según la Política Nacional de Lectura y Escritura (MEP, 2013), y posterior a la pandemia se ha tornado urgente retomarla.

Prioridad 2. Favorecer el desarrollo de las competencias lectoras y escritoras en lengua extranjera, en lengua materna y en segundas lenguas.

Prioridad 3. Fortalecer los centros educativos en todos los niveles, ciclos y modalidades del sistema educativo para que estén en condiciones de formar personas que puedan hacer uso de las capacidades lectoescritura de manera significativa y permanente.

Materiales: Hojas, cuaderno, recortes de periódicos o revistas, textos de este libro.

Tiempo: 30 minutos.

Referencia bibliográfica: Política nacional de lectura y escritura. Ministerio de Educación Pública y colaboradores. División de Desarrollo Curricular. Año 2013. Páginas 1-33.

Yo no, no lo haría, ni lo haré..."

Objetivo: Realizar la autoevaluación personal de elementos importantes para una sana convivencia.

Descripción:

1. Cada estudiante especifica cuáles situaciones de la siguiente plantilla no hace, no haría ni tampoco haría, porque dañan la sana convivencia.
2. Por cada elemento que no hace, no haría y no haría, suma 1 punto.
3. Al finalizar la actividad, se realiza una plenaria sobre cuáles de estas acciones evitan y descartan realizar.
4. El facilitador(a) realiza un comentario de cierre de la actividad.

"Yo no, no lo haría, ni lo haré..."

	No hago	No haría	No haré
Ausentarme del colegio, para vivir un momento efímero que puede marcar negativamente mi futuro.			
Faltarle el respeto a mi madre y/o padre, no hacerles caso a sus consejos.			
Observar a una persona habitante de calle que necesite mi ayuda y dar media vuelta, sin importarme su situación personal.			
Dejar de agradecerle a una persona que me hizo un favor, cuando lo necesitaba.			
Agarrarme a golpes con otra persona, por alguna diferencia personal.			
Hacer bullying a un compañero(a) por alguna situación personal o sus características físicas, para hacerle sentir mal.			
No permitir o ceder el paso a otra persona, cuando yo puedo esperar y ser amable.			
Darle la espalda a un amigo(a) a pesar de que me necesita, simplemente por orgullo.			
Dejar de colaborar desinteresadamente en mi comunidad educativa o pueblo, para mejorar la sana convivencia.			
Quitarle la vida a otra persona, simplemente por un momento de cólera, sin priorizar el diálogo.			

Materiales: Hojas, fotocopia o cuaderno.

Tiempo: 1 lección.

Redacción sobre el artículo N.º 33 de la Constitución

Objetivo: Analizar el artículo N.º 33 de la Constitución Política de Costa Rica, para tener claridad jurídica del derecho humano a la igualdad, en la sociedad costarricense.

Descripción:

1. Realizar una redacción de 150 palabras relacionadas con el argumento del artículo N.º 33 de la Constitución Política de la República. Se realiza un trabajo articulado con los docentes de la asignatura de Español para revisar las redacciones y asignarles el puntaje.
2. **Artículo N.º 33.** *“Toda persona es igual ante la ley y no podrá practicarse discriminación alguna contraria a la dignidad humana. (Así reformado por el artículo 1º de la Ley N.º 7880 de 27 de mayo de 1999). «Igualdad ante la Ley» significa solo igual trato en condiciones iguales, pues resultaría contrario a ese principio aplicar una misma medida en condiciones diferentes. La jurisprudencia constitucional, a través de varios pronunciamientos, ha logrado decantar el contenido del principio de igualdad establecido en el artículo 33 de la Constitución, señalando que todos somos iguales sin distingo sin distingo de raza, sexo, nacionalidad, credo religioso o ideología, o condición social”.*

Redacción

TEMA
Introducción
Desarrollo
Conclusión

Materiales: Hojas, lápiz, lapicero, borrador, maquinilla.

Tiempo: 2 lecciones.

4 consejos para ser amables con nosotros mismos

Realizar la lectura, para la discusión en la clase, del tema **4 consejos para ser amables con nosotros mismos**:

CONSEJO 1 • **Cuide sus palabras**

Todos nos juzgamos sin saberlo, y esto puede tener consecuencias prácticas sobre la manera como nos sentimos y nos comportamos.

Puede que lo hagamos a causa de nuestro aspecto, de lo que tenemos o no tenemos, o de lo que hacemos o dejamos de hacer. La próxima vez que piense algo negativo sobre usted mismo(a), haga una pausa y pregúntese: “¿Yo le diría esto mismo a un amigo?”.

CONSEJO 2 • **Cuestione al crítico que lleva dentro**

Piense en las críticas con que se reprocha a sí mismo(a) e imagine que alguien dijera esas mismas cosas de un buen amigo suyo... ¿Cómo respondería para defenderlo? Defiéndase de la misma manera y con la misma firmeza. Esto puede parecer raro o incómodo al principio, pero cuanto más lo practiquemos, más normal llegará a resultar.

CONSEJO 3 • **Conviértase en su propio(a) admirador(a)**

Aunque a menudo admiramos los puntos fuertes de los demás, tendemos a pasar por alto las cosas buenas de nosotros mismos. Dedíquese un momento a pensar en sus cualidades que más admira. Organícelas en una lista en su teléfono y vaya añadiendo cualidades de vez en cuando.

CONSEJO 4 • **Dedique tiempo para usted**

Al igual que la salud física, la salud mental suele requerir práctica y cuidado personal. Procure alimentarse bien, dormir bien, hacer ejercicio y practicar actividades que le gusten. Piense en todas las personas que le rodean y lo hacen sentir una mejor persona, y pídales que lo apoyen cuando así lo necesite.

Cuadro comparativo sobre convivencia

Objetivo: Retomar conceptos para la sana convivencia, aportes para la cultura de paz en sociedad.

Descripción:

1. De acuerdo al trabajo realizado en las sesiones anteriores, en subgrupos completamos el cuadro que se presenta a continuación:

Convivencia de antaño	Convivencia actual

2. En los mismos subgrupos responden las siguientes preguntas, realizando aportes para la sana convivencia en la sociedad y en su centro educativo:
 - ¿Qué puedo hacer?
 - ¿Qué quiero hacer?
 - ¿Qué debo hacer?
3. En plenaria se comparte el trabajo realizado.

Materiales: Hojas, fotocopia o cuaderno.

Tiempo: 1 lección.

Reflexión "Un nudo en la sábana"

Para trabajar en reuniones con padres y madres de familia o encargados:

"En la reunión de padres de familia de una escuela, la directora resaltaba el apoyo que los padres deben darles a los hijos.

Ella entendía que, aunque la mayoría de los padres de la comunidad son trabajadores, debían encontrar un poco de tiempo para dedicar y pasar con los niños.

Uno de los padres se levantó y explicó que para él simplemente era imposible hablar con su hijo durante la semana. Cuando salía para trabajar era excesivamente temprano y su hijo todavía estaba durmiendo, y cuando regresaba del trabajo era demasiado tarde y el niño ya estaba acostado.

Explicó, además, que tenía que trabajar en ese horario para proveer el sustento de la familia. Dijo también que el no tener tiempo para su hijo lo angustiaba mucho, e intentaba reemplazar esa falta dándole un beso todas las noches cuando llegaba a su casa. Y para que su hijo supiera que él lo había ido a ver mientras dormía, hacía un nudo en la punta de la sábana. *«Cuando mi hijo despierta y ve el nudo, sabe que su papá ha estado allí y lo ha besado. El nudo es el medio de comunicación entre nosotros».*

La directora se emocionó con aquella singular historia, y se sorprendió aún más cuando comprobó que el hijo de aquel hombre era uno de los mejores alumnos de la escuela.

Este hecho nos hace reflexionar sobre las muchas formas en que las personas pueden hacerse presentes y comunicarse con otros.

Aquel padre encontró su forma, una forma simple, pero eficiente. Y lo más importante es que su hijo percibía a través del nudo todo el afecto de su papá.

Algunas veces nos preocupamos tanto con la forma de decir las cosas que olvidamos lo principal, que es la comunicación a través del sentimiento.

Simples detalles, como un beso y un nudo en la punta de una sábana, significaban para aquel hijo muchísimo más que un montón de regalos u horas escuchando disculpas vacías.

Es válido que nos preocupemos por las personas, pero lo más importante es que ellas sepan y puedan sentir nuestra preocupación y cariño por ellas.

Para que exista la comunicación, es necesario que las personas "escuchen" el lenguaje de nuestro corazón, ya que **los sentimientos siempre hablan más alto que las palabras.**

Es por ese motivo que un beso, revestido del más puro afecto, cura el dolor de cabeza, el golpe de la rodilla o el miedo a la oscuridad.

Los niños tal vez no entiendan el significado de muchas palabras, pero saben distinguir un gesto de afecto y amor, aunque ese gesto sea solamente un nudo en la sábana. Un nudo cargado de afecto, ternura y amor.

«Vive de tal manera que cuando tus hijos piensen en justicia, cariño, amor e integridad, piensen en ti»".

Autor: Desconocido

Fomentando mi espiritualidad

Para mitigar los problemas sociales, además de una buena articulación y coordinación interinstitucional y multisectorial, entre las organizaciones de base comunitaria, el sector público-privado, organismos de cooperación y organizaciones no gubernamentales a nivel país, la toma de decisiones y esfuerzos entre distintos actores es de vital importancia, para atender la problemática de forma integral. Se debe realizar un trabajo en cada institución educativa de manera articulada, donde nos enfoquemos en fortalecer la humanidad, con un trabajo conjunto entre las asignaturas de: Religión, Orientación, Ética, Psicología, Formación Ciudadana y Español, donde se priorice que los estudiantes, indiferentemente de su denominación o credo, se acerquen a los espacios de reflexión, oración o meditación que la comunidad establezca, con mensajes positivos para el desarrollo personal.

A nivel de la sociedad estamos pasando situaciones difíciles y cada día más preocupantes.

Se escucha decir que no fomentamos la espiritualidad o no buscamos de Dios, pero ¿qué hacemos para acercarnos a él? ¿Cómo nos acercamos a un mensaje positivo de amor y paz?

Es que, sin importar la religión que se profese, debemos hacer algo para fortalecer los valores y socialización entre nosotros en sociedad.

Descripción:

1. Se solicita a los jóvenes asistir cada semana al templo, iglesia, sinagoga, mezquita, lugar de oración y de meditación o lectura, anotar las ideas básicas del mensaje principal y explicar cómo aplicarlo en su vida cotidiana. ¿Cómo ayudo a tener una mejor sociedad? En caso de no ser creyente, realizar una lectura individual semanalmente para el crecimiento personal, hacer un resumen y socializarlo con las demás personas.

Este aproximado de 36 resúmenes anuales, 18 semestrales y 12 trimestrales se trabaja de manera articulada entre los docentes de Religión, Orientación, Ética, Psicología, Formación Ciudadana y Español. Puede ser rotativo en el período; al final se asigna un porcentaje en tarea o proyecto. No hace falta que el estudiante haga el trabajo en cada cuaderno, sino que en un solo cuaderno (puede ser el de Religión o Formación Ciudadana) y lo presenta a todos los docentes indicados, para la revisión del contenido, redacción y ortografía.

2. Los estudiantes de diferentes credos religiosos, si gustan, presentan a la clase el trabajo realizado.

Tiempo: 1 lección.

Mapeo de riesgo en el centro educativo

Descripción:

1. El profesor y los estudiantes organizados en subgrupos determinan aspectos positivos (fortalezas) versus factores de riesgo en el centro educativo, para su debida atención.

Factores protectores que desarrollamos en el colegio	Factores de riesgo que tenemos en el colegio	Problemas a atacar en el colegio	Posibles soluciones	Sitios donde se presentan

2. En plenaria cada subgrupo expone su trabajo realizado.

Tiempo: 1 lección.

Cómo aportar una dosis sostenida de justicia social

En el Día de la Justicia Social, se realiza la simulación de un panel la OIT (Organización Internacional del Trabajo), donde destacadas personalidades del mundo académico, la política y el derecho laboral se reúnen con el director general de la OIT, con la motivación de debatir cómo hacer avanzar la justicia social en el mundo. El evento tiene como objetivo discutir los múltiples desafíos globales y los déficits de justicia social relacionados, así como proponer acciones para alcanzar los objetivos internacionales de desarrollo, incluso a través de un nuevo contrato social a nivel mundial.

El panel: El panel es una técnica en la que un grupo de personas expone en forma de diálogo un tema frente a un auditorio, cuya duración es de 60 minutos aproximadamente. Se emplea cuando las personas son expertas en el tema y están dispuestas a informarle al público sus conocimientos e inquietudes. Esta técnica es adecuada cuando el auditorio tiene iguales experiencias a las de los expertos, o cuando en un grupo surge la necesidad de escuchar a otras personas con experiencia sobre el mismo tema. Los integrantes son: un coordinador, un secretario portavoz, y de 4 a 6 participantes. El secretario debe hacer un resumen de todo lo expuesto; de este resumen parte la discusión del auditorio con los expositores. El tiempo de intervención debería ser de uno a dos minutos.

Preparación: Los panelistas y el coordinador se reúnen para acordar el tema a desarrollar y los puntos a tratar. Es conveniente que se distribuyan los puntos que quieren abordar, para que ninguno quede afuera.

Desarrollo: El coordinador presenta a los panelistas y formula la primera pregunta sobre el tema a desarrollar. Después que cada uno de los miembros del panel ha intervenido, el coordinador hace nuevas preguntas que puedan ayudar a tocar puntos que aún no se han mencionado. Luego, al finalizar el tiempo de exposiciones, el coordinador pide a los expositores que hagan un resumen de sus ideas y posteriormente el secretario dará sus conclusiones finales (si no hay secretario, lo podrá hacer el mismo coordinador) y dará paso al espacio de preguntas de los miembros del auditorio para los integrantes del panel.

Conclusiones: El docente o un estudiante formula las conclusiones de cierre.

Tiempo: 2 lecciones.

Mi centro educativo es un pilar de la comunidad

Primero

el **respeto**: Es un valor y una cualidad positiva que se refiere a la acción de respetar; es equivalente a demostrar veneración, aprecio y reconocimiento por una persona o cosa.

También me refuerzan la **empatía**: es la capacidad que tiene una persona de percibir los pensamientos, sentimientos y emociones de los demás desde el punto de vista de ellos y no del propio, saber ponerme en la situación de mi semejante.

De igual manera practico la **solidaridad**: se refiere al sentimiento y la actitud de unidad basada en metas o intereses comunes; ayudar sin esperar recibir nada a cambio, con la aplicación de lo que se considera bueno.

Fortalezco la **tolerancia**: es decir, la capacidad de permitir y aceptar las opiniones, ideas, preferencias, formas de pensamiento o de comportamiento y modo de vida de las demás personas, por mucho que difieran de los propios; todo con ánimo de convivir armónica y pacíficamente.

Y para finalizar, trabajan la **identidad**: el conjunto de características propias de un individuo o grupo que permiten distinguirlos del resto, y se puede entender también como la concepción que tiene una persona o un colectivo sobre sí mismo en relación a otros.

Mi centro educativo es un pilar de la comunidad y portador de identidad, con el rescate y respeto por nuestros valores, idiosincrasia y las demás personas.

M.Sc. Braulio Alberto Miranda Méndez
Director CTP Hojancha

Tiempo: 1 lección.

Buena práctica de trabajo con la lección guía

El libro de la lección guía se titula *Recopilación de actividades para la persona docente en el proceso de orientación de la comunidad estudiantil en la lección guía* (2019), de Braulio Alberto Miranda Méndez, editado con el Sindicato de Educadores Costarricenses (SEC).

Punto de partida: La **buena práctica** de trabajo con la lección guía es una estrategia para el reforzamiento de la cultura de paz, sana convivencia, permanencia y éxito escolar, y con ella se favorece el rescate de valores. Es la experiencia pedagógica de planificación semanal que se puede ir mejorando en su implementación a nivel de aula.

La visión de la educación es dar soluciones ineludibles para cerrar las brechas entre las demandas sociales de los costarricenses y sus posibilidades de satisfacerlas. Para alcanzar los retos por los que está atravesando la educación y nuestra sociedad, se plantean **tres aspectos filosóficos básicos:**

El humanismo: Busca respuesta a la razón de ser de la educación: una nueva concepción de ser humano que tiende hacia la solidaridad y dignificación del individuo. Es una visión más globalizadora del ser humano y la humanidad saludable.

El racionalismo: Se trata de contenidos, participantes en forma activa, que desarrollen el razonamiento que cultive su intelecto y cree un marco de referencia para crear y recrear su cultura y conocimiento.

El constructivismo: Pretende explicar el origen del conocimiento, que cada individuo lo crea o recrea en su mente a través de habilidades y destrezas.

En la búsqueda de ese equilibrio entre esos tres pilares de la educación, se trabaja el libro *Recopilación de actividades para la persona docente en el proceso de orientación de la comunidad estudiantil en la lección guía*, como una alternativa más para el desarrollo y fortalecimiento de la parte humana con valores, complementando el programa Convivir ("saber ser y saber convivir").

Esta experiencia pedagógica del libro da una guía metodológica a los profesores guía o al maestro(a), para trabajar en abrirles espacios a la cultura de paz, la sana convivencia, la permanencia y el éxito escolar de sus estudiantes.

Se trata de fortalecer áreas importantes de formación en valores cívicos, morales y sociales. La lección guía se debe planificar, definir su intencionalidad, acciones, organización de componentes y medios para realizarla. La planificación de esta lección debe entenderse como el resultado de la articulación entre el conocimiento, la acción y la intención; asimismo, darle el seguimiento adecuado es de vital importancia para que se aproveche al máximo este espacio formativo con nuestros estudiantes.

Esta lección muchas veces es utilizada para hacer rifas y planificar actividades como el paseo de fin de año, olvidando la verdadera esencia de ese espacio, que es formar para una sana convivencia. Esta buena práctica enfoca su implementación en el desarrollo del conocimiento personal, autoestima, autocuidado, liderazgo, resolución de conflictos, trabajo en equipo, noviazgo, machismo, enfoque de género STEAM, prevención de la violencia y fomento de valores.

Logros importantes:

- Es una excelente estrategia de mediación para llevar la información a los estudiantes.
- Fomenta el área axiológica en los estudiantes.
- Las lecciones guías son más creativas e innovadoras y tratan temas actuales.
- Se trabaja en igualdad para todos; facilita el trabajo a docentes y estudiantes.
- Permite desarrollar la lección guía de manera creativa, involucrando a los estudiantes en actividades innovadoras.
- Se promueve el compromiso del estudiante hacia la superación.
- Es un espacio donde se puede reflexionar acerca de aspectos positivos como valores, éxito académico, emprendedurismo, y otros.
- Permite reconocer algunos problemas en estudiantes como, por ejemplo, la baja autoestima. Se fortalecen las relaciones interpersonales y se facilita la introducción a temas de interés.
- Se ofrece la oportunidad de seguir un hilo conductor, se orienta el proceso y es más productivo.
- Permite dar seguimiento a temas de interés institucional bajo un mismo enfoque.
- Hace más fácil el trabajo en la planificación de la lección guía.

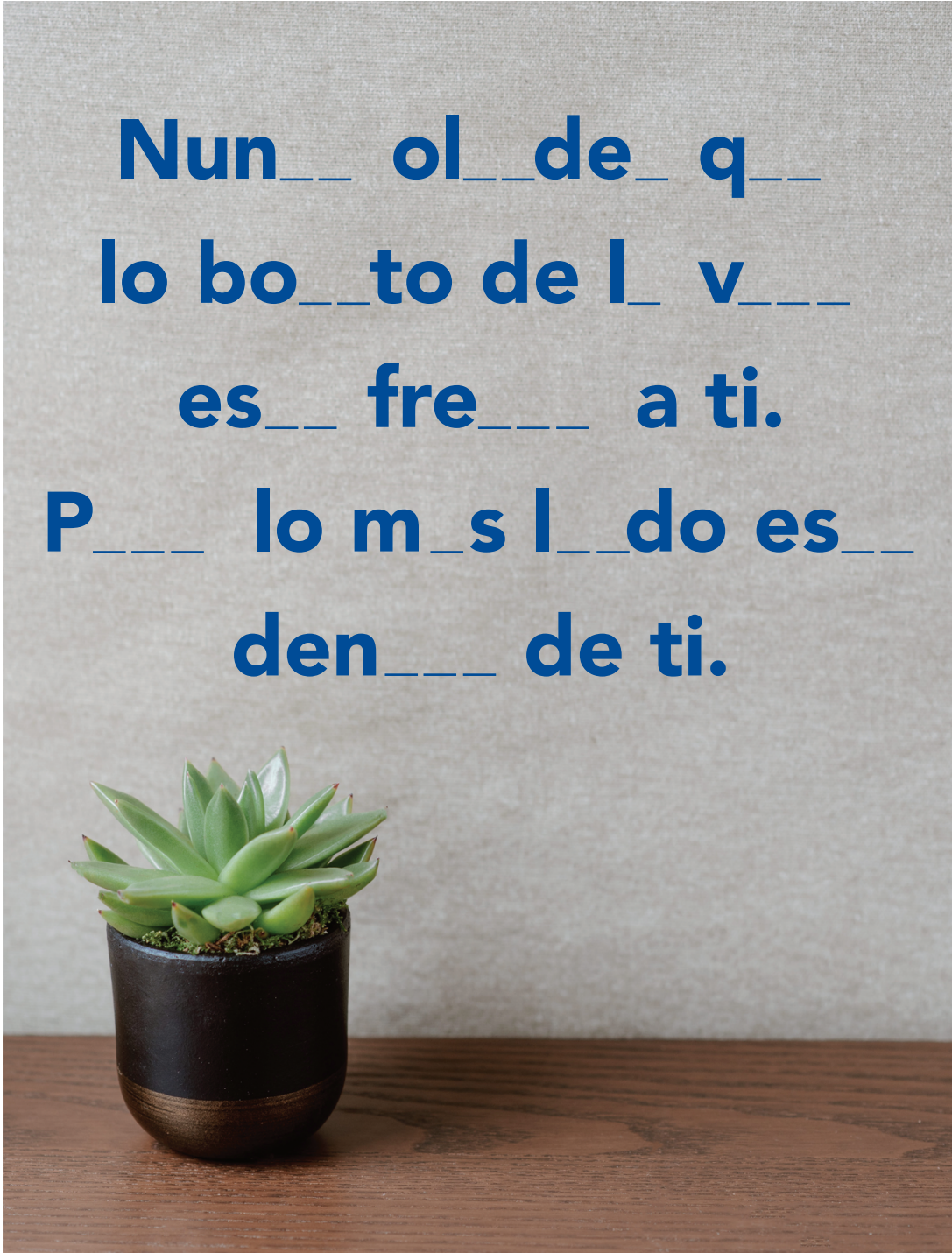
Esta lección, si se trabaja como corresponde, favorece la sana convivencia y mejora de la dinámica de los grupos. El valor que tiene el profesor(a) guía o maestro(a) en la medición pedagógica de esta lección es incalculable: puede crear un buen ambiente de aula, clima organizacional y alto nivel de logro. Se debe programar la lección guía para 40 minutos y, dependiendo del tema, si fuese necesario se amplía a 2 lecciones (80 minutos), en coordinación con los otros docentes, para poder desarrollar de manera adecuada el tema a fortalecer en dicha sesión extra. Se registran las firmas de los participantes, para un mayor seguimiento y control.

M.Sc. Braulio Alberto Miranda Méndez
Director CTP Hojanca

Ejercicio para las neuronas

TIEMPO DE RETO La Alegría de Vivir

Nun__ ol__de_ q__
lo bo__to de l_ v____
es__ fre____ a ti.
P____ lo m_s l__do es__
den____ de ti.



BIOGRAFÍA

Máster: Braulio Alberto Miranda Méndez

Especialidades: Administración Educativa y Estudios Sociales

Director del Colegio Técnico Profesional (CTP) de Hojancha

ESTUDIOS REALIZADOS

- 1985** Título de I y II ciclo de la enseñanza general básica en Escuela Victoriano Mena Mena.
- 1990** Título de enseñanza media y educación diversificada en CTP de Hojancha.
- 1995** Profesorado y bachiller en la Enseñanza de los Estudios Sociales, Universidad de Costa Rica (UCR).
- 2001** Licenciatura en Administración Educativa, Universidad Florencio del Castillo.
- 2003** Maestría Administración Educativa, Universidad Florencio del Castillo.

CAPACITACIONES REALIZADAS

- 1994** "Familia, vida cotidiana y mentalidades en México y Costa Rica". Museo Histórico Cultural Juan Santamaría.
- 1996** Administración Técnica Comercial (56 horas). Escuela Centroamericana de Ganadería y Ministerio de Educación Pública.
- 1998** Certificación voluntaria en Estudios Sociales (40 horas). Universidad de San José.
- 2001** "Liderazgo y relaciones de poder en el manejo de conflictos en las instalaciones educativas" (40 horas). Universidad de Costa Rica.
- 2005** "Leyes y reglamentos aplicados en educación" (40 horas). Centro Nacional de Didáctica (CENADI).
- 2008**
 - "Gestión escolar en contexto de pobreza" (60 horas). Instituto Uladislao Gámez Solano.
 - "Educación financiera: Un sistema para vivir mejor" (16 horas). BAC Credomatic, Educación Técnica y Fundación Pedagógica Nuestramérica.
- 2009**
 - "Gestión curricular y pedagógica en las instituciones educativas" (80 horas). Instituto Uladislao Gámez Solano.
 - 1er. Congreso Nacional de Administradores de la ADEM (30 horas de aprovechamiento). 30 de octubre del 2009.
- 2011**
 - Gestión Cooperativa por FUNDEPOS-Alma Máter (40 horas de aprovechamiento). 12 de setiembre del 2011.
 - II Congreso Nacional de Administradores de la ADEM (24 horas de aprovechamiento)- 21 de octubre del 2011.
- 2012** "Hacia una gestión de líder del centro educativo de calidad" (85 horas de aprovechamiento). Instituto Uladislao Gámez Solano. 12 de noviembre del 2012.
- 2015**
 - V Congreso Internacional de Administración de la Educación (25 horas de aprovechamiento). UCR. 28-30 de octubre del 2015.
 - Encuentro Internacional para el Análisis de las Normas de Promoción y Repitencia para Educación Secundaria (21 horas de aprovechamiento). Consejo Superior de Educación (CSE). 02-04 de noviembre del 2015.
- 2016** Encuentro Internacional TeachHER, Master Corp Teacher Training (32 horas de aprovechamiento). Universidad para la Paz. 14-18 de noviembre del 2016.
- 2017** Encuentro Internacional TeachHER, Educación en STEAM (40 horas de aprovechamiento). Misión para los Estados Unidos ante la UNESCO. 21-26 de octubre del 2017.
- 2018** "Hacia un Movimiento Pedagógico" (16 horas de participación). Sindicato de Trabajadoras y Trabajadores de la Educación Costarricense (SEC). 03-04 de julio del 2018, Hotel Crown Plaza.
- 2019** "Hacia un Movimiento Pedagógico" (16 horas de participación). SEC. 02-03 de julio del 2019, Hotel Crown Plaza.

Profesor universitario desde el año 2002 al 2010. Universidad Florencio del Castillo.

Facilitador de la Región de Nicoya y Santa Cruz desde el año 2008 hasta el año 2019, con el Instituto Uladislao Gámez Solano (IDP), para capacitar en los cursos "Gestión por competencias" y "Gestión del currículo".

Director del CTP Hojancha del 2006 al 2024.

Correo electrónico: braulio.miranda.mendez@mep.go.cr

- Armada Gordo, E. & Pereira Domínguez, C. (2013). *Filmoteca PyM: El Circo de la Mariposa*. Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers, (354).
<https://revistas.comillas.edu/index.php/padresmaestros/article/view/2241/1968>
- Asamblea Nacional Constituyente (1949). *Constitución Política de la República de Costa Rica*.
https://www.imprentanacional.go.cr/editorialdigital/libros/textos%20juridicos/constitucion_politica_digital_edincr.pdf
- Corrales, Eric (14 de julio de 2022). *Periodista denuncia "falta de empatía" de choferes que ignoraron a taxista accidentado*. Teletica.com. https://www.teletica.com/sucesos/periodista-denuncia-falta-de-empatia-de-choferes-que-ignoraron-a-taxista-accidentado_315599
- Garrido Muñoz de Arenillas, M. R. (2018). *Introducción a la psicología comunitaria: El Circo de la Mariposa*. En: Saavedra Macías, F. J., Arias Sánchez, S., Galván Vega, B. & Marqués Núñez, E. (coords.). *Recorriendo los caminos de la mente: Narrativa y Psicología*, pp. 119-127. Universidad de Sevilla.
- Grande-López, V. (2019). *El cortometraje como vehículo de comunicación para la inclusión social*. *Periférica Internacional*, (20), 250-261.
<https://revistas.uca.es/index.php/periferica/article/view/5595/5875>
- HealthandTraining.org (s.f.). *Estilo de vida en zonas azules*.
<https://healthandtraining.org/es/estilo-de-vida-en-zonas-azules-2/>
- Ministerio de Educación Pública y colaboradores, División de Desarrollo Curricular (2013). *Política Nacional de Lectura y Escritura*, pp. 1-33. San José: MEP.
- Significados.com. <https://www.significados.com/tertulia/>
- Viceministerio Académico - Ministerio de Educación Pública (MEP) (2017). *Transformación curricular: La nueva política curricular aprobada por el CSE en el marco de "Educar para una nueva ciudadanía"*. San José: MEP. <https://slideplayer.es/slide/14310815/>
- Wikipedia. <https://es.wikipedia.org/wiki/Wikipedia/conceptos>

