

Huaraz, 16 ABR. 2026

**OFICIO MÚLTIPLE N° 0089 -2026-ME /GRA /DREA / UGEL-Hz-AGP-DPCC.TOE-D.****Señores (as):****DIRECTORES/AS DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS PÚBLICAS, POR CONVENIO Y PRIVADAS DE EBR DE LA JURISDICCIÓN DE LA UGEL HUARAZ.****Presente. –****Asunto : Talleres para la prevención del embarazo a temprana edad (Tutoría grupal para estudiantes del ciclo VI – VII).****Referencia : RVM N° 212-2020-MINEDU  
Plan Anual de Trabajo AGP 2026.  
Plan Anual de Trabajo TOECE 2026.**

Tengo el agrado de dirigirme a ustedes para saludarlo cordialmente y, en el marco de la implementación de la **Tutoría y Orientación Educativa (TOE)**, comunicarle lo siguiente:

La Tutoría, como servicio de **acompañamiento socioafectivo y cognitivo**, es fundamental para contribuir a la formación integral de los estudiantes y la promoción de su bienestar [Currículo Nacional de la Educación Básica, p. 39]. En ese sentido, y ante la necesidad de fortalecer los factores de protección frente al **embarazo a temprana edad**, se dispone que las instituciones educativas prioricen en su **Planificación de Tutoría Grupal** el desarrollo de talleres y espacios de reflexión específicos para los estudiantes de secundaria (**ciclos VI y VII**).

Estas acciones deben estar orientadas a la **Dimensión Personal** (el conocimiento y valoración de sí mismo) y a la **Dimensión Social** (la interacción con otros y el entorno), permitiendo que los adolescentes asuman posturas éticas y responsables frente a su proyecto de vida; **respondiendo de manera preventiva al aumento de embarazos a temprana edad en nuestra provincia de Huaraz.**

Para la ejecución de estas actividades, **se adjunta material pedagógico** elaborado por el **Ministerio de Educación**, el cual sirve como insumo básico y obligatorio para garantizar que la orientación educativa sea pertinente, preventiva y responda a las necesidades de las y los estudiantes.

Finalmente, se solicita a su despacho a monitorear el cumplimiento de estas acciones, las cuales deben quedar registradas en el cronograma de actividades de la tutoría grupal de su institución.

Sin otro particular, hago propicia la ocasión, para expresarles mi mayor consideración y estima personal.

Atentamente,



MINISTERIO DE EDUCACIÓN  
Unidad de Gestión Educativa Local Huaraz  
Dr. Daniel Angel Almeida Medina  
DIRECTOR  
Unidad de Gestión Educativa Local Huaraz

# Tutoría y Orientación Educativa

## Talleres para la prevención del embarazo a temprana edad



MINISTERIO DE EDUCACIÓN

El embarazo a temprana edad es una situación de riesgo que afecta el desarrollo social y la salud pública en el Perú, vulnerando derechos fundamentales e impactando el bienestar y desarrollo integral de los estudiantes. Afecta principalmente a las niñas y adolescentes que viven en áreas rurales, periurbanas o en las regiones de la selva, así como a aquellas que alcanzan un menor nivel educativo (MINEDU, 2021b).

Según la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES, 2024), en el año 2023, el 8,2% de las adolescentes del grupo etario de 15 a 19 años ya estaban embarazadas, ya eran madres o estaban gestando por primera vez. Según el área de residencia, el porcentaje de adolescentes alguna vez embarazadas en áreas rurales (17,1%) fue considerablemente mayor respecto al área urbana (6,1%). Asimismo, entre los adolescentes de 12 a 17 años, el 2,6% estaban embarazadas; de estas, el 1,8% ya eran madres y el 0,8% estaban gestando por primera vez.

### **Importancia de prevenir el embarazo a temprana edad**

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), la adolescencia es la fase de la vida que abarca la transición de la niñez a la adultez, comprendiendo desde los 10 hasta los 19 años de edad. Esta etapa es fundamental para establecer una base sólida para una buena salud. Durante la adolescencia, los individuos experimentan un crecimiento rápido, tanto a nivel físico como cognitivo y psicosocial; estos cambios tienen un impacto significativo en la forma en que los adolescentes sienten, piensan, toman decisiones y se relacionan con su entorno.

El embarazo durante la adolescencia conlleva riesgos significativos, afectando negativamente la salud física y mental, las oportunidades educativas y laborales, la seguridad económica, y el proyecto de vida en general. Además, el riesgo tiende a ser mayor en aquellas adolescentes con menos educación o de bajo nivel económico.

### **Consecuencias del embarazo y la maternidad adolescente (MINEDU, 2021b)**

- Riesgos en la salud de la madre, quienes tienen un mayor riesgo de sufrir complicaciones como preeclampsia, anemia y partos prematuros.
- Problemas emocionales debido a la falta de preparación para enfrentar la situación, pueden experimentar estrés, miedo, síntomas de depresión, ansiedad, estrés postraumático e intentos de suicidio.
- Afectaciones al proyecto de vida.
- Interrupción de la trayectoria educativa.
- Violencia en su familia de origen.

- Violencia familiar por parte de su pareja, así como situaciones de control.
- Estigma social.
- Discriminación.
- Pocas oportunidades laborales.
- Reforzamiento del círculo vicioso de la pobreza.
- Uniones tempranas (e incluso forzadas) con adultos, en algunos casos.
- Riesgos también para el hijo (bajo peso, nacimientos prematuros, entre otros).

### Condiciones que influyen en el embarazo a temprana edad

Existe consenso a nivel mundial sobre las condiciones que influyen en el embarazo en la adolescencia. A continuación, se presentan las más significativas (MINEDU, 2021b):

#### A nivel individual:

- Inicio temprano de las relaciones sexuales.
- Limitado o nulo acceso a la información sobre el uso de métodos anticonceptivos.
- Escasa información sobre sexualidad y acceso a educación sexual integral.
- Experiencia de violencia sexual y familiar.
- Ausencia de limitaciones estructurales para el desarrollo de un proyecto de vida.
- Violencia en los vínculos afectivos, con componentes de temor y coacción.

#### A nivel familiar:

- Nivel socioeconómico bajo del hogar.
- Violencia de género y familiar dentro del hogar.
- Concepciones conservadoras en torno a la sexualidad adolescente que influye en no abordar temas vinculados a los derechos sexuales y reproductivos.
- Presencia de roles de género tradicionales marcados como: la mujer es reproductora y cuidadora; el hombre es proveedor, no demuestra sus emociones, etc.
- Tolerancia al establecimiento de relaciones entre adolescentes mujeres menores de edad y hombres adultos.
- Relaciones familiares autoritarias, negligentes y/o permisivas.
- Casos de embarazos y maternidad adolescente en la familia.
- Vivir en condiciones de hacinamiento.

#### A nivel social:

- Poco abordaje y promoción de los derechos sexuales y reproductivos.
- Limitada oferta de servicios de salud sexual y reproductiva, adecuada y accesible a las adolescencias.
- Limitada implementación de la educación sexual integral en las instituciones educativas y acciones preventivas relacionadas.
- Desigualdades estructurales que pone en condiciones de vulnerabilidad a las personas por razones de pobreza, etnicidad, ruralidad, entre otros.
- Tolerancia social a la violencia hacia las mujeres.
- Tolerancia social a las uniones tempranas entre menores de edad y personas adultas.
- Tolerancia social a la violencia familiar.

### El rol de la escuela en la prevención del embarazo a temprana edad

Frente al riesgo de embarazo a temprana edad, la educación tiene un rol fundamental al actuar tanto como factor protector como promotor del desarrollo de competencias que permitan a los estudiantes tomar decisiones responsables sobre su salud y su proyecto de vida.

En ese contexto, se destaca la importancia de la Educación Sexual Integral (ESI), entendida como un espacio sistemático de enseñanza y aprendizaje que promueve valores, conocimientos, actitudes y habilidades para la toma de decisiones conscientes y críticas en relación con el cuidado del propio cuerpo, las relaciones interpersonales y el ejercicio de la sexualidad. La ESI está integrada en el Currículo Nacional de la Educación Básica y está vinculada a competencias como la construcción de la identidad, la convivencia democrática en la búsqueda del bien común y el asumir una vida saludable, entre otras.

Para lograr su objetivo de desarrollar competencias y fortalecer los factores protectores, la ESI debe implementarse en los espacios formativos y transversales (como la tutoría) de las escuelas, considerando los siguientes componentes:

- **Identidad y corporalidad;** implica reconocer y desarrollar una imagen corporal positiva, que aporte a la construcción de la identidad personal de los estudiantes.
- **Autonomía y autocuidado;** implica promover la toma de decisiones conscientes y responsables de acuerdo con la etapa del desarrollo y la madurez de los estudiantes.
- **Pensamiento crítico y comportamiento ético;** implica el análisis de las situaciones para tomar una posición argumentada y basada en principios éticos. Se promueve el cuestionamiento y la no reproducción de los mitos sobre la sexualidad, las desigualdades entre varón y mujer y los estereotipos sociales.
- **Afectividad y relaciones interpersonales;** implica la capacidad de establecer

vínculos afectivos armoniosos a lo largo de la vida, así como la expresión asertiva de sus emociones y afectos.

Otros factores protectores que destacan por su importancia en el entorno escolar son el desarrollo de competencias parentales a través del trabajo con familias y la promoción de la participación estudiantil en la prevención del embarazo temprano como un asunto de interés público.

### **Sobre la continuidad educativa de las estudiantes embarazadas**

El embarazo a temprana edad es una de las causas principales de la interrupción de los estudios. Entre las razones principales para ello se encuentran las siguientes (MINEDU, 2021b):

- Ausencia de servicios educativos adecuados.
- La prestación del servicio educativo no se adecúa ni responde a las necesidades actuales de la estudiante embarazada.
- Estigma y discriminación contra la estudiante embarazada, afectando su dignidad y vulnerando sus derechos humanos.
- Creencias y estereotipos de género que promueven la idea que, ahora, la estudiante debe dedicarse de manera exclusiva a su hijo o nueva familia.
- Violencia contra la estudiante por parte de la familia o de la pareja, prohibiéndole continuar con sus estudios.
- Necesidades económicas, motivo por el cual la estudiante tiene que trabajar.
- Embarazo de alto riesgo que conlleva que la estudiante se encuentre en reposo y no pueda asistir a la escuela.
- Escasas expectativas educativas de la propia adolescente por el impacto que implica el embarazo para su proyecto de vida.

Frente a esta situación, la Ley N° 29600, Ley que fomenta la reinserción escolar por embarazo, establece que las autoridades educativas deben adecuar la prestación de los servicios a las necesidades y requerimientos de las diversas poblaciones, haciendo énfasis en las adolescentes embarazadas o madres, así como en quienes trabajan.

Asimismo, en su artículo 2, la ley establece que las instituciones educativas no pueden expulsar a estudiantes embarazadas o madres, ni limitar su acceso a la educación. El reglamento de dicha ley, en su artículo 7, dispone que las instituciones educativas deben garantizar que las estudiantes embarazadas o madres no enfrenten obstáculos debido a su condición particular, y asegurar que los procesos pedagógicos incluyan temas sobre Educación Sexual Integral (ESI), equidad de género y no discriminación.

Por lo tanto, es parte del rol protector de las instituciones educativas evitar que las

estudiantes embarazadas interrumpan sus estudios o los abandonen por completo. Para ello, deben adaptar el servicio educativo a las características y necesidades de la estudiante madre o gestante.

### Recomendaciones para la facilitación de los talleres

A continuación, se propone talleres de tutoría grupal para el nivel de secundaria que pueden implementarse, adaptarse o servir de referencia para sensibilizar sobre los riesgos del embarazo a temprana edad, considerando las características de los estudiantes.

Antes de comenzar toma en cuenta las siguientes recomendaciones para la facilitación de los talleres:

- Asumir una posición basada en el respeto y la tolerancia, que motive a los estudiantes a expresarse con libertad y autonomía.
- Practicar una escucha activa que sea empática y abierta a las diferentes formas y modos de pensar que muestran los estudiantes.
- Procurar no imponer el punto de vista personal frente a las preguntas de los estudiantes e intentar ser lo más objetivo posible, separando los valores y creencias personales de las orientaciones que se les brinda a los estudiantes.
- Promover una reflexión que permita a los estudiantes manejar la información y los criterios adecuados para tomar sus propias decisiones con responsabilidad.
- Motivar una reflexión crítica respecto a los mitos y estereotipos relacionados a la sexualidad y a los roles de varones y mujeres en la sociedad.
- Hacer del taller un espacio de cuidado y acogida, que no revictimice ni se sienta incómodo o amenazante para los estudiantes.
- Estar disponible cuando los estudiantes tengan dudas o dificultades relacionadas a los temas tratados durante el taller.
- Conocer los procedimientos para intervenir ante situaciones de violencia o riesgo identificados durante el desarrollo de los talleres.





## Taller de tutoría grupal para estudiantes del ciclo VI

### Datos generales

Título del taller	Prevención del embarazo a temprana edad a través del desarrollo de una visión a futuro.
Propósito	Promover prácticas de autocuidado para prevenir el embarazo a temprana edad y desarrollar una visión a futuro.
Dimensión de la TOE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Personal</li> <li>• Social</li> </ul>
Competencias del CNEB	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Construye su identidad</li> <li>• Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común</li> </ul>
Enfoques transversales del CNEB	<ul style="list-style-type: none"> <li>• De derechos</li> <li>• Igualdad de género</li> <li>• Intercultural</li> </ul>

Sesiones	Propósitos	Criterios
<p><b>01</b> Tenemos los mismos derechos</p>	Reconocer que varones y mujeres tenemos los mismos derechos para ejercerlos y relacionarnos con igualdad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar situaciones de desigualdad entre varones y mujeres.</li> <li>• Explicar la importancia de relacionarse con igualdad y desde el conocimiento de sus derechos.</li> </ul>
<p><b>02</b> Nos cuidamos y aprendemos a decir NO</p>	Comprender la importancia de las prácticas de autocuidado para prevenir el embarazo adolescente.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconocer la importancia del cuidado de sí mismo e identificar situaciones que lo ponen en riesgo.</li> <li>• Plantear prácticas para prevenir el embarazo adolescente.</li> </ul>
<p><b>03</b> Mirando al futuro</p>	Reconocer sus características personales para el desarrollo de una visión a futuro.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar sus intereses y habilidades.</li> <li>• Proponer una visión a futuro a 5 años.</li> </ul>

## Sesión 1: Tenemos los mismos derechos

Propósito	Reconocer que varones y mujeres tenemos los mismos derechos para ejercerlos y relacionarnos con igualdad.
Criterios	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar situaciones de desigualdad entre varones y mujeres.</li><li>• Explicar la importancia de relacionarse con igualdad y desde el conocimiento de sus derechos.</li></ul>
Duración	90 minutos
Recursos	<ul style="list-style-type: none"><li>• Lapicero</li><li>• Lápiz</li><li>• Cuaderno</li><li>• Pabilo</li></ul>

### Inicio 15 MINUTOS

- Brinda a los estudiantes una bienvenida cálida. Explica que este es un taller de tres sesiones cuyo propósito es: “Promover prácticas de autocuidado para prevenir el embarazo a temprana edad y desarrollar un proyecto de vida”.
- Escribe en la pizarra las siguientes frases:
  - > ¡Deberías aprender a pelear! ¡Eso es de varones!
  - > ¡Ay, qué sensible eres! ¡Pareces mujer!
  - > No es necesario que las mujeres vayan a la universidad ya que se dedicaran a ser amas de casa.
- **Pregunta a tus estudiantes:**
  - > ¿Qué opinan de las frases? ¿Están de acuerdo? ¿Por qué?
  - > ¿En el Perú los varones y mujeres tenemos los mismos derechos y oportunidades?
  - > ¿Sintieron alguna vez que no podían hacer algo porque eran varón o mujer?
- Menciona el propósito de la sesión: “Reconocer que varones y mujeres tenemos los mismos derechos para ejercerlos y relacionarnos con igualdad.”

## ▶ Desarrollo

60 MINUTOS



- Pide a tus estudiantes que se junten en 2 grupos mixtos (pueden ser 4 grupos si son muchos). Un grupo elabora una lista de permisos y prohibiciones que la sociedad asigna a los varones y el otro grupo permisos y prohibiciones que la sociedad asigna a las mujeres. Para dejar claro a qué nos referimos con permisos y prohibiciones dales el siguiente ejemplo (Paz, 2019):

Un permiso asignado por la sociedad para las mujeres podría ser usar falda, mientras que una prohibición sería llevar el cabello corto. Para los varones, por ejemplo, una prohibición sería cocinar para la familia, mientras que un permiso es poder ensuciarse más.

- Solicita que cada grupo, en 5 minutos, presente en plenaria lo que han producido.
- Plantea las siguientes preguntas de reflexión:
  - > ¿Cómo se sintieron con la actividad?
  - > ¿Fue más fácil identificar prohibiciones o permisos en varones o en mujeres? ¿Por qué?
  - > ¿Quiénes creen que tienen más permisos y quiénes más prohibiciones? ¿Por qué?
- **Desarrolla las siguientes ideas:**
  - > Generalmente los varones suelen tener más permisos que las mujeres y las mujeres tienen más prohibiciones que los varones. Esto no es algo natural, sino que son formas en las que se ha organizado la sociedad (limitando a las mujeres) y deben cambiarse.
  - > Por ejemplo, antes las mujeres no podían emitir su voto, aún hoy en día, algunas no pueden asistir a la escuela, pero eso hoy ya viene cambiando. Esto es parte de la estructura social que jerarquiza a las personas, produciendo desigualdades educativas, profesionales, laborales, etc.
  - > Varones y mujeres tienen los mismos derechos y, por lo tanto, deben seguir las mismas reglas y normas sociales. Debemos reflexionar sobre estas reglas y normas sociales en nuestra vida para romper mitos y prejuicios.
  - > La Declaración Universal de los Derechos Humanos, en el Artículo 1, indica que todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos y dotados como están de razón y conciencia, deben comportarse fraternalmente los unos con los otros. Los Derechos son universales, que se reconocen a toda persona por serlo y el Estado es quien debe garantizar que se cumplan.

- Utilizando la dinámica de la telaraña, pide a los estudiantes que se coloquen de pie y formen un círculo. Toma la punta de un pabilo y, sin soltarla, lanza la bola a un estudiante quien tendrá que mencionar un derecho humano que conozca y lanzar la bola a otro compañero sin soltar su parte del pabilo. Sucesivamente, cada estudiante responderá con un derecho y arrojará la bola a otro. La acción se repite hasta que todos los estudiantes queden enlazados en una especie de telaraña. Si algún estudiante no sabe qué derecho mencionar, puedes ayudarlo mencionando uno por él.
- Plantea las siguientes preguntas de reflexión (puedes ir ovillando el pabilo de regreso con cada respuesta que dan los estudiantes):
  - > ¿Consideran que sus derechos son respetados? ¿Por qué?
  - > ¿Cuáles consideran que son los derechos más importantes para los adolescentes?
  - > ¿Cómo podemos promover los derechos de varones y mujeres?
  - > ¿Cómo podemos promover relaciones de igualdad entre hombres y mujeres en mi vida personal, familiar y escolar?



## Cierre

15 MINUTOS



- Concluye la sesión destacando las siguientes ideas:
  - > Todas las personas tienen los mismos derechos y deben tener las mismas oportunidades.
  - > Es importante que conozcamos nuestros derechos para exigir que se respeten y no permitir que sean vulnerados.
  - > Nuestra familia, nuestra escuela y el Estado en general tienen la responsabilidad de velar porque nuestros derechos se cumplan.
  - > Si necesitas más información sobre los derechos humanos revisa el siguiente enlace:  
<https://www.un.org/es/about-us/universal-declaration-of-human-rights>

## Sesión 2: Nos cuidamos y aprendemos a decir NO

Propósito	Comprender la importancia de las prácticas de autocuidado, para prevenir el embarazo adolescente.
Criterios	<ul style="list-style-type: none"><li>• Reconocer la importancia del cuidado de sí mismo e identificar situaciones que lo ponen en riesgo.</li><li>• Plantear prácticas para prevenir el embarazo adolescente.</li></ul>
Duración	90 minutos
Recursos	<ul style="list-style-type: none"><li>• Lapicero</li><li>• Lápiz</li><li>• Hojas de papel</li></ul>

### **Inicio** 10 MINUTOS

- Brinda a los estudiantes una bienvenida cálida.
- Pregunta a tus estudiantes:
  - > ¿Por qué es importante aprender a decir “no”?
  - > ¿Qué pasa cuando, a pesar de no quererlo, hacemos caso a la presión de los amigos?  
¿A qué riesgos nos exponemos?
- Menciona el propósito de la sesión: “Comprender la importancia de las prácticas de autocuidado para prevenir el embarazo adolescente”.

### **Desarrollo** 70 MINUTOS

- Cada estudiante de forma individual escribe en hojas separadas lo siguiente:
  - > 3 responsabilidades que tenga (por ejemplo, estudiar, limpiar su cuarto, cuidar a sus hermanos, etc.).
  - > 3 cosas que le gustaría hacer o recibir (por ejemplo, jugar, tener un juguete, un vestido, etc.).
- Solicita la participación voluntaria de 6 estudiantes para un juego de roles. Forma 3 parejas, donde a un estudiante se le asigna la letra “A” y al otro la letra “B”. Luego, solicita que compartan sus hojas de responsabilidades y gustos. Siguen estas instrucciones:
  - > En el primer momento del juego de roles, el estudiante “A” le pregunta a “B”: ¿Qué responsabilidad tienes ahora?, y el estudiante “B” responde con alguna de las ideas que escribió en su hoja.

- > El estudiante "A" ahora le ofrece aquello que le gustaría (lo que está escrito en la hoja de "B") y lo intenta convencer para que abandone su responsabilidad y acepte lo ofrecido. Por su parte, el estudiante "B" tiene que argumentar por qué no puede aceptar y por qué prefiere cumplir con su responsabilidad.
  - > Esta actividad se repite con los 3 pares de estudiantes.
  - **Plantea las siguientes preguntas a los estudiantes que han observado el juego de roles:**
    - > ¿Qué observaron? ¿Qué decisión tomó "B"?
    - > ¿Qué argumentos utilizó "B" para decir "no"?
    - > ¿Qué habrá pensado "A" ante la negativa de "B"?
    - > ¿Cómo se habrá sentido "B" en esta situación?
    - > ¿Qué pasaría si "B" acepta la propuesta de "A"?
    - > ¿Han experimentado alguna situación similar? ¿Qué sucedió?
  - **Desarrolla las siguientes ideas:**
    - > Es importante aprender a decir "no" frente a la presión de grupo. Por ejemplo, para consumir alcohol, faltar a clases, mentir, plagiar o tener relaciones sexuales.
    - > Aprender a decir "no" permite evitar muchas situaciones que pueden afectar el bienestar y limitar nuestro proyecto de vida.
    - > Es más sencillo decir "no" cuando tenemos claras nuestras metas y nuestro proyecto de vida.
  - Solicita a los estudiantes que mencionen otras situaciones a las que tienen que decir "no" para cuidar su proyecto de vida. Redáctalas en la pizarra. Motiva una reflexión sobre cómo se sienten cuando dicen que "no" y lo que implica: empoderamiento, hacer caso a lo que realmente desean, sentir que se están cuidando y priorizando.
  - Organiza a los estudiantes en grupos de 4, procurando que los grupos sean de solo hombres y solo mujeres. Cada grupo debe responder las siguientes preguntas:
    - > ¿Por qué el embarazo adolescente es una situación de riesgo?
    - > ¿Qué podemos hacer o decir si el grupo o nuestra pareja nos presiona o condiciona para tener relaciones sexuales?
- Recalca, esta última situación es violencia y que no deben guardar silencio frente a ello.
- **Los grupos presentan sus respuestas al resto del salón. Destaca la siguiente**

**información:**

- > Una de las causas es que los adolescentes tienen relaciones sexuales a temprana edad, por lo que es importante aprender a decir “no” frente a la presión de grupo o de pareja.
- > Somos libres de tomar nuestras decisiones con autonomía, cuidando nuestro cuerpo y nuestra salud. Si te presionan para tener relaciones sexuales o sucede sin tu consentimiento es una situación de violencia y no debes callarlo.
- > El embarazo adolescente es una situación de riesgo que afecta nuestro bienestar y proyecto de vida porque física y psicológicamente no estamos preparadas. Además, nuestro proyecto de vida cambia de forma drástica porque tenemos que asumir nuevas responsabilidades emocionales, sociales, económicas, etc.
- > Algunas consecuencias perjudiciales del embarazo adolescente son: riesgos a la salud de la madre, problemas emocionales, interrupción de la educación, afectación al proyecto de vida, pocas oportunidades laborales, entre otras.

 **Cierre** 10 MINUTOS 

- Realiza las siguientes preguntas:
  - > ¿Las consecuencias del embarazo en la adolescencia son iguales para varones y mujeres? ¿En qué se diferencian?
  - > ¿Tener un hijo en la adolescencia afecta mi proyecto de vida? ¿De qué forma?
  - > ¿Por qué es importante aprender a manejar la presión de grupo?
- **Concluye la sesión destacando las siguientes ideas:**
  - > Los adolescentes tenemos la capacidad de tomar nuestras propias decisiones con autonomía, sin presión ni chantajes emocionales, ni amenazas. Debemos construir entornos y convivencias democráticas, respetuosas y saludables, con verdaderos amigos que no presionen ni ofendan, más bien que busquen nuestro bienestar.
  - > Tener metas claras de lo que queremos en el futuro, nos ayuda a tomar decisiones adecuadas en el presente.
  - > Existen situaciones de riesgo que pueden limitar nuestro proyecto de vida.
  - > Tenemos que aprender a tomar decisiones adecuadas y a decir “no” frente a la presión de grupo, incluso de la pareja.
  - > El embarazo en la adolescencia es un factor de riesgo que afecta nuestro proyecto de vida.

## Sesión 3: Mirando al futuro

Propósito	Reconocer sus características personales para el desarrollo de una visión a futuro.
Criterios	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar sus intereses y habilidades.</li><li>• Proponer una visión a futuro a 5 años.</li></ul>
Duración	90 minutos
Recursos	<ul style="list-style-type: none"><li>• Lapicero</li><li>• Hojas</li><li>• Cuadernos</li><li>• Lápiz</li></ul>



### Inicio

15 MINUTOS



- Brinda a los estudiantes una bienvenida cálida.
- **Pregunta a tus estudiantes:**
  - > ¿Qué sienten al pensar en su futuro?
  - > ¿Será importante pensar en el futuro? ¿Por qué?
  - > ¿Qué podría ocurrir si no planificamos nuestro futuro?
- **Desarrolla las siguientes ideas luego de haber dialogado con los estudiantes:**
  - > La secundaria es una etapa de muchos cambios y situaciones nuevas.
  - > Identificar sus características personales les ayudará a darse cuenta de lo que pueden lograr.
  - > Esto les va a permitir analizar sus capacidades y formar un proyecto de vida.
  - > Es necesario que aprendan a conocerse más y mejor para tomar buenas decisiones.
  - > Menciona que el propósito de la sesión es: "Reconocen sus características personales para desarrollar una visión a futuro"

## Desarrollo

60 MINUTOS



- **Explica lo siguiente:**

- > Intereses - son las preferencias o la motivación que sienten hacia ciertas actividades sin sentirse obligados a realizarlas. Son las cosas que me gustan hacer.
- > Habilidades - son las capacidades en las que se desempeñan bien, el talento, las destrezas que tienen para hacer algo con éxito.

- Solicita a los estudiantes que de forma individual realicen el siguiente ejercicio en su cuaderno:

Identifica tus intereses y habilidades y luego anótalos en el siguiente cuadro:

Mis intereses	Habilidades que me permiten desarrollar mis intereses
Ejemplo: música, deportes, literatura, etc.	Ejemplo: cantar, jugar fútbol, escribir poemas, etc.

- Dibuja o muestra en la pizarra el siguiente escudo de la vida. Explica que, gracias al descubrimiento de las actividades en las que destacan y los intereses que tienen, pueden completar el escudo de su vida relacionando sus interés y habilidades con lo que quieren ser y conseguir.



- Solicita a los estudiantes que dibujen en una hoja su propio escudo de la vida y lo decoren con elementos que represente su identidad (colores favoritos, íconos, figuras que les gustan, etc.).
- Forma grupos de 3 estudiantes para que compartan los escudos de su vida. Refuerza que siempre es importante que cada uno se conozca un poco más, que reconozcamos nuestras características y que sintamos motivación para poder conseguir lo que nos proponemos en la vida.

- **Pregunta a tus estudiantes lo siguiente:**

- > ¿Qué es lo más difícil de imaginar cuando piensan en el futuro?
- > ¿Qué metas comunes han encontrado al compartir con sus compañeros?

- **Desarrolla las siguientes ideas:**

- > Para tener un proyecto de vida sólido tenemos que poder trazarnos metas que vayamos alcanzando hasta lograr nuestro objetivo.
- > Para lograr eso es muy importante poder conocer un poco más de nosotros mismos a través del FODA, es decir, analizar nuestras fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas.

- Solicita a los estudiantes que desarrollen de forma individual en sus cuadernos su FODA personal de acuerdo con el siguiente esquema:

<p><b>Fortalezas (Dependen de mí)</b></p> <p>¿En qué soy bueno?, ¿qué hago bien?, ¿cuáles son mis virtudes?</p>	<p><b>Debilidades (Dependen de mí)</b></p> <p>¿Qué no hago bien?, ¿qué cosa me cuesta trabajo?, ¿cuáles son mis limitaciones?</p>
<p>1.</p> <p>2.</p> <p>3.</p>	<p>1.</p> <p>2.</p> <p>3.</p>
<p><b>Oportunidades (No dependen de mí)</b></p> <p>Situaciones que puedo aprovechar a mi favor</p>	<p><b>Amenazas (No dependen de mí)</b></p> <p>Situaciones que debo evitar porque pueden impedir que logre mis metas</p>
<p>1.</p> <p>2.</p> <p>3.</p>	<p>1.</p> <p>2.</p> <p>3.</p>

- Solicita a los estudiantes que utilicen una hoja en blanco para escribir o dibujar cómo se ven en 5 años a nivel personal y educativo. Para ello, deben utilizar como insumo su escudo de la vida y su FODA personal.
- Invita a los estudiantes a que, en los siguientes días, compartan su texto o dibujo con sus familias y amigos para conocer sus opiniones y apreciaciones.

- **Desarrolla las siguientes ideas:**

- > Elaborar un proyecto de vida te permite identificar aquello que quieres lograr y también qué recursos o medios necesitas para su cumplimiento. Es recomendable acompañarlo con hitos a corto y mediano plazo.
- > Cuando se tiene claro lo que se quiere y cómo obtenerlo, es más sencillo corregir el rumbo cuando se presentan dificultades o imprevistos.
- > Lograr nuestro proyecto nos va a traer satisfacción personal y sentimiento de realización.

 **Cierre** 15 MINUTOS 

- **Realiza las siguientes preguntas:**

- > ¿Por qué es importante conocer nuestras fortalezas y debilidades?
- > ¿Cuáles son las metas más importantes de un adolescente?
- > ¿Qué situaciones pueden impedir que un adolescente alcance sus metas?
- > ¿Qué podemos hacer para evitar esas situaciones?

- **Concluye la sesión destacando las siguientes ideas:**

- > Hoy hemos explorado un poco más sobre nosotros en el presente y también hemos construido una imagen de nuestro futuro.
- > Es importante que seamos conscientes de nuestras fortalezas y debilidades, pero también de aquellas situaciones que debemos aprovechar o evitar para lograr nuestras metas.
- > Durante nuestra adolescencia y juventud se van a presentar situaciones que pueden dificultar el logro de nuestro proyecto de vida, por eso debemos ser responsables en nuestras decisiones y enfocarnos en nuestras metas.
- > También debemos ser flexibles y estar preparados para ajustar nuestros planes cuando sea necesario. Los cambios y desafíos en la vida son inevitables, y la capacidad de adaptarnos es muy importante.





## Taller de tutoría grupal para estudiantes del ciclo VII

### Datos generales

Título del taller	Prevención del embarazo a temprana edad a través del desarrollo de proyecto de vida.
Propósito	Promover prácticas de autocuidado para prevenir el embarazo a temprana edad y desarrollar un proyecto de vida.
Dimensión de la TOE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Personal</li> <li>• Social</li> </ul>
Competencias del CNEB	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Construye su identidad</li> <li>• Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común</li> </ul>
Enfoques transversales del CNEB	<ul style="list-style-type: none"> <li>• De derechos</li> <li>• Igualdad de género</li> </ul>

Sesiones	Propósitos	Criterios
<p><b>01</b> Todos tenemos los mismos derechos</p>	Reconocer que varones y mujeres son iguales en derechos y merecen las mismas oportunidades.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar los mitos y verdades de la igualdad entre varones y mujeres.</li> <li>• Proponer acciones para contribuir a la igualdad entre varones y mujeres en su institución educativa.</li> </ul>
<p><b>02</b> Un embarazo temprano ¡no!</p>	Reflexionar sobre los riesgos asociados al embarazo adolescente para desarrollar prácticas de autocuidado.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar los riesgos asociados al embarazo adolescente.</li> <li>• Proponer acciones para prevenir el embarazo adolescente.</li> </ul>
<p><b>03</b> Conociéndome mejor para elaborar mi proyecto de vida</p>	Reconocer sus características personales y situaciones de amenaza y oportunidad para construir un proyecto de vida.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar fortalezas y debilidades personales.</li> <li>• Elaborar metas para un proyecto de vida a 5 años.</li> </ul>

## Sesión 1: Tenemos los mismos derechos

Propósito	Reconocer que varones y mujeres son iguales en derechos y merecen las mismas oportunidades.
Criterios	<ul style="list-style-type: none"><li>• Explicar los mitos y verdades de la igualdad entre varones y mujeres.</li><li>• Proponer acciones para contribuir a la igualdad entre varones y mujeres en su institución educativa.</li></ul>
Duración	90 minutos
Recursos	<ul style="list-style-type: none"><li>• Hojas</li><li>• Cuadernos</li><li>• Lapiceros</li><li>• Lápiz</li></ul>

### **Inicio** 15 MINUTOS

- Brinda a los estudiantes una bienvenida cálida. Explica que este es un taller de tres sesiones cuyo propósito es: “Promover prácticas de autocuidado para prevenir el embarazo a temprana edad y desarrollar un proyecto de vida”.
- **Pregunta a tus estudiantes:**
  - > ¿Existe desigualdad entre varones y mujeres? ¿Puedes dar ejemplo?
  - > ¿Cuál es la consecuencia de que exista desigualdad entre varones y mujeres?
- Menciona el propósito de la sesión: “Reconocer que varones y mujeres son iguales en derechos y merecen las mismas oportunidades”.

### **Desarrollo** 60 MINUTOS

- Divide a los estudiantes en grupos de máximo 5 personas (intenta que en los grupos haya un balance de varones y mujeres). A cada grupo hazle entrega de la lista que se presenta a continuación. Deben reflexionar acerca de cada afirmación y, por medio del consenso (no lo que opina la mayoría, sino el acuerdo al que llega todo el grupo), decidir si es “verdadero”, es “falso” o si depende de un contexto. Si el grupo no llega a un consenso en alguna de las afirmaciones también lo deben señalar (Paz, 2019).

## Talleres para la prevención del embarazo a temprana edad

<p><b>1.</b> Las mujeres no deben ser mecánicas, futbolistas o conductoras de buses.</p>	<p><b>2.</b> Los varones no deben llorar; si lo hacen son “mujercitas”.</p>	<p><b>3.</b> El machismo es natural, está definido desde la concepción.</p>
<p><b>4.</b> Está bien que una mujer se enamore de un varón sensible, que demuestre emociones, incluso que lllore de vez en cuando.</p>	<p><b>5.</b> Los varones son y serán siempre más importantes que las mujeres.</p>	<p><b>6.</b> Es mejor tener un hijo varón primero y después una mujer, para que el varón la cuide.</p>
<p><b>7.</b> Los varones son mejores para la matemática.</p>	<p><b>8.</b> Niños y niñas deberían jugar, cocinar y cuidar.</p>	<p><b>9.</b> Un buen marido es el que provee todo para el hogar.</p>
<p><b>10.</b> Si los varones no responden económicamente en la casa, no son varones de verdad.</p>	<p><b>11.</b> Las mujeres nacieron para estar en la casa y cuidar de sus hijos.</p>	<p><b>12.</b> Las mujeres que están en el hogar no hacen nada.</p>
<p><b>13.</b> Si una mujer es violada mientras está volviendo a casa de noche, la pregunta que debe hacerse es: ¿Qué hacías a esas horas en la calle?</p>	<p><b>14.</b> Decir “mujercita” es cariñoso, pero decir “hombrecito” es humillante.</p>	<p><b>15.</b> Toda mujer bonita que asciende en su trabajo es porque conquistó al jefe.</p>
<p><b>16.</b> Es normal que las mujeres ganen menos dinero que los varones: siempre ha sido así.</p>	<p><b>17.</b> Los colores rosados son más adecuados para las niñas y los azules, para los niños.</p>	<p><b>18.</b> Es normal que las mujeres bonitas sean acosadas.</p>
<p><b>19.</b> Las mujeres tienen los mismos derechos que los varones.</p>	<p><b>20.</b> Los varones no deben ser enfermeros, profesores de inicial ni manicuristas.</p>	<p><b>21.</b> Las mujeres de cabello corto y que se visten con pantalón todo el tiempo no son femeninas.</p>
<p><b>22.</b> Los varones nacen con más deseo sexual que las mujeres.</p>	<p><b>23.</b> Las hijas mujeres deben ayudar en el hogar; los hijos varones, no.</p>	<p><b>24.</b> Las canchas deportivas de mi barrio son para uso de los varones.</p>
<p><b>25.</b> Las mujeres no deben usar ropa pequeña pues provocan a los varones.</p>	<p><b>26.</b> Los varones deben llegar al matrimonio con varias experiencias sexuales.</p>	<p><b>27.</b> Las mujeres deben llegar al matrimonio con poca o ninguna experiencia sexual.</p>
<p><b>28.</b> Los varones no pueden jugar juegos “de niñas” porque se vuelven homosexuales.</p>	<p><b>29.</b> Los varones deben iniciar su vida sexual temprano, para que aprendan.</p>	<p><b>30.</b> Es normal que un varón adulto conquiste y enamore a una adolescente.</p>
<p><b>31.</b> Las mujeres no deben jugar con carritos ni al fútbol, porque se vuelven lesbianas.</p>	<p><b>32.</b> Varones y mujeres no pueden tener amistad, porque luego se vuelven pareja.</p>	<p><b>33.</b> Las mujeres tienen que ser madres para sentirse realizadas.</p>

## Talleres para la prevención del embarazo a temprana edad

- Lee cada afirmación en plenaria. Cada grupo debe explicar las razones de sus respuestas y, luego, se consulta si otro grupo opina lo mismo o no. En caso la discusión derive en estereotipos negativos, se puede reforzar la reflexión utilizando la guía de respuestas que se presenta a continuación (Paz, 2019).

<p><b>1.</b> Falso. Mujeres y varones pueden realizar las mismas actividades con el mismo desempeño</p>	<p><b>2.</b> Falso. Los varones también tienen derecho a expresar sus sentimientos; eso nos define como humanos</p>	<p><b>3.</b> Falso. El machismo no es natural; es una estructura social aprendida que genera desigualdad y se puede desaprender.</p>
<p><b>4.</b> Verdadero. Los varones tienen derechos a expresar libremente sus emociones. Eso no los hace menos masculinos.</p>	<p><b>5.</b> Falso. Mujeres y varones somos iguales en derechos.</p>	<p><b>6.</b> Falso. Las familias quieren igual a hijas o hijos. Deben ser iguales en derechos y oportunidades.</p>
<p><b>7.</b> Falso. Mujeres y varones tienen las mismas capacidades.</p>	<p><b>8.</b> Verdadero. No existen juegos solo para niñas o solo para niños.</p>	<p><b>9.</b> Falso. Las relaciones de pareja deben ser igualitarias y basarse en el consenso y respeto.</p>
<p><b>10.</b> Falso. Varones y mujeres son corresponsables para el sostenimiento de los hogares.</p>	<p><b>11.</b> Falso. Mujeres y varones tienen las mismas responsabilidades tanto dentro del hogar como fuera de él.</p>	<p><b>12.</b> Falso. Generalmente se dedican al trabajo de cuidados, que no es remunerado, pero es el más importante.</p>
<p><b>13.</b> Falso. Las personas víctimas nunca tienen la culpa. Hay que evitar ese tipo de afirmaciones, que son erradas.</p>	<p><b>14.</b> Falso. Ambas son expresiones que pueden ser válidas, pero hay que considerar que mujeres y varones tienen el mismo valor e importancia.</p>	<p><b>15.</b> Falso. Este es un mito machista. Las mujeres y varones ascienden por su capacidad laboral.</p>
<p><b>16.</b> Falso. Esto es parte de una cultura machista; que las mujeres ganen menos por el mismo trabajo no es normal.</p>	<p><b>17.</b> Falso. Los colores no tienen sexo. Pueden ser tanto para niños como para niñas.</p>	<p><b>18.</b> Falso. Esto es parte de una cultura machista que reproduce la violencia. El acoso nunca es normal.</p>
<p><b>19.</b> Verdadero. Mujeres y varones son iguales en derechos.</p>	<p><b>20.</b> Falso. Varones y mujeres pueden ejercer las mismas profesiones y ocupaciones.</p>	<p><b>21.</b> Falso. Ser femenina no depende de la forma de vestirse o el corte de cabello.</p>
<p><b>22.</b> Falso. El deseo no depende del sexo y tanto mujeres como varones pueden controlarlo.</p>	<p><b>23.</b> Falso. Tanto mujeres como varones deben participar en las tareas del hogar.</p>	<p><b>24.</b> Falso. El espacio público está destinado tanto para mujeres como para varones.</p>

<p><b>25.</b> Falso. Las mujeres pueden vestirse como se sientan cómodas y los varones deben respetarlo.</p>	<p><b>26.</b> Falso. Esto depende de los valores de cada persona, independientemente de su sexo.</p>	<p><b>27.</b> Falso. Esto depende de los valores de cada persona, independientemente de su sexo.</p>
<p><b>28.</b> Falso. Niñas y niños pueden jugar los mismos juegos. La orientación sexual no depende de ello.</p>	<p><b>29.</b> Falso. El inicio sexual depende de cada persona, si se siente preparada y tiene la suficiente madurez.</p>	<p><b>30.</b> Falso. Esto es violencia sexual y es un delito.</p>
<p><b>31.</b> Falso. Niñas y niños pueden jugar los mismos juegos. La orientación sexual no depende de ello.</p>	<p><b>32.</b> Falso. Las relaciones de pareja deben ser decisiones de las personas. Amigas y amigos pueden decidir no ser pareja.</p>	<p><b>33.</b> Falso. La maternidad es una opción de las mujeres. Es legítimo decidir no tener hijos.</p>

- **Pregunta a tus estudiantes:**

- > ¿Por qué es importante reconocer los mitos y verdades relacionados a la igualdad entre varones y mujeres?

- **Desarrolla las siguientes ideas:**

- > En muchas sociedades persisten mitos y prejuicios sobre los roles y expectativas para mujeres y varones, lo que puede limitar las oportunidades y afectar el bienestar de las personas.
  - > Estos estereotipos generan desigualdades que perjudican a las mujeres y a los varones.
  - > La presión para cumplir con estándares de belleza y comportamientos "femeninos" puede afectar la autoestima y la salud mental de las mujeres.
  - > Para ejercer nuestros derechos de manera plena es necesario eliminar prejuicios y construir sociedades más justas.
- Forma un círculo con las sillas en un número menor al de los participantes (si son 23 estudiantes serán 22 sillas). Se pide a los estudiantes que se sienten y queda uno de pie en el medio para dar instrucciones. Cuando dice "ola a la derecha" todos ocupan la silla a su lado derecho; cuando dice "ola a la izquierda" todos ocupan la silla a la izquierda; y cuando diga "maremoto" todos se levantan para cambiar de silla. El estudiante que estaba en el medio también intenta ocupar una silla y quien se queda de pie debe mencionar una acción para contribuir a la igualdad entre varones y mujeres.
- **Los estudiantes se juntan en grupos de 4 y responden a las siguientes preguntas:**
    - > ¿Qué situaciones de desigualdad entre varones y mujeres identificas en tu institución educativa?
    - > ¿Qué acción pueden realizar como equipo para promover la igualdad entre varones y

mujeres en tu institución educativa?

- Los grupos presentan sus respuestas al resto del salón. Haz énfasis en el rol que tienen desde la participación estudiantil para desarrollar proyectos que puedan abordar el tema de manera pública.

mujeres en tu institución educativa?

- Los grupos presentan sus respuestas al resto del salón. Haz énfasis en el rol que tienen desde la participación estudiantil para desarrollar proyectos que puedan abordar el tema de manera pública.

## **Cierre** 15 MINUTOS

- **Realiza las siguientes preguntas:**

- > ¿Cuáles son las consecuencias de una sociedad desigual?
- > ¿Cómo imaginas una sociedad donde haya igualdad real entre varones y mujeres?

- **Concluye la sesión destacando las siguientes ideas:**

- > Todas las personas tienen el mismo potencial para desarrollarse plenamente.
- > Los derechos, deberes y oportunidades de las personas no dependen de si son varones o mujeres.
- > Lo “femenino” y lo “masculino” son nociones que vamos construyendo día a día en nuestras interacciones sociales y que podemos cambiar si asumimos una posición crítica hacia la desigualdad.



## Sesión 2: Un embarazo temprano ¡no!

Propósito	Reflexionar sobre los riesgos asociados al embarazo adolescente para desarrollar prácticas de autocuidado.
Criterios	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar los riesgos asociados al embarazo adolescente.</li><li>• Proponer acciones para prevenir el embarazo adolescente.</li></ul>
Duración	90 minutos
Recursos	<ul style="list-style-type: none"><li>• Hojas</li><li>• Cuadernos</li><li>• Lapiceros</li><li>• Lápiz</li></ul>



### Inicio

25 MINUTOS



- Brinda a los estudiantes una bienvenida cálida.
- Los estudiantes se ponen de pie y se indica que se leerán algunas situaciones y los que están de acuerdo se pondrán al lado derecho, mientras que los que están en desacuerdo se pondrán del lado izquierdo. Luego de leer cada situación, pregunta a los estudiantes por qué decidieron quedarse de un lado o del otro.

#### Situaciones

Tu grupo de amigos te presiona para que inicies tu vida sexual, diciéndote que ya todos lo han hecho.

Tener un proyecto de vida me ayuda a organizar mis metas y contribuye a prevenir un embarazo a temprana edad.

Tu enamorado o enamorada te presiona para tener relaciones sexuales diciéndote que ya llevan un año de relación.

- **Desarrolla las siguientes ideas:**
  - Cada persona tiene el derecho de decidir por sí misma lo que desea hacer con su propia vida y cuerpo. No tienes que aceptar nada que te haga sentir incómodo o forzado.

- > Las relaciones saludables se construyen en base al respeto mutuo, la confianza y el consentimiento. Cuando esto no existe, es mejor terminar con esa relación.
- > Si estuvieras en esa situación, tómate unos minutos para reflexionar si es lo que realmente quieres o si es que te sientes presionado o manipulado para hacerlo. Si lo necesitas, convérsalo con un adulto de tu confianza.
- Menciona el propósito de la sesión: “Reflexionar sobre los riesgos asociados al embarazo adolescente para desarrollar prácticas de autocuidado”.

## **Desarrollo** 50 MINUTOS

- Forma grupos de 4 o 5 estudiantes. Se indica que se dará una historia en tres partes y que, luego de leer cada parte, responderán una serie de preguntas en grupo. No entregues la parte que sigue hasta que terminen de responder las preguntas.

### Historia de Mateo y Lía

Lean la primera parte de la historia y respondan las preguntas en grupo.

#### PARTE 1

Mateo es un joven de 17 años que vive en Lima. Como muchos jóvenes, Mateo estudia, le gusta pasar tiempo con sus amigos, salir con amigas e ir a fiestas. En una de esas salidas conoció a Lía, una joven de 14 años de Tacna, que estaba en Lima por vacaciones. A Mateo le gustó Lía inmediatamente. Salieron los días siguientes. Lía tiene sensaciones que nunca había sentido y solo pensaba en verlo. Mateo sintió que había encontrado al amor de su vida.

#### **Preguntas:**

- **Solicita que compartan sus respuestas en plenaria y desarrolla las siguientes ideas:**
  - > Iniciar una relación de pareja implica un proceso de crecimiento, madurez socioemocional y respeto mutuo.
  - > Es importante saber establecer relaciones que nos motiven a ser mejores, a disfrutar de actividades y aficiones en común, en las que la comunicación, la honestidad y el amor sean visibles.
  - > En la etapa de enamoramiento se suelen vivenciar sueños, metas, alegrías y también desilusiones.

## Historia de Mateo y Lía

Lean la primera parte de la historia y respondan las preguntas en grupo.

### PARTE 2

Mateo y Lía se veían casi todos los días y cuando no estaban juntos se enviaban mensajes y se llamaban por teléfono. Un día, la mamá de Mateo, con quien él vivía, tuvo que ir a cuidar a una tía enferma. Mateo pensó que era la oportunidad para invitar a Lía a su casa. ¡En una de esas pasa algo!, pensó para sí. Lía llegó y conversaron un rato. Mateo le propone a Lía tener relaciones sexuales. Lía está indecisa. Mateo, ante su duda, se enoja con ella.

#### Preguntas:

- ¿Mateo y Lía están preparados para tener relaciones sexuales? ¿Por qué?
- ¿Qué piensan de la actitud de Mateo?
- ¿Qué debería hacer Lía?
- ¿Cómo creen que sigue la historia?

- **Solicita que compartan sus respuestas en plenaria y desarrolla las siguientes ideas:**

- > Tener relaciones sexuales es una decisión individual y de pareja que requiere un alto grado de madurez.
- > El consentimiento es el “permiso” que las personas otorgan para indicar que están de acuerdo con algo. El consentimiento debe expresarse de manera explícita, abierta y clara.
- > Ninguna persona puede obligarnos a hacer algo con lo que no estamos de acuerdo o que nos hace sentir mal.
- > Insistir en una conducta o realizar una acción por la fuerza, por presión o por chantaje emocional es violencia.
- > Ninguna persona debe molestarse por no acceder a hacer algo que no queremos.



## Historia de Mateo y Lía

Lean la primera parte de la historia y respondan las preguntas en grupo.

### PARTE 3

Dos meses después, Lía llamó a Mateo diciéndole que estaba embarazada y que no sabía qué hacer.

#### Preguntas:

- ¿Cómo afectará a Lía y a Mateo el embarazo a temprana edad, la maternidad y la paternidad?
- ¿Cómo Lía y Mateo podrían haber prevenido un embarazo a temprana edad?
- ¿Cómo les ha hecho sentir la historia?
- ¿Conocen algún caso parecido?

- **Solicita que compartan sus respuestas en plenaria y cierra con las siguientes ideas:**
  - > Un embarazo adolescente afecta de manera diferente a mujeres y varones. Las principales consecuencias para las mujeres se relacionan con su salud y su educación. Además, la economía de ambos puede verse afectada.
  - > La decisión de ser madre o padre debe ser tomada con responsabilidad y cuando se tiene la madurez física y emocional suficiente.
  - > Es preferible postergar la maternidad o la paternidad hasta cumplir las metas personales que tenemos en nuestro proyecto de vida.
- Pide a los estudiantes que en sus grupos de trabajo realicen una expresión artística que promueva la prevención del embarazo a temprana edad.



**Cierre**

15 MINUTOS



- **Solicita que compartan sus respuestas en plenaria y cierra con las siguientes ideas:**
  - > Un embarazo adolescente afecta de manera diferente a mujeres y varones. Las principales consecuen
- **Realiza las siguientes preguntas:**
  - > ¿Las consecuencias del embarazo adolescente son iguales para varones y mujeres? ¿En qué se diferencian?
  - > ¿Tener un hijo en la adolescencia podría afectar mis planes de vida? ¿De qué forma?

- > ¿En qué situaciones debo decir “no” para prevenir el embarazo adolescente?
- > Concluye la sesión destacando las siguientes ideas:
- > Las personas tenemos que tomar nuestras propias decisiones, sin presión ni chantaje ni amenazas.
- > Tener metas claras de lo que queremos en el futuro nos ayuda a tomar decisiones adecuadas en el presente.
- > Existen situaciones de riesgo que pueden limitar nuestro proyecto de vida.
- > El embarazo adolescente es un factor de riesgo que afecta nuestro bienestar y desarrollo integral.
- > Tenemos que aprender a tomar decisiones adecuadas y a decir “no” frente a la presión de grupo, incluso de la pareja.
- > Una estudiante embarazada o madre tiene derecho a continuar su trayectoria educativa, tal como se establece en la Ley N° 29600, Ley que fomenta la reinserción escolar por embarazo



## Sesión 3: Conociéndome mejor para elaborar mi proyecto de vida.

Propósito	Reconocer sus características personales y situaciones de amenaza y oportunidad para construir un proyecto de vida.
Criterios	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar fortalezas y debilidades personales.</li><li>• Elaborar metas para un proyecto de vida a 5 años.</li></ul>
Duración	90 minutos
Recursos	<ul style="list-style-type: none"><li>• Hojas</li><li>• Cuadernos</li><li>• Lapiceros</li><li>• Lápiz</li></ul>



### Inicio

15 MINUTOS



- Brinda a los estudiantes una bienvenida cálida.
- Pregunta a tus estudiantes:
  - > ¿Por qué creen que es importante planear nuestro futuro?
  - > ¿Qué les entusiasma más sobre su futuro?
  - > ¿Qué cosas pueden ocurrir si no planeamos nuestro futuro?
- Desarrolla las siguientes ideas, luego del diálogo:
  - > Un proyecto de vida nace de conocerse a uno mismo en sus diferentes facetas.
  - > Es fundamental reflexionar sobre tus fortalezas y habilidades, sobre tus prioridades y tu visión a futuro.
  - > Elaborar un proyecto de vida nos ayuda a responder preguntas como: ¿quién soy yo?, ¿Quién quiero ser?, ¿Qué papel tengo en el mundo?
- Menciona el propósito de la sesión: "Reconocer sus características personales y situaciones de amenaza y oportunidad para construir un proyecto de vida".



### Desarrollo

60 MINUTOS



- Explica que un proyecto de vida se comienza desde el autoconocimiento. Por eso es muy importante que tengas un diagnóstico personal que te permita reconocer tus fortalezas y debilidades.

## Talleres para la prevención del embarazo a temprana edad

- Se reconocen fortalezas y debilidades a través de la siguiente tabla que realiza cada estudiante en su cuaderno. Además, el estudiante tiene que determinar la importancia de cada una tomando como referencia una escala del 0 a 10, en la que 10 es el nivel máximo de importancia y 0 es ninguna importancia.

<b>Fortaleza</b> (cualidades que te facilitan alcanzar tus objetivos)	<b>Importancia del 0 al 10</b>	<b>Debilidad</b> (cualidades que se convierten en desventajas para el logro de objetivos)	<b>Importancia del 0 al 10</b>
1.		1.	
2.		2.	
3.		3.	
4.		4.	
5.		5.	

- Explica que proyectarnos al futuro implica también conocer las oportunidades que nos da la vida, aquellos factores positivos y favorables que existen en nuestro entorno y que nos permiten alcanzar nuestros objetivos. Así también, es fundamental conocer los obstáculos que podrían presentarse para prevenir sus posibles efectos negativos y que no amenacen el logro de nuestros objetivos.
- Se reconocen oportunidades y amenazas a través de la siguiente tabla que realiza cada estudiante en su cuaderno. Además, el estudiante vuelve a determinar la importancia de cada una tomando como referencia una escala del 0 a 10, en la que 10 es el nivel máximo de importancia y 0 es ninguna importancia. Pueden considerarse los factores de exploración para facilitar la reflexión del estudiante.

<b>Factores de exploración</b>	<b>Oportunidades</b> (circunstancias que podrían beneficiarte para alcanzar tus metas)	<b>Importancia del 0 al 10</b>	<b>Importancia del 0 al 10</b>
Familiar			
Educativo			
Social			
Tecnológico			
Cultural			
Económico			

- Solicita que los estudiantes ordenen sus FODA de acuerdo con la siguiente distribución y considerando la información de las tablas anteriores:

<b>Debilidades más significativas</b> (nivel de importancia del 5 a 10)
<b>Debilidades menos significativas</b> (nivel de importancia del 0 a 4)

<b>Fortalezas más significativas</b> (nivel de importancia del 5 a 10)
<b>Fortalezas menos significativas</b> (nivel de importancia del 0 a 4)

<b>Situación ideal</b> (oportunidades con nivel de importancia 8 a 10 y amenazas con nivel de importancia 0 a 3)
<b>Situación especulativa</b> (oportunidades con nivel de importancia 8 a 10 y amenazas con nivel de importancia 8 a 10)

<b>Situación neutral</b> (oportunidades con nivel de importancia 0 a 4 y amenazas con nivel de importancia 0 a 4)
<b>Situación conflictiva</b> (oportunidades con nivel de importancia 0 a 3 y amenazas con nivel de importancia 8 a 10)

- Resalta el hecho que identificar nuestras fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas nos da mayores luces para poder decidir y planear nuestro futuro y metas. También es útil para identificar qué cosas debemos mejorar, cuáles aprovechar y qué otras evitar en nuestro desarrollo personal.
- Solicita a los estudiantes que se reúnan en parejas para compartir sus hallazgos y apreciar el FODA del compañero. Motívalos a intercambiar opiniones sobre sus fortalezas y debilidades más significativas, así como sobre sus situaciones ideales y conflictivas.
- Para terminar, cada estudiante reflexiona sobre su proyecto de vida de manera individual en una hoja respondiendo a las siguientes preguntas:
  - > ¿Cuáles son mis metas en los próximos 5 años?
  - > ¿Qué cualidades y situaciones me van a permitir lograrlas?
  - > ¿Qué cualidades y situaciones me van a impedir o limitar el poder lograrlas?
- Invita a los estudiantes a que, en los siguientes días, compartan sus descubrimientos de estos ejercicios con sus familias y amigos para conocer sus opiniones y apreciaciones.



## Cierre

15 MINUTOS



- **Realiza las siguientes preguntas:**

- > ¿Cuáles son las metas más importantes de un adolescente?
- > ¿Qué situaciones pueden impedir que un adolescente alcance sus metas?
- > ¿Qué podemos hacer para evitar esas situaciones?
- > ¿Qué podemos hacer para alcanzar las metas de nuestro proyecto de vida?

- **Concluye la sesión destacando las siguientes ideas:**

- > Planificar y establecer tus metas debe responder a tu realidad, a tus posibilidades y cualidades.
- > Para eso debe lograr un conocimiento personal y de tu contexto. Toma en cuenta aquello que sí depende de ti y no del azar o de una situación externa.
- > No podemos adelantarnos a lo que ocurrirá en el futuro, pero pensar en un proyecto de vida nos ayuda a tener una dirección incluso en los momentos de mayor dificultad o incertidumbre.

Para conocer la mejor forma de acompañar el embarazo y maternidad temprana desde la escuela, te invitamos a revisar nuestra cartilla:

**Ruta para el acompañamiento a estudiantes en situación de embarazo y maternidad**



## REFERENCIAS

MINEDU (2016) Currículo Nacional de la Educación Básica.

MINEDU (2021a). ¿Es amor lo que siento? Guía de prevención de la violencia de género para adolescentes.

MINEDU (2021b). Guía para promover la continuidad educativa de estudiantes en situación de embarazo y maternidad, a temprana edad, en el marco de la Tutoría y Orientación Educativa.

MINEDU (2021c). Orientaciones pedagógicas para prevenir la interrupción de los estudios en el nivel de secundaria.

Paz, Diego (2019). Guía metodológica para la prevención del embarazo adolescente.

