



# I.E. JUAN DE LA CRUZ POSADA

ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR EN CASA DURANTE  
LA CONTINGENCIA POR EL COVID-19  
ÁREA: ÉTICA Y VALORES

GRADO: 8º2

AÑO: 2020.

**Área:** Ética y Valores

**Grupo:** Octavo Dos

**Periodo:** 1

**Docente(s):** Hermel Benítez Tordecilla

**Fecha de desarrollo:** Abril 28, 2020

## REFERENTES DE CALIDAD: COMPETENCIA(S)-ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIAS

Comprendo la importancia de valores básicos de la convivencia ciudadana como la solidaridad, el cuidado, el buen trato y el respeto por mí mismo y por los demás, y los practico en mi contexto cercano (hogar, salón de clase, recreo, etc.).

## OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

Valorar el rol de hombre y mujer y la formación de una familia reconociéndola como la primera formadora en valores y normas para que se integren de manera asertiva en el proceso del estudiante, promoviendo las buenas relaciones, la solución de problemas y la sana convivencia.

## CONOCIMIENTOS BÁSICOS:

El estudiante conoce los diferentes valores que debe poner en práctica para llevar una convivencia sana con sus familiares y demás miembros de una comunidad.

## RECURSOS Y MATERIALES:

**Materiales o insumos para el taller:** videos, texto de lectura, imágenes, presentaciones en Power Point, actividades prácticas como experimentos con la lista de los respectivos materiales, fotocopias, direccionamiento a link en internet relacionado con lo tratado entre otros.

### **La pandemia de coronavirus pone a prueba a la familia**

Texto recuperado de: <https://www.lavanguardia.com/magazine/20200322/474261347020/pandemia-coronavirus-familia-parenting-confinamiento.html>

### **Cómo preparar a la familia ante la pandemia del coronavirus**

Texto recuperado de: <https://weather.com/es-US/espanol/coronavirus/news/2020-03-23-como-preparar-familia-pandemia-coronavirus>



### CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

El estudiante:

- Conoce los diferentes tipos de valores que le permiten vivir en comunidad.
- Analiza en forma eficaz las diferentes situaciones que podrían afectar una buena convivencia con los miembros de su comunidad.

### ACTIVIDADES

**Actividad de inicio: (GUÍA TEÓRICA-Conceptos).** Explicación de la dinámica de trabajo y la temática a abordar (videos, texto de lectura, imágenes, presentaciones en Power Point, entre otros)

## La pandemia de coronavirus pone a prueba a la familia

*Un nueva rutina y hábitos saludables son básicos para la convivencia de 24 horas que impone el confinamiento*

Eva Millet -22/03/2020 08:00 | Actualizado a 25/03/2020 17:35

El confinamiento a raíz del Covid-19 ha puesto a las familias en una situación excepcional, la de pasar las veinticuatro horas juntos, en casa. Una situación agobiante, pero también una oportunidad de pasar un difícil examen familiar en el que no hace falta sacar un sobresaliente: con un aprobado, basta.

Varias semanas en casa, con los hijos. Sin apenas poder salir y con la incertidumbre sobrevolando nuestras vidas. La perspectiva, no nos vamos a engañar, es dura. Para empezar, porque la situación obliga a cambiar, drásticamente, de ritmo. Y eso cuesta en una sociedad *adicta* a una hiperactividad a la que los pequeños no son ajenos. En los últimos años los niños han sido arrastrados a unas existencias frenéticas. A unas jornadas en las que escasean el juego libre y las horas sin pautar que han sido sustituidos por *agendas de ministro*, trufadas de horas de colegio, extraescolares, pantallas y constantes actividades.

### El papel de los padres

**Tienen que ejercer de maestros, cuidadores, compañeros de juegos y ‘policías’.** Nunca niños y adultos habían pasado tan poco tiempo en casa. Sin embargo, un virus aún más frenético que nuestra sociedad nos obliga a parar en seco. Y a convivir a tiempo completo, poniendo a millones de familias en una situación difícil de gestionar. Tenemos que ejercer de maestros y de cuidadores. Instaurar unos hábitos en el hogar. Ser compañeros de juegos, pero también, marcar unos límites, ser policías. E informarles de lo que ocurre sin causarles pánico ni angustia. Todo un reto”.

La psicóloga [Maribel Martínez](#), otra especialista en terapia familiar, coincide que ésta es una situación inédita: “Porqué si para los adultos esta situación es difícil, para los hijos también todo es incertidumbre”.

Independientemente de la edad: “Los más pequeños sufren porque no entienden nada y quieren salir a jugar y no pueden... Y los más mayores, entienden demasiado y no lo digieren. ¡Es tremendo para todos!”.

### Cómo preparar a la familia ante la pandemia del coronavirus

El COVID-19 continúa expandiéndose a nivel mundial y está modificando nuestros hábitos sociales, vidas laborales y comunidades. Hay precauciones que todas las personas pueden tomar para ayudar a prepararse en caso de que se produzca un brote en su comunidad. El Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) aconsejan 1) Crear un plan de acción familiar antes de que se produzca un brote en tu área.



## I.E. JUAN DE LA CRUZ POSADA

ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR EN CASA DURANTE  
LA CONTINGENCIA POR EL COVID-19  
ÁREA: ÉTICA Y VALORES

GRADO: 8°2

AÑO: 2020.

- **Comunícate.** Habla con las personas que deben estar incluidas en el plan familiar. Conversa con los miembros de la familia, así como con otros parientes y amigos, sobre qué hacer en caso de que se produzca un brote de COVID-19 en su comunidad, y sobre cuáles serán las necesidades de cada persona.
- **Haz un plan para las personas que corran más riesgo.** Es posible que los adultos mayores y aquéllos que tengan afecciones médicas subyacentes estén en mayor riesgo de sufrir complicaciones graves a causa del COVID-19. Si tú o alguien de tu familia están en mayor riesgo de experimentar estas complicaciones, consulta con el proveedor de atención médica para obtener más información sobre cómo controlar el coronavirus. El CDC recomienda medidas para ayudar a mantener saludables a las personas en riesgo de complicaciones si se produce un brote de COVID-19 en tu comunidad.
- **Habla con tus vecinos.** Creen un plan de emergencia juntos. Intercambien su información de contacto en caso de emergencia. Verifica si tu vecindario tiene una página en las redes sociales y considera unirse a ésta para tener acceso a los vecinos, la información y los recursos.
- **Familiarízate con las organizaciones de ayuda de tu comunidad.** Crea una lista de organizaciones locales con las que tú y tu familia puedan comunicarse en caso de que necesiten acceso a información, servicios de atención médica, apoyo y recursos. Te recomendamos que incluyas a las organizaciones que proporcionan servicios de salud mental o asesoramiento, alimentos y otros suministros.
- **Actualiza tu lista de contactos de emergencia.** Asegúrate de que tu familia cuente con una lista de contactos de emergencia de los familiares, amigos, vecinos, conductores de vehículos compartidos, proveedores de atención médica, maestros, empleadores, el departamento de salud pública local y otros recursos de la comunidad. Coloca esta lista en una ubicación de fácil acceso y asegúrate de que todas las personas de la casa sepan dónde encontrarla.

El CDC sugiere que las 2) personas practiquen buenos hábitos de salud personal y planeen más medidas en el hogar.

- **Practica medidas preventivas todos los días para evitar la propagación del COVID-19.** Recuérdales a todas las personas de tu familia sobre la importancia de las medidas preventivas, como evitar el contacto cercano con las personas que están enfermas; quedarse en casa cuando están enfermas, excepto que requieran de atención médica; cubrirse la boca cuando tosen y la nariz cuando estornudan con un pañuelo de papel y limpiar diariamente las superficies y los objetos de contacto frecuente, como las mesas, las mesadas, los interruptores de luz, los picaportes y las manijas de los cajones.
- **Lávate las manos.** Lávate las manos a menudo con agua y jabón durante, al menos, 20 segundos, especialmente después de usar el baño, antes de comer y después de sonarte la nariz, toser o estornudar. Si no hay agua y jabón disponibles, usa un desinfectante para manos con al menos el 60% de alcohol.
- **Practica protocolos de desinfección adecuados.** Aquí puedes encontrar una lista de todos los productos de desinfección aprobados por el programa de patógenos virales emergentes de la Agencia de Protección Ambiental (EPA, por sus siglas en inglés). La lista es mantenida por el Centro de Química de Biocidas (CBC, por sus siglas en inglés) del Consejo Estadounidense de Química. Siempre debes seguir las instrucciones del fabricante para todos los productos de limpieza y desinfección.
- **Separa las personas enfermas de las sanas.** Designa una habitación de tu casa que pueda usarse para separar a los miembros enfermos de la familia de aquéllos que están saludables. Si puedes, designa también un baño separado para que usen las personas enfermas. Planifica la limpieza de las habitaciones según sea necesario cuando una persona esté enferma. Aprende a cuidar de una persona que tiene COVID-19 en casa [aquí](#).



## I.E. JUAN DE LA CRUZ POSADA

ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR EN CASA DURANTE  
LA CONTINGENCIA POR EL COVID-19  
ÁREA: ÉTICA Y VALORES

GRADO: 8°2

AÑO: 2020.

- **Prepárate para los cierres.** En un esfuerzo por disminuir la propagación del coronavirus, podrían producirse alteraciones en la comunidad. Probablemente se modifique el funcionamiento diario de las escuelas, los centros de cuidado diurnos y los lugares de trabajo.
- **Familiarízate con el plan de operaciones de emergencia de la escuela o el centro de cuidado infantil de tu hijo/a.** Los funcionarios de salud pública podrían recomendar exenciones temporarias en las escuelas para ayudar a reducir la propagación de la enfermedad. Las autoridades escolares también podrían tomar la decisión de cerrar una escuela si se ausentan demasiados estudiantes o miembros del personal. Consulta con la escuela o visita el sitio web de ésta para obtener información sobre el plan para continuar los servicios educativos y sociales (como los programas de comidas para los estudiantes y el aprendizaje en línea) durante el cese de las escuelas. Si tu hijo/a asiste a un instituto o universidad, aliéntalo a conocer el plan de dicha institución en caso de un brote de COVID-19.
- **Familiarízate con el plan de tu empleador para responder al brote.** Pregunta sobre las políticas de licencia por enfermedad y las opciones de teletrabajo para los trabajadores que están enfermos o necesitan quedarse en casa para cuidar de miembros enfermos de la familia. Entérate cómo pueden las empresas y los empleadores hacer planes para responder al COVID-19 [aquí](#).

3) Si se produce un brote en tu comunidad, pon el plan para tu familia en acción.

- **Protégete a ti mismo y protege a los demás.** Mantente en casa cuando llegues de trabajar, de la escuela y de cualquier otra actividad si experimentas síntomas como fiebre, tos o dificultad para respirar, o si un miembro de tu familia está enfermo.
- **Distánciate de los demás.** Mantente alejado de las personas que estén enfermas y limita el contacto cercano con otros, ya sea que estén enfermos o saludables, lo más posible. La distancia recomendada es de 6 pies (1,8 m).
- **Mantente en contacto con los demás por teléfono o correo electrónico.** Si vives solo y te enfermas durante un brote de COVID-19, podrías necesitar ayuda. Si tienes una afección médica crónica y vives solo, pídeles a tus familiares, amigos y proveedores de atención médica que se comuniquen contigo para saber cómo te encuentras durante el brote. Mantén el contacto con tus familiares y amigos que tengan afecciones médicas crónicas.
- **Mantén a tus hijos pequeños y adolescentes en casa.** Si bien la distancia social puede ser aburrida y aislante para los niños, evita llevarlos a jugar con otros niños y asistir a actividades sociales. Para ayudar a reducir la propagación del COVID-19 en la comunidad, pídeles a tus hijos pequeños y adolescentes que no se reúnan en lugares públicos cuando se los exima de la escuela.
- **Piensa en la salud mental y emocional.** Los brotes pueden ser estresantes tanto para los adultos como para los niños. Los niños pueden responder de manera diferente que los adultos a las situaciones. Asegúrate de hablar con ellos sobre el brote. Intenta permanecer tranquilo y asegurarles que están a salvo. Alienta a los niños a hablar sobre los eventos y a hacer preguntas. Toma descansos de mirar, leer y escuchar noticias sobre el brote. Conéctate con tus familiares y amigos de manera virtual para saber cómo están.
- **Mantente en contacto con el trabajo.** Notifícale a tu empleador lo antes posible si cambia tu cronograma. Si tú o alguien de tu familia se enferma y tiene síntomas de coronavirus, o si la escuela de tu hijo se cierra temporalmente, pide permiso para trabajar desde casa o tómate licencia.



## I.E. JUAN DE LA CRUZ POSADA

ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR EN CASA DURANTE  
LA CONTINGENCIA POR EL COVID-19  
ÁREA: ÉTICA Y VALORES

GRADO: 8°2

AÑO: 2020.

- **Mantente en contacto con las escuelas.** Si tu hijo/a se enferma y tiene síntomas de COVID-19, notifícalo al centro de cuidado infantil o a la escuela. Habla con los maestros sobre las tareas de clase y las actividades que pueden hacer desde casa para mantenerse al día con las tareas escolares.
- **Mantente informado.** Obtén información actualizada sobre la actividad local del COVID-19 por parte de los funcionarios de salud pública. Mantente atento a los ceses escolares temporarios y a los cierres de negocios de tu área.

Un brote de COVID-19 puede durar mucho tiempo y afectar gravemente a las personas, a las familias y a las comunidades. Una vez que finalice el brote de COVID-19 en tu comunidad, tómate tiempo para evaluar tu plan familiar. Habla sobre lo que funcionó y lo que podría haberse hecho mejor. Participa en debates de la comunidad sobre planificación para casos de emergencia y cuéntales a los demás lo que te funcionó y lo que no, y sugiere formas en las que la comunidad podría prepararse para emergencias futuras. Comunícate con tus familiares y amigos y espera un tiempo para permitir que las ansiedades disminuyan. Continúa llevando a cabo medidas preventivas todos los días, como quedarte en casa cuando estás enfermo, cubrirte el rostro cuando toses o estornudas y lavarte las manos con frecuencia.

**Actividad central:(GUÍA PRÁCTICA).** Actividad práctica relacionada con el tema abordado, por ejemplo, lista de preguntas a resolver posterior a los videos, reflexión a partir de la lectura realizada, creación de un material (manualidad, dibujo, cartelera, elaboración de carta, entre otros.)

De acuerdo con la lectura, realice:

- 1) Describa cuáles estrategias propuestas por el CDC han sido puestas en práctica en su hogar durante esta etapa de confinamiento obligatoria decretada por el Gobierno nacional para evitar la propagación del Coronavirus.
- 2) Elabore un Mapa mental donde plasme las sugerencias y/o consejos dados por el CDC a llevar a cabo en los hogares antes, durante y después de esta pandemia.

Como elaborar un mapa mental: [http://www.trabajo.com.mx/como\\_elaborar\\_un\\_mapa\\_mental.htm](http://www.trabajo.com.mx/como_elaborar_un_mapa_mental.htm)

- 3) Describa y dé ejemplos de 5 valores que hayan sido muy evidentes para llevar una buena convivencia en su hogar durante esta etapa de aislamiento.
- 4) Si por el contrario, hubo situaciones de conflicto, cite cuáles antivalores se evidenciaron en esta convivencia.

### PRODUCTO DEL TALLER (EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE)

Especificar qué producto deben entregar los estudiantes.

Desarrollar el taller propuesto en el cuaderno, luego tomar fotos y enviarlas al correo [hermelb2000@gmail.com](mailto:hermelb2000@gmail.com)

(Éste será revisado y evaluado una vez se normalice la situación). Sustentación oral o escrita de dicha actividad.