

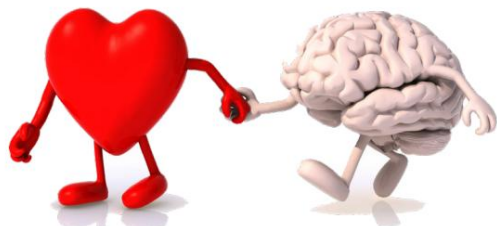
## Habilidades para pedir ayuda

### Guía de actividades para los grados K-2



# Know Your Neuro

#### Preguntas del cuestionario en vídeo



1. ¿Qué son las habilidades para "pedir ayuda"? Respuesta: Tu capacidad para pedir ayuda.
2. ¿Qué impide a las personas pedir ayuda? Respuesta: A veces, las personas no piden ayuda porque tienen miedo, vergüenza o piensan que molestarán a alguien si lo hacen.
3. ¿Cuál es el primer paso para pedir ayuda? Respuesta: Levanta la mano y di: "Yo necesito ayuda."
4. ¿Cuáles son otras formas de pedir ayuda? Respuesta: Di: 'Todavía no entiendo. Por favor 'Ayuda' o 'Sé esto, pero necesito ayuda para recordar cómo hacerlo'.
5. ¿Cuál es el segundo paso al pedir ayuda? Respuesta: Encontrar buenos ayudantes que puedan ayudar. tú.
6. ¿Qué es un buen ayudante? Respuesta: Un buen ayudante es alguien que te ayudará. cuando lo pidas.

## Aprendizaje a largo plazo

#### La ayuda te hace más fuerte.

Pida a los estudiantes que compartan o escriban maneras en que pedir ayuda puede fortalecerlos. En el video se mencionaron los siguientes tres puntos: a) aprender cosas nuevas, b) comprender las cosas de maneras nuevas y c) sentirse bien consigo mismos por haber pedido ayuda.

#### Manos que ayudan

Pida a los alumnos que tracen el contorno de su mano, la mano de un amigo o la mano del profesor. en un trozo de papel. A lo largo de cada dedo escribe una forma en que podrían pedir ayuda. Algunos ejemplos son:

- 'Puedo ayudar.'
- ¿En qué puedo ayudar?
- ¿Necesitas ayuda?
- ¿Puedo ayudarlo?

#### Cadena de ayuda

Durante toda la semana, cada vez que un estudiante pida ayuda, añade un clip a una cadena de clips. Anima a los estudiantes a ver qué tan larga pueden hacer la cadena al final de la semana.

#### ¿Quiénes son tus ayudantes?

Lee los siguientes escenarios y pide a los estudiantes que compartan a quién y cómo pedirían ayuda si:

1. Alguien te dice algo hiriente durante el recreo.
2. Un amigo quiere que rompas una regla con él.
3. Un grupo te deja fuera de un juego.
4. Alguien hiere tus sentimientos y te hace sentir triste.
5. Tienes dificultades con una actividad escolar.
6. Te sientes muy enojado por algo.
7. Te sientes muy solo y quieres jugar.
8. No sabes cómo hacer tus deberes.



#### Encuentra a los ayudantes

Veán el video "Canción para pedir ayuda" y pregunten a los estudiantes cuántas personas que ayudan vieron en él. Anímenlos a pensar en otras personas que realizan trabajos de ayuda y en cuándo podrían ser de ayuda.

Lección en vídeo: Identifica a todos los ayudantes que aparecen en el vídeo.  
<https://www.youtube.com/watch?v=ohkiH4NGogp>