

RETORNO SEGURO A CLASES

“Salud, bioseguridad y gestión emocional”

Compendio de actividades
para maestras y maestros

Nivel
INICIAL



KOICA
Agencia de Cooperación
Internacional de Corea

World Vision ®

World Vision Bolivia:

Retorno Seguro a Clases: Salud, bioseguridad y gestión emocional.
Compendio de actividades para el desarrollo de habilidades para la vida en educación inicial comunitaria vocacional.

Dirección de Calidad Programática:

Mauricio Velazco

Gerente de Especialidades Técnicas

Elaboración:

Equipo Técnico Proyecto Complementario Retorno Seguro a Clases

Jesica Gonzales Cusicanqui

Bismarck Taboada Huallpa

Asesoramiento Técnico

Rosse Mary Godoy Navarro

Nelvy Cáceres Martínez

Neva Terrazas Carafa

Diseño e Ilustración:

Monocroma Productora Audiovisual

Impreso por:

Junio, 2022

Visión Mundial Bolivia

Av. Hernando Siles No.6023

www.visionmundial.org.bo

La Paz - Bolivia

01	Introducción	
02	Estructura general de la guía	
	Metodología y enfoque pedagógico	6
	Objetivo holístico	6
	Competencias de la comunidad educativa	6
	Criterios de evaluación	7
	Matriz de contenidos	7
03	Recomendaciones para la facilitación	
04	Unidades temáticas	
	Educación para la salud y medidas de bioseguridad	11
	Estructura de la unidad temática	12
	Conceptos básicos	12
	Actividades	17
	Gestión emocional y contención psicoafectiva	24
	Estructura de la unidad temática	25
	Conceptos básicos	25
	Actividades	30
	Mantenimiento y gestión de servicios sanitarios	35
	Estructura de la unidad temática	36
	Conceptos básicos	36
	Actividades	41
05	Bibliografía	

Guía de capacitación para maestras y maestros **compendio de actividades para nivel inicial**

Retorno Seguro a Clases

“Salud, bioseguridad y gestión emocional”

La política educativa nacional establece que la Educación Inicial en Familia Comunitaria Vocacional comprende la formación básica, intracultural, intercultural y plurilingüe, integral, cualitativa, vocacional, inclusiva y de calidad.

- 1. Básica:** porque constituye el cimiento fundamental para todo el proceso de formación posterior.
- 2. Intracultural:** intercultural y plurilingüe, porque parte de las experiencias, saberes, conocimientos, lenguas y tecnologías propias complementadas con los de otras culturas.
- 3. Integral:** porque permite desarrollar diferentes potencialidades y capacidades prácticas y teóricas.
- 4. Vocacional:** porque se apoya a identificar la vocación de acuerdo a sus talentos, habilidades, aptitudes e interés en relación con la ciencia, la cultura y el trabajo productivo.
- 5. Inclusiva:** porque abre oportunidades de formación a la población en situación de vulnerabilidad social, principalmente de las y los estudiantes con discapacidades con sus formas de comunicación alternativa y de talento extraordinario.
- 6. De calidad:** porque forma a las y los estudiantes en sus principios, valores e identidad; con capacidad de crear y recrear los saberes y conocimientos locales y universales, aplicando en la práctica los conocimientos concibiendo su utilidad, en convivencia armónica con su comunidad y la Madre Tierra.



Bajo este marco, la estrategia de educación de Visión Mundial Bolivia se alinea al modelo educativo socio comunitario y al enfoque de habilidades para la vida, que involucra el asociarse con familias, comunidades, escuelas y otros sectores involucrados, para construir desde las prácticas, conocimientos, saberes y tradiciones locales, la educación y desarrollo de habilidades en niños, niñas y adolescentes.

Las habilidades para la vida son “activos” que una persona adquiere a lo largo de su vida, que le facilitan transformar y enfrentarse con éxito a los desafíos de la vida diaria, para tener una vida productiva y plena; son una construcción de aprendizajes que se ponen en acción en el aprender, jugar, trabajar, vivir y tener una vida espiritual en interacción con las y los demás.

Asimismo, en el marco del contexto derivado por la emergencia sanitaria del COVID – 19, se han desarrollado diferentes políticas a través de los ministerios de salud y educación para garantizar un retorno a clases presenciales y semipresenciales, como parte del ejercicio del derecho a la educación de las/os estudiantes. En este sentido, a partir de las resoluciones biministeriales emitidas en el año 2021 y 2022, referidas a las consideraciones para un **retorno seguro a clases y protocolos de bioseguridad**, se presenta una guía que pueda apoyar a las/os maestras/os en la gestión curricular, incorporando temas que coadyuven a mantener las **medidas de bioseguridad, promover prácticas de higiene, salud física y salud mental** que comprendan un entorno seguro para toda la comunidad educativa.

En este marco se presenta una guía que propone actividades, orientadas al desarrollo de las cuatro dimensiones: **ser - saber – hacer – decidir**. Alienta a la/el maestra/o a desarrollar actividades nuevas a partir de las vivencias cotidianas, que sean significativas para el grupo, rescatar saberes locales involucrar a la familia y que niñas y niños desarrollen sus capacidades y habilidades y sientan las bases para toda la vida.

Metodología y enfoque pedagógico

La presente guía **contempla una compilación de buenas prácticas en las escuelas**, considerando los programas de estudio del Ministerio de Educación de Bolivia, para los niveles como son; Educación Inicial en Familia Comunitaria, Educación Comunitaria Primaria Vocacional, y Educación Comunitaria Secundaria Productiva del sistema educativo de Bolivia.

El enfoque de la Educación Inicial - Primaria - Secundaria es: **integral** porque permite el fortalecimiento de capacidades, cualidades y potencialidades a través de las dimensiones **ser – saber – hacer – decidir**. En la perspectiva de la formación integral de las y los estudiantes, el proceso educativo articula y promueve el continuo **desarrollo de las capacidades, cualidades y potencialidades de las y los estudiantes** orientado a la transitabilidad y logro de los siguientes.

EDUCACIÓN INICIAL EN FAMILIA COMUNITARIA



Asimismo, la articulación y énfasis en los contenidos temáticos y actividades pedagógicas plasmadas, fueron concretadas con base a los Programas de Estudio de la Gestión 2022, y su articulación en los Campos del Saber o Conocimiento del Currículo Educativo Nacional.

Objetivo holístico

Fortalecer la estructura y capacidades de la comunidad educativa de respuesta al COVID – 19 (SER) y otras enfermedades infecciosas, a través de la gestión del conocimiento sobre salud, gestión emocional y gestión de servicios sanitarios (SABER) que puedan promover hábitos saludables en la comunidad educativa organizada activamente (DECIDIR) en acciones prácticas que mejoren su entorno educativo para un retorno seguro a clases (HACER).

Objetivo holístico del nivel inicial

Valoramos los hábitos saludables de la familia y comunidad (SER) conociendo las actividades de higiene, medidas de bioseguridad y cuidado de la salud física y las emociones (SABER) practicando las mismas diariamente (HACER) para vivir en armonía, cuidando nuestro cuerpo y el entorno (DECIDIR).

Competencias de la comunidad educativa

Las competencias de la comunidad educativa refieren al saber y el hacer de los actores de la comunidad educativa, siendo la combinación integrada de conocimientos, habilidades y actitudes, poniendo en acción su desempeño y coadyuvar en la consolidación de la práctica de hábitos de higiene, dentro del área escolar movilizando a todos los recursos para lograr una unidad educativa limpia y sostenible.

Con la implementación de la guía de capacitación: Retorno seguro a clases “Salud, bioseguridad y gestión emocional” los estudiantes podrán desarrollar las siguientes competencias:

- **Aplica hábitos de salud e higiene** dentro del área escolar para la prevención y gestión del COVID – 19 y otras enfermedades infecciosas, movilizando a la comunidad educativa y sus recursos.
- **Gestiona sus emociones y pensamientos** en un proceso de autoconocimiento, autovaloración y autocuidado que genera bienestar y relaciones interpersonales solidarias y saludables en la comunidad educativa.
- **Aplica acciones de cuidado** de la infraestructura sanitaria y agua considerando buenas prácticas de mantenimiento y gestión comunitaria en la Unidad Educativa.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Los criterios de evaluación en las 4 dimensiones:

DIMENSIONES



Formas

Autoevaluación: Se realizarán actividades que permitan una reflexión individual para el desarrollo de cambios y compromiso.

Evaluación Comunitaria: La evaluación comunitaria se visibilizará con aquellas medidas creativas que se han dispuesto para promover entornos seguros y saludables. La misma se compartirá en espacios de encuentro que las unidades educativas dispongan: ferias, campañas, etc.

Matriz de contenidos

UNIDAD TEMÁTICA	TEMAS
<p>Educación para la salud y medidas de bioseguridad</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Lavado de manos 2. Higiene personal y en la escuela 3. Medidas de prevención y bioseguridad
<p>Gestión emocional y contención psicoafectiva</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Las emociones 2. Nuestro cuerpo y las emociones 3. Expresando emociones 4. Empatía 5. Ayudando a otros
<p>Mantenimiento y gestión de servicios sanitarios</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Uso racional del agua 2. Disposición de residuos sólidos 3. Uso y limpieza de la batería sanitaria

La función de las maestras y maestros como facilitadores

Un rol implica un conjunto de formas de actuar que se espera que cumpla una persona en una determinada posición. Cuando hablamos del rol de la maestra y del maestro como facilitadores, nos referimos a las acciones que hacen que la maestra y maestro se constituyan en un/a guía del aprendizaje que promueve la autonomía, el desarrollo del pensamiento crítico, respetando la individualidad y colaboración en el proceso educativo. Así como el director de una orquesta musical, la maestra o el maestro desempeña ciertas actividades para cumplir su propósito y potenciar el desarrollo de aprendizaje de sus estudiantes. Algunas consideraciones para tomar en cuenta en este proceso son:

01

Tener claros los objetivos y aplicabilidad del aprendizaje a la vida diaria, respondiendo a preguntas como: ¿Qué realmente se quiere que aprendamos?, ¿Cómo hacer que el grupo reflexione acerca del tema? y ¿Cómo aplicar lo aprendido?

02

Establecer claramente las reglas. Las niñas y niños deben tener claras las reglas del juego y metas de aprendizaje grupal e individual planteadas. Establecer las reglas significa generar un ambiente de aprendizaje basados en el respeto y convivencia armónica.

03

Generar un ambiente seguro de aprendizaje. Se invita a los niñas y niños a construir y mantener el respeto a los aportes y opiniones de todas y todos. Sin la contribución y conocimiento de cada persona, la habilidad del grupo para entender o responder a una situación puede reducirse. Es importante mantener un ambiente agradable, flexible, dinámico, alegre y con buena dosis de espontaneidad por parte de todas y todos.

04

Guiar los procesos grupales. Tanto en grupo grande o reducido, las actividades necesitan que el/la facilitador/a vaya incentivando a que todas y todos tengan la oportunidad de participar e intervenir, reflexionando y dirigiendo las discusiones hacia los objetivos de enseñanza.

05

Incentivar a valorar el trabajo comunitario. Es importante animar a las niñas y niños a apreciar el trabajo en grupo mostrando los beneficios que trae aprovechar el conocimiento y las experiencias de las diferentes personas del grupo.

RECOMENDACIONES
PARA LA FACILITACIÓN

3



06

Escuchar las opiniones, reforzar ideas clave, aclarar dudas, ordenar y sintetizar la información en base a las ideas obtenidas del grupo. Anotar la contribución de las niñas y niños en un papelógrafo o en la pizarra ayuda a este propósito y a que sientan valoradas sus intervenciones.

07

Tener control del tiempo. El/la facilitador/a deberá modular los tiempos para hablar y regular la participación, conocer cuando intervenir y cuando mantenerse en silencio; es importante controlar los tiempos de intervención, motivando a que todos y todas tengan la oportunidad de participar “no bombardear con información”, sino sobre todo escuchar y recuperar los aprendizajes colectivos.

08

Realizar contacto interpersonal positivo. Esto significa crear un ambiente de confianza, saber llegar a las personas para que se sientan acompañadas y aceptadas en sus sentimientos e ideas. Así como también evitar las críticas y no tener miedo a que los niños y niñas expresen dudas y consultas.

09

Tener en cuenta el ritmo e individualidad de cada persona. Cada niña o niño es diferente, tanto en sus capacidades, como en sus motivaciones, intereses y necesidades. Esto demanda un complejo reto que requiere flexibilidad, diversidad y pluralidad organizativa y metodológica. En ese sentido se debe proporcionar orientaciones metodológicas, acordes a la diversidad de los niños y niñas respetando las diferencias y logrando un enriquecimiento mutuo con las mismas.

10

Llevar un “diario de aprendizajes”. Es muy enriquecedor llevar un registro anecdótico donde se tomen apuntes sobre la puesta en práctica de las actividades de esta guía y las reacciones de los/as participantes, los logros, las dificultades y la forma en que las enfrentamos, de forma que se puedan ir haciendo ajustes y adecuaciones al material en beneficio del proceso de construcción de aprendizaje de los/as participantes.



Guía de aplicación

a) Sugerencias de temporalización. Establece la semana en la que trabajará el contenido de la guía en los temas y áreas del saber, según corresponda.

c) Intensiones Pedagógicas. Expone los objetivos de aprendizaje de cada unidad, contenido, así como prevenir algunas dudas o dificultades por los/as niños/as al comprender conceptos.

e) Para Vivir Bien. Es un espacio con orientaciones sobre posibilidades que se ofrece al estudiante, para fomentar o enriquecer el compromiso de los estudiantes con la transformación personal, social y cultural.

b) Objetivo holístico de desarrollo curricular. Propone el objetivo holístico de las unidades y contenidos en base a lineamientos del modelo educativo del SEP.

d) Pautas de Actividades. Sugiere trabajar paso a paso algunas actividades, desde los conocimientos previos cotidianos, según requiera explicación, ejemplificación o coordinación de trabajo colaborativo.

Actividades Complementarias.



Son sugerencias de actividades adicionales o complementarias, para profundizar, reforzar o ampliar conocimientos de temas o contenido.

Para saber más.



Proporcionar información adicional relevante y complementaria, así también relacionada con otras áreas del saber o conocimientos complementarios.





UNIDAD TEMÁTICA

Educación para la salud y medidas
de bioseguridad

Estructura de la unidad temática

OBJETIVO HOLÍSTICO	Fortalecer los conocimientos sobre hábitos saludables, medidas de bioseguridad e higiene en el ámbito escolar (saber) para generar prácticas de prevención y gestión del COVID -19 y otras enfermedades infecciosas (hacer) movilizand o a la comunidad educativa (decidir) en sus capacidades de respuesta ante situaciones de emergencia sanitaria (ser).
Criterios de evaluación	<p>Ser Fortalecimiento de capacidades de respuesta ante emergencias sanitarias</p> <p>Saber Conocimientos sobre salud, medidas de bioseguridad e higiene en el ámbito escolar</p> <p>Hacer Prácticas de prevención y gestión del COVID -19 y otras enfermedades infecciosas</p> <p>Decidir Movilización de la comunidad educativa</p>
Actividades	 <ol style="list-style-type: none">1. Lavado de manos2. La higiene3. Medidas de prevención y bioseguridad

CONCEPTOS BÁSICOS

Educación para la salud

La educación para la Salud es un proceso de educación y de participación del individuo, paciente y/o familiar, con el fin de que adquiera los conocimientos, las actitudes y los hábitos básicos para la promoción y defensa de la salud individual y colectiva.

Es entendido como un proceso informativo y formativo, de comunicación horizontal, llevada a cabo en forma participativa, que nace a partir de las necesidades específicas de las personas, dirigido a promover estilos de vida saludables en materia de agua potable, saneamiento e higiene, haciendo alusión al cuidado del medio ambiente a través del cambio de comportamiento, de actitud y hábitos.

Enfermedades infecciosas

Las enfermedades infecciosas son trastornos causados por organismos, como bacterias, virus, hongos o parásitos. Muchos organismos viven dentro y fuera de nuestros cuerpos. Normalmente son inofensivos o incluso útiles. Pero bajo ciertas condiciones, algunos organismos pueden causar enfermedades.

Covid - 19

Es una enfermedad viral que causa problemas respiratorios, la cual se está propagando por todo el mundo y puede afectar a todas las personas. El virus no se ve a simple vista y puede estar en cualquier lugar.

Lavado de manos

La limpieza de las manos no sólo nos sirve para entrar en contacto con el exterior, sino también con otras personas, por lo cual son transmisoras de enfermedades e infecciones parasitarias. Tener las manos sucias, contaminadas y llevarlas a la boca, los ojos o manipular alimentos es la vía más fácil para enfermarnos.

Las manos sucias son un riesgo para contraer las enfermedades y por ello es necesario mantener las manos limpias, para evitar muchas infecciones.

Las manos se contaminan cuando realizamos nuestras necesidades fisiológicas y las diversas actividades cotidianas.

Enfermedades frecuentes

Son muchas las enfermedades que pueden transmitirse por esta vía como ser:

- Enfermedades diarreicas agudas EDA
- Cólera
- Conjuntivitis
- Parásitos intestinales
- Herpes
- Hepatitis, etc.

Insumos para el lavado de manos

Para eliminar los gérmenes es importante que utilices los siguientes insumos: agua limpia y un jabón; toalla limpia y seca; recipiente (bañera).

Momentos de lavado de las manos

La cantidad y tipo de microbios que se encuentran en nuestras manos es mayor cuando están expuestas a situaciones de mayor riesgo, por eso, es recomendable practicar el lavado de manos en momentos claves como:

- Antes de comer
- Después de jugar
- Después de usar el baño

Medidas de Prevención en la escuela

El coronavirus (COVID-19) es un virus que se propaga de persona a persona, principalmente a través de las gotículas de respiración producidas al hablar, cantar, toser o estornudar, así como al tener contacto con una superficie u objeto contaminado y luego tocarse la boca, nariz o posiblemente los ojos. Para optimizar las medidas de prevención que se debe aplicar en las unidades educativas, es necesario tomar en cuenta las siguientes directrices indicadas en el Protocolo de Bioseguridad (Ministerio de Educación, Ministerio de Salud y Deportes, 2021).

a) Organización y coordinación de acciones de prevención, contención y aislamiento por la "Comisión de Salud y Bioseguridad" (CSB).

b) Conformación de Brigadas de Recepción, para el control de ingreso a la unidad educativa.

c) Sensibilización, información y capacitación con relación a la COVID-19.

d) Acondicionamiento de espacios educativos.

e) Elaborar carteles y afiches informativos relacionados a la prevención de la COVID-19.

f) Medidas de prevención individual.

g) Distanciamiento físico.

h) Uso de elementos de protección personal en función al riesgo.

i) Actuación frente a un posible caso COVID-19 en las unidades educativas.

j) Limpieza y desinfección de las unidades educativas.

Los representantes de madres y padres de familia y/o tutores para poder ingresar a la unidad educativa, deben estar en buen estado de salud.

Medidas de prevención individual

Las/os estudiantes de las unidades educativas deben considerar las siguientes medidas de prevención individual, referidas en el Protocolo de Bioseguridad (Ministerio de Educación, Ministerio de Salud y Deportes, 2021):



Lavado de manos frecuente, con agua y jabón durante al menos 20 segundos, o con soluciones hidroalcohólicas, especialmente antes y después de ingresar a las aulas; antes y después de comer; después de sonarse la nariz, toser o estornudar e ir al baño. Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol al 70%.



Cubrirse bien la boca y nariz con el codo flexionado o con un pañuelo o papel desechable al toser y/o estornudar y depositar dicho pañuelo en un contenedor o papelerero.



Las aulas y zonas de uso común, deberán disponer en la entrada de los mismos, dispositivos de gel hidroalcohólico. Para un correcto lavado de manos, es conveniente tener las uñas cortas y no utilizar anillos ni pulseras.



Mantener la distancia de seguridad interpersonal de 1 a 1,5 metros. Dada la diversidad de las situaciones y tránsito de unos espacios a otros, los estudiantes, maestras/os y personal administrativo, deben emplear barbijos (mascarillas), en todos los espacios de la unidad educativa.



Evitar tocarse la nariz, boca, ojos, sin antes lavarse las manos.



Al salir de la casa lavarse las manos y colocarse el barbijo, sobre todo si el traslado a la unidad educativa se realiza en el transporte público, escolar, etc.



Desinfectar las superficies y los materiales que se emplearon en las actividades educativas.



Al llegar a la casa, lavarse las manos con agua y jabón.



Limpiar los equipos electrónicos y personales con paño humedecido en agua y jabón o alcohol al 70% que hubieran sido llevados de las unidades educativas y se necesita usarlo dentro de casa.

Afrontamiento ante un posible caso de COVID-19 en las unidades educativas

Para la evaluación y gestión de estudiantes, maestras/os y personal administrativo enfermos, se aplican las recomendaciones trabajadas por las agencias de las Naciones Unidas en la guía provisional (UNICEF U. O., 2020); además se debe tomar presente:

- **Aplicar la política de “permanecer en casa cuando uno no se encuentra bien de salud”**, para todas las personas, con posible infección de COVID -19 y conectarlas con los centros de salud más cercana, para su evaluación, aplicación de pruebas y atención, asegurando la comunicación entre el hogar y la unidad educativa.
- **Crear una lista de datos referenciales** de los padres, madres, estudiantes, dirección, maestras/os y personal administrativo para facilitar el flujo de información.
- **Control de temperatura en casa**, en las 24 horas previas a ingresar a la unidad educativa si existen sensaciones o antecedentes de fiebre.
- **Consensuar con los padres y madres de familia y/o tutores las acciones de prevención**, contención y aislamiento de casos sospechosos de la COVID-19 que se detecten en la comunidad educativa.
- **Habilitar un ambiente** (si fuera posible), destinado para atención o aislamiento de casos sospechosos de COVID-19.
- **El Centro de Salud, debe realizar el rastreo de contactos y el aislamiento preventivo** de estos, manteniendo la confidencialidad. Además, debe desinfectar las áreas pertinentes en las unidades educativas y evaluar los riesgos antes de considerar el cierre del aula en primer lugar o el establecimiento educativo.
- **Pedir cooperación a los padres y madres de familia y/o tutores**, para la aplicación de los protocolos de bioseguridad, tanto en el hogar como en la unidad educativa.
- **En caso de que se presente un caso positivo de COVID-19** entre los estudiantes, maestras/os, personal administrativo, junta escolar o Consejo Educativo Social Comunitario y en el equipo de la CSB, se debe informar al Centro de Salud más cercano e implementar el aislamiento rápido del o los casos, manteniendo la confidencialidad. Debe además instruir la desinfección minuciosa de las áreas pertinentes donde el enfermo tuvo contacto.
- **Las personas que presenten alguna sintomatología de COVID-19**, deben informar al Centro de Salud más cercano para su evaluación, aplicación de pruebas y atención, es necesario establecer la comunicación entre el hogar y la unidad educativa.
- **La unidad educativa, NO debe exigir como requisito un certificado médico** para justificar la inasistencia escolar, cuando haya transmisión comunitaria de COVID -19.
- **En la unidad educativa, el control de la temperatura se hará a casos sospechosos y a mayor detalle en cada aula**, para evitar aglomeración en el sector de ingreso al establecimiento educativo o en casos de que sólo exista un termómetro de temperatura.
- **Realizar comunicados con mensajes frecuentes adaptados para la comprensión de estudiantes**, madres y padres de familia sobre las medidas aplicadas, los cuales garantizan que toda la comunidad educativa esté informada y perciba **que las mismas son seguras, una vez que las medidas de mitigación se hayan sido aplicadas.**



Higiene en el entorno escolar

Las unidades educativas, en coordinación con los Gobiernos Autónomos Municipales y madres y padres de familia, deben establecer medidas específicas de higiene en el entorno escolar en las que se debe:

01

Acondicionar el entorno educativo para facilitar la promoción de las buenas prácticas de higiene y el cumplimiento de las medidas de prevención y protección ante la COVID-19.

02

Facilitar equipamiento e insumos para el lavado e higienización sistémica de manos al ingreso y salida de la unidad educativa y en puntos de fácil acceso dentro de la misma.

04

Asegurar la buena ventilación del entorno de las aulas y del interior de las aulas, abriendo las ventanas y puertas en todas las oportunidades que sean posibles, evitar el uso de aire acondicionado y/o ventilador. Si el aire acondicionado no puede dejar de usarse, es necesario que el filtro se limpie al menos una vez por semana y dejar abiertas las puertas y ventanas.

03

Asegurar la provisión oportuna de insumos de limpieza y desinfección del entorno laboral, así como basureros con tapa para la eliminación de artículos de uso personal, etc.

05

Limpiar y desinfectar con frecuencia los espacios áulicos, como también los objetos y las superficies que se tocan con más frecuencia.

06

Revisar y reponer diariamente los suministros de jabón, gel desinfectante, papel desechable, atomizadores, etc.

07

Reforzar la limpieza y desinfección de sanitarios, y áreas comunes.



Materiales:

Pintura de dedo
Hoja guía 40 minutos

Para empezar



Se comenzará haciendo preguntas en relación a los materiales a presentarles: Un jabón líquido, una toalla de papel, alcohol en gel. Se les dice: ¿qué son estos materiales? ¿para qué sirven? ¿saben para que los usaremos? Se espera repuestas y luego se aclara. Como muchos dijeron, hoy aprenderemos a lavarnos las manos.

Se complementa la información, indicando que hay un día donde **se celebra a nivel mundial el lavado de las manos y es el 15 de octubre.**

Cómo lo hacemos



Se pregunta sobre la importancia del lavado de manos “¿Por qué creen que es importante?” Se esperan respuestas.

Luego se pide que las y los niñas/os miren sus manos, se les pregunta si están limpias.

Se muestra un afiche con una lupa grande donde se observan los bichos (parásitos, los virus colocar uno del coronavirus) y se les dice, si nosotros tuviéramos un microscopio, estaríamos viendo muchos de esos bichos que son muy pero muy pequeñitos, que de otra manera no es posible verlos. Pero que nos pueden enfermar (explicamos sobre enfermedades como el coronavirus y las diarreas).

Estos bichos los encontramos en el suelo, en los animales, en las gotas de saliva que expulsamos cuando tosemos.

Se entrega pintura de dedo y hojas de trabajo, para pintar las figuras de los parásitos y virus que están dentro la lupa.

Para no olvidar



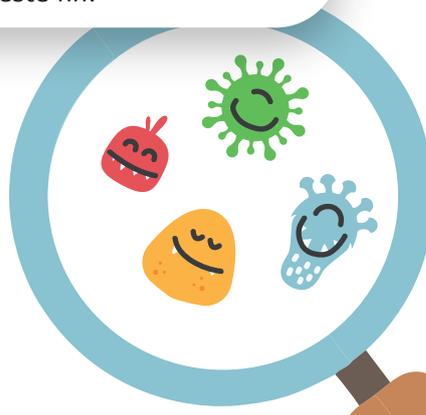
Concluida la actividad, se realiza, la práctica del lavado de manos uno a uno (en los lavamanos instalados en la unidad educativa). Empieza la maestra o maestro, realizando la práctica correcta en base al banner o señalética preparado para este fin.

Reflexionemos

¿Qué pasaría si no nos laváramos las manos? ¿Cómo se siente tener limpias las manos?

Enfatizamos: Todas y todos necesitamos practicar diariamente el lavado de manos antes y después de comer, antes y después de ingresar al baño, antes y después de preparar alimentos, antes y después de jugar con las mascotas, después de salir a la calle.

Se puede usar alcohol en gel, frotando las manos por el lapso de 20 segundos, si no encontramos un lavamanos en el lugar donde nos encontremos.



Copia estos “links” en tu navegador para acompañar la actividad con música y ¡a lavarse las manos!! 

1. <https://bit.ly/3PoiJmC>
2. <https://bit.ly/3I7CC3I>
3. <https://bit.ly/3yAvLYv>
4. <https://bit.ly/3I8OyCb>

Material:

Marcador de Color

Para empezar


Este juego puede realizarse al inicio de cada jornada educativa con los más pequeños, para promover el lavado de manos y un incentivo clásico de premios, que puede suprimirse gradualmente hasta lograr conseguir un buen hábito.

Se trata de pintarse un "virus" en el dorso de ambas manos por la mañana con el incentivo de que, al final del día, debe haberse borrado el virus por haber lavado muy bien las manos cada día.

Cómo lo hacemos


La/el maestra/o puede pedir a los estudiantes que se pinten un coronavirus en el dorso de cada mano con marcadores, y pedir que como un reto se tiene que borrar el dibujo con agua y jabón, recordando que cuantas veces más se lave las manos, mejor.

Si al final de la jornada educativa se ha conseguido borrar el dibujo del coronavirus se gana 1 punto.

La actividad concluye sensibilizando sobre la importancia del lavado de manos, pues las personas que lograron borrar el dibujo pueden cuidar mejor su salud, pues así no dejamos que ingrese ningún virus a nuestro cuerpo.

Para no olvidar


Se puede pedir que se replique esta actividad con la familia y entre pares, recalando la importancia de un correcto lavado de manos, pues si el lavado es superficial, no se borra el dibujo hecho y tampoco los virus y bacterias que pueden existir, los que pueden ocasionar graves enfermedades en las/os niños/as.



Actividad 3

La higiene y nuestro cuerpo

Materiales

1. Muñecos de plástico similar al cuerpo humano
2. Esponja
3. Jabón en barra
4. Jabón líquido
5. Cepillos de dientes
6. Lámina de los dientes

 30 minutos

Para empezar



Para introducir el tema, se reúne a las niñas y niños y se hablará de lo que hacen antes de acostarse y al levantarse para ver si tienen los hábitos de higiene formados. Se les preguntará si se duchan o se bañan, si lo hacen junto a sus padres, si colaboran, qué les gusta más, cuál es el color de su esponja, qué objetos utilizan para asearse, etc.

01

Enseñamos a los/as niños/as a cepillarse los dientes por medio de un cuento en el que el protagonista realiza hábitos de higiene como: "Teo en el baño" o "Coco se lava los dientes".

02

"Jugamos a lavarnos": Es una actividad muy sencilla, de juego simbólico en la que el/la niña/o tomará diferentes juguetes, relacionados con el aseo corporal y jugará a hacer que se baña.

03

"Jugamos a lavar un muñeco": Esta actividad es parecida a la anterior, pero con la siguiente variante: le explicamos al niño/a que el muñeco se ha ensuciado y hay que lavarle el cuerpo, con juguetes relativos al baño y de forma simulada.

Cómo lo hacemos



Exploramos las formas más adecuadas de lavar al muñeco, utilizando las láminas de higiene personal y dental, vemos la importancia de mantenerlo limpio, pues si lo limpiamos estará cuidado y podremos tener al muñeco por más tiempo con nosotros/as.

También, explicamos cómo se realiza la higiene en la casa, la escuela y la comunidad, utilizando las láminas y pintando las mismas en el cartilla.

Reflexionamos

Explicamos la importancia de la higiene y como ayuda al cuidado de nuestro cuerpo, nuestra familia y nuestro medio ambiente. Si practicamos la higiene, podremos vivir mejor, alejarnos de las enfermedades y disfrutar de nuestra familia y medio ambiente por mucho tiempo más

Para no olvidar

Mediante una observación continua evaluaremos el grado de adquisición de unos buenos hábitos de higiene y limpieza por parte de las niñas y niños.



Actividad 4

Mi cuerpo es un Tesoro

🕒 50 minutos

Materiales

1 papelógrafo - Marcadores - Láminas orientativas: el cofre y actividades saludables



Para empezar

Pedimos a las niñas y los niños que imaginen que su cuerpo es un hermoso cofre del tesoro. Cada uno/a decide qué poner en él y para qué lo utiliza. Dibujamos un cofre en un papelógrafo y lo decoramos. Guardamos los dibujos para reflexionar al final de la actividad. Presentamos el tema diciendo que vamos a hablar de nuestros cuerpos.



01

Pedimos a los niños y a las niñas formar un círculo, solicitamos que cuatro voluntarios/as (dos niñas y dos niños) pasen al centro del círculo.

02

Un niño y una niña se recuestan cada uno sobre un papelógrafo, mientras los otros voluntarios/as, ayudan a dibujar sus siluetas con marcadores. Juntos/as elegimos un nombre ficticio para cada silueta, evitando poner nombres de los niños y niñas del grupo.

03

Pegamos las siluetas en la pared, lado a lado. Preguntamos ¿qué les falta?. De manera voluntaria, van pasando los demás del grupo a completar las partes con marcadores.

04

Mientras se van completando las partes del cuerpo, se realizan preguntas respecto a la parte dibujada: ¿para qué sirve? y ¿cómo la cuidamos? Las respuestas se van colocando en un papelógrafo o la pizarra.

En caso de que no dibujen los órganos sexuales, preguntaremos ¿qué parte del cuerpo diferencia a las niñas de los niños? entonces se dibujarán las partes que faltan. Terminamos con un aplauso, valorando el esfuerzo.

Reflexionemos



¿A quién pertenece el cuerpo de cada uno?, ¿Quién debe cuidar de ese cuerpo?, ¿Cómo ayudamos a cuidar el cuerpo de los compañeros/as?, ¿Hasta cuando vamos a tener este cuerpo? ¿Todos tenemos el cuerpo igual?, ¿En qué nos parecemos y en qué no? ¿Qué pasaría si nos faltaran partes del cuerpo?, ¿Hay alguna parte de su cuerpo que más les gusta?

Enfatizamos



Por ello, también es nuestra responsabilidad cuidarnos, debemos querernos como somos, protegernos, respetar nuestro cuerpo y respetar el de los demás. Nadie tiene derecho a tocarnos si no nos sentimos cómodos/as. Llamar a cada parte del cuerpo por su nombre correcto nos permite reconocer su valor y no avergonzarnos.

Para no olvidar



Un niño y una niña van dibujando alrededor del cofre del tesoro, simbólicamente, cosas positivas para nuestro cuerpo que van mencionando los otros niños y niñas. Así, por ejemplo, si mencionan que es bueno para el cuerpo lavarse los dientes, pueden dibujar un cepillo que simbolice la acción. Luego dibujan una flecha para señalar las cosas que van dentro del cofre. Conservamos el cofre para recordarnos hábitos saludables.



Medidas de Bioseguridad

 50 minutos

Materiales

Tela de algodón con filtro - Hilo - Tijeras - Estilete
Regla - Cinta métrica - Alfileres - Marcador de agua
Base de corte.

Para empezar



Se muestran diferentes tipos de barbijos, unos de tela y otros quirúrgicos. ¿Se pregunta a las y los niños qué son estos objetos? ¿por qué usamos barbijos todos los días? ¿de qué nos protegen?. Luego de ello indicamos que hoy aprenderemos a usar y a elaborar un barbijo de tela con la ayuda de nuestras mamás o papás.



Cómo lo hacemos



Realizamos una mascarilla de tela.

 https://www.youtube.com/watch?v=z6_EEhxa0yc

En esta actividad participan los padres-madres/
El pintado de la mascarilla de tela, lo hacen las y los niños/as.
(registran su nombre, un dibujo, lo que les identifique).



Reflexionemos



¿Por qué debemos cubrir la boca y nariz? ¿Para qué sirven los barbijos? ¿Cuándo y qué tiempo debemos usarlo?.



Enfatizamos



Es muy importante el uso del barbijo, porque impide enfermarnos del coronavirus. Antes de usar el barbijo, es importante lavarse las manos, colocar hacia arriba la tira de metal, no tocar el barbijo mientras se lo lleva a efectos de protección. Lavarse las manos luego de sacarse el barbijo.

Si el barbijo es de tela, lavarlo con agua y jabón, para volver a usarlo.



Identificando la propagación de gérmenes

 10 minutos**Material:**

Témperas de colores

Para empezar



La maestra o maestro preguntará primero si conocemos cuales son los gérmenes, si los conocen y algunos ejemplos que puedan tener las y los estudiantes.

Posterior a esto, se pedirá a cada estudiante que presten mucha atención a todo lo que se hace. **Se prepara pintura lavable color verde preferiblemente para simular la gripe** y se untarán las manos y después **se simulará que se estornuda y se explica lo qué es la gripe**. La actividad establece una simulación sobre cómo se propagan los gérmenes cuando estamos enfermos y cómo debemos actuar para disminuir las posibilidades de contagio, trabajando **en función de mantenernos aseados y saludables**.

Como lo hacemos



Cuando la maestra o maestro simula el estornudo (como se explicó anteriormente), se expone lo que es la gripe, pero se empiezan tocar varias cosas con las manos llenas de pintura, todas aquellas superficies que les sea posible.

Cuando la maestra o maestro termine con su actuación, deberá preguntar a las niñas y niños si pueden ver todos los lugares que sus manos tocaron y que dejaron manchas de pintura o en su defecto puede ponerlos a buscar todas las superficies que están manchadas con la pintura y explicarles que en todos esos lugares se alojan los gérmenes que ella transfirió al momento de estornudar.

Se concluye la actividad reflexionando sobre cómo se propagan los gérmenes cuando estamos enfermos y no se lavan las manos, se hace énfasis también en el uso del barbijo que ayuda a no propagar más gérmenes y bacterias.

Es una manera muy práctica y sencilla de hacerles ver que a través de nuestra saliva podemos transmitir gérmenes al resto de nuestros compañeros, por lo que es importante hacer uso del barbijo, lavarse las manos con mayor frecuencia cuando se está enfermo, usar gel antibacterial o alcohol.

Para no olvidar

Repasamos el uso correcto del barbijo y el lavado de manos.



UNIDAD TEMÁTICA

Gestión emocional y
contención psicoafectiva

Estructura de la unidad temática

OBJETIVO HOLÍSTICO	Fortalecemos la empatía, la autoestima y el autocuidado (ser) desarrollando la habilidad de manejo emocional mediante prácticas comunicativas orales, escritas y gráficas (hacer), reconociendo nuestras emociones y las de los demás y conociendo formas de expresarlas adecuadamente (saber) para mejorar las relaciones armónicas en la comunidad, la familia y la escuela (decidir).
Criterios de evaluación	Ser Fortalecimiento de la empatía, el autoestima y el autocuidado. Saber Reconocimiento de nuestras emociones y las de los demás y conocimiento de formas de expresarlas adecuadamente. Hacer Desarrollo de la habilidad de manejo emocional mediante prácticas comunicativas orales, escritas y gráficas. Decidir Para mejorar las relaciones armónicas en la comunidad, la familia y la escuela
Actividades	 <ol style="list-style-type: none">1. Las emociones2. Expresando emociones3. Empatía4. Ayudando a otros

Conceptos básicos

Contención emocional

La contención emocional es un conjunto de procedimientos básicos que tienen como objetivo tranquilizar y estimular la confianza de una persona que se encuentra afectada por una fuerte crisis emocional. Es una intervención de apoyo primario que se realiza en un momento de crisis para asistir a la persona y animarla para restablecer su estabilidad emocional y facilitarle las condiciones de un continuo equilibrio personal.

El trabajo con la población estudiantil es muy importante, pues contempla el “sostener las emociones de las/os estudiantes, a través del acompañamiento y ofreciendo, en la medida de lo que podamos, alternativas para la expresión de los sentimientos, y las rutas para solucionar problemas.

IMPORTANTE: No es necesario que seamos psicólogos o psicólogas para dar contención emocional. Tan sólo con escuchar con atención, y sin prejuicios, a la otra persona estamos conteniéndola.

Debemos tener cuidado: La contención emocional NO es juzgar, regañar, invalidar las emociones de las otras personas, diciendo, por ejemplo: “No te pongas triste”, “No llores”, “No es para tanto”, etc. en ese momento la prioridad es escuchar y orientar.

En este sentido, todo momento de acompañamiento debe contemplar los siguientes pasos:

Escucha activa



Es la habilidad de atender y prestar interés al mensaje emitido por otra persona para conocer y entender lo que desea expresar y así poder responder al emisor. La apertura emocional y de pensamiento, así como la abstención de emitir juicios son actitudes básicas en la escucha y contención.

Empatía



Es el proceso mediante el cual una persona puede ponerse en el lugar de la otra y, por lo tanto, puede comprender sus sentimientos ante una situación determinada. No basta con comprender, sino es necesario comunicar dicha comprensión. La empatía es la capacidad de percibir y advertir lo que la otra persona puede estar sintiendo y/o pensando. Implica participar afectivamente poniéndose en su lugar para ver desde la perspectiva del otro su realidad.

Contención psicofisiológica



Refiere a la práctica y reentrenamiento de la respiración o ventilación adecuada, para ayudar a las personas a tranquilizarse.

Redes de apoyo



Comprende la ayuda a la persona a contactar a las personas y/o servicios de apoyo social que podrán ayudarle a satisfacer dichas necesidades ahora y más adelante. Es importante recordar que la primera red de apoyo es la familia y los amigos. Para este paso es indispensable contar con los servicios de apoyo: defensorías, policía, etc. disponibles en el entorno de la comunidad.

Psicoeducación



Promover estrategias de respuesta positivas ante el estrés, es muy importante que se pueda orientar a las personas afectadas sobre los sentimientos y emociones que pueda tener que –aunque por cierto incómodas– son normales en situaciones de crisis, como labilidad emocional, dificultad para pensar, insomnio, angustia, entre otras. De esta manera, la persona no interpretará lo que le ocurre como una señal de estar “perdiendo la cabeza”. Enfatizar que lo más probable es que el malestar que siente se vaya pasando sin necesidad de ayuda en algunas semanas, es muy bueno mostrar cómo ayudarse a sí mismo y a sus conocidos, cuáles son las señales de alarma, y qué hacer si aparecen.

Gestión emocional

Control de emociones que incluye la habilidad para distanciarse de una emoción, la habilidad para regular las emociones en uno mismo y en otros... sin reprimir o exagerar la información que transmiten. Dar una respuesta adecuada a las emociones que experimentamos. (Mayer y Salovey, 1997).



Adaptabilidad



Capacidad para permanecer eficaz dentro de un medio cambiante, así como a la hora de enfrentarse con nuevas tareas, retos y personas, modificando si fuera necesario su propia conducta para alcanzar determinados objetivos cuando surgen dificultades, nueva información o cambios del medio, ya sean del entorno exterior o de la propia persona. Esta competencia hace referencia a la versatilidad en el comportamiento, a la emisión de conductas adaptativas y no tanto a los cambios de tipo cognitivos o en los sistemas de valores, expectativas o creencias.

Autocuidado



Conciencia de acciones intencionadas que realiza o realizaría la persona para controlar los factores internos o externos, que pueden comprometer su vida y desarrollo posterior, por tanto, es una conducta que realiza o debería realizar la persona para sí misma (Orem, 1971).

Reconocimiento de emociones



Consiste en conocer las propias emociones y las emociones de los demás, a través de la observación del propio comportamiento y el de los demás. Supone distinguir entre pensamiento, acción y emoción, comprender las causas y consecuencias de las últimas, evaluar su intensidad, reconocer y utilizar su lenguaje en comunicación verbal y no verbal (Bisquerra, 2009).





Manejo de tensiones y estrés



Es la habilidad de identificar las fuentes de tensión y estrés en la vida cotidiana, saber reconocer sus distintas manifestaciones y encontrar vías para eliminarlas o contrarrestarlas de manera saludable. Facilita reconocer las fuentes de estrés y sus efectos para desarrollar una mayor capacidad de respuesta y controlarlas; realizar acciones que reduzcan las fuentes de estrés haciendo cambios en el entorno físico o en los estilos de vida, de tal manera que las tensiones creadas por el estrés inevitable no generen problemas de salud (OMS, 1993).

Tolerancia a la frustración

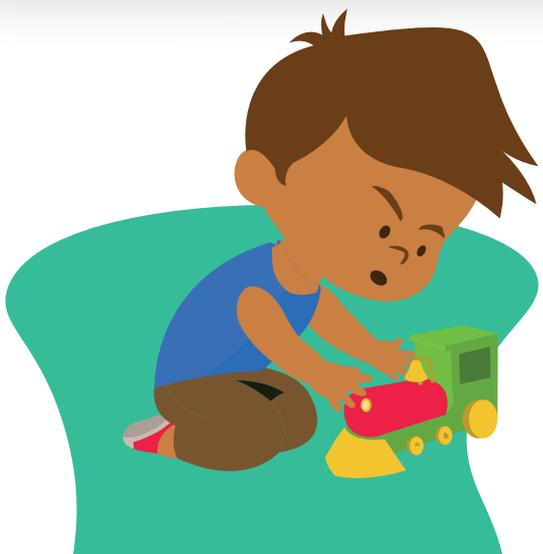


La frustración es la vivencia emocional ante una situación en la que un deseo, un proyecto, una ilusión o una necesidad no se satisface o no se cumple. Manejar la frustración es poner la energía para aceptar el evento interno manteniendo una posición valorizante de mí mismo y activa en relación con las circunstancias del entorno. La tolerancia a la frustración es la capacidad reguladora para bloquear, disminuir los efectos psicológicos que la frustración (Cuadra, 2000).

Manejo del enojo



Reencuadrar la situación dentro de un marco más positivo, hacer conciencia de los pensamientos que desencadenaron la primera descarga de enojo, alejarse de los estímulos que pueden recordar las causas del enfado y cambiar el foco de atención mediante distracciones adecuadas en las que la mente tenga que prestar atención a algo nuevo, diferente y entretenido, no expresarlo abiertamente en arranques de ira (Zillman, 1979).



Construcción de relaciones

Conjunto de capacidades, conductas y estrategias, que permiten a la persona construir y valorar su propia identidad, actuar competentemente, relacionarse satisfactoriamente con otras personas y afrontar las demandas, los retos y las dificultades de la vida, lo que posibilita su ajuste y adaptación, su bienestar personal e interpersonal y vivir una vida más plena y más satisfactoria (Monjas, 2002). Y en la lógica de la Relacionalidad; entendiendo que todo está relacionado con todo en el cosmos en correspondencia, complementariedad y reciprocidad (Yanez del Pozo, 2003).

Asertividad

Implica la expresión directa de los propios sentimientos y la defensa de los propios derechos personales, sin negar los derechos de los otros (Monjas y González, 2000) Es la capacidad de autoafirmar los propios derechos, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás (Castanyer, 1996).

Habilidades sociales básicas

Habilidades que permiten la convivencia armónica con acciones social y culturalmente aceptadas, capacidad de mantener actitudes de amabilidad y respeto a los demás.

Manejo de conflictos

Capacidad de negociar y resolver conflictos buscamos conseguir nuestro objetivo respetando los derechos de la otra persona; es decir, combinando la eficacia con la justicia. Permite enfrentar constructivamente los problemas en la vida. Esta habilidad también se orienta a la educación para resolver pequeños y grandes problemas cotidianos de manera constructiva, creativa y pacífica, para promover una cultura de la paz (OMS, 1993).

Escucha Empática o Activa

Escuchar con comprensión y cuidado, saber lo que la otra persona trata de comunicarnos y transmitir que hemos recibido su mensaje. Se refiere a la habilidad de escuchar no sólo lo que la persona está expresando directamente, sino también los sentimientos, ideas o pensamientos que subyacen a lo que se está diciendo (Graczyk y Payton, 2000) tratar de comprender a través de una escucha atenta, antes de tratar de ser comprendido (Covey 1998).

Buscar Ayuda

Capacidad para identificar la necesidad de apoyo y asistencia y acceder a los recursos disponibles apropiados. (Graczyk y Payton, 2000).

Autoestima

La autoestima es la evaluación que hace el individuo de sí mismo y que tiende a mantenerse; expresa una actitud de aprobación o rechazo y hasta qué punto el sujeto se considera capaz, significativo, exitoso y valioso (Coopersmith, 1967). Es la valoración del autoconcepto.

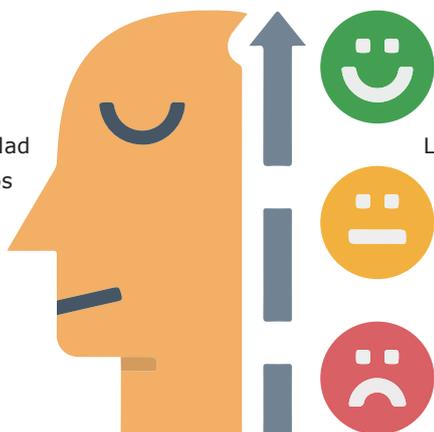
Establecer vínculos

Esta destreza nos ayuda a relacionarnos en forma positiva con las personas con quienes interactuamos, a tener la habilidad necesaria para iniciar y mantener relaciones amistosas que son importantes para nuestro bienestar mental y social, a conservar buenas relaciones con los miembros de la familia —una fuente importante de apoyo social— y a ser capaces de terminar relaciones de manera constructiva (Goleman, 1999).

Autonomía responsable

Supone poseer los recursos personales necesarios para desarrollar los propios planes de vida, pero no arbitrariamente, sino respondiendo de ellos, y responsabilizándose de sus consecuencias.

Las habilidades que forman parte de la autonomía personal son de tres tipos: capacidad de autorregularse, responsabilidad sobre el propio comportamiento y capacidad de defender los propios intereses o deseos (asertividad).



Para empezar



Mostrando una botella de gaseosa pequeña, preguntamos: ¿Qué sucede si agito esta botella y luego la abro? Sobre las respuestas que den las niñas y niños, explicamos: Cuando estamos calmados nuestro interior es como el líquido dentro de esta botella, pero cuando algo nos molesta podemos agitar nuestro interior (agitamos la botella), las burbujas suben, suben, suben y podemos ¡explotar! descontroladamente. Eso sucede con el enojo, la rabia y la ira, por eso es importante hacer algo para calmarnos cuando estamos sintiendo enojo antes de explotar y lastimar a alguien o a nosotros/as mismos/as.

Cómo lo hacemos

01

Preguntamos: ¿qué conocen de las tortugas/petas? ¿dónde viven?, ¿qué comen?, ¿cómo se mueven?, ¿cuántos años viven?. Podemos mostrar imágenes o dibujar una tortuga en la pizarra.

02

Contamos el cuento: "La Tortuga Sabia" (ver cartilla de actividades)



Reflexionemos



¿Te has sentido alguna vez como Tortu?, ¿qué cosas te hacen enojar?, ¿cómo saben los demás cuando estamos enojados?, ¿qué cosas hacen enojar a tu mamá/papá?, ¿qué cosas hacen enojar a tus amigos/amigas?, ¿cómo se pone nuestra cara cuando estamos enojados?. ¿Cómo nos avisa nuestro cuerpo que estamos enojados y a punto de estallar?, ¿qué hacemos cuando estamos enojados?, ¿qué cosas podemos hacer para no lastimar a nadie ni a nosotros mismos cuando estemos enojados?, ¿qué harías tú para ayudar a alguien que está muy molesto?, ¿qué piensas si aprendemos una manera de controlarnos cuando estamos enojados?.

Enfatizamos



El enojo no es una emoción negativa, está en nosotros por algo, sirve para defender nuestros derechos y defender a los/as demás de las injusticias. Pero cuando no lo controlamos puede lastimar a las personas que queremos de manera irreparable, diciendo cosas hirientes que en realidad no sentimos, usando la violencia física (pegando, arañando, pellizcando) o dañándonos a nosotros/as mismos/as.

Para no olvidar



Realizamos la postura de la tortuga (como modelo) para que nos imiten y aprendan a hacerla, siguiendo los siguientes pasos: Paso 1º: Reconocer la emoción. 2º: Parar y pensar qué estoy sintiendo. 3º: Meterse adentro del caparazón y tomar tres profundas respiraciones para calmarse. 4º: Salir de su caparazón y pensar en una solución. Se pide que todos hagan la técnica de la tortuga; se repite la secuencia 5 veces con diversas situaciones que nos pueden causar enojo, hasta que se verifica que todos los niños/niñas la han comprendido.

Para empezar

Comentar cómo a lo largo del día, en casa y en la clase, incluso en la calle, los habitantes de nuestra mente y corazón, que son nuestros pensamientos, nos dicen cosas en nuestro interior; unas veces nos dicen: "esto es muy difícil, no lo puedo hacer", o "todo me sale mal" o hay mucha información triste sobre la enfermedad del coronavirus. En esos momentos es como si el cielo se cubriera de nubes negras. Pero en otros momentos los pensamientos nos dicen cosas como: "lo voy a intentar", "seguro que esta vez lo lograré". Entonces es como si en el cielo luciera un gran sol. **Presentamos el tema diciendo que vamos a hablar de esos pensamientos y cómo podemos controlarlos.**

Cómo lo hacemos

01

Preparamos un sol y una nube gris pegadas en palitos, cada niña y niño lo tiene y los repartimos a cada estudiante. Ellos comentarán alguna frase que suelen decirse a sí mismos que les hace sentir mal (levantando la nube gris) y otra que le hace sentir bien (levantando el sol). **Antes de empezar damos varios ejemplos.**

02

En dos papelógrafos, uno para las frases de sol y otro para las de nube gris, escribimos algunas de nuestras sugerencias y debajo escribiremos otras cosas que nos digan los niños y niñas.

03

Al finalizar, colocamos el papelógrafo de la nube gris tapando el papelógrafo del sol y preguntamos ¿por qué no podemos ver el sol?. A la respuesta complementamos y resaltamos que "debemos quitar las nubes grises para poder ver el sol".

Terminamos con un aplauso, valorando el esfuerzo.

Reflexionemos



¿Cuándo pensamos frases de nube gris?, ¿cuándo las de sol?, ¿cómo nos sentimos?, ¿podemos controlar esos pensamientos?, ¿por qué los pensamientos de nube gris son malos para nosotras y nosotros mismos?, ¿qué podemos hacer cuando pensamos y nos decimos a sí mismos cosas negativas?.

Enfatizamos



Existen frases que todos nos decimos a veces, o pensamos, que nos hacen daño porque no nos dejan hacer cosas y además nos hacen sentir mal. No son las situaciones las que nos afectan, sino nuestra forma de verlas y lo que "nos decimos a nosotras y nosotros mismos" sobre lo que nos sucede. Lo importante es saber que nosotros/as y solo nosotros/as tenemos el control sobre esos pensamientos y siempre podemos decidir qué pensar. Seguro elegiremos pensamientos de sol y no de nube gris.

Para no olvidar



En un lugar del patio o en una salida al campo, enterramos o rompemos el papelógrafo con las frases de nube gris. Decoramos el papelógrafo con las frases de sol y lo ponemos en un lugar especial del aula. Copiamos las frases de sol dentro de un sol que dibujamos.

Para empezar

En una caja de cartón escondemos un espejo mediano. Mostrando la caja cerrada, decimos a las niñas y niños que hoy vamos a conocer a un personaje muy especial que esta dentro de la caja. "Fue creado en un precioso instante, está vivo/a, es único/a y no se parece a ningún otro ser. Pueden haber otros seres parecidos pero ningún otro es igual, es una obra maravillosa de la creación tal y como es. Tiene muchas funciones asombrosas que ni la computadora más avanzada podría igualar, ¿quieren conocerlo?"

01

Damos la consigna: nos formaremos en una fila, considerando el distanciamiento de un metro y medio y uno a uno iremos mirando dentro de la caja, conociendo al personaje. Pero por ningún motivo podemos decir nada, debemos estar calladitos y calladitas hasta que todos y todas hayamos visto dentro de la caja. Usamos alcohol en gel al ingresar a ver el personaje.

02

Posteriormente repetimos las frases que dijimos antes. Cada uno/a de los niños y niñas responderán SÍ o NO:

- Fue creado en un precioso instante y esta vivo.
- Es único y no se parece a ningún otro ser.
- Pueden haber otros seres parecidos pero ninguno otro es igual.
- Es una obra maravillosa de la creación tal y como es.
- Está vivo y tiene muchas funciones que ni la computadora más avanzada podría igualar.

03

Sacamos el espejo de la caja y lo mostramos a las niñas y niños preguntando ¿quién era ese personaje único?. Les pedimos que respondan con su nombre. Terminamos con aplausos para los personajes.

Reflexionamos



¿Quién o qué pensaban que había en la caja?, ¿cómo se sintieron al saber que eran ustedes?, ¿Cómo sabemos que algo esta vivo o tiene vida? ya sabiendo que somos maravillosas creaciones ¿qué hacemos para cuidar nuestra preciosa vida?, ¿qué hacemos para cuidar la vida de los demás?, ¿cómo nos demostramos que valoramos estar vivos? ¿cómo demostramos que queremos y valoramos la vida de quienes nos rodean?.

Enfatizamos



Todas y todos los seres humanos del planeta son únicos y dotados de maravillosos dones. Como usamos esta fantástica y única creación depende de cada una o uno de nosotros. Tener vida y los grandes dones que poseemos también significa tener una gran responsabilidad, por ejemplo: poder hablar conlleva la responsabilidad de usar las palabras para decir cosas positivas y no para lastimar. Así como debemos cuidar nuestro ser, podemos hacer muchas cosas para cuidar de cada miembro de nuestra familia. Ser considerados y demostrarnos día a día que nos queremos y valoramos que estemos vivos.

Para no olvidar

Dibujamos lo que vimos en la caja, es decir, nos dibujamos.

Trabajo en equipo “En Armonía”

Materiales

1. Títeres (Se puede utilizar retazos de tela para elaborarlos)
2. Lámina de imágenes
3. Semáforo (Utilizar cartulinas de color rojo, verde y amarillo y retazos de cartón)

Para empezar

Dramatizamos o pedimos a las niñas y niños que observen la imagen que está en la cartilla de actividades, preguntamos: ¿Qué creen que sucedió?, escuchamos varias versiones. ¿Les ha pasado algo parecido?, si no recuerdan, damos ejemplos de problemas que suceden en la clase: “Recuerdan cuando...”.

Presentamos: Los títeres de problemas. Ellos viven en una caja de zapatos. Los niños y niñas les ponen nombres a cada títere. Decimos: “Ellos son los títeres de problemas y están aquí para ayudarnos a resolver nuestros problemas”. Para eso ellos tienen un gran aliado: el semáforo. Preparamos tres círculos (rojo, amarillo, verde).

01

Usamos los títeres para dramatizar la situación del gráfico u otra. Detenemos la dramatización justo en el punto del conflicto.

02

Usamos el semáforo. Los títeres muestran el círculo rojo; respiran lenta y profundamente y formulan el problema y como se sienten: ej. “mi amiga y yo queríamos ser los primeros en subir al resbalin, la jalé porque no es justo, estoy enojado”.

03

Mostrando el círculo amarillo, preguntan: “¿Qué es lo que podemos hacer? ¿funcionará?”. Solicitamos sugerencias para resolver el problema con las niñas y niños.

04

Ahora mostrando el verde, retomamos la dramatización y llevamos a la práctica la alternativa elegida. Al finalizar la incorporación de la solución.



Reflexionemos



¿Se resolvió el problema?, ¿ambas partes están conformes?, ¿estamos conformes con las consecuencias?, ¿qué formas negativas habría de resolver este problema?, ¿qué formas negativas de resolver problemas usamos a veces?, ¿de qué maneras podemos lastimarnos a nosotros mismos o a los demás al elegir malas maneras de resolver los problemas?. Finalizamos con un aplauso.

Enfatizamos



Todos los días tenemos que convivir con todo tipo de personas que pueden tener formas distintas de ser, pensar y hacer las cosas que nosotros/as, esto enriquece nuestra diversidad pero hace inevitable que se generen problemas. Lo que debemos hacer es buscar la forma más creativa de resolver el problema, donde ni el otro ni tu pierdan por completo, donde nadie quede lastimado de ninguna manera y donde el objetivo principal sea no perder la paz. Cuando tenemos actitudes egoístas, no trabajamos en equipo o competimos sin razón, generamos un ambiente desagradable y la pasamos mal, enojados entre nosotros, llorando y no jugamos y/o aprendemos igual.

Para no olvidar

Dibujamos a los títeres de problemas. Todas y todos hacemos un semáforo grande y lo ponemos en un lugar visible de la clase para recordarnos usarlo cuando tengamos conflicto.





UNIDAD TEMÁTICA

Mantenimiento y gestión
de servicios sanitarios

Estructura de la unidad temática

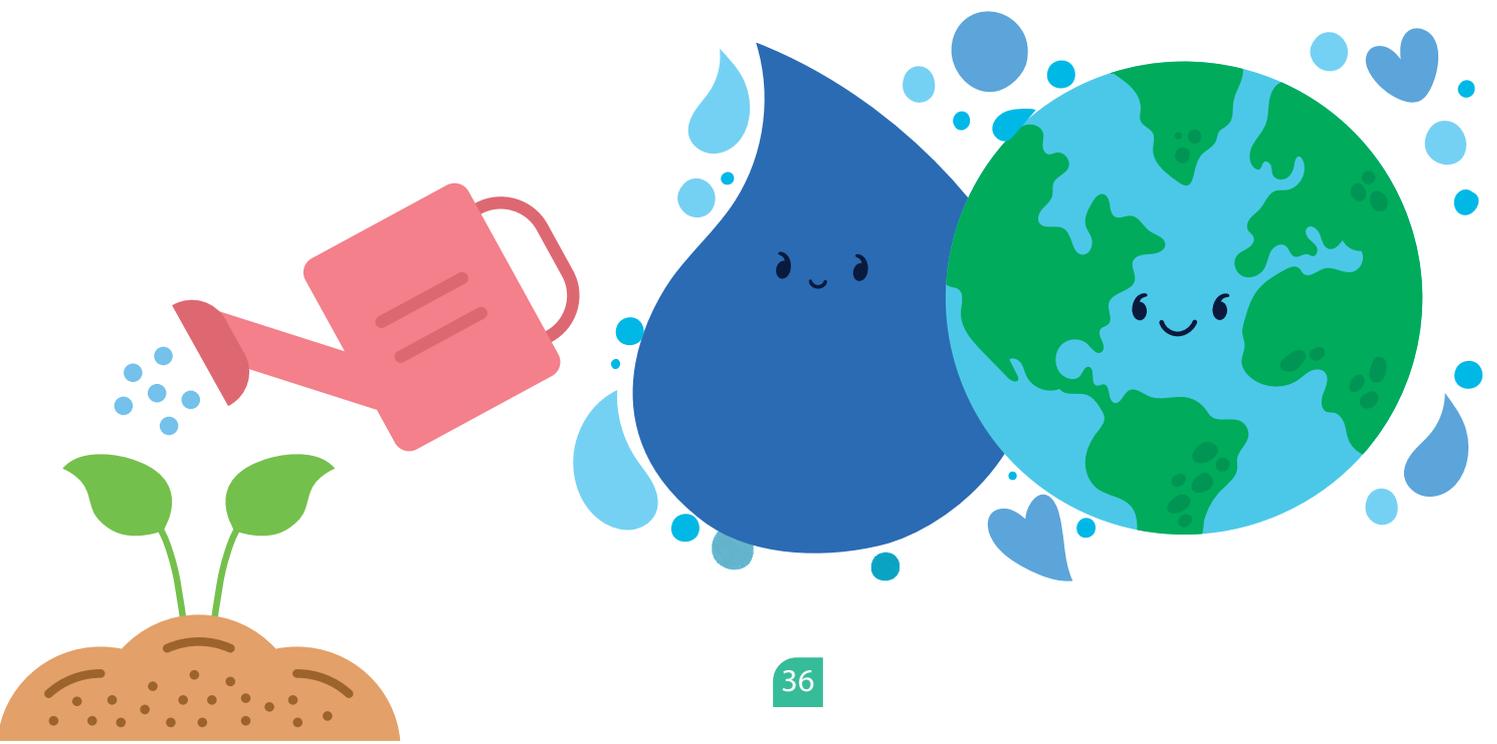
OBJETIVO HOLÍSTICO	Promover actitudes de responsabilidad y cuidado del agua y servicios sanitarios (ser), cumpliendo con las disposiciones básicas para el buen funcionamiento de infraestructura sanitaria (saber) que garanticen el uso adecuado del agua, mantenimiento de la batería sanitaria y gestión de residuos sólidos (hacer) para prevenir enfermedades infecciosas y proteger el entorno ambiental (decidir).	
Criterios de evaluación	Ser	Promover actitudes de responsabilidad y cuidado en el uso de servicios sanitarios
	Saber	Conocimientos del buen funcionamiento de infraestructura sanitaria (agua, batería de baño y residuos sólidos)
	Hacer	Uso racional y adecuado del agua, mantenimiento de la batería sanitaria y gestión de residuos sólidos
	Decidir	Prevención de enfermedades infecciosas y protección del entorno ambiental
Actividades		<ol style="list-style-type: none"> 1. Cuidando la madre tierra y el agua 2. Disposición de residuos sólidos 3. Uso y limpieza de la batería sanitaria

Conceptos básicos

El agua

El agua es un elemento básico para mantener la vida de los seres humanos, animales y plantas. El cuerpo humano se compone de un 70% de agua.

El consumo del agua es vital para la supervivencia, ya que las personas al hacer actividades cotidianas, eliminamos el agua de nuestro cuerpo mediante la orina y el sudor; por tanto, el consumo promedio del agua a diario por persona debe ser 2 Litros, siendo el mínimo para mantener hidratado nuestro cuerpo.



Uso racional del agua

Para lograr cambios de actitud en la comunidad educativa, se debe realizar un proceso continuo y sistemático de enseñanza y seguimiento para garantizar los cambios de conducta de forma permanente, para ello la Dirección de Saneamiento Básico deberá establecer alianzas con las unidades educativas del municipio para lograr implementar programas educativos de conciencia de cuidado o reciclaje del agua de consumo, saneamiento e higiene.

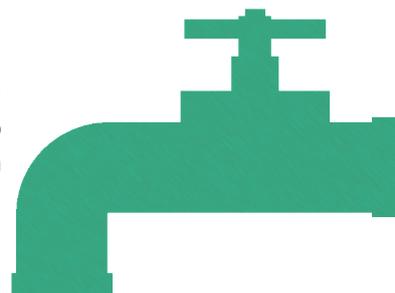
Con el empoderamiento de acciones se espera cumplir el mandato sobre el uso racional del agua de forma directa de la población infantil, con la réplica en sus hogares y con el proceso cascada que se dará cuando los niños, niñas y jóvenes compartan sus conocimientos con sus familiares; podemos citar algunos de estos mensajes:

Reducir el desperdicio de agua

- Un grifo con fugas de 10 gotas por minuto, desperdicia 2.000 litros de agua al año.
- Con la captación de aguas de lluvia almacenando el agua en depósitos conectados a desagües de los techos.
- Botones de doble descarga o mitad en el inodoro, elige tanque de agua con posibilidad de doble descarga, para evacuar 2 litros para orina y 5 para heces.
- Jardines eficientes: Son jardines verticales, terrazas y balcones, con plantas que requieren poco riego.

Formas de ahorro del agua y uso de manera eficiente

- Es importante comprender que gastamos más agua de lo necesario.
- Lavarse los dientes con un vaso de agua.
- Dúchate menos de 5 minutos.
- Tirar la cadena del inodoro sólo cuando es necesario.
- Revisa los grifos y el tanque de agua del inodoro para evitar pérdidas.
- Colocar una botella llena de agua o arena, en el tanque de agua del inodoro.
- No utilices el inodoro como basurero, ubica un basurero con tapa en el baño.
- En los jardines de las terrazas y balcones, el riego debe ser por goteo.
- Lavar platos u otros en un recipiente y no directamente en el grifo.
- Lava el coche manualmente, con un balde y no así con mangueras.
- Riega tus plantas al anochecer.



CADA
GOTA
CUENTA

Formas de reciclar el agua

- Instalar el desagüe de las aguas grises en depósitos para el aprovechamiento en inodoros, regar jardines o baldear pisos.
- Limpia el piso, baños y otros con agua de lavado de ropa.
- Utiliza la escoba, trapeador y nunca la manguera.
- Dúchate con agua necesaria.
- Usa el agua de lavado de ropa para regar plantas.



Almacenamiento del agua

Es incidir con acciones del uso de recipientes limpios y con tapas, es importante el lavado de los recipientes donde se almacena el agua en los establecimientos educativos.

El almacenamiento de agua debe realizarse en recipientes limpios. El mejor comportamiento de higiene en prevenir contaminación en el momento de recoger, transportar y almacenar el agua en el hogar, por ello es importante

- Los recipientes deben de estar limpios por dentro y fuera.
- Los recipientes deben de estar tapados.
- Almacene el agua en un lugar aceptable
- Lavar el recipiente del agua al menos una vez a la semana.
- Lávese las manos con agua y jabón antes de sacar el agua que almacena.
- No sumerja los dedos en el agua.
- En lo posible use un recipiente con una llave de agua en el fondo.

■ Esto previene la recontaminación por abrir el recipiente.



Consumo del agua desinfectada

Es el tratamiento que se utiliza para desinfectar el agua y consiste en aplicar una serie de barreras y procesos físicos y químicos para retirar, remover e inactivar las sustancias nocivas que ésta contiene.

La potabilización se realiza mediante procesos físicos, químicos y biológicos, se eliminan los gérmenes que contaminan el agua, para que ésta pueda ser consumida por la población escolar sin peligro de adquirir enfermedades por el consumo de agua contaminada.

La población de la comunidad educativa a través del módulo de Calidad de Agua, pueden consumir agua desinfectada y las formas de desinfección sugeridas para su consumo por la población estudiantil.



Manejo de residuos

El manejo inadecuado de la basura y residuos sólidos en las unidades educativas, genera focos de infección para los estudiantes, porque están expuestos a contraer enfermedades a causa de la contaminación por los residuos sólidos y basura. El considerar el tema de manejo adecuado de residuos sólidos es una de las medidas preventivas más importante, a tomarse en cuenta para prevenir enfermedades en la comunidad educativa.

Basura

Son residuos inservibles de todo material no deseado y del que se tiene intención de deshacer.

¿Quiénes generan la basura?

Son los actores de la comunidad educativa, están inmersos en la cultura del usar y tirar. Los que generan en mayor cantidad son los estudiantes. Aproximadamente cada uno produce 1 kg. de basura al día, es media tonelada de basura cada año.

Se clasifican en:

Orgánicos: Como hojas, ramas, cáscaras, restos de alimentos, frutas, vegetales, papeles, cartón, otros.

Inorgánicos: Como plásticos, baterías, aluminio, vidrio, hierro, botellas, llantas, desechos electrónicos, eléctricos, otros.



Manejo de la basura

Permite reducir el nivel de impacto negativo de los residuos sobre el medio ambiente y la sociedad.

Las tres erres (3R) es una regla para cuidar el medio ambiente, disminuye el volumen de residuos o basura generada.

En pocas palabras, las 3R ayudan a tirar menos basura, ahorrar dinero y ser un consumidor más responsable.

- **Reducir** = Disminuir la cantidad; el uso de bolsas plásticas, platos, vasos y otros materiales descartables y usando utensilios más duraderos.
- **Reutilizar** = Es volver a usar algo, como las botellas pet, sacos o bolsas de tela, bramantes u otros materiales, para hacer uso en otras aspectos.
- **Reciclaje o venta** = Plástico, aluminio, baterías, vidrios, llantas, desechos electrónicos y eléctricos, así como el cartón.

Formas de disponer la basura

Es importante sensibilizar a la comunidad educativa a depositar en basureros cuyas características permitan prevenir la contaminación o acumulación y afectar a la salud de la población estudiantil.

- **Implementar basureros con tapa en los patios, canchas y áreas.**
- **Basureros en aula.**



Formas de reciclado

Para mejorar el manejo de los residuos sólidos, que no contaminen el ambiente del entorno escolar y den mal aspecto, debemos reducir su volumen, además de separarlo y clasificarlo para que estos se puedan reutilizar y reciclar. Reducir consiste en disminuir el volumen de los desperdicios que producimos diariamente.

Residuos sólidos como los plásticos son reutilizados mediante el reciclaje en las siguientes actividades:

- **Juguetes para las niñas y niños con botellas pet o latas.**
- **Huertos escolares.**
- **Jardines verticales.**
- **Basureros.**
- **Basura orgánica**
- **Los desechos domésticos** como, cáscaras de papa y frutas, verduras, ramas, hojas de árboles, se deben juntar en un solo lugar para elaborar abono orgánico o llamado también compost.

Uso y limpieza de la batería sanitaria

El uso inadecuado de la batería sanitaria por los estudiantes, hace que estén expuestos a contagiarse de enfermedades e infecciones de genitales. Así también, la falta de mantenimiento de la infraestructura hace que se deteriore y no funcionen sus instalaciones, los estudiantes hacen sus deposiciones al aire libre.

La intervención debe ser integral a los actores de la comunidad estudiantil, lo cual permitirá el uso adecuado de las baterías sanitarias, cuidado y mantenimiento de la infraestructura.

Definición de la excreta

Son deposiciones orgánicas de humanos y animales. Cuando estas no se eliminan adecuadamente pueden provocar enfermedades en las personas.

Contaminación del medio ambiente por las excretas

La eliminación inadecuada y antihigiénica de las heces humanas infectadas da lugar a la contaminación del aire, suelo y de las fuentes de agua.

Las excretas por sus características son también vías de salida de gérmenes y parásitos que circulan frecuentemente por el cuerpo humano, y por ello las excretas deben encararse como uno de los medios básicos para mantener la higiene de las zonas pobladas y evitar la contaminación.

Las emergencias o desastres alteran las condiciones ambientales y pueden dar lugar a que las excretas, tanto humanas como animales, signifiquen un problema muy serio en la contaminación del agua, del suelo y del aire.

Las enfermedades que producen las excretas

- Las personas corren el riesgo de contraer enfermedades cuando **el agua o los alimentos que consumen están contaminados** con las heces porque poseen una gran cantidad de microbios causantes de enfermedades como la diarrea, el cólera, parasitismo, hepatitis, fiebre tifoidea, leptospirosis, etc.
- Estos pueden provocar la muerte de los niños, niñas,** siendo los más vulnerables, por no realizar la disposición adecuada de las excretas en una batería sanitaria. Así también, animales domésticos, roedores y otros, transportan consigo las heces y con ellas posibles enfermedades.

El no lavarse las manos después de ir al baño es una de las formas de mayor contaminación de los adolescentes.

Uno de los problemas frecuentes en las unidades educativas, es por falta o mala limpieza de las baterías sanitarias, por ello las niñas y niños están expuestos a contraer enfermedades.

Limpieza de la batería sanitaria

En los baños se concentran una gran mayoría de gérmenes y suciedades que pueden ser perjudiciales para la salud de la comunidad educativa. Para la limpieza del baño es fundamental, que la misma se haga de forma profunda y continuada para poder evitar la creación de hongos y humedad.

A su vez, se requiere determinados productos elaborados para la limpieza del baño.

Acciones para la limpieza de los baños

- Limpiar las paredes, ya que ahí se alojan los hongos.
- No sólo limpiar la taza por dentro, sino también por fuera.
- Usar guantes de plástico esterilizados para protegerse.
- Rociar a los pisos desinfectante, déjalo actuar por al menos cinco minutos.
- Limpiar con las ventanas bien abiertas, algunos productos contienen sustancias que pueden causar daños.

Materiales

1. Láminas de trabajo
2. Colores
3. Hojas en blanco (recicladas)

Para empezar

La actividad comenzará con la lectura de un mensaje o historia, que esconde un enigma sobre el agua que debe ser contestado por las y los estudiantes. Para la realización se puede organizar el aula en pequeños grupos.

Cómo lo hacemos

- Se leerá un cuento, invitando posteriormente a los/as niños/as a pensar sobre lo que saben del agua, y sobre cómo se lo contaría a otras personas que no lo supiera. *Esta historia puede adaptarse en función de la edad de las o los niños y su capacidad de comprensión.*

Desde un observatorio se mandó un mensaje de radio al espacio que pretendía contactar con seres extraterrestres. El mensaje contenía información sobre la Tierra como descripción de los seres vivos, los humanos, las plantas, los animales, las características físicas... 20 años después ha llegado un mensaje procedente del espacio exterior con la siguiente pregunta ¿qué es el agua? Los astrónomos no saben cómo contestar y piden ayuda a los/as niñas/os: Por favor, ¿cómo les explicarían a los extraterrestres qué es el agua? ¿Cómo es el agua? ¿Para qué sirve? ¿Es el agua inagotable?. Para asegurar que los extraterrestres lo entienden, es necesario escribirles cada una de las respuestas en una carta y hacer un sencillo dibujo que lo ilustre.

- Cada grupo deberá explicar en voz alta y hacer un dibujo sobre las preguntas anteriores: ¿qué es el agua?, ¿cómo es? ¿para qué sirve?, ¿puede agotarse?

Una vez recogidas las cartas con los dibujos, se hará una muestra en común.

Durante la actividad surgirán numerosas dudas e interrogantes, y ese será el momento de explicar algunos de los conceptos que se exponen en el presente manual. Las explicaciones se seleccionarán dependiendo de la edad de los/as niñas/os. Esta actividad se puede complementar con adivinanzas:

- Millones forman el río, y millones forman el mar, las personas se preocupan si empiezan a escasear **(las gotas de agua)**
- Como el algodón suelo en el aire flotar, a veces otorgo lluvia y otras, sólo humedad **(la nube)**

Para no olvidar

Se cierra la actividad haciendo una feria de los dibujos sobre el agua y su cuidado, colocando los dibujos del agua que hicieron y dibujando las prácticas de cuidado.



- Kilómetros mido, hectolitros llevo, kilovatios doy, hectáreas mantengo **(el río)**
 - Nazco y muero sin cesar; sigo no obstante existiendo, y, sin salir de mi lecho, me encuentro siempre corriendo. **(el río)**
 - Sin vacación en sus cursos, al principio son pequeños, suelen nacer en montañas y morir de marineros **(el río)**
 - Desde el día en que nací, corro y corro sin cesar: corro de noche y de día hasta llegar al mar **(el río)**
 - Retumban los tambores con ecos tremendos y chispas fugaces; cae agua a raudales **(la tormenta)**
- Posterior a esta actividad, se hace una explicación de cómo cuidar el agua y se trabaja en la actividad 1- el agua, de la cartilla (pág. 33)

Disposición de residuos sólidos

Camión de selección de residuos

Materiales

1. Materiales en desuso: plásticos, aluminio, papel, papel higiénico, botellas de vidrio, envolturas de dulces, etc.
2. Alimentos (pueden ser alimentos de juguetes o cáscaras)
3. Tres recipientes con colores

Para empezar



Para iniciar la actividad, se consulta a las niñas y niños si conocen qué son los residuos, se pide que se den ejemplos y que se pueda identificar algunos residuos que se tienen en el hogar, la escuela y la comunidad.

Después de tener varios ejemplos de la vida cotidiana de las/os niñas/os, se inicia una explicación sobre los distintos tipos de residuos que existen (orgánicos/inorgánicos) y cómo los diferenciamos, las 3 "R" (Reducir, reutilizar y reciclar/vender) con diferentes colores y láminas de apoyo. Después seleccionamos 3 grupos de estudiantes de 6 personas para que realicen la selección de los residuos.

Cómo lo hacemos



En una bandeja coloca distintos elementos: plástico, tapones, alimentos, hojas, aluminio, papel... Ayuda a las/os niñas/os a poner cada tipo de producto en un recipiente: los que tienen que tirar en el contenedor amarillo, los que van al verde y al azul.



Con este sencillo juego las/os niñas/os aprenderán a separar correctamente los residuos y diferenciar la basura orgánica e inorgánica.

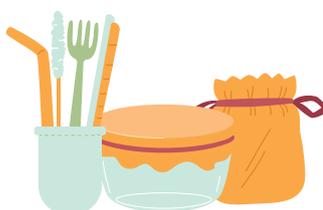
Para no olvidar

Se indica la importancia de separar los residuos y utilizar las (3R) para cuidar nuestro medio ambiente.

REDUCE



REUTILIZA



RECICLA



Uso y limpieza de la batería sanitaria



Día 1



40 minutos



Día 2 y 3



30 minutos

Materiales

Lámina grande de un baño

Objetos reales demostrativos: Jabón líquido, toallas, alcohol en gel.

jaboncillo en barra, esponjas, cepillos de dientes, cepillo de lavado de inodoros, guantes, detergente en polvo y otros para lavado de baños.

Fichas de cartulina o papel, tamaño ½ carta con imágenes de insumos y utensilios de uso y limpieza de baños (cepillos, esponjas, jaboncillo, etc).

Cinta adhesiva o masking

Para empezar



Para introducir el tema, se realizará una sesión donde se hablará de lo que hacen antes de acostarse y al levantarse para ver si tienen los hábitos de higiene formados. Se les preguntará por si se duchan o se bañan, si lo hacen junto a sus padres, si colaboran, qué les gusta más, cuál es el color de su esponja.

Posterior a la introducción, seguimos con las siguientes actividades, las mismas pueden realizarse secuencialmente o elegir una para realizarse en una clase:

01

Actividad

El espacio del baño: Identificamos dentro del aula un espacio o rincón del baño, donde se coloque una lámina grande que identifique su baño, se colocarán los diferentes dibujos de instalaciones y materiales, según donde creen ellos que deben estar situados, a través de figuras que se cuelan con cinta adhesiva o masking. Éstos incluirán debajo sus respectivas palabras para que las niñas y niños los identifiquen.

02

Actividad

Taller del tacto y el olfato. Se pondrán diferentes recipientes de champú, jabón líquido, alcohol en gel, jaboncillo para que las niñas y niños pasen y los huelan. También se pondrán toallas, esponjas, manoplas de baño, cepillos, para que las toquen y huelan. Todo se hará con los ojos cerrados.

03

Actividad

Conociendo mi baño: Se colocan en el espacio del baño varios utensilios reales para el baño: cepillo para lavar el baño, papel higiénico, esponjas, cepillos de dientes, etc., cuyo número y complejidad irá aumentando en los 3 días. En un primer momento dejaremos que niñas y niños toquen y experimenten un poco con ellos, para que se familiaricen con los mismos, después y con preguntas directas les preguntaremos el nombre de cada uno y para qué sirve o incluso en que zona del cuerpo se utiliza.

El juego puede ser un poco más complejo, si la maestra o el maestro pide todos aquellos objetos que sean necesarios para realizar un acto en concreto, como el lavado de dientes, añadiendo además muchos otros objetos que no tengan relación con el baño.

Al finalizar las actividades se debe reflexionar con las niñas y niños la importancia de conocer los objetos con los cuales podemos limpiarnos y limpiar nuestros baños, además que debemos ser parte de esa limpieza en casa y en la escuela, es parte de nuestros deberes.

Reflexionamos

01

Al finalizar la actividad 1 se deberá reflexionar con las niñas y niños, qué es lo que se debe hacer después de usar el baño, para mantener un espacio limpio y agradable para todas/os.

02

Con la actividad 2, se reflexionará sobre lo bien que se siente tener un baño limpio (utilizando el olfato) y lo que podemos hacer para utilizar los materiales de limpieza para tener un baño limpio.

03

Con la actividad 3, se refuerza la limpieza de nuestros cuerpos y de los baños.

Para no olvidar

Mediante una observación continua evaluaremos el grado de adquisición de unos buenos hábitos de higiene y limpieza por parte de los pequeños, reforzando cada día lo aprendido.

Utilizar las láminas de la cartilla para pintar sobre el uso y limpieza del baño.



Retorno Seguro a Clases “Salud, bioseguridad y gestión emocional”

Actividades infantil. (28 de 06 de 2013). El blog de actividades infantil. Obtenido de <https://actividadesinfantil.com/archives/6824>

Aprendizaje Verde. (22 de Octubre de 2013). Aprendizaje Verde. Obtenido de <http://www.aprendizajeverde.net/temas/cuidado-del-agua/juegos/solucion-a-el-mal-uso-del-agua>

Ayala Garnica, A., Arauco Lima, G., Godoy Navarro, R. M., & Kolle Valenzuela, J. M. (2018). Juntos y juntas cultivamos nuestras habilidades para la vida - Guía metodológica para el desarrollo de habilidades para la vida en educación primaria comunitaria vocacional. La Paz, Bolivia: Visión Mundial Bolivia.

Centro de Promoción de la Mujer Gregoria Apaza. (2018). Guía de contención emocional para brigadistas agentes de cambio. El Alto, Bolivia: Centro de Promoción de la Mujer Gregoria Apaza.

Cortés Montenegro, P., & Figueroa Cabello, R. (2017). Manual ABCDE para la aplicación de Primeros Auxilios Psicológicos en crisis individuales y colectivas. Santiago de Chile: CIGIDEN / Pontificia Universidad Católica de Chile

Divulgación dinámica - The education club. (19 de 02 de 2021). Divulgación dinámica - The education club. Obtenido de <https://www.divulgaciondinamica.es/blog/los-mejores-juegos-para-ninos-adaptados-a-la-covid-19/>

Fuentes, A. (04 de Octubre de 2016). Escuela en la nube. Obtenido de <https://www.escolaelanube.com/juego-infantil-higiene-personal/>
Fundación Cántaro Azul, A.C. - UNICEF México. (2018). Agua, higiene y saneamiento - cuadernillo de actividades. México: Gabriela Soriano Segoviano.

Iriarte, J. (14 de Abril de 2020). Bebé a mordor. Obtenido de <https://bebeamordor.com/imprimibles-juegos-gratis-sobre-coronavirus-para-ninos-y-ninas/>

Ministerio de Educación. (2018). COMPENDIO DE FICHAS PEDAGÓGICAS: GESTIÓN DE RIESGOS Y CAMBIO CLIMÁTICO. La Paz, Bolivia: Dirección de Comunicación - Ministerio de Educación.
Ministerio de Educación, Ministerio de Salud y Deportes. (2021). PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA EL RETORNO SEGURO A CLASES DEL SUBSISTEMA DE EDUCACIÓN REGULAR, EN LAS MODALIDADES DE ATENCIÓN EDUCATIVA: PRESENCIAL Y SEMIPRESENCIAL. La Paz, Bolivia.

Sapos y princesas. (13 de enero de 2020). Sapos y princesas. Obtenido de <https://saposyprincesas.elmundo.es/ocio-en-casa/juegos-para-ninos/juegos-para-reciclar-aprender-y-disfrutar-a-la-vez/#commentarios>

Servicio Nacional para la Sostenibilidad de Servicios en Saneamiento Básico (SENASBA). (2012). Guía de Educación Sanitaria y Ambiental. La Paz, Bolivia: SENASBA, MMAYA, GIZ, PROAPAC.
Villarando, R. (2018). UNIDAD EDUCATIVA LIMPIA Y SOSTENIBLE. Cochabamba, Bolivia: Water for people.

Zapata Guzmán, A. M. (15 de enero de 2014). Residuos sólidos para niños. Obtenido de https://es.slideshare.net/gelazapata/residuos-solidos-para-nios?from_action=save.



Esta publicación ha sido elaborada en base a la Guía metodológica para el desarrollo de habilidades para la vida en educación inicial comunitaria vocacional. Es financiada por la Agencia de Cooperación Internacional de Cooperación Coreana de Desarrollo KOICA.

Junio, 2022
Visión Mundial Bolivia
Av. Hernando Siles No.6023
www.visionmundial.org.bo
La Paz - Bolivia