

# **RETORNO SEGURO A CLASES**

**“Salud, bioseguridad  
y gestión emocional”**

**Compendio de actividades  
para maestras y maestros**







**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 primaria 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](http://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	22
Estructura de la unidad temática	23
Conceptos básicos	23
Actividades	28
Mantenimiento y gestión de servicios sanitarios	36
Estructura de la unidad temática	37
Conceptos básicos	37
Actividades	41

# 05

## Bibliografía



# Guía de capacitación para maestras y maestros **compendio de actividades para nivel primaria**

## INTRODUCCIÓN

### Retorno Seguro a Clases

“Salud, bioseguridad y gestión emocional”

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

- **Básica**, porque constituye el cimiento fundamental para todo el proceso de formación posterior.
- **Intracultural**, intercultural y plurilingüe, porque parte de las experiencias, saberes, conocimientos, lenguas y tecnologías propias complementadas con los de otras culturas.
- **Integral**, porque permite desarrollar diferentes potencialidades y capacidades prácticas y teóricas.
- **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.
- **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.
- **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.

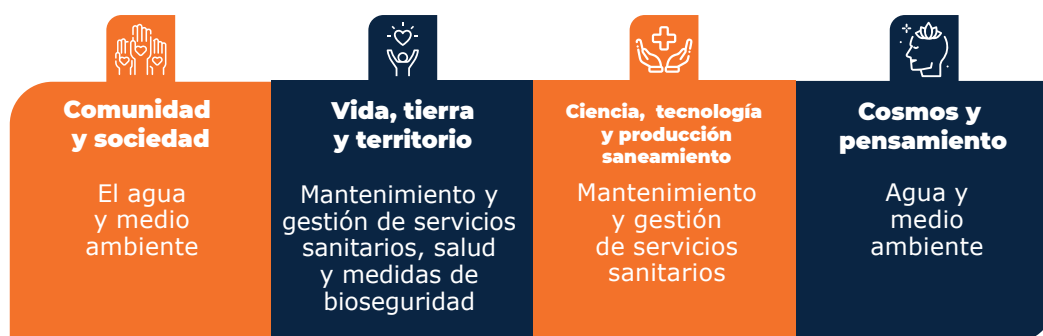
En este marco se presenta un compendio de actividades, orientadas al desarrollo de las cuatro dimensiones: **SABER, SER, HACER Y DECIDIR**. Alienta a la/el maestra/o a desarrollar actividades nuevas a partir de las vivencias cotidianas, que sean significativas para el grupo, rescatar saberes locales 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 primaria

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.

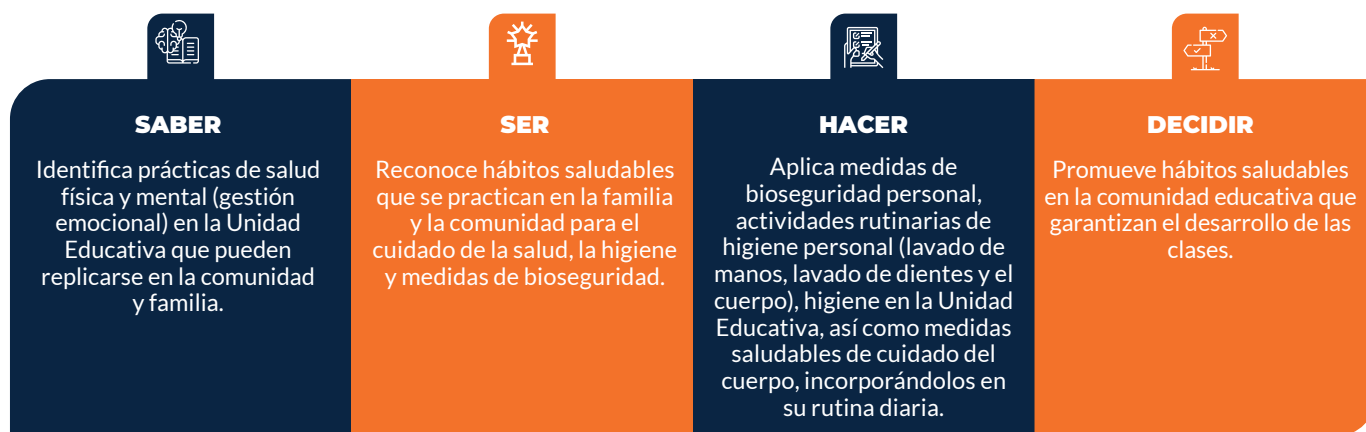
Con la implementación de la guía de capacitación: **Compendio de actividades para nivel primaria "Salud, bioseguridad y gestión emocional"**, los estudiantes podrán desarrollar las siguientes competencias:

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

# La función de las maestras y los 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 se constituyan en un/a guía del aprendizaje que promueve la autonomía, el desarrollo del pensamiento crítico, respetando al 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 las 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 un 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



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 todas y todos 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 las niñas y niños expresen dudas y consultas.

09

**Tener en cuenta el ritmo e individualidad de cada niño y niña.** 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 las niñas y niños 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 las y los 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.

**b) Objetivo holístico de desarrollo curricular.**

Propone el objetivo holístico de las unidades y contenidos en base a lineamientos del modelo educativo del SEP.

**c) Intenciones 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.

**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.

**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.

### 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

<b>OBJETIVO HOLÍSTICO</b>	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) movilizando a la comunidad educativa (decidir) en sus capacidades de respuesta ante situaciones de emergencia sanitaria (ser).								
<b>Criterios de evaluación</b>	<table><tr><td><b>Ser</b></td><td>Fortalecimiento de capacidades de respuesta ante emergencias sanitarias</td></tr><tr><td><b>Saber</b></td><td>Conocimientos sobre salud, medidas de bioseguridad e higiene en el ámbito escolar</td></tr><tr><td><b>Hacer</b></td><td>Prácticas de prevención y gestión del COVID -19 y otras enfermedades infecciosas</td></tr><tr><td><b>Decidir</b></td><td>Movilización de la comunidad educativa</td></tr></table>	<b>Ser</b>	Fortalecimiento de capacidades de respuesta ante emergencias sanitarias	<b>Saber</b>	Conocimientos sobre salud, medidas de bioseguridad e higiene en el ámbito escolar	<b>Hacer</b>	Prácticas de prevención y gestión del COVID -19 y otras enfermedades infecciosas	<b>Decidir</b>	Movilización de la comunidad educativa
<b>Ser</b>	Fortalecimiento de capacidades de respuesta ante emergencias sanitarias								
<b>Saber</b>	Conocimientos sobre salud, medidas de bioseguridad e higiene en el ámbito escolar								
<b>Hacer</b>	Prácticas de prevención y gestión del COVID -19 y otras enfermedades infecciosas								
<b>Decidir</b>	Movilización de la comunidad educativa								
<b>Actividades</b>	 <ol style="list-style-type: none"><li>1. Lavado de manos</li><li>2. La higiene</li><li>3. Medidas de prevención y bioseguridad</li></ol>								

## 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, actitudes y 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 de 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.

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.
- Conjuntivitis.
- Herpes.
- Cólera.
- Parásitos intestinales
- Hepatitis, etc.



### Insumos para el lavado de manos

Para eliminar los gérmenes es importante que utilices los siguientes insumos: agua limpia y 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 padres y madres 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 las o los estudiantes, maestras y maestros, 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 de el 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.



# Lavado de manos Coronavirus en las manos

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 qué 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 niñas y los niños miren sus manos, se les pregunta si están limpias.

Se muestra un afiche con una lupa grande donde se observan los bichos, parásitos y 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 a simple vista. 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).

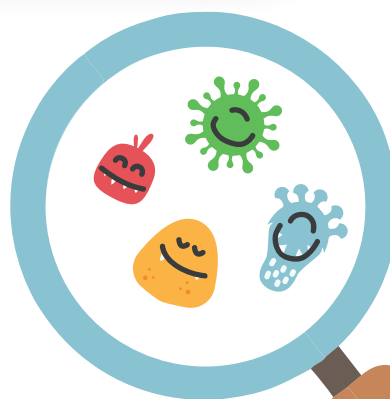
Empieza la maestra o maestro, realizando la práctica correcta en base al banner o señalética preparado para este fin.

## 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/3l7CC3I>
3. <https://bit.ly/3yAvLYv>
4. <https://bit.ly/3l8OyCb>

# ¿Cómo funciona el lavado de manos?

 20 minutos

## Materiales

1. Aceite de cocina
2. Canela
3. Grifo de baño para el lavado de manos o recipiente con un bañador para el agua
4. Jabón
5. Toallas de papel

## Para empezar

**Trabajar en grupos de cinco**, donde cada alumno asume un rol específico. Una persona se encargará de apuntar las observaciones y los resultados obtenidos en el experimento; otra recolectará los materiales y controlará el tiempo; y los 3 estudiantes restantes conducirán la investigación. Todos los miembros del grupo observarán los tres métodos de lavado de manos. Estimule a sus estudiantes para establecer una hipótesis y predecir un resultado. Luego seguirán los pasos establecidos para el experimento. Usarán técnicas de observación y apuntarán los resultados visualizados.

## Cómo lo hacemos



Los 3 estudiantes del grupo que conducen la investigación se colocarán un poco de aceite de cocina sobre sus manos hasta cubrir las totalmente. Luego se esparcirán canela hasta que también las manos estén completamente cubiertas. La canela simulará el rol de las bacterias. Finalmente, los 3 jóvenes deben lavar intensamente sus manos durante 20 segundos y anotar los resultados en una ficha de actividades. Durante la experiencia, deben tener precaución cuando se utilice agua caliente. Compartir las experiencias en clase sería beneficioso para los estudiantes para controlar sus observaciones y consolidar su aprendizaje.

## Para no olvidar

Compartir las experiencias en clase sería beneficioso para los estudiantes para controlar sus observaciones y consolidar su aprendizaje.

## Actividades Complementarias

Realizar una ficha práctica, con la siguiente consigna:

**¿Cuál es la forma más efectiva para quitar las bacterias de tus manos? Hipótesis del grupo:**



### Estudiante

01

Lava sus manos con agua fría y sin jabón.

### Estudiante

02

Lava sus manos con agua tibia y sin jabón.

### Estudiante

03

Lava sus manos con agua tibia y jabón.



**Los estudiantes observan que sucede y repasan sus descubrimientos para consolidar lo que han aprendido.**

El método de lavado de manos que más removió "el virus" fue: ...

El método de lavado de manos que menos removió "el virus" fue:...

Ilustrar cómo lucieron las manos de los estudiantes 1, 2 y 3, después del lavado de manos

### Conclusiones

Pude quitar "el virus" de mis manos a través de...

Si sólo utilizo agua fría, sin jabón, para lavarme las manos, esto es lo que sucede...

¿Por qué el agua tibia ayuda?

¿Por qué el jabón ayuda?

¿Por qué refregarse las manos ayuda?



## Para empezar

Explicamos a las y los estudiantes los siguientes puntos:

¿Por qué es tan importante la higiene?

La falta de higiene puede provocar diarrea o enfermedades respiratorias graves. Por eso, en los lugares donde no hay acceso al agua y jabón las personas pueden enfermarse más. Los gérmenes que llegan a tu estómago, especialmente los gérmenes y bacterias que viven en la popó (E. Coli), causan diarrea. Esto ocurre con mayor frecuencia donde no hay prácticas de higiene adecuadas.

La diarrea grave se lleva líquidos y nutrientes del cuerpo y puede causar la muerte por deshidratación y desnutrición. Entre más evacuaciones haya, más peligrosa es. Más niñas y niños que adultos mueren de diarrea porque se deshidratan y desnutren más rápidamente. HIGIENE es todo lo que hacemos para mantener limpio nuestro cuerpo y nuestro ambiente.

¡Por eso es que la higiene puede salvar vidas!

El agua segura, combinada con buenas prácticas de higiene, puede reducir a más de la mitad los casos de diarrea y otras infecciones.



Cepillar correctamente los dientes después de cada comida, al lavarse y antes de dormir



Limpiar los dientes utilizando la técnica del barrido, de arriba hacia abajo y de abajo hacia arriba, para eliminar los restos de alimentos de los dientes



Visitar al dentista dos o tres veces al año



No excederse en el consumo de golosinas **iel azúcar es muy mala para los dientes!**

## Cómo lo hacemos



Después de la explicación se organiza la clase para que de forma participativa se explique lo que sucedió en 3 historietas, con la consigna de ¿Qué fue lo que pasó?

Se hará una lluvia de ideas con las y los estudiantes, para después preguntar:

¿Cuáles son las causas de su enfermedad o malestar?

¿Cuáles son las principales cosas que pueden generar enfermedades?

¿Qué actividades se pueden hacer para no enfermarse?

Reflexionamos sobre nuestro entorno familiar más próximo para saber si alguna vez nos sucedió alguna de estas situaciones.

## Para no olvidar

Dibujamos 3 carteles personales para colocarlos en el cuaderno que nos recuerden las acciones que se deben hacer para no enfermarse.



**Para empezar**

Este juego nos recuerda al clásico "piedra, papel o tijera", pero en esta versión emplearemos tres tipos de mímica para representar las tres figuras posibles.

Identificamos:

**PIEDRA: COVID**

**BARBIJO: PAPEL**

**TIJERA: TIJERA**

Explicamos:

El Covid gana a la tijera, porque puede infectarla; la tijera gana al barbijo, porque puede romperla al cortarla; y el barbijo gana a la Covid, porque le impide el contagio.

Es importante que se practique antes para identificar correctamente la analogía con el juego de "piedra, papel y tijera" y no haya equivocaciones.

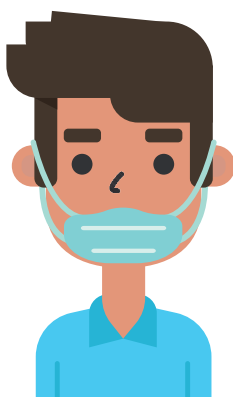
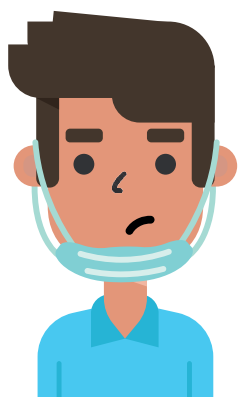
**Cómo lo hacemos**

Organizamos al grupo en el aula para hacer una "combate contra el Covid", para esto trabajamos en parejas para hacer la competencia del "covid, barbijo o tijera". Los perdedores de la competencia en pareja se irán retirando, mientras que los ganadores serán finalistas y podrán competir uno a uno, hasta que se tenga a una sola pareja que de la batalla final contra el Covid.

Al finalizar la dinámica, reflexionamos sobre la importancia del uso del barbijo y como debemos promover su uso en las personas de nuestro entorno.

**Para no olvidar**

Recordamos el uso correcto del barbijo, cómo debemos usarlo, cuándo desecharlo (tipos de barbijo) y que no se debe compartir el mismo con NADIE.






# UNIDAD TEMÁTICA

Gestión emocional y  
contención psicoafectiva

## ESTRUCTURA DE LA UNIDAD TEMÁTICA

<b>OBJETIVO HOLÍSTICO</b>	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).	
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Ser</b>	Fortalecimiento de la empatía, el autoestima y el autocuidado.
	<b>Saber</b>	Reconocimiento de nuestras emociones y las de los demás y conocimiento de formas de expresarlas adecuadamente.
	<b>Hacer</b>	Desarrollo de la habilidad de manejo emocional mediante prácticas comunicativas orales, escritas y gráficas.
	<b>Decidir</b>	Para mejorar las relaciones armónicas en la comunidad, la familia y la escuela
<b>Actividades</b>	 <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Las emociones</li> <li>2. Expresando emociones</li> <li>3. Empatía</li> <li>4. Ayudando a otros</li> </ol>	

## 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

**C**ontrol 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 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 mi 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)

## 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).



## 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.

## Autonomía responsable

Supone poseer los recursos personales necesarios para desarrollar los propios planes de vida, pero no arbitrariamente, 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



¿Se han sentido felices o tristes alguna vez? ¿Cómo creen que me sentí yo en estas situaciones?:

- a) Me he ganado un gran premio.
- b) Mi hermana me regañó delante de todos mis amigos.
- c) La planta que más me gusta ya no da flores.
- d) Hoy he tenido que comerme algo que no me gusta nada.
- e) Ayer le rompí a mi hermano su juguete favorito.

¿Creen que me sentí exactamente igual cuando me tuve que comer eso que no me gustaba y cuando le rompí a mi hermano su juguete favorito? Pues no, no era igual.

No me sentía bien, me sentía mal, pero era un malestar diferente. Pues esta actividad nos servirá para conocer esas diferencias... y darles las palabras que les corresponden a nuestras emociones.

## Cómo lo hacemos

01

Elegimos a tres voluntarios indicando que van a tener que explicar una emoción a sus compañeros, les mostramos en secreto la palabra VERGÜENZA. Les decimos que explicarán cómo se siente cuando tenemos vergüenza. Pueden intentar describir la emoción con sus propias palabras, recurriendo a ejemplos o experiencias personales, la única condición es que NO pueden usar la palabra vergüenza en su explicación. Podemos ayudarles diciendo por ejemplo: "Esta emoción se apodera de tu ánimo cuando crees que se van a burlar de ti" o "es la que hace que te pongas colorado/colorada o desees ser invisible".

02

**Introducimos diciendo:** "A continuación, sus compañeros van a explicar una emoción, ustedes deben tratar de adivinar de cuál se trata" debemos escuchar hasta que finalicen.

03

Cuando los tres voluntarios hayan intervenido, preguntamos ¿Qué se llamará la emoción de la que les hablaron?. Si no adivinan puedes ayudarles dando más ejemplos.

04

Finalmente, escribimos la emoción en la pizarra. Otros voluntarios explican otra emoción.





## Reflexionemos



¿En que situaciones podemos sentir vergüenza? ¿Alguien quiere contar una situación en la que se haya sentido así? ¿Qué otras emociones conocen? ¿Cómo sabemos cuando una persona esta sintiendo... (las emociones que mencionen)? ¿para qué servirán las emociones? ¿Hay emociones positivas y negativas? ¿Qué pasará si alguien no sabe o no nombra exactamente lo que siente? ¿Para que servirá conocer sobre las emociones?.

## Enfatizamos



Las palabras para expresar emociones son muy importantes y no siempre es fácil seleccionar las adecuadas. A veces, nos limitamos a decir bien, mal, triste, contento, cuando lo que en realidad deseamos expresar es otra cosa. Existen muchas emociones y todas se manifiestan de diferente manera en nuestra mente y cuerpo. Es muy importante poder decir exactamente lo que sentimos para que nos puedan ayudar si es necesario y poder entender qué sienten los demás para tratarlos de acuerdo a cómo se sienten.

## Para no olvidar



Averiguamos por equipos las características de varias emociones y dibujos que las representen, ej. ¿cómo se vería la ira si pudiéramos verla, que forma, color, tamaño tendría?.

## Actividades complementarias

### Actividad de refuerzo o ampliación:

Preguntamos: ¿cómo se sienten hoy?, ante la respuesta ¡Bieeen!. Preguntamos ¿Podemos estar mejor que bien? ¿Hay grados de alegría? ¿Es posible estar mucho más que contento?.

Euforia es mucho más que alegría. Así, varias emociones tienen grados.

Averiguamos los grados de otras emociones. Jugamos por grupos a adivinar las emociones sin palabras, dramatizando, usando gestos de la cara y poses con el cuerpo

Actividad familiar o comunitaria

Niños/niñas se llevan el listado de emociones a casa y con esas palabras, juegan al ahorcado en familia.



## Para empezar



### Preguntamos:

1. ¿Se han sentido con rabia alguna vez?
2. ¿Qué hacen los adultos cuando están muy enojados?
3. ¿Qué haces tú cuando algo te ha hecho renegar mucho?. ¿Saben que es el estrés? ¿Se han sentido muy nerviosos/as alguna vez?
4. ¿Qué situaciones pueden hacer que estemos estresados/as o nerviosos/as todo el tiempo?
5. ¿Cómo actúan los adultos cuando están muy tensos, nerviosos o estresados?
6. ¿Cómo actúas tú?
7. ¿Qué reacciones negativas podemos tener cuando estamos muy nerviosos y justo pasa algo inesperado.

En esta actividad vamos a aprender sobre las formas adecuadas e inadecuadas de expresar estas emociones la rabia, enojo, ira, frustración, nerviosismo y estrés.

## Cómo lo hacemos

# 01

Formamos grupos para realizar dramatizaciones (una inadecuada y una adecuada) a partir de las siguientes situaciones:

- Una mamá se encuentra muy enojada por que su hijo salió a jugar sin permiso ¿Qué sucede?
- Un hermano mayor se encuentra molesto porque su hermana pequeña siempre levanta sus cosas sin decirle nada y hoy es el colmo, levantó su cuaderno y lo ensució ¿Qué sucede?
- Una maestra esta muy nerviosa, tiene problemas en su casa y le pasó de todo desde que despertó hasta que llegó. Justo hoy nadie hizo la tarea y nadie presta atención ¿Qué sucede?

# 02

La consigna es que todos los miembros del grupo deben participar, si son muchos algunos harán de mesas, puertas, etc. Cada dramatización durará 5 minutos.

## Reflexionemos



¿Qué sentiste al estar en el papel de mayor/adulto? ¿Qué comparas entre la primera y la segunda representación? ¿Qué hizo que la mamá, el hermano mayor y la maestra se sintieran así? ¿Qué otras cosas negativas podemos hacer cuando estamos enojados o nerviosos? ¿Qué consecuencias podría tener? ¿Qué otras cosas podemos hacer cuando estamos enojados/as o estresados/as para no lastimarnos a nosotros mismos ni lastimar a los demás? ¿Qué formas de contrarrestar el estrés conoces? ¿Cómo pueden afectarse nuestro cuerpo y mente con el estrés?

## Enfatizamos



Existen formas no aceptables y formas aceptables de expresar nuestro enojo y estrés. Las formas no aceptables son aquellas en las que ejercemos violencia, dañando o lastimando a nosotros/as mismos/as o a otras personas, animales o plantas. Las formas aceptables son aquellas en las que manifestamos nuestro enojo y estrés sin lastimarnos a nosotros/as mismos/as, a otras personas, animales o plantas. Todos/as tenemos derecho a enojarnos y estar nerviosos/as, no por eso se justifica lastimar a otros o a nosotros mismos.

## Para no olvidar



Llenamos el cuadro en blanco, con formas adecuadas e inadecuadas de expresar estas y otras emociones.  
Practicamos los ejercicios de para manejar el estrés que se proponen.

## Actividades complementarias

### Actividad de refuerzo o ampliación:

- Hacer fichas de las emociones con sus características y la forma de resolverlas.
- Dos participantes se ponen uno delante de otro y usan una chamarra al revés al mismo tiempo logrando ser una sola persona, ya que el participante 1 (el que está atrás) es la cabeza y el participante 2 las manos, el participante 1 tendrá que mostrar formas adecuadas e inadecuadas de expresar emociones. El participante 2 debe esconderse dentro de la chamarra y usar las manos tocando la cabeza del participante 1 para hacer sonreír a los que están observando.

### Actividad familiar o comunitaria

Practicamos juntos los automasajes. Hacemos un listado de actividades en nuestra región que nos ayudan a lidiar con el estrés.

**Materiales:** Objeto para observar, imágenes (fotografías) igual a la cantidad de niños/niñas

### Para empezar



Nos organizamos en círculo y ponemos un objeto en el medio. Preguntamos a diferentes niños/niñas, ubicados en diferentes lugares del círculo ¿qué ves? Describirán los detalles que ven del objeto, pediremos precisión en la descripción. Como es de suponer, cada niño/a dirá diferentes cosas, explicamos que eso se conoce como el punto de vista del otro/a, funciona igual con ideas u opiniones.

Nunca nadie tiene la misma forma de ver las cosas aunque se trate del mismo elemento, nadie tiene la misma forma de sentir o pensar sobre la misma situación vivida. En esta actividad ejercitaremos ponernos en los zapatos del otro.

### Cómo lo hacemos

01

Entregamos a cada niña y niño una imagen (fotografía de periódicos o revistas o mostramos de la computadora) de una o varias personas realizando alguna acción para que la observe por unos segundos (también hay ejemplos en la cartilla).

02

Mostrando la imagen, cada niña y niño responde a las siguientes preguntas: ¿Qué crees que esta pensando esta persona? ¿Qué crees que esta sintiendo? ¿Qué le habrá pasado antes del momento en el que le sacaron la foto? ¿Qué crees que va a hacer? Intenta por un momento imaginar que eres esa persona ¿qué estarías sintiendo?. Los demás contribuyen.

03

Primero se observa, luego se piensa y se siente y por último se completa en la cartilla de actividades para las y los estudiantes, donde se cuantificará la intensidad de las emociones de la persona de la foto, en donde 1 es la menor intensidad y 5 la mayor. Añadimos las emociones que no estén en él.



## Reflexionemos



¿Cómo te sentiste al conectar con la persona de la imagen? ¿Te has sentido así en alguna ocasión? ¿Qué crees que le pudo haber pasado antes? ¿Podemos sentirnos y pensar diferente en la misma situación en diferentes momentos? ¿Cómo te sentirías tu si...?

## Enfatizamos



La empatía es la capacidad de desconectar de los pensamientos, sentimientos y necesidades propias para conectar con las de las otras personas. Al ser empáticos con las personas reconocemos su derecho de existir, sentir y pensar de la forma en que lo hacen, comprender que cada sentimiento y pensamiento humano es reflejo de una experiencia vital distinta. Esta experiencia invita a tender un puente entre mi orilla y la de la otra persona para aproximarse y conectar. En muchas ocasiones rompemos los puentes que como humanos nos unen por naturaleza. Lo hacemos cuándo el comportamiento de las demás personas se sale de nuestro propio marco, de nuestra idea. Cuando nos escandalizamos, criticamos, nos indignamos, nos complicamos o les complicamos la vida a quienes no se nos parecen.

## Para no olvidar



Realizamos un mural con las fotografías con el título ¿tu que crees que están pensando? y programamos un pequeño taller para compartirlo con otro grupo para explicar que significa la empatía y ponerse en el lugar del otro.

## Actividades complementarias

### Actividad de refuerzo o ampliación:

Buscamos en el diccionario la definición de la palabra prejuicio o estereotipo, reflexionamos al respecto ¿en qué frases o acciones identificamos prejuicios y estereotipos? ¿Qué podemos hacer al respecto? Formamos parejas y practicamos ponernos en su lugar durante un día, compartimos la experiencia.

### Actividad familiar o comunitaria

Las niñas y niños dicen la siguiente frase a alguien de su familia o de su comunidad:

“Animales fieros: la gallina y el pajarillo. Animales mansos el tigre y el león...”

¿Verdadero o falso? (se hace una pausa y se espera la reacción) ¿por qué?

Se completa la frase “Le decía la mamá gusano a su hijo gusanito”. ¡Todo depende del punto de vista!

## Para empezar



Todo el grupo está sentado y dispuesto en círculo, las niñas y niños del grupo intentan ponerse en contacto con otra persona sólo a través de la mirada (sin acompañarla de gestos o palabras) para intercambiar su asiento con ella. Cuando un niño o una niña cree que otro u otra acepta intercambiar su sitio, intenta realizar el intercambio. Si la persona requerida no responde y el jugador o jugadora ya ha abandonado su asiento, su lugar puede ser ocupado por cualquier otro jugador o jugadora. Las jugadoras y jugadores que se quedan sin lugar donde sentarse deben aguardar a que se levante otro jugador o jugadora para ocupar su sitio. Intentaremos hacer la mayor cantidad de cambios para ganar.

## Cómo lo hacemos

**01**

Realizamos en equipos de 3 la representación de cada letra del alfabeto con el cuerpo, primero esperamos las ideas de niños/niñas y luego podemos sugerir otras formas.

**02**

Conformamos equipos de 6 niños/niñas. Tres formarán las letras y tres intentarán adivinar las palabras.

**03**

Se preparan tarjetas con palabras de tres a cinco letras dependiendo de la edad. Se entregará las tarjetas al grupo y una a una intentarán formar las letras que componen las palabras con sus cuerpos.

**04**

Los/las representantes tratarán de adivinar la mayor cantidad de palabras antes que pase el tiempo asignado, escribiendo en la pizarra una a una las letras hasta formar las palabras.

**05**

Aún cuando no se haya concluido de formar la palabra, si los representantes ya saben de que se trata la pueden decir y pasan a la siguiente palabra.

## Reflexionemos



¿Cómo te sentiste en tu equipo? ¿Qué roles o funciones tenía cada miembro?  
¿Funcionaron bien? ¿Qué aporte ha hecho cada miembro? ¿Quién fue la persona que lideró la situación?  
¿Cómo la eligieron? ¿Cuáles han sido las mayores dificultades de tu equipo? ¿Qué hicieron para resolverlas?  
¿Qué cambiarías para la próxima y por qué? ¿Podríamos haber llegado al objetivo individualmente? ¿Has pensado en la importancia de los equipos? ¿En que otras ocasiones trabajamos en equipo?.

## Enfatizamos



Todas las personas tenemos defectos y cualidades y en la vida hay que vivir ejerciendo lo bueno que tenemos de nosotros mismos. Además, se llega a la conclusión de que para crear o producir "algo" siempre necesitamos de los demás, porque las personas siempre tienen algo interesante que aportar.

## Para no olvidar



Representamos el cuento "Asamblea en la Carpintería" destacamos los beneficios del trabajo en equipo. Presentamos la obra a otra clase.

## Actividades complementarias

### Actividad de refuerzo o ampliación:

Formamos parejas y entregamos a cada una arveja u otra semilla. La pareja tiene dos semanas para germinar y cuidar su planta de manera cooperativa.

Llevarán un diario de campo de las actividades emprendidas cada día y de sus responsabilidades. Al finalizar, dialogamos sobre la responsabilidad compartida en familia como equipo.

### Actividad familiar o comunitaria

Con el título "Mi familia: equipo de alto rendimiento" organizamos un encuentro lúdico, deportivo, artístico donde los niños y sus familias muestren sus mayores cualidades como equipo.






# UNIDAD TEMÁTICA

Mantenimiento y gestión  
de servicios sanitarios



## ESTRUCTURA DE LA UNIDAD TEMÁTICA

<b>OBJETIVO HOLÍSTICO</b>	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).	
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Ser</b>	Promover actitudes de responsabilidad y cuidado en el uso de servicios sanitarios
	<b>Saber</b>	Conocimientos del buen funcionamiento de infraestructura sanitaria (agua, batería de baño y residuos sólidos)
	<b>Hacer</b>	Uso racional y adecuado del agua, mantenimiento de la batería sanitaria y gestión de residuos sólidos
	<b>Decidir</b>	Prevención de enfermedades infecciosas y protección del entorno ambiental
<b>Actividades</b>		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cuidando la madre tierra y el agua</li> <li>2. Disposición de residuos sólidos</li> <li>3. Uso y limpieza de la batería sanitaria</li> </ol>

## 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 mínimo para mantener hidratado nuestro cuerpo.



## Uso racional del agua

Para lograr cambios de actitud en la comunidad educativa, se debe tener 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.

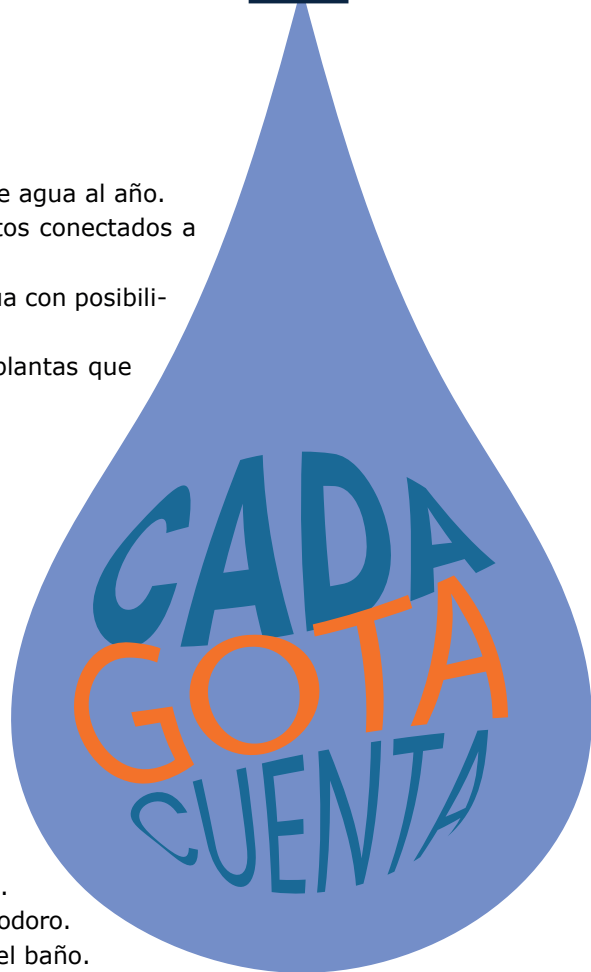
Con el empoderamiento de acciones se espera cumplir el mandato sobre el uso racional del agua de forma directa de la población infantil, con la réplica en sus hogares y con el proceso cascada que se dará cuando las niñas y niños y jóvenes compartan sus conocimientos con sus familiares; podemos citar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



## Formas de reciclar el agua

- Instalar su 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 es 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

**El tratamiento que se utiliza para desinfectar el agua** 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.



## 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, por esta razón para la operación y mantenimiento revisa el módulo de saneamiento. 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.

# Cuidado de la Madre Tierra

 30 minutos

## Materiales:

Cartón, greda, paja, cartulinas, marcadores, pegamento, lana, plastilina, y otros elementos para hacer una maqueta

## Para empezar



**Leemos las siguientes frases y las niñas y niños dirán si están o no de acuerdo con ellas.**

- “El aire, agua, tierra como elementos de la naturaleza, al igual que a vida animal y vegetal deben ser cuidados y respetados”.
- “Los espacios comunales como las escuelas, hospitales, parques, canchas, plazas, calles, caminos, puentes, graderías deben permanecer limpios y seguros para las personas”.
- “Los servicios públicos como las redes eléctricas, de agua, alcantarillado, alumbrado público, recojo de residuos, telecentros, etc. deben ser bien usados por todos y todas”.

Es probable que las niñas y niños estén de acuerdo con todas las afirmaciones, entonces preguntamos:

**¿creen que todas y todos en el planeta responderían igual que ustedes? ¿Por qué entonces, si la respuesta parece tan obvia, no se cuida el medio ambiente, los espacios comunes y los servicios?**

Hablaremos al respecto...

## Cómo lo hacemos

### 01

Realizamos tres grupos, cada uno con material accesible deberá realizar una maqueta de 1mt. x 1mt. El primer grupo deberá hacer su maqueta representando elementos de la naturaleza, el segundo representando espacios comunes y el tercero, los servicios.

### 02

Una vez tengamos las maquetas las intercambiamos. Se entrega a las niñas y niños papel picado y marcadores. Se da la orden de ensuciar y destrozr la maqueta que les dieron. Insistimos con la orden y respondemos a las preguntas con “así debe ser” “es necesario”.

### 03

Nos resistamos o no a la orden, nos ponemos en círculo con las maquetas al centro.

## Reflexionemos



¿Cómo se sintieron al hacer la maqueta? ¿Les costó trabajo? ¿Sintieron la maqueta como suya? ¿Qué sintieron cuando se les ordenó destrozarla? ¿Por qué no quisiste destrozarla si no era tuya? ¿Quisieron defender la suya? ¿Qué será el bien común? ¿Por qué debemos cuidar y respetar lo que es de todas y todos? ¿Qué podemos hacer para ayudar a cuidar lo que es de todas y todos?



### Enfatizamos



La naturaleza, espacios y servicios que se consideran BIEN COMÚN no son propiedad de nadie son de todas y todos, e incluso a veces de manera gratuita. Por ello, ya que disfrutamos de sus beneficios, tenemos la responsabilidad de respetarlos y cuidarlos. Si no es así, poco a poco el bien común se deteriora y al final se pierde. El planeta es bien común de toda la humanidad, juntas y juntos debemos cuidarlo ya que es el único que tenemos. Nosotros como humanos somos parte de todo, no dueños de la naturaleza y por el don de la razón incluso más responsables del cuidado del planeta.

### Para no olvidar



Retomamos los grupos, devolvemos las maquetas y cada grupo deberá llenar una tabla con tres columnas:

- 1. Acciones de irrespeto y destrucción**
- 2. Acciones de respeto y cuidado**
- 3. Consecuencias del descuido, irrespeto y destrucción.**

Firmamos el compromiso.

### Actividades complementarias

#### Actividad de refuerzo o ampliación:

Plantea preguntas acerca de cómo funcionan algunos aparatos que ve en su medio, cómo viven algunos animales (en especial los que no viven en su región), sobre algunos fenómenos naturales (la lluvia, el viento, el día o la noche, los ríos, el mar, las nubes), o sobre algún otro tema relativo a las ciencias naturales que, según las condiciones individuales y culturales de la niña o niño, pueda interesarle.

#### Actividad familiar o comunitaria

Investigamos o invitamos a la clase a personas que son parte de organizaciones de nuestra comunidad que trabajan por el bien común. Indagamos sobre cuáles son las problemáticas que ocupan a estas organizaciones y cuáles son los mecanismos para actuar en la misma comunidad en pro del bienestar común para petitionar ante las autoridades.

# El agua

## ¿A qué sabe el agua?

 30 minutos

### Materiales:

· Agua cruda (agua directa de la llave, el pozo o el tambo donde la almacenen) · cloro · 1 jarra · 3 botellas de pet (transparentes, vacías y limpias de 1 litro ¡lávalas bien con agua y jabón antes de usarlas!) · vasos · reloj · 1 olla · estufa (puede ser una parrilla, fogón o anafre) · marcador indeleble.

### Para empezar

Estos experimentos requieren la supervisión de un adulto mayor.

Se harán 3 experimentos, donde vamos a eliminar los bichos del agua de tres maneras diferentes para probar cómo cambia su sabor.

Toma en cuenta las siguientes recomendaciones:

1. Para evitar recontaminación: Cuida que los recipientes de almacenamiento de agua estén limpios y cubiertos con tapas.
2. Los recipientes para beber el agua deben de estar limpios y sin residuos de agua.
3. Recuerda lavar tus manos antes de desinfectar el agua y manipularla.

### Cómo lo hacemos

01

#### AGUA CLORADA:

1. Coloca una gota de cloro dentro de la botella.
2. Llena la botella con agua cruda (de la llave), tápala bien y agítala.
3. Déjala reposar durante 15 minutos.
4. Marca la botella con una seña para que sepas que es el "AGUA CLORADA".

02

#### AGUA HERVIDA

1. Pon agua cruda en la olla.
2. Coloca la olla en la estufa, parrilla o anafre.
3. Enciendan la estufa y esperen a que el agua hierva durante 3 minutos (observa cómo se ve el vapor saliendo de la olla).
4. Apaguen la estufa y esperen a que el agua se enfríe.
5. Llena la botella y márcala escribiendo: "AGUA HERVIDA"

03

#### MÉTODO SODIS

1. Llena una botella con agua y tápala bien.
2. Coloca la botella en un lugar donde le dé el sol durante mínimo 6 horas. Si está nublado, deberás dejarla expuesta durante dos días.
3. Marca la botella con el letrero: "Método SODIS"

Cuando tengas las tres botellas listas, reúne a tu familia y amigos para que prueben el agua. Llena algunos vasos con agua de cada botella y permíte que prueben.

Platica con ellos y pregúntales: ¿Qué agua les gusta más?

Explícales cuál fue el método que utilizaste en cada botella.

### Para no olvidar

#### El agua segura

Aunque el agua esté transparente y parezca limpia, puede tener bichos que no podemos ver. El agua se vuelve segura cuando se filtra, desinfecta y almacena de manera adecuada. Es segura porque no te provoca daño al usarla, es buena para beberse y para bañarse con ella.

**Materiales:** Tablero de juego  
Dados

 50 minutos

### Para empezar

Este juego se simula al juego de mesa Ludo, en el mismo pueden jugar hasta 4 equipos (2 personas por equipo), se utilizan como fichas, piedras, semillas, tapas u otros.

El ganador es el que llegue a la meta con sus fichas.

Para poder salir, el dado debe sacar un número par: 2, 4 o 6.

### Cómo lo hacemos

# 01

Los competidores se ubican en las diferentes salidas de colores, cada salida significa un paso:

Rojo: patio de la escuela

Azul: el aula

Verde: la cancha

Amarillo: el kiosco

Y se fijarán que en el tablero existen diferentes símbolos, a los cuales debe responder el reto cuando lleguen:

- Tacho de basura: El jugador que llegue a esta casilla debe responder porque es importante y qué cuidados deben tenerse para que esta sea realmente útil.
- Residuos sólidos: Cómo me gustaría que nuestra comunidad educativa realizara adecuadamente el manejo y disposición de residuos sólidos.
- Reciclaje: el jugador debe mencionar responsabilidades frente al manejo de los residuos.
- Beneficios: ¿Qué beneficios se logran cuando se manejan adecuadamente los residuos sólidos?

Si el equipo jugador no responde, perderá un turno.

El equipo ganador será el que logre llegar a la meta y responder a las preguntas planteadas. Al concluir, se puede preguntar ¿qué beneficios se logran cuando se manejan adecuadamente los residuos sólidos? ¿Por qué es importante la limpieza de mi entorno? ¿Qué hábitos de higiene y orden debo tener en mi entorno, mi familia y mi comunidad?

### Reflexionemos



¿Qué rutas de contaminación existen en nuestro entorno educativo? ¿Qué acciones propongo para cambiar estas rutas y protegerlas de la contaminación?

### Para no olvidar



Se reflexiona sobre las 3 "R" y se recuerda lo que podemos hacer en la escuela para reciclar, rehusar y reducir nuestros residuos.



# Uso y limpieza de la batería sanitaria

 1 hora y media

## Materiales:

Laminas de buenas prácticas de uso y limpieza de baños  
Plastilina/ Masa moldeable / Engrudo  
Base de cartón para realizar la maqueta

## Para empezar



Se expone teniendo como ejemplo: dos baterías sanitarias. Una que está limpia y en buen uso; y otra sucia sin mantenimiento y en mal uso.

Se explican las buenas y malas prácticas de limpieza y uso, utilizando los gráficos siguientes: La explicación debe indicar todos los pasos a seguir para el uso y limpieza de los baños.

## Cómo lo hacemos

### 01

Elaboramos maquetas de nuestros baños, identificando los principales insumos y aparatos, para esta maqueta, podemos utilizar plastilina, masa moldeable o papel con pegamento (engrudo).

### 02

Realizamos una exposición en 2 grupos, donde se expongan los pasos para el uso del baño y otra para la limpieza.

Se cierra la actividad con las exposiciones de los estudiantes, considerando cuales son las prácticas que se pueden realizar.

## Para no olvidar



Se realiza un cuadro sobre los puntos en común identificados, que comprenderá un compromiso que deben asumir las y los estudiantes para el uso de baños y su mantenimiento.



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

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/>  
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.

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](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 primaria 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](http://www.visionmundial.org.bo)  
La Paz - Bolivia