ALFORJA EDUCATIVA

Salud Escolar y Mundo Microbiano

Parte 1:
Alimento para la vida - Aire - Agua

ReAct LATINOAMÉRICA

niño/a a niño/a

CRÉDITOS

Compilación, sistematización y elaboración:
Lic. Jorge Quizhpe P.
Coordinador de educación y comunicación - Centro Niño a Niño

Edición:
Dr. Arturo Quizhpe P.
Coordinador - ReAct Latinoamérica

Lic. Kléver Calle H.
Coordinador del Proyecto CSO – ReAct Latinoaméria

Psicop. Silvina Alessio
Coordinadora del Proyecto CSO - ReAct Ecuador

Dr. Jorge Parra
Profesor de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca

Corrección de textos y estilo:
Jennifer Monsalve

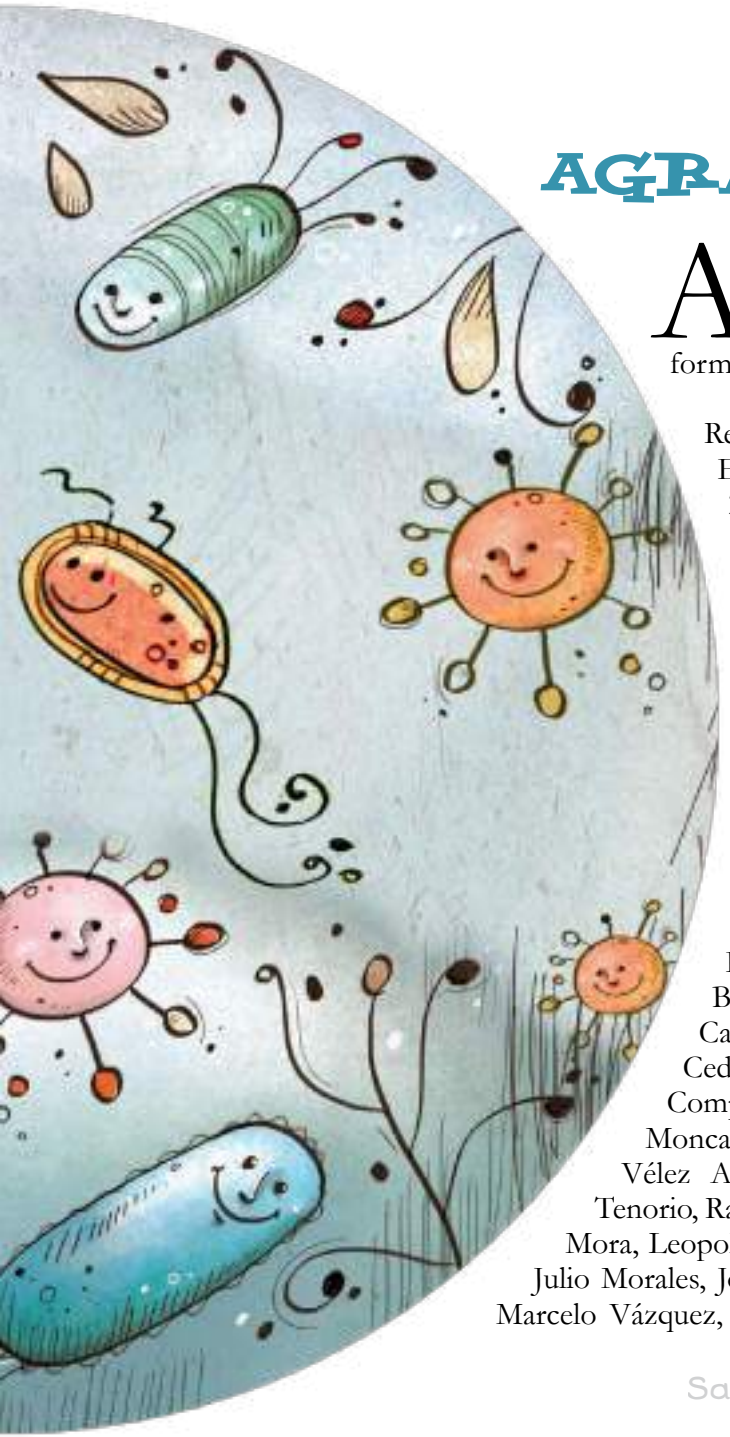
Ilustraciones:
Eduardo Delgado Padilla

Diseño y diagramación:
Franklin Ramírez

Contactos:
ReAct: www.reactgroup.org Niño a Niño: www.ninoanino.org

Cuenca – Ecuador
2015

ReAct – Programa "Hacia plataformas y políticas nacionales y regionales para contener la resistencia a los antibióticos, involucrando a organizaciones de la sociedad civil en la movilización social, la educación, la salud y la comunicación - CSO Project" - Malasia, Tailandia, Indonesia, Ghana, Ecuador y Nicaragua.



AGRADECIMIENTO

A los directivos de las instituciones educativas, que confiaron en la propuesta y nos abrieron sus puertas para desarrollar el programa de formación con docentes:

Remigio Romero León, Carlos Terán Zenteno, Enriqueta Cordero, U. E Juan Montalvo, U E Zoila Esperan- za Palacio, República De Chile, Alberto Andrade Arízaga, Otto Arosemena Gómez, Emilio Murillo, Benjamín Ramírez Arteaga, Abelardo Tamariz Crespo, American School, Efraín Naula, La Dolorosa, César Martínez, Ignacio Cordero, Leonidas Proaño II.

A los profesores y profesoras, que participaron con entusiasmo y alegría, destinando tiempo profesional y personal en cada encuentro:

Lorena Romero, Raúl Aguirre, José Jiménez, Emperatriz Solano, Margarita Márquez, Bernardita Domínguez, Clara Graciela Arias, Carmen Mosquera, Magdalena Lituma, Gustavo Cedillo, Leonor León, Elizabeth Bravo, Maritza Compoverde, Clara Elisa Morocho, Lorena Morales Moncayo, Yésica Tamayo, Gabriela Guar- quila, Jorge Vélez Arízaga, Rosa Chalán, Hipólito Cabrera, Ana Tenorio, Ramón Lasso, Samuel Gutiérrez, Grace Sarmiento Mora, Leopoldo Bolívar, Catalina Lozano, Blanca Vintimilla, Julio Morales, Johnny Heras, Nora Crespo, Israel Guartambel, Marcelo Vázquez, Ana Lucía Bustamante, Cristina Salinas, Delia

Sánchez, Cristian Pichizaca, Marcia Cutiupala, Ligia Elizabeth Tamay Muñoz, Narcisa Tenesaca, Julio Pesántez. Del Programa de Educación para la Democracia y el Buen Vivir agradecemos el apoyo y entusiasmo de Kleber Castillo, William Pinos, Rodrigo Salamea, Milton Bedoya, Elizabeth Peñaherrera, Olga Ruiz, María Placencia Armijos.

A los profesionales de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca:

Lic. Nidia Solíz, Dr. Jorge Parra, Dra. Sofía Narváez, Dra. Georgina Muñóz, Dra. Lorena Encalada, Dra. Diana Andrade, Tec. Méd. Mauricio Baculima, Antropólogo Jaime Idrovo.

A los miembros del Centro Niño a Niño: Lic. Luz María Ordóñez, Dra. Carmita Vázquez, Lic. Gladys Cantos, Lic. Mónica Morocho, María Fernanda Quishpe, Ricardo Prieto.

A todas las personas, instituciones, medios de comunicación y organizaciones que directa o indirectamente contribuyeron a la implementación de las diferentes actividades, eventos, talleres, jornadas culturales organizadas por el proyecto.

PRESENTACIÓN

Para la Fundación Niño a Niño[1] y ReAct Latinoamérica es motivo de inmensa alegría presentar formalmente a profesores y profesoras escolares, promotores y promotoras de la salud, comunicadores y comunica- doras populares, madres, padres y a todas las personas y organizaciones interesadas en el bienestar de la niñez, la presente publicación, que reúne varias guías para promover la salud infantil.

Este volumen es parte de la Alforja Educativa "Salud Escolar y Mundo Microbiano", un conjunto rico, diverso y armonioso de guías, canciones, cuentos y videos, fruto de un trabajo colectivo de varios años.

Todo nació en el 2012, cuando ReAct planteó un proyecto para involucrar a organizaciones sociales ligadas a la salud en la contención de la resistencia bacteriana a los antibióticos. El proyecto se desarrolló en Tailandia, Malasia e Indonesia (Asia), Ghana (África), Nicaragua y Ecuador (América Latina).

La Fundación Niño a Niño aceptó el reto en el Ecuador y, con el apoyo de ReAct y de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca, llevó a cabo un programa de capacitación para docentes de

1 La Fundación Niño a Niño es una organización de la sociedad civil dedicada, desde hace 30 años, a la educación para la promoción de la salud infantil en la provincia del Azuay, Ecuador. Mientras, ReAct Latinoamérica es una red regional de centros académicos, organizaciones sociales y personas consagrada a la contención de la resistencia bacteriana a los antibióticos.

educación básica sobre la resistencia bacteriana y el uso de antibióticos, en el marco de la ecología microbiana y el Sumak Kawsay, todo vertebrado alrededor de la estrategia educativa Niño a Niño.

Pasados tres años de intenso trabajo, en donde intervinieron educadores, artistas, comunicadores y profesionales e investigadores de la salud, del Ecuador y otros países, hoy nos alegramos de compartir este conjunto de guías, que son a la vez el resultado de los debates y las iniciativas de los profesores y sus escuelas. Esta publicación, así como los otros elementos de la Alforja Educativa, están hechos con el aporte de cientos de personas regadas por el mundo.

Les invitamos a usar y disfrutar de este valioso material que le deparará imprevisibles satisfacciones para los estudiantes de su escuela, sus hijas o hijos, los chicos del barrio o de la comunidad. Le brindará acceso a un proceso de aprendizaje divertido y orientado al cambio, que nos hará vivir la vida más saludablemente, conteniendo la resistencia bacteriana, usando adecuadamente los antibióticos, restableciendo nuestra relación con el mundo microbiano y construyendo el Sumak Kawsay.

Lic. Kléver Calle Coordinador
Regional del Proyecto
"Salud Escolar y Mundo Microbiano"

INTRODUCCIÓN

El Centro de Capacitación, Estudio y Difusión Niño a Niño, y ReAct (Acción frente a la Resistencia Bacteriana a los Antibióticos; https://www.reactgroup.org), desarrollaron desde el 2012 al 2015 el proyecto de investigación-acción "Salud Escolar y Mundo Microbiano". En la ciudad de Cuenca, este proyecto incluyó un programa de capacitación semipresencial y virtual denominado "Educación en Salud Escolar con énfasis en enfermedades infecciosas y resistencia a los antibióticos, a través de la Estrategia Niño a Niño, en el contexto del Buen Vivir y la Alegremia[2]" con la participación de 42 docentes de la educación básica de 17 escuelas de la ciudad (fiscales, privadas e interculturales).

Recorriendo 6 módulos de capacitación, se pudo evidenciar la problemática de la resistencia bacteriana y propiciar espacios de reflexión-acción, debate y elaboración conjunta de materiales didácticos integrando las temáticas y conceptos desarrollados. De esta manera, y como uno de los objetivos centrales del proyecto, se elabora la "Alforja Educativa Salud Escolar y Mundo Microbiano", la misma que contiene material pedagógico y herramientas prácticas de aprendizaje para apoyar la labor de maestros, maestras y promotores de salud en las aulas, espacios de aprendizaje y en las comunidades.

La palabra "Alforja" tiene un significado especial para las comunidades campesinas de los pueblos de Abya Yala; utilizan esta palabra para denominar un morral pequeño en donde guardan los elementos importantes que aprovechan para avanzar en el camino: plantas medicinales, amuletos para la buena suerte, alimentos para la vida, incluidas las golosinas que los niños/as de la comunidad esperan con tanta ilusión, entre otros objetos representativos.

2 El proyecto impulsado por ReAct, entidades públicas y Organizaciones no Gubernamentales, fue implementado, con diferentes características educativas y comunicacionales, en varias regiones del mundo: Tailandia, Malasia e Indonesia en el Sudeste de Asia, Gana en África, Nicaragua y Ecuador en América Latina.

ALFORJA EDUCATIVA:

Salud Escolar y Mundo Microbiano

Nuestra Alforja cuenta las historias que forman parte de la vida cotidiana, lleva y trae sueños, conocimientos, intercambios, sabidurías... La Fundación Niño a Niño recrea este morral para trasmitir, comunicar, compartir conocimientos y proponer acciones frente al problema de la resistencia bacteriana a los antibióticos, proponiendo un cambio de visión hacia las bacterias y percibiendo al mundo como una red de interrelaciones entre todas las formas de vida.

¿Qué es la Alforja Educativa?

Es un conjunto de documentos técnicos, artísticos, científicos, sociales y recreativos construidos a manera de guías con actividades lúdicas y prácticas para que los niños y niñas puedan investigar, obtener más información, entrar en acción, experimentar, descubrir, aprender, comunicar y tomar conciencia sobre los diferentes temas relacionados con la salud. En ella se incorpora también material de apoyo a las actividades como videos, canciones y cuentos en donde se expone el tema de la naturaleza y la resistencia bacteriana a los antibióticos, partiendo desde una propuesta pedagógica con un objetivo claro de concientización social y participativa, con información clara, sencilla y actualizada.

La Alforja es el resultado del trabajo colectivo entre niños/as, profesores/as, investigadores, artistas y comunicadores comunitarios y está dirigida a todas aquellas personas o instituciones que se interesen por la educación, la salud, y la comunicación de los niños/as.

Propósito

La Alforja Educativa quiere ayudar a redescubrir y aprehender sobre las conexiones entre los seres humanos y el mundo microbiano, además de contribuir a la reflexión sobre el planeta como un gran ecosistema que necesita de relaciones, interacciones y conexiones solidarias entre todos los seres que lo habitamos, es decir, vernos a nosotros mismos como parte de la tierra para continuar construyendo colectivamente caminos saludables cimentados en la solidaridad y la libertad, visualizando y promoviendo una educación comprometida con la vida.

Con la Alforja Educativa pretendemos analizar el problema de la resistencia bacteriana a los antibióticos desde una visión integradora y multilateral, partiendo del entendimiento del mundo microbiano y su rol en el tejido de la vida, ampliando nuestra comprensión sobre la vida humana como uno de los hilos interconectados con los otros elementos de la naturaleza, concebida ésta como un ser vivo que engendra, alimenta, purifica y protege la vida.

Con esta guía también pretendemos:

- Fortalecer las capacidades de las niñas, niños y adolescentes para SENTIR y PENSAR sobre la salud de los ecosistemas desde una visión centrada en la salud integral, respetando todas las formas de vida, incluyendo las bacterias.

- Impulsar acciones orientadas a construir una salud más saludable y avanzar en una relación armoniosa con el ecosistema local, es decir, en la casa, escuela, barrio y comunidad.

- Mejorar el estado de salud en la escuela y en la comunidad, y desarrollar en los niños, niñas y adultos mayor conciencia y respeto hacia la madre naturaleza para la adopción de medidas de conservación del planeta.

- Promover a través de juegos, ideas, conceptos, experimentos, investigaciones, sentimientos, emociones, imágenes, encuentros que permitan nuevos aprendizajes encaminados a detener la resistencia a los antibióticos.

- Comprometer a los padres y madres de familia más estrechamente con las actividades de salud de los ecosistemas.

- Promover la participación y el diálogo de los niños/as a través de actividades artísticas y comunicativas que les permita enfrentar los problemas y necesidades de su entorno con una apropiación de las temáticas educativas relacionadas con la salud y la naturaleza.

¿Cómo surgió y se construyó la Alforja Educativa?

Convencidos de que la actual crisis civilizatoria requiere de cambios sustanciales en nuestra forma de sentir, pensar y vivir; impulsados por la necesidad de reafirmar nuestra identidad y sentido de pertenencia con la naturaleza; guiados por la cosmovisión de los pueblos ancestrales que sostienen que la salud está dada por las relaciones armónicas, saludables

con uno mismo, con otras personas y con todas las formas de vida; asumimos el desafío colectivo para sensibilizarnos y tratar de comprender el complejo mundo de las bacterias, desde una perspectiva amigable superando la metáfora de la guerra, y promoviendo la participación activa de niños, niñas, maestros y maestras, profesores y profesoras, a través del aprendizaje significativo y transformador de la Estrategia Niño a Niño.

Un equipo de investigadores de la salud y de la educación, miembros del Centro Niño a Niño y del Programa de Acción Frente a la Resistencia a los Antibióticos (ReAct), asumió la tarea de procesar una lluvia de interrogantes formuladas en el marco del programa: "Salud Escolar y Mundo Microbiano".

Las principales preguntas, para ser contestadas en el proceso de investigación-acción, fueron entre otras las siguientes:

- ¿Cuáles son las bases conceptuales y filosóficas de la cosmovisión de los pueblos ancestrales? ¿Cómo comprender el mundo microbiano desde el contexto de la visión integradora, sistémica y holística del Sumak Kawsay?

- El mundo microbiano ¿Qué tiene que ver conmigo? ¿Qué función cumplen los microbios en mi ecosistema local y en mi cuerpo? ¿Cómo podemos convivir en armonía con los microbios? ¿Qué es realmente importante para mantener la salud de los ecosistemas, de los niños/as y de la comunidad?

- ¿Cómo abordar el tema de la resistencia a los antibióticos en el hogar, en la escuela y en la comunidad? ¿Qué trascendencia puede tener para los niños y niñas? ¿Cuál es la relación entre uso de antibióticos y resistencia?

Durante cuatro años (2012- 2015), investigadores, profesores/as, artistas, comunicadores, miembros de la comunidad, niños/as; participaron en distintas actividades formativas y recreativas, teóricas y prácticas; elaboraron guiones para videos, organizaron presentaciones de títeres, drama, teatro; debatieron sobre las distintas concepciones de salud, los principios y prácticas de la Estrategia Niño a Niño, los elementos vitales de la Alegremia, la cosmovisión de nuestros pueblos ancestrales, el mundo microbiano y la resistencia bacteriana, los antibióticos y los mecanismos para garantizar su acceso a todos y todas.

La Alforja Educativa: Salud Escolar y Mundo Microbiano, constituye el resultado de este proceso vivenciado colectivamente.

¿Cómo está constituida La Alforja?

Los elementos constitutivos de la Alforja Educativa, agrupados didácticamente son los siguientes:

a. **Las Guías de Actividades Niño a Niño:**

Sobre Agua, Aire y Alimento, elementos sustantivos de la Alegremia y de la Salud de los Ecosistemas conjuntamente con la Guía sobre Comunicación y la presente sobre la Alforja Educativa, constituye la Parte 1.

Las Guías de Actividades sobre Sumak Kawsay, Mundo Microbiano y Resistencia a los Antibióticos integran la Parte 2.

b. **De los más pequeños a los diminutos del planeta:** conforman dos libros de cuentos sobre el mágico mundo de las bacterias, creados por un grupo de 60 niños y niñas pertenecientes a cuatro escuelas fiscales urbanas y una intercultural.

c. **La serie de canciones**: son vivencias musicales tomadas de la cultura popular cubana y de los pueblos andinos, con ritmos alegres y letras muy sencillas, pero con un mensaje muy claro y contundente.

d. **La serie de videos:** son historias construidas y contadas por los propios niños y niñas que participan de las actividades de la Fundación Niño a Niño, para comunicar y crear un contexto de predisposición que les permita descubrir y crear un ambiente de afecto y empatía con todas las formas de vida.

e. **Paso a paso:** promoviendo salud en las escuelas, el hogar y la comunidad: Se conforma como una cartilla ilustrada, en donde a través de una historia se cuenta el recorrido realizado en el proyecto "Salud Escolar y Mundo Microbiano"

Usando La Alforja Educativa

- La Alforja es una fuente de ideas, sugerencias, técnicas de comunicación, que pueden ser usadas de diferentes formas.

- Cada producto educativo es independiente y puede ser utilizado de forma separada, aunque guardan una estrecha relación entre sí porque son parte de un todo, incluso se pueden trabajar las actividades y temáticas de forma simultánea.

- Las guías y las actividades están diseñadas de tal forma que pueden ser adaptadas fácil y libremente a las condiciones de cada comunidad, al tiempo, espacio, número de participantes, y distintas edades. No están diseñadas para ser realizadas en un tiempo determinado, sino que respeta el tiempo de cada niño o grupo de niños, por ello se plantea como un proceso.

- Los videos, canciones y actividades de las guías están orientados para ser utilizadas en el aula, fuera de ella, en el hogar y en la comunidad.

BASES CONCEPTUALES Y METODOLÓGICAS:

Las guías contenidas en La Alforja Educativa, y las distintas actividades utilizadas en la investigación, producción y evaluación del material educativo, y de comunicación se fundamentan en la cosmovisión de nuestros pueblos ancestrales (Sumak Kawsay), en la Esperanza y Alegremia, y en la Estrategia Niño a Niño, cuyos principios filosóficos, bases conceptuales, ejes de acción y de aplicación metodológicas se describen brevemente a continuación:

La estrategia Niño a Niño

Niño a Niño ha concebido y desarrollado un conjunto de acciones mediante las cuales, docentes, niños y niñas aprenden sobre temáticas relacionadas con la salud y la naturaleza. Los niños/as toman posición sobre su salud y la salud de los ecosistemas, con información que les genera interés, que es útil para su vida cotidiana, que les permite participar activamente en la búsqueda de conocimientos con mensajes sencillos, acertados y relevantes a sus necesidades.

Niño a Niño tiene un eje pedagógico basado en el estímulo que promueve la participación activa de niños/as, así como de profesores/as en los procesos de aprendizaje, en la toma de conciencia frente a las dificultades y necesidades de las comunidades a las cuales pertenecen, fomentando la comunicación comunitaria para favorecer la divulgación de los conocimientos adquiridos a otros niños, a sus familias y a otras personas de la comunidad, para que ellas también divulguen a su vez lo aprendido.

En otras palabras, una estrategia para generar aprendizajes con los niños, entre niños, niños, madres y padres, entre personas, entre escuelas, entre comunidades.

Niño a Niño estimula el conocimiento de los mecanismos de protección y promoción de la salud, articulando el aprendizaje de la escuela con las necesidades del hogar, la comunidad y el entorno.

El Proceso de aprendizaje Niño a Niño

Niño a Niño utiliza un método de aprendizaje activo que comprende el uso de cuestionarios, debates, experimentos, demostraciones,

investigaciones y actividades artísticas como la poesía, el cuento, la leyenda, el cine, el teatro, los títeres, la pintura, el dibujo, entre otras acciones, a través de los cuales se priorizan los conceptos de salud, buen vivir y salud de los ecosistemas, como fundamentales para nuestras vidas, insistiendo que estar sano es esencial para estudiar y aprender.

Niño a Niño a través de las actividades planteadas busca estimular la acción, la reflexión, la libre expresión, la creatividad, el disfrute y la alegría de conocer y compartir. Los niños/as como sujetos activos participan en el mejoramiento de la calidad de vida de ellos mismos, su familia y comunidad.

La estrategia Niño a Niño, a través de su proceso educativo, brinda a los niños/as nuevos conocimientos y herramientas para que comprendan mejor lo que están haciendo a diario, cuando cuidan de ellos mismos y de los demás. Este enfoque constituyó la base para la elaboración de los distintos materiales de la Alforja Educativa, y en especial de las Guías de Actividades, cada una de las cuales desarrolla propuestas de actividades dentro de un proceso de generación de aprendizajes que contempla cinco etapas.

1. **Escoger y comprender:** es una etapa de diagnóstico en la cual se identifican y seleccionan los problemas y necesidades de la escuela, la familia o la comunidad. Durante esta etapa se plantean los objetivos, cambios e impactos que se esperan generar, metas a cumplir y lo que se espera aprender al final del proceso de cada una de las actividades.

2. **Investigar y descubrir**: en esta etapa los niños/as buscan información sobre el problema o necesidad seleccionada. Durante este período se ensayan con los niños/as herramientas para obtener información a fin de que puedan recogerla, seleccionarla y ordenarla. De esta manera los niños/as podrán reflexionar sobre las causas y consecuencias; interpretar, discutir y analizar la información encontrada será el camino para comprender mejor el problema.

3. **Planificar:** los niños/as discuten las posibilidades, planifican las acciones que realizarán, planifican las actividades de comunicación y educación para enfrentar el problema o las necesidades ya visualizadas con claridad.

4. **Entrando en acción:** en esta etapa los niños/as aplican su plan y realizan acciones prácticas de educación y comunicación en la escuela, hogar y comunidad.

5. **Seguimiento y evaluación:** los niños/as discuten los resultados de las acciones realizadas y reflexionan acerca de los cambios producidos, así como de las posibilidades de seguir adelante. Los niños/as valoran la necesidad de repetir o mejorar lo que hicieron.

Cada Guía Niño a Niño se divide en varias secciones, y para utilizarla debemos tener en cuenta los siguientes pasos:

Leer con mucho cuidado **,** que se ubica al inicio de cada guía, donde se explica el concepto, los objetivos y los contenidos generales.

Leer y reflexionar sobre la sección **"INFORMACIÓN PARA EL EDUCADOR".**

Seleccionar el material correcto considerando los intereses y posibilidades de los participantes.

ESCOGER LAS ACTIVIDADES junto con los niños y niñas. Identificar y organizar aquellas actividades que requieren el apoyo y la coordinación con los adultos representantes de los niños y niñas.

El rol de las y los docentes

Es innegable la importancia del rol que los profesores/as desempeñan a nivel de la escuela y las comunidades. Ellos y ellas son el eje que construye el tejido social a través del proceso de generación de aprendizaje. Su labor es fundamental para cimentar las bases de una sociedad más consiente, más digna y más justa.

Los profesores/as pueden difundir los conocimientos existentes sobre la manera de prevenir el uso inadecuado de medicamentos y la resistencia bacteriana.

Los profesores/a pueden desarrollar el proceso de generación de aprendizajes a través de la participación activa de los niños y niñas, haciendo de la escuela un lugar saludable y contribuyendo en la promoción y defensa de todas las formas de vida.

Los profesores/as pueden promover la capacitación de los niño/as a través de la comprensión del rol que ellos desempeñan en el seno de la familia y comunidad y como agentes dinámicos de su propia formación.

Los profesores/as pueden incentivar, fomentar y desarrollar habilidades que permitan a las niñas y niños cuidar su propia salud y aplicar sus conocimientos y habilidades en beneficio de otros, a través de aprendizajes basados en conocimientos científicos y ligados a los problemas más frecuentes de salud de la comunidad.

¿Qué pueden hacer niñas y niños?

Los niños pueden cuidar y convivir en armonía con su medio ambiente, mejorar su propia salud y la de otros; pueden participar en actividades de promoción sobre el cuidado de la madre naturaleza, investigar el uso de antibióticos en el centro de salud, elaborar mensajes conjuntamente con sus profesores o con el personal de salud sobre los peligros del uso inapropiado de antibióticos;

Es necesario el acompañamiento de los profesores/as y padres de familia en el uso de las guías para un óptimo aprendizaje de los conocimientos y para mayor aprovechamiento de la información en caso de que se requiera de explicaciones más detalladas sobre las temáticas. De igual manera, es importante que un adulto acompañe el proceso para una mejor contextualización, facilitando a cada niño/a la comprensión de los temas desde su propio entorno y su comunidad.

ESPERANZA Y ALEGREMIA

En el año de 1998, el activista social Julio Monsalvo junto a un grupo de mujeres campesinas del norte argentino, se reunieron para identificar los componentes básicos del ecosistema que intervienen para tener una vida más saludable, teniendo en cuenta que la salud no sólo se refiere al cuerpo, sino también a la mente y el espíritu. A partir de la pregunta: ¿Qué es lo indispensable para la vida, lo que no puede faltar para vivir saludables?, llegaron a la conclusión que existen seis componentes que son fundamentales para tener una vida saludable, más feliz y más digna. Estos componentes son: Agua, Aire, Abrigo, Alimento, Amor y Arte. A partir de este momento se comienza a hablar de las "6 A de la Esperanza" y se redescubre el concepto de la Alegremia.

La reflexión acerca de la salud continúa. A partir de este encuentro se empieza a visualizar la salud como un proceso y no como un estado, es decir, que paulatinamente podemos ser cada vez más saludables. De allí surge la nueva palabra ALEGREMIA: Una salud saludable se puede percibir con la alegría circulando por la sangre.

Alegremia, Felicidad y Dignidad:

Sentir la alegría que circula por nuestra sangre, es aquella energía que nos recuerda que estamos vivos, que nos llena de esperanza para vencer el miedo, la incertidumbre y el egoísmo. Esa alegría que nos hace irradiar pensamientos positivos, que nos permite trasmitir esperanza a nuestras familias, a nuestra sociedad, a nuestras instituciones, esa es la Alegremia.

Las 6 A de la esperanza:

Alegremia es una manera de promover la Eco alfabetización de las niñas y niños discutiendo, analizando y defendiendo el cuidado, distribución y protección de las fuentes de **agua**, la concientización en torno a la contaminación del **aire**, la solidaridad y el **Amor**, la práctica del arte como modelo de **aprendizaje** interactivo y expresión, consolidando el **Abrigo** y el **Albergue** para todos los niños y niñas del planeta.

UNA INVITACIÓN

Invitamos a docentes, líderes comunitarios, promotores de salud, padres y madres de familia para que lean y compartan la información recopilada en cada una de las guías, además, para que motiven a los niños y niñas a tener más conciencia sobre su salud, la salud de otras personas y de los ecosistemas a través de las actividades propuestas en las guías.

ALIMENTO

LA IDEA

Alimentarnos sanamente es un derecho que tenemos todos los seres que habitamos el planeta, es una herencia de los campesinos, de los pueblos indígenas, de los pescadores, de los abuelos y las abuelas que cuidaron con respeto y amor a la madre tierra. Sin embargo, en la actualidad hay millones de seres humanos que sufren hambre, millones de niños y niñas en el mundo que sufren de desnutrición. Muchas familias de bajos recursos económicos no pueden ofrecer una dieta balanceada y rica en nutrientes necesarios para el desarrollo normal de un niño.

Es por eso que debemos defender el derecho que tienen todas las personas a alimentarse de manera saludable, a seguir cultivando sus tierras como siempre lo hicieron, con sus propias semillas y, a criar a sus animales con los frutos propios que germinan de la tierra, sin antibióticos y sin químicos que afecten y alteren el desarrollo natural de las plantas y los animales.

"Guardar y defender las semillas es muy importante, esto ha sido la base de la agricultura por miles de años."

INFORMACIÓN PARA LA/EL DOCENTE

Alimentos que alimenten

En la actualidad, existen muchas "comidas" que consumimos diariamente, pero no todas

son alimentos, no todas nos proporcionan los nutrientes que necesitamos para nuestro desarrollo y crecimiento. Muchas de las cosas que consumimos nos generan cambios en nuestro organismo, produciéndonos enfermedades, por lo general, asociadas a la digestión.

Los alimentos nos cuidan de las enfermedades, nos hacen crecer sanos, nos dan energía. Es por eso que el alimento debe ser compartido entre todos, y no falte a nadie.

Una dieta balanceada

Una dieta balanceada es una comida que contiene cantidades correctas de todos los grupos de alimentos (carbohidratos, proteínas, vitaminas, grasas, minerales y agua) para que su cuerpo obtenga todos los nutrientes necesita mientras mantiene un peso saludable. Mantener una dieta en la que uno o más nutrientes no son suficientes o son demasiados puede causar afecciones de salud como la anemia, obesidad, raquitismo, sobrepeso, etc. Además, sin una buena nutrición, tu cuerpo es más propenso a enfermedades, infecciones, fatiga, y bajo rendimiento. Niños con una dieta pobre corren el riesgo de contraer problema de crecimiento y desarrollo, y bajo rendimiento académico. Además, los malos hábitos alimenticios pueden persistir por el resto de sus vidas.

Bacterias y Alimentos

Nuestro cuerpo está poblado de bacterias que son beneficiosas para nuestro organismo. Estas bacterias nos ayudan a fortalecer nuestras defensas contra las enfermedades, además de contribuir a nuestra digestión para que podamos absorber adecuadamente los nutrientes de los alimentos que consumimos diariamente. De hecho, gran parte de lo que comemos es procesado por las bacterias en nuestro microbioma y algunas de las cosas que comemos pueden conducir a enfermedades que generalmente están asociadas con la digestión.

Obtenga más información sobre bacterias y alimentos en la guía de actividades “El mundo bacteriano”.

Hambre

La Organización de Alimentación y Agricultura de las Naciones Unidas (FAO) declaran que la agricultura mundial podría alimentar a 12 mil millones de personas. Esto es prácticamente el doble de la corriente población. Aun así, muchas personas alrededor del mundo no tienen suficiente para comer.

- 1300 millones de personas viven en la pobreza. La mitad de los pobres del mundo son niños.

- Hay 840 millones de personas en todo el mundo que sufre de desnutrición crónica.

- Alrededor del mundo, hay 35,000 víctimas que mueren de desnutrición y diarrea todos los días, la mayoría de los cuales son niños.

- Cada 12 segundos muere un niño menor de cinco años por hambre o desnutrición. Conforme a datos de UNICEF, 6400 niños mueren todos los días, principalmente en países de bajos y medianos ingresos.

- El calentamiento global está cambiando los patrones climáticos de manera perjudicial para la producción de alimentos, a través de inundaciones, sequías o eventos climáticos extremos.

"La pobreza no es un accidente. Como la esclavitud y el apartheid, creado por los seres humanos y puede ser removido por las acciones nuestras".

Nelson Mandela: revolucionario anti-apartheid, filántropo, ex Presidente de Sudáfrica y Premio Nobel de la Paz.

ACTIVIDADES DE COMPRENSIÓN

Un plato delicioso:

- Les pedimos a los participantes que se sienten en un círculo. Cada uno tendrá una hoja y un lápiz para dibujar cuál es su comida preferida. Luego de pensar muy bien lo van a dibujar y pintar.
- Luego, todos mostrarán a los demás compañeros el dibujo que realizaron y explicarán por qué es su comida preferida y con qué frecuencia la consumen.
- Ahora, vamos a dibujar un gran plato en un papel grande y pegamos ahí los alimentos de todos.
- Los niños pueden observar y discutir:
- ¿Todos los alimentos que dibujaron son buenos para la salud?, ¿cuáles deben estar en el plato?, ¿cuáles no?
- ¿Qué pasa cuando comemos alimentos que son buenos y cuando comemos aquellos que no lo son?

Soy alimento, me debo al vientre del mundo, A las manos mendigas, a la mesa de todos, a la sangre del pueblo, a la madre fecunda. Me doy natural, nutritivo, con color y brillo: Leche, fruta, hortaliza, legumbre, cereal vivo. Consúmeme y serás lúcido, fuerte y creativo.

Gladys Cantos

Luego conversamos: ¿qué sentimos al leer este fragmento?, ¿qué nos diría nuestro estómago si pudiera hablar?

¿Qué comes?

Todos los niños se ubicarán en una hilera, uno al lado del otro. Frente a ellos un compañero será quien dirija el juego.

Todos serán los miembros de una comunidad que irá avanzando o retrocediendo, según el color de su ropa y las consignas que del compañero que dirige el juego, que hará que den un paso para atrás o hacia adelante.

Por ejemplo:

Color ROJO (todos los niños que tengan color rojo en su ropa) comieron tres frutas en el día, van a dar 2 pasos hacia adelante.

Color VERDE: les gustan las verduras de hojas verdes, como la acelga y la espinaca. Ellas nos proporcionan hierro. Avanzan 3 pasos.

Color AZUL: no quiso desayunar en la mañana antes de ir a la escuela. Retrocede 1 paso.

Los niños pueden inventar más consignas antes de empezar el juego.

DESCUBRIENDO EL PROBLEMA:

Nunkui, Creadora de las Plantas
(LEYENDA SHUAR)

Hace muchos años, cuando el pueblo shuar recién empezaba a habitar las tierras del oriente ecuatoriano, la selva no existía. En su lugar se extendía una llanura manchada por muy poquitas hierbas. Una de éstas era el "unkuch", el único alimento de los shuar. Gracias al "unkuch" las personas pudieron soportar durante mucho tiempo la sequedad del suelo y el calor sofocante del sol ecuatorial.

Cierto día, la hierba desapareció, y con ella, los shuar también comenzaron a desaparecer muy lentamente.

La gente mayor, recordando antiguas desgracias, culpó a Iwia y a Iwianchi, seres diabólicos que desnudaban la tierra comiéndose todo cuanto existía. Pero otros continuaron sus esfuerzos por encontrar el ansiado alimento.

Una mujer, Nuse, venciendo sus temores, buscó el "unkuch" entre los sitios más ocultos y tenebrosos, pero todo fue inútil. Sin desanimarse volvió donde sus hijos, y contagiándoles su valor, reiniciaron la búsqueda.

Caminaron muchos días siguiendo el curso del río. Pero a medida que transcurría el tiem-

po, el calor agobiante terminó por aplastarlos. Así, Nuse y sus hijos, quedaron tendidos en la arena.

Entre sueños, le pareció ver que sobre la transparencia del río aparecían pequeñas rodajas de un alimento desconocido. Nuse se lanzó al agua y las tomó. Era la yuca.

Apenas probó esa raíz sabrosa y dulce, sintió que sus ánimos renacían misteriosamente y enseguida corrió a socorrer a sus hijos. Nuse se estremeció cuando sintió que alguien la observaba. Inquieta, hundió sus ojos por todos los rincones pero sólo vio la soledad inmensa del desierto.

De pronto, descubrió a una mujer bellísima frente a ella. Nuse retrocedió asustada, pero la mujer le sonreía dulcemente.

- ¿Quién es usted, señora? -preguntó Nuse temerosa.

-Yo soy Nunkui, la dueña y soberana de la vegetación. Sé que tu pueblo vive en una tierra desnuda y triste, en donde apenas crece el "unkuch".

-El unkuch ya no existe -replicó Nuse-. Era nuestro alimento y ha desaparecido. Por favor, señora, ¿sabe dónde puedo hallarlo? Sin él, todos los de mi pueblo morirán.

-Nada les ocurrirá. Tú has demostrado valentía y por ello te daré no sólo el "unkuch", sino toda clase de alimentos.

En segundos y ante los ojos sorprendidos de Nuse, aparecieron huertos exuberantes con plantas olorosas y frutos de todos los colores. Nuse quedó extasiada, pues jamás había visto nada semejante. El paisaje era majestuoso y la música que cantaban las flores le habían robado el corazón. Nunkui continuó:

-Y para tu pueblo, que hoy lucha contra la muerte, te obsequiaré una niña prodigiosa que tiene la virtud de crear el "unkuch", la yuca que has comido, el plátano y todos los alimentos que necesiten.

- ¡Gracias Nunkui, gracias!

Nunkui desapareció y en su lugar surgió la niña prometida.

Nuse aún no salía de su asombro cuando la pequeña la guió entre la espesura. Tan a gusto llegó a sentirse en ella, que deseó permanecer allí para siempre. Sin embargo, el recuerdo de su pueblo la entristeció.

Entonces, la pequeña, la hija de Nunkui, como luego la llamaron, le anunció que allá, en el territorio shuar, la vegetación también crecería majestuosa.

Es así como Nuse llena de alegría reanimó a sus hijos y juntos retornaron a su pueblo.

Cuentan que la niña cumplió su ofrecimiento y la vida de los shuar cambió por completo. El dolor fue olvidado. Las plantas se elevaron en los huertos y el suelo fue cubierto de esperanza.

Tomado del blog: Cuentos y Leyendas Amazónicas. http://cuentosyleyendaorientale.blogspot.com

Discutimos y reflexionamos con los niños y niñas:

- ¿Qué pudo haber pasado para que desaparezca el "unkuch?
- ¿Podría pasar algo así en nuestra comunidad?, ¿qué lo podría causar?
- ¿Qué pasaría si desaparecieran todos los alimentos de nuestra comunidad?

INVESTIGANDO

Los niños y niñas pueden:

Buscar en libros, revistas e internet más información sobre:

- Cómo se fumigan las plantaciones en la actualidad, sus efectos sobre el organismo de las personas que consumen estos alimentos y las consecuencias sobre las personas que viven cerca de estas plantaciones.

- Los niños y las niñas pueden: identificar cuáles son los alimentos que da la tierra en su comunidad. ¿Dónde se cultivan?, ¿cómo lo hacen?, ¿qué nutrientes tienen?, ¿para qué son buenos?

Conversando con nuestros abuelos

Ya nos hemos informado sobre cómo se realizan los cultivos en la actualidad. Pero ¿cómo hacían antes nuestros abuelos y abuelas? ¿Cómo hacían para que las plagas no dañaran los cultivos?

Conversando con nuestros mayores

Los niños y niñas pueden hacer una investigación a través de entrevistas a personas mayores de la familia y de la comunidad.

Hacemos una lista de preguntas con todo lo que queremos saber sobre las prácticas alimentarias: ¿cómo cultivaban antes la tierra?, ¿cómo se cuidaban las semillas?, ¿cómo era la alimentación? Pedimos que nos cuenten todo lo que recuerden. ¿Qué otras preguntas se nos ocurren?

Ahora, entre todos, escribimos un relato sobre la información que obtuvimos.

Con todas las hojas los niños pueden armar un libro que recorra todos los grados de la escuela, y así el resto de niños y niñas puedan aprender más sobre la alimentación.

Comparando: Los niños y niñas pueden hacer un cuadro comparativo que responda las siguientes preguntas y sacar conclusiones entre todos: ¿cómo se cuidaban las semillas antes?, ¿cómo se cultivaban?, ¿con qué se abonaba la tierra?, ¿cómo se protegían de las plagas y cómo se hace en la actualidad?, ¿qué diferencias y amenazas para la salud encontramos?, ¿qué cosas han cambiado?

ENTRANDO EN ACCIÓN

En la escuela:

Los niños pueden crear una historia sobre todo lo que aprendimos de la alimentación, crear una obra de títeres. Los títeres podrían estar elaborados con frutas y verduras. La obra puede ser presentada en la escuela para todos los niños y profesores.

También podemos invitar a todos los niños y niñas de la escuela a que lleven un alimento sano para comer en el recreo y hacer un gran círculo para compartir entre todos.

En la casa:

Podemos preguntarle a la persona que prepara los alimentos en casa ¿cuáles son los nutrientes que tiene la comida que prepara?, ¿por qué son buenos?, ¿cuáles compran más?, ¿cuáles son los más costosos?, ¿cuáles se consumen más en la casa?

Luego, podemos conversar lo que aprendimos en la escuela sobre la alimentación saludable, y los modos de cultivo.

Cada niño puede llevar durante un día a su casa, el libro sobre alimentación que preparamos y mostrarlo a toda la familia.

En la comunidad:

Los niños y las niñas pueden conversar con alguna autoridad de la escuela o de la comunidad y preguntar si hay un espacio donde puedan hacer una huerta.

Para hacer la huerta, podemos pedir ayuda a un padre o madre de familia que sepa cómo cultivar la tierra.

Haciendo una huerta

- Les pedimos a todos los niños, niñas, madres y padres de familia que reciclemos todas las botellas plásticas.

- Una vez que tengamos las botellas, con la ayuda de un adulto, las cortamos a la mitad o de forma vertical. Estas botellas nos servirán como macetas. Las podemos decorar y pintar de muchos colores y anexarles una cuerda para colgarlas.

- Escojamos un lugar en la escuela o en la comunidad para realizar la huerta. Verifiquemos la disponibilidad de luz, porque son necesarias al menos dos horas diarias de sol para estimular la fotosíntesis de las plantas.

- Debemos conseguir tierra de abono y sembrar las semillas en las botellas de plástico, previamente cortadas.

- Escojamos plantas para sembrar que no requieran de tantos cuidados, que no sean muy grandes y que sean fáciles de conseguir, por ejemplo, la albahaca, el romero, la hierbabuena, el perejil, el culantro, la cebolla y el ajo u otras plantas medicinales de la localidad.

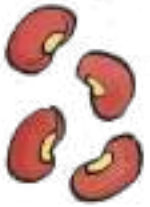
La parte superior de la cebolla larga, que por lo general es desechada a la basura, se puede sembrar, al igual que un diente de ajo se convierte en una semilla para producir más ajo.

Fomentemos en los niños y niñas una rutina de cuidados básicos para nuestra huerta, por ejemplo regar, no agregar químicos, cuidar que no tenga plagas.

EXPERIMENTADO

Necesitamos:

Frasco de vidrio



Porotos

Algodón

¿Cómo lo hacemos?

- Colocamos el algodón dentro del frasco de vidrio.
- Ponemos porotos de cada lado del frasco para poder ver como los porotos crecen al mismo tiempo.
- Luego, le ponemos agua para humedecer el algodón sin mojarlo demasiado y lo dejamos cerca de la ventana para que le llegue suficiente sol.
- Observamos con los niños cómo de un pequeño poroto va surgiendo la vida y cómo le nacen sus raíces.

DIVIRTIÉNDONOS CON EL SEÑOR CABEZA DE PASTO

Necesitaremos:

- Una vieja media de nylon, que ya no se utilice.
- Utilizaremos la parte del pie.
- Semillas de alpiste o de césped.
- Tierra para abonar.
- Una tarrina.

¿Cómo lo hacemos?:

- Recortamos la zona del pie de la media.
- Agregamos las semillas en el fondo de la media y luego la tierra de abono, de modo tal que las hojas nacientes logren asomarse por entre el tejido fino de la pantimedia.
- Cerramos la media en forma de pelota y le hacemos un nudo para evitar que se salga la tierra.
- Colocamos la media en forma de pelota en una tarrina plástica con agua, de tal forma que el nudo quede incrustado completamente en la tarrina.
- Colocamos un par de divertidos ojos plásticos con adhesivo y añadimos las orejas, la boca y la nariz dibujadas previamente.
- En pocos días, tendremos al señor cabeza de pasto listo para jugar con nosotros. Irá germinando y su pelo verde irá creciendo.

COMUNICÁNDONOS

Los niños y las niñas pueden analizar los mensajes publicitarios, construir un libro de las golosinas que preparaban nuestras abuelas, elaborar una obra de títeres.

En la guía Comunicándonos, encontraremos varias ideas para construir estos medios de comunicación comunitarios.

EVALUACIÓN

Cada niño y niña en una hoja responde:

- ¿Qué me gustó más de todo lo que hicimos?
- ¿Qué me gustó menos?
- ¿Qué podemos cambiar y mejorar?

Entre todos, conversamos y respondemos:

- ¿Fue suficiente la información que recibimos y que investigamos sobre los alimentos?
- ¿Aprendimos más sobre cómo alimentarnos sanamente?
- ¿Qué actividad les gustó más a los otros niños, niñas y adultos? ¿Pudimos transmitirles lo aprendido?
- ¿Vimos algún cambio de actitud en los niños y niñas en la escuela y en la comunidad luego de las actividades que realizamos?

AIRE

LA IDEA

Nuestra vida depende del aire que respiramos, al igual que la vida de otros seres vivos de la naturaleza. Sin aire no podríamos vivir.
El aire va y viene por todos lados. En él viajan los sonidos de la música, del agua, del viento, de los animales, los sonidos de nosotros cuando hablamos, los olores del ambiente, las hojas que caen de los árboles, el polen de las flores, el oxígeno que respiramos, las gotas de agua que se evaporan para convertirse en nubes, las aves que sostienen sus alas al cruzar el viento...
Los árboles contribuyen a limpiar el aire contaminado. Cada árbol limpia el aire que respiran 10 personas, aproximadamente, sin embargo, cada día en el mundo se tala diez millones de árboles.
Los seres humanos estamos contaminando el aire[3], poco a poco, con la deforestación, los gases tóxicos, los aerosoles, el humo de los carros y de las grandes industrias. Todos somos responsables del cuidado del aire que respiramos.

"Nosotros podemos contribuir a trabajar por un aire limpio, por una atmósfera menos contaminada."

3 La contaminación atmosférica constituye un riesgo para la salud y se estima que causa alrededor de dos millones de muertes prematuras al año en todo el mundo (Calidad del Aire y Salud, Organización Mundial de la Salud-OMS).

INFORMACIÓN PARA LA/EL DOCENTE

Ningún ser puede vivir sin aire

El aire es vital para cualquier ser vivo.

El aire es una mezcla de varios gases, principalmente nitrógeno y oxígeno, es materia flotante, sin forma, no lo podemos ver, ni atrapar con nuestras manos, pero sí lo podemos sentir en cada soplo, en cada una de nuestras células y en cada parte de nuestro cuerpo. El aire está en nuestro entorno y en nuestro interior.

El aire es necesario para la existencia de la vida en la Tierra porque, gracias a su composición, se mantienen las condiciones adecuadas de humedad y temperatura, necesarias para que germine la vida de las plantas y para que los animales y los seres humanos podamos habitar el planeta.

Generalmente, no pensamos en el aire, suponemos que está muy bien protegido o que no necesita ningún cuidado, pero no es así, debemos tener presente que el aire entra en nuestro cuerpo y es importante que entre limpio.

La misión del aire

La misión fundamental del aire, para la mayoría de los seres vivos, es permitirnos la respiración. Y es que, gracias a éste, la mayor parte de los seres vivos obtienen el oxígeno que es indispensable para su supervivencia. Así como para las plantas es necesario el dióxido de carbono que adquieren del aire para realizar la fotosíntesis y así alimentarse, o incluso el aire con la fuerza del viento es necesario para que algunas plantas puedan reproducirse por medio de esporas.

Por otra parte, el vapor de agua que contiene el aire genera las precipitaciones a través de la condensación y la formación de las nubes, lo que proporciona agua para el consumo de los seres vivos.

Desgraciadamente, el consumismo excesivo ha provocado que los bienes naturales se vayan agotando lentamente, generando una reducción considerable de las áreas verdes encargadas de mantener el oxígeno limpio y seguro. Estamos perdiendo nuestra calidad de vida. Mientras más se destruye la naturaleza, más aumentan los problemas para los humanos y demás seres vivos. Estos problemas son de todo tipo: sociales, económicos, climatológicos, psicológicos, entre otros.

¿De quién es el aire?

El aire es un bien común de la humanidad y de cada uno de los seres vivos, es decir, pertenece a todos los seres humanos, animales, plantas y a nadie en particular. No pertenece ni al Estado, ni a un terrateniente, ni a una multinacional. Es de todos y para todos.

¿Cuándo se contamina el aire?

La contaminación del aire es generalmente producida por los seres humanos. Se origina cuando se depositan en la atmósfera sustancias químicas, gases tóxicos y polvos provenientes de fuentes móviles como los vehículos que circulan diariamente, y de fuentes fijas como las fábricas y los procesos industriales mineros o agrícolas.

El aire no se agota, aunque sí se puede enfermar

Fábricas, autos, bosques incendiados, bosques destruidos, selvas exterminadas, chimeneas... más fábricas, más autos, más bosques incendiados, más bosques destruidos, más petróleo, más explotación de minas, significa más desechos venenosos que intoxican la atmósfera y la vida.

Nuestro planeta azul está perdiendo su color, se está volviendo gris. La naturaleza empleó más de 3 mil millones de años de existencia para pintar de color el mar, el cielo y la tierra. Sin embargo, para los seres humanos sólo bastaron unas cuantas décadas para contaminar el ambiente, manchar el agua y modificar sus colores.

La contaminación del aire tiene una gran variedad de efectos que van desde enfermedades respiratorias hasta el cambio climático.

Estos contaminantes son peligrosos, tanto para el medio ambiente como para nuestra propia salud. Se pueden identificar distintos contaminantes, pero predominan los residuos de la combustión de la gasolina, del diesel y, en general, productos derivados del petróleo.

Calentamiento global

El calentamiento global ocurre cuando ciertos gases, el dióxido de carbono y el metano principalmente, forman una capa que cubre a la tierra como si fuera un abrigo. Esta capa retiene el calor del sol en la atmósfera, recalentando la superficie y los océanos.

La Tierra se está calentando. Hemos provocado el aumento de la temperatura de la Tierra en medio grado centígrado durante el si-

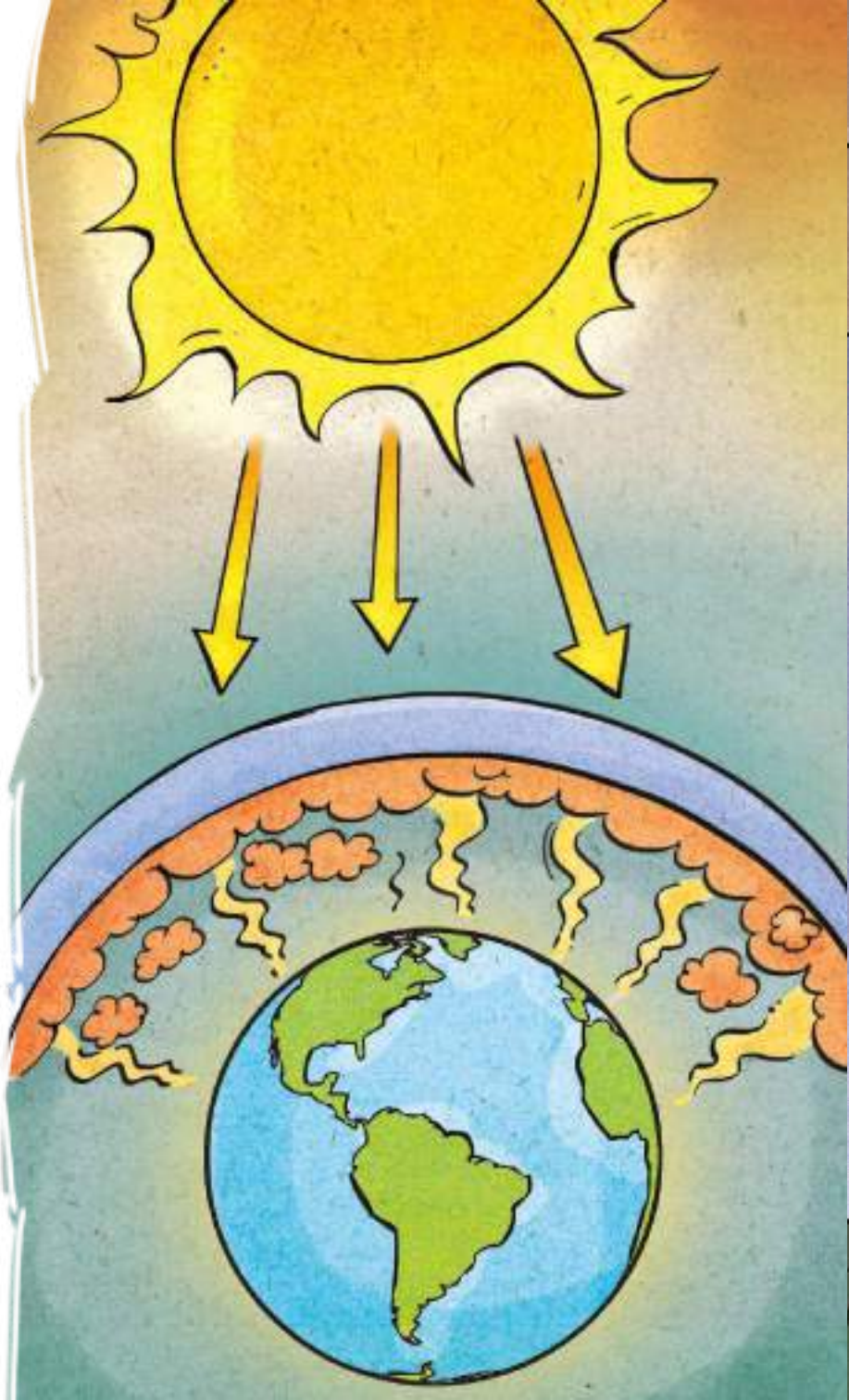
glo XX. En los nevados de los Andes, el calentamiento ocurre aún más rápido, un tercio de grado cada 10 años. Los países andinos hemos empezado a tener problemas de suministro de agua para beber y para la agricultura.

Mientras tanto, aumentan las tormentas, los huracanes, las inundaciones, las sequías, los calores y los fríos extremos.

¿Cómo evitar el calentamiento global?

- Se tiene que presionar a los gobiernos de los países industrializados a que controlen la emisión de gases.

- Lo más efectivo es no quemar más combustibles fósiles como el petróleo, el carbón y el gas natural. 141 países han firmado



el protocolo de Kyoto para disminuir esas emisiones, pero los Estados Unidos y la China, que son los más grandes emisores de gases, no quieren firmar.

Disminución de la capa de ozono

- La capa de ozono de la atmósfera es una especie de sombrilla que protege la superficie del planeta de la radiación ultravioleta generada por el sol, radiación que afecta a los seres vivos y deteriora el medio ambiente.

- La capa de ozono es como un protector solar sobre la piel del planeta.

- El ozono está a más de 25 kilómetros sobre la superficie de la Tierra, y se ocupa de filtrar los peligrosos rayos ultravioletas causantes del cáncer de piel y de otras enfermedades.

- Con la contaminación del aire, la capa de ozono va desapareciendo progresivamente, desaparición que no se ve ni se oye, pero que se siente en el entorno.

- Hoy esta capa que envuelve a la Tierra está rota, tiene varios agujeros.

- En la Antártida, el agujero de ozono es gigantesco, de unos 25 millones de kilómetros cuadrados, más grande que todo el territorio de América Latina.

- La disminución de la capa de ozono tiene como resultado la penetración de grandes cantidades de rayos ultravioleta, nocivos para personas, fauna silvestre, vegetación y organismos acuáticos.

- Los clorofluorocarbonos son los compuestos implicados directamente en la destrucción de la capa de ozono y están presentes en las bombas de spray como desodorantes, lacas, ambientadores y aerosoles en general.

La lluvia ácida

La lluvia ácida se origina cuando el óxido de nitrógeno o dióxido de azufre, que se producen en centrales eléctricas, fábricas y automotores, se combinan con la humedad del aire, ocasionando una mezcla peligrosa que cae al suelo en forma de lluvia, produciendo la acidificación de los suelos y aguas, la pérdida de zonas de cultivo y la muerte de bosques, entre otras consecuencias.

Aire y bacterias

Las acciones del viento y la lluvia sobre las plantas, los suelos, los ríos y los mares, ocasionan que circulen constantemente en el aire gran variedad de partículas como los granos de polen de plantas, insectos que viajan de un lugar a otro, y en mayor número, bacterias que están en los animales y en nuestro cuerpo y que también compartimos dentro de nuestras actividades cotidianas a través del contacto con otros seres vivos y el entorno. Estas bacterias, contribuyen con algunos procesos de la naturaleza, conviven con nosotros y no son perjudiciales para nuestra salud. Sin embargo, también circulan en el aire gran cantidad de partículas que son producto de la contaminación.

La contaminación del aire y los efectos en la salud

La contaminación del aire se origina por la presencia de sustancias dañinas y venenosas en el ambiente.

Entre los principales contaminantes del aire se encuentra el monóxido de carbono, producido por el petróleo, el dióxido de carbono, los clorofluorcarbono, el plomo, el ozono, el azufre y el óxido de nitrógeno.

Vivir en un ambiente contaminado provoca molestias en los seres humanos: irritación de la garganta, problemas de respiración, ardor en los ojos, picazón y problemas en el sistema cardiovascular.

Cuando el nivel de contaminación es muy alto y las personas han estado expuestas por mucho tiempo, también se originan enfermedades muy graves como malformaciones congénitas, cáncer, trastornos en el sistema nervioso, daño cerebral, entre otros problemas.

Esta contaminación es particularmente dañina para los niños, que pueden desarrollar casos severos de asma y neumonía, así como infecciones respiratorias.

Además de afectar a los seres humanos, el aire contaminado provoca daños muy fuertes a la fauna, la flora, ríos, mares y lagos.

¿Qué podemos hacer para prevenir?

- Reduzcamos el uso del automóvil.
- Procuremos utilizar el servicio de transporte público, o compartamos el auto con un amigo.
- Procuremos hacer revisión y mantenimiento constante de los automóviles. Incentivemos el uso de la bicicleta.
- Evitemos al máximo utilizar herramientas que requieran de gasolina.
- Consumamos productos agroecológicos cuando sea posible, evitando los producidos con agroquímicos.
- Reutilicemos y reciclemos.
- Evitemos utilizar demasiada electricidad.
- No usemos plaguicidas, porque ocasionan gran contaminación en el aire.
- Organicémonos para cuidar el aire.

ACTIVIDADES DE COMPRENSIÓN

A relajarnos...

Sí vamos a hacer esta actividad en la escuela, o en un lugar cerrado, podemos escuchar una música suave de fondo, pero si estamos en el campo o en un lugar al aire libre, será mejor escuchar el sonido de la naturaleza.

Nos recostamos en el piso, cada uno busca un lugar en donde esté cómodo, con los ojos cerrados, en silencio. Comenzamos respirando profundamente. Lo sacamos lentamente. Una vez más... podemos repetirlo varias veces. Siempre sintiendo cómo entra y sale de nuestro cuerpo, como recorre cada uno de nuestros órganos, cada una de nuestras células.

Podemos soltar el aire fuerte y hacer algún sonido con nuestra boca.

Podemos incluso contarle a los niños y niñas que las actividades de relajación vinculadas con la respiración han sido prácticas orientales utilizadas desde épocas muy remotas para meditar.

Podemos hacer énfasis en la importancia que tiene la respiración cuando sentimos que el

aire ingresa en nuestro cuerpo y recorre cada uno de nuestros órganos.

Reflexionando

- ¿Cómo se sienten?
- ¿Qué les parece si realizamos este ejercicio todas las veces que estemos tristes o cansados?
- ¿Nos ayuda a mejorar nuestro estado de ánimo?
- ¿Qué pasaría si nos tapamos unos segundos la nariz y la boca?
- ¿Lo podríamos resistir? ¿Por qué?

Poemas para el aire

Aire

Conóceme, Siénteme,
aprovecha mi don sanador. Me necesitas, te necesito. Si me respiras conscientemente, abro tu mente con mi tibieza, mi delicada intervención.

Yo doy vida, aunque me ignores, soy leve brisa, suave caricia, viento que juega en tus vacaciones.

Cuídame, protégeme,
siembra, valora la vida
de todos los seres,
el reciclaje
y los amaneceres.

Gladys Cantos

Oda al aire

Aire, déjate respirar, no te encadenes, no te fíes de nadie que venga en automóvil a examinarte, déjalos, ríete de ellos, vuélales el sombrero, no aceptes sus proposiciones. Vamos juntos bailando por el mundo, derribando las flores del manzano, entrando en las ventanas, silbando juntos, silbando melodías de ayer y de mañana.

Pablo Neruda.

DIBUJAMOS, CONVERSAMOS Y ESCRIBIMOS SOBRE EL POEMA

Procuramos que los niños y las niñas escuchen el poema con atención. Las palabras que no se puedan comprender, las buscamos en el diccionario.

Preguntamos a los niños y niñas, ¿qué nos está diciendo el poema?

Vamos a desordenar el poema para construir colectivamente un poema nuevo con las mismas palabras.

Vamos a añadir una frase más a cada estrofa. Solicitamos a los niños y niñas que dibujen la frase que más les gusta, o que más les impresiona.

Ilustramos el poema.

Buscamos en revistas, libros, internet poemas sobre el aire o la naturaleza en general.

Podemos motivar a los niños y niñas para que escriban su propio poema dedicado al aire.

DESCUBRIENDO EL PROBLEMA:

"¿A dónde iré?"[4]

"El bosque era oscuro y muy, muy verde. Los troncos de los árboles, más grandes que una persona, eran rectos y altos y se estiraban para alcanzar el sol, cuya luz llegaba débilmente al suelo del bosque. A través del techo de las hojas, trepaban enredaderas, cuyas flores de color armonizaban con el verde de los helechos y musgos. El plumaje brillante de los colibríes centellaba como joyas, a medida que éstos visitaban las dulces flores rojas. El aire se llenaba del zumbido de las abejas, mientras volaban sobre las flores perfumadas en busca de néctar y polen. Un mono sacudió las ramas mientras saltó de un árbol a otro, rociando el suelo con un diluvio de dulces frutas amarillas. Entre las hojas pardas y las tierras se movía una lagartija que acababa de poner diez huevos blancos y alargados en un agujero. Ahora, buscaba insectos pasando por alto a la mariposa que se parecía a una hoja muerta, y también al grillo salpicado de gris y verde como una hoja recién caída. La mariposa, en cambio, fue atrapada por la "maría seca", que también estaba camuflada para parecerse a la ramita en que se posaba. Una guatusa escarbaba en la tierra húmeda en busca de insectos, gusanos y semillas. Arriba, entre las hojas, una araña tejía su tela.

En su extremo había preparado una funda de seda para los huevos de los que saldría su prole. En una rama colgaba el nido de un par de oropéndolas. Los padres volvían fre-

4 "¿Adónde iré?", tomado de Guía para el maestro. Actividades de educación ambiental, de Grace M. Liberman, Gerald A. Liberman, Gail Schroeder, Carol Lobo y Melody Leithold, San José de Costa Rica, Edit

cuentemente al nido para dar de comer a los pichones sin plumas e indefensos. Llevaban muchas orugas que todavía no habían hilado capullos.

El bosque estaba lleno de vida –todo era color, sonido, texturas y hermosura-. Lo único que parecía no moverse era el perezoso, colgado patas arriba de la rama frondosa de un árbol. La parte superior del árbol estaba seca; una pareja de carpinteros aprovechaba para construir un hueco. Lentamente, el perezoso movía la cabeza para mirar abajo y ver todas las cosas que pasaban en el mundo del bosque. Despacio, despacio, paso a paso, avanzó por la parte de debajo de la rama hasta llegar a un grupo de hojas verdes y poco a poco inició la búsqueda de una compañera. Una compañera que diera a luz un perezoso joven y lo cuidara durante muchos meses en lo alto de los árboles. Empezó a moverse despacio, despacio... pero su viaje fue interrumpido por extraños sonidos de hombres: voces de hombres, estruendo de tractores, el tintín de machetes, el olor a gasolina y el sonido de una sierra. Los árboles grandes crujían mientras caían al suelo; las enredaderas se desprendieron, sus flores se rompieron. Se rasgó la telaraña y los huevecillos volaron con el viento, mientras el nido de oropéndolas quedó aplastado. El agujero de la guatusa quedó enterrado, mientras un tractor se llevó los árboles que una vez había sido hogar para muchos animales.

Por fin, los tractores y los camiones se marcharon con estruendo, llevando con ellos las voces de los hombres, el ruido de las máquinas y los troncos de los árboles. Lo que quedaba del bosque estaba quieto – sólo el sonido de hojas que crujían secándose al sol, un sol caliente que ahora llegaba hasta el suelo-.

Sólo quedó de pie el árbol con el perezoso. Éste no fue cortado porque la parte superior estaba seca y se consideraba que no servía de provecho para nadie. Todavía estaban allí los pájaros carpinteros. Pero ¿dónde iban a hallar alimento para su prole? Todos los otros árboles habían desaparecido. Un colibrí llegó a una flor que brillaba en una enredadera del árbol grande y viejo, pero no era suficiente alimento para él y su familia. ¿Adónde iría? Ninguna abeja visitaba la flor; su colmena se había caído con otro árbol. ¿Y el perezoso? Aún había cantidades de hojas que podría comer despacio, despacio, despacio, durante algún tiempo. Pero ¿dónde iba a hallar a una compañera? El bosque de la colina quedaba a mucha distancia; un camino largo, sin árboles ni hojas. Además, ya se oía desde esa colina lejana el sonido de las motosierras...".

Reflexionamos sobre lo leído:

¿Qué sentimos por lo que pasó en el bosque?

¿Qué podrían hacer los animales y nosotros?

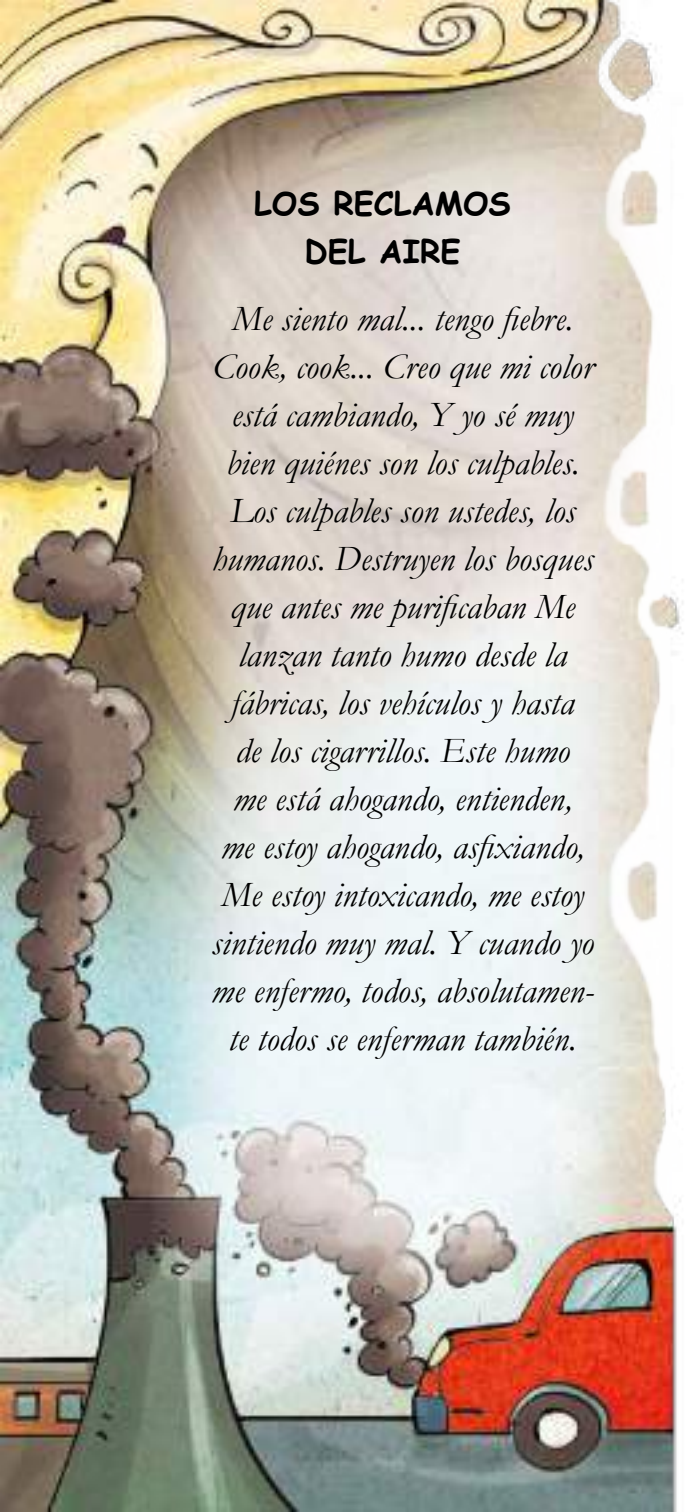
¿Para qué cortan los árboles?, ¿Quiénes lo hacen?

Buscamos información en diarios, revistas, internet, sobre casos de deforestación en nuestra comunidad, en la provincia, el país y el mundo.

Podemos elaborar una pequeña maqueta de plastilina que represente la historia del cuento, ¿cómo era el bosque antes y cómo es después?

Podemos incentivar a los niños y niñas para que dibujen con tizas sobre cartulina negra lo que más les impactó de la historia.

Podemos elaborar un collage de recortes de periódicos y revistas con imágenes que sugieran la destrucción de la naturaleza y otro collage con imágenes que sugieran el cuidado del planeta. Comparamos los dos carteles y reflexionamos.



Reflexionamos sobre "Los reclamos del Aire"

Quizá las siguientes preguntas puedan ayudar:

¿Estamos de acuerdo con los reclamos del aire?

¿Crees que los árboles le ayudan al aire? ¿Cómo?

¿Qué pasa si cortamos los árboles y no reforestamos?

¿Nos gusta que el aire esté sucio y contaminado?

¿Qué pasa con las personas si el aire se siente mal?

¿Qué sucede con las plantas?, ¿los animales?, ¿la vida?

Después de reflexionar podemos representar con los niños y niñas una breve obra de teatro donde aparezca el aire como un personaje que reclama su cuidado y protección.

Antes y después

Pensamos en una situación en que se contamine el aire.

Dibujamos esa escena que nos inventamos o que sabemos sucedió en algún lugar.

Ahora pensamos:

¿Qué sucedió para que la comunidad esté así?

¿Qué sucederá después?

Las máscaras de la verdad

Necesitamos construir unas máscaras para hacer el juego.

Elegimos tres niños que serán quienes llevarán las máscaras.

"Estas son las máscaras de la verdad. Cuando llevo esta máscara soy muy sincero". Es por eso que cada niño debe hablar y actuar según la máscara que lleva puesta. El resto de niños y niñas serán los observadores de la dramatización.

Un niño o niña lleva la máscara de "Yo soy el aire".

Otro llevará la del "Árbol cortado".

Y el último la de "Yo soy el dueño de todo". La escena comienza con una discusión entre los tres, cada uno defendiendo su modo de ver la vida.

Luego cada niño contará qué sintió con la máscara y también darán sus opiniones los niños y niñas que observaron la escena.

Ahora otros niños y niñas pueden ponerse las máscaras...

INVESTIGANDO

Haciendo una investigación

Vamos a salir a dar un paseo por nuestra comunidad, para observar si hay algo que esté contaminando el aire.

Si encontramos algo que esté contaminando el aire, vamos a buscar información sobre esa forma de contaminar y sus efectos sobre nuestra salud.

También podemos ir al centro de salud y conversar con un médico y hacerle preguntas tales como:

¿Qué produce la contaminación del aire en la salud?

¿Qué les produce a los niños?

¿Qué enfermedades respiratorias se atienden más en el centro de salud?

Ahora, podremos analizar si la causa de la contaminación que descubrimos está enfermando a la comunidad. Y si es así, debemos informar a todos los que podamos, haciendo carteles, conversando con los niños más pequeños, en la casa, con nuestra familia... quizás ellos todavía no están informados.

Podemos incluso elaborar con los niños y niñas tarjetas con dibujos, explicando lo que está sucediendo con la contaminación del aire, luego las podemos entregar a personas que vivan en la comunidad.

UN EXPERIMENTO

Vamos a necesitar:

- Un auto de alguien conocido.
- Una media blanca que ya no usemos.

Ahora:

Esta actividad la podemos realizar con los niños y niñas y más personas de la comunidad que quieran participar, teniendo cuidado que nadie se queme.

La vieja media blanca la ponemos en el escape de un auto. Para esto debemos tomar en cuenta, que el dueño del auto nos permita y luego que el escape esté frío.

El dueño del auto debe prender el motor y dejarlo así durante un minuto.

Ahora le pedimos que retire la media del escape.

Observamos la media: ¿cómo está?, ¿ha cambiado de color? A veces la contaminación es invisible para nuestros ojos.

Esto hace un solo auto, en un solo minuto. Este humo negro va directo a nuestro aire. Imagínenos cuánto contaminan millones de autos encendidos durante muchas horas.

¿Cómo sería si le pusiéramos una media a todos los carros que hay en la ciudad?

Salud

ENTRANDO EN ACCIÓN

En la escuela:

Podemos hacer "Un día de cometas", en el que cada niño construya la suya, escribiéndole un mensaje al aire, y luego hacerlas volar en un "Gran encuentro de cometas".

Cometas: barriletes

En la casa:

Vamos a observar si en nuestra casa y en las de nuestros familiares, se están realizando acciones que contaminen el aire como usar aerosoles, fumar, autos que generen mucho humo...

Los niños podemos contar todo lo que aprendimos en la escuela y también invitarlos a participar en las actividades que hagamos.

En la comunidad:

Visitemos sitios cercanos a la comunidad, cerros, montañas, ríos, bosques... respiremos profundamente y sintamos cómo es el aire allí.

Recolectemos hojas, piedras, ramas... para mostrarles a nuestros compañeros y familiares y contarles de dónde son.

Construyamos objetos, personas, animales y todo lo que queramos. Luego podemos inventar una historia y dramatizarla para presentarla en la comunidad.

COMUNICÁNDONOS

Los niños y las niñas pueden:

Crear un "susurrador" y también "una cajita mágica de palabras".

En la guía Comunicándonos encontraremos varias ideas para construir estos medios de comunicación comunitarios.

EVALUACIÓN:

Autoevaluándonos

Cada niño y niña en una hoja responde:

¿Qué me gustó más de todo lo que hicimos?

¿Qué me gustó menos?

¿Qué podemos cambiar?

Entre todos: conversamos y respondemos:

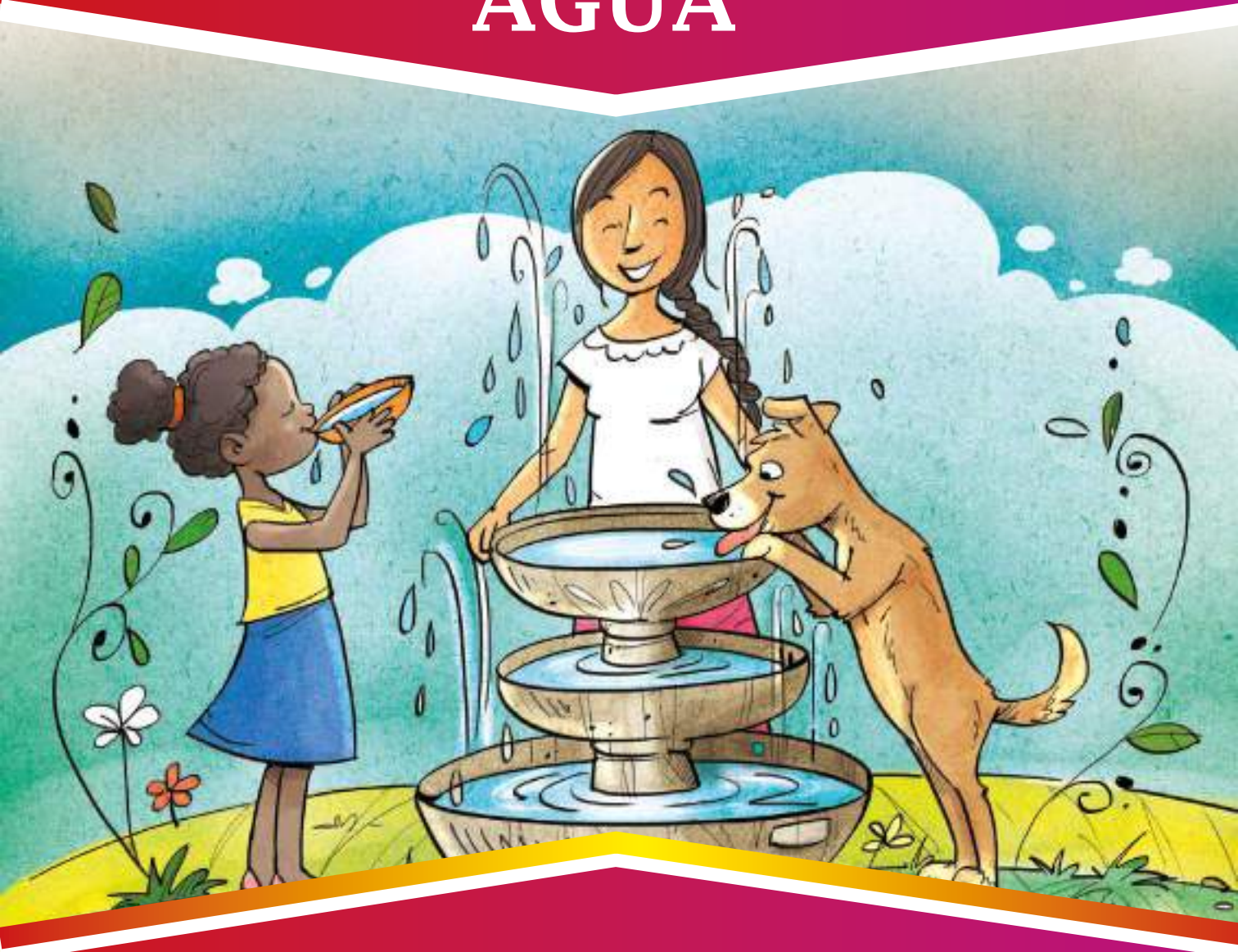
¿Fue suficiente la información que recibimos e investigamos sobre el aire?

¿Aprendimos más sobre cómo evitar la contaminación?

¿Qué actividad les gustó más a los otros niños, niñas y adultos? ¿Pudimos transmitirles lo aprendido?

¿Vimos algún cambio de actitud en los niños y niñas en la escuela, en la comunidad y en nuestras familias, luego de las actividades que realizamos?

AGUA



LA IDEA

Ningún ser puede vivir sin agua. Es por esta razón que decimos que el agua es fundamental para la vida y es un derecho de todas y todos los que habitamos el planeta.

Las plantas, los animales y las personas necesitamos del agua para vivir. Por este motivo, cuidar y proteger las fuentes de agua es una responsabilidad que nos compete a todos.

El agua que consumimos debe estar limpia. De lo contrario, nuestra salud se verá afectada al igual que el bienestar de los demás seres de la naturaleza.

Otras consecuencias generadas por la contaminación y la escasez del agua están relacionadas con la disminución de la producción de alimentos, el aumento de enfermedades infecciosas, la destrucción de los ecosistemas y los conflictos sociales.

"Ningún ser puede vivir sin agua."

INFORMACIÓN PARA LA/EL DOCENTE

El agua es vida:

El agua es la "sangre" de la tierra. Por eso decimos que el agua nos da vida. Esto lo saben muy bien los habitantes de los pueblos originarios y campesinos. Por eso, ellos conversan con el agua, la tratan con cariño, la protegen y la cuidan. Es que el agua también es un ser vivo.

Todo lo que sabemos sobre el uso adecuado del agua lo hemos aprendido a través de los siglos, gracias a nuestros antepasados que han trasmitido sus conocimientos de generación en generación.

¿De quién es el agua?

El agua pertenece a la tierra y a todos los seres vivos que la habitamos. El agua es de todos, por lo tanto, debe ser distribuida con equidad, según las necesidades de cada uno de los seres vivos, de acuerdo a las costumbres y normas de convivencia comunitaria.

El clima y las condiciones específicas de cada territorio también influyen en los procedimientos que tienen las comunidades con respecto al uso, tratamiento y distribución del agua.

Algunas comunidades campesinas poseen sistemas comunitarios de agua, desde donde se la distribuye a cada familia a través de canales que transitan directamente desde las fuentes, hasta cada una de las casas. En estos sistemas el costo del agua es muy bajo y contribuye para que todos y todas puedan acceder a la misma.

En las ciudades, el método de distribución del agua es un poco más sofisticado, con tubos subterráneos que atraviesan la ciudad llevando el agua hasta las casas. La mayoría de las personas pagan para acceder al agua potable, sin embargo, a pesar de que el agua es un derecho fundamental, no todas las personas tienen el dinero suficiente para pagar por ella.

Por lo tanto, el agua es de todas y todos, es un derecho fundamental, universal y comunitario.

EL AGUA NO ES UNA MERCANCÍA

La apropiación del agua por algunos sectores como las agroindustrias, las empresas mineras, las empresas que embotellan el agua y la venden en el mercado, entre otras, puede tener consecuencias desastrosas para las personas, las plantas y los animales. **"El Agua pertenece a la tierra y a todos los seres vivos y no es una mercancía."**

Por ejemplo, algunas empresas están sobreexplotando fuentes naturales de agua y han tomado control de muchos ríos que son fuentes de agua para varias comunidades. Esta agua que represan, la utilizan para embotellarla y venderla en el mercado, incluso a las mismas comunidades de donde la han extraído.

El agua es un elemento vital que no puede ser tratado como mercancía que se oferta en el mercado y se vende al que mejor paga.

Ninguna empresa, nacional o transnacional, o persona particular tiene el derecho de apropiarse del agua o acaparar su uso para fines de lucro privado en perjuicio del resto de la colectividad.

Conflicto por el agua:

Se estima que un tercio de la población mundial vive en países que experimentan conflictos vinculados con el agua.

En algunas regiones del mundo, se han producido graves y peligrosos enfrentamientos por el acceso al agua. En Bolivia, por ejemplo, en la región de Cochabamba, las comunidades indígenas, los agricultores y gran parte del pueblo se organizaron para defender el agua, para impedir la privatización y exigir un uso adecuado por parte de las empresas.

¿De dónde proviene el agua que utilizamos en las ciudades?

De las fuentes de agua, de los humedales, cerros y manantiales; de los arroyos, ríos y lagos. Pero estas fuentes se han ido contaminando y agotando poco a poco. Por este motivo, se ha tenido que traer el agua por tubos de fuentes cada vez más alejadas. En muchas ciudades ya no es posible traer el agua de algún lugar cercano.

¡Todos y todas necesitamos agua natural y limpia para proteger nuestra salud!.

¿Cómo se contamina el agua?

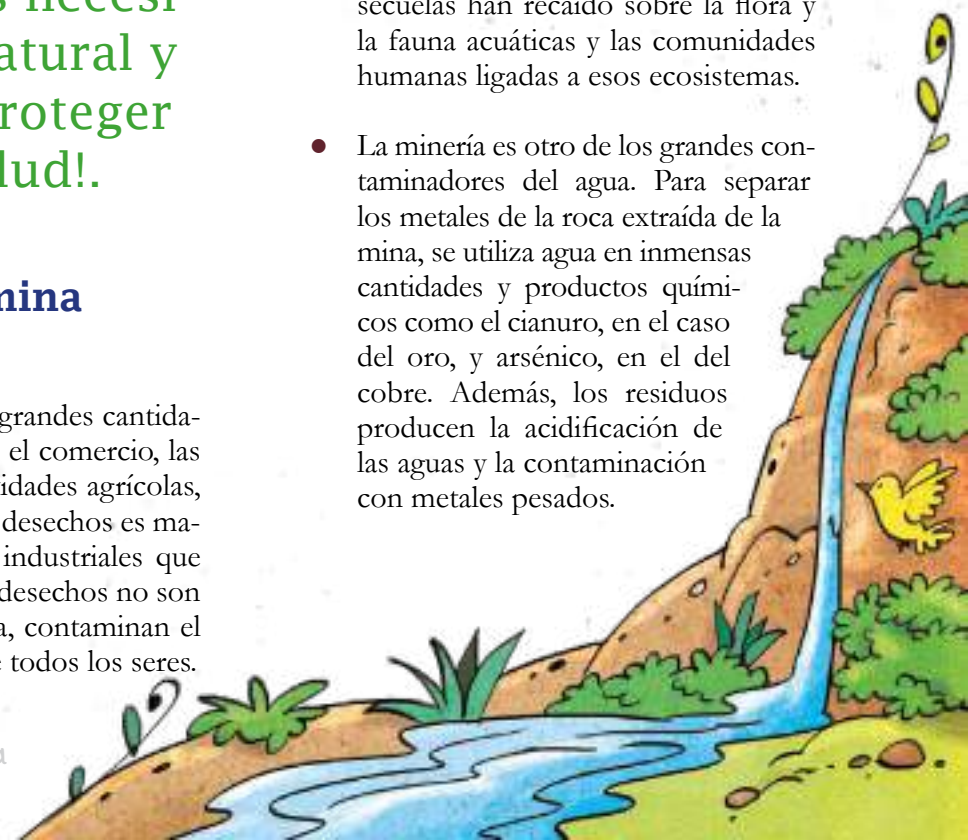
Todos los días, se producen grandes cantidades de desechos en el hogar, el comercio, las fábricas, los talleres, las actividades agrícolas, y ganaderas... La cantidad de desechos es mayor en las zonas urbanas e industriales que en las zonas rurales. Si estos desechos no son tratados de manera adecuada, contaminan el ambiente y afectan la vida de todos los seres.

¿Cuándo se contamina el agua?

- Cuando en los trabajos agrícolas utilizan agroquímicos.

- La industria petrolera es una de las grandes contaminadoras del agua, debido principalmente a derrames durante la extracción o el transporte de los hidrocarburos. Los ríos y los mares han sido contaminados con cantidades inmensas de petróleo y las secuelas han recaído sobre la flora y la fauna acuáticas y las comunidades humanas ligadas a esos ecosistemas.

- La minería es otro de los grandes contaminadores del agua. Para separar los metales de la roca extraída de la mina, se utiliza agua en inmensas cantidades y productos químicos como el cianuro, en el caso del oro, y arsénico, en el del cobre. Además, los residuos producen la acidificación de las aguas y la contaminación con metales pesados.



- Cuando las fábricas utilizan agua limpia para sus procedimientos industriales y luego la derraman contaminada en las quebradas, arroyos, ríos y mares.

- Los desechos orgánicos que vienen de los mataderos de ganado o de aves.

- El procesamiento de frutas y vegetales que requiere grandes cantidades de agua para el lavado, el pelado y el blanqueado.

- Los componentes químicos de medicamentos y antibióticos que son eliminados a través de las heces y orina de las personas y animales que los consumen, y que llegar a los ríos y mares.

El agua, cuando está contaminada se transforma en nuestra peor enemiga. Nos puede producir enfermedades tales como el cólera, la fiebre tifoidea, la disentería y las enfermedades diarreicas.

Contaminación, agua y antibióticos

Hay varias formas de contaminación del agua con antibióticos. La primera es por medio de las orinas y las heces de las personas y animales que están consumiendo antibióticos, pues una parte de estos medicamentos se excretan. Al entrar en contacto con las aguas, éstas se contaminan con esos residuos. Así también, las plantas farmacéuticas productoras de antibióticos, que arrojan sus desechos a los ríos y a otros cuerpos de agua.

¿Qué podemos hacer?

- No debemos arrojar basura en ningún lugar público, parques, playas, plazas, calles. Tampoco en los ríos, arroyos, lagos, quebradas. Cuando vayamos al campo, hay que llevar una bolsa grande y tratar de llenarla con la basura que encontremos para luego depositarla en un recipiente adecuado.

- Si encontramos latas, botellas, cartón u otro material que se pueda reciclar, debemos separarlos de la basura orgánica, para que puedan ser reutilizados por las empresas recicladoras.

- Cuando no se sabe qué hacer con una lata de aceite, pintura o gasolina, lo mejor es taparla bien y guardarla en algún lugar seguro, hasta encontrar un sitio de depósito de basura tóxica. También se puede preguntar en los talleres de autos. Quizá ellos sepan qué hacer. Bajo ningún motivo tiremos el tacho a la basura porque al final el aceite o la pintura terminan derramados sobre la tierra.

- Recolectar las pilas y baterías en un recipiente hasta que se llene, luego sellarlo y averiguar con el camión recolector para desecharlo.

- Los animales como los caballos, vacas, borregos no deben estar cerca de las fuentes de agua para evitar que las heces y la orina la contaminen.

- Hay que proteger las fuentes de agua, reforestando y sembrando plantas nativas.

- Seamos conscientes del uso del agua para no desperdiciarla: cerremos los grifos si no los estamos utilizando.

- Si notas que alguna fábrica arroja sus desperdicios al agua, no lo dudes, denúncialo.

- Podemos recolectar el agua de lluvia en baldes o vasijas, tal como hacían nuestros antepasados, y utilizarla para vaciar los baños o trapear la casa, o en alguna otra actividad que no requiera agua potable

¿Qué debe hacer la sociedad?

- La madre naturaleza es un ser vivo y, por lo tanto, tiene derechos que deben ser respetados.

- El acceso al agua debe ser considerado un derecho humano fundamental.

- Debe asegurarse el agua para todos los seres vivos, para uso personal y para la producción de alimentos.

- Hay que proteger los ecosistemas acuáticos a nivel mundial, y debe ser regulado para que las empresas (nacionales o multinacionales) no hagan del agua un negocio.

- El uso y el cuidado del agua dulce deben estar basados en criterios participativos, involucrando a las comunidades, ciudadanos, técnicos y gobiernos.

- Cuidemos el agua, no la derrochemos y no permitamos que la contaminen.

- Podemos contarles a otras personas acerca de la importancia de cuidar el agua, para que seamos cada vez más conscientes de que el cuidado del agua es también responsabilidad de todos y todas.

ACTIVIDADES DE COMPRENSIÓN

A mí me gusta tomar agua limpia.
A los niños y niñas del mundo también les gusta.
Pero... uno de cada cinco niños o niñas como tú no tiene agua limpia para tomar.
A mí me gusta bañarme...cepillarme los dientes...lavarme las manos...
A los niños y niñas del mundo también les gusta. Pero uno de cada tres hogares del mundo no tiene agua limpia.
Sí, y de seguir las cosas así, en el año 2025, cuando tú seas grande, las dos terceras partes de los seres humanos no tendrán agua suficiente para vivir.
y entonces ¿qué puedo hacer yo?
¿Qué podemos hacer nosotros?
¡Que buena pregunta!
La reponderemos nosotros mismos.
¿Qué podemos hacer?

Los niños pueden conversar:

¿En dónde nace el agua? ¿Por qué el agua es importante?
Enumeremos las actividades para las cuales sirve el agua en la casa, en la escuela, en la comunidad.

¿Cómo se contamina el agua y de qué forma el agua puede volverse perjudicial para nuestra salud? ¿Qué enfermedades crees que son provocadas por el agua contaminada?

Sintiendo el agua

Podemos hacer un juego: escuchando, tocando y tomando agua.

- Buscamos un lugar que sea agradable para relajarnos.

- Puede ser al lado de un río, o de una fuente de agua. Sí no tenemos ninguna cerca, usamos música con sonidos del agua o de la lluvia.

- Nos acostamos, cerramos los ojos y comenzamos a escuchar su sonido al caer. Imaginemos que estamos en un bosque con muchos amigos. Fuimos de paseo a disfrutar de la naturaleza, el sol calientito y el aire puro.

- Sin darnos cuenta comenzaron a llegar muchas nubes, el sol se escondió y todo el cielo se puso negro. De repente, sentimos unas gotitas muy chiquitas, todos nos miramos sorprendidos, sin saber qué hacer. Muy pronto las gotas eran más y más grandes. Todos comenzamos a correr y gritar. Necesitábamos un lugar para cubrirnos de la lluvia. Cuando todos estábamos resguardados, alguien se dio cuenta que faltaba un compañero que estaba jugando con el agua, con sus manos extendidas hacia el cielo, sintiendo el agua en su cara.

- No pasaron ni dos segundos cuando todos quisimos hacer lo mismo. Saltamos los charcos, recibimos el agua en la cara, la frente y las manos. Cantamos y bailamos. El juego estaba muy divertido.

Pasamos varios minutos jugando, riendo, disfrutando del agua, pero luego ya estábamos cansados, así que decidimos sentarnos bajo un árbol a ver el agua caer y escuchar su sonido.

Los niños y niñas pueden:

- Buscar objetos como botellas, palos, hojas secas y organizar una orquesta del agua imitando su sonido.

- Elaborar un "palo de lluvia" con tubos de papel cartón que ya no utilicemos. Les hacemos agujeros con un clavo e introducimos de lado a lado del tubo, palillos de dientes atravesados. Finalmente, llenamos el tubo de arroz y tapamos los dos extremos. Y realizando movimientos suaves, sentimos cómo suena la lluvia.

- Llevar agua, tomar un sorbo cada uno, sentir cómo entra en nuestro cuerpo y escribir en un papel qué sentimos cuando tomamos agua.

- Podemos inventar entre todos una canción donde expresemos lo que sentimos por el agua. Podemos emplear los instrumentos musicales que hemos construido para realizar la melodía.

Todos los pensamientos se pueden pegar en un papel grande para exponerlo en una pared de la escuela o la comunidad y compartirlo con el resto de compañeros.

EL COLIBRÍ QUE SALVÓ A LA TIERRA

(Leyenda de los Andes)

Dicen los abuelos que hace muchísimos años, una terrible sequía se extendió por las tierras de los Andes.

Los ríos y las quebradas se volvieron polvo, todas las plantas lloraban y se secaban, los hombres y las mujeres ya no tenían ni lágrimas para llorar. No caía ni una gota de agua, no había ni una sola nube, el sol estaba muy caliente, los animales ya no podían caminar y se arrastraban por el polvo. Todo estaba muy triste, parecía que se acercaba el fin de la vida.

En medio de esa tristeza inmensa, una planta de floripondio se resistía a secarse. Entonces, dejó caer una flor y esta flor lentamente, mientras caía, se transformó en un hermoso colibrí.

El pequeño colibrí salió volando, zumbando y voló por varios días, sin descanso. Atravesó quebradas, ríos, cerros, pasó sobre la laguna de Culebrillas, de donde brotaban unos hermosos chorros de agua limpia, transparente. El colibrí tenía sed, mucha sed, su cuerpo estaba muy débil, ya no podía más. Sin embargo, no bajó a beber y descansar un poco, y continuó volando cada vez más alto. Cada vez se alejaba más y más.

Ya sin fuerzas, con sus diminutas alas y su cuerpito multicolor totalmente fatigado, llegó a su destino, la cumbre de los Andes, donde vivía el Gran Taita.

El Gran Taita estaba descansando cuando de pronto sintió unas cosquillitas en su mano izquierda. Era el pequeño colibrí que se había recostado. Con su tierna voz el colibrí le contó lo que estaba pasando en las tierras andinas y luego de pedirle ayuda se durmió.

Glosario:

Taita: es una palabra quichua que significa padre, padre espiritual, sabio y muy respetado por toda la comunidad.

Runas: hombres en quichua

Warmis: mujeres en quichua

Ahora que terminamos de leer la leyenda, los niños pueden:

- Buscar muchos materiales de reciclaje, hojas de árboles, tierra, ramitas, flores... y recrear en una maqueta aquello que más les gustó que represente la misión del Colibrí.
- Luego exhibir las maquetas en el patio de la escuela o en un lugar por donde pase mucha gente.
- Poner algunos papeles y lápices para que cada uno escriba lo que considera se ha representado en la maqueta.
- Cuando ya tenemos bastantes comentarios los pegamos en un papel grande y los leemos.

Podemos analizar con los niños y las niñas los mensajes y reflexionar sobre lo que opinan los demás compañeros.

DESCUBRIENDO EL PROBLEMA

Juego de las Comunidades

- Nos dividimos en grupos de 4 o 5 integrantes. Le colocamos un nombre a nuestra comunidad.
- Un compañero dirige el juego y avisa a todos que una comunidad se va a quedar sin agua.
- Todos los que viven en esa comunidad deben correr hacia otra comunidad.
- Quien dirige el juego continúa nombrando una por una a las comunidades y sus integrantes deben correr hacia otra comunidad.
- El juego sigue hasta que todos quedan dentro de la última comunidad.
- Cada comunidad reflexiona y escribe sobre el papel:

¿Cómo nos sentimos cuando nuestra comunidad se quedó sin agua?

¿Cómo fue estar al final todos dentro de una misma comunidad?

¿Cómo se sintieron las personas de la última comunidad recibiendo a todos?

INVESTIGANDO

¿De dónde viene el agua?

Investigamos en nuestra comunidad: ¿de dónde llega el agua que recibimos todos los días? Para esto los niños pueden:

- Hacer una entrevista a un dirigente de su comunidad.
- Conversar con los padres o abuelos en la casa.
- Investigar en periódicos, libros, internet.

Vamos de Caminata:

Podemos salir de caminata en busca de las fuentes de agua, es decir, el lugar donde nace el agua. Esto lo planificamos con la ayuda de los padres o madres de familia, un líder del barrio o de la comunidad.

Vamos a observar los ríos y las orillas:

¿Cómo es el agua?

¿De qué color se ve?

¿Hay basura en las orillas?

Luego, contamos a todos nuestros amigos y amigas lo que hemos visto.

También podemos:

Buscar en periódicos o en internet noticias sobre problemas que existan con el agua. Crear una lista de estos problemas. Luego, con los niños y niñas, identificamos cuáles de estos problemas existen en nuestra comunidad o en un lugar cercano y de qué manera nos puede afectar.

HACIENDO UN EXPERIMENTO

Necesitamos:

- Dos claveles blancos
- Un recipiente con agua para poner las flores,
- Anilina azul o roja.

Experimentando:

- Ponemos agua en un recipiente con un poco de anilina hasta que el agua esté bien teñida. Ponemos los claveles y los dejamos hasta el otro día.
- Nos imaginamos que esta es el agua con la que se riegan las vegetales y que los claveles son un alimento para nosotros.

Observamos y reflexionamos:

- ¿Cómo está el agua?

- ¿Qué pasó con los claveles?
- ¿Qué nos sucedería a nosotros si comiéramos este alimento?

Buscando las Causas

Los niños y las niñas pueden realizar una entrevista a personas de una comunidad que se encuentre en conflictos por el agua.

Cuando terminamos con las investigaciones, vamos a realizar un encuentro de reflexión y vamos anotando en un papel grande todas las conclusiones a las que llegamos.

Ahora que ya hemos aprendido mucho sobre la importancia del agua para la vida de todos, y que

ya investigamos sobre los problemas que hay con ella, vamos a ponernos en acción.

ENTRANDO EN ACCIÓN

En la casa:

- Podemos preparar unas preguntas sobre todo lo que aprendimos acerca de los problemas relacionados con el agua y encuestar a todas las personas que viven con nosotros. Así podremos saber si la gente está informada sobre los problemas que hay con el agua y sus consecuencias. Luego les podemos contar todo lo que aprendimos.

En la escuela:

- Podemos organizar un grupo que observe todos los días después del recreo que las llaves de agua estén cerradas.

- Poner carteles para avisar qué sucede si una llave queda goteando o si hay una fuga de agua en algún lugar.

En la comunidad:

- Podemos organizar un grupo de "Cuidadores del Agua" para estar informados sobre todo lo que sucede en las fuentes de agua de nuestra comunidad, y si es posible hacer recorridos cada cierto tiempo, tomando muestras de agua y viendo su color.

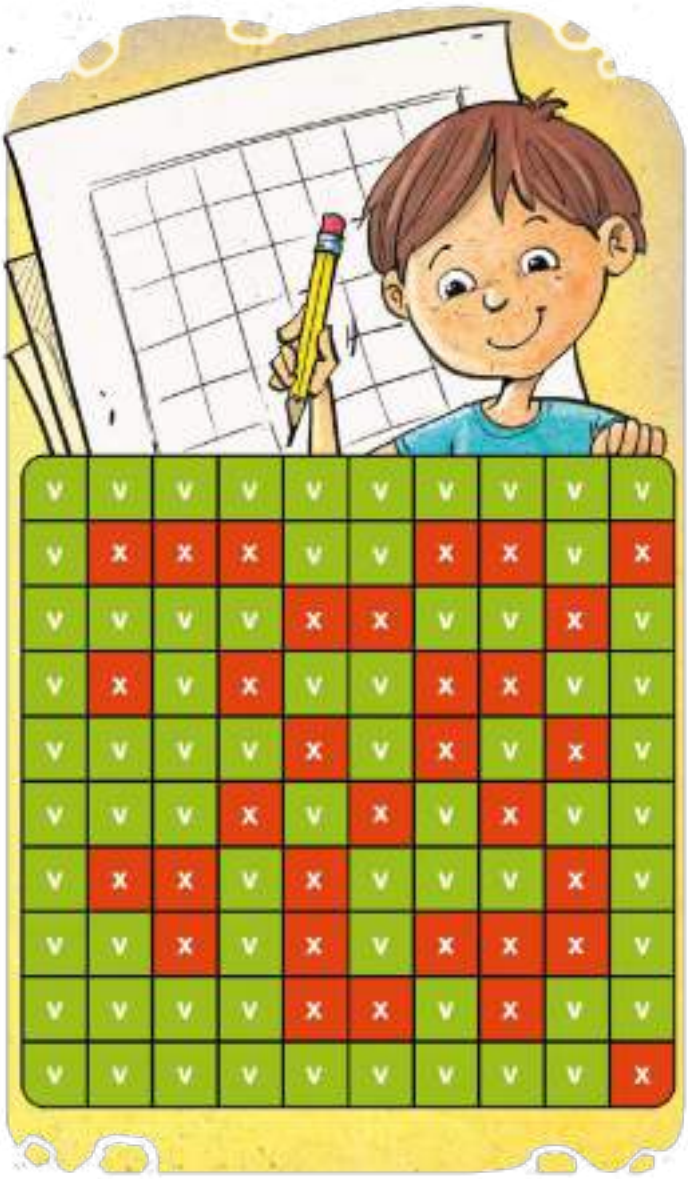
- También podemos ir al centro de salud de nuestra comunidad y conversar con los médicos para saber si los niños y los adultos están consultando por alguna enfermedad transmitida por el agua.

HACIENDO ENCUESTAS

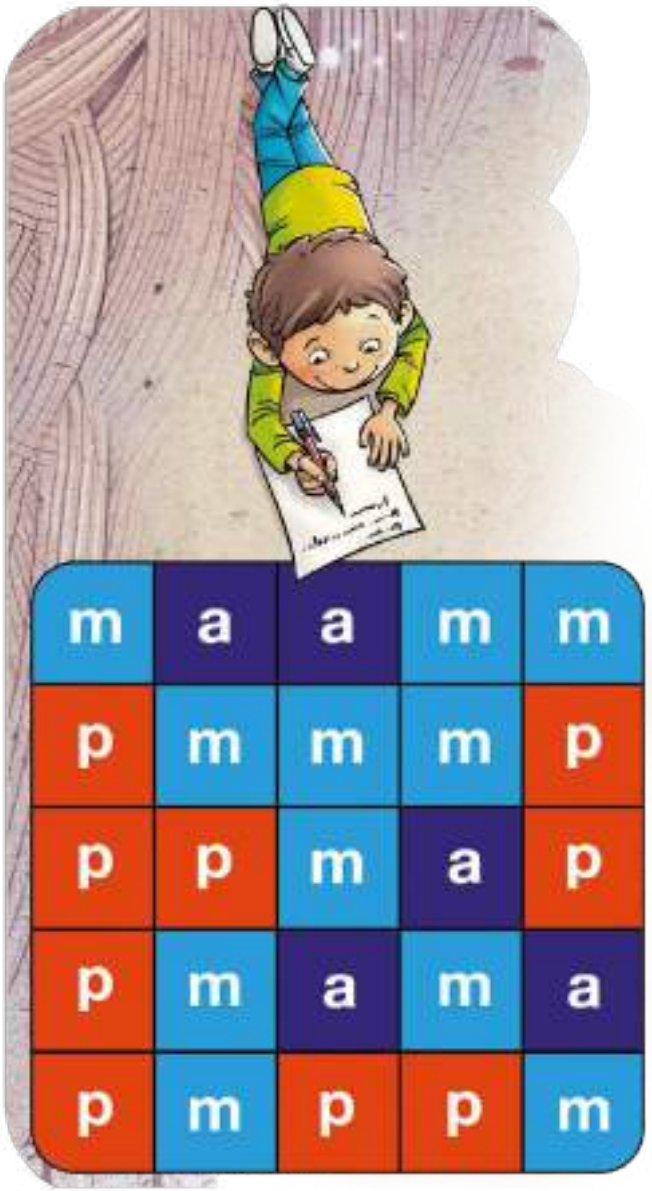
Vamos a realizar una encuesta sobre los contaminadores del agua a 100 niños y niñas.

Para crear cuadros de porcentajes los niños pueden:

- Dibujar en papel cuadriculado, un cuadrado de 10 x 10.
- Realizar una encuesta a 100 niños.
- Podemos preguntar, por ejemplo, ¿sabes cuándo se contamina el agua?
- Registramos la respuesta de cada uno de ellos en uno de los cuadritos con una V cuando la respuesta es SÍ y con una X para un NO.
- Ahora coloreamos todos los cuadritos marcados por cada una de las respuestas. Esto nos ayuda a determinar el número de respuestas sobre 100.
- Escribir el resultado en forma de fracción y porcentaje.



32/100, que es igual 32%:
No conocen cuándo se contamina el agua.
68/100, que es igual al 68%, Sí conocen cuándo se contamina el agua.



Otro ejemplo de encuesta

Vamos a preguntar quiénes contaminan más el agua, a 25 niños y niñas.

Podemos preparar un cuadro de 5 x 5 cuadritos.

Seleccionamos 3 opciones, por ejemplo; las mineras, las petroleras, los ganaderos.

Solicitamos a 25 compañeros que escojan una opción y llenamos cada casillero con el símbolo correspondiente, de acuerdo con la respuesta:

Las mineras =m, las petroleras = p, los agricultores =a.

Luego, los niños y las niñas pueden discutir y comparar sus resultados.

Otros ejemplos de encuestas y sondeos se pueden encontrar en la guía Comunicándonos.

11/25, que es igual 44%: Escogió las mineras
5/25, que es igual a 20%: Escogió los agricultores
9/25, que es igual a 36%: Escogió las petroleras

COMUNICÁNDONOS

Creemos un periódico mural, construyamos un juego de mesa, hagamos una obra de teatro, títeres, pancartas, inventemos cuentos, tomemos fotografías, hagamos un video... ¿qué otras ideas se nos ocurren?

En la guía "Comunicándonos", encontraremos varias ideas de cómo construir estos medios de comunicación comunitarios.

EVALUACIÓN

El libro de los sueños:

Vamos a construir entre todos un libro con muchas hojas de papel reciclable para escribir allí los sueños de todos.

- Cada niño y niña escribirá y dibujará su sueño en una hoja.
- Luego juntamos todos los dibujos y los escritos, formando el libro de "Los sueños de todos".
- Finalmente, podemos volver a circular el libro para que podamos leer cuáles son nuestros sueños.

Nos autoevaluamos:

Cada niño y niña en una hoja responde:

¿Qué me gustó más de todo lo que hicimos?

¿Qué me gustó menos?

¿Qué podemos cambiar?

Entre todos, conversamos y respondemos:

¿Fue suficiente la información que recibimos?

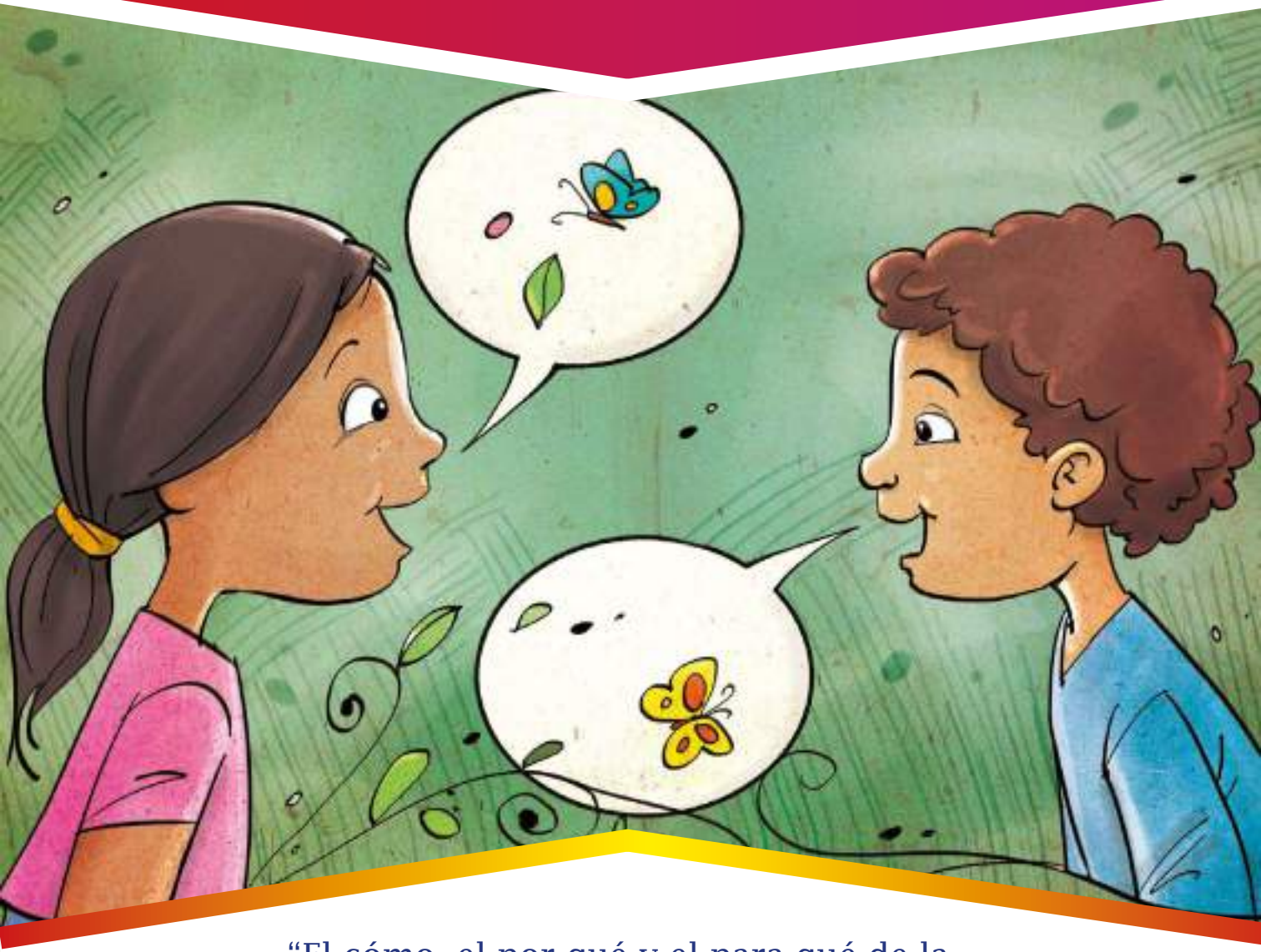
¿Qué investigamos sobre el agua?

¿Aprendimos más?

¿Pudimos transmitir lo aprendido a otros niños y adultos de la escuela y de la comunidad?

¿Vimos algún cambio de actitud en los niños y niñas en la escuela y en la comunidad luego de las actividades que realizamos?

COMUNICÁNDONOS



"El cómo, el por qué y el para qué de la comunicación"

LA IDEA

Los niños y las niñas son excelentes comunicadores. Están constantemente activos, jugando conversando, hablando, transmitiendo, aprendiendo sobre el mundo que los rodea, creando historias, narrando... Si los niños y las niñas aprenden técnicas sencillas de comunicación comunitaria pueden:

- Elaborar de manera colectiva un medio de comunicación comunitario, donde exponer todo lo aprendido e informar a la comunidad sobre hechos, situaciones, sentimientos, saberes e historias cotidianas que ocurren en su medio...

- Expresar lo aprendido, desplegando su creatividad e imaginación a través de actividades artísticas.

- Comprender mejor su entorno e incorporar habilidades y actitudes en defensa de su salud y de la naturaleza.

- Compartir información con sus familiares, vecinos y con otros niños y niñas, transmitiendo lo aprendido a través de actividades lúdicas que les permitan comunicarse con mayor libertad.

Nueva formas de comunicación

Con la llegada de las nuevas tecnologías, la forma cómo nos comunicamos con otras personas ha cambiado. Con el internet podemos adquirir mucha información sobre un tema en muy poco tiempo o conocer otras a personas que también están interesadas en aprender sobre los mismos temas. Esto ha facilitado la difusión de la información y la ampliación del panorama comunicativo.

El internet y las redes sociales son hoy en día, uno de los hábitos más frecuentes en niños y jóvenes. Son ellos los que más navegan en la red y los que más están expuestos a sus riesgos. Por este motivo, es importante enfatizar en el uso responsable del internet y de las redes sociales.

Aprovechemos el internet como una herramienta que complementa el aprendizaje. Podemos hacer investigaciones, buscar videos relacionado con las temáticas aprendidas, chatear y compartir información con otros niños y niñas del mundo, compartir archivos, fotografías, dibujos y trabajos que hemos realizado en la escuela o en la comunidad.

Existen muchas páginas y enlaces en internet con programas y proyectos educativos en salud y medio ambiente que pueden complementar las actividades propuestas en cada una de las guías.

La comunicación popular y comunitaria

En nuestro entorno ocurren muchas situaciones que generan actos de comunicación, por ejemplo, las conversaciones que surgen a partir de un evento en la comunidad, como un accidente de tránsito, un partido de fútbol entre las escuelas vecinas, la fiesta del barrio o las conversaciones que emergen desde hechos sociales, económicos y culturales propuestos a partir de los medios de comunicación y que involucran directamente a las comunidades. Todos estos acontecimientos, que pasan por nuestra vida cotidiana, nos forman diferentes actitudes y opiniones.

La comunicación espontánea y natural que se da en la casa, en la escuela o en la comunidad, la conocemos como la comunicación comunitaria y representa a las diferentes personas y grupos.

Para que toda esta información sea transmitida de manera adecuada debemos empezar por diseñar un plan de comunicación junto con los niños y niñas, que nos permita comprender el entorno y transmitir lo que hemos aprendido.

El plan de comunicación, algo muy importante

Existen situaciones que dificultan la comunicación, por ejemplo, las interrupciones abruptas en medio de una conversación, la tergiversación de la información o el uso inadecuado de las palabras. Por este motivo, es significativo que reflexionemos con los niños y niñas sobre estos aspectos antes de iniciar cualquier actividad comunicativa.

Análisis comunicativo de la comunidad

Es necesario analizar, con los niños y las niñas algunos elementos antes de empezar nuestro diálogo con la comunidad.

Para hacer este análisis podemos entrevistar a distintas personas que conforman nuestra comunidad e involucrar a los padres de familia para que reflexionen también en torno a estas cuestiones comunicativas.

Podemos emplear dibujos, historietas, cuentos orales y escritos, incluso una obra de teatro que nos permita elaborar un análisis comunicativo de la comunidad de forma divertida.

Algunos medios de comunicación comunitaria:

El megáfono: es una herramienta de comunicación que permite la amplificación del sonido. Es muy utilizado por algunas comunidades para promover los eventos culturales y sociales.

De boca en boca: se conoce con este nombre la información que se trasmite de persona a persona, por lo general de algún acontecimiento actual. Es muy efectivo cuando se quiere promocionar alguna actividad cultural o algún acontecimiento importante.

Tradición oral: es un recurso comunicativo fundamental para la reconstrucción de la memoria y la identidad de la comunidad. Consiste en contar y recrear las historias de una región específica.

El periódico mural: Es una herramienta que permite informar a la comunidad sobre acontecimientos culturales, económicos, sociales, históricos, ubicada en un lugar visible para todos y todas. Puede incluir imágenes y fotografías para ilustrar mejor los mensajes.

Revista local: algunas comunidades emplean la revista impresa o digital para trasmitir información, actualizándola periódicamente.

Comunicados: en ellos se informa, se convoca o se invita a la comunidad para que participen de alguna actividad social importante, por lo general, para tomar decisiones.

El afiche y el volante: son recursos comunicativos utilizados para publicitar algún evento o producto, o para buscar información sobre alguna persona, animal o trabajo.

El carro parlante: son vehículos con amplificador de sonido que circulan por las calles de las comunidades anunciando algún evento o promocionando algún producto.

Existen muchos más: ¿qué otros medios de comunicación utilizamos en nuestra comunidad?, ¿qué otros medios de comunicación comunitaria hemos dejado de utilizar?

Fotografiando mi comunidad

través de las imágenes, también podemos contar muchas historias y recrear espacios y situaciones que son importantes en nuestro barrio o escuela.

- Podemos incentivar a los niños y niñas para que identifiquen los lugares más representativos de la comunidad.
- Podemos tomar fotografías o realizar dibujos para contar detalles sobre los lugares que hemos identificado.
- Preguntémonos: ¿cómo eran en el pasado estos lugares que estamos fotografiando? ¿Cómo serán en el futuro?
- También podemos hacer una secuencia de las imágenes e inventar historias sobre estos lugares.

Finalmente, podemos proponer una exposición con fotografías, dibujos e historias escritas por los niños y niñas, y tal vez lo podemos hacer en uno de los lugares que hemos identificado.

Creando un periódico mural

Vamos a seguir los siguientes pasos:

- Buscamos un lugar lo suficientemente grande y visible en donde funcione el periódico mural.
- Buscamos los materiales necesarios: hojas, lápices, marcadores, papeles de colores, fotografías, noticias, etc.

- Los niños y niñas se pueden dividir en grupos. Unos, se encargan de las noticias, otros, de las fotografías y otros, de los textos y dibujos que los mismos niños puedan crear.

- El periódico debe ser renovado cada cierto tiempo.

Podemos determinar algunas secciones importantes, por ejemplo, cultural, social, económica, deportiva, de salud, incluso incluir una sección donde se plasmen las historias positivas que acontecen en la comunidad o en la escuela.

El debate

Esta herramienta de comunicación nos permite reflexionar sobre algún tema en particular. Permite a los niños y niñas adquirir un criterio y potenciar su capacidad argumentativa. Esta actividad también la podemos utilizar para complementar otras acciones, por ejemplo, después de investigar sobre un tema o antes de escribir un mensaje que queramos difundir en nuestra comunidad.

- Después de identificar un tema sobre el cual reflexionar, nos situamos en un círculo para que todos podamos vernos. Esto facilita que la comunicación sea más fluida, generando un ambiente de confianza en los participantes.

- Para esta actividad debemos nombrar un secretario, que será el encargado de tomar nota sobre lo que digan los participantes, y también, un moderador, cuya función es determinar el tiempo en que cada participante dará su opinión, además de estar pendiente de los turnos de participación.

- Elaboramos previamente preguntas que esperamos responder colectivamente durante el debate.

- Lo importante es que los niños y niñas puedan reflexionar sobre los distintos puntos de vista que existen.

Finalmente, acordamos las conclusiones que se generaron durante el debate.

CREAR SU PROPIO JUEGO DE MESA

A través del juego, podemos compartir y dialogar sobre las normas de convivencia, es decir, las condiciones que debemos tener presentes para poder realizar determinadas actividades. Esto permitirá que los niños y niñas puedan mejorar la confianza entre ellos y afianzar los lazos comunitarios y comunicativos.

¿Cómo lo hacemos?

- Nos dividimos en grupos.
- Buscamos un cartón que servirá de tablero para el juego.
- En un papel hacemos un borrador de lo que es el juego.
- Podemos plantearles a los niños y niñas un largo camino a recorrer, en donde tengamos que responder preguntas sobre el agua, retroceder o adelantar, saltar puentes, ríos, montañas... ¡Todo lo que se nos ocurra!
- Recordemos todo lo que aprendimos sobre la importancia del agua y los problemas que hay con ella, y ahora, ¡a ponerlo en el juego!
- En una hoja escribimos las reglas del juego, las preguntas que debemos responder, y ahora sí, lo hacemos en el cartón, con muchos colores y dibujos.

Creando historietas

Las historietas nos permiten recrear, a partir de imágenes y textos cortos, situaciones y hechos de nuestra comunidad.

- Para comenzar una historieta hay algunas cosas que debemos tener en cuenta:
- La secuencia de la historia.

- Sigamos el orden de las escenas en cada uno de los cuadros.

- Cuando hablamos tenemos diferentes expresiones, por ejemplo, cuando conversamos en un tono normal, cuando gritamos, pensamos algo o hablamos en voz baja. En la historieta estas representaciones se grafican con globos específicos.

- También debemos tener en cuenta cómo dibujamos los personajes, ellos deben reflejar la situación que están representando.

Una banda de música con materiales reciclados:

- Podemos motivar a los niños y niñas para que recolecten muchos materiales reciclados, como botellas, tapas de botellas, tachos de pintura, papeles, cartones y todo lo que se nos ocurra que pueda servir para armar un instrumento musical.

- Podemos hacer una maraca elaborada con envases plásticos, depositando un poco de arroz en el interior de cada envase y poniendo nuevamente la tapa, o pequeños tambores elaborados con latas puestos al revés.

- Cuando ya tenemos listos los instrumentos, podemos pintarlos coloridamente y hacer una "Banda de música reciclada"

- Practiquemos y diferenciemos con los niños y ni- ñas los sonidos que transmite cada instrumento.

Salud E

- Escenifiquemos una canción inventada colectivamente que permita contar una historia o expresar lo que piensan y sienten los participantes con respecto a lo que han aprendido.

Reflexionando sobre un poema

La poesía aparte de conmover y expresar emociones y sentimientos, sugiere imágenes elaboradas con palabras precisas de un paisaje, de una persona, de una situación...

- Elijamos poemas escritos por los mismos niños y niñas o vinculados con temáticas tratadas, como la naturaleza, el amor, la salud...

- También podemos tener presente la poesía escrita para niños, donde se enfatiza en los juegos de palabras y en la rima.

- Tengamos presente que no es tan importante que los niños memoricen los poemas.

- Podemos leer los poemas de manera individual o colectiva, expresando algún sentimiento y teniendo en cuenta los signos de puntuación, por ejemplo, leer un mismo poema llorando o riendo a carcajadas o enojados... y luego reflexionamos sobre las diferencias.

- Si hay palabras que no se entienden, podemos buscar su significado en el diccionario e incluso elaborar un dibujo. Lo esencial es que al inicio sean los propios niños los que interpreten el poema.

- También podemos proponerles a los niños y niñas cambiar el orden de las frases y discutir sobre los nuevos significados que adquieren los poemas.

- En el poema aparecen vocablos relativos a la naturaleza y al medio ambiente. Podemos hacer una lista con ellos y añadir otras palabras que sepan los niños y que no aparezcan en el poema.

- También podemos motivar a los participantes para que realicen un dibujo con el paisaje que más les guste o que más les impresione.

- Con la ayuda de un adulto, los niños y niñas podrán investigar y buscar otros poemas sobre el cuidado del aire o la naturaleza en general.

ESCRIBIENDO MI PROPIO POEMA

Motivamos a los participantes a que escriban palabras con cada una de las letras del abecedario y que luego seleccionen las que más les gusten para que escriban su propio poema.

A de agua
B de beber
C de .....
D de .....
E de .....
F de .....
G de .....
H de .....
I de .....
J de .....
L de .....
M de .....
N de .....
O de .....
P de .....
Q de .....
R de .....
S de .....
T de .....

Escribo mi poema:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

El libro de las golosinas de antes:

- A los niños y niñas les gustan mucho las golosinas y los dulces. Por eso vamos a invitar a algunas abuelas, abuelos, madres o padres que sepan hacer golosinas caseras de cuando ellos eran chicos y nos quieran enseñar.

- Vamos a estar todos muy atentos para escribir la receta, los ingredientes y cómo se prepara la golosina.

- Vamos a reunir todas las recetas y podemos buscar algunas más. Con ellas, podemos armar un libro para compartir con el resto de niños y niñas de la escuela y de la comunidad.

¿Cómo hacer una hoja volante?

Podemos empezar explicando a los niños que cuando caminamos por la calle del barrio, es muy común ver pegado en los postes y paredes unas hojitas con anuncios de gente que perdió a su perrito y lo está buscando, o de una obra de títeres, del pescado frito de Don Mario para el día sábado... Estas hojitas se llaman volantes y son muy efectivas para informar algo. Para que la volante funcione debemos lograr que la gente lo note y se interese.

El título o encabezado

- Debe ser muy simple y grande.
- El tamaño de la letra debe ser más grande que el resto del texto. es que la gente sea capaz de leerlo rápidamente desde aproximadamente 3 metros.
- En lo posible, debe entrar en una sola línea y no tener más de cinco palabras. Es mejor que vaya centrado.
- Hay que usar letras mayúsculas, las más sencillas, ya que estas facilitan la lectura. No usar letras manuscritas porque estorban la lectura.
- Usar un color que combine con la imagen de la volante.

Sobre el mensaje

- Debe ser muy sencillo, no lo compliquemos. La gente tiene que captar el mensaje de inmediato.
- Añadimos una foto o un gráfico. Esto va a reforzar mucho el mensaje y la gente va a recordarlo mejor.
- La foto debe estar centrada y no debe ocupar más de 3 cuartas partes de la página.

Vamos a usar sólo una imagen: Si es absolutamente necesario, podemos incluir dos imágenes, una al lado de la otra, pero cualquier cosa más hará que la volante se vea demasiado cargada, lo cual hace menos probable captar la atención de la gente.

Colocamos una descripción bajo la imagen: Cuando ya hemos logrado la atención de los lectores, se van a acercar para ver más detalles. Intentar que este texto descriptivo sea tan conciso y detallado como sea posible; debe tener como máximo dos o tres líneas. Para enfatizar palabras clave, letras mayúsculas, una letra ligeramente más grande o más oscura, o inclinada, o algún cambio de formato que te permita resaltar estas frases. Pero no usemos todas estas opciones a la vez porque en lugar de destacar esas palabras, hará que la volante se arruine.

Añade tu información de contacto: Si es importante que nos contacten, añadimos primero el nombre y luego el teléfono, o el correo electrónico, o la dirección, etc.

Probando nuestra volante:

Asegurémonos que nuestra volante funciona. Para esto vamos hacer varias pruebas.

- Lo vamos a pegar en una puerta y nos alejamos tres metros para intentar leer.
- Preguntémonos a nosotros mismos, ¿nos gusta esto realmente?, ¿nos atrae la atención?
- Pongámosla en medio de otros anuncios para ver si nos llama la atención.
- Podemos pedirles a los amigos o padres de familia que nos den su opinión sobre la volante e intentar oír los comentarios de unos pocos lectores.

HACIENDO UN AFICHE

Es una combinación de colores, imágenes y palabras. Es un gran medio de comunicación que funciona muy bien para crear un impacto emotivo y generar inquietud por lo que se anuncia.

Para elaborar el afiche debemos siempre considerar:

- Es mejor si se presenta una so.
- Tener en cuenta a quién va dirigido.
- Debe ser comprendido a primera vista.
- Reforzar con dibujos o fotos.
- Los textos tienen que ser cortos, claros y precisos fáciles de entender y retener.
- La palabra debe reforzar la imagen y no repetir lo que dice la imagen.
- Debe verse a cierta distancia.
- El tamaño es variable, hay que considerar los espacios que disponemos.

Salud

Como debe ser nuestro afiche:

- Ser llamativo.
- Se debe entender a primera vista.
- Comunicar un mensaje en concreto.
- Debe grabarse en la memoria del lector.
- Para las letras, tomar en cuenta el tamaño y la forma para que sean legibles.
- No olvidar que la lectura se realiza de izquierda a derecha, y de arriba hacia abajo.
- Recordemos que muchos elementos dispersos distraen la atención de los lectores, entonces procuraremos crear un punto centro donde la vista se fije con mayor facilidad.
- Podemos utilizar témperas, collage, plumones, tizas, etc.

Donde colocamos nuestro afiche:

- Busquemos un lugar lo suficientemente alumbrado, procurando que los elementos que estén alrededor no distraigan la atención.
- Si hay otros anuncios o elementos que no podemos quitar, entonces espaciar lo suficiente.
- No poner muy alto, ni tampoco muy bajo.

Máscaras

Las máscaras o las caretas son otro medio para tratar temas "delicados".

Son fáciles de construir y los rasgos tienen que ser exagerados.

Podemos hacer una máscara muy efectiva utilizando un pedazo de papel o de cartón, que cubra toda la cara, los ojos, y parte de la nariz. Hay que dibujar sobre el cartón o papel, los ojos, nariz y boca, según el recorte.

La máscara puede tener un elástico o una varilla para sostenerla.

Buenos consejos para los actores:

- Como la máscara tiene solo una expresión fija, los actores tienen que usar su cuerpo, postura, movimiento y gestos para expresar lo que están sintiendo y diciendo.
- Es importante practicar frente a un espejo y mirar cómo se mueven los otros cuando están con sus máscaras.
- Los movimientos lentos y precisos son más efectivos.
- Motivemos a los niños y niñas a que practiquen demostrando emociones distintas con su cuerpo, por ejemplo: el amor, el respeto, la agresión, la desconfianza, con muy poco o ningún contacto físico.
- Utilicemos la música para motivar los movimientos en los participantes. Podemos acompañar las acciones con sonidos del tambor o cualquier instrumento de percusión construido por los mismos niños.

JUGANDO CON LAS MÁSCARAS DE LA VERDAD

- Para esto primero necesitamos construirnos unas máscaras.
- También necesitamos tres niños que se pongan estas máscaras.
- Uno de los niños dice: "Estas son las máscaras de la verdad. Cuando llevo esta máscara soy muy sincero".
- Un niño lleva la máscara de "Yo soy el aire".
- Otro llevará la del "Árbol cortado".
- Y el último la de "Yo soy el dueño de todo"...
- El niño que lleva la máscara dice lo que ve a través de ella, lo que siente, lo que piensa de los otros y también de nosotros.

Reflexionamos:

¿Cómo me sentí siendo aire?, ¿cómo me sentí siendo árbol?, ¿cómo me sentí siendo el dueño de todo?

¿Qué no te gustó de lo que dijo el árbol?, ¿el aire?, ¿y el dueño de todo?

Vamos a investigar:

Hacemos encuestas en la escuela, en la casa o en la comunidad para conocer más sobre el tema que estamos por comunicar.

¿Cómo realizamos una encuesta?

La encuesta es una forma muy efectiva de investigación que nos ayuda a tomar conciencia sobre algún tema o problema. Además, aprendemos más cosas sobre el tema que estamos investigando.

Para hacer bien la encuesta podemos seguir los siguientes pasos:

Hay cuatro etapas en el desarrollo de la encuesta:

1. ¿Qué queremos descubrir?
2. ¿Cómo vamos a recolectar la información?
3. ¿Cómo vamos a presentar y difundir la información que hemos recolectado?
4. ¿Qué podemos aprender de los resultados de la encuesta?

Nosotros podemos participar activamente en cada una de las etapas, elaborando las preguntas, recolectando la información, haciendo carteles y cuadros para demostrar los resultados y obteniendo conclusiones de los hechos que hemos descubierto.

- Para aprender mejor cómo se realiza una encuesta, primero haremos una entre nosotros.
- Cada niño diseña un cuadro en una hoja.

- Tomaremos como ejemplo el siguiente cuadro, aquí la pregunta será: ¿quiénes enferman el aire?

- Para registrar la información, hacemos una tabla de datos. Realizamos una marca según la respuesta que recibimos de cada uno de los encuestados.

¿Quiénes enferman el aire?

Luego hacemos preguntas sobre la tabla y escribimos frases sobre la información que hemos obtenido, por ejemplo:

¿Cuántos niños nos dicen que las fábricas son las que enferman el aire?, ¿cuántos niños dicen que son los carros? ¿Cuántos niños indican que son las personas? ¿Cuántos nos dicen que son los animales?

Una vez que nos hemos familiarizado con la idea de la encuesta podemos hacer una en la casa o en la comunidad. Nuevamente elaboramos las preguntas que se van a hacer y una tabla de datos.

Navegando por la red

Los niños y las niñas pueden:

- Abrir un correo electrónico para compartir información sobre las temáticas aprendidas.

- Aprender a buscar información en un buscador. El más popular es "Google", pero no es el único.

- Realizar un blog donde puedan compartir los escritos, dibujos y trabajos realizados en la escuela o en la comunidad.

- Chatear y compartir experiencias con otros niños y niñas del mundo.

- Realizar foros y debates interactivos donde participen otras personas del mundo.

- Realizar campañas a través de las redes sociales para concientizar a las personas sobre la importancia del cuidado de la naturaleza.

- Realizar dibujos digitales a través de programas destinados para esto, como Paint.

- Realizar carteles, letreros, avisos en versión digital y difundir a través de las redes sociales y el correo electrónico.

Índice

Agradecimientos **3**
Presentación **5**
Introducción **7**
Alforja Educativa: Salud Escolar y Mundo Microbiano **8**
Bases conceptuales y metodológicas **15**
Alimento **21**
La idea 22
Información para la/el docente 22
Actividades de comprensión 25
Descubriendo el problema 27
Investigando 30
Entrando en acción 32
Comunicándonos 36
Evaluación 37
Aire **39**
La idea 40
Información para la/el docente 41
Actividades de comprensión 48
Descubriendo el problema 51
Investigando 56

Entrando en acción ... 58
Comunicándonos ... 59
Evaluación ... 60
Agua ... **61**
La idea ... 62
Información para la/el docente ... 63
Actividades de comprensión ... 70
Descubriendo el problema ... 76
Investigando ... 77
Entrando en acción ... 80
Comunicándonos ... 83
Evaluación ... 84
Comunicándonos ... 85
La idea ... 86

“Les invitamos a usar y disfrutar de este valioso material, que le deparará imprevisibles satisfacciones con sus estudiantes, la niñez del barrio, de la comunidad o con sus hijos e hijas. Le brindará acceso a un proceso de aprendizaje divertido y orientado al cambio, que nos harán vivir la vida más saludablemente, conteniendo la resistencia bacteriana, usando adecuadamente los antibióticos, restableciendo nuestra relación con el mundo microbiano y construyendo el Sumak Kawsay”.

Lic. Kléver Calle
Coordinador Regional del Proyecto
Salud Escolar y Mundo Microbiano

CONTACTOS
info@reactlat.org
www.reactlat.org

www.ninoaninoecuador.org
ninoanino@gmail.com