

Guía didáctica sobre **Cultura de Agua Integral**



¡Cuando el río suena!



Guía didáctica sobre Cultura del Agua Integral



Índice

15

16

18

20

21

23

25

26

27

29

30

31

34

34

35

35

Continuación índice

36

37

41

46

48

49

49

50

53

54

56

58

62

63

63



Continuación índice

68

70

72

74

76

77

79

82

83

Ficha 1 90

92

Ficha 2 94

Ficha 3

Ficha 4 97

Ficha 5 98

Continuación índice

100

101

109



ACRÓNIMOS

AECID	Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo
H+D	Fundación Humanismo y Democracia
CESAL	Centro de Estudios y Solidaridad con América Latina
IDCP	Instituto Dermatológico y Cirugía de la Piel “Huberto Bogaert”
IDDI	Instituto de Desarrollo Dominicano Integral
MINERD	Ministerio de Educación de la República Dominicana
SUR FUTURO	Organización privada de servicio sin fines de lucro, que busca promover el desarrollo y bienestar social de las comunidades de la Región Sur.
INDRHI	Instituto Nacional de Recursos Hidráulicos
INAPA	Instituto Nacional de Aguas Potables y Alcantarillados
UNESCO	Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura
ONU	Organización de las Naciones Unidas

ORIGEN DE LA GUÍA

El Convenio “Río Los Baos: Agua y Desarrollo” 2014-2020 nace del esfuerzo de la Fundación Humanismo y Democracia (H+D) en consorcio con CESAL y sus socios locales dominicanos: H+D República Dominicana, el Instituto de Desarrollo Dominicano Integral (IDDI), el Instituto Dermatológico y Cirugía de la Piel “Huberto Bogaert” (IDCP), CESAL Dominicana y SURFUTURO y cuenta con la cofinanciación de la AECID (Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo).

El objetivo del Convenio es mejorar la calidad de vida de los habitantes de la subcuenca del río Los Baos en la provincia de San Juan, República Dominicana. Incrementando la cobertura de servicios eficaces y sostenibles de agua potable y saneamiento, consolidando una cultura del agua a través de la promoción de normas, comportamientos y valores en educación, salud y género, y aumentando las capacidades productivas para un uso racional y sostenible del recurso en las cuencas hidrográficas que se intervienen.

Se trata de contribuir a garantizar el Derecho Humano al agua y al saneamiento de la población que habita en la microcuenca del río Los Baos, mejorando su salud en un medio ambiente saludable sin discriminación de sus derechos ni comprometer sus recursos naturales actuales y futuros.

Con el fin de seguir innovando y completando la labor de los docentes a la hora de trabajar “la cultura de agua con enfoque integral” dentro y fuera del aula, Fundación Humanismo y Democracia ha diseñado esta guía de actividades como recurso didáctico, en su mayoría práctico, lúdico y creativo, adaptado a las diferentes etapas educativas, así como al currículo escolar dominicano.



CULTURA DEL AGUA INTEGRAL

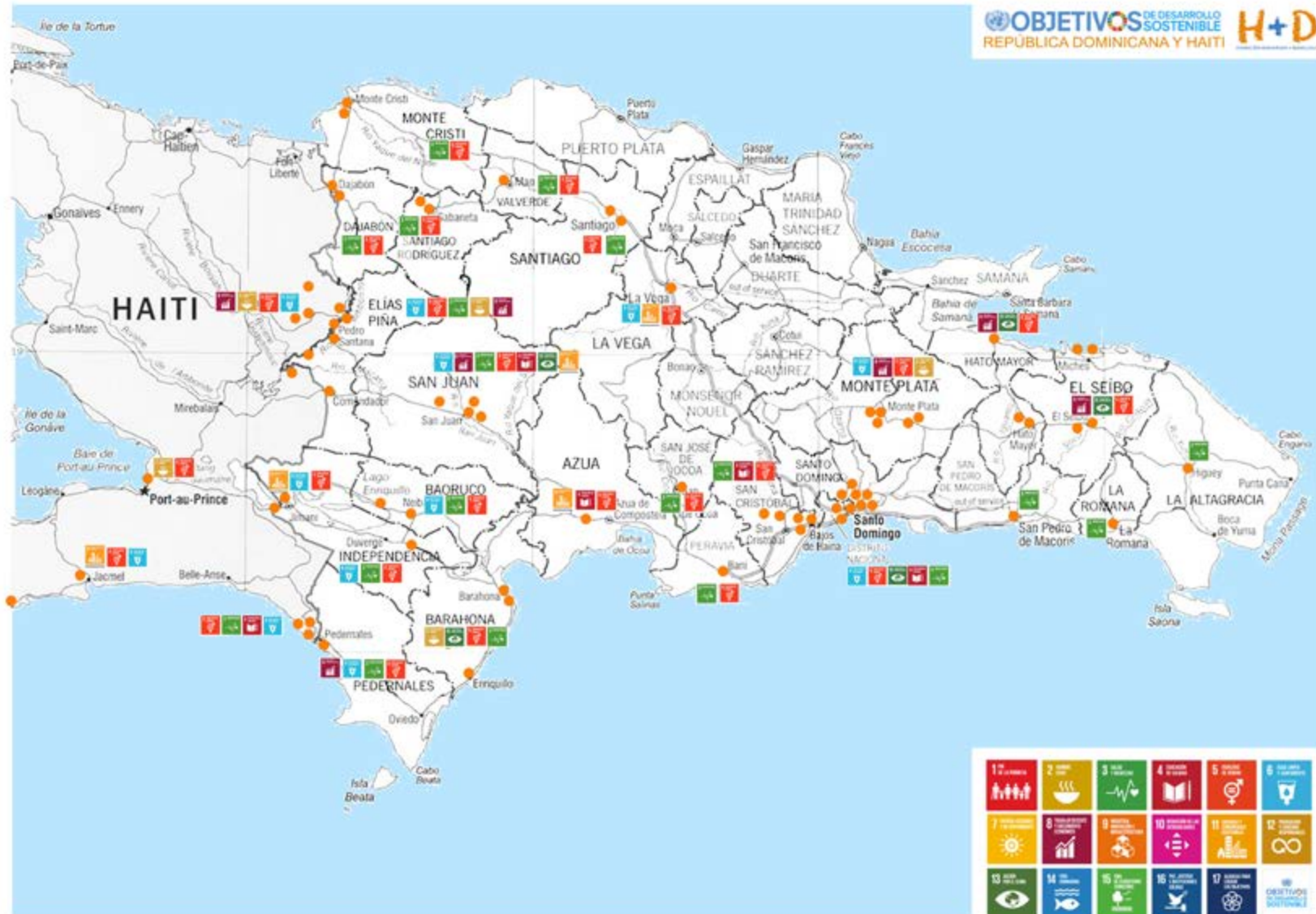
La **cultura de agua integral** es la visión ética y ciudadana del recurso agua que se pretende interiorizar en la población desde un ángulo panorámico que analiza todas sus repercusiones en diferentes escalas para que se entienda como un derecho y se disfrute de manera responsable, equitativa y sostenible. Con ella se pretende impulsar y desarrollar una conciencia ciudadana sobre el ahorro, conservación y uso racional del recurso de agua, basada en la diversidad cultural, la equidad de género, la participación y la educación

Abarca por tanto el conocimiento y sensibilidad sobre el agua en sí misma y su consumo; el imprescindible saneamiento ambiental y la preservación de los recursos naturales; los roles de género que influyen en la gestión, administración y reparto de responsabilidades en las comunidades y los efectos que tiene sobre la salud de sus habitantes. En base a ello, se nutre de conceptos teóricos y prácticos a la población y se trata de generar en ellos y ellas cambios de comportamiento y nuevas prácticas cotidianas que sirvan de carácter preventivo, además de instalar capacidades desde la gobernanza para actuar ante situaciones presentes.

La **cultura de agua integral** responde al concepto de abordaje de los proyectos de cooperación al desarrollo que ha caracterizado las actuaciones en República Dominicana y Haití de la Fundación Humanismo y Democracia (H+D) fundada en 1977 quien, además de dotar de infraestructuras de agua y saneamiento, siempre ha ido más allá trabajando en paralelo la temática de género, salud, agroforestería, conservación del medio ambiente, educación, seguridad alimentaria y cambio climático. Estos planteamientos en la época resultaron pioneros en materia de cooperación, como es el caso de los proyectos que se exponen en el gráfico realizados en República Dominicana/Haití donde se ejecutan proyectos desde el año 1993 y con delegación permanente en el país desde 2001.

Humanismo y Democracia (H+D), ONG de desarrollo calificada por la Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo (AECID), ofrece un enfoque preferente en favor del fortalecimiento institucional y de las organizaciones, tanto de las administraciones públicas como de la sociedad civil. Es por ello que en todos los países trabaja de la mano con las instituciones y planificaciones nacionales, como en el caso particular de la República Dominicana, donde siempre ha trabajado entre otros apoyando en la divulgación y fortalecimiento del Programa de Cultura del Agua del INDRHI y de las políticas públicas del Instituto Nacional de Agua Potable y Alcantarillado (INAPA), además de trabajar de manera integral con Mesa de Agua y los Ministerios de Salud, Educación, Medio Ambiente, Agricultura y La Mujer; incorporando en sus proyectos a técnicos de estas instituciones en sinergia con otros expertos. Prueba de ello es esta herramienta didáctica, que consolida las metodologías implementadas en conjunto en la sensibilización en materia de agua, saneamiento, género y salud ofreciendo un recurso práctico y útil a los y las docentes dominicanos para que ellos también puedan seguir multiplicando esta visión integral hacia las nuevas generaciones dando sostenibilidad a la labor realizada en el Convenio Río Los Baos Agua y Desarrollo 2014-2020 financiado por la Agencia Española de Cooperación (Ref 14-CO1-661).

CULTURA DEL AGUA INTEGRAL



INTRODUCCIÓN

Esta guía sistematiza la experiencia en sensibilización del convenio Río los Baos financiado por AECID para garantizar la sostenibilidad y multiplicar su impacto, proporcionando al profesorado de herramientas prácticas y teóricas para estimular al alumnado.

Los objetivos de este tipo de educación vienen definidos por la UNESCO, y son los siguientes:

- Toma de conciencia: Concienciar a la gente de los problemas relacionados con el medio.
- Conocimientos: Ayudar a interesarse por el medio.
- Actitudes: Adquirir interés por el medio ambiente y voluntad para conservarlo.
- Aptitudes: Ayudar a adquirir habilidades para resolver el problema.
- Capacidad de evaluación: Evaluar los programas de educación ambiental.
- Participación: Desarrollar el sentido de la responsabilidad para adoptar medidas adecuadas.

La educación tiene que iniciarse lo más pronto posible ya que de esta manera, los niños, las niñas y adolescentes son capaces de identificar y solucionar problemas ambientales en edad temprana, podrán continuar con ello en la edad adulta y ser capaces de tomar una decisión, dando posibles respuestas a la problemática que tenemos en la actualidad.

Además es imprescindible que los niños, las niñas y adolescentes se sensibilicen con el medio y desarrollen hábitos sostenibles ya que el concepto de Desarrollo Sostenible les afecta a ellos y tendrán que ser capaces de racionalizar sus recursos para no comprometer los de futuras generaciones.

Objetivos procedimentales

1. Comprender la importancia del agua y saneamiento para la vida de las personas y en general de los seres vivos.
2. Promover la preservación de un ambiente sin contaminación para preservar acuíferos y ecosistemas minimizando el impacto del cambio climático.
3. Entender la importancia del agua y saneamiento para una buena salud y una vida libre de enfermedades.
4. Comprender la interacción de hombres y mujeres con el uso del agua desde un punto de vista equitativo.

Contenidos

La elaboración y selección de estos contenidos están vinculados a los fundamentos establecidos en el Currículo Dominicano, por lo que, se tomaron en consideración las etapas de desarrollo del alumnado.

El alumnado podrán trabajar los siguientes contenidos:

Temas	Competencias
1. Agua y humanidad	Competencias Fundamentales Ética y ciudadana Ambiental y de salud
2. Protección del agua	
3. Ahorro del agua	
4. Las micro cuencas	
5. Saneamiento ambiental	
6. Saneamiento ecológico	
7. Eliminación de excreta	
8. Estrategias que contribuyen al saneamiento	
9. Enfermedades del agua	Competencias Especificas Hábitos de cuidado y respeto al medio ambiente Habito y consumo responsable Habito de respeto a los derechos de las persona
10. Prevención de enfermedades	
11. Lavado de manos	
12. Manejo de alimento	
13. Terminología de género y derechos	
14. Género y autoestima	
15. Género y violencia	
16. Género y Liderazgo	

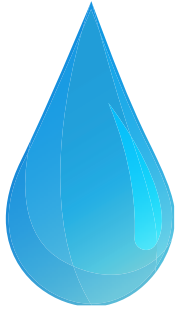
Actividades Propuestas

Las actividades son fundamentalmente manipulativas y experimentales y en su diseño se ha tenido en cuenta lo siguiente:

- Tiempo: Las actividades tienen una duración máxima de una hora y en ocasiones se plantean como complemento para explicar algunos contenidos del currículo escolar.
- Espacio: En general, las actividades están diseñadas para que se puedan realizar dentro y fuera del aula.
- Recursos y materiales didácticos: Los materiales necesarios son sencillos y fáciles de conseguir. En ocasiones son materiales a reutilizar, por lo que el alumnado podrá traerlo de su casa.

Uso de la Guía

Para facilitar el trabajo se ha dividido la guía en cuatro bloques que comprenden cada una las temáticas vinculadas a una mirada integral del ciclo del agua, cada una de ellos identificado con un icono:



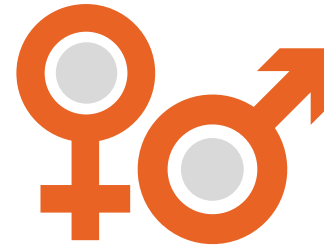
- **Bloque 1
Agua**



- **Bloque 2
Saneamiento**



- **Bloque 3
Salud**







- **Bloque 4
Género**

Cada bloque contiene:

- Una breve introducción para explicar al alumnado, cada etapa del ciclo integral a la que hace referencia.
- La actividad diseñada para cada etapa educativa, con información sobre el contenido a tratar, materiales necesarios, explicación del desarrollo y duración, así como las dinámicas claves que se pueden trabajar.
- Enlace al microsite del ciclo integral del agua de H+D para ampliar y descargar la información.
- Las actividades son identificadas en cada bloque con la letra "A" más el número de la actividad (A1 hasta A43).

TABLA DE CONTENIDOS

Bloques	Tema	Lugar	Actividades NNA/ con menos de 12 años	Pág.	Actividades NNA/ con más 12 años	Pág.
 Agua	1. -Agua y humanidad 2. -Protección del agua 3. -Ahorro del agua 4. -Las microcuencas	En el aula	A1 - Cuento: ¿Cómo se llama el cuento?	18	A4 - Filtro de agua	23
			A2 - Flota o se hunde	20	A5 - El rey de los elementos	25
			A3 - Tensión superficial del agua sobre una moneda	21	A7 - Aprendizaje entre pares	27
			A6 - La caja del tesoro	26	A9 - Cada gota cuenta	03
			A8 - Carteles mágicos	28	A11 - La historia secreta	31
			A10 - Homenaje al agua	30	A12 - Cine fórum	33
			A12 - Cine fórum	33		
		Fuera del aula	A13 - Visita a la sala del agua INDRHI	34	A-13 Visita a la sala del agua INDRHI	34
			A14 - Caminata en la comunidad	34	A14 - Caminata en la comunidad	34
			A15 - Visita al río: Del aula al aire libre	35	A15 - Visita al río: Del aula al aire libre	35
A16 - Campaña de protección del agua	35		A16 - Campaña de protección del agua	35		
 Saneamiento	5. -Saneamiento ambiental 6. -Saneamiento ecológico 7. -Eliminación de excreta 8. -Estrategias que contribuyen al saneamiento	En el aula	A17 - Cuando el río suena	38	A17 - Cuando el río suena	38
			A18 - El domo de cristal	41	A18 - El domo de cristal	41
			A19 - Contaminación del agua	43	A20 - Contaminación ambiental	45
			A21 - Los cuatro lobos del pantano	46	A22 - Se murió coche	47
		A23 - Concurso de canciones			48	
		Fuera del aula	A24 - ¿Cómo hacer un huerto?	49	A24 - ¿Cómo hacer un huerto?	49
			A25 - Sustentabilidad	49	A25 - Sustentabilidad	49
			A26 - Reciclaje	50	A26 - Reciclaje	50
			A27 - Reforestación	51	A27 - Reforestación	51
		 Salud	9. -Enfermedades del agua 10. -Prevención de enfermedades 11. -Lavado de manos 12. -Manejo de alimento	En el aula	A29 - La gallinita ciega	58
A30 - No más dolor de estómago	60				A31 - Los niños manitas sucias	61
A31 - Los niños manitas sucias	61				A32 - Recomendaciones del gallo	62
Fuera del aula	A32 - Recomendaciones del gallo			62	A33 - Cine fórum	63
	A33 - Cine fórum			63	A34 - Feria de salud	63
	A34 - Feria de salud			63	A36 - ¿Te conoces bien?	70
 Genero	13. -Género y agua 14. -Género y autoestima 15. -Género y violencia 16. -Género y liderazgo	En el aula	A35 - Este soy yo	68	A38 - ¿Que hay con los niños y jóvenes?	74
			A37 - Mi familia	72	A39 - Empoderamiento de las niñas	75
			A39 - Empoderamiento de las niñas	75	A40 - Tormenta tropical	76
			A41 - Lo que me gusta, lo que no me gusta	77	A42 - Abandonar el nido	79
		Fuera del aula	A43 - Caminatas de concientización	81	A43 - Caminatas de concientización	81



BLOQUE 1: Agua



"¿Qué sabe el pez del agua donde nada toda su vida?"

Albert Einstein.

*Centro Educativo
El Capa*



● Temática: El Agua

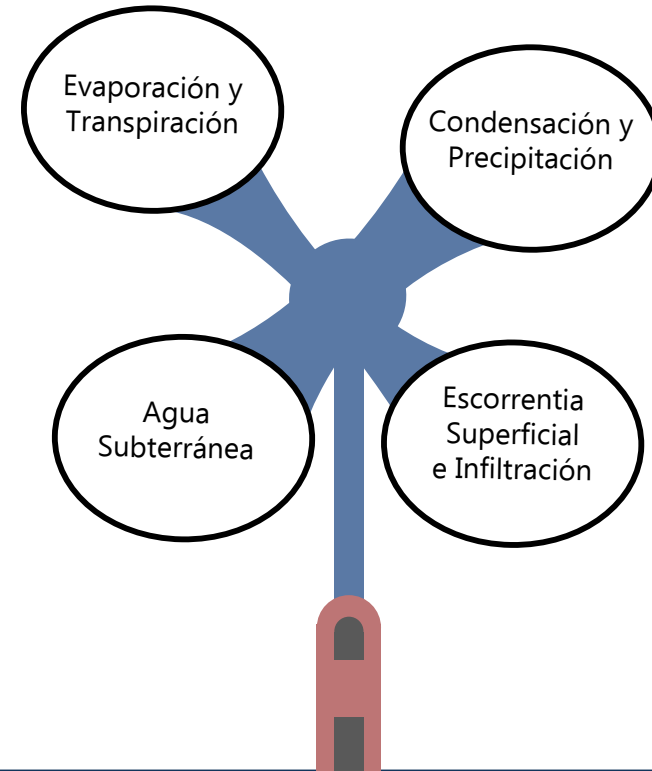
Competencias a trabajar	Hábitos de cuidado y respeto al medio ambiente / Hábito y consumo responsable
Tema	El Agua
Tiempo	Cuatros semanas
Participantes	Ilimitado
Objetivo	Comprender la importancia del agua para la vida de las personas y en general de los seres vivos

El Agua

El agua es un compuesto químico formado por dos átomos de hidrógeno unidos a uno de oxígeno, que tiene la rara propiedad de ser menos densa en forma sólida que en forma líquida y que se halla dentro y alrededor de la Tierra en forma líquida, sólida o gaseosa y que puede existir al mismo tiempo y en el mismo lugar en esas tres formas.

Distribución del agua

97.5%	Se encuentra como agua salada en los océanos.
2.24%	Se encuentra como agua dulce, no fácilmente usable, en los casquetes polares (Antártida, Groenlandia), agua subterránea profunda y los glaciares.
0.26%	Se encuentra como agua dulce accesible al consumo, en ríos, lagos, etc.



El ciclo hidrológico consta de cuatro etapas:

El volumen de agua, involucrado en este proceso, permanece más o menos constante con pequeñas oscilaciones cíclicas interanuales. El motor de arranque de este ciclo lo constituye la energía proveniente del sol en forma de radiaciones.

Al ascender, la humedad de la atmósfera tiende a condensarse alrededor de núcleos higroscópicos formando gotitas de agua, cuyo



conjunto adquiere el nombre de nube. Durante los procesos de evaporación y condensación el agua es purificada por la naturaleza. Al alcanzar el tamaño adecuado, las gotas de agua caen y dan origen a las precipitaciones. Las precipitaciones son medidas en unidades de longitud, generalmente en milímetros de lluvia, siendo un milímetro, un litro de agua distribuida uniformemente en un metro cuadrado de superficie.

Estas gotitas de agua al chocar contra la superficie terrestre, desprenden pequeñas porciones del suelo, el cual se mezcla con el agua e inicia un largo viaje hacia el océano. Estas corrientes de barro adquirirán mayor o menor velocidad dependiendo de la pendiente del terreno y a mayor velocidad, mayor poder de erosión. El agua en movimiento comenzará a formar una pequeña zanja en forma de

trinchera, que con cada lluvia irá profundizándose y ensanchándose por socavación, hasta formar lo que denominamos cañada. Cuando esta zanja es profundizada hasta alcanzar el nivel permanente de las aguas subterráneas se originará una corriente permanente o sea un río.

Cuenca hidrográfica

Una cuenca hidrográfica es un área física y geográfica delimitada por una línea divisoria de agua; donde interactúan factores biofísicos y socioeconómicos, y donde las aguas subterráneas y superficiales vierten a una red natural a través de uno o varios cauces de caudal continuo o intermitente, que las conducen a un curso mayor o al mar. La cuenca se delimita por una línea divisoria de aguas, llamada parte aguas. En la República Dominicana existen 97 cuencas hidrográficas que drenan directamente al mar.

Lectura recomendada: <https://bit.ly/33zQmJj>

Preguntas generadoras del diálogo

- ¿Para qué necesitamos agua?
- ¿Qué haríamos si no tuviéramos agua potable?
¿Cómo sería el mundo?
- ¿Saben que hay muchas familias que no la tienen y que normalmente son las mujeres y los niños los encargados de recogerla?
- ¿Sabías que los más pobres y necesitados pagan un precio mucho más alto por un servicio de igual o menor calidad de agua potable?

Actividades prácticas

Dinámicas, Cuentos, Reflexiones.



Sugerencias de evaluación

Crea una lista de acciones que pueda completar sobre el ahorro del agua. De esta manera lo haces participe del proceso.

Dibuja el ciclo del agua

Cierre pedagógico

Al cierre hacer que el alumnado exprese que le pareció la actividad y que compromisos asumen al respecto.

Recomendaciones

Recurra a distintos soportes audiovisuales como programas de dibujos animados, vídeos o aplicaciones para dispositivos móviles que les ayuden a visualizar lo que les explicas.



Actividad 1: ¿Cómo se llama el cuento?

Tipo de actividad	Cuento
Tiempo	180 minutos, realizar tres encuentros de 60 minutos.
Materiales	Lápiz y papel.
Participantes	Ilimitados

Lectura sugerida

Leer un texto corto sobre el material básico del agua, propicie un conversatorio breve con el alumnado sobres el ciclo del agua, la importancia del agua, distribución del agua y contaminación del agua. No es necesario abordar todos los temas en el mismo encuentro dependiendo del ciclo en que este trabajando puede abordar un tema por encuentro.

1. Pasos

Para darle vida al tema instruya el alumnado a crear un cuento. Dar lápiz y papel, animarlos a crear un cuento con los temas conversados.

2. Instrucciones:

- ¿Cuál es el título del cuento?
- ¿Quiénes son los personajes?

El primer paso para escribir un cuento es identificar quiénes son los protagonistas de tu historia, además de los demás personajes como familiares, amigos o compañeros de estudio. Decide cómo se



llamarán y también cómo serán sus personalidades, pues al escribir tu cuento decidirás los comentarios y decisiones de cada personaje teniendo en cuenta cómo es su personalidad.

- ¿Dónde sucede la historia?
Puede ser un lugar real o ficticio.
- ¿Cuál es el problema?

Todos los cuentos presentan un problema, y también el desenlace. Para decidir el final de la historia necesitarás haber elegido el tipo de problema que se presenta durante el cuento.



- **Explicar, no. Mostrar, sí**

Para que tu lector sienta más interés por tu cuento, no menciones que está lloviendo. Puedes presentar este clima describiendo el chubasquero del protagonista y el sonido de la lluvia.

- **Decide los detalles antes de escribirlos**

Para escribir un cuento bien estructurado es importante haber decidido todos los acontecimientos que sucederán en el cuento y qué detalles vamos a incluir, además del orden en el que se explicarán.

- **Lee la historia varias veces**

Cuando hayas terminado de escribir un cuento... ¡léelo!, evitarás errores ortográficos y perfeccionarás los detalles cuando leas la historia varias veces.

- **¡Comparte tu cuento!**

Averigua qué piensan tus amigos y familiares. Podrían darte consejos muy valiosos. Recuerda que muchas veces no notamos errores que cometemos en nuestra redacción, y por este motivo es importante la ayuda de los demás.

3. Repase:

Revise las acciones más importantes usando algunos ejemplos como: "Qué hacer con el agua de lluvia".

4. Recapitule:

Retome los temas que quiera resaltar del cuento, sugiriendo tareas prácticas para hacer en casa sobre:

- El ciclo del agua
- La importancia del agua
- Distribución del agua
- Contaminación del agua

5. Cierre

Para el cierre de la lectura participativa de la historia con el alumnado reflexione sobre:

- De dónde viene el agua que utilizan.
- La importancia de la lluvia.
- La palabra clave de la historia y su significado.
- Sencillas pautas de consumo responsable del agua.





Actividad 2: Flota o se hunde

Tipo de actividad	Experimento
Tiempo	40 minutos
Materiales	2 vasos grandes, 2 huevos de gallina, 1 cuchara, agua natural, sal.
Participantes	Ilimitados

Flota o se Hunde

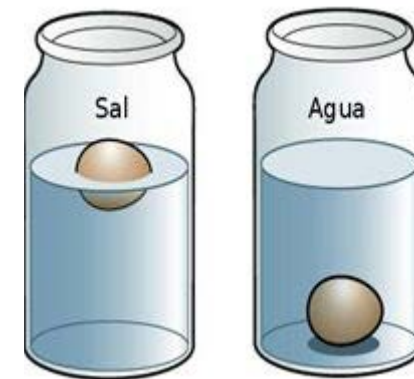
Este experimento es ideal para sorprender al alumnado, si es que acaso aún no lo conocen. Con unos pocos y muy básicos materiales podrás hacer flotar un huevo dentro de un vaso de agua y explicarlo en unas pocas palabras con el Principio de Arquímedes.

Es fácil, divertido y también muy interesante, por lo que resultará perfecto para salir de un apuro cuando necesites llevar un experimento para tu clase. Sin mucho más que agregar, echémosle un vistazo al experimento del huevo que flota y analicemos brevemente algunos aspectos de su relación con el llamado Principio de Arquímedes.

Pasos para realizar experimento

1. Reúne los materiales: 2 vasos grandes, 2 huevos de gallina, 1 cuchara, agua natural, sal.

2. El experimento es muy fácil, en primer lugar hay que verter unas $\frac{3}{4}$ partes de agua natural en cada uno de los vasos. Disponer los dos vasos con agua sobre una mesa; en el primero de estos, añadir 4 cucharadas grandes de sal y revolver durante unos 30 segundos con la cuchara. El segundo vaso quedará intacto, no se debe añadir sal. En cada uno de los vasos, añadir 1 huevo y observar qué sucede.
3. Como habrás podido apreciar, en el primer vaso (agua salada) el huevo flota hasta la superficie, en el segundo (agua natural) se hunde y queda en el fondo.

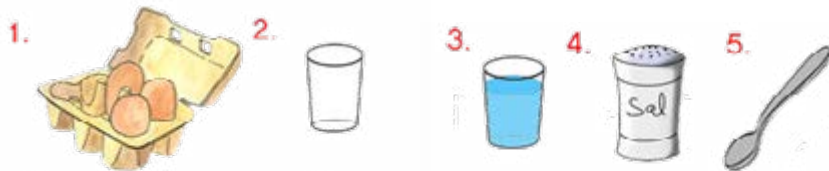


Flota o Hunde

Reflexionar desde un video:

Retome los temas que quiera resaltar indagando sobre que pudieron observar con el experimento.

<https://bit.ly/35OxoJA> Referencia de las imágenes





Actividad 3: Tensión superficial del agua sobre una moneda

Tipo de actividad	Experimento
Tiempo	40 minutos
Materiales	Un gotero para los ojos, una moneda seca de un centavo o su equivalente, agua, un tazón pequeño, detergente lavavajillas, aceite y una toalla.
Participantes	Ilimitados

La tensión superficial

Es la cantidad de energía necesaria para aumentar su superficie por unidad de área. Esta definición implica que el líquido presenta una resistencia al aumentar su superficie, lo que en efecto permite a algunos insectos, como el zapatero (*Gerris lacustris*), poder desplazarse por la superficie del agua sin hundirse.

Experimentos en la escuela

La importancia de los experimentos en la escuela y actividades científicas permitan a las niñas, los niños y adolescentes desarrollarse en creatividad e iniciativa, agudizar su sentido crítico y darles una mayor significación al aprendizaje de las ciencias naturales.

La educación actual debe estar cimentada en los esfuerzos y experiencias propios para facilitar el desarrollo de todas las etapas del que aprende. Al alumnado se le debe enfrentar con la realidad misma para que aprenda de ella.

Preparación

Reúne tus materiales. Para hacer este experimento, necesitas un gotero para los ojos, una moneda seca de un centavo o su equivalente, agua, un tazón pequeño, detergente lavavajillas, aceite y una toalla. Puedes encontrar la mayoría de estos en casa o comprarlos en el supermercado. El detergente lavavajillas y el aceite no son necesarios pero te permitirán tener más de un líquido cuyas tensiones superficiales puedas comparar.

Antes de empezar, la moneda debe estar completamente limpia y seca, ya que, si tiene algún otro líquido, el experimento no será preciso.

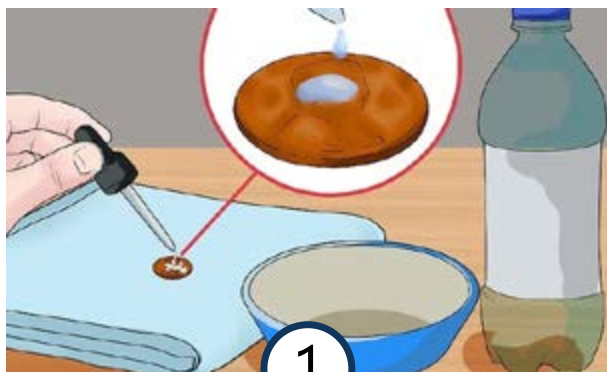
Tenga en cuenta que, con este experimento, no podrás calcular la tensión superficial sino simplemente determinar la tensión superficial de diferentes líquidos en relación a las de otros.



Materiales

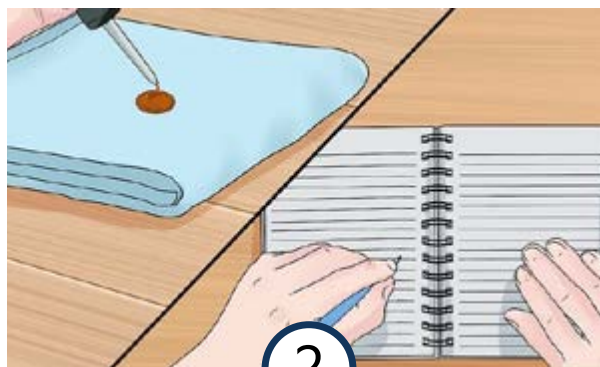


Pasos a realizar



1

Deja caer una gota de líquido a la vez sobre la moneda. Coloca la moneda sobre una toalla o cualquier otra superficie que no te importe mojar. Luego, llena el gotero con el primer líquido y deja que este caiga gota a gota sobre la moneda. Cuenta con cuántas gotas se llena la moneda hasta que el líquido se derrame.



2

Repite el experimento con otro líquido. Después de probar un líquido y antes de probar otro, limpia y seca muy bien la moneda. Antes de repetir el experimento, seca también la superficie en donde haya estado la moneda durante el experimento anterior. Limpia el gotero entre cada experimento o utiliza uno diferente para cada líquido.



3

Compara cuántas gotas de cada líquido se necesitan para que la moneda se llene. Puedes hacer varias veces el experimento con el mismo líquido para asegurarte de obtener un resultado preciso. Luego, calcula el promedio de todos los experimentos sumando los resultados y dividiéndolos entre el número de experimentos que hayas realizado.

Nota

Anota cuáles líquidos necesitaron la mayor cantidad de gotas para llenar la moneda y cuáles necesitaron la menor cantidad.

Un líquido que tenga una mayor tensión superficial necesitará más gotas para llenar la moneda que un líquido que tenga una menor tensión superficial.

El detergente lavavajillas reduce la tensión superficial del agua, por lo que necesitará una menor cantidad de gotas para llenar la moneda.

Referencias

Retome los temas que quiera resaltar indagando sobre que pudieron observar con el experimento.

¿Cuántas gotas eres capaz de poner?

Referencia: <https://bit.ly/2OEsKiv>



Actividad 4: Filtros de agua

Tipo de actividad	Experimento
Tiempo	40 minutos
Materiales	Una botella de detergente, unas tijeras, un rotulador para marcar, un conjunto de piedras lavadas, gravilla lavada, arena, dos recipientes pequeños y agua con barro.
Participantes	Ilimitados

Purificación del agua

El agua corriente tiene la capacidad de purificarse a sí misma a través de procesos biológicos naturales y a través de la filtración física del lecho. La filtración es usada también como una parte del tratamiento de agua contaminada por el alcantarillado. En los procesos de tratamiento, éste sería un primer paso, pero el agua ha de ser tratada también biológicamente para eliminar materia orgánica, (que se acumula en gran cantidad en aguas residuales), y químicamente, para evitar que se depositen en el agua organismos que pueden ser perjudiciales para la salud.

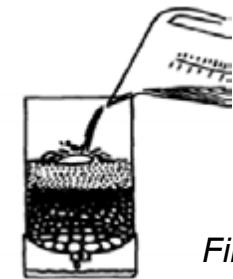
¿Y cómo podemos explicar esto para que los niños lo entiendan?

El efecto de los filtros para limpiar el agua sucia puede ser demostrado en una simulación, en la cual se construye un lecho para filtrado y se trata una muestra de agua oscura.



Pasos

1. Material necesario: Una botella de detergente, unas tijeras, un rotulador para marcar, un conjunto de piedras lavadas, gravilla lavada, arena, dos recipientes pequeños y agua con barro.
2. Proceso: Para comenzar, poner las pequeñas piedras en el fondo de la botella invertida de manera que el hoyo quede cubierto pero no completamente bloqueado. Agregar gravilla sobre las piedras y luego la arena. A continuación deja caer el agua oscura sobre la piedra de manera que pueda escurrir hacia abajo a través de la botella. Si se usa la botella para detergente el agua será recolectada en la sección removible de la base.
3. Dale uso ¿Qué efecto tiene el filtro sobre el agua? ¿Las piedras y la gravilla harán esto por sí solas? Dependiendo del tamaño del filtro se depurarán más o menos contaminantes en el agua. Las gravas permitirán el paso de más contaminantes mientras que las arenas, al dejar poros más pequeños, permitirán depurar una cantidad de contaminantes mayor.



Filtro casero

Referencias

Reflexionar con el alumnado desde un video:
<https://bit.ly/2ODeneb>
 Narigota en español - 2. Los magos de la lluvia - dibujos animación.



Dibuja el ciclo del agua





Actividad 5: El rey de los elementos

Tipo de actividad	Dinámica
Tiempo	40 minutos
Materiales	Pelota
Participantes	Ilimitado

Pasos

1. Se inicia formando un círculo con todos los participantes, el animador tendrá la pelota y se la pasará a cualquiera, cuando la tire debe mencionar un elemento (Aire, agua o tierra). El que atrape la pelota debe mencionar un animal que pertenezca al elemento que mencionó ejemplo. (Agua: tiburón), y pasársela a otro diciendo un elemento antes que la atrape el otro participante, no se vale repetir animales y debe responderse rápido, los que pierden van saliendo hasta elegir al ganador.



Agua



Fuego



Tierra



Aire

2. Se procede a reflexionar cual es el rey de los elementos basados en la supervivencia:

- ¿Cuál de los elementos es el más importante? ¿Por qué?
- ¿Sí faltara el elemento fuego que pasaría con los animales?
- ¿Sí faltara el elemento aire que pasaría con los animales?
- ¿Sí faltara el elemento tierra que pasaría con los animales?
- ¿Sí faltara el elemento agua que pasaría con los animales?

Cierre

3. Para el cierre con el alumnado crea una lluvia de ideas sobre:
- ¿Qué debemos hacer para conservar el agua?

Cine Fórum: Apocalipsis HD

Un devastador terremoto que alcanza una magnitud de 10.5 en la escala Richter asola la costa noroeste de EEUU. Además, los tsunamis que se producen después contribuyen a agravar la situación.

Recursos

Enlaces de recursos didácticos para el docente
<https://bit.ly/2R7XSZo>
 Contexto actual del agua en la República Dominicana.
<https://bit.ly/33zQmJj>
 Material básico sobre el agua.



Actividad 6: La caja del tesoro

Dinámica	La caja del tesoro
Tiempo	50 minutos
Materiales	Caja con tapa de preferencia reciclada, objetos personales del alumnado
Participantes	Ilimitado



Conversatorio

Inicia conversando con el alumnado sobre la importancia de cuidar el agua para todo los habitantes del planeta, hacer referencia de la diferencias entre desperdicio de agua y escases. Si dispone de recursos tecnologías ver el video con el alumnado, también podría optar por ilustrar o contarle lo que vio en forma de anécdota al alumnado.

Pasos

1. Para ilustrar el tema tome una lata de galletas o una caja con tapa (La caja del tesoro) y pídale al alumnado que ponga un objeto personal muy valioso para ellos (lentes, lasos del cabello, pulsas, relojes, apuntes, lapiceros). Luego tape la caja y dígame que ahora esos objetos serán enterrados por 10 años en el patio de la escuela, asegúrese de que el alumnado le crea.
2. Observe las reacciones, si el objeto llena una necesidad básica como ver creara contrariedad, a mayor importancia o vínculo con el objeto mayor será la reacción.

Cierre

3. Para el cierre con el alumnado reflexiona sobre:
 - Importancia de los objetos de la caja del tesoro
 - Razones para cuidar el agua.

Recursos

Enlaces de recursos didácticos para el docente
<https://bit.ly/2R7XSZo>
 Contexto actual del agua en la República Dominicana.
<https://bit.ly/33zQmJj>
 Material básico sobre el agua

Reflexión

Reflexionar con el alumnado desde un video:<https://bit.ly/2ODhRNN>
 ¿Por qué hay que cuidar el agua?



Actividad 7: Aprendizaje entre pares

Tipo de actividad	Dinámica
Tiempo	40 minutos
Materiales	Instrucciones por escrito
Participantes	Ilimitados

La intención del aprendizaje

La intención del aprendizaje entre pares es para que personas con la misma tarea, con preocupaciones y necesidades afines puedan apoyarse y aprender. Lo anterior les permitirá hacer una reconstrucción de sus saberes y prácticas. Romper con el aislamiento que ha caracterizado la cultura de nuestras escuelas y avanzar en una cultura de colaboración, es una consecuencia natural del aprendizaje entre pares.

Pasos

1. Intrusiones: propiciar realizar duplas (grupo de dos) entre el alumnado dejarle asignaciones previa al encuentro para investigar sobre la temática y traer una presentación de lo investigado, que sea innovadora y practica e ilustrativa, que se convertirá en un compartir entre todos. Asegúrese que el alumnado disponga de un texto informativo del tema a tratar.
2. Ejemplo de actividad practica entre pares: Dramatización, maqueta, dibujos, canción, poesía o cualquier manifestación del arte que se le pueda ocurrir.



3. El día de la presentación crear un ambiente ameno donde cada uno pueda presentar su aprendizaje en pares.

Cierre

4. Para el cierre con el alumnado reflexione sobre:
 - ¿Por qué hay que cuidar el agua?
 - ¿Qué hacer para cuidar el agua?
 - ¿Qué hacer en casa para cuidar el agua?

Recursos

E Enlaces de recursos didácticos para el docente.
<https://bit.ly/2OE8iOx>
¿Por qué hay que cuidar el agua?

**Actividad 8: Carteles mágicos**

Tipo de actividad	Dinámica
Tiempo	50 minutos
Materiales	Cajas de cartón, papel reciclado, periódico, cartulinas, royos de papel de baño, escarcha, pegamento, tijeras y marcadores.
Participantes	De 30 a 50

Lectura

Leer un texto corto sobre cómo podemos ahorrar el agua haciendo hincapié en la importancia del agua para nuestro planeta, dichas acciones harán una diferencia real en favor de nuestro planeta como son: Cierra la llave del lavabo mientras te enjabonas las manos, repara las tuberías y llaves que goteen en cocinas y baños, al lavar la vajilla cierra la llave mientras la enjabonas, usa cubetas con agua para lavar vehículos en vez de usar manguera; en inodoros tradicionales puedes meter una o dos botellas con agua dentro de la caja para disminuir la cantidad de cada descarga, aprovecha el agua de lluvia, utiliza el agua sobrante de las jarras de las comidas y/o de lavar las verduras para regar las plantas, no consumas agua embotellada.

Pasos

- 1. Para el trabajo en grupo pequeños,** disponer el grupo en pequeños grupos de tres a cinco, distribuirles asignaciones para que preparen un cartel mágico para convencer a todos los habitantes del reino de cómo cuidar el agua en el hogar, en el campo, en la calle, en el trabajo y toda la comunidad.
- 2.** Asegurarse que cada grupo tenga un escenario diferente para hacer el cartel.

Cierre

Por medio de la observación del desempeño del grupo y llevando un registro sobre los conocimientos que cada uno adquiere, en el grado de compromiso en el desarrollo de la actividad y en medio de la situaciones concretas durante la elaboración del afiche que sirvió para la exposición final, hacer al menos tres preguntas reflexivas sobre la construcción y uso del afiche.



¿Qué fue lo que más les gusto de esta actividad?

¿Qué fue lo más difícil de hacer?

¿Le parece que podrían convencer a otras personas para ahorrar el agua?

Recursos

Enlaces de recursos didácticos para el docente.

<https://bit.ly/2R7XSZo>

Contexto actual del agua en la República Dominicana.

<https://bit.ly/33zQmJj>

Material básico sobre el agua.

Reflexionar

Reflexionar con el alumnado desde un video:

Consejos de ahorro del agua: <https://bit.ly/2OZClze>

Aprende el consumo responsable de agua con este video especial para estudiantes: <https://bit.ly/2rHnBNC>



Actividad 9: Cada gota cuenta

Tipo de actividad	Dinámica
Tiempo	50 minutos
Materiales	Cajas de cartón, papel reciclados, periódicos, cartulinas, royos de papel de baño, escarcha, pegamento, tijeras y marcadores
Participantes	De 30 a 50 alumnos



2. Por medio de la observación del desempeño del grupo y llevando un registro sobre los conocimientos que cada uno adquiere, en el grado de compromiso en el desarrollo de la actividad y en medio de la situaciones concretas durante la elaboración del afiche que sirvió para la exposición final, hacer al menos tres preguntas reflexivas sobre la construcción y uso del afiche.

¿Qué fue lo que más les gusto de esta actividad?

¿Qué fue lo más difícil de hacer?

¿Le parece que podrían convencer a otras personas para ahorrar el agua?

Lectura

Leer un texto corto sobre cómo podemos ahorrar el agua haciendo hincapié en importancia del agua para nuestro planeta, las acciones harán una diferencia real en favor de nuestro planeta como son: Cierra la llave del lavabo mientras te enjabonas las manos, Repara las tuberías y llaves que goteen en cocinas y baños, Al lavar la vajilla cierra la llave mientras la enjabonas, usa cubetas con agua para lavar vehículos y banquetas en vez de usar manguera; en inodoros tradicionales puedes meter una o dos botellas la con agua dentro de la caja para disminuir la cantidad de cada descarga, aprovecha el agua de lluvia, utiliza el agua sobrante de las jarras de las comidas y/o de lavar las verduras para regar las plantas, no consumas agua embotellada.

Pasos

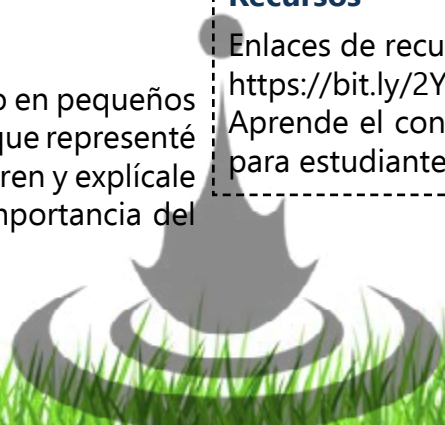
1. Trabajo en grupo pequeños: Disponer el alumnado en pequeños grupos de tres a cinco. Hacer juntos un cartel en el que representé el ahorro del agua. Procura que el alumnado elaboren y explícale en qué. Es una buena forma de hacerles ver la importancia del ahorro y el consumo responsable del agua.

Reflexión

Una vez terminados los carteles, proceder a presentarlos en plenaria, explicando de que se trata como pueden ser utilizados para promover que todos podamos proteger el agua en la comunidad.

Recursos

Enlaces de recursos didácticos para el docente.
<https://bit.ly/2YPnsnL>
 Aprende el consumo responsable de agua con este video especial para estudiantes.





Actividad 10: Homenaje al agua

Tipo de actividad	Dinámica
Tiempo	50 minutos
Materiales	Cajas de cartón, papel reciclado, periódico, cartulinas, escarcha, pegamento, tijeras y marcadores.
Participantes	Ilimitado



Conversatorio

Inicie con un conversatorio sobre lo importantes que son las cuencas hidrográficas, porque además de convertirse en zonas "productoras" o "captadoras" de agua, regulan y favorecen las condiciones del clima, producen oxígeno, sirven de casa para muchas formas de vida vegetal, animal como insectos y microorganismos, destacando los componentes y los tipos de cuencas hidrográficas.

Pasos

1. Instruya al alumnado a crear carteles que pongan en evidencia la importancia de las cuencas hidrográficas de su comunidad, es una buena forma de promover la conciencia de un tema que debería importar a grandes y a chicos.
2. Luego generar un ambiente en que cada uno pueda presentar los resultados de su trabajo y compartirlo con el grupo en general.

Reflexión

Pase a reflexionar a través de preguntas como:

- ¿Cuáles son los componentes de una cuenca hidrográfica?
- ¿Cuáles son los tipos de cuencas?
- ¿Cuál es la importancia que tienen las cuencas para la sobrevivencia?

Recursos

Enlaces de recursos didácticos para el docente:
<https://bit.ly/2YYa296>
 Hidrografía De República Dominicana



Actividad 11: La historia secreta

Tipo de actividad	Dinámica
Tiempo	50 minutos
Materiales	Texto escrito
Participantes	Ilimitado

Conversatorio

Se da inicio con un conversatorio sobre lo importantes que son las cuencas hidrográficas, porque además de convertirse en zonas "productoras" o "captadoras" de agua, regulan y favorecen las condiciones del clima, producen oxígeno, sirven de casa para muchas formas de vida vegetal y animal, así como insectos y microorganismos. Destacando los componentes y los tipos de cuencas hidrográficas.

Procedimiento

1. Se pide al grupo forma un circulo se sientan las personas una al lado de otra y se selecciona la persona que ocupa la primera silla y la última. El líder de grupo cuenta una historia sobre lo que conoce sobre las cuencas previamente escrita en el oído de la primera persona, con el fin de que este pase la información al resto del grupo. Cuando la información llegue a la última persona, esta debe contar frente al grupo la información que recibió. Esto se compara con la historia original la cual debe estar escrita en un papel como evidencia.



Cierre

- Para el cierre con el alumnado crea una lluvia de ideas sobre:
 - ¿Qué debemos hacer para proteger las cuencas?
 - ¿Cuál es la importancia que tienen las cuencas para la sobrevivencia?

Reflexión con el alumnado

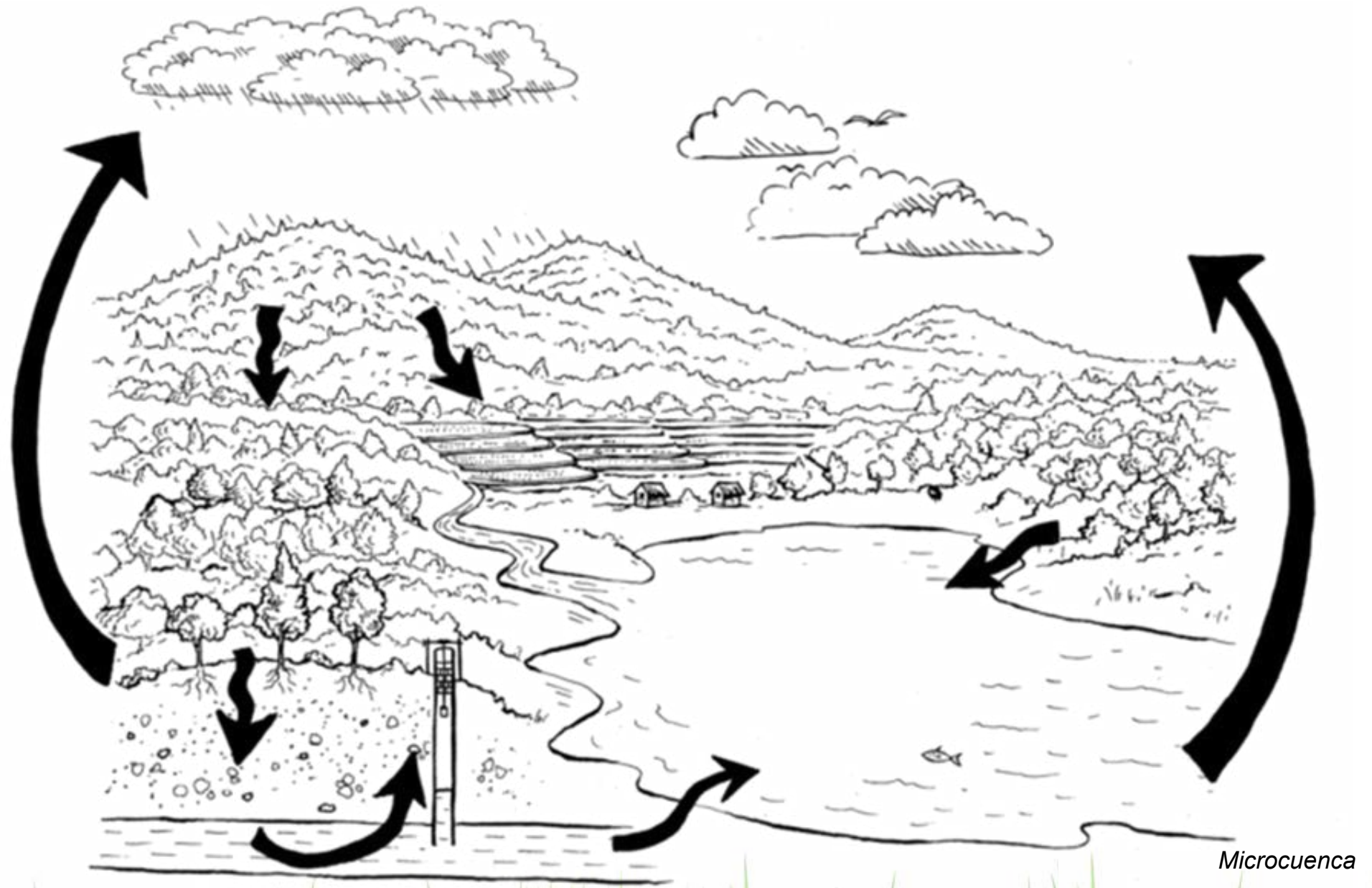
Reflexionar con el alumnado desde un video:
El recorrido del agua por la cuenca: <https://bit.ly/2ODn20b>

Reflexión

Se pasa a reflexionar a través de preguntas como:
¿Cuáles son los componentes de una cuenca hidrográfica?
¿Cuáles son los tipos de cuencas?

Recursos

Enlaces de recursos didácticos para el profesorado.
Cuencas hidrográficas: <https://bit.ly/37Rrdx0>
Contexto actual del agua en la República Dominicana: <https://bit.ly/2R7XSZo>
Material básico sobre el agua: <https://bit.ly/33zQmJj>





Actividad 12: Cine fórum

Tipo de actividad	Reflexión
Tiempo	2 horas
Materiales	Ordenador, proyector, película, pantalla
Participantes	Ilimitados

Cine Fórum

Esta es una actividad en grupo en la que, a partir del visionado de una película y gracias al diálogo entre los participantes, se pretende llegar al descubrimiento, interiorización y vivencia de algunas realidades.

En este caso sobre el agua: Sus particularidades y problemática.

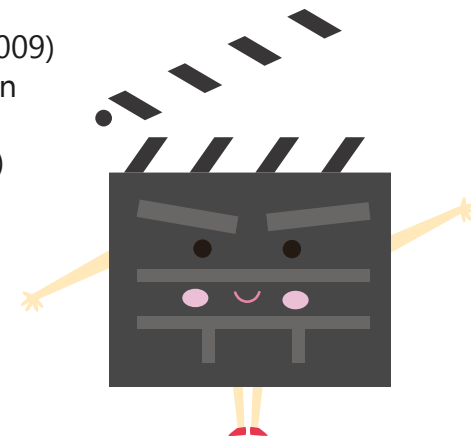
El objetivo para realizar este tipo de actividad es reflexionar sobre las actitudes, valores y creencias de los participantes. El diálogo en grupo permitirá poner de manifiesto y contrastar el modo de ver la realidad, descubriendo miedos, estereotipos y culpabilidades.

Buscar el título de una posible película para el desarrollo de la actividad. La película se puede encontrar en u Internet y puede ser visualizada en un ordenador. Necesita un espacio con sillas suficientes para los participantes, una pantalla, proyector y un ordenador. Tomar en cuenta la clasificación de la película según la edad de los alumnos.

Películas sugeridas:

Rango: Rango es un solitario camaleón que quiere ser actor y que por accidente acaba perdido en el desierto de Mohave.

1. El viaje del agua: 1- el viaje secreto del agua-documental
2. Tierra-documental
3. El agua, fuente de vida. National geographic España
4. Rango 2016
5. El valle de las hormigas perdidas 2018
6. Una vida a lo grande 2017
7. El día de mañana 2014 (The Day After Tomorrow)
8. Happy Feet 2 2011
9. Consumismo: plastic planet (2009)
10. Hábitos de vida. No impact man (2009)
11. La tierra de gas. Gasland (2010)
12. Obsolescencia programada. Comprar, tirar, comprar (2010).
13. Cambio climático. Glacial balance (2013)
14. Antes que sea tarde. Documental completo (before the flood) en español



Reflexión con el alumnado

Una vez visualizada la película se podrá realizar el cine fórum. Para ello el docente deberá crear un ambiente relajado y al mismo tiempo motivador, para que los participantes puedan implicarse y compartir sus vivencias. La puesta en común de las emociones de los participantes será recogida por el dinamizador que posteriormente podrá relacionarlas con la temática planteada.





Actividad 13: Visita a la sala del agua INDRHI

Tipo de actividad	Excursión
Tiempo	1 día
Materiales	Solicitud, permiso de los padres transporte, alimentación
Participantes	De 15 a 30 niñas, niños y adolescentes

La sala del agua, es un lugar especialmente diseñado para recorridos educativos sobre el recurso agua , consta de siete módulos, en los que cada participante podrá lograr los conocimientos generales sobre este recurso, además en el módulo número uno, el ensamble del rompecabezas sobre el ciclo del agua, permite que el visitante obtenga conocimientos sobre el procedimiento de este ciclo, puede ser visitado por estudiantes desde la primaria hasta el bachillerato, técnicos, profesionales y todo tipo de público interesado en obtener estos conocimientos, además el manejo de las presas, las cuencas hidrográficas y procedimientos químicos.



Unidad Responsable del Servicio

Departamento de Cultura del Agua/Sala del Agua

Persona responsable: Ing. Jorge Mañan

Contacto: el.: (809) 532-3271 Ext.: 3496 | Fax: 809 535 8135 | Correo: saladelaguad@gmail.com | info@indrhi.gob.do

Requerimientos: Grupo mayores de 15 personas.

Horario: De 8:30 AM a 2:30 PM

Costo: Gratuito

Tiempo de Entrega: 3 días laborales para respuesta.

Procedimiento: Dirigir una carta de solicitud al director ejecutivo del INDRHI, con atención al coordinador general del cultura del agua, indicando la fecha en que desean visitar, la cantidad de personas, si son estudiantes indicar el curso, número de estudiantes, número de maestros, edades, hora.

Actividad 14: Caminata en la comunidad

Tipo de actividad	Excursión
Tiempo	De 2 a 4 horas
Materiales	Solicitud, transporte, alimentación
Participantes	De 15 a 30 niñas, niños y adolescentes

Preparación previa a los jóvenes mediante diálogos donde expongan a su entender, los factores consideran que afectan el Medio Ambiente.

Recorrido y observación en el lugar seleccionado:

- ¿Qué problemas a la naturaleza observan?
- ¿Qué efectos traen como consecuencia?
- ¿Cómo se pudieran evitar?
- ¿Cómo valoran la actitud de las personas que afectan este entorno?

Invitarlos a contarles a la familia y compañeros de otras comunidades lo aprendido y expresar sus criterios.

Se realizarán conversatorios referentes a las afectaciones que ello provoca en la calidad de vida.

**Actividad 15: Visital al río: Del aula al aire libre**

Tipo de actividad	Escursión
Tiempo	De 2 a 4 horas
Materiales	Solicitud, permiso de los padres, alimentación
Participantes	De 15 a 30 niñas, niños y adolescentes

Después de entender la importancia del agua a través de conversar sobre la importancia de historias, visitas a reservas naturales, ríos, bosques u otros espacios al aire libre. Estar en estos espacios permite rescatar la importancia de este recurso y la necesidad que tenemos de cuidarlo. Es una actividad perfecta para familias y estudiantes. Los profesores pueden aprovechar el espacio natural para hacer senderismo y resaltar la importancia del agua a través de poesía o lecturas que hagan honor al agua.

**Actividad 16: Campaña de protección del agua**

Tipo de actividad	Campaña de concientización
Tiempo	De 1 a 3 meses
Materiales	Proyecto de campaña de concientización
Participantes	Comunidad educativa, padre, madre y tutores

Ideas: Campaña 'Yo Cuido el Agua' 22/03/2017
<https://bit.ly/2LsrPQj>

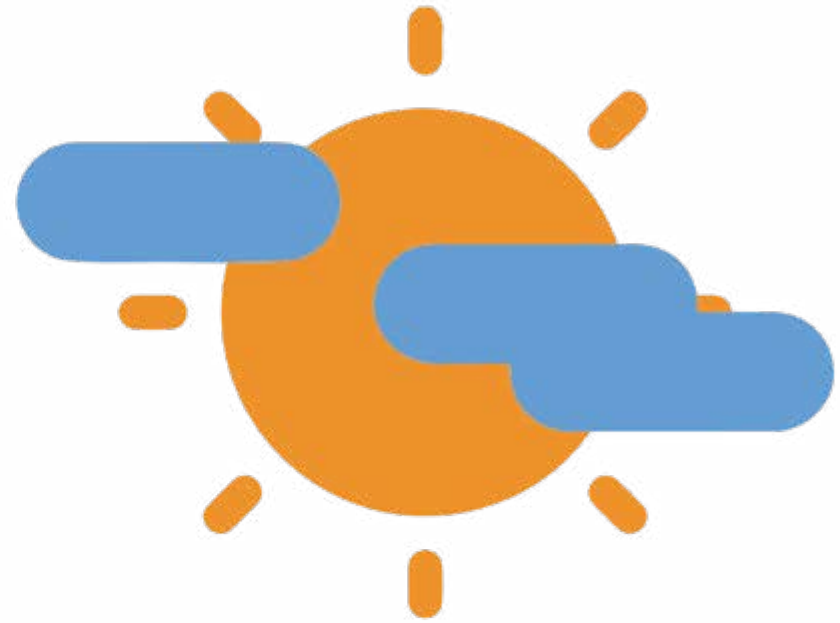
Con motivo del Día Mundial del Agua, la compañía Esferic Better Things y la editorial Santillana lanzan esta iniciativa, en la que participan más de 6.000 colegios de toda España y que involucra a niños, profesores y familias en el uso sostenible de este recurso. Es una campaña pionera para ahorrar agua, en la que más de medio millón de niños de 3 a 5 años aprenden a hacer un uso responsable de este recurso natural. Pretende ahorrar el agua que se desperdicia en la ducha e involucrar a padres y profesores en el cuidado de este bien escaso.

La iniciativa pretende impulsar un cambio de hábito en la población y concienciar sobre la importancia de no desperdiciar agua. Por ello, convierte a los más pequeños en embajadores para el cuidado del agua e involucra a padres y profesores en el respeto por el medio ambiente.

La campaña, que lanza mensajes como 'el agua se pone triste cuando ve el grifo llorar (gotear)', también incluye un Cuaderno Viajero en el que padres y niños pueden realizar sus propias propuestas para hacer un uso responsable del agua. Además, se han repartido 18.000 sobres con semillas para que los más pequeños siembren plantas en los centros escolares y valoren su importancia para el ecosistema



BLOQUE 2: Saneamiento



“Solo nosotros los humanos producimos basura que la naturaleza no puede digerir”

Charles Moore



● Temática: Saneamiento

Competencias a trabajar	Hábitos de cuidado y respeto al medioambiente
Temática	Saneamiento
Tiempo	Cuatro semanas
Participantes	Ilimitados
Objetivo	Conocimiento de que un ambiente contaminado nos hace más vulnerable a enfermedades.

Saneamiento

El saneamiento ambiental consiste en el mantenimiento de los elementos del medio ambiente en condiciones aptas para el desarrollo del ser humano. Comprende el conjunto de acciones técnicas y socioeconómicas que garantizan la salud pública, lo que conlleva a la salubridad ambiental. Tomando como referente temas como:

- Uso de sanitario o letrina
- Disposición de las heces fecales
- Ubicación de los animales
- Disposición y reciclaje de basura y otros residuos sólidos
- Lavado de ropa y vehículos en el río
- Uso de agroquímicos

Según el informe de 2016 de las Naciones Unidas sobre el desarrollo de los recursos hídricos en el mundo, casi el 80% de los puestos de trabajo que constituyen la fuerza laboral mundial dependen del acceso a un suministro adecuado de agua y servicios relacionados

con el agua, incluyendo el saneamiento. El agua es uno de los elementos naturales que se encuentra en mayor cantidad en el planeta Tierra. También es gran responsable de la posibilidad de desarrollo de las distintas formas de vida: Vegetales, animales y el ser humano. Los organismos de todos los seres vivos están compuestos de agua en una alta proporción, siendo que ésta es la que compone los músculos, órganos y los diferentes tejidos. Por esto, sin agua no es posible la vida.

Preguntas generadoras de diálogo

1. ¿Cómo eliminar los desperdicios para evitar la contaminación y las enfermedades?
2. ¿Cómo mantener el ambiente libre de contaminación?
3. ¿Cómo aprender a convertir residuos humanos y de animales en recursos que sirvan para abonar y nutrir la tierra?

Actividades prácticas

Dramatización, Reflexiones.

Sugerencias evaluación

Creación de una lista de acciones que constituyan insumos para colocar cotejos sobre hábitos de cuidado y respeto al medio ambiente, conservación del agua, prevenir la contaminación y las enfermedades.

Cierre pedagógico

Finalizado el proceso, hacer que el alumnado exprese, qué le pareció la actividad y cuáles compromisos asumen al respecto.

Recomendaciones

Selección de soportes audiovisuales, dinámicas y dramatizaciones que ayuden a visualizar las actividades socializadas.



Actividad 17: Cuando el río suena

Tipo de actividad	Cuento
Tiempo	50 minutos
Materiales	Texto escrito
Participantes	Ilimitados

Instrucciones para análisis del cuento:

1. Tomando como base el refrán del cuñado “Cuando el río suena, agua lleva”, que tiene su origen en la cultura española. Hay también otra versión de este refrán: “Cuando el río suena, piedras trae”, que significa exactamente lo mismo. Este dicho explica que los rumores pueden tener fundamentos y es preciso estar atento. Popularmente significa que cuando se habla de algo en específico es porque algo hay, no sólo por invención o mito. Basados en este supuesto entonces se entiende que no es casualidad el que todos estén hablando de la protección del agua y del medio ambiente en sentido general.
2. Lee el cuento, haciendo hincapié en los gestos y preguntas para hacerlo más dinámico y participativo.
3. Pautas para el análisis del cuento
 - Nombre del cuento:
 - Nombre del autor:
 - Resumen del cuento: Escribe un texto en el que resumas la historia que muestra el cuento y los personajes que participan en ella.

- Esquema de personajes y sus relaciones. Haz un esquema de los personajes principales y secundarios del cuento, dibujando líneas que muestren las relaciones entre ellos.
 - Componentes del cuento. Escribe un texto que señale el tipo de narrador, el conflicto principal y las partes del cuento. Incluye además una descripción física y psicológica de los personajes y una descripción del ambiente en que se desarrolla la historia.
 - Comentario. Escribe tu opinión sobre el cuento.
 - Inserta alguna imagen en la portada que se relacione con el cuento.
4. Repasa las acciones más importantes para gastar poca agua usando como ejemplo final, “no es necesario llenar todo el vaso de agua cuando vamos a beber”.
 5. Recapitula: Retoma los temas que quiera resaltar del cuento, sugiriendo tareas practica para hacer en casa como:
 - No llenar el vaso si no va a tomarte toda el agua, mejor sírvete dos veces si necesitas más agua.
 - Realizar las preguntas de reflexión según el ciclo vital del alumado.

Recursos

Enlaces de recursos didácticos para el profesorado
Las tres R: Una opción para cuidar nuestro planeta:<https://bit.ly/2r6B55t>



CUANDO EL RÍO SUENA

Por Ivan Payano Tejada

Las gotas del cielo habían caído copiosas toda la mañana mientras los chicos estaban en la escuela, al volver a sus casas, todas cercanas al río, escuchaban el estruendo del agua que arrastraba mucha basura. El corrillo formado por Luisa, María, Pedro y José, quedaron asombrados por el extraño espectáculo: Fundas, botellas, poncheras, papeles y cajas; cruzaban arrastradas por la fuerza de la corriente.

–Eso me recuerda la clase de la maestra Gumersinda –dijo Luisa, la más avispada del grupo.

–Es verdad –dijo José–, la clase del reciclaje.

–Tenemos que hacer algo con este problema, vamos a sumarnos al movimiento del reciclaje.

–indicó Luisa.

–Buena idea –dijo Pedro–. Pero ¿cómo lo hacemos?

–Vamos a convertirnos en superhéroes –comentó María–, los Superrecicladores.
Luisa pensó por un momento y luego añadió: –Vamos cada uno convertimos en una R.

– ¿Cómo así? –preguntó Pedro.

–Fácil, vamos a convertirnos en los promotores del valor del reciclaje –afirmo María. Yo me convertiré en la R de reducir. Le enseñaré a la gente como utilizar menos de las cosas que contaminan al medio ambiente. Tú Pedro serás la R de reutilizar, así les mostraras a todos lo que se puede hacer para usar las cosas más de una vez. José puede ser la R de reciclar, para decirle a la gente como lograr convertir esos productos de común en nuevas cosas.

–Se acabaron las eres, pero yo seré la R de regala –Luis no pudo disimular la alegría al decirlo.

– ¿Cómo de regala? –preguntó Pedro.

–Claro. Una buena forma de reducir, reusar y reciclar es dando las cosas que ya no usamos, pero que pueden ser útiles para alguien más.



Todos se quedaron pensando un momento, mientras el río seguía arrastrando un caudal de cosas que deberían estar en otro lugar. El sol brilla con fuerza y les hizo buscar una sombra debajo de un almendro para seguir con sus planes.

–Tonemos que involucrar a toda la comunidad como dijo la maestra: Niños, niñas, jóvenes y adultos debemos estar todos en sintonía para poder crear un ambiente sostenible –dijo Luisa con una gran algarabía.

–Pero si vamos a ser superhéroes, necesitamos tener un traje –afirmo Pedro.

–Así es. Vamos a buscar franelas blancas y le vamos a pintar una R bien grande en el frente y en la espalda –comentó María.

–Buenos días... digo buena idea, perdón. Debemos hacerlos con franelas reusadas por supuesto –dijo José.

–También vamos a pintar algunos afiches informativos, en cartones reusados por supuesto.

El ruido del río iba disminuyendo mientras la algarabía de los chicos por su nueva cruzada iba en aumento.

–Vamos a informarle a la maestra de todo esto para que podamos formar grupos también en la escuela y así todos podamos luchar para mejorar nuestro entorno. Vamos a enseñarle a cómo crear sillas con las botellas de plástico usadas, también cómo y por qué deben usar las hojas de papel por ambos lados, pequeñas cosas que hacen una gran diferencia–vociferó Luisa.

También que caminen a los lugares cercanos en vez de ir en un motor o un carro, eso es economía para su bolsillo, salud para su cuerpo y limpieza para el medioambiente –todos aplaudieron las palabras de José.

María comentó: Recuerden que la maestra dijo: Eso es “economía circular”, donde los recursos son aprovechados más de una vez y no solo tirados después de usarlos.

Todos esos conceptos los vamos a enseñar a la gente para que podemos unir fuerzas por una buena causa –argumento Luisa–, vamos a elaborar un plan y lo exponemos en la próxima junta de vecinos. Así nos convertiremos en excelentes superhéroes.

– ¡Sí! –gritaron los demás a coro.





Actividad 18: El domo de cristal

Tipo de actividad	Dinámica
Tiempo	40 minutos
Materiales	Guion, Imágenes de daños ambientales, Zafacones.
Participantes	Ilimitados

Desarrollo

1. El alumnado describe los aspectos observados en la lámina, donde el profesor/a formula preguntas que hagan participativa las intervenciones, donde se puedan recrear los aspectos más importantes asociados al saneamiento ambiental y como proteger el ambiente.
2. A partir de los aspectos observados en la lámina "El domo de cristal", organizar la dramatización en el aula, donde se asumen roles que resaltan el uso adecuado de sanitario o letrina, correcta disposición de las heces fecales, ubicación adecuada de los animales, modelaje de clasificación de basura en el aula; evitar lavado de ropa y vehículos en el río, reciclaje de basura y otros residuos sólidos y reducción del uso de agroquímicos.



Cierre

3. Como actividad de cierre, todos reflexionan sobre las observaciones en la lámina y sobre la dramatización realizada; a partir de las cuales se establecen los compromisos asumidos para el hogar, dentro de los que se resaltan, la eliminación adecuada de los desperdicios para evitar la contaminación ambiental y las enfermedades, compartir con la familia la conversión de residuos humanos y de animales en recursos que sirvan para abonar y nutrir la tierra, así como clasificar la basura en el entorno hogareño.

Recursos

Enlaces de recursos didácticos para el profesorado
<https://bit.ly/37SE0zb>
Contaminación del agua: causas, consecuencias y soluciones





Actividad 19: Contaminación del agua

Tipo de actividad	Experimento
Materiales	Vasos, agua, agua purificada, 2 servilletas de papel
Participantes	Ilimitados

1. **Procedimiento:**

- Se toma una muestra de agua y se deja reposar unos minutos en un vaso.
- Se toma muestra del agua purificada y de igual forma se deja reposar en el otro vaso.
- Transcurridos varios minutos, se vierte el agua de ambos vasos en un recipiente.
- Se seca el vaso con una servilleta.
- Se observa cada servilleta para conocer la calidad del agua.
- Expresan lo observado, indicando la diferencia entre ambas servilletas.
- Expresan su opinión acerca del por qué se produce esa diferencia.

2. **Reflexión**

El alumnado describe los aspectos observados en la lámina, donde el profesor/a formula preguntas que hagan más participativa las intervenciones, donde se puedan recrear los aspectos más importantes asociados al saneamiento ambiental.

A partir de los aspectos observados en la lámina, organizan dramatización en el aula donde se asumen roles que resaltan el uso adecuado de sanitario o letrina, correcta disposición de las heces fecales, ubicación adecuada de los animales, modelaje de Clasificación de basura en el aula; Evitar lavado de ropa y vehículos en el río, reciclaje de basura y otros residuos sólidos y reducción del uso de agroquímicos.

3. **Cierre**

Como actividad de cierre, el alumnado y profesor/a reflexionan sobre las observaciones en la lámina y sobre la dramatización realizada; a partir de las cuales se establecen los compromisos asumidos para el hogar, dentro de los que se resaltan, la eliminación adecuada de los desperdicios para evitar la contaminación ambiental y las enfermedades, compartir con la familia la conversión de residuos humanos y de animales en recursos que sirvan para abonar y nutrir la tierra, así como clasificar la basura en el entorno hogareño.



vasos

Agua

Papel



¿Cómo eliminar los desperdicios para evitar la contaminación y las enfermedades?



No tire basura en el río, el arroyo, la cañada, ni próximo a una fuente de agua. Tampoco la tire en el suelo, la acera o la cuneta ya que produce la contaminación de ríos, arroyos, cañada y además puede tapan los desagües y provocar inundaciones de agua contaminada



No lave ropa ni vehículos en el río u otras fuentes de agua. Lávelo donde no contamine el ambiente.

Bote o entierre la basura todos los días para evitar que sirvan de criadero de cucarachas, moscas, ratas y ratones.



Mantenga los tanques o zafacones de basura siempre tapados.



Si en su comunidad se recoge la basura, sáquela en los días que pasa el camión de la basura.

Recuerde construir las letrinas o sanitarios a más de 20 metros de la fuente del agua.



Actividad 20: Contaminación ambiental

Tipo de actividad	Charla educativa
Tiempo	30 minutos preparación y 1 hora ejecución
Materiales	Texto sobre la contaminación ambiental, cartulinas, marcadores, hojas en blanco.
Participantes	Ilimitados

Conversatorio

Propiciar un conversatorio con los estudiantes sobre la contaminación ambiental, motivarle a preparar una charla para los padres y vecinos. La contaminación del ambiente es un tema de vital importancia para la humanidad, todos debemos aportar un granito de arena para detenerla.

Las actividades que diariamente realizan los seres humanos originan desechos que son depositados al ambiente (suelo, aire, agua), provocando, en muchos casos, daños.

Pasos

1. Preparación Charlas educativas del alumnado dirigido a los padres, madres, los vecinos y directivo de entidades que afectan el Medio Ambiente. Para propiciar el accionar educativo de los jóvenes en la comunidad a través de charlas y conversaciones, fomentando su educación ambiental.



2. Desarrollo de la actividad: Previa coordinación con la comunidad explicándoles la importancia de su contribución en la actividad que se ejecuta. Propiciar la exposición de los jóvenes sobre los daños observados en el entorno, explicación de las acciones por ellos ejecutadas para descontaminar el área y exhortación a los actores involucrados a su contribución en la protección del medioambiente.

Cierre

3. Para el cierre los niños, niñas y adolescentes pueden incorporar canciones y poesías con temas relativos al medio ambiente para cerrar la actividad.

Enlaces

Enlaces de recursos didácticos para el profesorado
<https://bit.ly/2OTsZX5>
Saneamiento ecológico



Actividad 21: Los cuatro lobos del pantano

Tipo de actividad	Dinámica
Tiempo	30 minutos
Materiales	Funda, vasos, pajillas, botella plástica, cartón, tijera cinta adhesiva, pegamento y acuarela
Participantes	Ilimitados

Conversatorio

Dar inicio con un conversatorio sobre el saneamiento ecológico, también conocido como acosan o eco-san, es un proceso de saneamiento que, en muchos casos, evita la generación de aguas negras. También puede definirse como un sistema que: Previene enfermedades y promueve la salud.

Los desechos y el medio ambiente. Quizás la forma de contaminación del plástico más común que podemos percibir, es la contaminación terrestre, y aunque creamos que es algo mínimo que tarde o temprano se degradará en el ambiente, lo cierto es que el plástico puede tardar hasta 1000 años en degradarse, tiempo en el cual puede provocar múltiples daños en el ambiente en el aire, mares, lagos, lagunas y ríos.

Pasos

1. Entregar al alumnado una caja con los materiales y darle la consigna de crear un lobo tenebroso que contenga por lo menos



Vaso



Bolsa



Pajilla



Botella

dos de los cuatros elementos de plástico. Hacerle saber que esos lobos vivirán en el pantano en las aguas, los ríos y los bosques cercanos allí esperan para devorar todo lo que le pase a su lado.

Una vez logren construir los lobos se le pedirá que le pongan un nombre relacionado con el material del que esté hecho. Se motivara a que el alumnado muestre su creación y diga como lo hizo.

2. **Qué trabajamos:** Desarrollo de la motricidad fina, creatividad, aumento de la autoestima puesto que la actividad provoca una gran satisfacción en el niño, favorece la concentración, aprender a valorar el esfuerzo. A la vez que concientiza sobre el uso de plástico en el medio ambiente.
3. **Recapitula:** Retoma los temas que quiera resaltar de la actividad, construcción de los lobos, su utilidad y a quienes afectan.

Recursos

Enlaces de recursos didácticos para el profesorado
<https://bit.ly/2OTsZX5>
 Saneamiento ecológico



Actividad 22: Se murió Coche

Tipo de actividad	Dinámica
Tiempo	40 minutos
Materiales	Aula en condiciones físicas para realizar la actividad
Participantes	Ilimitados

Conversatorio

Dar inicio con un conversatorio donde salga a relucir que la eliminación apropiada de las excretas, es junto con las actividades de comer, beber y dormir, una necesidad básica y la más natural del ser vivo, como proceso biológico, la necesidad de evacuar para conservar el equilibrio, forma parte esencial de la vida de toda persona. La única diferencia entre la gente es la elección del lugar donde van a defecar, en qué posición (cuclillas o sentado en el inodoro), cuando y con qué frecuencia, que material utilizar para la limpieza anal.

Puntualizar la actividad de la quema de basura porque si no es controlada, el fuego se puede extender causando así grandes incendios. Además, el humo desprendido puede causar enfermedades respiratorias y alérgicas, deteriorar la capa de ozono y el medio ambiente.

Pasos

1. El profesor/a deberá colocarlos a todos en dos círculos, y empezar diciéndoles: Les contare una historia: "Por la quema de basura a



muerto el señor Coche". Le pedirá que les den la noticia a todos sus compañeros. Dar las instrucciones de que un participante inicia la rueda diciendo al que tiene al frente "Se murió coche", pero llorando y haciendo gestos exagerados, el del frente debe responder lo que se le ocurra, pero siempre llorando y con gestos de dolor. Continuar pasando la noticia de que Choche se murió, llorando igualmente, y así hasta que termine la rueda. Una variante puede consistir en que cada cual, luego de recibir la noticia y asumir la actitud del que se la dijo, cambia de actitud al pasar la noticia al que sigue. (Ej.: Uno llorando, la pasa el otro riendo, otro individuo indiferente, etc.).

3. Recapitula: Retoma los temas que quiera resaltar con el alumnado sobre la eliminación de excretas, entonces, como algo tan natural puede ser tan difícil de solucionar.

- ¿Dónde está en realidad el problema?
- ¿Cómo se separa correctamente de la basura?

Recursos

Enlaces de recursos didácticos para el profesorado <https://bit.ly/2YkClhL>
 Guía para el capacitador/a en educación sanitaria y ahorro del agua ONU 2010



Actividad 23: Concurso de Canciones

Tipo de actividad	Dinámica
Tiempo	40 minutos
Materiales	Aula en condiciones físicas para realizar la actividad
Participantes	Ilimitados

Conversatorio

Dar inicio con un conversatorio donde salga a relucir que la eliminación apropiada de las excreta, es junto con las actividades de comer, beber y dormir, una necesidad básica y la más natural del ser vivo, como proceso biológico, la necesidad de evacuar para conservar el equilibrio, forma parte esencial de la vida de toda persona. La única diferencia entre la gente es la elección del lugar donde van a defecar, en qué posición (cucillas o sentado en el inodoro), cuando y con qué frecuencia, que material utilizar para la limpieza anal.

Pasos

1. Se forman dos equipos, en un tiempo determinado, uno de los equipos debe entonar una canción, con las palabras del tema que el equipo contrario le sugiera. Tan pronto lo haga, ese equipo sugiere a la otra, otra palabra para que hagan lo mismo. Se debe dar un tiempo breve a los equipos para que piense la canción:



2. **Recapitula:** Retoma los temas que quiera resaltar con el alumnado sobre la eliminación de excretas.

Reflexión

Entonces, como algo tan natural puede ser tan difícil de solucionar, ¿Dónde está en realidad el problema?

Recursos

Enlaces de recursos didácticos para el profesorado
<https://bit.ly/2YkClhL>
Guía para el capacitador/a en educación sanitaria y ahorro del agua ONU 2010



Actividad 24: ¿Cómo hacer un huerto?

Tipo de actividad	Cultivo
Tiempo	40 minutos
Materiales	¿Cómo hacer el huerto? https://bit.ly/34UkOPK
Participantes	Ilimitados

Estrategias que contribuyen al saneamiento

El huerto escolar ayudará a concientizar a los niños, las niñas y adolescentes en el aprovechamiento y uso del suelo, pero antes se les debe de hablar sobre los cultivos orgánicos y sus beneficios que tienen en comparación con otros tipos de huertos que utilizan químicos.

Hoy podemos afirmar que la educación ambiental es una base importante para preservar nuestro ecosistema, por lo que parte de nuestra aportación en esta "Generación Verde", es mantener y continuar cosechando de manera natural.



Actividad 25: Sustentabilidad

Tipo de actividad	Concientización
Tiempo	Indeterminado
Materiales	Diversos
Participantes	Ilimitados

La sustentabilidad

La escuelas es primordial para infundir la cultura de ahorro y el aprovechamiento de energías renovables. En la actualidad, existen un sin fin de productos para el cuidado del medio ambiente, pero los de mayor impacto tanto económico como cuidado ambiental son:

- Calentador solar
- Celdas fotovoltaicas
- Muros verdes, también conocidos como jardines verticales
- Azoteas verdes
- Captador de agua pluvial

¿Cómo hacer un jardín vertical casero?

<https://bit.ly/33QVKb3>

Un muro verde es una instalación vertical cubierta de plantas de diversas especies que son cultivadas en una estructura especial dando la apariencia de ser un jardín, pero en vertical, de ahí que también se le conozca como jardín vertical.



Actividad 26: Reciclaje

Tipo de actividad	Concientización
Tiempo	Indeterminado
Materiales	Diversos
Participantes	Ilimitados

Reciclaje

Con esta practica descubrirán la importancia de separar los residuos, así como de controlarlos generando el mínimo y reciclando correctamente, esto ayudará a que el alumnado no solo lo practique en la escuela si no también lo deberá implementar en su casa.

Variante para apoyar estrategia de reciclaje:

1-Disposición de la basura: “No a la quema”

¿Cómo se separa correctamente la basura?

- Limpiar y secar: Es muy importante que la basura llegue limpia y seca a la planta de captación, sobre todo los envases tetrabrick, bolsas de lácteos... etc.
- Separar por color: Conviene disponer de varios envases de basura o separadores en una papeleria grande para clasificar los residuos e identificarlos mediante color: azul para papel y cartón, amarillo para latas y plásticos, verde para vidrio, marrón para basura orgánica y gris para otros residuos que no se pueden reciclar. Estos colores pueden variar según disposición de cada ayuntamiento.

- Cada basura a su lugar: Si no sabes dónde va exactamente, mejor infórmate.
- No rellenes: Si tu objetivo es que tu basura sea reciclada en una planta de reciclaje debe llegar de manera dispuesta a ello, para eso no rellenes con más basura las cajas de leche o no coloques bolsas llenas de plásticos con más plásticos adentro.

Algunas soluciones generales al problema de la basura serían:

- Reducir la cantidad de residuos generada
- Reintegración de los residuos al ciclo productivo
- Canalización adecuada de residuos finales
- Poder reciclar una parte de la basura
- No tirarla en los lugares ambientales, sino que junten en sus casas y reciclen.

2-Dar el ejemplo

La actitud de profesoras/as y autoridades del plantel es fundamental para conseguir una buena predisposición que ayude a poner en práctica conductas ecológicas amigables de forma cotidiana.





Actividad 27: Reforestación

Tipo de actividad	Siembra
Tiempo	1 día
Materiales	Programa, permiso de los padres, plantas
Participantes	Grupos de 10 niñas, niños y adolescentes

Reforestación

Un método para revertir el daño causado por la deforestación es la reforestación, que consiste en plantar árboles donde ya no existen o quedan pocos, cuidándolos para que se desarrollen adecuadamente y puedan regenerar el bosque.

La importancia de realizar actividades de reforestación persigue sensibilizar y responsabilizar al alumnado acerca de la necesidad de cuidar el entorno.

La actividad es en sí misma multidisciplinar al implicar al alumnado de diversas etapas y edades.

Esta actividad promueve los siguientes valores prosociales:

- Implicación en el respeto a la naturaleza y en el cuidado del medio ambiente.
- Solidaridad y mejora de la conexión interpersonal e intergeneracional.
- Desarrollo del aprendizaje experiencial fuera del aula.
- Aceptación de la diversidad.
- Mejora de la motivación, la toma de decisiones y la participación.
- Aumento de la sensibilidad hacia otras realidades.

Pasos:

1. Organización

Se recomienda que previamente a cualquier actividad, el alumnado reciba una pequeña charla con videos didácticos explicativos, fotos y esquemas relacionadas con diferentes temas como los tipos de plantas que se van a plantar, en qué época plantar y regar, los materiales y herramientas que van a utilizar, etc.

En este sentido el profesorado y autoridades del ciclo formativo quienes organizan y llevan a cabo la actividad cuyo objetivo principal es educar medioambientalmente al alumnado de primaria y secundaria.





2. Coordinación

La coordinación se realiza con el Ministerio de Medio Ambiente, el Ministerio de Agricultura y el Ayuntamiento. Para obtener las plantas a sembrar y el Ayuntamiento identificar el lugar que más necesita las plantaciones.

3. Realización

La reforestación participativa es una actividad que se realiza en el centro educativo involucrando al equipo de gestión, profesorado, directores, padres y madres y al alumnado seleccionado para la actividad.

4. Charla inicial

Para esta parte se apoyan con el material que habrá que llevar a la reforestación, es decir, plántones, herramientas y vestimenta adecuada. Se explica cómo hacer los hoyos y con qué herramienta se van a hacer, los tutores que son necesarios para que los árboles crezcan rectos, la importancia del riego de implantación. Además, se explican las características de las distintas especies de cada uno de los plántones que se van a plantar. Y por supuesto, a resolver cualquier duda que el alumnado tuviera respecto a todo lo explicado. En esta charla participa, además del alumnado, el profesorado de cada uno de los grupos participantes, así como algún miembro del equipo directivo.

Cada una de las reforestaciones se puede organizar de la siguiente manera:

1. Se hacen grupos de 10 alumnos
2. A cada grupo de 10 alumnos se le asignan 2-3 alumnos del segundo ciclo para apoyar a los más pequeños.

5. Fin de la actividad

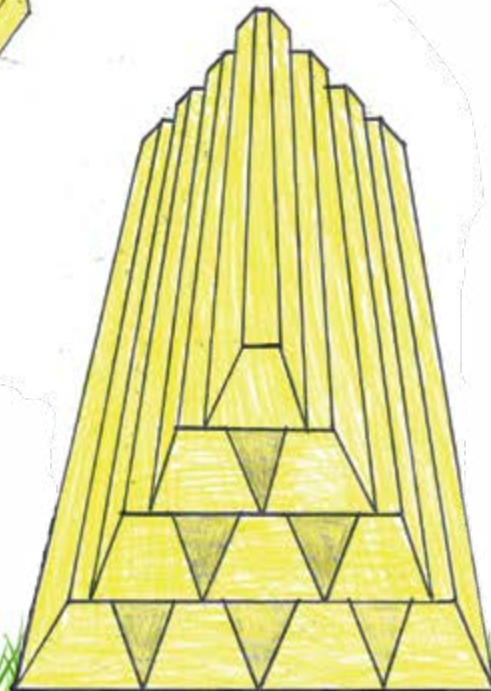
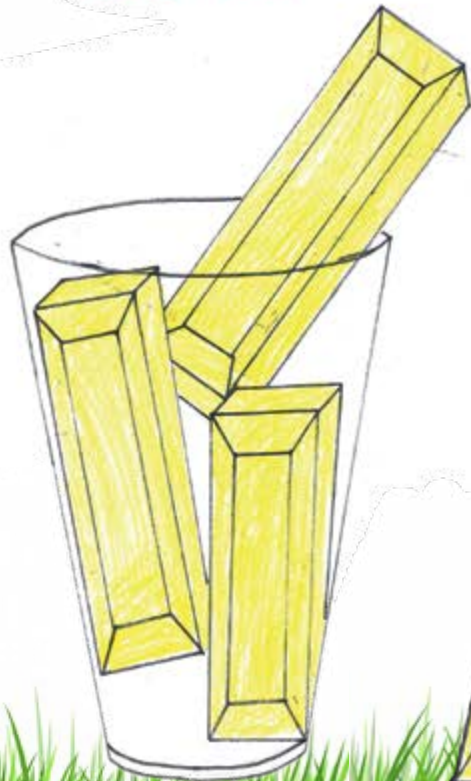
se hace un riego de apoyo en el mes de mayo. Con esta actividad se pretende que el alumnado reconozca los árboles que plantó en su momento, compruebe que están bien y dar un riego para que la implantación tenga más éxito. Después se les explica que deben regar cada uno de los árboles plantados al menos dos veces durante el verano para conseguir que pasen el estío favorablemente.





BLOQUE 3: Salud

EL ORO
NO SE
BE BE.



EL AGUA VALE
MAS QUE
EL ORO

“No se aprecia el valor del agua hasta que se seca el pozo”

Proverbio inglés

Centro Educativo
El Capa



● Temática: Salud

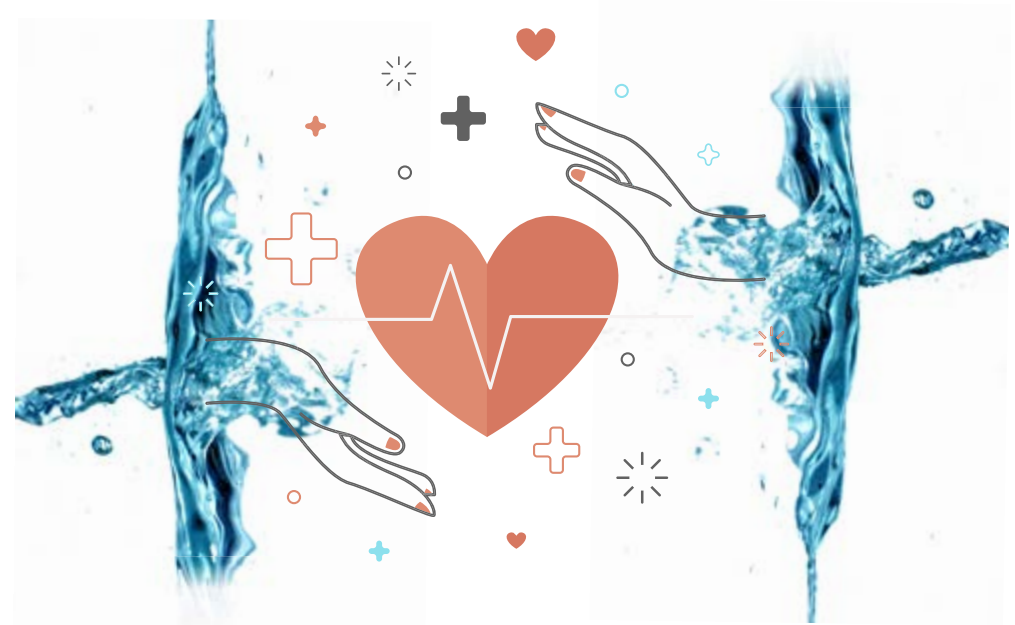
Competencias a trabajar	Hábitos de cuidado y respeto al medio ambiente / Hábito y consumo responsable
Tema	Salud
Tiempo	Cuatro semanas
Participantes	Ilimitado

La salud

El correcto manejo del agua es un componente importante para mantener una buena salud, libre de infecciones y enfermedades. El acceso al agua de buena calidad, es un pasaporte a la vida saludable, debido a que la posibilidad de contraer enfermedades de origen hídrico se reduce considerablemente.

Para tener una vida saludable y prolongada, se debe purificar el agua que se consume. Algunas maneras de purificar el agua son:

- Desinfección por ebullición (agua hervida): Método con el que se logra la descomposición de las sustancias que producen contaminación. El agua hervida se debe almacenar en recipientes limpios y tapados.
- Desinfección por cloro: Agregar algunas gotas de cloro en tanques, cisternas, lavamanos, bañeras, lavado de vegetales.
- Desinfección por yodo: Usar dos gotas de tintura de yodo al 2% para desinfectar un litro de agua o adicionar ocho gotas de tintura de yodo al 2% para desinfectar un galón de agua.



Al lavar las manos con agua y jabón, por ejemplo, se eliminan gérmenes como virus, bacterias, hongos y parásitos causantes de enfermedades, los cuales se pueden adquirir al tocar objetos, personas, animales, alimentos, superficies o residuos contaminados. Con el lavado de manos se evita la transmisión de estos gérmenes a otras personas.

Entre las enfermedades causadas por el consumo y uso de agua contaminada se encuentran: El cólera, parasitosis intestinal, la fiebre tifoidea, la disentería por ameba, la gastroenteritis, la hepatitis (A y E), y enfermedades vaginales; así como también la intoxicación por químicos. Igualmente, el inadecuado almacenamiento de agua o las aguas estancadas facilitan la crianza de insectos, como los mosquitos, que transmiten enfermedades como el dengue, la



malaria y la filaria que produce.

Para prevenir las enfermedades relacionadas con el agua se recomienda mantener la higiene personal, del hogar y de la comunidad, por lo que se deben revisar los hábitos de higiene, y modificarlos si no son adecuados. También se recomienda enseñar a los niños y niñas hábitos de higiene que les permitan mantenerse limpios y sanos.

Algunas de las medidas que se sugieren desarrollar son:

- Lavarse siempre las manos con agua y jabón antes de comer o dar de comer, después de ir al sanitario o letrina y antes de preparar los alimentos.
- Eliminar las aguas estancadas y los criaderos de mosquitos y de otros insectos que transmiten enfermedades.
- Bañarse todos los días y lavarse el pelo regularmente.
- Lavar los utensilios de cocina y guardarlos en un lugar limpio y resguardado de insectos y roedores.
- Lavar siempre las frutas y vegetales antes de comer.
- Mantener los animales dentro de su cerca.
- Alejados de las fuentes de agua, de los envases donde se almacena el agua y de los alimentos.
- Consumir agua que haya sido tratada o purificada.

Preguntas generadoras del dialogo

- ¿Cómo prevenir enfermedades relacionadas con el agua?
- ¿Sabes cuáles son las enfermedades que se generan por el agua?
- ¿Por qué es importante lavar los alimentos antes de ingerirlos?
- ¿Sabes cuándo debemos lavarnos las manos?

Actividades practicas

Dramatización, Reflexiones.

Hacer juntos un mural donde se represente, a través de imágenes, como el correcto manejo del agua contribuye a la salud. Procura que el alumnado participe y explícale cómo se pueden prevenir enfermedades causadas por el manejo inadecuado del agua.

Cierre pedagógico

Al cierre hacer que los alumnos expresen que le pareció la actividad y que compromisos asumen al respecto.

Recomendaciones

Recurra a distintos soportes audiovisuales como programas de dibujos animados, vídeos o aplicaciones para dispositivos móviles que les ayuden a visualizar lo que les explicas.



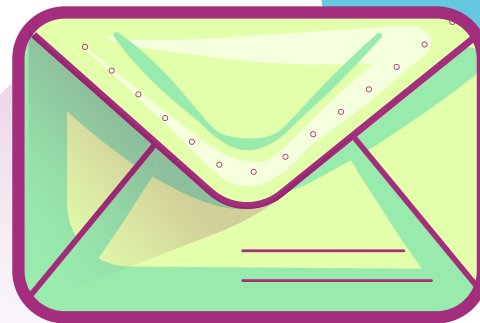
Actividad 28: Súper detectives

Tipo de actividad	Dinámica
Tiempo	50 minutos
Materiales	Tarjeta síntomas de las enfermedades (por lo menos dos copias y colóquelas en sobres separados), copias de descripciones de las enfermedades, lápices y cuadernos (opcional).
Participantes	Ilimitados

Conversatorio

1. Converse con médico, personal sanitario y el alumnado sobre como los epidemiólogos, van a comparar los síntomas y el modo de transmisión de las enfermedades que ellos y algunas otras personas de la clase han "adquirido".

Entregue a cada quien los sobres de síntomas y de descripciones de las enfermedades. Animar a que identifiquen los síntomas, quién se ha infectado y el sitio donde ha ocurrido la infección e intentan encontrar a otras personas de la clase que han tenido la misma enfermedad. Muchos estudiantes tendrán síntomas similares, pero sólo unos cuantos tendrán la misma enfermedad.



2. Instruya al alumnado para que seleccionen una tarjeta o una pista al azar desde el sobre. Haga que las circulen por todo el salón y que pregunten a otros sobre sus síntomas. El objetivo es localizar a otros estudiantes que tengan síntomas parecidos. Los estudiantes pueden tomar nota, o bien, éste puede ser un ejercicio de memoria. Los estudiantes pueden divertirse representando ciertos síntomas.
3. Después de uno o dos minutos, pida al alumnado que



saque de los sobres otra tarjeta de síntomas y que continúen buscando a otros con la misma enfermedad. Continúe este proceso hasta que se hayan sacado todas las tarjetas o pistas que hayan encontrado, por lo menos, a otra persona que comparta la misma enfermedad hidrotransmitida.

- Al leer su lista de síntomas ante la clase y repasar las descripciones de enfermedades, deben identificar sus enfermedades. Haga que infieran la forma en que la contrajeron, cómo se transmitió y la manera en que puede prevenirse. Discuta sobre las tarjetas de control; estas tarjetas describen padecimientos que no están relacionados con enfermedades transmitidas por el agua. Discuta el papel del agua en la transmisión de las enfermedades. Recalque que la mayor parte de las enfermedades transmitidas por el

Fiebre alta



Dolor en ojos



Dolor de cabeza



Picazón

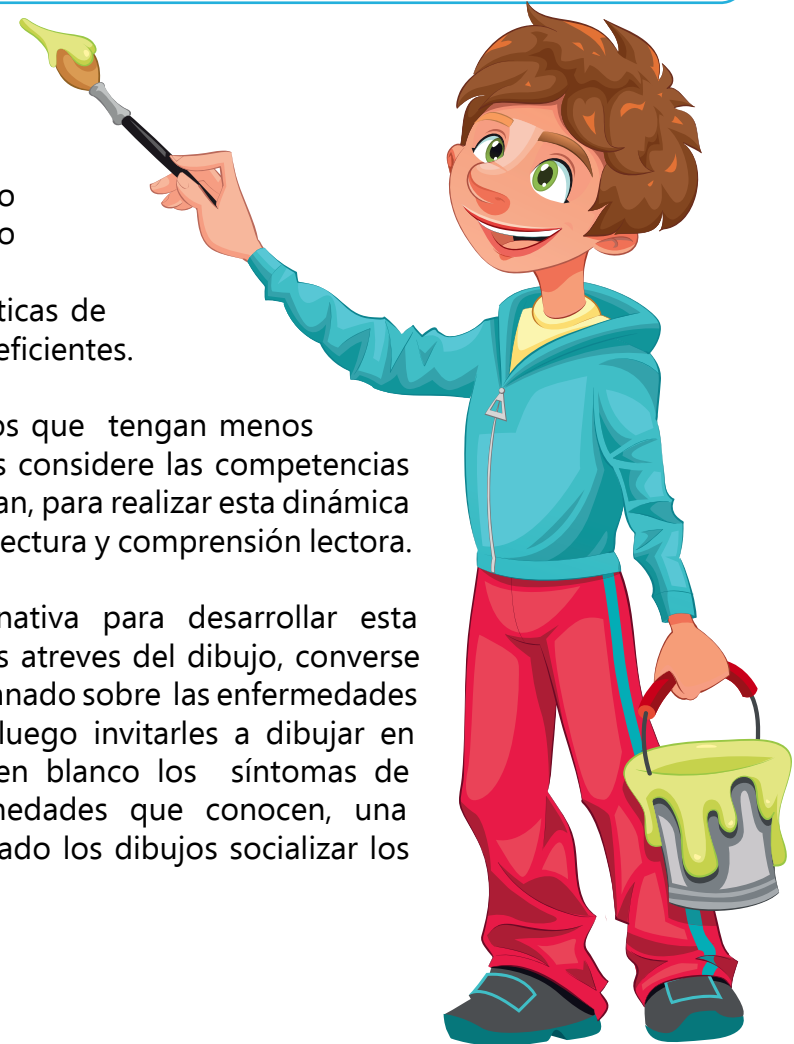


Erupción ROJA plana, dolor de músculos y huesos.



agua se producen por el tratamiento inadecuado del agua y por prácticas de sanidad deficientes.

- Para grupos que tengan menos de 12 años considere las competencias que manejan, para realizar esta dinámica como son lectura y comprensión lectora.
- Otra alternativa para desarrollar esta temática es atreves del dibujo, converse con el alumnado sobre las enfermedades del agua, luego invitarles a dibujar en una hoja en blanco los síntomas de las enfermedades que conocen, una vez terminado los dibujos socializar los resultados.



Recursos

Enlaces de recursos didácticos para el profesorado Lucha contra las enfermedades transmitidas por el agua en los hogares. <https://bit.ly/367ZXJ2>



Actividad 29: La gallinita ciega

Tipo de actividad	Dinámica
Tiempo	30 minutos
Materiales	Tarjeta, venda para los ojos, pintura negra para la cara y carteles con el personaje que representan.
Participantes	Ilimitados

Conversatorio

Abra la discusión pidiendo al alumnado que mencionen algunas enfermedades contagiosas que conocen. ¿Cuáles fueron algunos de los síntomas? Pídale que piensen de qué forma se contagiaron. Explique de qué forma podrían haberse contagiado o tenido diarrea mediante el contacto con el agua.

Pasos

1. Clasifique a los participantes como sigue:

Partícula contaminante	1 Participante
Plantas	4 Participantes
Animales	2 Participantes
Personas	1 Participante
Gotas de agua	El resto de los participantes

2. La partícula contaminante llevara los ojos vendados. Las gotas de agua deben, moverse por la sala quitando "agua-agua-agua".

Cuando las partículas contaminantes encuentren una gota de agua esta quedara automáticamente contaminada, que se simboliza mediante una marca con una gota negra en la frente. Las plantas deben intentar capturar todas las gotas que puedan, para ello deben agarrarla a la vez sin soltar

ninguna, si alguna de las capturadas está contaminada, la planta estará automáticamente contaminada y se marcará.

Los animales pueden capturar gotas de agua o plantas, igual que en el caso anterior. Las personas deben capturar cualquiera de los anteriores. A lo largo del juego, todos estarán contaminados en poco tiempo, lo que mostrara a los participantes como una pequeña partícula contaminante puede contaminar todo un sistema.

- Discuta los resultados de la dinámica. ¿Por qué puede ser difícil mantener hábitos saludables? con base en los resultados del juego, exponga los hábitos de salud que pueden proteger de las enfermedades. Haga que la clase prepare y lleve a cabo la representación de hábitos de salud para otros alumnos/as. Incentive a que los estudiantes deseen jugar con sus amigos y su familia.
- Para grupos que tengan menos de 8 años considere las competencias que manejan, para realizar esta dinámica como son lectura y comprensión lectora.
- Otra alternativa para desarrollar esta temática es atreves del dibujo, converse con el alumnado sobre cómo prevenir las enfermedades y tener hábitos saludable.

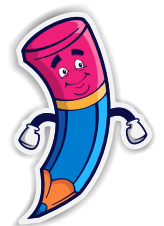
Recursos

Enlaces de recursos didácticos para el profesorado. tLucha contra las enfermedades transmitidas por el agua en los hogares. <https://bit.ly/367ZXJ2>





Dibuja habidos saludables para la prevención de enfermedades





Actividad 30: No más dolor de estómago

Tipo de actividad	Dinámica
Tiempo	30 minutos
Materiales	Tarjetas de clores
Participantes	Ilimitados

Conversatorio

1. Abra la discusión pidiendo al alumnado que mencionen algunas enfermedades contagiosas que causan **“dolor de estómago”**. ¿Cuáles fueron algunos de los síntomas? Pídale que piensen de qué forma se enfermaron. Explique de qué forma podrían haberse enfermado o tenido diarrea mediante el contacto con el agua.
2. Haga que el alumnado escriba una lista de medidas preventivas que ayudan a que sus cuerpos resistan las enfermedades y que discutan por qué cada una de ellas es importante. Una vez que la lista esté completa, que escriban cada uno de los puntos en forma de pregunta. (Ejemplo: ¿Dormiste ocho horas anoche?) Las preguntas formarán la base de una investigación de la clase.
3. Dirija la investigación de la clase como sigue. Pida al alumnado que contesten cada pregunta anotando el signo “+” para sí y el signo “-” para no. Cuando se han contestado todas las preguntas, cada estudiante suma los signos “+” y los signos “-”. Pida que encuentren la diferencia entre las dos sumas. Por ejemplo, el alumno/a que tiene seis veces sí (+6) y cuatro veces no (-4) tiene un resultado de +2. El que tiene cuatro veces sí (+4) y seis veces no (-6) tiene un resultado de -2. Asigne a cada alumno/a

un resultado negativo, neutro o positivo. (El estudiante que tiene +2 tiene un resultado positivo; el que tiene -2 tiene uno negativo). Discuta los resultados de la investigación. ¿Por qué puede ser difícil mantener hábitos saludables?

4. Con base en los resultados del juego, exponga los hábitos de salud que pueden proteger de las enfermedades. Haga que la clase prepare y lleve a cabo la representación de hábitos de salud para otros alumnos. Incentive a que los estudiantes deseen jugar con sus amigos y su familia.



Recursos

Enlaces de recursos didácticos para el profesorado
Lucha contra las enfermedades. <https://bit.ly/367ZXJ2>
Los hábitos de higiene. <https://bit.ly/33RPHDg>



Actividad 31: Los niños manitas sucias

Tipo de actividad	Dinámica
Tiempo	30 minutos
Materiales	Video ilustrativo
Participantes	Ilimitados

Pasos

1. Iniciar informando que se colocará un video llamado "Los niños manitas sucias" con la finalidad de que el alumnado identifique las acciones de los niños del video.
2. Al transcurrir 1 minuto con 30 segundos, ponga el video en pausa y pida al alumnado catalogar las acciones de los niños respecto al lavado de manos. Estimule la participación utilizando preguntas como:

¿Están los niños del video actuando de manera correcta?

¿Por qué razón ustedes piensan que no se lavan las manos?

¿Cuáles son las consecuencias de no lavarse las manos?

¿Qué les podría pasar a estos niños, a sus amigos y familiares si continúan con las manos sucias?

3. Al recibir las respuestas y culminar la primera pausa, continúe presentando el video hasta el último minuto. Para mantener

la conversación con el alumnado, pida que opinen sobre el cambio de actitud de los niños del video y la importancia que tiene para ellos y sus familiares mantener la higiene de sus manos.



Cierre

4. Para finalizar, pida al alumnado que hagan una lista de las razones por las cuales es importante el lavado de manos, cuando es necesario hacerlo y que ventajas puede tener para nuestra salud y la salud de quienes nos rodean. El propósito es que el alumnado se convierta en agente multiplicador de la higiene y la eliminación de las bacterias que producen enfermedades.

Recursos

Enlaces de recursos didácticos para el docente.

<https://bit.ly/367ZXJ2>

Lucha contra las enfermedades

Recurso para compartir con los alumnos

<https://bit.ly/2rWhghh>

La historia de los niños manitas sucias



Actividad 32: Recomendaciones del Gallo

Tipo de actividad	Dinámica
Tiempo	30 minutos
Materiales	Video ilustrativo, lápices y cuadernos
Participantes	Ilimitados

Conversatorio

Inicie informando que se colocará un video relacionado al manejo de los alimentos que los humanos consumen, con la finalidad de que el alumnado identifique las recomendaciones que da el personaje principal. Organice grupos de 5 integrantes para continuar con la dinámica.

Pasos

1. Al terminar el video, indique a cada grupo escribir los consejos que da "El Gallo" en este video, otorgue a los estudiantes un tiempo de 10 minutos como máximo. Puede ofrecer al alumnado las siguientes preguntas como guía:

¿Por qué se deben lavar los alimentos antes de cocinarlos?

¿Cuándo no se pueden consumir los alimentos?

¿Se deben separar los alimentos crudos de los alimentos cocinados?

¿Por qué?

¿Cómo se pueden conservar los alimentos ya cocinados?



Luego de transcurrido el tiempo, pida a un representante de cada grupo que comente sobre los consejos que dio "El Gallo" en el video, de modo que participen la mayor cantidad del alumnado.

Cierre

2. Para finalizar, reflexione sobre la importancia que tiene para la salud manipular adecuadamente los alimentos, lavarlos antes de consumirlos, ya sea cocinados o crudos. Pida a los estudiantes hacer algunas recomendaciones para que la comunidad aprenda cómo manejar los alimentos adecuadamente para el beneficio de la salud.

Recursos

Enlaces de recursos didácticos para el docente.

<https://bit.ly/2rXdKdK>

Dibujos animados sobre manipulación de alimentos

**Actividad 33: Cine fórum**

Tipo de actividad	Reflexión
Tiempo	2 horas
Materiales	Ordenador, proyector, película y pantalla
Participantes	Ilimitados

Cine fórum

Esta es una actividad en grupo en la que, a partir del visionado de una película y gracias al diálogo entre los participantes, se pretende llegar al descubrimiento, interiorización y vivencia de algunas realidades. En este caso sobre el agua: Sus particularidades y problemática.

1. El objetivo para realizar este tipo de actividad es reflexionar sobre las actitudes, valores y creencias de los participantes. El diálogo en grupo permitirá poner de manifiesto y contrastar el modo de ver la realidad, descubriendo miedos, estereotipos y culpabilidades.
2. Buscar la película La Tierra del Gas 2010 para el desarrollo de la actividad. La película se puede encontrar en u Internet y puede ser visualizada en un ordenador. Necesita un espacio con sillas suficientes para los participantes, una pantalla, proyector y un ordenador. Tomar en cuenta la clasificación de la película según la edad.
3. Una vez visualizada la película se podrá realizar el cine fórum. Para ello el profesor/a deberá crear un ambiente relajado y al mismo tiempo motivador, para que los participantes puedan implicarse y compartir sus vivencias. La puesta en común de las emociones de los participantes será recogida por el dinamizador que posteriormente podrá relacionarlas con la temática planteada.

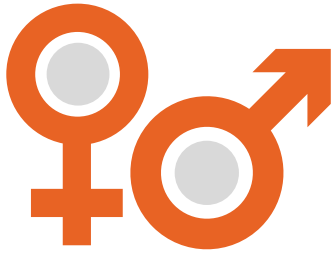
Actividad 34: Feria de salud

Tipo de actividad	Reflexión
Tiempo	1 día
Materiales	Diversos
Participantes	Ilimitados

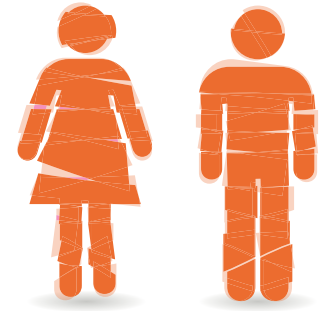
Feria de salud

1. En coordinación con el Ministerio de Salud Pública planear una feria de salud en la escuela.
2. Durante este divertido evento comunitario, los niños, las niñas, adolescentes y sus familias recibirán información y atención gratuita de salud y nutrición preventiva apropiada para su edad.
3. Podrán tener juegos, regalos, música en vivo, actividades, arte y manualidades, y oportunidades para que los asistentes ganen grandes premios, para promover la actividad física entre niños y adultos.
4. También pueden plantearse actividades emocionantes y recursos comunitarios para toda la familia durante la feria de salud.

Pueden realizar coordinaciones con industrias alimenticias que lo contemple como responsabilidad social, quienes pueden poner un estand para degustación gratuita. Esto ya se ha realizado en Santo Domingo con residentes de La Nueva Barquita en un proyecto de Vicepresidencia de la republica donde asistieron Nestlé y Rica.



BLOQUE 4: Género



“Nadie ganará nunca la Guerra de los Géneros porque existe demasiada fraternización con el enemigo”.

H. A. Kissinger



● Temática: Género

Competencias a trabajar	Hábitos de cuidado y respeto al medio ambiente Hábito y consumo responsable
Tema	Género
Tiempo	Cuatro semanas
Participantes	Ilimitado
Objetivo	Comprender la interacción de hombres y mujeres con el uso del agua

Conceptualización

El género se refiere a las relaciones sociales de mujeres y hombres basadas en la diferenciación del sexo. La cultura determina y asigna los roles sociales del género definiendo lo femenino y masculino en base a las conductas esperadas de la mujer y del hombre.

Diferencia de Conceptos	
Sexo	Se refiere a las características biológicas con la que se diferencian el hombre de la mujer.
Género	Se refiere a las características, deberes y derechos que la sociedad le otorga al hombre o la mujer a partir de su sexo.

Igualdad de Género	Es la condición por la cual hombres y mujeres participan como iguales, tienen igual acceso a los recursos, así como igualdad de oportunidades de crecimiento y desarrollo.
Equidad de Género	Se refiere a la capacidad de ser equitativos y justos en relación al trato de hombres y mujeres, teniendo en cuenta sus diferentes necesidades. En una situación de equidad de género, los derechos, responsabilidades y oportunidades de los individuos no se determinan por el hecho de haber nacido hombre o mujer.
Sensibilidad al Género	Conciencia de las diferencias entre las necesidades, roles, responsabilidades y limitaciones de mujeres y hombres.
Análisis de Género	Su objetivo es comprender la manera en que se divide y valoriza el trabajo, los roles y las necesidades de hombres y mujeres.



El Género, como simbolización de la diferencia sexual, define a la mujer y al hombre como seres “complementarios”, con diferencias “naturales” propias de cada quien. La base de la construcción del género se encuentra en una arcaica división sexual del trabajo, que hoy, en virtud de los adelantos científicos y tecnológicos, resulta obsoleta.

El uso del agua tiene un impacto diferenciado en función del género, teniendo un mayor efecto en las mujeres. En lo referente al cuidado de los miembros de la familia, la responsabilidad recae especialmente en las mujeres y niñas, dadas las particularidades derivadas de la gestación, crianza y labores domésticas.

Los hábitos de higiene personal se inician en el núcleo familiar, y se reflejan en el crecimiento dentro de la misma familia y la sociedad. Actividades como la desinfección de utensilios de cocina, preparación de alimentos y la higiene de personas enfermas o dependientes, por lo general recaen en las mujeres como efecto de la división sexual del trabajo que ha naturalizado la asignación de roles estereotipados de género (tareas de mujeres, tareas de hombres). Tener que buscar agua, acarrearla, hervirla y almacenarla es un proceso enorme que resta una gran cantidad de tiempo y energía de las mujeres, hecho que limita sus posibilidades de construir una identidad social fuera de la casa y de las tareas domésticas.

Problemas sociales que afectan la igualdad de género:

La violencia intrafamiliar y de género: Es un problema social de grandes dimensiones que afecta sistemáticamente a una de cada tres mujeres y a otros importantes sectores de la

población, especialmente niñas, niños, ancianas y ancianos. Es un comportamiento deliberado que puede provocar daños físicos o psíquicos al prójimo. Es importante tener en cuenta que, más allá de la agresión física, la violencia puede ser emocional mediante ofensas o amenazas. Por eso la violencia puede causar tanto secuelas físicas como psicológicas.





Tipos de violencia como consecuencia de la desigualdad de género:

- La violencia física: consiste en sujetar, inmovilizar o golpear a alguien infringiéndole un daño corporal con cualquier parte del cuerpo, arma u objeto. Este tipo de violencia es la que más fácilmente se identifica porque sus huellas son muy evidentes. Se impone mediante la fuerza física y el miedo. Los hombres son los principales agresores en los casos de violencia familiar, pero con mucha frecuencia también las mujeres golpean a sus hijos e hijas.
- La violencia emocional: causa tanto daño y dolor como la violencia física. Consiste en actos u omisiones repetitivos negativos que se expresan como prohibiciones, coacciones, condicionamientos, intimidaciones, amenazas, abandono, actitudes devaluatorias, etc. Se caracteriza por expresarse a través de las palabras o de los gestos y actitudes. Su finalidad es herir y hacer sentir mal a la víctima a través de la humillación, el insulto, la descalificación y la crítica destructiva. La violencia emocional deteriora y afecta.
- La violencia sexual es cuando una persona es obligada a tener cualquier tipo de contacto o relación con un objetivo sexual contra su voluntad. El acoso, el abuso sexual la violación y el incesto son sus distintas manifestaciones.
- Nuestro País ha suscrito una gran cantidad de convenciones internacionales las cuales nos comprometen a dar respuesta rápida, oportuna y efectiva frente a esta problemática. La nueva Constitución Dominicana, por primera vez, resalta la lucha contra la violencia de género e intrafamiliar. Tenemos la Ley 24-97 que al modificar el código penal dominicano tipifica en nuestra legislación la violencia de género e intrafamiliar basada

en el género. De igual modo, contamos con otros instrumentos legales, tales como la Ley de Trata y Tráfico y la que crea las Casas de Acogida. Asimismo, es oportuno resaltar la resolución 3869-2006 de fecha 21 de diciembre de la Suprema Corte de Justicia que establece el Síndrome de la Mujer Maltratada, herramienta de gran utilidad en el tratamiento de estos casos.

Preguntas generadoras del diálogo

- ¿Sabes cuál es la diferencia entre sexo y género?
- ¿Para cuáles tareas pueden los hombres y mujeres utilizar el agua?
- ¿El trabajo en el hogar y el cuidado de las familias solo debe ser realizado por mujeres?
- ¿Conoces cuáles son los diferentes tipos de violencia?

Actividades prácticas

Realizar mural donde se identifiquen las labores que pueden realizar hombres y mujeres en el hogar y en la sociedad sin ser discriminados.

Procurar que el alumnado participe activamente en la identificación de esas labores.

Cierre pedagógico

Al cierre hacer que el alumnado exprese que le pareció la actividad y que compromisos asumen al respecto.

Recomendaciones

Recurra a distintos soportes audiovisuales como programas de dibujos animados, vídeos o aplicaciones para dispositivos móviles que les ayuden a visualizar lo que les explicas.



Actividad 35: Este soy yo

Tipo de actividad	Dinámica
Tiempo	40 minutos
Materiales	Papel y lápiz
Participantes	Ilimitado

Conversatorio

Iniciar con un conversatorio sobre el género la igualdad y su vinculación con la autoestima de las personas.

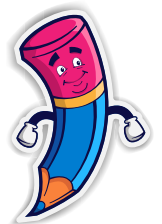
Pasos

1. Para la realización de esta actividad se les da una hoja de papel y un lápiz al alumnado con la instrucción de escribir un autorretrato por participante describiendo las propias cualidades.
2. Luego se pasa a una puesta en común del ejercicio para descubrir las propias cualidades y las de los demás como: alegre, amable, animado/a, atento/a, colaborador/a, deportista, dispuesto/a ayudar, divertido/a, educado/a, emprendedor/a, optimista, ordenado/a, paciente, respetuoso/a, responsable, simpático/a, sincero/a y trabajador/a.
3. Finalmente se llega a la reflexión oral del día, donde se estimula a que voluntariamente expresen que le pareció la actividad y como se sintieron con los resultados del día. Terminar con algunos comentarios del tema y exhortaciones del próximo tema.





Dibujo Autoretrato



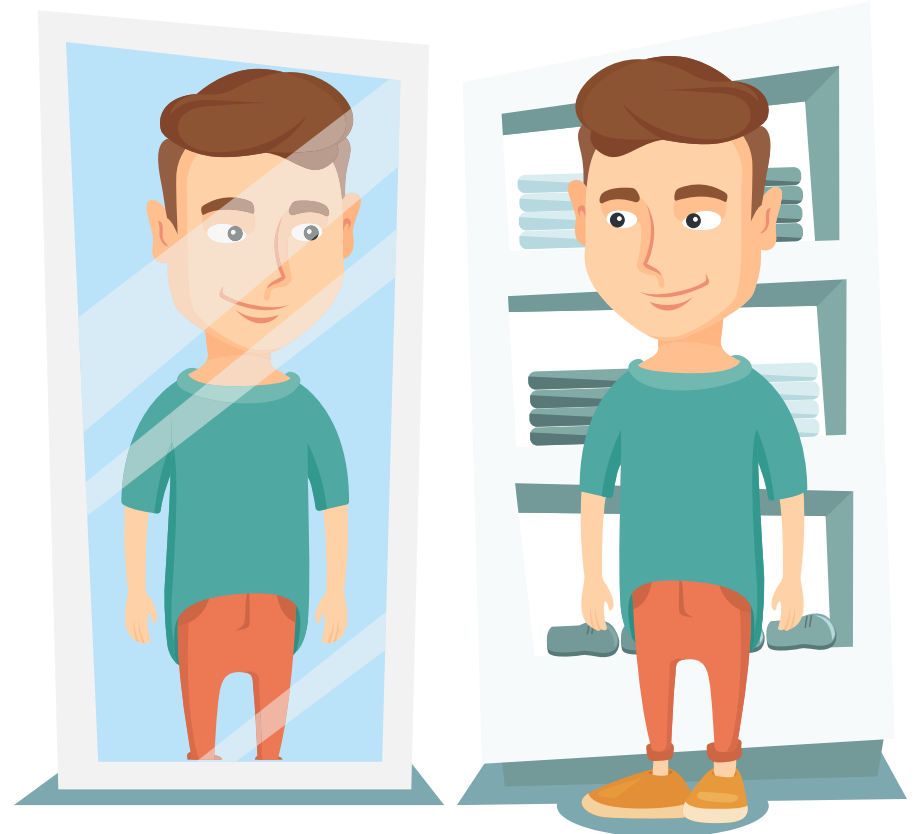


Actividad 36: ¿Te conoces bien?

Tipo de actividad	Dinámica
Tiempo	40 minutos
Materiales	Papel y lápiz
Participantes	Ilimitado

Reflexión

1. Vas a reflexionar un poco sobre tu persona, lo cual es importante porque te ayudará a conocerte un poco más y mejor, de modo que puedas valorar tus cualidades y mejorar las cosas menos buenas. Las claves para responder están representadas por los números del 1 al 5, que indican lo siguiente: 1 = "Muy poco" o "Nunca". 2 = "Poco" o "Casi nunca". 3 = "Regular" o "A veces". 4 = "Bastante" o "Casi siempre". 5 = "Mucho" o "Siempre".
2. **AUTOCORRECCIÓN DEL CUESTIONARIO:** Vas a corregir tu propio cuestionario valoras muy bien. Si el total está entre 54 y 72, te valoras positivamente, aunque puedes mejorar. Si el total es inferior a 54, tal vez hayas sido demasiado exigente al valorarte. De todos modos, ten en cuenta que hay cosas que tú sabes hacer muy bien y que siempre puedes intentar cambiar las cosas «menos positivas».
3. Finalmente se llega a reflexión oral del día, donde se estimula a que voluntariamente expresen que le pareció la actividad y como se sintieron con los resultados del día. Terminar con algunos comentarios del tema.



Recursos

Enlaces de recursos didácticos para el profesorado:
Adaptadao de Educacion Preventiva Junta de Andalucia.
<https://bit.ly/39kViFd>



¿TE CONOCES BIEN?

Vas a reflexionar un poco sobre tu persona, lo cual es importante porque te ayudará a conocerte un poco más y mejor, de modo que puedas valorar tus cualidades y mejorar las cosas menos buenas. Las claves para responder están representadas por los números del 1 al 5, que indican lo siguiente: 1 = "Muy poco" o "Nunca". 2 = "Poco" o "Casi nunca". 3 = "Regular" o "A veces". 4 = "Bastante" o "Casi siempre". 5 = "Mucho" o "Siempre".

FRASES	CLAVE				
Creo que soy un buen chico/una buena chica	1	2	3	4	5
Me gusta mi aspecto físico	1	2	3	4	5
Estoy contento/a con mi forma de ser	1	2	3	4	5
Cuando aparecen dificultades, procuro solucionarlas	1	2	3	4	5
Hay cosas que hago muy bien	1	2	3	4	5
Mis compañeros y compañeras confían en mí	1	2	3	4	5
Soy una persona responsable	1	2	3	4	5
Soy trabajador/trabajadora	1	2	3	4	5
Mis padres confían en Mí	1	2	3	4	5
Cuando comienzo algo, lo acabo	1	2	3	4	5
Soy simpático/simpática	1	2	3	4	5
Mis profesores y profesoras confían en mí	1	2	3	4	5
Consigo hacer lo que me propongo	1	2	3	4	5
Soy un miembro importante de mi pandilla	1	2	3	4	5
Estoy orgulloso/orgullosa de lo que hago	1	2	3	4	5
Soy una persona alegre	1	2	3	4	5
Cuando cometo errores, soy capaz de reconocerlos	1	2	3	4	5
Me gusta cuidar la higiene de mi cuerpo	1	2	3	4	5



Actividad 37: Mi familia

Tipo de actividad	Dinámica
Tiempo	40 minutos
Materiales	Lápiz, tarjetas
Participantes	Ilimitado



Instrucciones

1. Uno de los dibujos que más interés suscita en el hogar es el dibujo de la familia. Con este sencillo recurso el niño expresa su situación en el núcleo familiar, sus apegos y sus celos. Ahora bien, ¿Cómo podemos interpretar el dibujo de la familia en los pequeños?

El dibujo de la familia puede descubrir posibles conflictos dentro del hogar o cómo se siente el niño con respecto a tus padres.

Por otro lado, cabe destacar además que esta prueba es útil sobre todo para tener una visión de las dimensiones emocionales del niño. Podemos intuir sus valores, sus miedos, sus apegos, su afectividad en general. Sin embargo, no podemos tomarlo como referencia para evaluar su desarrollo intelectual.

2. Dar al alumnado instrucciones precisas "dibuja tu familia", pues le interesa conocer tal y como él la representaba y no como era.

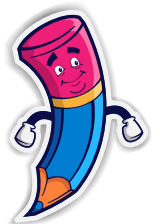
3. Para la interpretación auxiliarse del orientador o psicólogo del centro educativo. Es aquí según el trazo donde se puede identificar si los niños niñas y adolescentes más pequeños están viviendo situaciones de violencia u observándola como patrón.
4. Al finalizar retome sobre lo aprendido, identificando el campo emocional a través del dibujo.

Recursos

- Enlaces de recursos didácticos para el profesorado <https://uni.cf/2s1mdoV>
- Derecho la Participación de los Niños, Niñas y Adolescentes Guía Práctica para su Aplicación <https://bit.ly/2DOwBmX>
- Cómo interpretar el dibujo de la familia en un niño



Dibuja a mi familia





Actividad 38: ¿Que hay con los niños y jóvenes?

Tipo de actividad	Dinámica
Tiempo	40 minutos
Materiales	Lápiz, tarjetas
Participantes	Ilimitados

Pasos

1. Realice grupos de trabajo de dos o tres integrantes y pida una lluvia de ideas para contestar la siguiente pregunta: ¿Por qué es importante la justicia de género para los niños y los hombres?

Al recibir las respuestas, consolide en una tarjeta las ideas principales de cada grupo y luego reflexione junto al alumnado sobre la importancia de tiene la justicia de género para niños y hombres. Tome como punto de aprendizaje que los estereotipos de género y la rigidez de los roles de género pueden llevar a los niños y a los hombres a adoptar conductas violentas y riesgosas que les impiden desarrollar relaciones saludables con las niñas y las mujeres, y con otros niños y hombres.

2. Estimule al alumnado a identificar historias con amigos y/o familiares con las cuales haya aprendido sobre la justicia y disminución de la violencia entre hombres y mujeres, y que hayan significado un cambio positivo en la comunidad. Por ejemplo: cuando los padres ayudan a los hijos con las tareas.



3. Al finalizar retome sobre lo aprendido al involucrar a hombres y a niños en la justicia de genero resaltando las historias personales de los hombres que han sido agentes de cambio. Estas historias demuestran que los niños y los hombres pueden adoptar actitudes y comportamientos equitativos de género, lejos de actos violentos e inspirar a otros para que hagan lo mismo.

Recursos

Enlaces de recursos didácticos para el profesorado
<https://uni.cf/2s1mdoV>
Derecho la Participación de los Niños, Niñas y Adolescentes Guía Práctica para su Aplicación

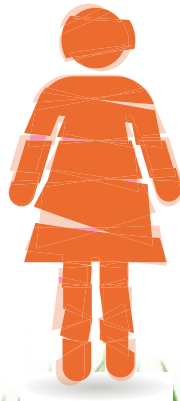


Actividad 39: Empoderamiento de las niñas

Tipo de actividad	Dinámica
Tiempo	40 minutos
Materiales	Papel y lápiz hoja de apoyo
Participantes	Ilimitados

Desarrollo

1. Lea un texto sobre empoderamiento de las niñas. Pida a las y los participantes que clasifiquen en cada enunciado, partiendo de qué tan de acuerdo o en desacuerdo estén con cada uno. Los enunciados estarán vinculados con el género y los roles por ejemplo:
 - Para suscitar el empoderamiento de las niñas se debe trabajar con la escuela.
 - Los hombres y los niños no pueden apoyar el empoderamiento de las niñas.
2. Explique detalladamente que el enunciado con el que esté más de acuerdo estará en el cuadro de la izquierda y con el que esté menos de acuerdo estará en el cuadro de la derecha.



(+) Positivo

MUY DE ACUERDO

ALGO DE ACUERDO

NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO

ALGO EN DESACUERDO

MUY EN DESACUERDO

(-) Negativo

3. Enfatique sobre que no hay respuestas correctas o respuestas incorrectas.

Cuando los participantes hayan terminado de completar la tarea, recopile las hojas, sobre aquello con lo que estuvieron de acuerdo o en desacuerdo.

Cierre

4. Al finalizar reflexione con el alumnado acerca de cómo el empoderamiento de las niñas se ve influenciado y a veces limitado, por nuestras propias ideas con respecto a la igualdad de género.

Reseñe el tema abordando la posición de las niñas y como el empoderamiento de éstas promueve el cambio en tres dimensiones: individual, familiar/comunitario e institucional.

Recursos

- Enlaces de recursos didácticos para el profesorado <https://bit.ly/2r8bwkG> Igualdad de genero
- <https://bit.ly/36byq9H>. Principios de protección de derechos humanos y género en situaciones de emergencia



Actividad 40: Tormenta tropical

Tipo de actividad	Dinámica
Tiempo	40 minutos
Materiales	Papel y lápiz hoja de apoyo
Participantes	Ilimitados

Conversatorio

Converse con el alumnado sobre el concepto de liderazgo juvenil este ha sido desarrollado en base a una teoría del desarrollo en la que adquieren las habilidades y el conocimiento necesarios para liderar el compromiso cívico, también es el conjunto de habilidades gerenciales o directivas que un individuo tiene para influir en la toma de decisiones.

Pasos

1. Una vez contextualizado el punto pasar a realizar una dinámica. Donde deberá contextualizar lo que es una tormenta tropical su calificación y como se convierten en huracanes. El coordinador/a arma un círculo y les informa a los integrantes que hay anuncio de que se acerca una gran tormenta y debemos prepararnos. Se crean dos grupos de personas cada uno de ellos tendrá una persona que lleve los ojos tapados y uno es el líder.

Equipo 1 Suministros	Equipo 2 evacuaciones
1 Líder- ojos vendados	Muchos líderes- sin venda
Los colaboradores-sin venda	Colaborador-ojo vendados



2. La primera tarea para proteger el pueblo es guardar agua limpia. En un extremo, se colocan dos mesas con vasos y jarras de agua. En el otro, una mesa con las jarras vacías. El líder o los líderes (en función del grupo) deben de guiar a los demás de un extremo a otro para, con el agua del vaso, llenar las jarras vacías.
3. Discusión: es muy importante la reflexión final en el que todos puedan expresar su opinión y ver cuál es la mejor forma de trabajo.

Recursos

Enlaces de recursos didácticos para el profesorado

<https://bit.ly/2r8bwkG>

Igualdad de género

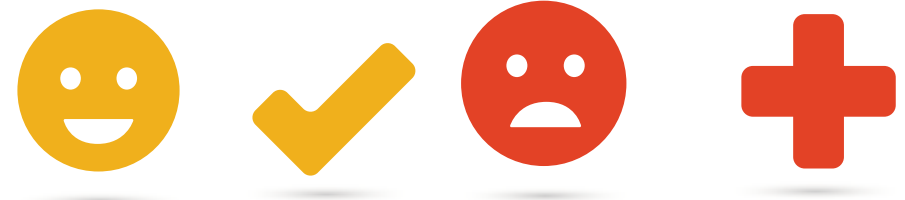
<https://bit.ly/36byq9H>

Principios de protección de derechos humanos y género en situaciones de emergencia



Actividad 41: Lo que me gusta, lo que no me gusta

Tipo de actividad	Dinámica
Tiempo	40 minutos
Materiales	Papel y lápiz
Participantes	Ilimitados



Conversatorio

¿Qué es género y derecho? Converse con el alumnado sobre equidad de género y un poco de historia sobre uno de los ocho Objetivos del Milenio que fueron reforzados en el año 2000 en la conferencia de Beijing, en la Cumbre Mundial del Milenio, fue fomentar la igualdad entre los géneros y la autonomía de la mujer. La Cumbre del Mundial del Milenio encomendó al Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) la misión de administrar los avances logrados en el cumplimiento de los ocho Objetivos del Milenio.

Pasos

1. Forme grupos pequeños, preferiblemente no más de cuatro personas.

Pídale a cada grupo que conversen a lo interno sobre lo siguiente:

- Dos cosas que les guste hacer y que se consideran típicas para su género.
- Dos cosas que no les guste hacer y que se consideran típicas para su género.
- Dos cosas que les guste hacer y que no se consideren tradicionales para su género.

2. Pida a los grupos que escriban cada respuesta en un papel para que un integrante, en representación de todos, y comparta lo más destacado de su discusión con el resto de sus compañeros de clase.

Finalmente, elabore una reflexión conjunta sobre la igualdad de derechos entre los géneros. Refuerce que tanto niñas como niños tienen libertad de expresarse y que ambos tienen los mismos derechos en la sociedad.

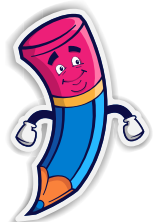
Nota: Para niños que no han desarrollado las habilidades de leer y escribir incentive que hagan dibujos con la misma consigna.

Recursos

- Enlaces de recursos didácticos para el profesorado
<https://bit.ly/2OTQlf1>
- La Equidad de Género desde las Aulas, educando, MINERD
- Enlaces de recursos didácticos para el alumnado.
<https://bit.ly/2PoRBpM>
- Girl and Boy



Dibuje lo que le gusta, lo que no me gusta





Actividad 42: Abandonar el nido

Tipo de actividad	Cuento
Tiempo	50 minutos
Materiales	Texto escrito
Participantes	Ilimitados

Cuento

1. Lee el cuento, haciendo hincapié en los gestos y preguntas para hacerlo más dinámico y participativo.

2. Pautas para el análisis del cuento

- Nombre del cuento:
- Nombre del autor:
- Resumen del cuento: Escribe un texto en el que resumas la historia que muestra el cuento y los personajes que participan en ella.
- Esquema de personajes y sus relaciones. Haz un esquema de los personajes principales y secundarios del cuento, dibujando líneas que muestren las relaciones entre ellos.
- Componentes del cuento. Escribe un texto que señale el tipo de narrador, el conflicto principal y las partes del cuento. Incluye además una descripción física y psicológica de los personajes y una descripción del ambiente en que se desarrolla la historia.
- Comentario. Escribe tu opinión sobre el cuento.
- Inserta alguna imagen en la portada que se relacione con el cuento.



3. Repasa las acciones más importantes para gastar poca agua usando como ejemplo final, "no es necesario llenar todo el vaso de agua cuando vamos a beber".
4. Recapitula: Retoma los temas que quiera resaltar del cuento, sugiriendo tareas practica para hacer en casa como:
 - Elabore una reflexión conjunta sobre derechos entre los géneros. Refuerce que tanto niñas como niños tienen libertad de expresarse y que ambos tienen los mismos derechos en la sociedad.

Recursos

Enlaces de recursos didácticos para el docente.
<https://bit.ly/2PhOY8T>
Abandonar el nido
Por Danny Vega Méndez - 06 de agosto de 2012

ABANDONAR EL NIDO

Danny Vega Méndez

El adolescente saca por la ventana la maleta forzosamente lista para su gran escape. El motivo: la negación de su madre ante su deseo de ir al río con sus compañeros de travesuras.

Diego cree que ya fue suficiente, pues tiene 11 años y aún su madre es quien decide por él: ¡Diego has esto; ¡Diego te prohíbo hacer esto! Se siente abrumado por sus pensamientos y los consejos de quienes dicen ser sus amigos: "Eres un gobernado por tu mami" "Niñita de mamá".

Sin embargo, su hazaña fue descubierta por su abuelo. Hombre de campo graduado en la universidad de la vida sosegada y sabia; anciano amante de usar el sombrero al estilo de la pedrada, de mirada fija, manos rudas por el trabajo y de mentalidad lúcida y vivaz. Sorprende a su nieto en su gran escape. Lo toma de la mano sin pronunciar palabra hasta llevarlo a un árbol caído que les servirá de banco y testigo del relato de una gran enseñanza:

– "¿Sabes por qué las aves pueden volar?, una pregunta obvia para Diego, alguien que cree saberlo todo. Sin embargo, aprendió algo nuevo aquella tarde. "No solo vuelan porque tienen alas. Vuelan porque se preparan para hacerlo. Cuando un pajarito imprudentemente quiere volar antes de tiempo, sube al borde de su nido y se lanza. Pero sus pequeñas alas no están preparadas para ese instante de su vida. Y entonces, ¡el gran chasco! se estrella contra el suelo. La caída puede lesionarle de por vida. Y un pájaro que no vuela no es un pájaro. No te adelantes a tu tiempo. Tu madre y los que te amamos sabemos que no es tu tiempo de volar. Además, el pajarito que se lesiona no solo no puede volar, sino que no regresa al nido".

Aquel anciano toma su modesto sombrero. Se levanta en silencio; y se aleja. Diego mira su nido y piensa que algún día volará a otro lugar. Pero hoy no será ese día.





Actividad 43: Caminatas de concientización

Tipo de actividad	Caminata
Tiempo	De 2 a 4 horas
Materiales	Pancartas, brochure, indumentaria alusiva
Participantes	Ilimitados

Caminata por el no embarazo en adolescentes

1. Debe fijarse una fecha

Ejemplo: la actividad está pautada para el sábado 29 de septiembre, iniciando a las 8:00a.m., en el Jardín Botánico Nacional, parques o áreas recreativas de la comunidad.

2. Debe fijarse un objetivo

Ejemplo: Esta tiene como objetivo crear conciencia entre adolescentes de la República Dominicana para prevenir los embarazos no planificados, motivar a los profesionales del área de la salud para que promuevan una iniciación en la vida sexual de forma segura, y crear conciencia pública sobre el efecto de esta problemática en la sociedad.

3. Ideas adicionales:

El recorrido será en beneficio de proyectos de charlas de concientización a nivel nacional para adolescentes, además se realizarán diversas actividades como la entrega de kits a los participantes, clases de zumba, entre otros.

4. Debe crearse un comité organizador con el fin de

- Garantizar la seguridad
- Solicitar los permisos
- Coordinar con socios participantes
- Organizar la publicidad (banderines, panfletos, banderolas, cruza calle, t-shirt serigrafiados)
- Solicitar los servicios de emergencia
- Presupuesto- financiadores

Para cada una de las acciones de debe asignar un responsable y un equipo de apoyo.



Caminata por la no violencia contra la mujer

1. Debe fijarse una fecha
2. Debe fijarse un Objetivo
3. Debe crearse un comité organizador con el fin de
 - Garantizar la seguridad
 - Solicitar los permisos
 - Coordinar con socios participantes
 - Organizar la publicidad (banderines, panfletos, banderolas, cruza calle, polo Cher Seri grafiados)
 - Solicitar los servicios de emergencia
 - Presupuesto- financiadores

Para cada una de las acciones de debe asignar un responsable y un equipo de apoyo.

QUE LLUEVA QUE LLUEVA

Por Mayra Villegas

Una Tarde de Primavera mientras los niños Jugaban, en la escalinata de la escuela.

Se alboroto el viento, y sopló fuertemente, mientras las hojas de los árboles se desprendían, de repente Las Mariposas volaban como para anunciar algo mágico que ocurría en el Cielo.

Mariposas muy coloridas y todas volaban diseñando música al compás de su vuelo.

¡Que hermosas son las Mariposas! Dijo Juan Arturo, Hay Rojas Amarillas y también Azul, ¡!! Me encanta esta de color Violeta que voló sobre mis hombros, Mira Aquí están las gallinita de Agua que Hermosas son Grito unas de las niña mientras miraba a su rededor.

Pero también aparecieron los grillos que saltaban de un lado a otro, mientras los niños esperaban en las escalinatas.

El gigante Pavo Real con su gran plumaje también hizo su entrada, y aquí su majestad comenzó a moverse semejando un gran Bailarín.

De repente los Arboles comenzaron a mover sus ramas como queriendo gritar, entonces el Cielo de color gris se tiño.

Que llueva, que llueva todos a una sola voz, gritaron y la lluvia comenzó a caer, como en aquellos tiempo de la Virgen de la Cueva.

De repente la lluvia paró, y el Maestro se presentó, y entre risas, abrazos y algarabía, a los muchachos de la de la escuela a ver el Río les invito, y mientras todos bajaban u gran murmullo se escuchó, uno de los niños comento, Suena mucho el Río, el maestro con picardía respondió, Cuando el Río suena bastante agua tiene que traer. Todos se miraron y frente a sus ojos el inmenso Río repleto de agua apareció.

Continuación

Calendario	
Enero - 24	Día Internacional de la Educación. "Debemos hacer mucho más para avanzar en el cumplimiento del Objetivo de Desarrollo Sostenible, que busca garantizar una educación inclusiva y equitativa de calidad y promover oportunidades de aprendizaje permanente para todos". —António Guterres, Secretario General de las Naciones Unidas
Febrero - 10	Día Mundial de las Legumbres. La ONU reconoce el valor de las legumbres. Reconociendo el valor de las legumbres, la Asamblea General de las Naciones Unidas aprobó observar el Año Internacional de las Legumbres en 2016, que dio más visibilidad a la contribución que hacen a la producción sostenible de alimentos orientada a la seguridad alimentaria y la nutrición.
Marzo - 03 Marzo - 22 Marzo - 21 Marzo - 31	Día Mundial de la Vida Silvestre, 3 de marzo. "En este Día Mundial de la Vida Silvestre, promovamos la concienciación sobre la extraordinaria diversidad de la vida marina y la importancia crucial de las especies marinas para el desarrollo sostenible. De esta manera, podremos asegurar esos servicios para las generaciones futuras". —António Guterres, Secretario General de las Naciones Unidas. El incalculable valor de la vida silvestre. Día Internacional de los Bosques, 21 de marzo. "Los bosques, su ordenación y explotación sostenibles, incluidos los ecosistemas forestales frágiles, son fundamentales para combatir el cambio climático, por lo que contribuyen significativamente al beneficio de las generaciones presentes y futuras. Los bosques también ejercen un papel fundamental en la erradicación de la pobreza y el logro de metas de desarrollo convenidos internacionalmente, incluidos los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)." Este Día se celebra el "Día Mundial del Agua", con el fin de llamar la atención sobre la importancia del agua dulce y la defensa de la gestión sostenible de este recurso. Este Día se remonta a la Conferencia de las Naciones Unidas sobre el Medio Ambiente y el Desarrollo de 1992. En República Dominicana fue declarado como Día nacional del agua el 31 de marzo del año 1973.
Abril - 22	El Día de la Tierra es un día celebrado en muchos países el 22 de abril. Su promotor, el senador estadounidense Gaylord Nelson, instauró este día para crear una conciencia común a los problemas de la sobrepoblación, la producción de contaminación, la conservación de la biodiversidad y otras preocupaciones ambientales para proteger la Tierra. Es un día para rendir homenaje a nuestro planeta y reconocer a la Tierra como nuestro hogar y nuestra madre, así como lo han expresado distintas culturas a lo largo de la historia, demostrando la interdependencia entre sus muchos ecosistemas y los seres vivos que la habitamos.
Mayo - 17 Mayo - 22	Día Internacional del Reciclaje. La UNESCO declaró el 17 de mayo como el Día Mundial del Reciclaje. Oportunidad para recordar la estrategia de reducir, reutilizar y reciclar; que busca reorientar el comportamiento de todos los ciudadanos con vista a mejorar el medio ambiente. Día Internacional de la Diversidad Biológica, 22 de mayo. "La diversidad biológica es fundamental para la salud y el bienestar de los seres humanos. Insto a todos, gobiernos, empresas y sociedad civil, a adoptar medidas urgentes para proteger y gestionar de manera sostenible la frágil e imprescindible red que sustenta la vida en nuestro único y excepcional planeta". —António Guterres, Secretario General de las Naciones Unidas

Continuación

Calendario	
Junio - 05	Día Mundial del Medio Ambiente. Las Naciones Unidas, conscientes de que la protección y el mejoramiento del medio humano es una cuestión fundamental que afecta al bienestar de los pueblos y al desarrollo económico del mundo entero, designaron el 5 de junio "Día Mundial del Medio Ambiente".
Junio - 08	Día Mundial de los Océanos, 8
Julio - 11	Día Mundial de la Población. «La agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible es el plan que ha adoptado el mundo en pro de un futuro mejor para todos en un planeta sano. El Día Mundial de la Población es la ocasión de reconocer que la misión guarda una estrecha relación con las tendencias demográficas, Entre ellas el crecimiento demográfico, el envejecimiento de la población, la migración y la urbanización». Antonio Guterres, Secretario General de las Naciones Unidas.
Agosto - 19	Día Mundial de la Asistencia Humanitaria
Septiembre - 16	Día Internacional de la Preservación de la Capa de ozono. "Al centrar, como es debido, nuestras energías en la lucha contra el cambio climático, debemos tener cuidado de no descuidar la Capa de ozono y estar atentos a la amenaza que supone el uso ilegal de gases que agotan la capa de ozono". Secretario General, Antonio Gutiérrez .ONU
Octubre - 10	Día mundial de la salud
Octubre - 16	Día Mundial de la Alimentación. La acción colectiva en 150 países es lo que hace del Día Mundial de la Alimentación uno de los días más celebrados del calendario de las Naciones Unidas. Cientos de eventos y actividades de divulgación aúnan a gobiernos, empresas, ONG, medios de comunicación, ciudades, organizaciones de la sociedad civil y el público en general. También promueven la conciencia y la acción en todo el mundo para aquellos que padecen hambre y recuerdan la necesidad de garantizar una alimentación sana para todos.
Noviembre - 6	Mes de la familia
Noviembre - 25	Día para la Prevención de la Explotación del Medio Ambiente en la Guerra y los Conflictos Armados. No Violencia contra la mujer
Diciembre - 5	Día Mundial del Suelo. El Día Mundial del Suelo (WSD, por sus siglas en inglés) se celebra anualmente cada 5 de diciembre desde el 2014, año en el que la ONU designó esta fecha a propuesta de la FAO un año antes. Los orígenes de la idea se remontan a 2002 gracias al impulso de la Unión Internacional de Ciencias del Suelo (IUSS, por sus siglas en inglés), la cual propuso este evento en el marco de la Alianza Mundial por el Suelo, un foro colaborativo surgido ante la necesidad de compartir experiencias sostenibles para recuperar un suelo que pensábamos era un recurso infinito.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICAS

- Cadenas, Z. Pérez, M. & Fernández, E. Pérez, J. Guardianas y Guardianes del Agua Guía para el profesorado con recursos para realizar la acción.
- Casati. M (2007). Juegos en el agua para niños. DeVecchi Barcelona. España
- Comité Técnico Interinstitucional de la Iniciativa de Escuelas amigas y saludables, Juanita y la Gotita, Manual de Saneamiento Básico para maestros y maestras de Educación Primaria.
- Crispín, M. Gomez, T. & Ramirez, J. Ulloa, J. (2012). Guía del Docente para el Desarrollo de Competencias, Ciudad de México.
- Farías, E. & Pacheco, H. (2010) Manual de Capacitación a Familias, "Cuidemos el Agua Fuente de Vida y Salud".
- Fondo para el Logro del ODM, (2010) Guía para el Capacitador/a en Educación Sanitaria y Ahorro del Agua.
- González, E. Recopilación 456 Juegos y Dinámicas de Integración Grupal Instituto de Estudio sobre Desarrollo y Cooperación Internacional, Cuaderno de Trabajo /Lan-Koadernoak, Hogo, Núm. 68.
- Ministerio de Economía Planificación y Desarrollo, Octavo foro Mundial del agua contexto actual del agua en la republica dominicana.
- Organización Mundial de la Salud, (2007) Lucha contra las enfermedades transmitidas por el agua en los hogares / Red internacional para la promoción del tratamiento.
- Organización Mundial de la Salud, (2009) Manual para el desarrollo de planes de seguridad del agua: metodología pormenorizada de gestión de riesgos para proveedores de agua de consumo.
- Payano, I. (2019). Cuando el rio suena, cuento educativo.
- Pérez, R. (2015) La Cultura del Agua, el camino hacia una gestión sostenible.
- PUCMM. (2016). Guía Educación temprana sobre el agua. República Dominicana.
- PUCMM. (2016). Guía Educación temprana sobre el agua. Nivel primario, primer ciclo .República Dominicana.
- PUCMM. (2016). Guía Educación temprana sobre el agua. Nivel primario, segundo ciclo. República Dominicana.
- PUCMM. (2016). Guía Educación temprana sobre el agua. Nivel secundario, primer ciclo. República Dominicana.
- Rodríguez R. & García M. (2007) Compendio de Estrategias bajo el Enfoque por competencias.
- Soto, L. (2014) Sistematización de la Experiencia de Capacitación para el Mejoramiento de la Enseñanza Técnica de la Matemática con Docentes del I y II Ciclo de la Educación Básica. Tegucigalpa, M.D.C. Sub secretaria de Ecología, Gobierno de las Pampas, Cuadernos El agua, Actividades de educación ambiental para el nivel secundario.
- UNICEF. (2007). Manual de Capacitación de Capacitadores, Programa Retorno de la Alegría, Colombia.
- Villegas, M. (2019). Que llueva que llueva, cuento educativo.
- World Health, (2011). Guías para la calidad del agua de consumo humano, Ginebra y el almacenamiento seguro del agua doméstica, Organización Mundial de la Salud.

CONTINUACIÓN

Webgrafía

¿Cómo hacer el huerto? <https://bit.ly/34UkOPK>

¿Cómo hacer el huerto? <https://bit.ly/34UkOPK>

¿Por qué hay que cuidar el agua? <https://bit.ly/2OE8iOx>

Abandonar el nido. Danny Vega Méndez - 06 de agosto de 2012.
<https://bit.ly/2PhOY8T>

Ambientech y Fundación Agbar. El agua, recurso indispensable para la vida. Materiales para Secundaria y Bachillerato.
<https://bit.ly/2RxUy8q>

Aprende el consumo responsable de agua con este video especial para estudiantes. <https://bit.ly/2R8WS6Q>

Campaña 'Yo Cuido el Agua' 22/03/2017. <https://bit.ly/2LsrPQj>

Ciencia en el aula: la flotación. <https://bit.ly/2TGgrFl>

Cómo interpretar el dibujo de la familia en un niño.
<https://bit.ly/2DOwBmX>

Consejos de ahorro del agua. <https://bit.ly/2OZClze>

Contaminación del agua: causas, consecuencias y soluciones.
<https://bit.ly/37SE0zb>

Contexto actual del agua en la República Dominicana.
<https://bit.ly/2R7XSZo>

Cuencas hidrográficas. <https://bit.ly/37Rrdx0>

Derecho la Participación de los Niños, Niñas y Adolescentes
Guía Práctica para su Aplicación. <https://uni.cf/2s1mdoV>

Dibujos animados sobre manipulación de alimentos.
<https://bit.ly/2rXdKDK>

El portal de Educación de la Junta de Castilla. El agua en casa. Aqualia. ¿Haces uso del agua de forma responsable? ¿Conoces las acciones que puedes realizar en tu vida cotidiana para ahorrar agua? Demuéstralo. Dirigido a niños de enseñanza primaria.
<https://bit.ly/30FFjy9>

El portal de Educación de la Junta de Castilla. Importancia del agua como recurso limitado y escaso. Dirigido a niños de enseñanza primaria. <https://bit.ly/37fyuG4>

El recorrido del agua por la cuenca. <https://bit.ly/2ODn20b>

Experimento tensión superficial de agua sobre una moneda.
<https://bit.ly/2qddmjG>

Fundación CRANA, Recursos educativos sobre agua y Ríos.
<http://www.crana.org/es/agua-rios>

Girl and Boy. <https://bit.ly/2PoRBpM>

Guía para el capacitador/a en educación sanitaria y ahorro del agua ONU 2010. <https://bit.ly/2YkClhL>

CONTINUACIÓN

Hidrografía De República Dominicana. <https://bit.ly/2sF7yR6>

Igualdad de género. <https://bit.ly/2r8bwkG>

Intermón Oxfam. Un Turista en el Mediterráneo. Materiales para Secundaria y Bachillerato. <https://bit.ly/2tBRH6f>

Investigando la flotación. <https://bit.ly/35OxoJA>

La Equidad de Género desde las Aulas, educando, MINERD. <https://bit.ly/2OTQlf1>

La historia de los niños manitas sucias. <https://bit.ly/2rWhghh>

Las tres R: Una opción para cuidar nuestro planeta. <https://bit.ly/2r6B55t>

Los hábitos de higiene. <https://bit.ly/33RPHDg>

Lucha contra las enfermedades transmitidas por el agua en los hogares. <https://bit.ly/367ZXJ2>

Material básico sobre el agua. Rio Los Baos. <https://bit.ly/33zQmJj>

Medir la tensión superficial con una barra de equilibrio. <https://bit.ly/2OEsKiv>

Narigota en español - 2. Los magos de la lluvia - dibujos animación. <https://bit.ly/2ODeneb>

Objeto Digital de Enseñanza Aprendizaje (ODEA). Diseñado para Secundaria. <https://bit.ly/38sZtOz>

Principios de protección de derechos humanos y género en situaciones de emergencia. <https://bit.ly/36byq9H>

Recorrido por la Sala del Agua. <https://bit.ly/2G7AOTH>

Saneamiento ecológico. <https://bit.ly/2OTsZX5>

Sección infantil de la web del Decenio Internacional para la Acción «El agua, fuente de vida» 2005-2015. <https://bit.ly/2sIGnVJ>

Avances en Agua y Educación para las Américas y el Caribe. <https://bit.ly/37o5nAo>

ANEXOS CONVENIO RÍO LOS BAOS



FICHAS DE TRABAJO

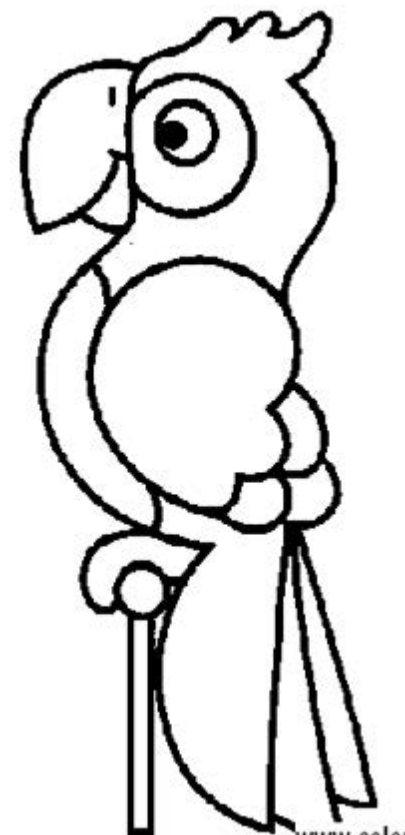
La Fundación Humanismo y Democracia utilizó fichas y guías de trabajo en la metodología implementada para la sensibilización comunitaria en materia de agua, saneamiento, género y salud ofreciendo un recurso práctico y útil a los técnicos ejecutores del proyecto, estos se agregan como anexos complementario para la guía Cultura de Agua Integral.



CUESTIONARIO 1: USO Y MANEJO DEL AGUA

Ahora es tu turno ¡Demuestra lo que has aprendido!

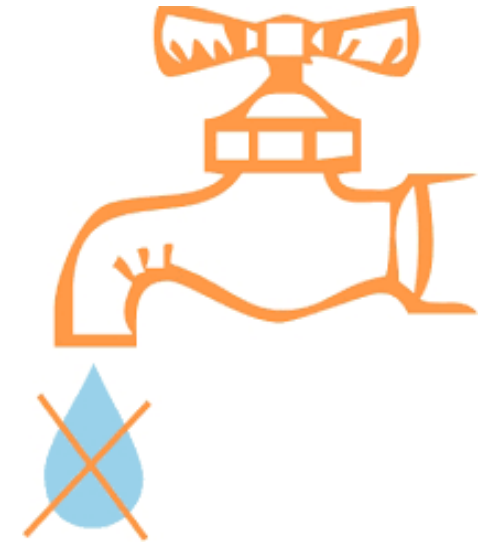
- 1- El agua se contamina por los desperdicios que se tiran en el río. (F) o (V)
- 2- Los vegetales y las frutas son lavados antes de consumirlo. (F) o (V)
- 3- La vegetación de la comunidad ha cambiado mucho en los últimos años. (F) o (V)
- 4- La Comunidad desperdicia el agua en cosas innecesarias. (F) o (V)
- 5- La contaminación del agua daña la piel y produce enfermedades del estómago. (F) o (V)
- 6- La Comunidad reconoce las diferentes formas de contaminación del agua. (F) o (V)
- 7- La Comunidad reconoce los principales riesgos del manejo inadecuado del agua. (F) o (V)
- 8- Conocen algunos métodos caseros para la filtración y purificación del agua. (F) o (V)
- 9- La falta de agua entorpece las labores domésticas y agrícolas en tu comunidad. (F) o (V)
- 10- La comunidad cuenta con informaciones sobre el buen uso y manejo del agua. (F) o (V)





Continuación

- 11- ¿Usted toma agua directamente de la llave? (F) o (V)
- 12- ¿El agua que consume la familia tiene sabor? (F) o (V)
- 13- ¿El agua lluvia es la más pura para ser consumida por las personas? (F) o (V)
- 14- ¿El cloro sirve para purificar el agua que tomamos? (F) o (V)
- 15- ¿El 80% de nuestro cuerpo está formado por agua? (F) (V)
- 16- ¿Bebe usted agua embotellada? (F) o (V)
- 17- ¿En la comunidad se desperdicia mucha agua con los lavado de motores y de carros?. (F) o (V)
- 18- ¿El próximo problema de la Humanidad será la el agua? (F) o (V)
- 19 ¿Se pude sobrevivir sin el agua? (F) o (V)
- 20- La pérdida de agua tiene que ver con la contaminación ambiental que estamos viviendo actualmente (F) o (V)



"Aproximadamente el 70% de las personas dedicadas a la agricultura son mujeres. Pero el acceso a la tierra y el agua no se da en la misma proporción".



EL AHORRO DEL AGUA

Juntemos esfuerzos para las acciones que nos lleven a la conservación, racionalización, ahorro, valorización y distribución del agua, en función de los diferentes usos de manera equilibrada. Nuestra supervivencia depende de ella. No la desperdiciemos ni la contaminemos.



El agua es un recurso natural por excelencia, escaso e insustituible. Ningún ser vivo puede carecer de ella, porque sus posibilidades de vida serían escasas sobre la Tierra. El ahorro, manejo adecuado y conservación del agua son las alternativa que tenemos los seres humanos para sobrevivir en el planeta.

Hoy día, el agua que extraemos de los lagos, ríos o acuíferos no siempre basta para satisfacer las necesidades humanas y del ecosistema, debido a la degradación que afecta las cuencas hidrográficas. Las cuencas altas merecen un tratamiento especial para que ayuden a retener cada gota de agua que cae sobre ellas. En las zonas bajas de las cuencas hay que evitar los grandes vertederos de desechos sólidos y aguas residuales.

Hay muchas razones por las que debemos ahorrar agua, entre estas

- El aumento sustantivo de la población;
- El acelerado proceso de urbanización que presiona los cursos de agua superficiales y contribuye a disminuir las áreas de recargas para evitar contaminar las fuentes de los acuíferos subterráneos;

- El incremento de la demanda de agua en los procesos de industrialización;
- El incremento de las tierras de regadíos, debido a la demanda cada vez mayor de alimentos para la población;
- El desprecio incontrolable de nuestros hogares, industrias, acueductos y sistemas de riego.

Algunos consejos útiles y prácticos para el ahorro del agua:



Cerrar la llave mientras nos cepillamos, afeitamos, lavamos y enjuagamos la ropa, los utensilios de cocina o el vehículo, así como cuando nos lavamos las manos o regamos las plantas.

Evitar descongelar los alimentos con agua, dejar llaves y mangueras abiertas, pero sobre todo, evitar fugas en las tuberías de nuestro hogar. Tratar de descargar los inodoros una sola vez en el día, y reusar el agua cuando sea conveniente.

En aquellos lugares donde sea posible, hay que tratar de aprovechar el agua de lluvia, si la vamos a tomar recordemos: cinco (5) gotas de cloro por galón de agua limpia.

En las industrias debemos tratar de usar únicamente el agua que se necesita en los procesos de industrialización, sin dejar de pensar que el agua utilizada deber ser depositada en una planta de tratamiento.



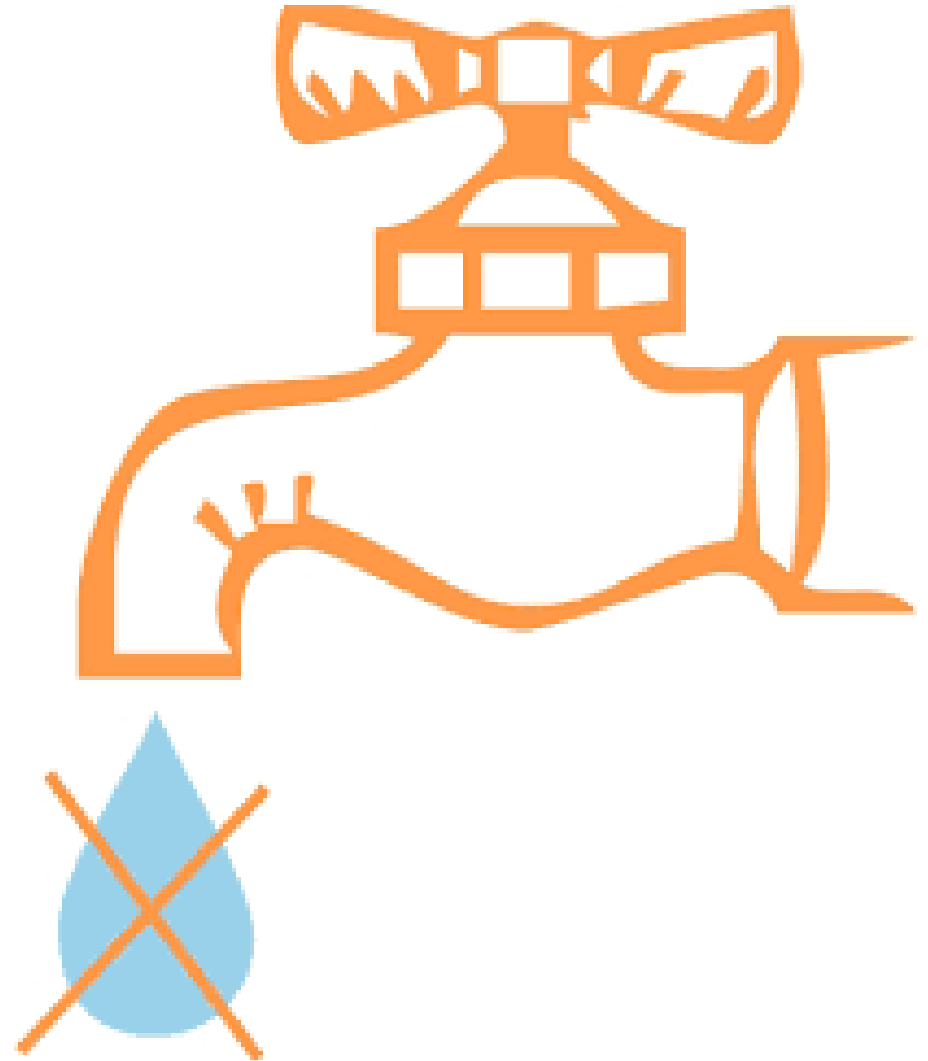
En la agricultura hay que evitar los torrentes, porque además de que desperdiciamos mucha agua cuando esto ocurre, lavamos nuestros suelos dejándolos estériles y obligándonos a usar más agroquímicos en la producción, contaminando el agua y haciéndola más escasa.

Es muy bueno ahorrar y cuidar el agua de manera colectiva en nuestras casas, la industria, la agricultura, en lugares públicos como: escuelas, hospitales, parques, centros comunales, oficinas públicas y privadas, porque con esto aseguramos la vida.

Recuerda que ésta es una tarea de la que somos responsables todos: hombres, mujeres, niñas y niños, y que casi de manera generalizada en el mundo son las mujeres y las niñas las responsables del acarreo del agua, de su manejo y de su ahorro, hecho que les impide su presencia y participación en otros espacios de la comunidad

Debemos ahorrar el agua y evitar su contaminación, tanto subterránea como superficial, de no hacerlo así, nos exponemos a un incremento del ya costo creciente del agua y una lucha por el vital líquido de los seres humanos con resultados impredecibles.

Ahorrando y conservando el agua aseguramos el bienestar del presente y la prosperidad del futuro de nuestras generaciones. No dejemos ir la vida sobre un cuerpo de agua contaminada; un chorrillo de agua limpia que desperdiciamos hoy, nos servirá mañana para conocer nuestros alimentos, para saciar la sed y para asegurar condiciones adecuadas de higiene en todos los miembros de la familia. Recuerda que mujeres y niñas, así como personas mayores y/o enfermas, necesitan condiciones óptimas en el acceso al agua y en el saneamiento básico; condiciones directamente ligadas a su dignidad y privacidad.





COMO TRATAR EL AGUA

El buen manejo del agua garantiza nuestro futuro.



Para tener una vida saludable y una vida prolongada, debemos ser vigilantes de la calidad del agua que utilizamos. El agua tiene diferentes usos como son:

- Higiene personal e íntima de todos los miembros de la familia, especialmente de las mujeres y niñas dadas sus particularidades fisiológicas y las derivadas de la gestación, el parto y la crianza en el caso de las mujeres adultas;
- Uso para la preparación de alimentos y la desinfección de útiles como biberones, la preparación de alimentos y la higiene de personas enfermas o dependientes, recordando que éstas son tareas que por lo general recaen en las mujeres como efecto de la división sexual del trabajo que ha naturalizado esta asignación de roles (tareas de mujeres, tareas de hombres). Tener que buscar agua, acarrearla, hervirla y almacenarla es un proceso enorme que resta una gran cantidad de tiempo, energía y ganas para que las mujeres se piensen y se construyan fuera de la casa y de las tareas domésticas.

Los hábitos de higiene personal se inician en el núcleo familiar, y se reflejan en el crecimiento dentro de la misma familia y la sociedad.

Para una buena higiene personal debemos tener en cuenta:

- El lavado de las manos antes de preparar alimentos y después de usar el baño.
- Mantener nuestras uñas limpias y evitar los lugares donde se generen contaminantes.

- Cuando el agua es utilizada para los usos de la casa y de la higiene personal debemos asegurarnos que esté libre de los microbios que transmiten enfermedades.

Podemos purificar el agua de las siguientes maneras:

1. Desinfección por ebullición (agua hervida)

El método del agua hervida es eficiente para la cantidad de agua que usa una familia para tomar, pues con esto logramos la descomposición de las sustancias que producen contaminación.



Debemos hervirla durante un (1) minuto después de iniciar el burbujeo o ebullición. Este método sólo es válido cuando el agua presenta una apariencia clara; si presenta turbidez debemos filtrarla o colocarla en una tela bien limpia, antes de hervirla.

El agua hervida se debe almacenar en recipientes limpios y tapados. Una buena opción para sacar esta agua de forma apropiada es hacerlo en jarros libres de contaminantes o si se prefiere, agregar cinco (5) gotas de cloro por galón.

2. Desinfección por cloro

Agua de beber:

Agregar cinco (5) gotas de cloro por galón y dejarla reposar por 30 minutos.





Tanques:

Sumar dos (2) tapitas de cloro a tanques de 55 galones.

Cisternas

Agregar una taza de cloro a cisternas de 1,000 galones y para el mantenimiento media taza.



Vegetales crudos

Añadir 15 gotas de cloro por galón y dejarlos sumergidos durante 15 minutos.

Pisos, utensilios de limpieza y paredes

Emplear dos (2) tazas de cloro por cada cubeta de agua. Los utensilios de limpieza dejarlos reposar por 10 minutos.

Lavamanos y bañeras

Usar dos (2) tazas de cloro por cada cubeta de agua, y estregar el área.

Inodoros

Descargar y agregar $\frac{3}{4}$ taza de cloro. Cepillarlos y dejar actuar por 10 minutos.

Letrinas

Tomar media cubeta de agua y agregar una taza de cloro. Cepillar el área de sentarse.

3. Desinfección por yodo

- Usar dos (2) gotas de tintura de yodo al 2% para desinfectar un litro de agua.
- Adicionar ocho (8) gotas de tintura de yodo al 2% para desinfectar un galón de agua.



Si el agua está turbia no es apropiado desinfectarla con yodo, o en el mejor de los casos, conviene duplicar la dosis.





PROTECCIÓN DEL AGUA

El acceso al agua de buena calidad, es un pasaporte a la vida saludable

El agua como recurso natural de primer orden es un bien renovable, pero también agotable; renovable porque el ciclo lo renueva y agotable porque al tiempo que aumenta su consumo, se agota.

La especie humana en sus actividades diarias ha contribuido con la degradación de los recursos naturales, especialmente con el más importante, el agua. Son las mujeres las personas más afectadas por esta limitación, ya que ellas son las encargadas de buscar el agua y llevarla a la casa; cuánta menos agua haya, más lejos hay que ir a buscarla, más recorrido para cargarla hasta la casa, más tiempo empleado, más afectación en su salud a largo plazo, menos tiempo para otras actividades no domésticas, y más riesgo, inseguridad y vulnerabilidad en los desplazamientos, cuánto más largos peor para ellas, tanto mujeres adultas como jóvenes y niñas.

A partir de esta realidad, debe ser responsabilidad de toda la comunidad –hombres y mujeres, niñas y niños... trabajar para preservarla, y así asegurar su permanencia en la Tierra.

Estas acciones deben ir acompañadas de un esfuerzo común que asegure la pureza del agua. Para respaldar lo último, debemos participar de manera igualitaria en las decisiones relacionadas con el recurso agua y sobre todo vigilar la fuente de nuestro sistema de abastecimiento de agua potable. El acceso al agua de buena calidad, es un pasaporte a la vida saludable, debido a que la posibilidad de obtener enfermedades de origen hídrico se reduce considerablemente.

Actividades para la vigilancia y protección de la fuente de abastecimiento de agua

Existen muchas actividades que podemos practicar, orientadas a la vigilancia y protección de la fuente de abastecimiento de agua de la comunidad, ejemplo:

- La siembra de árboles a la orilla de los ríos.
- No lanzar basura de ningún tipo a los acuíferos.
- Evitar que los residuos agroquímicos que usamos en la agricultura vayan a parar a las fuentes de agua. Estas actividades y otras que se puedan agregar, podemos ejecutarlas fácilmente si elaboramos un programa sencillo y práctico al que se le pueda dar continuidad.



Para la protección de las fuentes de agua debemos unir esfuerzos y reunir personal voluntario en las comunidades que siempre están prestos a ir en auxilio de los ríos, lagos, manantiales y aguas subterráneas. Una manera sencilla de hacer las cosas, incluso dentro de nuestras actividades diarias, es realizando supervisiones permanentes del estado del suministro de agua, por cada uno de nosotros. Esto puede ir desde la adquisición de conocimientos sobre la manera que se trata el agua para consumo hasta conocer más sobre las fuentes de abastecimiento y su entorno.

El acceso al agua de buena calidad, es un pasaporte a la vida saludable, debido a que la posibilidad de contraer enfermedades de origen hídrico se reduce considerablemente.



EL AGUA Y LA HUMANIDAD

No echemos desperdicios de ningún tipo a los ríos, porque esto nos puede llevar a todos a la muerte.



El ser humano, desde su aparición, orienta sus actividades alrededor de los ríos, manantiales y lagunas e instintivamente seleccionó las fuentes que los animales habían escogido como buenas. Fue allí donde se constituyeron los primeros núcleos humanos, ya que entendieron desde entonces que el agua establece el soporte necesario y suficiente de esperanza de vida para la humanidad. Para los biólogos, la vida se originó en los mares y según la biblia: "El espíritu de Dios se movía en las aguas".

El agua no es propiedad exclusiva del ser humano, ya que es utilizada por otras formas de vida. Se considera como el solvente universal por excelencia porque prácticamente todas las sustancias que existen en la naturaleza se disuelven en ella. Por esa condición se hace más vulnerable a la contaminación.

Como estamos conscientes de esto, debemos cuidarla más.

- Las actividades humanas han llevado el agua (en muchos lugares del mundo) a su degradación, lo que puede continuar así, sabiendo, sobre todo, que esto atenta contra la vida de todos los seres en la naturaleza.



- A finales del siglo XVII, Louis Pasteur y otros científicos descubrieron que en las aguas había bacterias causantes de enfermedades. A partir de ese descubrimiento importante, en muchos países se realizaron diversos trabajos encaminados a analizar las aguas y a buscar tecnologías y alternativas que condujeran a su tratamiento, de manera tal, que se lograra la eliminación de las impurezas que venían de los excrementos humanos, la basura, los aceites, químicos, tóxicos, entre otros. ¡Estos tratamientos nos cuestan mucho! ¡Qué tal si evitamos tirarle todo eso al agua!
- Después de estos descubrimientos aumentaron las construcciones de acueductos para el abastecimiento de agua potable, los alcantarillados sanitarios, las plantas de tratamiento de agua potable y aguas residuales para la depuración y descarga con un nivel de tratamiento a los ríos, que son al mismo tiempo, fuentes de agua para bañarse, recrearse, navegar, pescar, mejorar los frutos y hasta para tomar. Si las aguas que conducimos a los ríos no las tratamos, estamos propiciando la propagación de las enfermedades de origen hídrico, que constituyen la principal causa de muerte en los países en desarrollo (como el nuestro) esencialmente de mujeres gestantes, niñas, niños, lactantes, personas enfermas y envejecientes, por las mayores condiciones de vulnerabilidad y exposición a factores de riesgo en que se encuentran.



El buen manejo del agua garantiza nuestro futuro



NUESTRA MICROCUENCA

Nuestra cuenca, nuestra casa, nuestro todo

La definición más sencilla que podemos compartir con usted sobre qué es una microcuenca sería "pequeña área donde cae y se infiltra el agua". Sin embargo, si entráramos en una definición más amplia podríamos expresarle que una micro cuenca es un área física y geográfica, delimitada por una línea divisoria denominada parte aguas, en donde interactúan aspectos, físicos, geográficos, químicos, biológicos, sociológicos, económicos y culturales.

Lo más importante no es saber su definición sino nuestra responsabilidad en cuidar de ella. La microcuenca es la casa del agua, en consecuencia es la casa de la vida, es nuestra casa grande. Cada cosa que hacemos impacta en la cuenca, sea de manera positiva o negativa. Comprender la cuenca implica comprender la vida que hay en ella y como esta vida interactúa entre sí. El agua es parte esencial de la vida y constituye a la cuenca como la sangre al cuerpo. Si nuestros ríos disminuyen sus caudales o son contaminados estamos enfermando la cuenca.

La cuenca del rio Los Baos tiene un área aproximada de 39,357.43 hectáreas y está localizada en la Provincia San Juan, formando parte de los municipios de El Cercado, Vallejuelo y San Juan de la Maguana y de los Distritos Municipales, Derrubandero, Batista, Jorgillo, y El Rosario. La población total de esta microcuenca es de 27.061 habitantes. En esta área se definen importantes proyectos relacionados con el agua.



CALCULO DE BENEFICIARIOS	CENSO POBLACIONAL		
	HOMBRES	MUJERES	TOTAL
VALLEJUELO	5.173,00	4.552,00	9.725,00
JORGILLO	1.497,00	1.181,00	2.678,00
BATISTA	1.301,00	1.013,00	2.314,00
DERRUMBADERO	2.714,00	2.204,00	4.918,00
EL ROSARIO	3.985,00	3.441,00	7.426,00
TOTALES	14.670,00	12.391,00	27.061,00
PORCENTAJES	54%	46%	100%



Nueve afluentes principales se encuentran en esta microcuenca: Cañada Honda, Río Dos Bocas, Cañada El Palmar, Cañada La Tasajera, Cañada Los Limones, Cañada El Cojo, Río Arriba del Sur, Cañada La Basura y Cañada El Pajarito. Existen una gran cantidad de arroyos, norias y etc. El caudal medio mensual del río Los Baos en la estación Vallejuelo es de 0.58m³/s.

En la actualidad la cuenca tiene una gran demanda de agua para la agricultura y para el consumo humano. Los principales conflictos por el agua se refieren a estos dos usuarios. El acceso al agua para consumo humano tiene prioridad sobre cualquier uso, sin embargo las condiciones de acceso limitan en gran manera un suministro efectivo a toda la población. Desde el punto de vista agrícola, el agua tiene una importancia altamente relevante

debido a que esta actividad domina sobre cualquier otro medio de producción de la zona. La cuenca requiere que todos sus usuarios comprendan la necesidad de vivir en armonía con los recursos naturales disponibles en esta cuenca.



Corrientes de Vallejuelo. Seudónimo Phordor.

El desarrollo de las comunidades depende en gran manera de la capacidad que tengan los actores locales en propiciar un ambiente que permita el desarrollo sostenible de la cuenca.

El reto está planteado, cuidar la cuenca implica un compromiso individual y colectivo con miras a garantizar que todos y todas podamos ser parte de un ecosistema sano, garante de la vida y sostenible en el tiempo. Nuestro mejor legado a las futuras generaciones es un ambiente apropiado y libre de contaminación.

El buen manejo del agua garantiza nuestro futuro.



¿Qué es el dengue?

Eliminemos los criaderos de mosquitos, si no hay gusarapos no habrá mosquitos, si no hay mosquitos, no habrá DENGUE.

Es una enfermedad viral transmitida a los seres humanos por la picadura del mosquito *Aedes Aegypti* (hembras), el cual se cría y se reproduce en depósitos de agua.



Ciclo de transmisión:

El virus del dengue se transmite al ser humano por la picadura del mosquito *Aedes* infectado. Es decir, cuando el mosquito sano pica a una persona con dengue, toma el virus de la sangre y al picar posteriormente a una persona sana la contagia con la enfermedad.

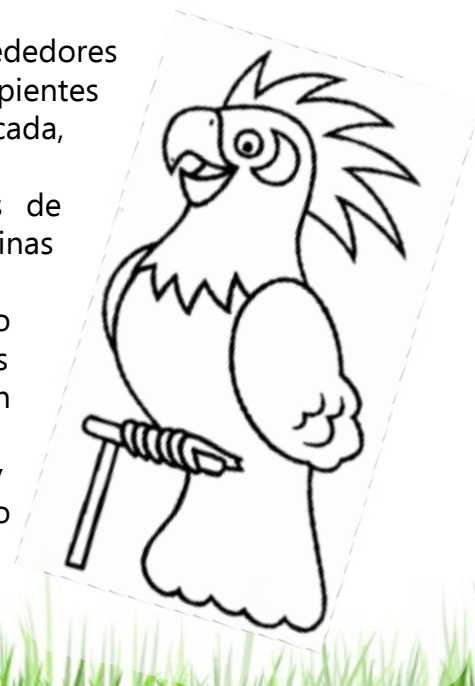
Síntomas del dengue

- Fiebre alta de 3 a 5 días, Dolor de cabeza, músculos, articulaciones y ojos.
- Dolor de garganta
- Vómito, náuseas y diarrea
- Decaimiento
- Manchas y erupciones en la piel en el pecho y brazos

Algunos consejos útiles y prácticos para la prevención del dengue:



- Revise su casa, y las zonas de los alrededores como jardines en búsqueda de recipientes que puedan acumular agua estancada, y que no tenga ninguna utilidad.
- Elimine el agua de los huecos de árboles, rocas, paredes, pozos, letrinas abandonadas.
- Entierre todo tipo de basura como latas, cáscaras, llantas y demás recipientes u objetos que puedan almacenar agua.
- Mantenga tapado los tanques y recipientes que colectan agua o pueden recolectar si llueve.





TERMINOLOGÍA DE GÉNERO

Eliminemos los criaderos de mosquitos, si no hay gusarapos no habrá mosquitos, si no hay mosquitos, no habrá DENGUE.

¿Qué es el género?

El género se refiere a las relaciones entre mujeres y hombres basadas en roles definidos socialmente, por ejemplo:

- Los hombres son los que dan las órdenes en la familia, las mujeres deben ser obedientes de sus maridos.
- Los niños juegan pelota y las niñas juegan con muñecas.
- Los varones pueden jugar en las calles, mientras las hembras no deben salir de sus casas.
- Las mujeres hacen los oficios domésticos y los hombres son los que saben de electricidad, plomería o carpintería.
- La mujer es de la casa y el hombre es de la calle.

Esta diferencia que la sociedad marca en razón de si se es hombre o mujer, expone a mayor riesgo de infectarse con una infección de transmisión sexual y el vi-rus que causa el SIDA a la mujer ya que debido a ciertas condiciones biológicas esta es más vulnerable que el hombre.

¿Sexo y género es lo mismo?

No, el sexo se refiere a las características biológicas con la que se diferencian el hombre de la mujer; por ejemplo:

- Las mujeres tienen vulva mientras los hombres tienen pene.
- Las mujeres se embarazan mientras los hombres no.
- Las mujeres pueden dar el seno a su bebe y los hombres no.

Mientras el género como ya dijimos se refiere a las características que la sociedad le otorga al hombre o la mujer a partir de su sexo, por ejemplo:

- Las mujeres son débiles y los hombres son fuertes
- Las mujeres lloran y los hombres no.
- Las mujeres son educadas para que hagan los oficios de la casa, mientras los hombres no, porque después se "aniñan".
- Las mujeres deben atender a los hijos e hijas en la casa, mientras los hombres no.



¿Sabes la diferencia de estos términos?

Igualdad de Género: Condición por la cual hombres y mujeres participan como iguales, tienen igual acceso a los recursos así como igualdad de oportunidades de control.

Sensibilidad al Género: Conciencia de las diferencias entre las necesidades, roles, responsabilidades y limitaciones de mujeres y hombres.

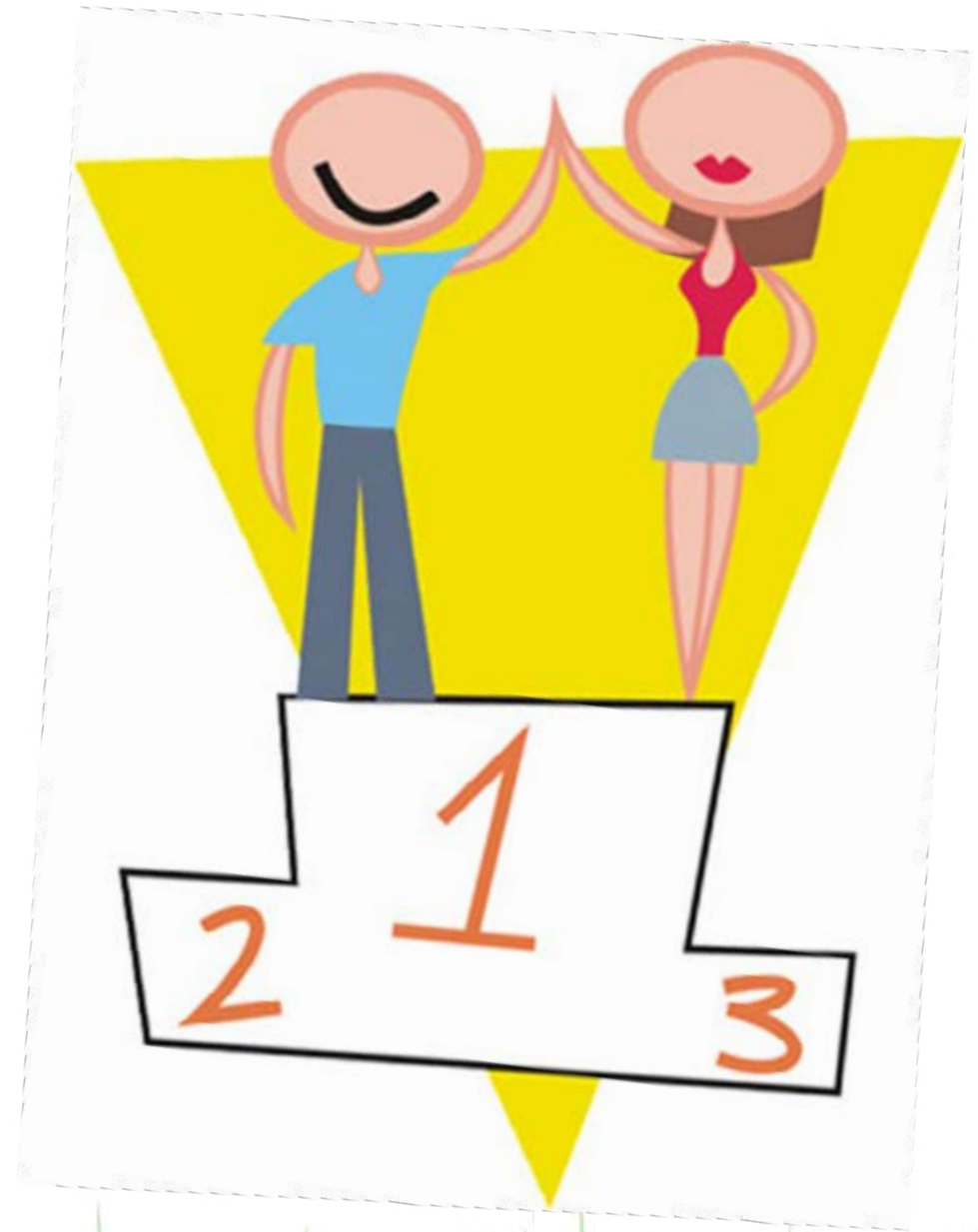




Análisis de Género: El análisis de género requiere separar los datos e información por sexo (lo que se conoce como datos desagregados) y comprender la manera en que se divide y valoriza el trabajo, roles, necesidades y participación por sexo (ya sea de los hombres o de las mujeres).

El concepto de equidad de género: Se refiere a la capacidad de ser equitativos y justos en relación al trato de hombres y mujeres, teniendo en cuenta sus diferentes necesidades. En una situación de equidad de género, los derechos, responsabilidades y oportunidades de los individuos no se determinan por el hecho de haber nacido hombre o mujer.

El Género, como simbolización de la diferencia sexual, define a la mujer y al hombre como seres "complementarios", con diferencias "naturales" propias de cada quien. La base de la construcción del género se encuentra en una arcaica división sexual del trabajo, que hoy, en virtud de los adelantos científicos y tecnológicos, resulta obsoleta. Y aunque el género se ha ido construyendo y modificando a lo largo de siglos, persisten todavía distinciones socialmente aceptadas entre hombres y mujeres que tienen su origen en dicha repartición de tareas. La simbolización que se ha desarrollado en torno a tal división laboral le da fuerza y coherencia a la identidad de género.





GÉNERO Y TERMINOLOGÍA (DINÁMICA 1)

¿Sabrías rellenar esta tabla? ¡Inténtalo y luego lo comentamos todos juntos!

SEXO	FUNCIONES / TAREAS	JUSTIFIQUE LIMITACIONES O ACCESO A ESTAS FUNCIONES
HOMBRE		
MUJER		





GÉNERO Y EQUIDAD (DINÁMICA 2)

GENERO

Dejemos que ellos elijan, de acuerdo a su vocación o preferencia, apoyemos su decisión.



Enséñales a jugar, reír, compartir, expresar sus sentimientos, sin hacer ninguna diferencia. Ambos necesitan del amor, cariño y comprensión de sus padres.

Cuando crezcan educa a tus hijos, hombres y mujer con las mismas oportunidades de desarrollo. A veces tendemos a hacer diferencias, por ejemplo, cuando eligen su profesión, su ocupación, su pareja.



Dejemos que ellos elijan, de acuerdo a su vocación o preferencia, apoyemos su decisión.



Las mismas oportunidades de desarrollo personal y profesional que brindas a tus hijas, harán que cuando sean jóvenes, establezcan relaciones de pareja, basados en el amor y respeto mutuo.



Cuando cada uno de tus hijos hombres y mujeres formen su familia, compartirán tareas y responsabilidades con su pareja, logrando encontrar el bienestar familiar.



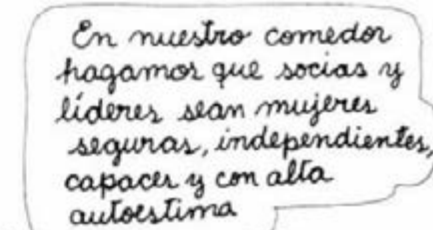
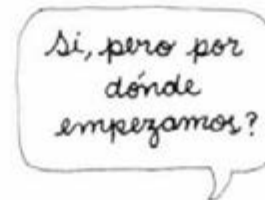
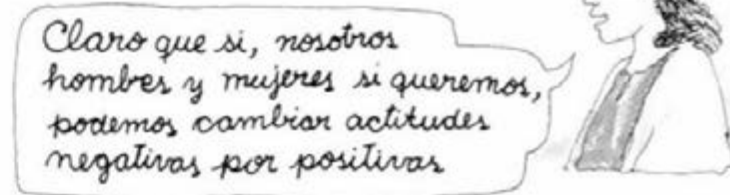
Juntos lograrán
el cambio.



Luego en la sociedad cuando asuman diferentes roles, lo harán de acuerdo a la formación que han recibido.



Serán personas independientes, seguras, audaces y con alta autoestima logrando así realizar todas sus aspiraciones.



Actividad: En grupo vamos a comentar estas viñetas



GÉNERO, DERECHOS Y DEBERES

Hombres y mujeres tenemos derechos y obligaciones ¿Los conoces?

¿Qué son los Derechos?

Los derechos son libertades individuales o sociales garantizados por la máxima ley, con el fin de brindar protección y seguridad a todos los ciudadanos. En nuestro país, estos derechos están en la Constitución Nacional.

¿Qué son los Deberes?

Los deberes son reglas, leyes y normas que regulan nuestra convivencia en la sociedad.

Derechos y Deberes de los seres humanos

Todos los miembros de una sociedad niños, jóvenes, adultos y ancianos, hombres y mujeres, tenemos obligaciones para cumplir, al igual que libertades para exigir. En nuestro hogar, escuela, barrio, urbanización, ciudad, a cada instante de nuestra vida tenemos oportunidad de ejercitar nuestros deberes y hacer valer nuestros derechos.



Deberes con nuestra comunidad

- Colaborar en el mantenimiento de las buenas condiciones de los servicios públicos tales como el teléfono, el transporte y otros.
- Colaborar con el aseo de la comunidad no arrojando desperdicios a la calle, jardines, parques o establecimientos.
- Contribuir con el mantenimiento de la escuela o parques donde realizas actividades. Siempre es bueno dejar el lugar que has visitado mejor de cómo lo encontraste.
- Respetar el espacio de tus vecinos.
- Conocer las normas de tu comunidad. Cada comunidad tiene un estilo de vivir.

Deberes Sociales

Son el conjunto de obligaciones de orden moral, social, de tipo altruista, que invitan a los ciudadanos a colaborar, pero que, en caso de ser necesario, tienen mecanismos de obligatorio cumplimiento. Entre los deberes sociales están:

- El deber de cumplir con las responsabilidades sociales. Por ejemplo, en caso de una calamidad.
- El deber de participar en la vida política, civil y comunitaria de la Nación.
- El deber natural de protección de los derechos humanos.
- El deber de pagar los impuestos, tasas y contribuciones que imponga el Fisco Nacional.
- El deber de prestar el servicio militar o civil de forma voluntaria.
- El deber de prestar la colaboración en las funciones electorales cuando el Estado solicite de ellas.



Los derechos

- Los **Derechos Humanos**, como el conjunto de derechos y de instituciones, que garantizan, promueven y defienden los derechos inherentes al ser humano, y que se encuentran consagrados en los diferentes acuerdos o declaraciones de carácter regional o universal.
- Los **Derechos Civiles** como su nombre lo indica: Son todos esos derechos que pertenecen a cada una de las personas que conforman la colectividad. Esta serie de derechos protegen y garantizan los la integridad física y moral de los ciudadanos.
- Los **Derechos Políticos**: Son el conjunto de derechos que tienen los ciudadanos para manifestar su opinión con respecto a aspectos de orden político, como las Elecciones, que es una de las formas de participación de la Sociedad.
- Los **Derechos Sociales y de Las Familias**: Son el conjunto de derechos que tienen por objeto la regulación y protección de las instituciones propias del Derecho de Familia, a saber: La Familia, La Adopción, La Maternidad, El Matrimonio, Los Hijos, así como también todo lo referido a la Seguridad Social, la Salud, El Trabajo, Los Salarios, y todo lo relacionado al desarrollo social de los ciudadanos.
- Los **Derechos Culturales y Educativos**: son el conjunto de normas que tienen por objeto la ratificación, garantización, acceso y protección de la Cultura, así como también del Sistema Educativo.





DERECHOS Y DEBERES (DINÁMICA 1)

Organicen grupos y expongan ejemplos de deberes que regulan nuestra convivencia en la sociedad.

DERECHOS	DEBERES
Derecho a la vida	
Derecho a la educación	
Derecho a la salud	
Derecho a la alimentación	
Derecho a elegir y ser elegidos	





DERECHOS Y DEBERES (DINÁMICA 2)

Organicen grupos y expongan ejemplos de derechos y deberes que regulan nuestra convivencia en la sociedad.



DERECHOS	DEBERES	OPORTUNIDADES O DIFERENCIAS ENTRE HOMBRES Y MUJERES EN EL ACCESO
1.	1.	1.
2.	2.	2.
3.	3.	3.



DERECHO A TENER DERECHOS (DINÁMICA 3)

“El derecho al desarrollo humano se concretiza, en el derecho de cada cual a poder desarrollar al máximo sus capacidades, y disfrutar de todos los derechos humanos y libertades fundamentales.

En este sentido, la Declaración sobre el Derecho al Desarrollo (DDD), adoptada mediante la Resolución de la Asamblea General de las Naciones Unidas (1986), considera al desarrollo como: “Un derecho humano inalienable en virtud del cual todos los seres humanos y todos los pueblos tienen derecho a participar en un desarrollo económico, social, cultural y político en el que puedan realizarse plenamente todos los derechos humanos y libertades fundamentales, y a beneficiarse de este desarrollo”.

El antecedente a la concepción actual de los derechos humanos, es la Declaración de los Derechos del Hombre y del Ciudadano como resultado de la revolución francesa refrendada por las Naciones Unidas en 1948.

Las mujeres lograron un avance significativo en el reconocimiento formal de sus derechos en 1979, en la Convención para la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación Contra las Mujeres CEDAW en la igualdad de género.



La Convención, que alude a las formas de discriminación contra las mujeres y determina la responsabilidad del Estado, en la construcción de políticas públicas y de mecanismos que preserven los derechos de las mujeres. La CEDAW aborda temas relativos al derecho al trabajo, a la educación, a la salud, y otros referidos a las relaciones entre hombres y mujeres en el ámbito privado.

REFLEXIÓN FINAL

- El concepto de género debe entenderse como una construcción cultural que incluye valores y costumbres de arraigado peso que compromete una posición política en el sistema de representaciones.
- Los movimientos por la reivindicación de los derechos en función del género han logrado el reconocimiento de los derechos de las mujeres en el ámbito de la educación, la salud, el trabajo, etc.; sin embargo todavía quedan muchos caminos que recorrer.
- Todavía los derechos de las mujeres a la formación/educación, a la salud física y mental y al trabajo remunerado, no se reconocen plenamente en la práctica ni de la misma manera, en todos los países de la región.
- Solamente en el marco de la democracia es posible pensar en un cambio de las relaciones de poder entre hombres y mujeres y en políticas encaminadas a la igualdad. La democracia permite la confrontación, la concertación y el diálogo como herramientas fundamentales para el logro de una convivencia en condiciones de equidad.



GÉNERO Y AUTOESTIMA I

Cuando la mujer cree en sus capacidades, habilidades y talentos, se cree capaz de lograr todas las metas que se proponga en la vida

¿Qué es la autoestima?

Es el amor; valoración y respeto que sentimos por nosotras mismas. Por eso es importante que desde que las personas nacen se le estimule a valorarse, respetarse y creer en sus capacidades, habilidades y talentos.

Dependiendo de la imagen que la persona tenga de sí misma, será capaz de lograr sus metas y objetivos en la vida, y dependiendo del respeto que tenga por su persona, será capaz de exigir sus derechos, evitar atropellos y humillaciones.

¿Cómo se forma la autoestima en las personas?

La autoestima de las personas se forma a través del proceso de crianza y dependiendo de los estímulos que reciba de su familia, en la escuela, en los espacios donde convive, las personas desarrollan una imagen adecuada o inadecuada de sí mismas,



es decir aprenderán a creen en sí misma y en sus habilidades y talentos o no.

¿Qué es una autoestima alta o positiva?

Es cuando la mujer cree en sus capacidades, habilidades y talentos por tanto se cree capaz de lograr todas las metas que se proponga en la vida. Y además es segura de sí misma y lucha contra las dificultades que se le presentan en pos de lograr lo que se propone.

Es por lo tanto capaz de cuidar su salud y su cuerpo y negociar con su compañero el uso de medidas de protección contra las infecciones de transmisión sexual y el virus que causa el SIDA.

¿Qué es una autoestima alta o positiva?

Es cuando la mujer sabe que así como tiene habilidades y talentos tiene limitaciones y que por tanto, muchas metas le serán fáciles de lograr, pero para otras tendrá que luchar y esforzarse más.

La mujer sabe que es responsable de cuidar su salud y su cuerpo, pero sabe, además, que como vivimos en una sociedad machista tendrá que esforzarse para que su pareja entienda que ella tiene el derecho a exigir respeto por su cuerpo, su persona y que para ella poder cuidar su salud y su vida debe exigir y negociar protección contra infecciones y enfermedades.



Cómo podemos fomentar que las personas desarrollen una adecuada autoestima?

Si le damos a las niñas y los niños desde que nacen estímulos que le ayuden a formarse una imagen adecuada de sí mismo, diciéndoles lo valiosos que son y demostrándoles cuanto los amamos y respetamos, aprenderán a quererse y respetarse como personas, y a creer en sus habilidades, capacidades y talentos, cuando sean mujeres y hombres adultos serán capaces de cuidar su cuerpo, salud y su vida, y exigirán respeto como personas y exigirán sus derechos.



Cómo creen ustedes que puede la autoestima influir en que las mujeres asuman conducta de protección frente a las infecciones de transmisión sexual y el SIDA?

Las mujeres que han logrado desarrollar niveles adecuados de autoestima, es decir, tienen una autoestima alta o equilibrada, serán capaces de negociar y exigir a sus compañeros el uso de medidas de protección contra las infecciones de transmisión sexual y el virus que causa el SIDA. Serán capaces por tanto de plantearle a su pareja el uso del condón en sus relaciones sexuales.

Mientras que si la mujer tiene una autoestima baja, creerá que no es capaz de lograr negociar con su pareja el uso del condón y permitirá a que sea este quien decida cuándo y cómo usar el condón, poniendo en riesgo su salud y su vida.



GÉNERO Y AUTOESTIMA II

La lideresa y el líder comunitario deben aprender a tratar de manera adecuada al resto de la comunidad y de la organización y evitar mensajes negativos que dañen la autoestima de sus compañeras y compañeros de la comunidad, de la organización y del municipio.

¿Qué es la autoestima?

La autoestima es el sentimiento de aceptación, aprecio, valoración, respeto y confianza en nuestra capacidad, que las personas tenemos hacia nosotras mismas. Se refiere a la forma en que las personas nos valoramos, nos queremos, nos gustamos, creemos en nosotras mismas.

La autoestima significa reconocer que poseemos cualidades, capacidades, valores, habilidades y conocimientos. Es tener un concepto positivo acerca de una o uno mismo. No es ninguna vanidad reconocer nuestras virtudes. Significa conocernos como seres humanos y aceptarnos como tales.

La autoestima es la evaluación que la persona hace y mantiene por costumbre sobre sí misma, expresa una actitud de aprobación o desaprobación e indica el grado en que la persona se cree capaz, importante, exitosa y valiosa.

Las personas debemos trabajar nuestra propia autoestima, para que ésta sea una autoestima alta, jamás dejar que nuestra autoestima sea baja.

Importancia de la autoestima

La autoestima es importante porque:

- Es nuestra manera de percibirnos y valorarnos.
- Es el principio para mejorar como personas.
- Nos da mayor fortaleza y seguridad.
- Nos da mayor confianza en nosotras(os) mismas(os).
- Nos permite abrir las puertas a las(os) demás para que nos estimen.
- Nos permite transmitir valores positivos a nuestras hijas e hijos.
- Moldea nuestras vidas.

Una persona que tiene confianza en sí misma y en sus propias destrezas y habilidades, es una persona que posee un concepto positivo de sí misma, por tanto tiene más capacidad para desarrollar sus habilidades y aumentar el nivel de seguridad personal, y eso se reproduce en una autoestima alta.

Por el contrario, una persona que se desvaloriza, que piensa que no sirve para nada, que no sabe nada, es una persona con autoestima baja.

La autoestima alta o baja, generalmente se construye mediante las experiencias de vida, mediante mensajes positivos o negativos que son transmitidos por personas importantes en la vida de la persona, que la alientan o la denigran. Por eso la lideresa y el líder comunitario deben hacer un reconocimiento de sus propias capacidades, así como de sus puntos débiles, para seguirse fortaleciendo de lo positivo que posee y para disminuir aquello que no le permite crecer como persona.



Aspectos que fortalecen la autoestima

- Conocernos: debemos conocer nuestro cuerpo, habilidades, conocimientos, pensamientos, sentimientos y necesidades, pensar en una(o) misma (o).
- Aceptarnos: con nuestros defectos, cualidades, éxitos, miedos, sentimientos, necesidades, reforzando lo que nos gusta de nosotras(os), luchando por tener lo que nos hace sentir bien y cambiando lo que no nos gusta.
- Tener conciencia de nosotras(os) mismas(os): darnos siempre un tiempo para estar con nuestro ser interior. Analizar lo que afecta nuestros sentimientos y acciones, por qué y para qué hacemos o no hacemos ciertas cosas.
- Ser autos responsables: enfrentar las consecuencias de nuestras decisiones, actos, éxitos y fracasos.
- Perdonarnos: saber perdonarnos cuando cometemos errores, aprender de las equivocaciones buscando posibilidades de cambio y desarrollo.
- Satisfacer nuestras necesidades: aceptar que nuestras necesidades son valiosas nos hará buscar los medios sociales, afectivos y materiales para satisfacerlas.
- Nutrir la autoestima de las demás personas: nuestra autoestima se nutre en la medida que tratemos con respeto a las demás personas.

Niveles de autoestima

Autoestima alta: Si confiamos en nuestras capacidades para enfrentar los problemas y éxitos que se nos presentan en la vida, si buscamos la felicidad y somos seguras(as) de nosotras(os) mismas(os), nuestra autoestima es alta.

Cuando sentimos amor, respeto y estamos satisfechos con nosotras(os) mismas(os), tenemos autoestima alta, lo que nos ayuda a enfrentar la vida con dignidad, fortaleza, amor y realismo. Si tenemos autoestima alta nuestras relaciones con otras personas son sinceras, agradables, armónicas, sin ofensas, ni humillaciones, dialogando para entendernos en los desacuerdos.

Las personas con autoestima alta también tienen momentos de crisis y se deprimen, pero la autoestima les permite enfrentar esos momentos con más fortaleza y buscarles solución.



Autoestima baja: Si sentimos que valemos poco, si no tenemos confianza en nosotras(os) mismas(os), nos creemos incapaces, que no servimos, que no merecemos estar bien, nuestra autoestima está baja.

Un adecuado nivel de autoestima es la base de la salud mental y física del organismo, el concepto que tenemos de nuestras capacidades y nuestro potencial no se basa sólo en nuestra forma de ser, sino también en nuestras experiencias a lo largo de la vida; lo que nos ha pasado, las relaciones que hemos tenido con los demás (familia, amigas(os), escuela, etc.), las sensaciones que hemos experimentado, todo influye en nuestro carácter y por tanto en la imagen que tenemos de nosotras(os) mismos.



Toda persona experimenta sentimientos, que según su personalidad puede manifestarlos de diferentes maneras, muchas veces estas manifestaciones dependen de otros factores, según el lugar físico, sentimental y emocional éstos pueden influir positiva o negativamente en la formación de la persona, o sea en la autoestima.

La autoestima constituye la base para la paz de la mente y la satisfacción personal, hace que la persona se sienta a gusto consigo misma, posibilita el cambio, y permite afrontar nuevos desafíos. No es algo con lo que nacemos, ni algo que nos acontece, tenemos un papel activo en su creación y mantenimiento.

Factores que contribuyen al desarrollo de la autoestima

- **Tratamiento de otras personas:** Nuestra autoestima se construye sobre la valoración que otras personas hacen de nosotras(os), y sobre nuestra propia valoración.
- **Historia de éxitos:** Nuestros triunfos, nuestros logros ayudan a nuestra autoestima. Por tanto tenemos que estar siempre prestas(os) a alcanzar nuestras metas.
- **Valores y aspiraciones:** El desarrollo de los valores y aspiraciones propios es una determinante fundamental en la autoestima.
- **Estilo de defender la autoestima:** Es la manera de responder a los sucesos negativos personales, tales como fracasar en una tarea importante, recibir valoración negativa de otras personas y tener limitaciones personales. Si podemos identificar estas situaciones y encontrar una salida que nos afecte lo menos posible, estamos defendiendo nuestra autoestima.

Las personas difieren en su habilidad para tratar satisfactoriamente las circunstancias amenazantes y en sus estilos de respuesta. Muchos recurren al distorsionamiento de la realidad como una

medida defensiva y de este modo renuncian a un grado de lucidez. Esto hace verdaderamente importante que lo que decimos sea un fiel reflejo de lo que realmente sentimos, pensamos o creemos y también deja abierta la posibilidad de que el diálogo continúe con gusto y recompensa.

La educación que normalmente recibimos no nos adiestra necesariamente para comunicarnos positivamente con las y los demás; por el contrario, aprendemos a sentirnos inseguras(os), a ocultar, reprimir o tergiversar nuestros mensajes, o a convertir nuestra expresión en francas agresiones que humillan o lastiman haciéndonos sentir culpables después.

En términos generales parece que no tenemos muchas opciones para evitar el sufrimiento de la relación humana, ceder permitiendo que abusen de nosotros o atropellar son las alternativas más utilizadas. Una relación humana mal llevada puede provocar hasta que nos enfermemos físicamente e inclusive puede conducirnos hacia la muerte. Entonces, a las lideresas y líderes comunitarios nos queda ser sensatas(os) en las relaciones sociales que establecemos con las demás personas, para no dañar a nadie, ni que nos dañen.

La familia en la formación de la autoestima

La familia juega un papel importante en la formación de la autoestima. Durante los primeros cinco o seis años la autoestima se forma casi exclusivamente en la familia. La persona va creciendo y formando su personalidad dentro del ambiente familiar, principalmente. Los valores, reglas y costumbres que la familia enseña son fundamentales para la formación de la autoestima del nuevo ser, por lo tanto su autoestima será consecuencia de la estima que le tengan su madre, padre y demás familiares a su alrededor.



La actitud de la madre y del padre es como un espejo en el que se ve reflejada(o) la hija o hijo, ella o él percibe la aceptación de su persona, tal como es, en una relación incondicional de afecto y respeto mutuo, pero cuando esto no existe y en su lugar encuentra falta de aceptación, rechazo, críticas, mal humor, le harán sentirse no aceptada(o), disminuida(o), sobreprotegida(o), controlada(o). Y si a estos se le suman reproches tales como: ¡No sirves para nada!, ¡Eres una/un vago!, ¡Ya no te quiero!, ¡Eres buena(o) para nada!, etc, será peor la construcción de nuestra autoestima, será baja.

Esto deforma la comunicación, las relaciones familiares, lo que proporciona un mal concepto de nosotras(os) mismas(os), ya que la familia es la que nutre la imagen propia, es en el seno familiar donde se aprenden los mensajes en cuanto al valor de cada quien.

Es decir que el sentirnos como personas capaces de afrontar retos, cumplir metas se logra en gran parte cuando las madres y los padres viven su propio desarrollo personal y crecimiento que a su vez transmiten a las hijas y los hijos.

Los amigos y la autoestima

Nuestra autoestima, se forma también a partir de lo que las(os) demás piensan de una(o) y de lo que piensa la persona de sí misma. Al salir la niña o niño de su ambiente materno y paterno y al relacionarse con otras personas en la escuela y en otros ambientes, recibe otros códigos de conducta que abonan a la construcción de su autoestima, pero la madre y el padre siguen siendo importantes durante su infancia.

El adolescente o la adolescente pretende ser ella/él mismo e identificarse con su grupo o con un ídolo en especial en cuanto al lenguaje, modo de vestir, de actuar, quiere parecerse o compenetrarse con el grupo, estas actitudes en ocasiones van en

contra de lo establecido en el hogar creando para las personas situaciones conflictivas.

Es así como la convivencia, el relacionarse con otras personas, con amigas(os), compañeras(os), etc. tiende a reforzar los valores aprendidos en el hogar. Los mensajes recibidos del entorno sobre las aptitudes y capacidades son determinantes en la formación del concepto personal e individual de cada persona.



Habilidades sociales en el manejo de la autoestima

Una habilidad social es la capacidad que posee la persona para escoger libremente su actuación.



Una buena habilidad social toma en cuenta los siguientes aspectos

La reflexión. A menudo tenemos diálogos con nosotras(os) mismos; nos preguntamos por qué hicimos tal cosa, nos reprochamos por haber tratado mal a fulana(o), nos felicitamos por haber obtenido una oportunidad. Es que las y los humanos estamos dotados de la facultad de la reflexión; podemos ser al mismo tiempo actores(as) y espectadores(as) de nuestro devenir.

El autoconocimiento. A través del autoconocimiento y de sus altibajos a lo largo de los años, vamos integrando un auto concepto, es decir, una imagen de nosotras(os) mismos, que puede ser positiva o negativa, estimulante o deprimente, equilibrada o desbalanceada, verdadera o falsa.

Sentimientos de autoestima. Estos valores tienen que ver con los valores que cada uno de nosotras(as) se atribuye y con los que pensamos que nos atribuyen. Es así, como la autoestima refiere los sentimientos de estima de sí mismo.

Comportamientos aceptados como socialmente habilidosos:

- a. Iniciar y mantener conversaciones.
- b. Hablar en público.
- c. Expresión de amor, agrado y afecto.
- d. Defensa de los propios derechos.
- e. Pedir favores.
- f. Rechazar peticiones.
- g. Hacer cumplidos.
- h. Aceptar cumplidos.
- i. Expresión de opiniones personales, incluido el desacuerdo.

- j. Expresión justificada de molestia, desagrado o enfado.
- k. Disculparse o admitir ignorancia.
- l. Petición de cambios en la conducta de otro.
- m. Afrontamiento a las críticas.

La Asertividad

Se define como la relación con los seres humanos que implica la expresión honesta y recta de nuestros sentimientos, pensamientos y creencias sin violar los derechos de los demás, estando consientes de los propios.

Es tener la habilidad para transmitir y recibir los mensajes de sentimientos, creencias u opiniones propias o de los demás de manera honesta, oportuna, respetuosa, y tiene como meta fundamental lograr una comunicación satisfactoria hasta donde el proceso de la relación humana lo haga necesario.

La opción asertiva promueve la dignidad y el auto respeto en un plano de igualdad con los demás.

Características de la persona asertiva

- Se siente libre para manifestarse.
- Puede comunicarse con personas a todos los niveles. Tiene una visión positiva de la vida.
- Actúa de un modo respetable.
- Se manifiesta emocionalmente libre para expresar sus sentimientos.
- Acepta o rechaza en su mundo emocional a las personas.



Componentes verbales y no verbales de la conducta asertiva

Componentes verbales:

- Volumen
- Tono
- Inflexión
- Fluidez de la voz
- Contenido verbal
- Selección del momento apropiado para emitir un mensaje

Componentes no verbales:

- Contacto visual
- Expresión facial
- Postura corporal
- Distancia física
- Movimientos de manos y pies
- Orientación del cuerpo

Es importante que la comunicación se dé en armonía verbal y no verbal: es decir, que los componentes que acompañan a las palabras den apoyo a la fuerza suficiente o necesaria. Una gran parte de nuestra comunicación es no verbal, por lo que al romperse la congruencia con los mensajes verbales, se reduce o exagera en buena medida el impacto de lo que se dice.

Las conductas asertivas verbales básicas se dividen en tres grupos

- a. Establecer, mantener y terminar conversaciones.
- b. Habilidades de relación adicional.
- c. Habilidades de protección.



Desafortunadamente, la conducta no asertiva se presenta con mayor frecuencia y consiste en no comunicarnos o hacerlo de manera débil hablando con demasiada suavidad o "timidez", ocultando lo que se piensa en contenido o intensidad, siendo comúnmente indirecto en el mensaje, rodeando el tema o disculpándose cuando la situación requiere que hablemos claro respecto a lo que deseamos o necesitamos.

Esta forma de hablar básicamente pasiva o débil; espera que los demás adivinen lo que requerimos en lugar de activamente asegurarlo. Por lo tanto, nos colocamos en un segundo lugar permitiendo que aprendan a abusar de nosotros de satisfacer adecuadamente nuestras necesidades y provocándonos con ello malestar y tensión.



La conducta no asertiva impide el enriquecimiento de la experiencia social; es un mecanismo que resta en lugar de sumar ya que perdemos seguridad, control de las situaciones, energía que se canaliza mal y efectividad en la solución de conflictos.

Fundamentalmente existen cinco razones primordiales que pueden actuar aislado o conjuntamente provocando el debilitamiento de la propia fuerza para expresarnos, estas son:

1. La falta de control emocional, predominio del temor y la ansiedad.
2. Los mensajes sociales: no seas egoísta.
3. No vales lo suficiente.
4. Falta de habilidad.
5. Ignorar sus derechos como persona.

El comportamiento agresivo es otra práctica común y por demás innecesaria en las relaciones humanas. Aprendimos que para expresar enojo, inconformidad o malestar, necesitamos señalar a las y los demás lo inadecuados o incompetentes que son. Recordemos que “no es necesario negar la realidad de otros para afirmar la propia”.

La acción agresiva se manifiesta de muchas formas, deteriorando el intercambio positivo de la relación humana y creando, en la mayoría de los casos, más problemas de los que intenta resolver, por lo que se aleja de la meta de mantener una comunicación satisfactoria con los demás.

La conducta agresiva

Es la forma de expresión de los sentimientos, creencias u opiniones que pretende hacer valer lo propio, atacando o no considerando la autoestima, dignidad, sensibilidad o respeto de los demás.

Existen múltiples causas que motivan la manifestación de la conducta agresiva. Ignorarlas o no controlarlas nos lleva con facilidad a lastimar aun cuando muchas veces ese no sea el verdadero propósito de la expresión, repercutiendo nocivamente en la relación.

Causas principales de la conducta agresiva

1. Falta de control emocional, predominio de la inseguridad y la irritación.
2. No reconocer los derechos de los demás o propios.
3. Previa conducta no asertiva.
4. Éxito previo al haber actuado agresivamente.
5. Errores en la forma de expresión.
6. Intolerancia a la frustración.



GÉNERO Y LIDERAZGO (DINÁMICA 1)

Contesta a las siguientes preguntas

1. ¿Qué es un Líder?

2. ¿Cuáles cualidades debe tener un buen líder?

3. ¿Qué tres elementos interactúan para que haya un liderazgo?

4. Ponga "F" si es falso y "V" si es verdadero
 - Es el Líder el que siempre toma las decisiones. ____
 - El Líder siempre tiene la razón. ____
 - El liderazgo es un atributo innato de las personas, ya que no intervienen factores de cambio. ____





GÉNERO Y LIDERAZGO I

Un líder democrático valora las ideas e iniciativas del hombres y mujeres

¿Qué entendemos por liderazgo?

Se puede definir el liderazgo como el conjunto de acciones, de relaciones y comunicaciones interpersonales, que permiten a una persona ejercer diversos niveles de influencia en el comportamiento de los miembros de un grupo determinado, consiguiendo que este grupo defina y alcance de manera voluntaria y eficaz sus objetivos.

No es un atributo innato de las personas, ya que intervienen variables como la educación, las oportunidades, las condiciones sociales y económicas particulares, como también la calidad de la interrelación con los otros y las otras. En este sentido, el liderazgo supone un proceso de aprendizaje personal y colectivo, orientado a la construcción de una visión conjunta de las personas sobre sí mismas, sobre sus intereses y sobre los medios para lograr realizaciones efectivas.

Para que una persona sea considerada un líder debe tener un referente colectivo, ejercer influencia sobre un número relativamente amplio de Personas y durante un tiempo considerable.

Características de un líder

- Sabe observar y escuchar, detecta nuevas tendencias, busca Información en distintas fuentes.
- No se queda en el reclamo, declara la posibilidad de un mundo Diferente, propone proyectos nuevos.
- Invita a otros a compartir estas ideas, solicita ayuda y colaboración en los proyectos del grupo.
- Tiene capacidad para trabajar en equipo, con respeto de las Diferencias individuales y confianza en las personas del grupo.
- Trata de que todas las personas que participan en el grupo se Capaciten y preparen.
- Es hábil para generar alianzas de colaboración sin perder su propia opinión.

Donde y con quién se ejerce de líder

El liderazgo es un proceso dinámico en el cual interactúan tres elementos:

1. El líder,
2. Sus acompañantes
3. El contexto.

El liderazgo está presente en todos los aspectos de la vida social, la familia, el trabajo, la comunidad, la vida política y las diversas





instituciones, por lo tanto, pensarlo sólo en el ámbito de lo público es un error. El liderazgo es un proceso presente en todas las esferas, aprender a liderar serviría para liderar todos los aspectos de la vida.

El liderazgo se caracteriza por la capacidad de dirección Ideológica, que ejercen los individuos como sujetos sociales en representación de ideas, causas o grupos humanos. Los líderes movilizan, convocan y estimulan la acción de otros. Esta capacidad puede ser usada con el fin de cambiar las cosas que les suceden al grupo o con el fin de preservar la situación.

¿Qué es un Líder democrático?

Este tipo de líder valora las ideas e iniciativas del grupo. Coordina, anima y promueve la participación y la cooperación entre los miembros del grupo. Con este estilo se favorece la aparición de liderazgos para las distintas actividades. El poder para tomar

decisiones, se distribuye entre las personas del grupo de manera clara, de modo que todas las personas colaboran en las tareas. Se crea un clima de libertad, de buena comunicación e integración.

Consecuentemente, una o un líder democrático debe orientar sus esfuerzos y capacidades para:

- Facilitar el diálogo y el convencimiento antes que la imposición
- Saber escuchar a los/as otros/as;
- Motivar a las personas y reconocer sus capacidades y sus logros;
- Posibilitar el desarrollo de hombres y mujeres, a cada quien según sus especificidades y necesidades;
- Promover el conocimiento de la organización o institución, de su misión y de su visión





GÉNERO Y LIDERAZGO II

Un líder democrático valora las ideas e iniciativas del hombres y mujeres

LIDERAZGO

Líder y liderazgo
¿Sera lo mismo?



¿Qué es una lider?



una persona que nos orienta



... que tiene capacidad



es carismática

Es cierto; el líder puede poseer algunas de esas características...pero, lo más importante es como se relaciona con su grupo. A esta relación la denominamos liderazgo.



¿Qué acciones realizo?

nos representas nos orientas...

gestionas

Entonces el liderazgo se refiere a una líder actuando relacionándose con su grupo.

! SIN ACCION, NO HAY LIDERAZGO!



Estilos de liderazgo

Son las formas como se relaciona la líder con su grupo.

La Autoritaria

- Ordena y espera obediencia.
- Impide que las socias participen.
- No valora el rol de las socias.



La Liberal o anárquica.

- Deja hacer todo.
- No tiene iniciativa.





La paternalista

- Ve a las socias como si fueran sus hijas.
- Quiero hacerlo todo.
- No delega responsabilidades



La democrática o participativa

- Fomenta la participación.
- Valora y estima a cada persona.
- Permite el crecimiento del grupo.





¿Qué tipo de liderazgo elegirías para tu organización ?

¡ NOSOTROS ELEGIMOS EL LIDERAZGO PARTICIPATIVO! !



Un buen líder debe ser flexible y permitir que diferentes personas ejerzan funciones de liderazgo de acuerdo a las circunstancia.

El liderazgo debe ligarse a una propuesta y no a una persona permitiendo el desarrollo del grupo.



En el comedor, el liderazgo democrático debe practicarse.



GÉNERO Y VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

En ningún caso la violencia se justifica, ni siquiera cuando se excuse tras razones válidas en apariencia

En el artículo 309-1 de la ley 24-97 se define que “constituye violencia contra la mujer toda acción o conducta, pública o privada, en razón de su género, que causa daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico a la mujer, mediante el empleo de fuerza física o violencia psicológica, verbal, intimidación o persecución”. Generalmente la persona que violenta busca controlar, dominar, e imponer su voluntad, independientemente de las decisiones, el sentir y los pensamientos de la otra persona, pues la ve una cosa, no como un ente igual, con dignidad y libertad, es decir, como UN SER HUMANO CON IGUALDAD DE DERECHOS Y OPORTUNIDADES.

La violencia intrafamiliar y de género

- Es un problema social de grandes dimensiones que afecta sistemáticamente a una de cada tres mujeres y a otros importantes sectores de la población, especialmente niñas, niños, ancianas y ancianos.
- Es un comportamiento deliberado que puede provocar daños físicos o psíquicos al prójimo. Es importante tener en cuenta que, más allá de la agresión física, la violencia puede ser emocional mediante ofensas o amenazas. Por eso la violencia puede causar tanto secuelas físicas como psicológicas.

Tipos de violencia Familiar y de Género

La violencia física: consiste en sujetar, inmovilizar o golpear a alguien infringiéndole un daño corporal con cualquier parte del cuerpo, arma u objeto. Este tipo de violencia **es la que más fácilmente se identifica porque sus huellas son muy evidentes.** Se impone mediante la fuerza física y el miedo.

Los hombres son los principales agresores en los casos de violencia familiar, pero con mucha frecuencia también las **mujeres golpean a sus hijos e hijas** y aun a sus **esposos**. Comúnmente las o los golpeadores proceden de familias donde la violencia era el medio de interacción cotidiano y así aprendieron a relacionarse a través de empujones, insultos y golpes. Generalmente la **violencia física es acompañada de violencia emocional.**

La violencia emocional causa tanto daño y dolor como la violencia física. Consiste en actos u omisiones repetitivos negativos que se expresan como prohibiciones, coacciones, condicionamientos, intimidaciones, amenazas, abandono, actitudes devaluatorias, etc. Se caracteriza por expresarse **a través de las palabras o de los gestos y actitudes.**

Su finalidad es **herir y hacer sentir mal a la víctima a través de la humillación, el insulto, la descalificación y la crítica destructiva.** La violencia emocional deteriora y afecta.

La violencia emocional **afecta la confianza y la autoestima,** no sólo de quien la padece, sino también de quien la presencia. En tal sentido, afecta la vida entera de sus víctimas haciéndoles perder el amor propio y la confianza necesaria para tomar decisiones y asumir los riesgos que la vida conlleva.

La violencia emocional también se ejerce mediante el chantaje y la manipulación. Resulta difícil identificar esta modalidad de la violencia porque se encubre detrás de justificaciones como “te lo digo por tu bien”, “si no te quisiera no te lo diría”, “nadie es perfecto, acepta tus defectos”, y de actitudes aparentemente protectoras y condescendientes.



Es importante que los agresores estén conscientes de su conducta destructiva para que puedan recurrir a la terapia y ayuda profesional que amerita su caso.

La violencia sexual es cuando una persona es obligada a tener cualquier tipo de contacto o relación con un objetivo sexual contra su voluntad. El acoso, el abuso sexual la violación y el incesto son sus distintas manifestaciones.

Herramientas legales para protegerte de la violencia

Nuestro País ha suscrito una gran cantidad de convenciones internacionales las cuales nos comprometen a dar respuesta rápida, oportuna y efectiva frente a esta problemática. La nueva constitución dominicana, por primera vez, resalta la lucha contra la violencia de género e intrafamiliar. Tenemos la Ley 24-97 que al modificar el código penal dominicano tipifica en nuestra legislación la violencia de género e intrafamiliar basada en el género.

De igual modo, contamos con otros instrumentos legales, tales como la Ley de Trata y Tráfico y la que crea las Casas de Acogida. Asimismo, es oportuno resaltar la resolución 3869-2006 de fecha 21 de diciembre de la Suprema Corte de Justicia que establece el Síndrome de la Mujer Maltratada, herramienta de gran utilidad en el tratamiento de estos casos.

SI CREES QUE TÚ O ALGUIEN DE TU ENTORNO SUFRE VIOLENCIA, PONTE EN CONTACTO CON A LA DIRECCIÓN DE POLITICAS DE IGUALDAD DEL MINISTERIO DE LA MUJER O LLAMAR A LOS TELEFONOS: 809-685-2196 809-686-2475





GÉNERO Y LIDERAZGO (DINÁMICA 1)

POST-TEST

1- Violencia: Conducta o acción que cause daños en ALGUNAS ocasiones, sufrimiento físico o psicológico a una persona.

Falso __ Verdadero__

2- ¿En qué pensamos cuando escuchamos hablar sobre "Violencia Intrafamiliar"? ¿Por qué?

3- Encierra en un círculo los diferentes tipos de violencia

- a) Sexual
- b) Física
- c) Emocional o Psicológica
- d) Económica
- e) Patrimonial

4- De las siguientes acciones encierra en un círculo las que consideres como violencia intrafamiliar:

- a) Eres un(a) tonto(a).
- b) ¿Quién va a trabajar contigo si siempre metes la pata?
- c) Nunca entiendes nada.
- d) Tú no eres bueno(a) para eso, mejor le pregunto a un(a) amigo(a).

DINÁMICA DE GRUPOS

¿Qué papel desempeña el hombre en la educación de los hijos para detener la violencia? ¿Y la mujer?

Escribe cinco acciones que podrían ayudar a la eliminación de todo tipo de violencia.



“Esta publicación cuenta con la colaboración de la Cooperación Española a través de la Agencia Española de Cooperación (AECID). El contenido de la misma es responsabilidad exclusiva de la Fundación Humanismo y Democracia y no refleja, necesariamente, la postura de la AECID”.