



EL CUERPO HUMANO:

3

con enfoque de Seguridad Alimentaria

TERCER AÑO DE PRIMARIA COMUNITARIA VOCACIONAL

EL CUERPO HUMANO: con enfoque de Seguridad Alimentaria

TERCER AÑO DE PRIMARIA COMUNITARIA VOCACIONAL



PRESENTACIÓN

La Constitución Política del Estado Plurinacional de Bolivia reconoce que todas las personas tienen derecho a la alimentación y al agua; y define que el Estado tiene la obligación de garantizar seguridad y soberanía alimentaria a través de una alimentación sana, adecuada y suficiente para toda la población. De igual manera, el Estado ha adoptado una serie de leyes que tienen como finalidad establecer los parámetros de implementación para garantizar una alimentación saludable y culturalmente apropiada.

En el contexto educativo, la Ley 070 de la Educación “Avelino Siñani – Elizardo Pérez” establece que la seguridad y soberanía alimentaria forman parte del contenido del nuevo currículo base. Así están expresados en los nuevos planes y programas de Educación Regular, para cada uno de los niveles educativos. De igual manera, la Ley 622 de Alimentación Escolar define que la Educación Alimentaria Nutricional es obligatoria para todas y todos los estudiantes.

La educación es una de las herramientas más poderosas y efectivas de transformación social. Se aplica para mejorar el desarrollo humano y busca transmitir conocimientos a las personas, incidir en su comportamiento y entre otros, difundir información sobre diferentes temáticas de relevancia social. La educación, afortunadamente, no se aborda de una sola forma; al contrario, toma diferentes formas y se imparte de diferentes maneras. Esto permite llegar a una diversidad de personas y permite una aplicación distinta según el contexto y el entorno.

Con miras a generar un aporte a la enseñanza escolarizada en torno a la seguridad y soberanía alimentaria en Bolivia, se está desarrollando esta serie de **Guías Educativas con enfoque de Seguridad Alimentaria**. Estas constituyen un conjunto de materiales educativos para cada grado de escolaridad, desde inicial hasta sexto de secundaria que, además, han sido elaboradas con la participación activa de maestros formadores, en formación y en ejercicio. Cada guía está acompañada de una serie de hojas de trabajo, actividades de enseñanza, videos y juegos educativos para facilitar su aplicación en aula.

Estos materiales son una propuesta para continuar fortaleciendo la educación integral con pertinencia social centrada en prácticas saludables. ¡Esperamos que les sea de utilidad!



PROYECTOS SOCIO PRODUCTIVOS:





¿Qué es un PSP?

El Proyecto Socio Productivo (PSP) es un documento de planificación y gestión de las acciones de la comunidad educativa en la escuela. El PSP materializa y orienta las acciones de la comunidad educativa en respuesta a una problemática social o una potencialidad productiva que tiene la comunidad donde está la escuela. El PSP es un instrumento de planificación legal y está reconocido por el Ministerio de Educación en el marco de la actual ley educativa.

¿Cómo se elaboran los PSP?

Los actores de una comunidad educativa (padres, estudiantes, docentes, personal administrativo, organizaciones sociales e institucionales) identifican necesidades locales o potencialidades productivas para abordar desde la escuela. Estas necesidades o potencialidades productivas se presentan en una reunión comunitaria de la Unidad Educativa y, de estas, se elige la más urgente o la que se considera la más problemática para la comunidad. La temática elegida se plasma en un PSP como una propuesta desde la comunidad educativa hacia la comunidad en la que se encuentra la escuela.

En años recientes, muchas comunidades educativas han identificado cómo la malnutrición afecta al rendimiento escolar. En respuesta, muchas escue-


las han desarrollado PSPs centrados en mejorar el estado nutricional de los estudiantes. Comúnmente, los proyectos se han denominado: “Alimentación Saludable,” “Mejoramiento de Hábitos Alimenticios,” “Alimentación Saludable para Vivir Bien,” “Consumo de Alimentos Saludables para Vivir Bien,” “Fortaleciendo la Alimentación Saludable,” “Cuidado del Agua para una Alimentación Sana,” etc.

Si bien ninguna de esas denominaciones o títulos es incorrecta, se recomienda ampliar y abordar la alimentación desde el enfoque de la Seguridad Alimentaria. Esto permitirá integrar y diversificar las actividades a realizarse considerando cada uno de los pilares de la Seguridad Alimentaria. En este sentido, se sugiere una denominación como ser *“PSP de Seguridad Alimentaria.”*

¿Qué es Seguridad Alimentaria?

Según la definición establecida por la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), “la Seguridad Alimentaria existe cuando todas las personas tienen en todo momento acceso físico y económico a suficientes alimentos inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades alimenticias y sus preferencias en cuanto a los alimentos a fin de llevar una vida activa y sana.”³

³ Definición de la FAO asumida desde 1996 en la Cumbre Mundial de Alimentación que se desarrolló del 13 al 17 de noviembre en Roma, Italia.



Partiendo de esta definición, un PSP de Seguridad Alimentaria tendrá que estar articulado a los tres pilares fundamentales de este concepto: acceso, disponibilidad y uso adecuado de los alimentos.

Acceso: las personas tienen la capacidad física y económica para obtener alimentos. Es decir, un alimento se debe poder comprar/pagar y también se debe poder encontrar en la comunidad o en el radio de convivencia.

Por ejemplo: *La familia de Lupe se enteró que los arándanos son muy nutritivos, pero no están a la venta en los mercados que ellos frecuentan.*

En este ejemplo, la familia no tiene acceso físico a un alimento.

Por ejemplo: *La familia de Mario quiere comer frutillas, pero la libra cuesta 10 Bs. y no les alcanza el dinero.*

En este ejemplo, la familia no tiene acceso económico a un alimento.

En el aula, podemos reflexionar respecto al acceso a los alimentos, lo que permite analizar cómo la ubicación de los mercados, así como los precios, facilitan o impiden a las personas obtener alimen-

tos. En este componente podemos introducir conceptos vinculados a economía, distribución espacial y topografía, entre otros.

Disponibilidad: los alimentos están presentes y disponibles, en cantidad y calidad suficientes para satisfacer las necesidades alimentarias de las personas. Es decir, un alimento se debe poder encontrar en la comunidad o en el radio de convivencia.


Por ejemplo: *La familia Pérez dejó de producir walusa porque ya nadie la compra. Ahora solo producen y venden papa.*

En este ejemplo, la familia no tiene disponibilidad de un alimento porque ya no lo produce.

Por ejemplo: *Debido a las inundaciones en Cochabamba, los productores perdieron sus sembradíos de haba por lo que este producto desapareció de los mercados por una temporada.*

En este ejemplo, el haba no está disponible en el mercado por razones climatológicas.

En el aula, podemos reflexionar sobre la disponibilidad de los alimentos, lo que permite abordar



diferentes análisis sobre los sistemas alimentarios locales e internacionales y cómo estos funcionan para que los alimentos lleguen a los mercados. En este componente podemos introducir conceptos vinculados a geografía, transporte, medio ambiente y muchos otros.

Uso Adecuado: las personas cuentan con los conocimientos necesarios y los hábitos adecuados para alimentarse de manera sana y saludable. Es decir, las personas le dan un buen uso a los alimentos cuando cuentan con los conocimientos sobre cómo prepararlos, consumirlos y conservarlos.

Por ejemplo: *En la casa de Pedro, se entierran superficialmente las papas que se compran para así conservarlas por más tiempo.*

En este ejemplo, la familia conoce cómo extender la vida de los alimentos conservándolos de manera adecuada.

Por ejemplo: *En la casa de Rosa cuentan con un lugar limpio para preparar sus alimentos y saben cómo preparar dietas variadas y saludables a bajo costo. También cuentan con un lugar protegido para colocar la basura.*

En este ejemplo, la familia emplea sus conocimientos para alimentarse de manera variada y garantizar que los alimentos que preparan no se mezclen con la basura.

Por ejemplo: *En los kioscos de la escuela, las vendedoras de alimentos no mezclan los alimentos crudos con los alimentos cocidos, además de tenerlos en envases cerrados para protegerlos de factores externos.*

En este ejemplo, las vendedoras cuidan los alimentos para garantizar que estos no se contaminen y posteriormente afecten la salud de sus clientes.

Observaciones Finales:

Un PSP de Seguridad Alimentaria permite a la comunidad educativa explorar más allá de qué caracteriza una alimentación saludable; también facilita reflexionar sobre condiciones sociales, económicas y geográficas que influyen sobre el acceso, la disponibilidad y el uso de los alimentos.

Se resalta que para optimizar el abordaje integral de la Seguridad Alimentaria es importante, siguiendo el marco de gestión pedagógica de la Ley 070 de la Educación “Avelino Siñani – Elizardo Pérez,” articular actividades didácticas en las cuatro dimensiones del aprendizaje: *Ser, Saber, Hacer y Decidir.*

EDUCACIÓN ESCOLAR CON ENFOQUE DE SEGURIDAD ALIMENTARIA






De acuerdo a la Ley 070 de la Educación “Avelino Siñani – Elizardo Pérez,” la Seguridad Alimentaria forma parte de dos Ejes Articuladores: Educación en Convivencia con la Madre Tierra y Salud Comunitaria; Educación para la Producción. También forma parte del contenido del nuevo currículo base. Así está expresado en los nuevos planes y programas de Educación Regular para cada uno de los niveles educativos. De igual manera, la Ley 622 de Alimentación Escolar define que la Educación Alimentaria Nutricional es obligatoria para todos las y los estudiantes.

Para optimizar los procesos de enseñanza y aprendizaje en torno a la Seguridad Alimentaria, se considera necesario reflexionar sobre cuáles pueden ser los objetivos a ser alcanzados en los 12 a 14 años de escolaridad. Definir los objetivos permitirá desarrollar acciones integrales y sostenibles a largo plazo que además encuadren dentro del marco filosófico del Comer Bien para Vivir Bien.

REFLEXIONES SOBRE SEGURIDAD ALIMENTARIA





Con el objetivo de aportar a la propuesta educativa y las acciones didácticas de las y los docentes, se plantean a modo de ejemplo algunos posibles objetivos para articular la Seguridad Alimentaria en el currículo educativo. Estos también pueden ser articulados en la planificación, ejecución y evaluación de un PSP comunitario.

Para iniciar una reflexión respecto a las implicaciones que plantea cada objetivo de educación escolar con enfoque de Seguridad Alimentaria, se ofrecen, a continuación, algunas interrogantes básicas en la temática. Estas se pueden analizar en el aula, con los estudiantes, a modo de identificar cómo están vinculadas al componente de acceso, disponibilidad o uso adecuado de los alimentos. Algunas interrogantes aplican a más de un componente.

Reflexiones

El alza de precios en los alimentos condiciona la capacidad de adquirir tanto cantidad como variedad de alimentos. También condiciona la elección de unos productos sobre otros; por ejemplo, comprar tres sobres de sopas instantáneas en vez de una libra de pescado cuando tienen el mismo precio.

- **Los actores de la comunidad educativa ¿pueden identificar cómo les afecta la subida de precios a la hora de comprar sus alimentos?**

Saber cómo se producen los alimentos que uno consume permite a las personas contar con mayor información y hacer elecciones más concientes al momento de comprar sus alimentos.

- Los actores de la comunidad educativa ¿saben cómo se producen los alimentos que consumen?


Conocer los espacios institucionales, los procedimientos legales, como también saber cómo hacer agencia ciudadana permite a las personas y comunidades saber cómo defender su derecho de acceder a alimentos variados, nutritivos y económicos.

- Los actores de la comunidad educativa ¿saben a quiénes unirse o dónde denunciar cuando no pueden acceder física o económicamente a los alimentos?

Identificar lo bueno y lo malo de comprar al por menor y/o al por mayor permite a las personas considerar diferentes opciones de compra que responden mejor a sus posibilidades económicas.

- Los actores de la comunidad educativa ¿pueden identificar si es favorable para su economía comprar alimentos al por menor o al por mayor?

Identificar el impacto que causa la falta de tiempo puede contribuir a repensar las formas de organiza-



ción del tiempo familiar, laboral, escolar y por ende, identificar alternativas para compensar este impacto.

- **Los actores de la comunidad educativa ¿saben cómo la falta de tiempo, en especial a raíz de horarios escolares y laborales, afecta su acceso a alimentos saludables?**

Identificar cómo influye, en los hábitos de consumo, el tiempo invertido en la adquisición y preparación de los alimentos permite reflexionar sobre comportamientos/patrones actuales y analizar si estos llevan a un mayor consumo de alimentos saludables o insalubres.

- **Los actores de la comunidad educativa ¿pueden identificar cómo influye el tiempo invertido en buscar y preparar alimentos en sus hábitos de consumo?**

Conocer cómo producir alimentos propios permite a las personas alcanzar algún grado de autonomía para garantizar su derecho a la alimentación y contrarrestar vulnerabilidades ante la inseguridad alimentaria.

- **Los actores de la comunidad educativa ¿saben cómo producir alimentos y/o producen alimentos propios?**

Saber cómo conservar alimentos permite conocer técnicas de conservación para garantizar acceso a estos a lo largo del año. También ayuda a disminuir el

desperdicio de los alimentos.

- Los actores de la comunidad educativa ¿conocen formas de conservar alimentos?

Contar con información y usar algún medio para valorar la calidad nutricional y el estado de los alimentos disponibles en el barrio (saber el tipo de manipulación que han recibido, identificar la fecha de vencimiento, exigir registros sanitarios, etc.) puede motivar elecciones más conscientes a la hora de adquirirlos.


- Los actores de la comunidad educativa ¿usan conocimientos y procedimientos para determinar si los productos que se venden en las tiendas o ventas de su barrio son saludables?

Saber si pueden disponer de alimentos frescos cerca de la escuela, permitiría a los estudiantes y docentes experimentar, complementar y variar el consumo de sus alimentos.

- Los actores de la comunidad educativa ¿saben dónde pueden encontrar alimentos frescos cerca de su escuela?

Cuando los padres y las madres toman conciencia de la responsabilidad que tienen de guiar a sus hijos sobre hábitos y elecciones respecto a los alimentos, contribuyen a una educación favorable en Seguridad Alimentaria. Por el contrario, si permiten que los hijos





decidan siempre sobre qué alimentos consumir, estos pueden no tener la información necesaria para practicar una alimentación saludable.

- **Los padres de familia o tutores de los estudiantes ¿reconocen que es su responsabilidad orientar las dietas de sus hijos?**

Saber qué alimentos necesitan las personas según su edad o estado (embarazo, anemia, convalecencia, tipo de trabajo, etc.) permitiría evaluar si el tipo de dieta que uno tiene actualmente responde a sus necesidades.

- **Los actores de la comunidad educativa ¿conocen qué necesitan saber o hacer para identificar el tipo de alimentación que necesitan de acuerdo a su edad o situación personal?**

Conocer cómo elaborar dietas variadas y saludables, además de utilizar procedimientos adecuados para la conservación, manipulación y preparación de alimentos permite a las personas prevenir y combatir enfermedades, fortaleciendo su salud.

- **Los actores de la comunidad educativa ¿saben cómo preparar comidas balanceadas de forma higiénica?**

Es importante que los docentes, los padres y madres evalúen el tipo de alimentación escolar que reciben los estudiantes y recomienden cómo complementar y variar con

otros alimentos saludables y culturalmente adecuados.

- **Los actores de la comunidad educativa ¿saben cómo garantizar comidas o refrigerios saludables para sus estudiantes?**

Si las personas planifican la compra de sus alimentos, seleccionan los insumos adecuados y saben cómo preparar comidas saludables pueden reducir costos de su canasta familiar a tiempo de garantizar una alimentación adecuada para toda la familia.


- **La comunidad educativa ¿sabe planificar, seleccionar y preparar comidas saludables de acuerdo a su presupuesto?**

Saber que comer sano no es caro y que se puede hacer a bajo costo, en un tiempo reducido y accediendo fácilmente a ingredientes saludables demostraría que comer sano, no es necesariamente caro.

- **Los actores de la comunidad educativa ¿pueden valorar si la frase “comer sano es caro” es una afirmación verdadera o falsa?**

El poder describir si comieron saludable o no, en el lapso de una semana, demostraría el conocimiento que tienen para valorar si su alimentación es saludable o no. Así también, permite reflexionar sobre los actuales hábitos de los estudiantes.



- 
- **Los actores de la comunidad educativa ¿pueden valorar cuántas veces no han comido saludablemente en el lapso de una semana?**

Las personas deberían adquirir conocimientos que les permita identificar el valor nutricional de los alimentos y analizar la inocuidad de estos para saber si son aptos para el consumo.

- **Los actores de la comunidad educativa ¿cómo saben si consumen alimentos saludables y nutritivos?**

Padres y madres mejor informados pueden guiar mejor la elección y hábitos de alimentación de sus hijos.

- **Los padres de familia o tutores de los estudiantes ¿saben cómo mejorar sus conocimientos y habilidades de alimentación, para brindarles a sus hijos una alimentación saludable?**

SEGURIDAD ALIMENTARIA COMO EJE ARTICULADOR DEL SISTEMA EDUCATIVO





¿Qué son los Ejes Articuladores?

Los Ejes Articuladores son criterios que permiten realizar un abordaje relacional entre diferentes campos y áreas de conocimiento con la realidad concreta (social, cultural, económico, político y/o productivo), facilitando el desarrollo de conocimientos complementarios y recíprocos entre saberes, conocimientos, espiritualidad y práctica comunitaria (maestro – estudiante y comunidad – escuela) para contribuir al Vivir Bien en Comunidad.

Bajo el nuevo modelo educativo social comunitario y productivo, los Ejes Articuladores constituyen pilares articuladores básicos y fundamentales para el alcance de los objetivos del diseño curricular, mediante orientaciones de aplicación práctica en la relación complementaria y recíproca entre escuela y comunidad.

La implementación y cumplimiento de los Ejes Articuladores se realiza en dos niveles: a nivel **vertical** en cada uno de los subsistemas, niveles y etapas del sistema educativo; y a nivel **horizontal** en cada uno de los campos de conocimiento, áreas y disciplinas. En estos se expresa una concepción intra e interdisciplinaria, que articula armónicamente las concepciones teórico-metodológicas desde los campos de conocimientos en que se ha organizado la malla curricular.


¿Cómo surgen los Ejes Articuladores?

Alrededor del mundo existen problemas sociales que influyen, afectan e impactan de forma significativa a las sociedades. Entre estos se identifican la pobreza y la marginalidad, epidemias de salud, conflictos sociales, guerras, discriminaciones de toda índole, etc. También se presentan retos de transformación social y oportunidades productivas económicas.

Ante estas problemáticas, y de acuerdo a su inmediatez o gravedad, o el surgimiento de una oportunidad, los gobiernos identifican y priorizan acciones para abordar temáticas desde las políticas nacionales. En algunos casos estas temáticas son convertidas en acciones nacionales y en otras, ejes articuladores que pueden ser incorporados en todas las políticas que ejecuta un Estado.

¿Cómo se manejan educativamente los Ejes Articuladores?

Una forma de abordar un reto de forma preventiva o propositiva es incorporándolo al currículo de la escuela, lo que garantiza que una comunidad educativa sea expuesta a información sobre la temática y en algunos casos, sea invitada a buscar formas de sobrellevar o resolver el reto.



Cuando una temática se incorpora de manera directa como un campo de conocimiento y de enseñanza, se incorpora al mismo nivel que otros campos como son la matemática, biología, ciencias sociales, etc. Otra opción es incorporar la temática como Eje Articulador. En este caso, toda la estructura organizativa y curricular de la escuela aborda la temática, no como materia o campo de conocimiento particular, sino más bien, desde **todos** los campos de conocimiento.

¿Qué implicaciones tiene este manejo educativo de los Ejes Articuladores para la Seguridad Alimentaria?

En lo relacionado a hábitos de alimentación, se considera que el reto principal no radica en la cantidad de información que tienen las personas, sino en los hábitos de consumo que hoy en día tienen gran parte de las personas. Por ello, es fundamental transformar actitudes y prácticas respecto a la alimentación entre los estudiantes, sus familias y los docentes. Esto con miras a repercutir en la seguridad alimentaria de las personas.

Nos preguntamos: ¿Los niños saben que comer sano es importante? ¿Saben por qué no es bueno consumir carbohidratos en exceso? ¿Saben qué sucede cuando uno consume azúcar, grasas y harinas en grandes cantidades? Es muy probable que un buen porcentaje de personas respondería en afirmativo a todas estas preguntas.

Si una mayoría de personas sabe que comer sano, va-

riado y nutritivo es importante, ¿dónde radica el problema de la mala alimentación? Y si las personas saben qué alimentos son sanos, ¿por qué transversalizar o articular esta temática con la escuela y el currículo?

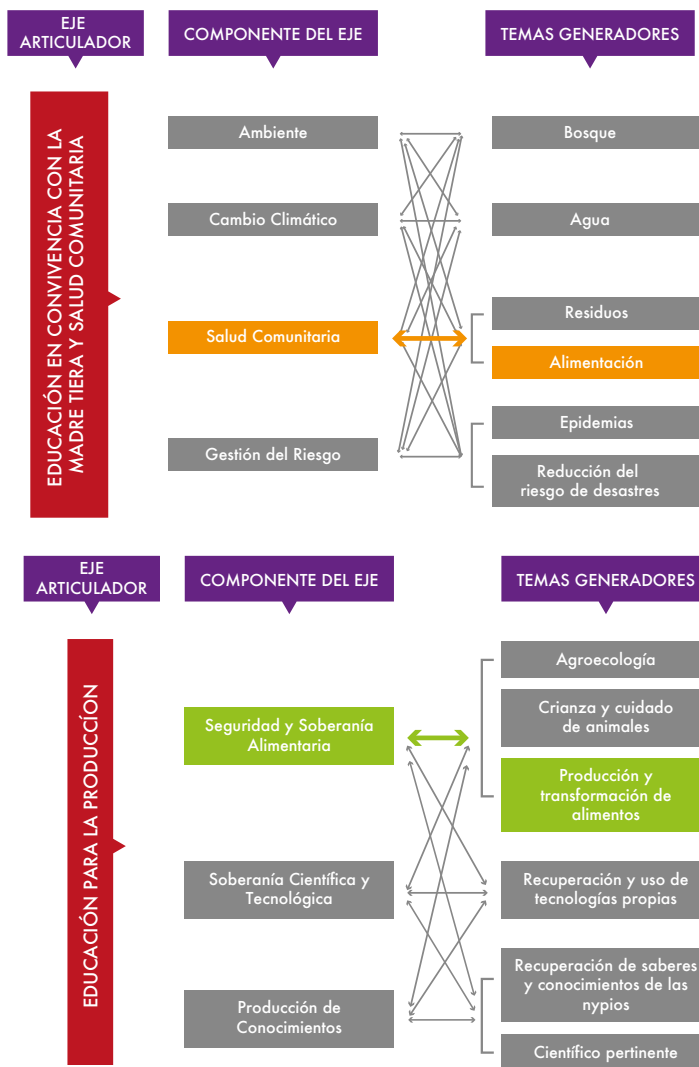
El reto es pasar de la tradicional socialización de información a la capacidad de generar cambios de actitud y prácticas de alimentación. Por ello, el enfoque educativo y didáctico que verdaderamente logre incorporar la seguridad alimentaria y la alimentación como Eje Articulador al currículo. Estos temas deberán a su vez, complementar los demás Ejes incluyendo la interculturalidad y bilingüismo, la producción, etc.

¿Qué Ejes Articuladores incorporan la Seguridad Alimentaria?

La actual política educativa define que existen cuatro Ejes Articuladores y que estos deben ser incorporados a lo largo del currículo: Educación Intracultural, Intercultural y Plurilingüe; Educación en Valores Sociocomunitarios; Educación en Convivencia con la Madre Tierra y Salud Comunitaria; y Educación para la Producción.

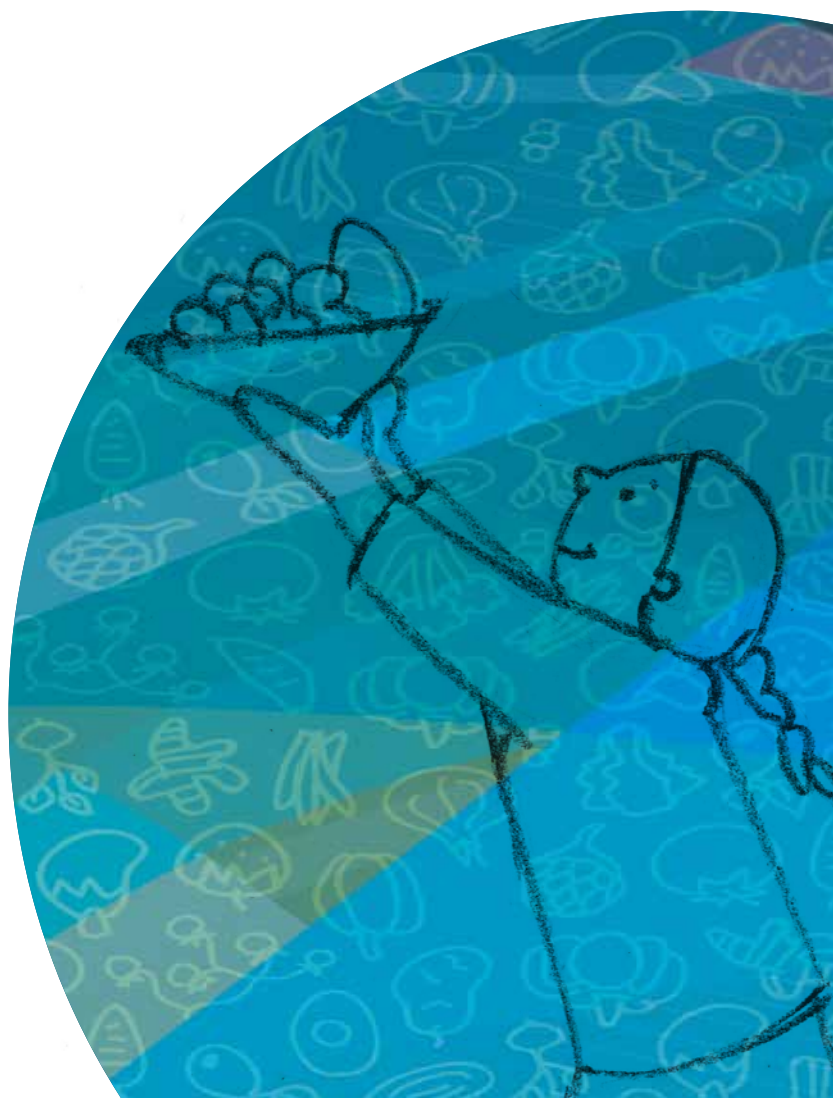
Los Ejes Articuladores que incorporan más específicamente la Seguridad Alimentaria son: Educación en Convivencia con la Madre Tierra y Salud Comunitaria; y Educación para la Producción (ver cuadro a continuación):


Ejes articuladores para la concreción curricular *



*Fuente: Ministerio de Educación (2016). *Educación Inicial en Familia Comunitaria: Los Ejes Articuladores en la Concreción Curricular*. Unidad de Formación No. 11, Cuadernos de Formación Complementaria. Bolivia. http://www.minedu.gob.bo/micrositios/biblioteca/disco-2/formacion_complementaria/2017/PROFOCOM_1/SERUF-11-Educacion-Inicial.pdf

DIMENSIONES DE LA UNIDAD TEMÁTICA





En esta guía, la temática “El Cuerpo Humano” busca dar a conocer las partes del cuerpo y cómo se relaciona el bienestar físico con la alimentación saludable. Así también, explora los beneficios de los buenos hábitos de higiene y su relación con la salud.

El Cuerpo Humano es un conjunto de aparatos y sistemas cuyo funcionamiento depende de muchos factores internos y externos. Esta temática se puede vincular a actividades escolares para lograr que la comunidad educativa aprenda a cuidar el cuerpo de forma óptima e integral, especialmente mediante la adopción de buenos hábitos de alimentación e higiene. Se resalta que desarrollar mayor conocimiento y entendimiento acerca del funcionamiento del Cuerpo Humano permitirá que las y los estudiantes conozcan los impactos de la alimentación sobre su desarrollo.

El Cuerpo Humano no solo se constituye en un contenido curricular que debe ser enseñado en el aula. También tiene una **dimensión cultural** muy importante. Por ejemplo:


En gran medida, los hábitos de alimentación saludable se transmiten de generación en generación como parte de un legado familiar. Estos hábitos tendrán un impacto a largo plazo sobre el desarrollo y la calidad de vida de cada miembro de la familia.

En el aula podemos invitar a los estudiantes a reflexionar sobre: ¿Qué alimentos consumo en casa que también fueron consumidos por mis antepasados? ¿Estos alimentos son saludables? ¿Por qué si o por qué no? ¿Comparto platos favoritos con mis abuelos, tíos o primos? ¿Estos gustos compartidos son coincidencia o provienen de un legado familiar? ¿Qué desayuno en casa? ¿Qué desayunaban mis abuelos o mis bisabuelos? ¿Qué alimentos como hoy que no consumían mis antepasados? ¿Qué impactos tienen estos alimentos sobre mi salud?

Una mala alimentación tiene un impacto significativo sobre el funcionamiento y el bienestar del cuerpo humano. Una persona que no se alimenta de forma adecuada tiende a desarrollar y/o contraer enfermedades crónicas que requerirán de una atención médica y tratamientos a largo plazo. En este sentido, en el aula se puede abordar el Cuerpo Humano desde la **dimensión económica**.

Los alimentos brindan nutrientes fundamentales para el funcionamiento óptimo del cuerpo humano. Por ello, una persona que no se alimenta de forma adecuada no gozará de una salud idónea y es muy probable que sea más vulnerable a enfermedades.

En el aula podemos invitar a los estudiantes a reflexionar sobre: ¿Qué alimentos son buenos para



mi salud y le brindan nutrientes a mi cuerpo? ¿Qué alimentos no son buenos para mi salud y no le brindan nutrientes a mi cuerpo? ¿Por qué el consumo de alimentos nutritivos favorece el desarrollo? ¿Cuántas veces al día como hortalizas o frutas? ¿Cuántas veces al día consumo chatarra y/o golosinas? ¿Cómo me siento cuando consumo alimentos saludables? ¿Cómo me siento cuando consumo alimentos que no son saludables? ¿Hay una diferencia en cómo me siento al consumir estos diferentes tipos de alimentos?

Existe literatura y un sinfín de saberes ancestrales que documentan la relación entre el ser humano, la naturaleza y el ciclo cósmico. En este sentido, es posible abordar la **dimensión vinculada a la cosmovisión**.

Existen alimentos que parecen ser un reflejo de diferentes partes del cuerpo: por ejemplo, la nuez se parece a un cerebro humano mientras que una tajada de zanahoria se parece al ojo. Así también existen paralelos y similitudes entre la Madre Tierra y el cuerpo humano.

En el aula podemos invitar a los estudiantes a reflexionar sobre: ¿Qué similitudes existen entre el cuerpo humano y la Madre Tierra? ¿Qué equilibrios necesitan existir para que la Madre Tierra funcione en óptimas condiciones? ¿Qué equilibrios necesita el cuerpo humano para vivir bien? ¿Existen simili-


tudes? Si contaminamos a la Madre Tierra, ¿qué pasa? Si no nos alimentamos bien, ¿qué pasa con nuestro cuerpo y bienestar?

Abordando la temática del Cuerpo Humano, de forma integral, se puede articular la Seguridad Alimentaria y su abordaje puede servir como un mecanismo para brindar información sobre aspectos sociales, culturales, políticos, económicos y de cosmovisión, entre muchos otros.

Esta forma de concebir la temática, también permite cumplir con metas de aprendizaje de la actual Ley de Educación fortaleciendo la promoción del Saber, Ser, Hacer y Decidir. Esto va generando conocimientos oportunos entre la comunidad educativa para mejorar el estado nutricional de las personas en sus diferentes ciclos de vida.

ORIENTACIONES CURRICULARES





Para ayudarte en la gestión curricular y didáctica de esta guía, te sugerimos los siguientes pasos:

- 1.** Comprender a cabalidad la dimensión (alcance) o implicaciones del contenido: ¿de qué se trata o qué implicaciones supone aprender de este tema? Para el logro de esta consideración se procedió a revisar el currículo base oficial e identificar qué establecía el mismo sobre el tema. El contenido que expresa el currículo puede observarse en el primer recuadro.
- 2.** Una vez identificado y comprendido el contenido, de acuerdo a lo establecido por el currículo, se procedió a organizarlo y secuenciarlo. Esta información también se encuentra en el primer recuadro, para una mejor comprensión pedagógica.
- 3.** En el segundo recuadro se muestran los contenidos sin ningún cambio, tal como están referidos y presentados en el currículo para este grado de escolaridad.
- 4.** Se identificaron contenidos referidos a la temática que pueden complementar o ampliar la temática de la presente guía didáctica. Estos contenidos fueron identificados del apartado “Orientaciones Metodológicas Recuperadas” del currículo base. Esta información se presenta en el tercer recuadro.

ORGANIZACIÓN DEL CONTENIDO

- La oración gramatical y sus partes
- Uso de los signos de interrogación y exclamación
- Los sentidos
- Productos de la Madre Tierra que hacen bien a nuestro cuerpo
- Lectura del reloj analógico
- Los tiempos verbales

CONTENIDOS DEL CURRÍCULO BASE (2017)


- Textos narrativos imaginarios y reales del municipio y provincia, identificando normas gramaticales.
- Ejercicios físicos de capacidades condicionales, de coordinación y flexibilidad.
- Actividades recreativas en la comunidad: juegos motores, tradicionales y populares.
- Alimentación y nutrición en la familia: grupos de alimentos que se producen en el lugar y otros.
- El sistema digestivo (órganos y funciones) y la salud alimentaria y nutricional según el contexto cultural.
- Propiedades curativas y preventivas de las plantas para la salud integral según el contexto cultural.
- Valor nutritivo de la Alimentación Complementaria Escolar.
- El tiempo en la planificación de las actividades cotidianas: escolares, productivas y comerciales.
- Significado del tiempo y espacio (pacha) en relación a las actividades de convivencia armónica.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS RECUPERADAS

- Entrevistas y diálogos a los pobladores sobre las actividades productivas, socioculturales y lugares importantes de la provincia, valorando la diversidad y práctica de valores sociocomunitarios de respeto a la Madre Tierra.
- Organización y práctica de juegos tradicionales y populares para fortalecer las capacidades físicas e intelectuales de los estudiantes y la práctica de los valores sociocomunitarios de convivencia, con participación de las madres y los padres de familia de manera solidaria, cooperativa y responsable.
- Aplicación de las técnicas de pintura en la expresión de imágenes de alimentos producidos en la región.
- Reflexión sobre la importancia de realizar ejercicios físicos, de acuerdo a la edad, para ayudar al buen funcionamiento del sistema digestivo.
- Elaboración de un cronograma para la realización de ejercicios físicos de acuerdo al horario de clases.
- Investigación de las propiedades curativas y preventivas de las plantas según las potencialidades y capacidades productivas de la región, respetando la reciprocidad que debe existir entre las culturas y la Madre Tierra.
- Reflexión sobre el valor de calidad que debe tener una técnica al momento de aplicarla y su relación con el valor nutritivo de los alimentos.
- Clasificación de ejercicios de flexibilidad que se practican en las actividades productivas y las que realizan los estudiantes en sus actividades cotidianas y su impacto en la salud integral.
- Producción de textos escritos (cartas, informes con la identificación de verbos) y exposición oral sobre lugares sagrados de nuestra región.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS





A la hora de poner en práctica esta unidad temática, te sugerimos también tomar en cuenta las siguientes recomendaciones u orientaciones para su aplicación:

- 1.** El tiempo definido para las actividades es un tiempo estimado ya que la enseñanza no depende del tiempo sino del nivel de respuesta y aprendizaje de los estudiantes.
- 2.** Toda actividad o situación didáctica implica la consideración de al menos tres elementos: comprensión de la consigna de trabajo tanto por el docente como por los niños; el requerimiento de un material o recurso didáctico que debe ser organizado o elaborado previamente a su aplicación; y por último, una intervención docente o acompañamiento pedagógico, es decir un apoyo que debe brindar el/la docente para que las y los estudiantes logren un aprendizaje satisfactorio.
- 3.** Las actividades y materiales educativos priorizan, sobre todo, la reflexión e invitación a un cambio de actitud respecto a los alimentos y la alimentación como foco principal de la acción didáctica. También están orientadas a la transformación de prácticas negativas por otras más positivas. Finalmente proveen la comprensión de algunos conceptos básicos que se encuentran al final de esta guía en un glosario.

4. Todo el material incluido en esta guía puede ser adecuado y/o ampliado. El/la docente puede elaborar material didáctico complementario. El material de este paquete didáctico se constituye en un material básico sobre el cual se pueden generar otras propuestas educativas.

¡Buena suerte!

PLAN DE CLASE

Introducción

Los planes de clase están estructurados en armonía con el Modelo Educativo Sociocomunitario Productivo. Bajo el enfoque de Seguridad Alimentaria y mediante el aporte de varios docentes en ejercicio y formación, se presentan planificaciones con mayor concreción curricular en cada uno de los momentos metodológicos, así como los criterios de evaluación, que se encuentran al final de cada unidad temática.



PROPUESTA DE PLAN DE CLASE : 1

1ER MOMENTO METODOLÓGICO: PRÁCTICA

ACTIVIDAD 1: Conociendo mi cuerpo

¿QUÉ?

Conocemos las partes del cuerpo humano

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente organiza a sus estudiantes en dos filas para salir al patio y hacer un círculo para cantar y bailar el tema musical: "Las partes del cuerpo", disponible en: <https://youtu.be/pc06kmPcNkk> o "Soy así", disponible en <https://youtu.be/raKGslLf1XE> o "¿Dónde están las partes del cuerpo?", disponible en https://youtu.be/K_l3Me-HHrIo

El/la docente entrega una copia de la letra de las canciones (**Anexo 1**) a cada estudiante.

Todos bailan juntos, primero cantando a capela, luego con la pista musical, primero lento y luego rápido, según la creatividad de el/la docente. Una vez concluida la actividad, retornan al salón.

¿CON QUÉ?

- Una copia de *¡Cantemos y bailemos!* (**Anexo 1**) para cada estudiante
- Un reproductor de video y audio

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

1 hora pedagógica

2DO MOMENTO METODOLÓGICO: TEORÍA

ACTIVIDAD 2: Las partes de la oración gramatical

¿QUÉ?

Conocemos las partes de la oración y tipos de oración gramatical, utilizando los signos de puntuación (interrogación y exclamación)

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

En el pizarrón el/la docente escribe una oración gramatical referida a las partes del cuerpo humano e identifica las partes de la oración.

El/la docente da la consigna:

- *Ahora cada uno escriba 5 oraciones relacionadas a las partes del cuerpo en su cuaderno.*

El/la docente invita a 10 estudiantes que lean alguna de sus oraciones en voz alta.

**¿CÓMO LO
VAMOS A
HACER?**

El/la docente escribe 5 de las oraciones leídas por sus alumnos en la pizarra e invita a 5 de ellos al frente para identificar las partes de la oración gramatical.

El/la docente convierte las oraciones de la pizarra en exclamativas e interrogativas y luego da la consigna:

- *Escriban 5 oraciones exclamativas y 5 interrogativas en sus cuadernos.*

Escribimos y explicamos los conceptos: oración gramatical, oración exclamativa e interrogativa.

¿CON QUÉ?

- Cuadernos
- Lápiz o bolígrafo
- Pizarrón, marcadores o tizas

**¿EN
CUÁNTO
TIEMPO?**

2 horas pedagógicas

3ER MOMENTO METODOLÓGICO: VALORACIÓN

ACTIVIDAD 3: Las oraciones y sus signos

¿QUÉ?

Reconocemos la importancia de los signos de exclamación e interrogación y los tipos de oración gramatical

**¿CÓMO LO
VAMOS A
HACER?**

El/la docente entrega una copia de la hoja de trabajo **(Anexo 2)** a cada estudiante y da las siguientes consignas:

- *Leemos la infografía sobre los signos de interrogación y de exclamación. Luego resolvemos las actividades propuestas.*

¿CON QUÉ?

Copias de *Conozcamos dos signos de puntuación (Anexo 2)* para cada estudiante

**¿EN
CUÁNTO
TIEMPO?**

1 hora pedagógica

4TO MOMENTO METODOLÓGICO: PRODUCCIÓN

ACTIVIDAD 4: ¡Armemos nuestro cuerpo!

¿QUÉ?

Armamos un rompecabezas del cuerpo humano

Dividimos a los estudiantes en grupos de 4 personas y cada una recibe una de las cuatro hojas de trabajo **(Anexo 3)** de modo que cada estudiante cuente con 2 imágenes.

El/la docente da la consigna:

- *Pintemos los dibujos de la hoja de trabajo que tiene 8 imágenes del cuerpo humano. Después de pintarlos deben recortarlos y armar el rompecabezas.*

El/la docente entrega una hoja en blanco a cada grupo y da las siguientes consignas:

- *Pónganle un nombre a la figura que construyeron.*
- *Escriban una oración exclamativa y otra interrogativa sobre 4 partes del cuerpo humano.*
- *Construyan una adivinanza sobre alguna parte del cuerpo humano.*
- *Escriban qué frutas y hortalizas le gusta comer a su personaje.*

Los rompecabezas se colocan en la pared del salón en murales de cartulina.

Cada estudiante recibe una copia de la hoja de trabajo **(Anexo 4)** y el/la docente realiza la evaluación correspondiente.

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

¿CON QUÉ?

- Una copia de *¡Armemos el cuerpo humano!* **(Anexo 3)** para cada estudiante
- Cartulina con un título relacionado al cuerpo humano, por ejemplo: "Así soy" o "Las partes de mi cuerpo"
- Una copia de la *Hoja de evaluación* **(Anexo 4)** para cada estudiante

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

2 horas pedagógicas

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD TEMÁTICA

DIMENSIONES

SER	SABER	HACER	DECIDIR
<ul style="list-style-type: none">• Manifestación de trabajo en equipo y respeto a sus compañeros.	<ul style="list-style-type: none">• Conceptualización de la oración gramatical y expresión de las partes que la componen.• Adecuación del uso de los signos de exclamación e interrogación.	<ul style="list-style-type: none">• Expresión con énfasis en las oraciones exclamativas e interrogativas.• Identificación de las partes generales del cuerpo humano.• Vocalización correcta durante la lectura.• Resolución de rompecabezas del cuerpo humano mediante trabajo en equipo.	<ul style="list-style-type: none">• Reflexión con sus pares sobre el uso inadecuado de los signos de exclamación e interrogación.

PROPUESTA DE PLAN DE CLASE : 2

1ER MOMENTO METODOLÓGICO: PRÁCTICA

ACTIVIDAD 1: El funcionamiento de nuestro cuerpo

¿QUÉ?

Invitamos a médicos y sabios originarios para la socialización del funcionamiento y cuidado del cuerpo

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente coordina con el/la directora(a) del hospital o centro de salud de la región y con algún sabio originario para invitarlos a dar una charla sobre el funcionamiento del cuerpo humano (aparato digestivo, aparato respiratorio, sistema locomotor, sistema circulatorio y los cinco sentidos). Se aconseja articular estos temas con la alimentación saludable.

Antes de la llegada de los visitantes se muestra un vídeo introductorio: "Cuerpo humano: Principales órganos", disponible en: <https://youtu.be/KYUQ-kySe2E>

Para las disertaciones de nuestros invitados, el/la docente da la consigna:

- *Deben guardar silencio y prestar mucha atención.*

Para despedir a los visitantes, el/la docente elaborará una tarjeta de agradecimiento que será firmada por las y los estudiantes.

¿CON QUÉ?

- Cartas de invitación, preferentemente elaborada por la Dirección General del colegio
- Un reproductor de video

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

2 horas pedagógicas

2DO MOMENTO METODOLÓGICO: TEORÍA

ACTIVIDAD 2: ¿Cómo funciona nuestro cuerpo y qué necesita para subsistir?

¿QUÉ?

Caracterización del cuerpo humano y su funcionamiento

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Cada estudiante recibe una copia de la hoja de trabajo **(Anexo 5)** con preguntas sobre el cuerpo humano.

El/la docente organiza al curso en grupos de acuerdo a la cantidad de invitados y da la siguiente consigna:

- *Ordenadamente, realicen sus preguntas a la persona invitada y escriban las respuestas en sus hojas de trabajo.*

**¿CÓMO LO
VAMOS A
HACER?**

Una vez terminada la entrevista, el/la docente invita a los estudiantes a compartir las respuestas con el resto de la clase para que la información recabada sea homogénea.

Despedimos a nuestros(as) invitados(as) con una tarjeta de agradecimiento.

Posteriormente, el/la docente realiza conceptualizaciones de los aparatos digestivo y respiratorio, del sistema circulatorio y locomotor, acompañado de una clasificación de alimentos que benefician al desarrollo corporal.

¿CON QUÉ?

- Una copia de *Conociendo más sobre el cuerpo humano* (**Anexo 5**) para cada estudiante
- Textos de apoyo utilizados en clase
- Papelógrafos sobre los aparatos digestivo y respiratorio, del sistema circulatorio y locomotor
- Tarjetas de agradecimiento previamente elaboradas y firmadas por las y los estudiantes, una para cada invitado(a)

**¿EN
CUÁNTO
TIEMPO?**

4 horas pedagógicas

3ER MOMENTO METODOLÓGICO: VALORACIÓN

ACTIVIDAD 3: ¿Qué debemos comer?

¿QUÉ?

Valoración de las frutas y hortalizas para el buen desarrollo corporal

**¿CÓMO LO
VAMOS A
HACER?**

El/la docente invita a los estudiantes a agruparse en parejas. Cada pareja recibe una copia de la hoja de trabajo (**Anexo 6**) y se da la siguiente consigna:

- *Realicen una entrevista a compañeros de cursos superiores, a otros docentes o personal administrativo de la Unidad Educativa.*

Una vez realizadas las entrevistas, compartimos algunas de las respuestas en clase.

¿CON QUÉ?

- Una copia de la *Entrevista* (**Anexo 6**) para cada estudiante

**¿EN
CUÁNTO
TIEMPO?**

2 hora pedagógica

4TO MOMENTO METODOLÓGICO: PRODUCCIÓN

ACTIVIDAD 4: Teatro sobre el cuidado corporal

¿QUÉ?

Hacemos una dramatización: frutas y comida chatarra

Dividimos a los estudiantes en cuatro grupos para realizar un concurso interno de teatro.

El/la docente entrega al azar uno de los cuatro cuentos sobre alimentación saludable (**Anexo 7**) a cada grupo. Cada grupo debe preparar una dramatización del cuento que le tocó.

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente invita a los padres y las madres de familia a la presentación de teatro a realizarse en un par de semanas, una vez las obras de teatro estén preparadas. El/la docente debe invitar a los padres y las madres a evaluar la expresión corporal de las y los estudiantes y su manejo de contenidos. También se puede invitar al personal administrativo o docentes de la Unidad Educativa.

¿CON QUÉ?

- Copias de *Vegecuentos* (**Anexo 7**) un cuento para cada grupo
-

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

3 semanas, distribuyendo los ensayos en 1 y 2 horas pedagógicas. En la tercera semana se lleva a cabo la presentación.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD TEMÁTICA

DIMENSIONES

SER	SABER	HACER	DECIDIR
<ul style="list-style-type: none">• Participación con escucha atenta a las disertaciones de personas invitadas.• Manifestación de respeto a las opiniones de sus compañeros.	<ul style="list-style-type: none">• Diferenciación y relación entre los aparatos digestivo, respiratorio y sistemas locomotor y circulatorio.• Conceptualización de algunas prácticas medicinales tradicionales.• Teorización de los beneficios que brindan algunos alimentos para el desarrollo corporal.	<ul style="list-style-type: none">• Participación activa en el concurso de teatro sobre frutas, hortalizas y comida chatarra.• Reflexión sobre los beneficios del consumo de alimentos saludables.	<ul style="list-style-type: none">• Alimentación con productos saludables durante los recreos.• Invitación a sus compañeros para comprar y consumir alimentos saludables en el recreo.

PROPUESTA DE PLAN DE CLASE : 3

1ER MOMENTO METODOLÓGICO: PRÁCTICA

ACTIVIDAD 1: ¡Tengo cinco sentidos!

¿QUÉ?	Reconocemos nuestros sentidos
¿CÓMO LO VAMOS A HACER?	<p>El/la docente lleva a sus estudiantes al patio para aprender la canción: "H15 – 5 sentidos", disponible en: https://youtu.be/xvbITViEzUc</p> <p>Empleamos el juego: "El rey pide: que se toquen el sentido del olfato, etc.". Después de jugar, el/la docente pide a los estudiantes retornar al curso marchando y cantando el estribillo de la canción.</p>
¿CON QUÉ?	<ul style="list-style-type: none">• Un reproductor de video y audio
¿EN CUÁNTO TIEMPO?	1 horas pedagógicas

2DO MOMENTO METODOLÓGICO: TEORÍA

ACTIVIDAD 2: ¿Cuáles son los órganos de nuestros sentidos?

¿QUÉ?	Definimos y aprendemos en inglés nuestros cinco sentidos
¿CÓMO LO VAMOS A HACER?	<p>El/la docente explica las definiciones e importancia de los sentidos en la vida cotidiana. Posteriormente, relaciona algunos alimentos que son saludables para cada sentido, empleando la hoja de trabajo (Anexo 8).</p> <p>Se entrega y se pide a cada estudiante que complete el gráfico de la hoja de trabajo (Anexo 8) escribiendo el nombre de alguna planta beneficiosa para los sentidos en los recuadros.</p> <p>Para conocer los sentidos en inglés aprendemos: la "Canción de los sentidos", disponible en: https://youtu.be/_90VWJ02b0 y escribimos la letra en el cuaderno respectivo.</p>
¿CON QUÉ?	<ul style="list-style-type: none">• Dos copias de <i>Algunas plantas medicinales para nuestros sentidos (Anexo 8)</i> para cada estudiante• Un reproductor de video y audio• Pizarrón, marcadores o tizas• Cuaderno• Lápiz o bolígrafo
¿EN CUÁNTO TIEMPO?	2 horas pedagógicas

3ER MOMENTO METODOLÓGICO: VALORACIÓN

ACTIVIDAD 3: Los productos de la Madre Tierra

¿QUÉ?

Valoramos los productos que ofrece la Madre Tierra para el desarrollo del cuerpo

El/la docente pide a los estudiantes que traigan una planta beneficiosa para los sentidos, según la Actividad 2.

En el patio o aula, se invita a los estudiantes a acomodarse en círculo para entonar en idioma inglés, la "Canción de los sentidos", disponible en: https://youtu.be/_90VYWJ02b0

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Mientras se entona la canción, se hacen rotar las plantas para su observación.

El/la docente detiene la canción cuando crea conveniente y se reflexiona en grupo:

- *¿Qué puede perjudicar el crecimiento de esta planta?*
- *Si este producto desaparece, ¿cuál de nuestros sentidos se vería afectado?*

Luego de la reflexión, el/la docente invita a sus estudiantes a regresar a sus asientos.

¿CON QUÉ?

- Las plantas traídas por los estudiantes
- Un reproductor de audio y video

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

1 hora pedagógica

4TO MOMENTO METODOLÓGICO: PRODUCCIÓN

ACTIVIDAD 4: ¡A bailar con los sentidos!

¿QUÉ?

Elaboramos un vídeo musical

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente organiza al curso en 5 grupos y cada grupo debe venir vestido de un color. Para iniciar la jornada, el/la docente solicita a las y los estudiantes recordar la canción "H15 - 5 sentidos" que aprendieron en la Actividad 1, disponible en: <https://youtu.be/xvb1TViEzUc>. Una vez recordada la letra, el/la docente invita a las y los estudiantes a crear un baile para acompañar la canción.

Luego de algunos ensayos, el/la docente filma el baile realizado por los estudiantes.

**¿CÓMO LO
VAMOS A
HACER?**

Las diferentes tomas de vídeo pueden reunirse a través de programas de edición, también se puede solicitar ayuda de la persona encargada del departamento de informática. El vídeo puede colocarse en plataformas educativas, redes sociales, etc.

¿CON QUÉ?

- Un reproductor de audio y vídeo
- Cámara filmadora o celular con cámara
- Computadora y software de edición: Pinnacle Studio, Sony Vegas Pro, Corel VideoStudio, etc.

**¿EN
CUÁNTO
TIEMPO?**

1 a 2 horas pedagógicas

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD TEMÁTICA

DIMENSIONES

SER	SABER	HACER	DECIDIR
<ul style="list-style-type: none">• Demostración de responsabilidad con las tareas asignadas.• Manifestación de trabajo colaborativo.	<ul style="list-style-type: none">• Definición de los sentidos y sus órganos.• Nominación de los sentidos en inglés.• Identificación de alimentos que benefician un desarrollo óptimo del cuerpo humano, en particular de los sentidos.	<ul style="list-style-type: none">• Relación gráfica de alimentos saludables con los sentidos.• Expresión escrita en inglés de los nombres de los sentidos.• Filmación de vídeo musical.	<ul style="list-style-type: none">• Comunicación con sus pares y familiares sobre la importancia del consumo de alimentos saludables.

PROPUESTA DE PLAN DE CLASE : 4

1ER MOMENTO METODOLÓGICO: PRÁCTICA

ACTIVIDAD 1: ¿Qué pasó ayer?

¿QUÉ?

Reconocemos los tiempos verbales

En el aula, el/la docente da la consigna:

- *Aprendamos la canción "Profra Yola Mireles, Profe Luis (Los verbos)", disponible en: <https://youtu.be/EUCmDte01ms>*

El/la docente debe realizar una mímica de las acciones que se mencionan en la canción. Posteriormente, el/la docente entrega una copia de la hoja de trabajo **(Anexo 9)** a cada estudiante para que respondan a las preguntas planteadas.

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Mientras los estudiantes realizan la actividad, el/la docente divide la pizarra en tres columnas (pasado, presente y futuro). Cuando los estudiantes terminan de llenar su hoja de trabajo, compartan sus respuestas con el resto de la clase. El/la docente debe ir anotando las respuestas en la columna correspondiente.

El/la docente hace una breve distinción de los tiempos verbales y para el refuerzo del tema da las siguientes consignas:

- *En sus cuadernos, dibujen los tipos de reloj que conocen*
- *Ahora anoten las horas en las que un niño tiende a despertarse, lavarse, comer y acostarse.*

¿CON QUÉ?

- Una copia de *¿Qué pasó ayer?* **(Anexo 9)** para cada estudiante
- Cuaderno
- Lápiz o bolígrafo

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

1 a 2 horas pedagógicas

2DO MOMENTO METODOLÓGICO: TEORÍA

ACTIVIDAD 2: ¡Leamos el reloj!

¿QUÉ?

Aprendemos a leer las horas y a conjugar verbos

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente explica la definición de verbo y sus tiempos: pasado, presente y futuro (modo indicativo). Posteriormente, indica las partes de un reloj y su modo de lectura.

Para la interiorización del contenido, el/la docente propone un juego:

- *Doce estudiantes tendrán el nombre de una hora de 1 a 12; el resto tendrá los nombres de los minutos de 1 a 60 (dividimos los minutos según la cantidad de estudiantes).*

El/la docente inicia una narración sobre las actividades de un día común:

- *“Esta mañana desperté a las 06:50 am”. Los estudiantes correspondientes a esa hora deben ponerse de pie y continuar la historia. “Luego, a las 7:10 am fui a lavarme los dientes” y así sucesivamente.*

Al finalizar el juego, cada estudiante recibe una copia de las hojas de trabajo (**Anexo 10 y Anexo 11**) para realizar las actividades propuestas.

¿CON QUÉ?

- Pizarra, marcadores o tizas
- Una copia de *¡Juguemos con horas y verbos!* (**Anexo 10**) para cada estudiante
- Una copia de *¿Qué hora es?* (**Anexo 11**) para cada estudiante

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

4 horas pedagógicas

3ER MOMENTO METODOLÓGICO: VALORACIÓN

ACTIVIDAD 3: ¿Cuándo cuido mi cuerpo?

¿QUÉ?

Reflexionamos sobre la importancia de cuidar el cuerpo

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente propone ver el vídeo: “Doki descubre la limpieza diaria”, disponible en: <https://youtu.be/l2Jzat1-BFY>

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Terminado el video, el/la docente invita a sus estudiantes a realizar una lluvia de ideas bajo la pregunta:

- ¿Cómo cuida mi cuerpo?

El/la docente anota las respuestas en la pizarra a modo de ir generando un diálogo reflexivo sobre las acciones que se toman para tener una buena higiene. Para culminar con la reflexión sobre cuándo y cómo cuidar el cuerpo, el/la docente entrega la autoevaluación sobre la higiene personal (**Anexo 12**) a cada estudiante.

Con la participación activa de los estudiantes, el/la docente escribe los hábitos de higiene en la pizarra. Los estudiantes deben copiar la información en sus cuadernos para llevar un registro correspondiente.

¿CON QUÉ?

- Una copia de *¡Quiero tener un cuerpo limpio, sano y fuerte!* (**Anexo 12**) para cada estudiante
- Pizarra, marcadores y/o tizas
- Cuaderno
- Lápiz o bolígrafo

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

1 horas pedagógicas

4TO MOMENTO METODOLÓGICO: PRODUCCIÓN

ACTIVIDAD 4: El catálogo de higiene

¿QUÉ?

Elaboramos una lámina sobre instrumentos para la higiene personal

El/la docente invita a sus estudiantes a formar parejas y da la consigna:

- *Hacemos una lluvia de ideas para elaborar una lista de implementos de higiene personal.*

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente pide a cada pareja escoger uno de los implementos de higiene de la lista elaborada y a cada pareja se le entrega una hoja de trabajo (**Anexo 13**), la que deberán completar utilizando el diccionario.

Luego del trabajo en parejas, el/la docente invita a una participación espontánea en la que la pareja expone los implementos sobre lo que investigó. Para finalizar, el/la docente recoge las hojas de trabajo y las coloca en un dossier para la feria pedagógica.

¿CON QUÉ?

- Una copia de "El catálogo de higiene" (**Anexo 13**) para cada pareja
- Diccionarios
- Cuadernos
- Lápiz o bolígrafo

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

2 horas pedagógicas

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD TEMÁTICA

DIMENSIONES

SER	SABER	HACER	DECIDIR
<ul style="list-style-type: none">• Manifestación de respeto con el prójimo y de trabajo de equipo.• Participación activa en la lluvia de ideas sobre implementos de higiene personal.	<ul style="list-style-type: none">• Definición y categorización de los tiempos verbales.• Identificación y lectura de las horas en un reloj de manillas y en uno digital.• Identificación de los buenos hábitos de higiene personal.	<ul style="list-style-type: none">• Elaboración de un horario de actividades para la esquematización de las horas de una jornada.• Autoevaluación sobre la higiene personal.• Expresión de los verbos en tiempo presente, pasado y futuro del modo indicativo.• Elaboración de un dossier de implementos de aseo.	<ul style="list-style-type: none">• Valoración de los momentos cotidianos dedicados a la higiene personal.• Determinación de mejorar la higiene personal para una sana convivencia en comunidad.

GLOSARIO





GLOSARIO

A CAPELA: Composición musical cantada sin acompañamiento de instrumentos.

ALIMENTO: Poder nutritivo o capacidad para nutrir de una sustancia comestible.

COMIDA: Lo que se come y bebe para nutrirse.

COMIDA NO SALUDABLE (CHATARRA): Alimentos aptos para el consumo, pero con poco valor nutricional. Estas tienden a ser altamente procesadas y altas en azúcar, sal y grasas.

ENERGÍA: Capacidad para realizar un trabajo.

HÁBITO: Modo especial de proceder o conducirse adquirido por repetición de actos iguales o semejantes, u originado por tendencias instintivas.

HIGIENE: Limpieza o aseo.

INFOGRAFÍA: Representación gráfica que apoya una información.

ÓRGANOS: Cada una de las partes del cuerpo animal o vegetal que ejercen una función.

PLATAFORMA: Entorno informático determinado, que utiliza sistemas compatibles entre sí.

CURANDERO (SABIO ORIGINARIO): Persona que, sin ser médico, ejerce prácticas curativas empíricas o rituales.

Fuentes consultadas para el glosario

- Real Academia Española (sin fecha). Página web. www.rae.es





Extendemos un agradecimiento a los siguientes docentes en ejercicio y en proceso de formación quienes han participado activamente en el desarrollo de esta guía y del material educativo que la acompaña:

Alvarez Arias Ruth
Bellot Vargas Cyntia Beatríz
Calvo Loayza Maria Del Rosario
Coca Cruz Prisca
Coca Villarroel Rosmery
Ibarra Pinaya Jhanneth
Magariños Hinojosa Vanesa
Mora Sanchez Magui
Nogales Gomes Gilder
Orellana Panozo Isabel
Ríos Barrionuevo Ruth Rosario
Vargas Camacho Gloria
Alacori Janco Rodrigo
Alarcón Flores Danna Kamila
Ballejos Duarte Ana Maria
Carrasco Rodas Esthefannie Itzel
Cerezo Barja Lisht Neida
Garnica Andrade Sergio Dennys
Guitierrez Cerezo Gabriela
Iglesias Robles Mónica
Mariscal Cordero Javier
Marquez Aguilar San Ebelin
Pereyra Salazar Horacio
Porco Aramayo Vanesa
Porco Colque Ana Maria
Velez Ramírez Gregoria

El Cuerpo Humano: con enfoque de Seguridad Alimentaria

Tercer año de primaria comunitaria vocacional

Seguridad Alimentaria / Alimentación Saludable / Cuerpo Humano / Sistema Digestivo / Sistema Nervioso / Aparato Digestivo / Higiene / Proyecto Socio Productivo (PSP) / Ejes Articuladores / Currículo Educativo / Concreción Curricular



Fundación Alternativas
Calle Lisimaco Gutiérrez, No. 490
Edificio De Luna, Oficina 5B
Sopocachi, La Paz, Bolivia
Tel: (+591) 2 2434711
www.alternativascc.org
 @Alternativascc

AUTORES:

Fernando Salazar, Mariela Rivera, Francisco Pati (Fundación Alternativas)

EDITORA:

Maria Teresa Nogales (Fundación Alternativas)

DISEÑO BASE E ILUSTRACIÓN DE FONDOS Y PORTADILLAS:

Jorge Dávalos

DIAGRAMACIÓN DE INTERIORES E ILUSTRACIÓN DE PORTADA Y FICHAS:

wokideas.

Impreso en Bolivia

Septiembre 2019

Esta publicación fue posible con el apoyo de Canadian Feed the Children, Hivos, la Cooperación Belga al Desarrollo y Louvain Coopération au Développement.

Las opiniones que son expresadas en este documento no representan necesariamente las del Estado canadiense, holandés o belga, ni los compromete de modo alguno.



Bélgica
socio para el desarrollo





ALTERNATIVAS
Cultivando Comunidades



**CANADIAN
FEED THE
CHILDREN**



Bélgica
socio para el desarrollo



PROHIBIDA SU VENTA