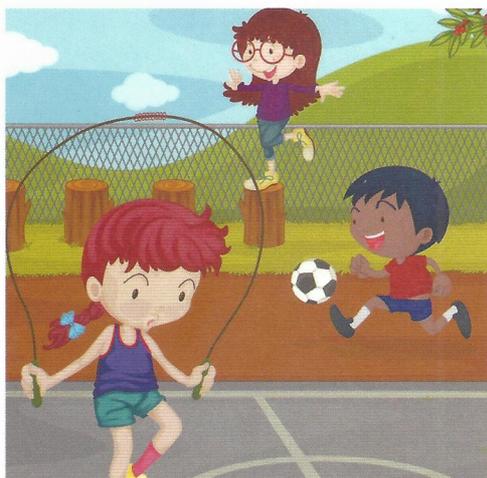
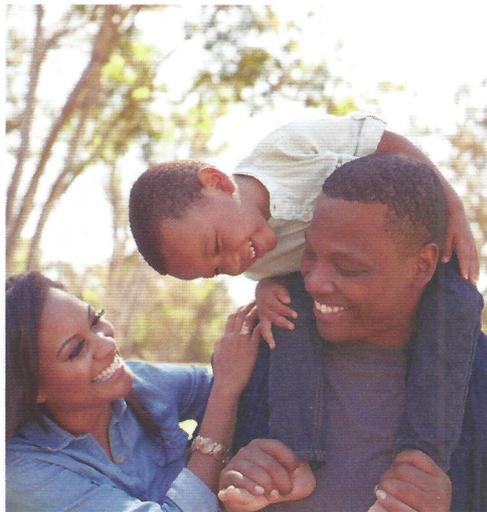
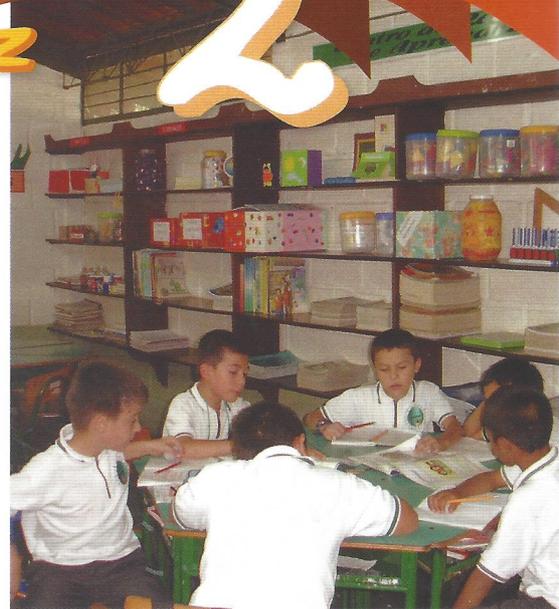
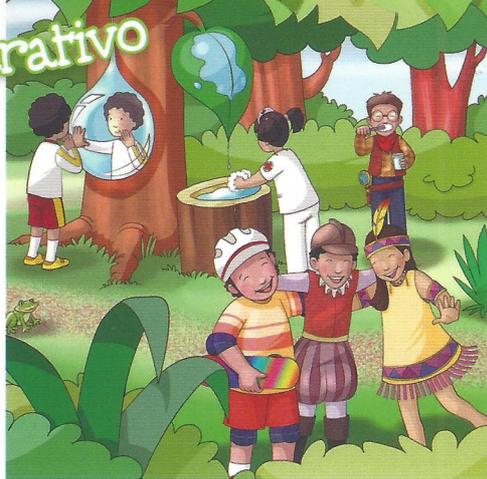


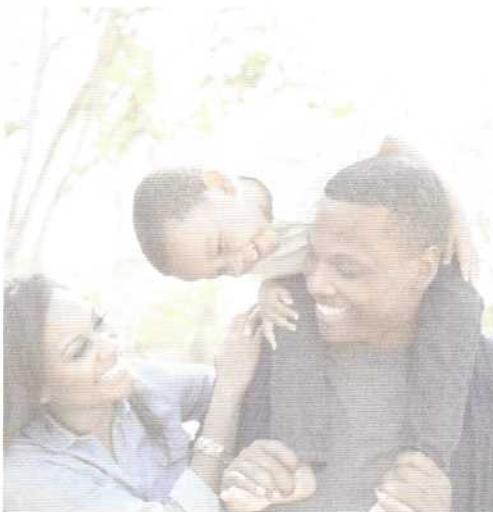
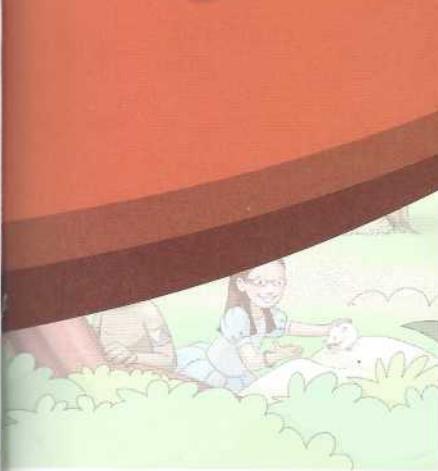
Ética y Educación para la Paz

2

Aprendizaje Cooperativo



Ética y Educación para la Paz 2



Ética y Educación para la Paz 2

ISBN: 978-958-8814-94-0

Autores: Yuly Correa Díaz, Diana M. Montoya Rodríguez, Beatriz E. Muñoz Toro, María C. Ramírez Rincón, Víctor M. Vélez Carriazo

© FUNDACIÓN ESCUELA NUEVA VOLVAMOS A LA GENTE®

Prohibida la reproducción total o parcial de esta obra, por cualquier medio, sin permiso escrito del editor.

Esta obra fue elaborada de acuerdo con el diseño metodológico y bajo el Plan de la Fundación Escuela Nueva Volvamos a la Gente, y fue realizada con la participación del siguiente equipo de trabajo:

DIRECCIÓN

Vicky Colbert de Arboleda

COORDINACIÓN GENERAL

Heriberto Castro Carmona

COORDINACIÓN ACADÉMICA

Mery Chala Lancheros

ASESORÍA DE ÁREA

Jorge O. López Villa

ASESORÍA EJES TRANSVERSALES

Raúl A. González Botero (Emprendimiento y Ciudadanía)

Zohra Omar (Empatía)

REVISIÓN Y COORDINACIÓN EDITORIAL

Cristian A. Cárdenas Sierra

DISEÑO, DIAGRAMACIÓN E INFOGRAFÍAS

Alexandra Céspedes López

Adriana Y. Matta Benalcázar

DISEÑO DE CARÁTULA

Adriana Y. Matta Benalcázar

ILUSTRACIONES

Fernando Herrera Navarrete

Marlén Mora Rincón

DOCUMENTACIÓN GRÁFICA

Gabriel L. Bonilla Murcia

Diego Espitia Fonseca

Impreso por Disonex zona franca S.A.S.

Edición 2020

CRÉDITOS FOTOGRÁFICOS (NO. PÁGINA: CRÉDITO)

Carátula: © Monkey Business Images/www.shutterstock.com; © Catalin Petolea/www.shutterstock.com; © Dmytra Zinkevych/www.shutterstock.com; © Archivo FEN; Marlén Mora Rincón. Páginas internas: 11: © Archivo FEN; © Archivo FEN; © Archivo FEN; 13: © Archivo FEN; 15: © ASPX by Image Source/www.shutterstock.com; 17: © Levent Konuk/www.shutterstock.com; 18: © Lorelyn Medina/www.shutterstock.com; © Matthew Cole/www.shutterstock.com; © Rocket400 Studio/www.shutterstock.com; 20: © Davi Sales Batista/www.shutterstock.com; © Kelly Hironaka/www.shutterstock.com; © Eva Daneva/www.shutterstock.com; © Yayayoyo/www.shutterstock.com; 21: © dobric/www.shutterstock.com; 22: © BlueRingMedia/www.shutterstock.com; © Kimazo/www.shutterstock.com; © GraphicsRF/MonikaGniot/www.shutterstock.com; 23: © MatoomMi/www.shutterstock.com; 25: © carla castagno/www.shutterstock.com; 26: © Matthew Cole/www.shutterstock.com; 27: © Rossario/www.shutterstock.com; © ZouZou/www.shutterstock.com; © BestPhotoByMonikaGniot/www.shutterstock.com; © John de la Bastide/www.shutterstock.com; 31: © George Barba/www.shutterstock.com; 33: © Archivo FEN; 37: © Drazowski/www.shutterstock.com; © Joseph Helfenberger - Fotolia.com; © Arpad Nagy-Bagoly - Fotolia.com; © Pavel Losevsky - Fotolia.com; 38: © Matthew Cole/www.shutterstock.com; 39: © BeRad/www.shutterstock.com; 40: © eveleen/www.shutterstock.com; 42: © ASPX by Image Source/www.shutterstock.com; 44: © Kakigori Studio/www.shutterstock.com; © goVideo/www.shutterstock.com; © pichayasi/www.shutterstock.com; 45: © mypokik/www.shutterstock.com; © Zonafata/www.shutterstock.com; © Charmaine A Harvey/www.shutterstock.com; 46: © Diego Cervo/www.shutterstock.com; 50: © andere/www.shutterstock.com; 52: © DeepGreen/www.shutterstock.com; 53: © DreamBig/www.shutterstock.com; © wavebreakmedia/www.shutterstock.com; © antoniadiaz/www.shutterstock.com; © ESB Profesional/www.shutterstock.com; © Monkey Business Images/www.shutterstock.com; 54: © Annea/www.shutterstock.com; 56: © Archivo FEN; 57: © Matthew Cole/www.shutterstock.com; © ronstik/www.shutterstock.com; 59: © Archivo FEN; 61: © Catalin Petolea/www.shutterstock.com; © Poznyakov/www.shutterstock.com; © Natchaworanan/www.shutterstock.com; © Catalin Petolea/www.shutterstock.com; 62: © vector illustration/www.shutterstock.com; © vector illustration/www.shutterstock.com; © vector illustration/www.shutterstock.com; © vector illustration/www.shutterstock.com; 64: © armanacatalasan/www.shutterstock.com; © Matthew Cole/www.shutterstock.com; © subrash121/www.shutterstock.com; © carla castagno/www.shutterstock.com; 65: © Igor Zakowski cartoonz.com/www.shutterstock.com; © Alias Ching/www.shutterstock.com; © toyotoy/www.shutterstock.com; © DailyShop/www.shutterstock.com; © Ayelet Kesnet/www.shutterstock.com; 70: © Helga Kharimarko/www.shutterstock.com; © Lorelyn Medina/www.shutterstock.com; © suerz/www.shutterstock.com; 71: © Sarah Nichol/www.shutterstock.com; © suerz/www.shutterstock.com; © misstinguette - Fotolia.com; 74: © Lorelyn Medina/www.shutterstock.com; 75: © Dmytra Zinkevych/www.shutterstock.com; © Archivo FEN; © Archivo FEN; © CREATISTA/www.shutterstock.com; 78: © suerz/www.shutterstock.com; 80: © nem4a - Fotolia.com; 81: © Ociacia/www.shutterstock.com; 82: © suerz/www.shutterstock.com; 86: © Archivo FEN; © studio vision1 - Fotolia.com; © AZP Worldwide - Fotolia.com; 89: © Lorelyn Medina - Fotolia.com; 90: © Archivo FEN; © goodluz - Fotolia.com; © Lorelyn Medina - Fotolia.com; 92: © kikoo/www.shutterstock.com; 94: © Marish/www.shutterstock.com; 95: © Gouraud Studio/www.shutterstock.com; © Davi Sales Batista/www.shutterstock.com; © Peteri/www.shutterstock.com; 96: © Matthew Cole/www.shutterstock.com; © carla castagno/www.shutterstock.com; © Julien Romeur/www.shutterstock.com; © vinz89/www.shutterstock.com; 98: © Arinas Gabalis - Fotolia.com; © electriceye - Fotolia.com; © Image Source 152 - Fotolia.com; © Kheng Guan Toh - Fotolia.com; © trinamahova - Fotolia.com; © Dianka - Fotolia.com; © GraphicsRF/www.shutterstock.com; 100: © cabania - Fotolia.com; 103: © Lorelyn Medina - Fotolia.com; 104: © Maksim Kabakou/www.shutterstock.com; 106: © poco_bw - Fotolia.com; © Dennis Oblander - Fotolia.com; 109: © Vibe Images - Fotolia.com; 110: © Cincinari/www.shutterstock.com; 111: © Maksim Kabakou/www.shutterstock.com; © Maksim Kabakou/www.shutterstock.com; © Maksim Kabakou/www.shutterstock.com.

Tabla de contenido

UNIDAD

1

Conozco, admiro y cuido mi cuerpo

Guía 1: Me gustan mis rasgos físicos.....	11
Guía 2: Mi cuerpo es un apoyo extraordinario.....	18
Guía 3: Mis sentidos: ventanas al mundo.....	25
Valoro mis aprendizajes	32

UNIDAD

2

Todas las personas expresamos sentimientos y emociones

Guía 4: ¡Qué bueno es emocionarme y tener sentimientos!.....	35
Guía 5: ¿Cómo puedo expresar mis emociones y sentimientos?.....	43
Guía 6: Las personas que amo y me aman.....	51
Valoro mis aprendizajes	58

UNIDAD

3

El bienestar empieza con el cuidado de mi cuerpo

Guía 7: Soy prudente con mi cuerpo.....	61
Guía 8: Mi cuerpo dice muchas cosas.....	68
Guía 9: La comunidad ayuda a cuidarme.....	75
Valoro mis aprendizajes	82

UNIDAD

4

Somos distintos, pero tenemos los mismos derechos

Guía 10: ¿Cuáles rasgos nos hacen únicos?.....	85
Guía 11: ¿Cuáles son nuestras necesidades básicas?.....	93
Guía 12: Cuando me valoro y me quiero, valoro y quiero a los demás.....	101
Valoro mis aprendizajes	110
Bibliografía	112

¡Hola, niños y niñas!

Estas Guías de Aprendizaje les permitirán reconocer las distintas partes de su cuerpo y aprender cómo cuidarlas mediante el baño y el aseo diarios. Además, estas guías les enseñarán a evitar situaciones en las que hagan sentir mal o lastimen a sus compañeros y compañeras. Así, generarán un ambiente pacífico en el que todas las personas sean respetadas y valoradas sin importar sus diferencias.

Igualmente, aprenderán a identificar los momentos en los que están alegres, tristes o con ira. Esto con el fin de que aprendan a estar tranquilos y expresen adecuadamente lo que sienten. Así mismo, podrán identificar lo que sienten sus compañeros y compañeras, de manera que puedan animarlos y contribuir a que sean respetados, amados y felices.

Los invitamos a realizar las actividades de estas guías con mucho ánimo, trabajando de forma individual, grupal y familiar. De este modo, alcanzarán los aprendizajes deseados en cada una de las guías.

¡Bienvenidos y bienvenidas a esta aventura!



¡Conozcamos nuestras Guías de Aprendizaje!

Red de Alcances y Secuencias

Aquí encontramos los siguientes contenidos de cada módulo: título y desempeño de la unidad, los estándares del área, las acciones concretas de pensamiento y producción, las competencias ciudadanas, desempeños, guías, ejes temáticos, recursos sugeridos para el desarrollo de cada guía y algunos criterios para realizar la evaluación.

Unidad	Desempeño	Acciones	Competencias	Desempeños	Guías	Ejes temáticos	Recursos	Criterios
UNIDAD 1	... de un tema de interés personal							
UNIDAD 2	... de un tema de interés personal							

Glosario
Rutina: grupo de actividades que se realiza de la misma manera todos los días.

Glosario

En esta sección, encontramos el significado de palabras importantes para el desarrollo de la guía. ¡Así no tendremos que buscarlas siempre en un diccionario ni quedarnos con dudas!

Entrada de Unidad

Aquí encontramos el número de la unidad, su título y una ilustración relacionada con los principales contenidos de las guías.



Énfasis de la colección

En ellos, encontramos elementos fundamentales o consejos acerca de los cuatro énfasis: emprendimiento, ciudadanía, cuidado de la salud y cuidado del ambiente. Estas guías presentan un énfasis que promueve la formación de los y las estudiantes en relación con la educación para la paz, de manera que desarrollen competencias mediante las cuales sea posible prevenir conductas violentas y promover la resolución pacífica de conflictos, la participación democrática, la construcción de equidad, el respeto por la pluralidad y por los derechos humanos, entre otros.



Vivo la empatía

Cuando soy una persona responsable y manifiesto adecuadamente mis emociones y sentimientos.

Vivo la empatía

Ser empáticos es uno de los objetivos fundamentales de estas guías. Así, en esta sección, encontraremos recomendaciones sobre cómo practicar la empatía en nuestra vida diaria.

Sabías que...

Esta sección nos permite adquirir aprendizajes nuevos relacionados con los temas propuestos en las guías.

Sabías que...

Además de ser divertido, el juego es fundamental para nuestro desarrollo. Esto debido a que nos ayuda a compartir e interactuar con los demás y con el ambiente que nos rodea.

Me comprometo a...

En esta sección, se plantean compromisos que propician un cambio de actitud en relación con los temas y situaciones que se están trabajando en las guías.

Me comprometo a...

Valorar las diferencias que tenemos los seres humanos, porque la diversidad enriquece a nuestra comunidad.

Recordemos

Esta sección nos permite recordar aprendizajes que ya se han visto en guías anteriores.

Recordemos

La alimentación y el aseo personal también ayudan al desarrollo del cuerpo.

¿Qué haríamos?

En esta sección, encontramos estudios de caso concretos y sencillos, que nos permiten reflexionar y tomar una postura frente a una situación determinada.

¿Qué haríamos?

Si vamos caminando por el andén y nos damos cuenta de que una persona ciega está a punto de dar un paso y caer en un hueco, ¿cómo lo ayudaríamos?

Valoro mis aprendizajes

Al final de cada unidad, encontramos la evaluación correspondiente. Allí, se proponen preguntas de selección múltiple con única respuesta y preguntas abiertas que propician la reflexión.



UNIDAD 1

Conozco, admiro y cuido mi cuerpo

Desempeño general: Valoro mis características físicas.

Contexto	Componentes	Desempeños	Guías	Contenidos	Recursos
Personal	Conciencia, confianza y valoración de sí mismo. Conciencia de derechos y de responsabilidades. Sentido crítico.	Identifico y valoro mis rasgos físicos.	Guía 1 Me gustan mis rasgos físicos	Autoimagen. Rasgos físicos. Importancia de respetar y valorar los rasgos físicos de todas las personas. Emociones.	Tijeras, pegamento, colores, cartulina, lápiz, marcadores, una hoja blanca y un espejo.
	Autorrealización. Proyecto de vida buena y búsqueda de la felicidad.	Explico y valoro la importancia del cuerpo para mi desarrollo personal.	Guía 2 Mi cuerpo es un apoyo extraordinario	Autoimagen. Importancia del cuerpo en el desarrollo personal. Situaciones de agresión. Control de emociones como el enojo o la tristeza. Situaciones de agresión. Emociones asociadas.	Hojas de papel y marcadores.
	Sentido crítico. Autorregulación. Capacidad creativa y propositiva.	Reconozco que mis sentidos me ayudan a percibir el mundo y lo que sucede en él.	Guía 3 Mis sentidos: ventanas al mundo	Órganos y funciones de los sentidos. Cuidados de los órganos de los sentidos. Importancia de ayudar a las personas que no poseen alguno de sus sentidos. Expresión de emociones y sentimientos.	Pedazo de tela para vendar los ojos y objetos que podamos oler, tocar, escuchar y saborear.
Desempeños de Educación para la Paz	Los estudiantes comprenden qué es agresión e identifican sus diferentes formas.	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes identifican situaciones de agresión y sus consecuencias. • Los estudiantes reconocen que las diferencias entre las personas (por características físicas, origen geográfico, grupo étnico, entre otros) suelen usarse como motivos para la agresión. 			
Criterios de desempeño	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica sus rasgos físicos y siente orgullo de ser como es. • Identifica diferentes formas de agresión. • Cuida responsablemente su cuerpo, practicando hábitos de higiene y tomando precauciones para evitar accidentes. • Cuida y valora sus órganos de los sentidos. 				

UNIDAD 2

Todas las personas expresamos sentimientos y emociones

Desempeño general: *Aprecio el valor de las emociones y de los sentimientos.*

Contexto	Componentes	Desempeños	Guías	Contenidos	Recursos
Personal	Sentimientos de vínculo y empatía. Conciencia de derechos y responsabilidades.	Reconozco mis sentimientos y emociones.	Guía 4 ¡Qué bueno es emocionarme y tener sentimientos!	Sentimientos y emociones. Diferencias entre los sentimientos y las emociones. Reacciones del cuerpo provocadas por sentimientos negativos como la ira. Manejo de sentimientos negativos como la ira.	Hojas de papel, colores, marcadores, globos y materiales necesarios para realizar un mural y una cámara de cartón en caso de que no tengamos una cámara fotográfica.
	Sentimientos de vínculo y empatía. Competencias dialógicas y comunicativas.	Expreso adecuadamente mis emociones y sentimientos.	Guía 5 ¿Cómo puedo expresar mis emociones y sentimientos?	Expresión y control de emociones y sentimientos. Comportamientos pacíficos.	Colores, cartulina, cartón, palos de madera, tijeras, pegante y hojas de block.
	Sentimientos de vínculo y empatía. Competencias dialógicas y comunicativas.	Valoro el amor que doy y el que recibo.	Guía 6 Las personas que amo y me aman	Amor filial. Amor romántico. Amor por la patria. Amor fraternal. Tipos de abrazos. Expresión de sentimientos de afecto.	Cartulina, colores y marcadores.
Desempeños de Educación para la Paz	Los estudiantes evitan agredir o maltratar a sus compañeros.	<ul style="list-style-type: none"> Los estudiantes reconocen sus emociones (especialmente la ira o el enojo) y son capaces de generar comportamientos pacíficos frente a las mismas. Los estudiantes proponen y realizan acciones para evitar agredir o maltratar a sus compañeros. 			
Criterios de desempeño:	<ul style="list-style-type: none"> Identifica algunas de las situaciones que le causan alegría, tristeza, llanto, ira, etc. Realiza acciones para evitar agredir o maltratar a las demás personas. Reconoce las diferentes formas en que expresa sus sentimientos y emociones. Brinda amor y valora el amor que recibe. 				

UNIDAD 3

El bienestar empieza con el cuidado de mi cuerpo

Desempeño general: Reconozco la importancia de mi cuerpo y aprendo a cuidarlo.

Contexto	Componentes	Desempeños	Guías	Contenidos	Recursos
Sociocultural	Competencias dialógicas y comunicativas. Autorregulación. Conciencia, confianza y valoración de sí mismo.	Reconozco los riesgos a los que está expuesto mi cuerpo y aprendo a evitarlos.	Guía 7 Soy prudente con mi cuerpo	Importancia de prevenir situaciones peligrosas. Prevención de actividades y juegos riesgosos. El cuidado del otro.	Dados, cintas, marcadores y materiales necesarios para elaborar un aviso.
	Competencias dialógicas y comunicativas. Autorregulación. Confianza y valoración de sí mismo.	Descubro que puedo comunicar muchas cosas mediante mi cuerpo.	Guía 8 Mi cuerpo dice muchas cosas	Higiene corporal. Las cosas que podemos expresar con nuestro cuerpo. Buenos modales. Acciones para evitar la burla y la agresión.	Biblioteca o Internet y materiales necesarios para imitar a algunos animales que escojamos.
	Formación ciudadana. Identidad y sentido de pertenencia. Conciencia de derechos y responsabilidades. Sentido crítico.	Identifico algunas actividades que realiza la sociedad para cuidar mi estado físico y mental.	Guía 9 La comunidad ayuda a cuidarme	Instituciones que protegen la integridad física y mental de los niños y niñas. Emociones y sentimientos. Manejo de emociones para evitar agresiones. Apoyo y consuelo a las personas agredidas.	Materiales necesarios para realizar una dramatización, medio pliego de cartulina, marcadores, colores, revistas, tijeras, pegante, dados y fichas de parqués.
Desempeños de Educación para la Paz	Los estudiantes intervienen para frenar la agresión de sus compañeros.	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes emprenden acciones para reducir el sufrimiento de otros que son agredidos. • Los estudiantes defienden asertivamente a personas que son agredidas. 			
Criterios de desempeño:	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica las situaciones de riesgo que existen en su entorno y toma precauciones para evitar accidentes. • Actúa para frenar la agresión de sus compañeros y compañeras. • Practica hábitos de higiene y presentación personal para relacionarse y comunicarse mejor con los demás. • Entiende y respeta las normas acordadas en el Manual de Convivencia de la escuela o colegio, porque ayudan a proteger su integridad física y mental. 				

UNIDAD 4

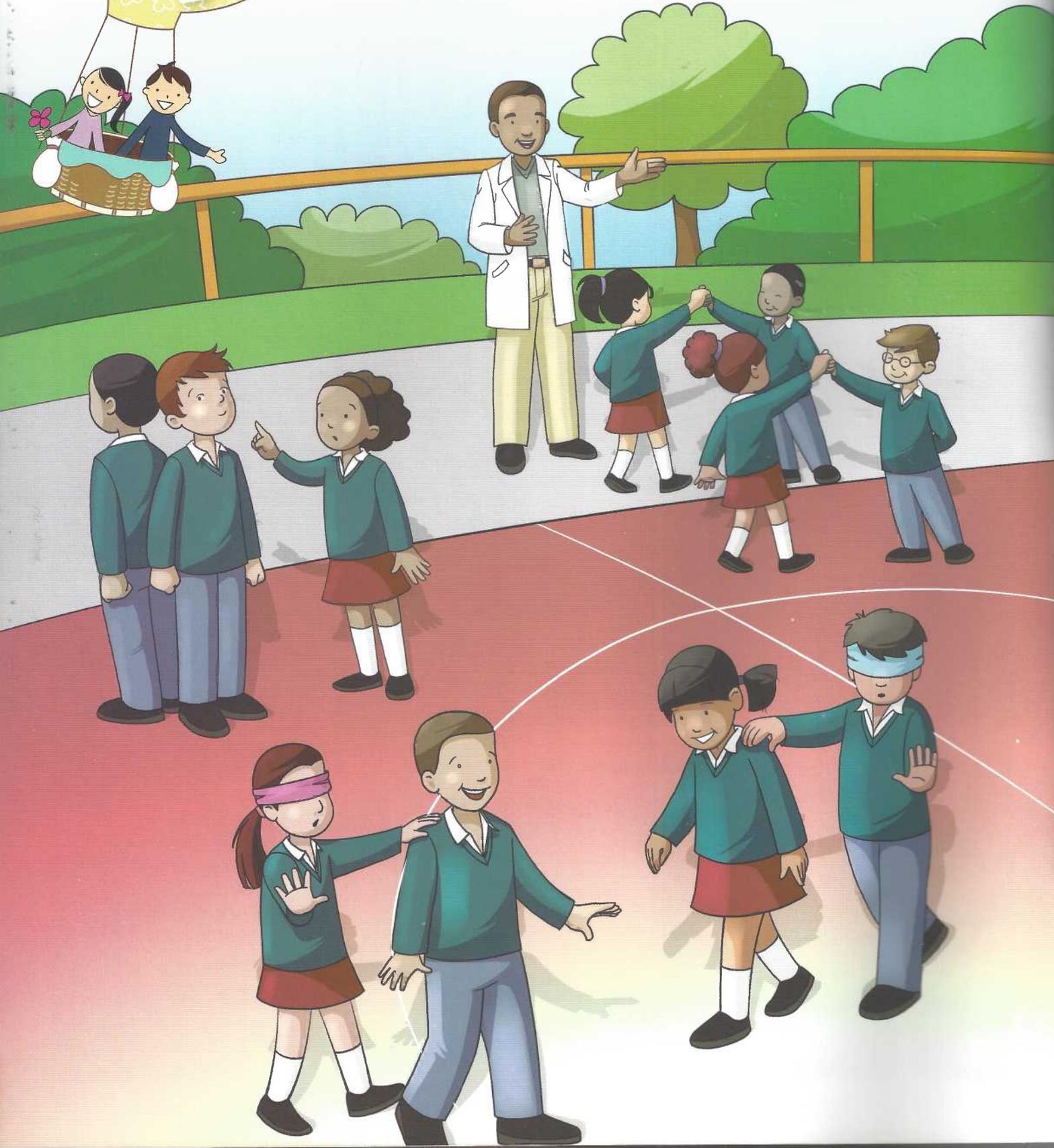
Somos distintos, pero tenemos los mismos derechos

Desempeño general: Reconozco las diferencias físicas entre los seres humanos e identifico nuestras necesidades comunes.

Contexto	Componentes	Desempeños	Guías	Contenidos	Recursos
Sociocultural	Conciencia, confianza y valoración de sí mismo. Sentido crítico. Formación ciudadana.	Valoro el grupo étnico al que pertenezco.	Guía 10 ¿Cuáles rasgos nos hacen únicos?	Características raciales. Grupos étnicos que habitan en nuestro país. Tradiciones culturales de los grupos étnicos que habitan en nuestro país. Respeto por las diferencias. Equidad. Diversidad de opiniones, deseos y necesidades.	Plastilina, cartulina, pegamento, marcadores de colores, tijeras, revistas, periódicos, hojas blancas y cinta.
	Competencias dialógicas y comunicativas. Identidad y sentido de pertenencia. Formación ciudadana.	Reconozco las necesidades básicas que tienen todos los seres humanos.	Guía 11 ¿Cuáles son nuestras necesidades básicas?	Necesidades básicas. Equidad. Compartir. Comprensión y apoyo al otro.	Tizas de colores, hojas blancas o cartulina y colores.
	Sentido crítico. Identidad y sentido de pertenencia. Conciencia de derechos y responsabilidades.	Identifico las necesidades básicas que debo satisfacer para vivir dignamente.	Guía 12 Cuando me valoro y me quiero, valoro y quiero a los demás	Necesidades de las personas que les permiten tener una vida digna. Puntos de vista sobre situaciones de agresión presentadas en los medios de comunicación.	Hojas blancas.
Desempeños de Educación para la Paz	Los estudiantes valoran la diversidad y cuestionan creencias que ven en algunos medios de comunicación.	<ul style="list-style-type: none"> • Valoran la diversidad de puntos de vista, intereses, deseos y necesidades de los diferentes compañeros en el aula de clase. • Cuestionan creencias en algunos medios de comunicación (televisión, radio) que promuevan la agresión. 			
Criterios de desempeño:	<ul style="list-style-type: none"> • Respeta y valora a las personas independientemente del grupo étnico al que pertenecen. • Valora la diversidad y cuestiona la agresión que algunos medios de comunicación promueven. • Practica acciones de responsabilidad con su entorno familiar, escolar y social, que le ayudan a satisfacer sus necesidades básicas. • Participa con agrado en las diferentes actividades escolares que le permiten reforzar el valor de la dignidad. 				

UNIDAD 1

Conozco, admiro y cuido mi cuerpo



Me gustan mis rasgos físicos

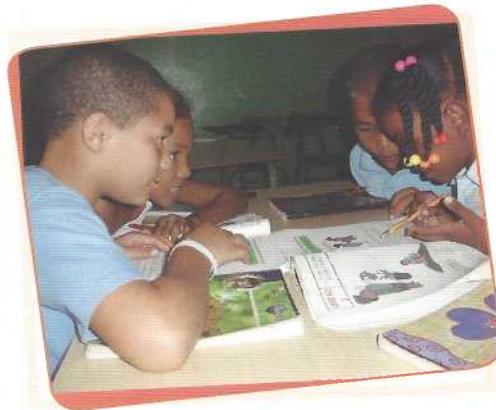


Desempeño:

- Identifico y valoro mis rasgos físicos.



Actividades básicas



Trabajo con el profesor o la profesora

1. Observamos las imágenes anteriores e identificamos a cuáles niños y niñas nos parecemos más y por qué. Podemos guiarnos por los siguientes aspectos. Si es necesario, adicionamos otros:
 - Color de piel.
 - Altura.
 - Largo, forma y tipo de cabello.
 - Forma y tamaño de la nariz.

2. Le pedimos a nuestro profesor o profesora que nos lea el siguiente poema:

Aquí estoy yo

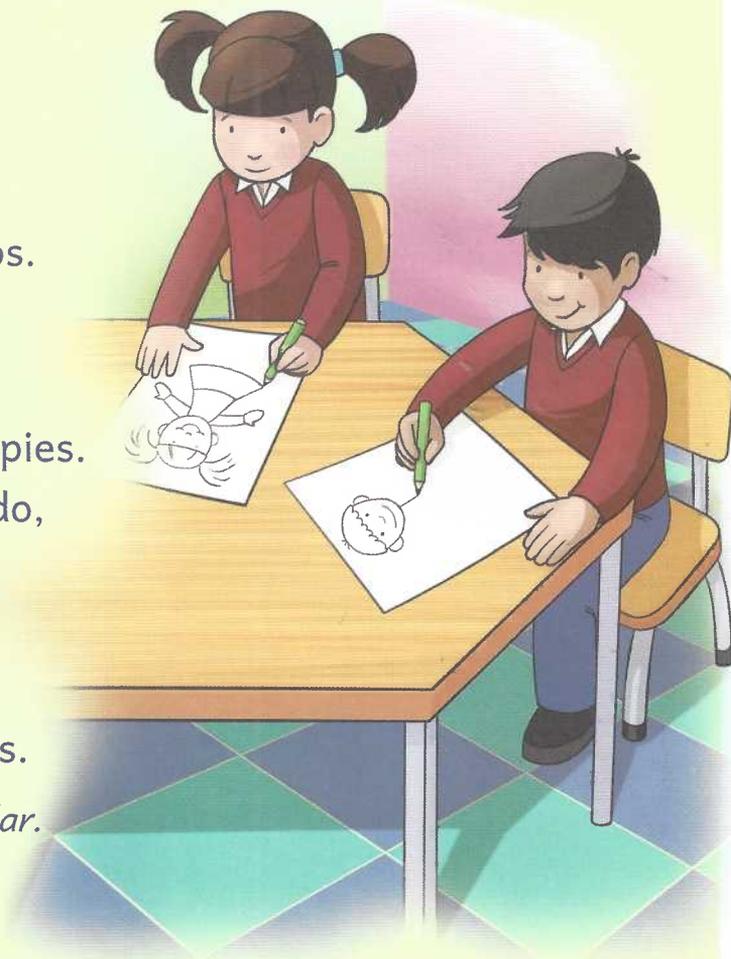
Voy a dibujar mi cuerpo:
la cabeza es lo primero,
un bracito a cada lado
y en las manos cinco dedos.

De a poquito voy bajando
y a las piernas ya llegué;
voy a hacer los zapatitos,
porque adentro están los pies.

Pero ahora que me acuerdo,
algo falta en mi cabeza:
dos ojitos, una boca,
la nariz y las orejas.

Miren qué bien me dibujé
de la cabeza hasta los pies.

Poema popular.



3. Comentamos nuestras opiniones sobre el poema anterior y respondemos las siguientes preguntas:
- ¿Cuáles partes del cuerpo se mencionan en el poema?
 - ¿Qué otras partes conforman el cuerpo humano?
 - ¿Cuáles actividades realizamos con el cuerpo?
 - ¿Cuidamos nuestro cuerpo? ¿Cómo?



Trabajo individual

4. ¡Voy a crear! Sigo las siguientes indicaciones para elaborar un dibujo que represente mis rasgos físicos:
- a. Me dirijo al Centro de recursos y tomo los siguientes materiales:

Tijeras

Pegamento

Cartulina

Colores

Lápiz

Marcadores

- b. Tomo la cartulina y en ella dibujo una figura humana con mis rasgos físicos, como estatura, forma y color del cabello, forma y color de los ojos, contextura, etc.



- c. A un lado del dibujo que realicé, escribo mi nombre completo y mi edad.
- d. Luego, escribo los rasgos físicos que más me gustan de mi cuerpo.
- e. Presento mi trabajo ante los demás compañeros y compañeras y el profesor o la profesora.



Trabajo en parejas

5. Leemos y comentamos la siguiente información:

Nuestros rasgos físicos nos hacen únicos e irrepetibles. A continuación, conozcamos algunos de estos rasgos:

Conozcamos algunos de nuestros rasgos físicos

Cabello:

- * Largo.
- * Corto.
- * Ondulado.
- * Liso.
- * Crespo.

Estatura:

- * Alta.
- * Mediana.
- * Baja.

Ojos:

- * Negros.
- * Azules.
- * Verdes.
- * Cafés.
- * Color miel.
- * Grandes o pequeños.
- * Redondos o rasgados.

Color de piel:

- * Trigueño.
- * Negro.
- * Blanco.
- * Moreno.

Nariz:

- * Chata.
- * Larga.
- * Grande.
- * Pequeña.

6. Pensamos en cuáles de las características físicas anteriores u otras que no estén allí nos identifican. Realizamos lo siguiente:

- Escribimos en el cuaderno el título: "Mis rasgos físicos". Luego, anotamos las características físicas que nos identifican.

Vivamos la paz

Si reconozco mis características físicas, me siento bien con mi cuerpo, me valoro y me respeto a mí mismo, también aprendo a valorar y a respetar a los demás.



Presentamos el trabajo al profesor o a la profesora para que valore nuestro progreso.

B Actividades de práctica



Trabajo en parejas

1. Leemos con atención la siguiente historia:

Mi nueva amiga

Hoy fue un gran día en mi escuela. La profesora del grado segundo es una persona muy tierna y mis nuevos compañeros y compañeras son muy amigables. Casi todos tenemos entre siete y ocho años. Nos gusta jugar en el recreo y, a veces, cuando la profesora nos lo permite, también jugamos en el salón. ¡Fue un día maravilloso porque hice una nueva amiga! Su nombre es Isnelda y se apellida Ocoró.

“Isnelda Ocoró”, dijo cuando se presentó ante el grupo. Luego, todos empezaron a reírse. Pero ella, en vez de ponerse triste o enojarse, también sonrió y continuó diciendo: “Yo vengo de un pueblo llamado Itsmina, el cual se ubica en el departamento del Chocó. La mayoría de los que somos de allá nos distinguimos por el color negro de nuestra piel y por nuestro hermoso cabello ensortijado. Mi mamá dice que mi cara es idéntica a la de mi abuela porque ambas tenemos labios gruesos, nariz chata y ojos grandes y negros. Además, soy alta y delgada como mi papá”.

Siguió: “Yo me siento muy feliz de ser del Chocó y mi familia me motiva a que valore estas características físicas que me hacen única”.

Luego de terminar su presentación, Isnelda se sentó justo a mi lado y me dijo:

“¿Quieres ser mi nueva amiga?”

¿Ustedes qué creen que le respondí?



a B C Glosario

Idénticos: cosas o personas que son iguales.

Vivamos la paz

Los rasgos físicos de las personas no pueden ser motivo de burla ni de agresión. Debemos respetarnos y sentirnos orgullosos de nuestro cuerpo y de nuestra cultura.

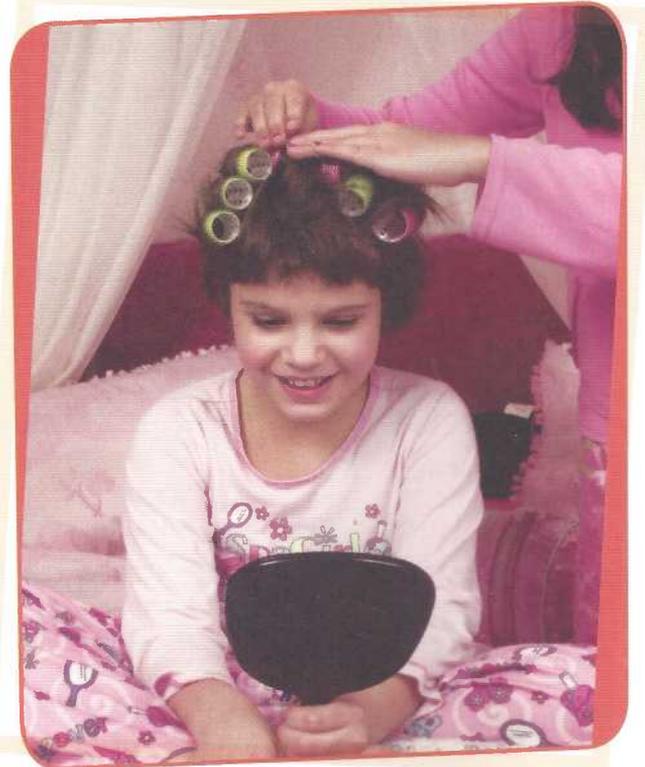




Trabajo individual

2. De acuerdo con la historia anterior, respondo en mi cuaderno las siguientes preguntas:
 - a. ¿Cómo se describió Isnelda ante sus nuevos compañeros y compañeras?
 - b. ¿Isnelda se sintió mal cuando todos se rieron? ¿Por qué?
 - c. Si tuviera que presentarme ante un grupo de personas que se ríen de mí, ¿cómo me sentiría? ¿Qué haría?
3. Hago un dibujo de Isnelda en mi cuaderno. Tengo en cuenta sus rasgos físicos, como tipo de cabello, labios, estatura, etc.
4. Del Centro de recursos, traigo un espejo y me observo en él. Luego, respondo las siguientes preguntas en mi cuaderno:
 - a. ¿Cuál es el rasgo físico que más admiro de mí? ¿Por qué?
 - b. ¿Existe algún rasgo físico con el que no me siento a gusto? ¿Cuál? ¿Por qué?
 - c. ¿Cómo puedo demostrarles a las demás personas que las acepto y las valoro como son?
5. Me observo nuevamente en el espejo y describo las siguientes características físicas:
 - La forma de mis cejas.
 - El color de mis ojos.
 - El color de mi piel.
 - El tamaño y la forma de mi nariz.

Convivir con otras personas nos ayuda a compartir nuestras semejanzas y a respetar nuestras diferencias.





Trabajo en equipo

6. Socializamos el trabajo que realizamos en la actividad anterior. Explicamos cómo nos sentimos cuando nos preguntan por nuestras características físicas. Por ejemplo: nos sentimos orgullosos o nos da pena.
7. Nos comprometemos a respetar y a valorar las características físicas de todos nuestros compañeros y compañeras. La profesora o profesor escribe este compromiso en una hoja y lo lleva al Buzón de compromisos.

Presentamos el trabajo a nuestro profesor o profesora para que valore nuestro progreso.



Actividades de aplicación



Trabajo con mi familia

1. Comparto con mis familiares lo que aprendí sobre los rasgos físicos y sobre el respeto que debemos tener hacia todas las personas. Esto sin importar su color de piel, la forma de sus ojos, su tipo de cabello, etc.
2. En el cuaderno, dibujo las características físicas de uno o dos miembros de mi familia. Escribo cuáles son los rasgos físicos que más me gustan de ellos y por qué.
3. En la siguiente clase, comparto mi trabajo con mis compañeros y compañeras y el profesor o la profesora.



La profesora o el profesor valora mis aprendizajes y registra mi progreso.



Mi cuerpo es un apoyo extraordinario



Desempeño:

- Explico y valoro la importancia del cuerpo para mi desarrollo personal.



Actividades básicas



Trabajo con la profesora o el profesor

1. Observamos con atención las siguientes imágenes:



2. Comentamos:

- a. ¿Qué actividades están realizando los niños y las niñas de las imágenes anteriores?
- b. ¿Cuáles son las partes del cuerpo que estos niños y niñas utilizan para realizar estas actividades?
- c. ¿Es necesario cuidar nuestro cuerpo? ¿Por qué?
- d. Según lo que creamos, ¿cómo podemos cuidar nuestro cuerpo?

3. ¡Vamos a jugar! Salimos al patio y cantamos la siguiente ronda mientras realizamos los movimientos que en ella se indican:



Sobre el puente de Aviñón,
todos bailan, todos bailan;
sobre el puente de Aviñón,
todos bailan y yo también.

Hacen así,
así los futbolistas;
hacen así,
así me gusta a mí.



Sobre el puente de Aviñón,
todos bailan, todos bailan...

Hacen así,
así los guitarristas;
hacen así,
así me gusta a mí.



Sobre el puente de Aviñón,
todos bailan, todos bailan;
sobre el puente de Aviñón,
todos bailan y yo también.





Trabajo en equipo

4. Volvemos al salón de clases y comentamos:
- ¿Cuáles partes del cuerpo movimos o utilizamos mientras cantamos la ronda del numeral anterior?
 - ¿Cuáles profesiones u ocupaciones se mencionan en esta ronda?
 - ¿Qué queremos ser cuando seamos adultos? ¿Por qué?
 - ¿Creemos que las personas sin alguna parte de su cuerpo pueden realizar cualquier profesión u ocupación? ¿Por qué?

Todas las partes de mi cuerpo son importantes. Por eso, las cuido y evito accidentes que las puedan lastimar.



5. Observamos las siguientes imágenes y respondemos la pregunta en el cuaderno:



Glosario

Corporal: palabra relativa al cuerpo humano.

- ¿Qué acciones o actividades realizamos para lograr un buen desarrollo corporal?

6. Leemos la siguiente información:

Valoro la importancia del cuerpo para mi desarrollo personal



- El autocuidado y la responsabilidad con mi cuerpo me permiten crecer de manera saludable y alegre.



- La práctica de distintos deportes me ayuda a fortalecer mi desarrollo físico y mental.
- Mi presentación personal influye en cómo me ven los demás y en cómo me siento.

- Cepillar mis dientes, lavarme las manos y mantenerme aseado son hábitos que contribuyen a mi buen desarrollo personal.



- Evito actividades y situaciones que pongan en riesgo alguna parte de mi cuerpo.
- Evito situaciones de agresión, las cuales puedan afectar mi cuerpo y el de las demás personas.

Sabías que...

Las emociones son sensaciones o reacciones de poca duración que presentan las personas. Estas son generadas por la convivencia o relación que las personas tienen con otras personas y con su entorno. Por ejemplo: enojo, tristeza, alegría, etc.



Glosario

Autocuidado: actitudes de cuidado que tiene una persona con ella misma.

Fortalecer: volver algo o a alguien más fuerte.

Influye o influir: afectar la manera como los demás actúan o piensan.

Agresión: es una acción que tiene como intención hacer daño o maltratar a alguien.

7. Comentamos:

- a. ¿Qué nos permite crecer saludables y alegres?
- b. ¿Qué debemos hacer para fortalecer nuestro desarrollo físico y mental?
- c. ¿Qué sucede con nuestro cuerpo y con nuestras emociones cuando agredimos a otras personas?
- d. ¿Qué sucede con nuestro cuerpo y con nuestras emociones cuando nos agreden?
- e. ¿Cómo podemos evitar las situaciones de agresión?

Presentamos el trabajo al profesor o a la profesora para que valore nuestro progreso.

B

Actividades de práctica



Trabajo en parejas

1. Leemos las siguientes situaciones y decimos si en ellas se presentan personas que cuidan o no su cuerpo. Explicamos por qué:

a. Felipe es un niño muy travieso a quien le gusta trepar árboles, saltar las cercas y molestar a los perros que se encuentra durante el camino a la escuela.



b. Mateo es un niño muy respetuoso a quien le gusta dialogar cuando se presentan situaciones de desacuerdo entre él y sus compañeros y compañeras.

c. Daniel es un niño grosero que siempre se burla de sus compañeros y compañeras. También le gusta pelear con ellos, debido a que se considera más fuerte.

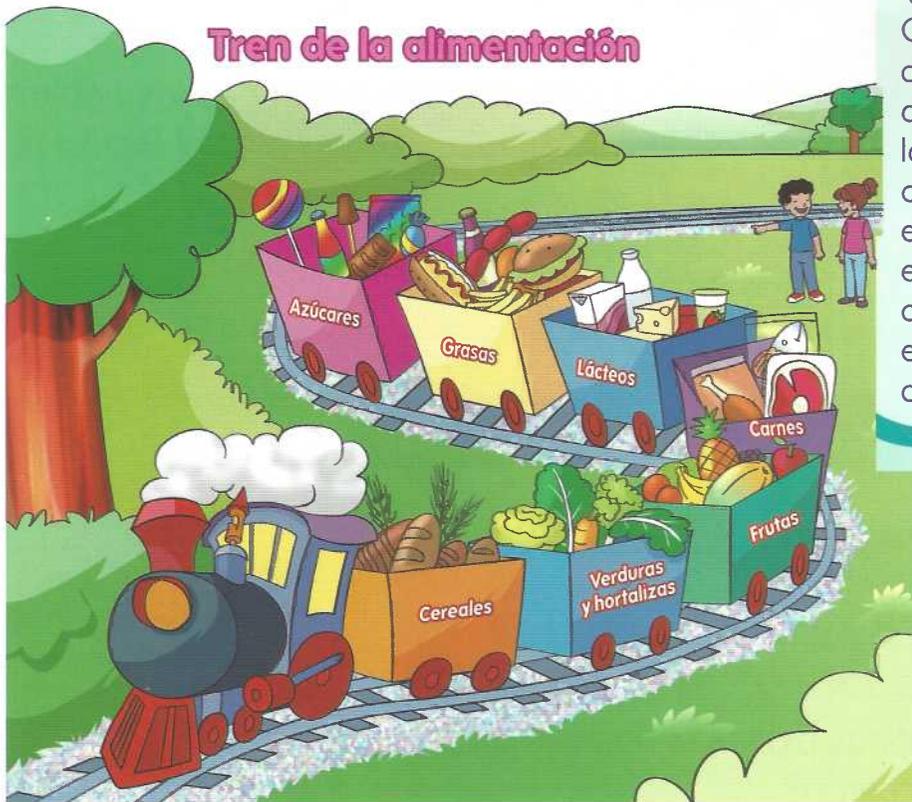


d. Diana tiene buenos hábitos de higiene, es decir, realiza actividades como bañar su cuerpo todos los días, cepillar sus dientes después de cada comida, lavar sus manos antes de comer y después de ir al baño, entre otras.



2. Pensamos en los hábitos de alimentación e higiene que practicamos diariamente. Identificamos cuáles hábitos debemos comenzar a realizar o practicar más seguido.

3. Observamos el siguiente Tren de la alimentación. Luego, resolvemos las adivinanzas en el cuaderno:



Tren de la alimentación

Vivamos la paz
Comprendo que los comportamientos agresivos pueden lastimarme a mí y a otras personas. Por esta razón, controlo estos comportamientos cuando siento emociones negativas como enojo o tristeza.



Recordemos

La alimentación y el aseo personal también ayudan al desarrollo del cuerpo.

- Para dientes y huesos fuertes tener, lácteos debemos comer. ¿Cuáles son los alimentos que debemos escoger?
- Energía y gran entusiasmo, los alimentos del primer vagoncito nos están aportando...
- Para nuestra salud cuidar, el consumo de dulces y grasas debemos controlar. ¿Cuáles alimentos del Tren de la alimentación debemos consumir controladamente?



Trabajo con el profesor o la profesora

4. Con la ayuda de la profesora o del profesor, elaboramos en el tablero una lista de:
 - a. Algunos alimentos que tenemos que comer.
 - b. Algunas actividades físicas que debemos realizar.
 - c. Algunos cuidados o hábitos de higiene que debemos practicar.
 - d. Algunos comportamientos y actitudes que debemos tener.

Sabías que...

Además de ser divertido, el juego es fundamental para nuestro desarrollo. Esto debido a que nos ayuda a compartir e interactuar con los demás y con el ambiente que nos rodea.



Trabajo individual

5. En una hoja, escribo dos compromisos para mejorar o cambiar los hábitos o actividades que realizo para cuidar mi cuerpo. Llevo la hoja al Buzón de compromisos.

Presento el trabajo al profesor o a la profesora para que valore mi progreso.



Actividades de aplicación



Trabajo con mi familia

1. Con la ayuda de mis familiares; respondo las siguientes preguntas en el cuaderno:
 - a. ¿Cuáles son las rutinas diarias en las que utilizo creativamente mi cuerpo?
 - b. ¿Cómo cuido mi cuerpo?
 - c. ¿Cuáles rutinas diarias me comprometo a mejorar?
2. En la próxima clase, comparto el trabajo que realicé con mis compañeras y compañeros y el profesor o la profesora.



Glosario

Rutina: grupo de actividades que se realiza de la misma manera todos los días.

Mis sentidos: ventanas al mundo



Desempeño:

- Reconozco que mis sentidos me ayudan a percibir el mundo y lo que sucede en él.



Actividades básicas



Trabajo en parejas

1. Observamos la ilustración anterior y luego respondemos:
 - a. ¿Qué partes del cuerpo utilizamos para ver, tocar, oler, gustar o saborear y escuchar?
 - b. ¿Cuáles son las cosas que preferimos ver, tocar, oler, saborear o escuchar?
 - c. ¿Qué cosas evitamos ver, tocar, oler, saborear o escuchar?

2. Leemos con atención la siguiente información:

- Con los ojos, distinguimos formas, colores y tamaños; acciones buenas y acciones malas, y lo hermoso de la naturaleza.

- Con la nariz, identificamos olores agradables y desagradables que nos hacen estornudar.

- Con nuestros oídos, reconocemos sonidos débiles y fuertes; ofensas y elogios, y la música que más nos gusta.



- Con nuestro sentido del gusto, distinguimos los sabores dulces, ácidos, salados y amargos. ¿Cuáles de estos sabores preferimos?

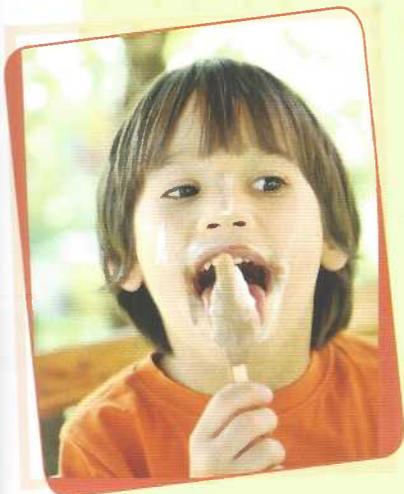
- Con nuestras manos, percibimos las cosas suaves o ásperas; duras o blandas, y frías o calientes. Con nuestras manos, también creamos, destruimos, acariciamos o golpeamos. ¿Qué preferimos hacer con ellas?

Vivo la empatía



Cuando cuido las partes del cuerpo que me permiten apreciar y valorar el mundo que me rodea. ¡No debemos lastimar a los demás ni a nosotros mismos!

3. Leemos y declamamos el siguiente poema, señalando con el dedo índice cada una de las partes del cuerpo que se mencionan en él:



Glosario

Gustar: relativo al sentido del gusto. Sentir el sabor de los alimentos.

Declamar: leer en voz alta un texto, realizando los actos o los gestos que se mencionan en él.



Mis ojos miran aquella linda flor
y mis oídos escuchan tu linda canción.
Mi nariz percibe este grato olor.
Y mi boca gusta de este sabor.
Y mis manos tocan los objetos siempre con amor.

(Tomado de: Lomelí, M. Ciencias Naturales y Educación para la Salud. Editorial Voluntad.)

4. Dialogamos sobre cuáles sentidos utilizamos diariamente y en qué tipos de actividades.



Trabajo individual

5. Teniendo en cuenta lo estudiado en esta guía, completo el siguiente párrafo en el cuaderno:

Con nuestros ojos, podemos observar _____ . Con la nariz, podemos sentir el olor de las _____ y el desagradable olor de _____ . Con nuestros oídos, escuchamos hermosas palabras _____ , pero también palabras ofensivas que hieren y desagradan. Con nuestras manos, podemos hacer cosas buenas como _____ , pero también hacemos cosas malas como _____ .

Presento el trabajo al profesor o a la profesora para que valore mi progreso.

Vivamos la paz
Utilizamos
nuestros sentidos
para apreciar y
comprender el
mundo que nos
rodea y también
para demostrarles
cariño y afecto a
las personas con
quienes convivimos.



B Actividades de práctica



Trabajo con la profesora o el profesor

1. Del Centro de recursos, tomamos un pedazo de tela limpia que sirva para vendar los ojos y objetos que podamos oler, tocar, escuchar y saborear.
2. Con estos objetos, salimos al patio de la escuela o colegio y seguimos las siguientes indicaciones:
 - a. Con el pedazo de tela, cubrimos los ojos de un compañero o compañera. Luego, ubicamos frente a él o ella los distintos objetos que trajimos.
 - b. Le pedimos a este compañero o compañera que utilice sus sentidos para adivinar qué objeto es el que está oliendo, tocando, escuchando o saboreando.
 - c. Repetimos la actividad anterior con varios compañeros o compañeras. Tratamos de utilizar objetos diferentes cada vez que repitamos la actividad.


Trabajo en equipo

3. Observamos la siguiente situación:



¿Qué haríamos?

Si vamos caminando por el andén y nos damos cuenta de que una persona ciega está a punto de dar un paso y caer en un hueco, ¿cómo lo ayudaríamos?

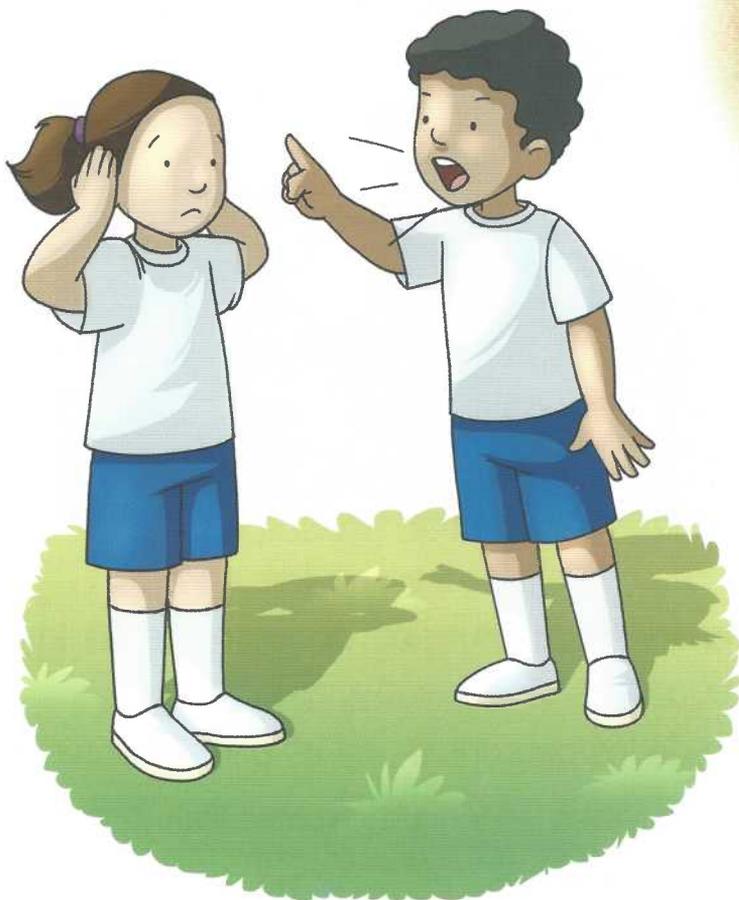
4. Comentamos:

- ¿Cómo actuaríamos si estuviéramos en la situación de los niños de la ilustración anterior?
- ¿Cómo se puede sentir cada uno de los personajes de esta ilustración?
- ¿Qué pensamos de las personas a quienes les falta uno o varios sentidos?
- ¿Cómo podemos ayudar a esas personas?



5. ¡Juguemos con nuestros sentidos! Salimos al patio de la escuela o colegio y seguimos las siguientes indicaciones:

- a. Uno de los compañeros o compañeras se ubica detrás de otro compañero o compañera y le cubre los ojos con las manos.
- b. Empezamos a caminar y la persona que se encuentra detrás dirige a quien tiene los ojos cubiertos. Luego, cambiamos de roles, es decir, el que iba adelante ahora pasa atrás y viceversa.



- c. Después, nos ubicamos uno frente al otro.
- d. Uno de los dos cubre sus oídos y el que está al frente dice una palabra. Esto para que el compañero o compañera con los oídos cubiertos trate de adivinar dicha palabra. A continuación, cambiamos de roles.



Trabajo individual

6. Regreso al salón de clases y reflexiono:
 - a. ¿Cómo me sentí cuando no podía ver?
 - b. ¿Cómo me sentí cuando no podía escuchar?
 - c. Según lo que crea, ¿cómo se sienten las personas que no pueden ver u oír? Doy ejemplos.

Presento el trabajo al profesor o a la profesora para que valore mi progreso.



Actividades de aplicación



Trabajo con mi familia

1. Explico a mis familiares la importancia de los sentidos para conocer el mundo que nos rodea. También les hablo sobre la importancia de ayudar a aquellas personas que no tienen todos sus sentidos.
2. Con ayuda de mis familiares, elaboro un cartel sobre cómo debe ser el trato con todas las personas, especialmente, con aquellas a quienes les falta alguno de sus sentidos.
3. En la próxima clase, comparto el cartel que elaboré con mis compañeros y compañeras y el profesor o la profesora. Luego, lo pego en el Periódico mural o en un lugar visible de la escuela o colegio.



La profesora o el profesor valora mis aprendizajes y me autoriza a registrar mi progreso.

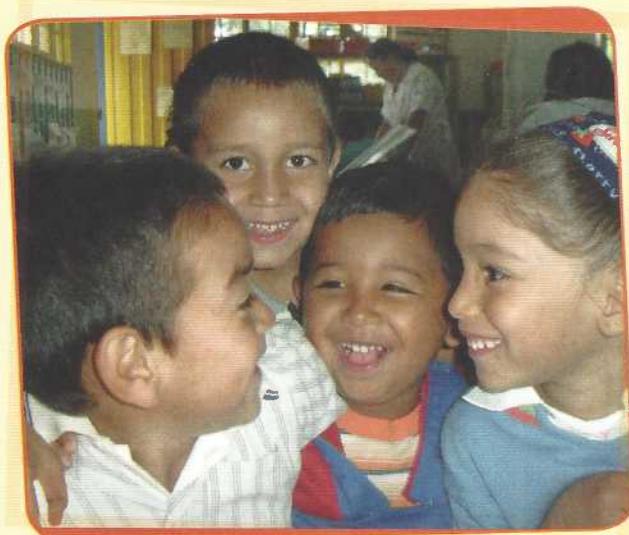
II. Elegimos las respuestas correctas a las siguientes preguntas. Escribimos nuestras respuestas en el cuaderno:

- 1.** A pesar de las diferencias físicas de los niños y niñas de la ilustración anterior, todos ellos
 - A.** comparten con alegría y responsabilidad los diferentes espacios y actividades propuestas en la escuela.
 - B.** se pelean y están aburridos todo el día.
 - C.** discriminan a los demás por el color de su piel, de sus ojos y de su cabello.
 - D.** excluyen o ignoran a los niños y niñas que tienen alguna limitación física, para que se aburran y no vuelvan a la escuela.
- 2.** Para cuidar su cuerpo, las niñas y los niños de la escuela
 - A.** evitan subirse a árboles y jugar en sitios peligrosos.
 - B.** usan equipo protector para practicar deportes y juegos durante el recreo.
 - C.** hacen deporte y se divierten sin importar donde tengan que subirse.
 - D.** juegan a las canicas en el salón y tocan los instrumentos a bajo volumen.



Trabajo individual

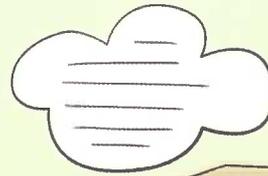
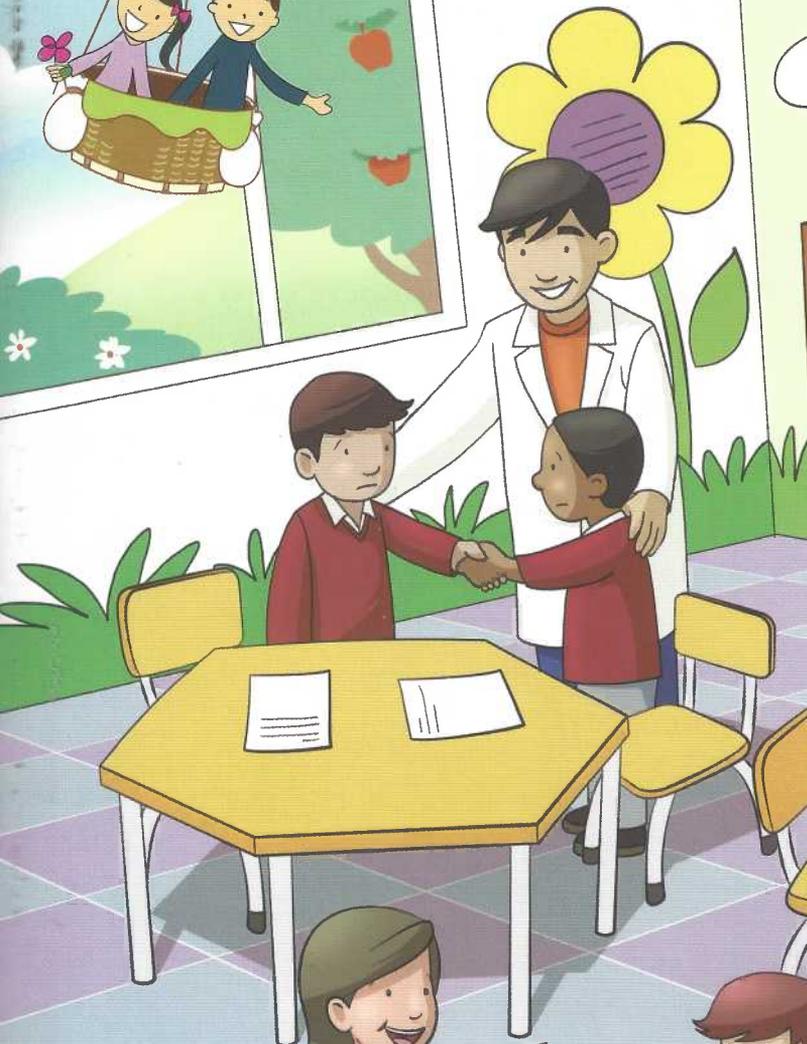
- III.** En el cuaderno, explico en qué se parece mi escuela o colegio a la escuela de la ilustración del numeral 1.
- IV.** Pienso en las actividades que realizo con los órganos de los sentidos y, mediante un dibujo, explico por qué estos órganos son importantes para mí.



La profesora o el profesor valora los aprendizajes alcanzados en esta unidad y registra mi progreso.

UNIDAD 2

Todas las personas expresamos sentimientos y emociones



¡Qué bueno es emocionarme y tener sentimientos!



Desempeño:

- Reconozco mis sentimientos y emociones.



Actividades básicas



Trabajo con el profesor o la profesora

1. ¡Juguemos a fotografiar! Salimos al patio de la escuela o del colegio. Luego, identificamos qué emociones y sentimientos sentimos mientras realizamos la siguiente actividad:
 - a. El profesor o la profesora nos presta una cámara. Si no es posible usar una de verdad, elaboramos una de cartón.

- b. Les pedimos a algunos compañeros o compañeras que expresen sentimientos de alegría, tristeza, miedo, etc. Les tomamos fotos y las imprimimos.
- c. Si hemos elaborado una cámara de cartón, hacemos en hojas de papel dibujos de los compañeros y compañeras que expresaron los sentimientos anteriores.
- d. Marcamos todos los dibujos que hicimos o las fotografías que tomamos con nuestro nombre.

Sabías que...

Las emociones se diferencian de los sentimientos porque:

- Las emociones tienen poca duración.
- Los sentimientos son duraderos.

Vivamos la paz

Es importante reconocer nuestros gestos y movimientos corporales que nos indican que experimentamos determinadas emociones. Este reconocimiento es el primer paso para aprender a manejar emociones negativas como la ira o el enojo.



- e. Organizamos un mural en el salón de clases y le ponemos el título: "El rincón de los sentimientos y las emociones". Luego, pegamos en el mural las fotografías o dibujos con las distintas expresiones de nuestros compañeros y compañeras.



- f. Dialogamos sobre cuáles fueron los gestos o expresiones que observamos con más frecuencia en nuestros compañeros y compañeras. Identificamos algunas situaciones en las que se manifiesten estos gestos o expresiones.

2. Con base en la actividad anterior, reflexionamos sobre:

- a. ¿Cuáles gestos o expresiones nos gustaron más? ¿Por qué?
- b. ¿Cuáles gestos o expresiones nos fue más difícil representar? ¿Por qué?

- c. ¿Cuáles situaciones nos producen emociones o sentimientos como alegría, tristeza, rabia o miedo?
- d. ¿Qué hacemos cuando sentimos miedo o rabia?
- e. ¿Nuestras reacciones afectan a otras personas? ¿Por qué?



Trabajo en parejas

3. Leemos la siguiente información:

Emociones y sentimientos



En mis actividades diarias, vivo alegrías, tristezas, miedos, preocupaciones, etc.

Las emociones y los sentimientos se reflejan en nuestra comunicación diaria a través de gestos o expresiones faciales, movimientos del cuerpo, acciones, actitudes, entre otros.

- Las emociones y sentimientos pueden ser positivos o negativos:
 - Son positivos cuando benefician mi autoestima y mi bienestar personal, el de los demás y el de mi entorno. Por ejemplo: cuando respeto y cuido a los animales.
 - Son negativos cuando me hacen sentir mal y cuando hiero a los demás. También cuando siento rabia y reacciono violentamente.
 - La ira o enojo es un sentimiento como los demás. Lo que cambia es la reacción que tenemos cuando lo sentimos. Cuando tenemos ira y no la controlamos, podemos herir o lastimar a otras personas. Antes de actuar, debemos tranquilizarnos.

Los sentimientos y las emociones se manifiestan mediante la risa, la agresión, el llanto, etc.

Cuando no sabemos qué es lo que nos está pasando, podemos hablar con alguien en quien confiamos para que nos ayude a aclarar nuestros sentimientos.

La empatía es el conjunto de habilidades que nos permite entender las emociones y sentimientos de los demás.



4. Leemos lo que dicen el niño y la niña que se presentan a continuación. Luego, compartimos nuestras opiniones al respecto:

Orientemos de manera positiva nuestras emociones y sentimientos para ser mejores personas cada día.



¡Evitemos las peleas, las burlas, las groserías y las murmuraciones!

Glosario

Murmuraciones: conversaciones sobre una persona que no está presente.

Presentamos el trabajo al profesor o a la profesora para que valore nuestro progreso.

B

Actividades de práctica



Trabajo con la profesora o el profesor

1. Realicemos un juego para aprender a controlar la ira. Seguimos las siguientes instrucciones:
 - a. Vamos a reconocer cómo sentimos la ira en nuestro cuerpo. Para ello, cruzamos los brazos sobre la mesa de trabajo y, encima de los brazos, colocamos la cabeza y cerramos los ojos. Si es posible, la profesora o el profesor coloca música suave.
 - b. Recordamos una situación en la que hayamos sentido mucha ira. Pensamos en dónde estábamos y en quiénes estaban presentes en ese momento.
 - c. Mientras sentimos la ira en nuestra mesa de trabajo, la profesora o el profesor nombra las partes del cuerpo de la siguiente página:

- Cabeza.
- Cara.
- Cuello.
- Corazón.
- Estómago.
- Brazos.
- Piernas.



- d. Cuando la profesora o el profesor nombre cada una de las anteriores partes del cuerpo, pensamos en cómo sentimos dicha parte en este momento.
 - e. Ahora, hacemos que nuestro cuerpo ya no sienta la ira. Para ello, pensamos en un lugar calmado que nos guste mucho. Luego, respiramos profundamente, llevamos el aire al estómago y lo botamos lentamente por la nariz. Repetimos esta actividad tres veces hasta que nos sintamos mucho más calmados o tranquilos.
 - f. Cuando estemos tranquilos, pensamos en cómo sentimos ahora las partes del cuerpo que la profesora o el profesor nombró en el literal c.
 - g. Escuchamos por un momento la música que está sonando o los sonidos que hay en el ambiente. Abrimos los ojos y levantamos la cabeza lentamente.
2. Comentamos:
 - a. ¿Cómo nos sentimos durante la actividad?
 - b. ¿Cómo sabemos que estamos sintiendo ira?
 - c. Cuando sentimos ira, ¿cómo podemos tranquilizarnos?
 3. Recordamos lo que sentimos en las diferentes partes del cuerpo cuando teníamos ira. Con base en esta información, identificamos cuáles de las sensaciones presentadas en el siguiente cuadro sentimos en cada parte del cuerpo. Si no sentimos ninguna de estas sensaciones, decimos cuál fue la que sentimos:

Parte del cuerpo	¿Cómo sentimos esta parte?
Cara	Caliente, a punto de explotar, roja, fría u otra sensación
Cuello	Apretado, tenso, con latidos, con hormigueo u otra sensación
Corazón	Rápido, caliente, como si se fuera a salir u otra sensación
Estómago	Con vacío, como si alguien lo apretara u otra sensación
Brazos	Apretados, con temblores, con hormigueo u otra sensación
Piernas	Apretadas, con temblores, con hormigueo u otra sensación



Trabajo individual

4. Observo el siguiente dibujo y lo elaboro en una hoja:
5. Con base en lo que siento cuando tengo ira, completo el dibujo anterior en el cuaderno. Puedo colorear y decorar el dibujo.
6. Me comprometo a tranquilizarme y a actuar calmadamente cuando sienta ira en alguna situación que ocurra en la casa o en la escuela o colegio. Escribo mi compromiso en una hoja y lo llevo al Buzón de compromisos.

Cuando tengo ira, yo...



Trabajo con el profesor o la profesora

7. La profesora o el profesor nos entrega un globo a cada uno. Seguimos las siguientes indicaciones:
 - a. Inflamos el globo y cada uno de nosotros lo marca con su respectivo nombre.
 - b. Luego, cada uno de nosotros le da su globo a otro compañero o compañera para que escriba en él un sentimiento que le inspire. Por ejemplo: amistad, confianza, miedo, etc.

- c. Cuando todos hayamos escrito en alguno de los globos, cada uno busca su respectivo globo. Socializamos lo que nos han escrito en nuestro globo.
 - d. Comentamos las emociones que sentimos durante la actividad anterior.
8. Identificamos un sentimiento y una emoción positiva y negativa que hayamos tenido en la escuela o colegio y en la casa. Luego, elaboramos en el cuaderno el siguiente cuadro y lo completamos:



Recordemos que el trabajo en equipo fortalece nuestras relaciones con los demás.

Lugar	Negativo	Positivo
Escuela o colegio	Sentimiento: _____ Emoción: _____	Sentimiento: _____ Emoción: _____
Casa	Sentimiento: _____ Emoción: _____	Sentimiento: _____ Emoción: _____

Recordemos

¡No debemos tachar ni escribir sobre las Guías de Aprendizaje!

Trabajo individual

9. ¡Digo la verdad! Escribo en el cuaderno las siguientes oraciones y las completo:
- a. ¡Me siento alegre cuando _____ !
 - b. ¡Me siento muy triste cuando _____ !
 - c. ¡Siento rabia cuando _____ !
 - d. ¡Me da mucho miedo _____ !
 - e. ¡Me siento culpable cuando _____ !
10. Comparto mi trabajo con otro compañero y compañera. Si es necesario, lo complemento.

Presento el trabajo al profesor o a la profesora para que valore mi progreso.

Actividades de aplicación



Trabajo con mi familia

1. Recuerdo una actividad que haya realizado en la escuela o colegio durante la semana. Por ejemplo: en el recreo, en las clases o en las actividades de conjunto. Luego, realizo lo siguiente:
 - a. Expreso qué sentimientos o emociones sentí cuando realicé esta actividad.
 - b. En el cuaderno, represento estos sentimientos o emociones mediante un dibujo, un texto corto, una canción o lo que prefiera.



2. Invito a mis familiares a jugar a ser actores y a expresar diferentes emociones o sentimientos mediante gestos y movimientos corporales. Podemos utilizar un espejo para ver nuestros gestos.
3. Dialogo con mis familiares sobre la siguiente pregunta. No olvido escribir la información más importante en el cuaderno:
 - Cuando tengamos emociones o sentimientos negativos como la ira, ¿por qué es importante controlar nuestras reacciones y comportamientos?
4. En la siguiente clase, comparto mi trabajo con los demás compañeros y compañeras y la profesora o el profesor.

La profesora o el profesor valora mis aprendizajes y registra mi progreso.

¿Cómo puedo expresar mis emociones y sentimientos?



Desempeño:

- Expreso adecuadamente mis emociones y sentimientos.



Actividades básicas



Trabajo con el profesor o la profesora

1. Salimos al patio de la escuela o colegio. Cantamos la siguiente canción y realizamos los movimientos que se indican en ella:

Glosario

Bis: indica que una determinada parte de una canción o estrofa debe pronunciarse más de una vez.

Cuando tengas ganas de...



Cuando tengas muchas ganas de aplaudir (palmas) (bis), no te quedes con las ganas de aplaudir (bis).



Cuando tengas muchas ganas de cantar (la, la, la) (bis), no te quedes con las ganas de cantar (bis).



Cuando tengas muchas ganas de zapatear (zapateo) (bis), no te quedes con las ganas de zapatear (bis).



Cuando tengas muchas ganas de silbar (silbido) (bis), no te quedes con las ganas de silbar (bis).

Cuando tengas muchas ganas de llorar (llanto), no te quedes con las ganas de llorar (bis).

2. Regresamos al salón de clases y dialogamos sobre las siguientes preguntas:
- a. De los siguientes valores, ¿cuáles practicamos cuando cantamos la ronda del numeral anterior? ¿Cómo identificamos estos valores?:

Cooperación

Responsabilidad

Respeto

- b. ¿Qué expresamos los seres humanos cuando realizamos acciones como gritar, cantar, reír, llorar, etc.?
- c. ¿Cómo nos sentimos cuando no podemos expresar nuestras emociones y sentimientos libremente?

Sabías que...

Cuando sentimos rabia y golpeamos algo o a alguien, demostramos que tenemos dificultades para manejar nuestras emociones y sentimientos.



Trabajo en parejas

3. Observamos las siguientes imágenes y pensamos en las emociones y sentimientos que presentan el niño y las dos niñas:

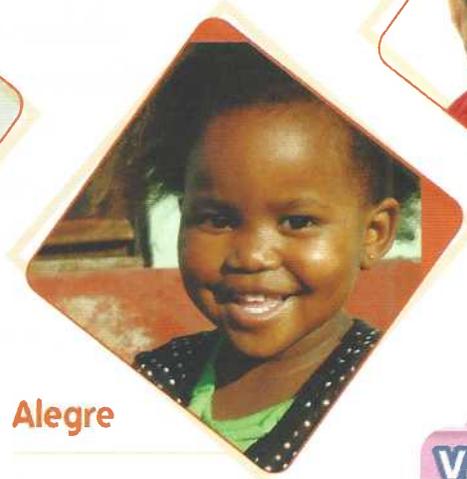


4. De acuerdo con las imágenes anteriores, respondemos las siguientes preguntas:

a. ¿Cómo nos damos cuenta de que una persona está triste, con miedo o alegre?



Con miedo



Alegre



Triste



Vivo la empatía

Quando soy una persona responsable y manifiesto adecuadamente mis emociones y sentimientos.

- b. Cuando jugamos en la escuela o colegio, ¿hemos manifestado emociones o sentimientos de enojo, rabia o tristeza? Mencionamos dos situaciones.
- c. ¿Cómo reaccionamos cuando algún compañero o compañera manifiesta estas emociones o sentimientos? ¿Nos peleamos o preferimos dialogar con él o ella? Explicamos nuestra respuesta.
- d. ¿Cómo controlamos las expresiones de nuestras emociones y sentimientos para no herir o molestar a otras personas?
- e. ¿Qué podemos hacer cuando observamos que un compañero o una compañera está triste?
- f. ¿Qué podemos hacer cuando vemos que un compañero o una compañera ha perdido el control de sus emociones o sentimientos?

5. Reflexionamos sobre la información de la página siguiente:

¡Aprendamos a manifestar nuestras emociones y sentimientos!

- Por lo general, los niños y las niñas somos más espontáneos que los adultos para manifestar nuestras emociones y sentimientos como tristeza, alegría, rabia, vergüenza, etc. Por lo tanto, debemos tener en cuenta las siguientes recomendaciones:
- Sin importar si somos pequeños, debemos aprender a controlar las expresiones de nuestras emociones y sentimientos.
- Si no controlamos nuestras emociones y sentimientos y reaccionamos de manera exagerada o violenta, podemos lastimar a nuestros profesores, familiares y compañeros y compañeras.
- Reaccionemos calmadamente, reflexionando antes de actuar.
- Manifestemos nuestros sentimientos y emociones de forma adecuada y responsable, de manera que no afectemos a los demás.
- Evitemos las actitudes agresivas, exageradas e inoportunas.
- Todas las personas tenemos emociones y sentimientos diferentes. ¡Respetémonos unos a otros!

Glosario

Espontáneo(a): persona que actúa de manera natural y algunas veces sin pensar en las consecuencias.

Reflexionar: considerar o pensar en algo de manera calmada.

Inoportuno(a): cosa o persona que sucede o se presenta cuando no es esperado.



6. Compartimos nuestras opiniones sobre las sugerencias que se presentan en el texto anterior.
7. En el cuaderno, escribimos un texto corto sobre la importancia de manifestar adecuadamente nuestras emociones y sentimientos.

Presentamos nuestro trabajo al profesor o a la profesora para que valore nuestro progreso.

B Actividades de práctica



1. Dialogamos sobre las emociones y sentimientos que nos generan las siguientes situaciones:

Las peleas

Las burlas

Los apodos

Las murmuraciones

Las mentiras

El incumplimiento

Me comprometo a...



Evitar hablar de otras personas cuando no están presentes, porque esta es una actitud negativa.

2. En el cuaderno, escribimos oraciones sobre cómo manifestar adecuadamente las emociones y sentimientos que nos genera cada una de las situaciones anteriores.
3. ¡Vamos a crear! Del Centro de recursos, traemos materiales como varias cartulinas, palos de madera, pegante, tijeras, colores y cartón. Luego, elaboramos tres paletas como las siguientes:

Respiro profundo

Cuento hasta diez

Busco un lugar tranquilo para relajarme

Vivamos la paz

No debemos ocultar ni eliminar nuestras emociones y sentimientos como la ira, sino disminuir su intensidad. Esto con el fin de no actuar impulsivamente ni hacer cosas que puedan afectarnos negativamente a nosotros mismos y a los demás.

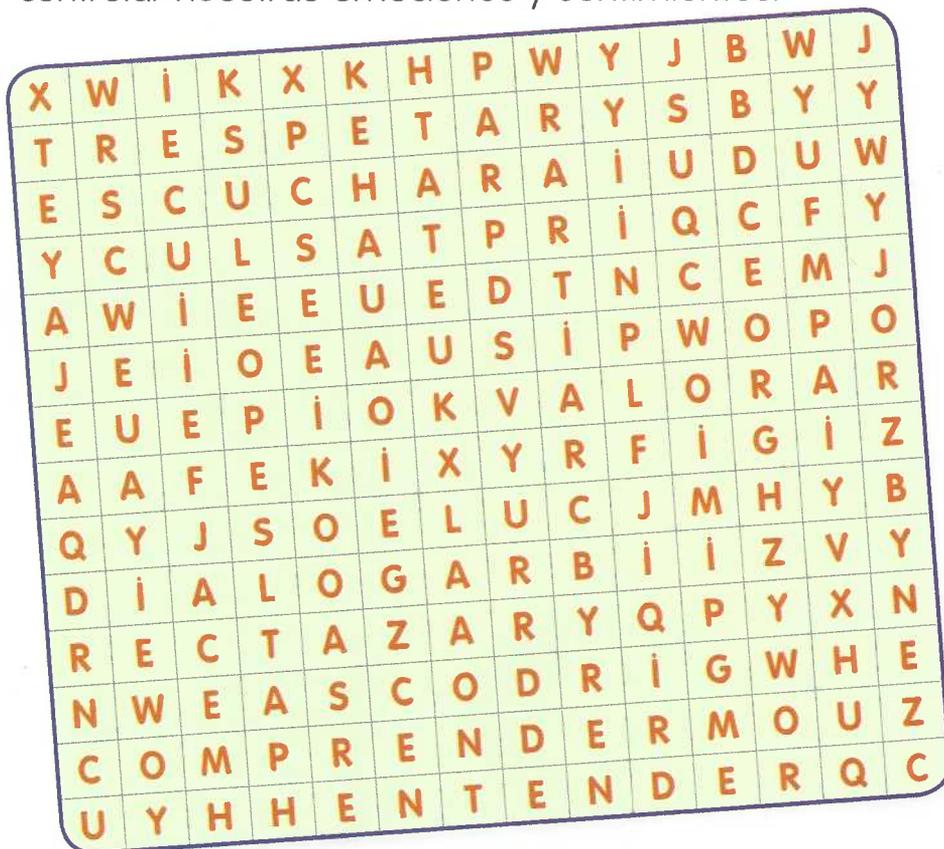


4. Realizamos la siguiente actividad:
 - a. Escogemos tres compañeros y compañeras para que expresen por turnos las siguientes emociones o sentimientos: enojo, frustración y tristeza.
 - b. Cada vez que estas tres personas expresen sus respectivas emociones o sentimientos, otro compañero o compañera muestra la paleta que le puede ayudar a controlar dichas emociones o sentimientos.
 - c. En un lugar visible del salón de clases, ubicamos las paletas que elaboramos para utilizarlas cada vez que un compañero o compañera manifieste enojo, frustración o tristeza.



Trabajo en parejas

5. En el cuaderno, elaboramos la siguiente sopa de letras. En ella, buscamos las acciones que se encuentran en los recuadros, las cuales nos permiten controlar nuestras emociones y sentimientos:



Comprender

Respetar

Entender

Escuchar

Dialogar

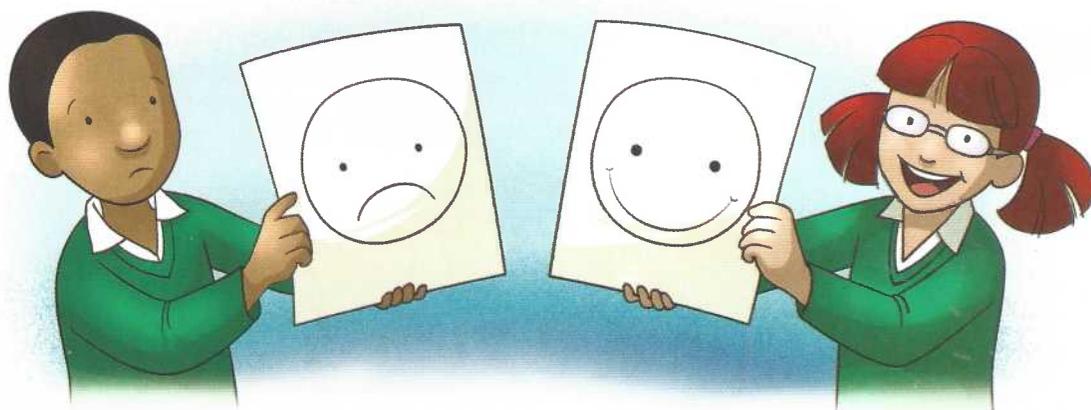
Valorar

6. En una hoja de block, nos comprometemos a realizar las acciones anteriores para controlar nuestras emociones y sentimientos. Depositamos la hoja en el Buzón de compromisos.



Trabajo con la profesora o el profesor

7. Traemos hojas blancas y colores del Centro de recursos. Con estos materiales, salimos al patio de la escuela o colegio y nos sentamos formando un círculo:
 - a. En una hoja, cada uno dibuja una cara feliz. En otra hoja, cada uno elabora una cara triste. Nos guiamos por las siguientes ilustraciones:



- b. Luego, cada uno dice palabras que expresen emociones y sentimientos como alegría, tristeza, rabia, ilusión, etc.
- c. Cuando alguien mencione una emoción o sentimiento que consideremos bueno, levantamos la carita feliz. Cuando alguna persona diga una emoción o sentimiento que consideremos negativo, levantamos la carita triste.
- d. Al finalizar la actividad, abrazamos a nuestros compañeros y compañeras y los felicitamos por el trabajo realizado. ¡Expresamos así una linda emoción!



Trabajo individual

8. Pienso en las emociones y sentimientos de mis compañeros y compañeras. Luego, realizo lo siguiente:
 - a. Escojo una compañera o un compañero. Le escribo una carta en la que lo invite a manifestar sus emociones y sentimientos de manera respetuosa.
 - b. Llevo mi carta al Correo de la amistad.

Presento el trabajo al profesor o a la profesora para que valore mi progreso.

Actividades de aplicación

Trabajo con mi familia

1. Elaboro el siguiente cuadro en mi cuaderno:

¿Cómo expreso mis emociones y sentimientos?	
De forma respetuosa	De forma irrespetuosa

2. Les pregunto a mis familiares cuáles emociones y sentimientos expreso de forma respetuosa y cuáles de manera irrespetuosa. Les pido ejemplos y con su ayuda completo el cuadro anterior.
3. En mi cuaderno, escribo un compromiso para expresar adecuadamente las emociones y sentimientos que manifiesto de manera inadecuada.
4. En la próxima clase, comparto mi trabajo con los demás compañeros y compañeras y la profesora o el profesor.



La profesora o el profesor valora mis aprendizajes y me autoriza a registrar mi progreso.

Las personas que amo y me aman



Desempeño:

- Valoro el amor que doy y el que recibo.



Actividades básicas



Trabajo con el profesor o la profesora

1. Salimos al patio y allí leemos la siguiente canción:

Mano con mano

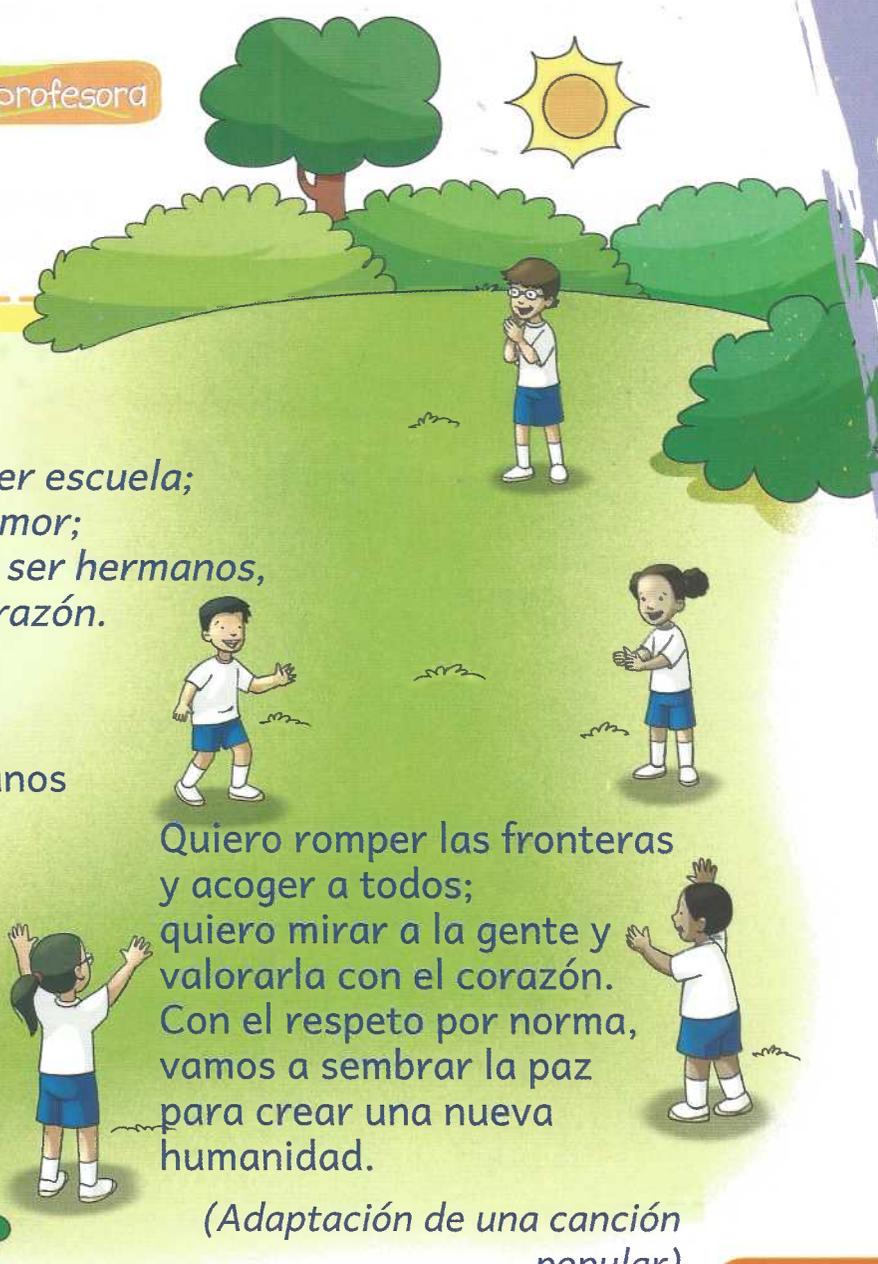
Coro

*Mano con mano, para hacer escuela;
codo con codo, para dar amor;
hombro con hombro, para ser hermanos,
cantando juntos con el corazón.*

Puedo decir mil palabras
a los cuatro vientos.
Puedo abrazar con mis manos
sin mirar a quién.
¡Qué diferente sería
nuestro mundo con amor,
donde dejaran
mandar al corazón!

Quiero romper las fronteras
y acoger a todos;
quiero mirar a la gente y
valorarla con el corazón.
Con el respeto por norma,
vamos a sembrar la paz
para crear una nueva
humanidad.

(Adaptación de una canción popular)



2. Inventamos una melodía para la canción anterior y la cantamos juntos. Vamos realizando las acciones que se mencionan en ella.



Trabajo en parejas

3. Regresamos al salón de clases y comentamos:
- ¿Cuáles son los valores que se mencionan en la canción del numeral 1?
 - Según esta canción, ¿cómo podemos manifestar amor a las demás personas?
 - ¿A quién o a quiénes les brindamos nuestro amor?
 - ¿Cuándo sentimos que nuestros familiares u otras personas nos dan amor?
4. Observamos la siguiente imagen y pensamos en cómo podemos brindar amor a los animales, a la patria, a las personas que conocemos y a nosotros mismos:

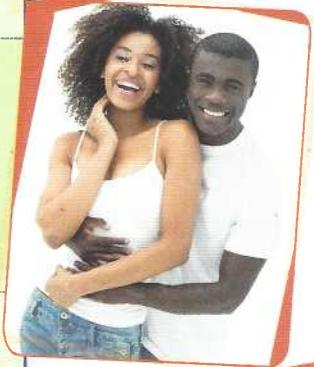


Vivamos la paz
Conocer y expresar nuestros sentimientos de afecto hacia otras personas nos hace sentir bien y nos ayuda a convivir de manera armónica.



5. Leemos con mucha atención la siguiente información:

Término	Significado
Amor por sí mismo	Tener la suficiente autoestima para quererse y aceptarse con virtudes y defectos.
Amor romántico	El que surge entre dos personas que se gustan por sus cualidades físicas o por su forma de ser.
Amor filial	Es el amor existente entre padres e hijos, a través del cual se aprenden y se comparten manifestaciones afectivas.
Amor a la patria	Es el afecto que se siente por el país y la nación a los que uno pertenece. Es sentir orgullo por los símbolos patrios y respeto por los ciudadanos y las ciudadanas.
Amor fraternal	Es el que se expresa y manifiesta a las personas que conviven juntos en familia.
<p><i>Tomado y adaptado de: Colección cofrecito, el arco iris de los valores para niños. Tomo 1. Proccol S.A.</i></p>	





Trabajo individual

6. Traigo una cartulina, colores y marcadores del Centro de recursos. Sigo las siguientes indicaciones:
 - a. Escribo la siguiente pregunta en la cartulina: "¿De qué manera valoro el amor que doy y el que recibo?".
 - b. Hago un dibujo para explicar mi respuesta.
 - c. Llevo mi trabajo al Centro de recursos.



Presento el trabajo al profesor o a la profesora para que valore mi progreso.

B

Actividades de práctica



Trabajo individual

1. Escribo las siguientes oraciones en mi cuaderno. Frente a cada oración, escribo si es falsa (F) o verdadera (V):
 - Cuando entono los himnos de manera respetuosa y con agrado, estoy sintiendo amor por mi patria. _____
 - Cuando alguien no tiene hábitos de higiene, se alimenta mal y no hace deporte está sintiendo amor por sí mismo. _____
 - Cuando escuchamos, dialogamos y compartimos en familia, estamos recibiendo amor filial. _____
 - Cuando dos personas se brindan afecto, respeto y sienten empatía entre sí, están demostrando amor romántico. _____
2. Comparo mi trabajo con el de otro compañero o compañera. Si es necesario, lo corrijo.


 Trabajo con el profesor o la profesora

3. Leemos con atención la siguiente información:

Los abrazos son otra forma de dar amor



Abrazo de oso

En el abrazo de oso, quien abraza rodea a la otra persona totalmente con su cuerpo. Generalmente, este abrazo se da de manera sorpresiva y genera sonrisas, agrado, satisfacción y alegría.

Abrazo de sándwich

Un abrazo de sándwich se da cuando dos personas abrazan a otra, de manera que esta queda en medio de las dos. Es ofrecido como símbolo de afecto entre amigos o familiares.



Abrazo de corazón

El abrazo de corazón se expresa entre dos personas que se tienen gran cariño. Consiste en estar frente a una persona y rodear su cuerpo con los brazos.



4. ¡Juguemos a los abrazos! Salimos al patio de la escuela o colegio y seguimos las siguientes indicaciones:

- a. Nos ubicamos formando un círculo.
- b. La profesora o el profesor elige a uno de nosotros para que diga la siguiente copla y la complete con alguno de los tipos de abrazos estudiados en el numeral anterior:

"¡Yo tengo un amigo al que quiero abrazar!
Como lo amo tanto, yo le doy el abrazo de _____"

- c. Cuando este compañero o compañera termine de decir la copla, identificamos el tipo de abrazo que dijo.
- d. Damos este tipo de abrazo a los compañeros y compañeras que se encuentran cerca de nosotros.
- e. Al finalizar, comentamos cómo nos sentimos durante la actividad anterior.

5. Dialogamos sobre las siguientes preguntas:

- a. Además de los abrazos, ¿de qué otras formas se pueden demostrar cariño y afecto a otras personas?
- b. ¿Cómo sabemos que alguien nos quiere?
- c. ¿Qué sucede cuando abrazamos y mostramos afecto a alguien que no nos quiere?
- d. ¿Qué podemos hacer para mejorar nuestras relaciones con los demás compañeros y compañeras?

Sabías que...

Abrazarnos es una forma especial de demostrarnos que nos queremos. Los abrazos deben ser respetuosos y cariñosos.



Trabajo en equipo

6. Volvemos al salón de clases e inventamos un verso corto, una canción o hacemos un dibujo en el que expresemos nuestro amor por alguien. Para ello, realizamos las actividades de la siguiente página:



- a. Escribimos el verso, la canción o hacemos el dibujo en el cuaderno.
- b. Pedimos al Comité de Convivencia que en las actividades en grupo nos permita compartir nuestro trabajo con los demás.
- c. Expresamos de manera respetuosa nuestras opiniones sobre los trabajos de los demás compañeros y compañeras.

Presentamos nuestro trabajo al profesor o a la profesora para que valore nuestro progreso.

Actividades de aplicación

Trabajo con mi familia

1. Con la participación de uno o varios de mis familiares, practico la actividad de los abrazos que aprendí en esta guía.
2. Corto una hoja o una cartulina por la mitad y elaboro dos tarjetas, así:
 - a. En una tarjeta, le escribo un mensaje a la persona que me demuestra más amor.
 - b. En la otra tarjeta, le escribo un mensaje a la persona que más amo.
 - c. Entrego cada tarjeta a la persona correspondiente y le brindo un abrazo.
3. En la siguiente clase, comparto mi trabajo con mis compañeros y compañeras y la profesora o el profesor.



La profesora o el profesor valora mis aprendizajes y me autoriza a registrar mi progreso.

Valoro mis aprendizajes



Trabajo en parejas

I. Del Centro de recursos, tomamos los siguientes materiales y seguimos las indicaciones:

- Hojas de papel.
- Revistas o periódicos viejos.
- Tijeras.
- Pegamento.

- A. De una revista o periódico, recortamos imágenes en las que se presenten emociones y sentimientos.
- B. Pegamos estas imágenes en el cuaderno, de manera que una quede debajo de la otra.
- C. Frente a cada imagen, escribimos una oración relacionada con la emoción o sentimiento que presenta.

II. En el cuaderno, realizamos y completamos el siguiente cuadro:

Situación	¿Cómo me sentiría?	¿Qué haría?
Estaba jugando con los niños y las niñas de mi familia y, de repente, rompimos los vidrios de una ventana de la casa. Cuando llegó mi papá, se puso muy enojado y nos gritó por haber roto los vidrios.		
Mis familiares llegaron cansados de trabajar y me pidieron que les sirviera la comida.		
He recibido un regalo de cumpleaños muy especial.		
Me he peleado con la persona que más quiero y estaba tan enojado que le dije cosas muy feas.		
No realicé las Actividades de aplicación que me correspondían para la clase.		



Trabajo individual

- III. Leo de nuevo la primera situación que se presenta en el cuadro anterior. Luego, respondo las siguientes preguntas en el cuaderno:
- A. ¿Qué emociones tiene el papá de los niños y las niñas que rompieron el vidrio?
 - B. ¿Hubo agresión en esa situación? ¿Por qué?
 - C. ¿Qué puede suceder si el papá no se calma?
 - D. ¿Qué le diría a este papá para que se calme?
- IV. Realizo un dibujo de mí en el cuaderno y alrededor escribo las actividades que practico o me gustaría practicar más en mi vida diaria. Tengo en cuenta los siguientes ejemplos:

Ayudo y entiendo a los demás cuando están enojados.

Llamo a mis compañeras y compañeros por su nombre.

Miro a la cara a quien me habla y escucho con atención sus opiniones e ideas.

Comparto el desayuno con mis compañeros y compañeras.

Doy las gracias cuando recibo un favor.

Les doy un abrazo a las personas que amo.

Evito ponerles apodos a mis compañeros y compañeras.



La profesora o el profesor valora los aprendizajes alcanzados en esta unidad y registra mi progreso.

UNIDAD
3

El bienestar empieza con el cuidado de mi cuerpo



Soy prudente con mi cuerpo



Desempeño:

- Reconozco los riesgos a los que está expuesto mi cuerpo y aprendo a evitarlos.



Actividades básicas



Trabajo en equipo

1. Observamos las siguientes imágenes:



2. Comentamos las siguientes preguntas:

- a. ¿Qué actividades están realizando los niños y las niñas de las imágenes anteriores?
- b. ¿Cómo estas actividades pueden afectar la salud de las niñas y los niños?
- c. ¿Practicamos actividades riesgosas o dañinas para nuestro cuerpo? ¿Cuáles?

Glosario

Prudencia: actuar con precaución para evitar males, enfermedades, accidentes, entre otros.

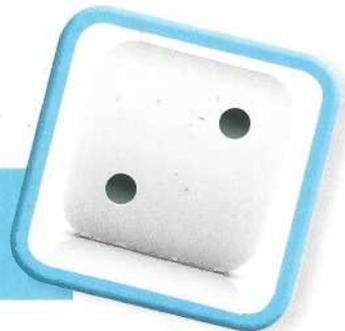
3. Del Centro de recursos, tomamos un dado. Luego, realizamos lo siguiente:

- a. Lanzamos el dado y observamos el número que nos salió.
- b. Leemos las siguientes oraciones y completamos aquellas cuyo número sea igual al que nos salió en el dado. Si nos salió el mismo número, damos ejemplos distintos al que ya dieron los demás compañeros y compañeras:



Soy prudente con mis compañeros y compañeras cuando _____.

Soy prudente en el comedor cuando _____.



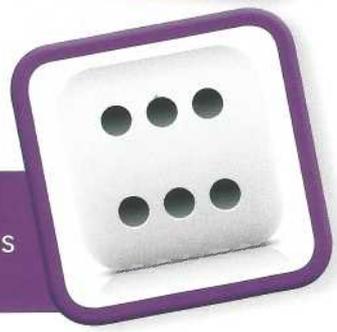
Soy prudente cuando evito juegos riesgosos como _____.

Soy prudente en mi alimentación cuando _____.



Soy prudente en el juego cuando _____.

Soy prudente en el uso de aparatos electrónicos cuando _____.





Trabajo con la profesora o el profesor

4. Leemos la siguiente información sobre la importancia de ser prudentes con nuestro cuerpo:

¿Cómo podemos ser prudentes con nuestro cuerpo?



- Por la calle y las carreteras encontramos carros, motos y bicicletas que pueden atropellarnos. Por eso, debemos cruzar las calles y las carreteras después de estar seguros de que ningún vehículo esté cerca.



- Seamos cuidadosos cuando corramos entre la gente o en escaleras. Esto debido a que podemos golpearnos o golpear a los demás.



- Las calles, las avenidas y las carrileras del tren no son lugares para jugar. ¡Juguemos en lugares seguros!



- La televisión, la Internet y los juegos de video nos sirven para desarrollar habilidades y conocimientos. Sin embargo, no debemos excedernos en su uso.



- Antes de comer y después de ir al baño, debemos lavar nuestras manos.



- No debemos exponernos demasiado a los rayos solares porque pueden causarnos cáncer de piel.

5. Reflexionamos sobre las recomendaciones del numeral anterior y respondemos las siguientes preguntas en el cuaderno:

- a. ¿De qué manera podemos evitar hacerle daño a nuestro cuerpo?
- b. ¿Qué comportamientos debemos tener en cuenta para cuidar nuestro cuerpo?

Debemos identificar los peligros o riesgos a los que está expuesto nuestro cuerpo. De esta manera, podremos evitarlos y cuidar nuestra salud física y mental.



Presentamos nuestro trabajo al profesor o a la profesora para que valore nuestro progreso.

B

Actividades de práctica



Trabajo en parejas

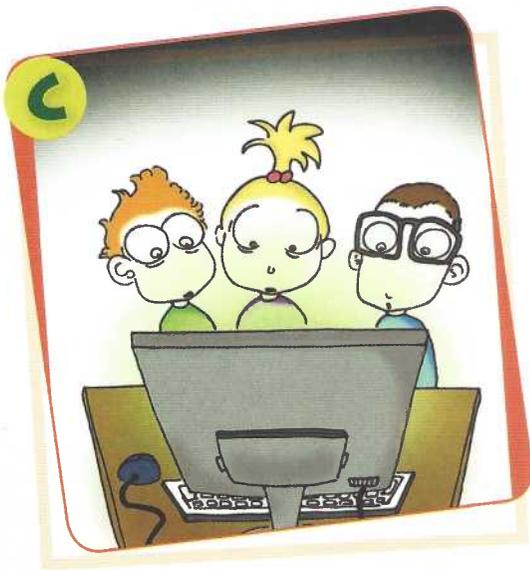
1. Leemos las siguientes oraciones e identificamos en cuáles de ellas se mencionan situaciones en las que no somos prudentes con nuestro cuerpo:

- En las tardes, nos encontramos en la cancha del barrio para jugar fútbol.
- Salimos a la calle para jugar *La lleva*.
- Nos gusta encender el fogón o la estufa de nuestra casa.
- No tenemos cuidado cuando ayudamos a nuestros familiares a realizar sus labores.



Trabajo con el profesor o la profesora

2. Observamos las siguientes imágenes:



Identifiquemos los riesgos de accidentes de manera oportuna. Así, podremos evitar daños a nuestro cuerpo y al de los demás.

3. De acuerdo con las imágenes anteriores, completamos el siguiente cuadro en el cuaderno. Tenemos en cuenta el ejemplo que se presenta:

Imagen	¿Qué actividad se realiza?	¿Qué peligros o riesgos presentan los niños y las niñas que realizan estas actividades?	¿Cómo se pueden prevenir estos riesgos?
Imagen A			
Imagen B	Niños y niñas juegan al borde de una avenida.	Algún niño o niña puede caerse en medio de la avenida y ser atropellado por un carro.	No jugando cerca de las avenidas, sino en lugares apropiados como parques.
Imagen C			
Imagen D			
Imagen E			

4. Identificamos los posibles riesgos que existen en nuestro salón o en nuestra escuela o colegio. Para ello:

- Observamos todos los lugares de nuestro salón y de la escuela o colegio.
- Identificamos qué lugares de nuestro salón o escuela o colegio son peligrosos para nuestro cuerpo. Por ejemplo: escaleras, huecos, obstáculos, etc.
- Tomamos una cinta del Centro de recursos y la usamos para marcar los lugares que identificamos como peligrosos.
- En cada uno de estos lugares, ponemos un aviso para advertir a las demás personas sobre los riesgos que identificamos.



5. Socializamos los riesgos que hemos identificado con los líderes de los comités y demás integrantes del Gobierno Estudiantil. Entre todos, pensamos en acciones que permitan prevenir estos riesgos.



Trabajo individual

6. Leo atentamente la siguiente oración y hago un dibujo alusivo en mi cuaderno:

La prudencia y el respeto por mi cuerpo me permiten vivir la vida con alegría.

Presento el trabajo al profesor o a la profesora para que valore mi progreso.



Actividades de aplicación



Trabajo con mi familia

1. Con ayuda de mis familiares, identifico cuáles son los lugares y objetos de nuestra casa que pueden ser riesgosos para todos nosotros.
2. En el cuaderno, escribo cómo podemos evitar los riesgos que identificamos anteriormente.
3. En la próxima clase, comparto mi trabajo con mis compañeras y compañeros y la profesora o el profesor.

Vivamos la paz

Cuando cuidamos nuestro cuerpo y procuramos el bienestar de las personas que nos rodean, estamos aportando a la convivencia pacífica.



La profesora o el profesor valora mis aprendizajes y me autoriza a registrar mi progreso.



Mi cuerpo dice muchas cosas



Desempeño:

- Descubro que puedo comunicar muchas cosas mediante mi cuerpo.

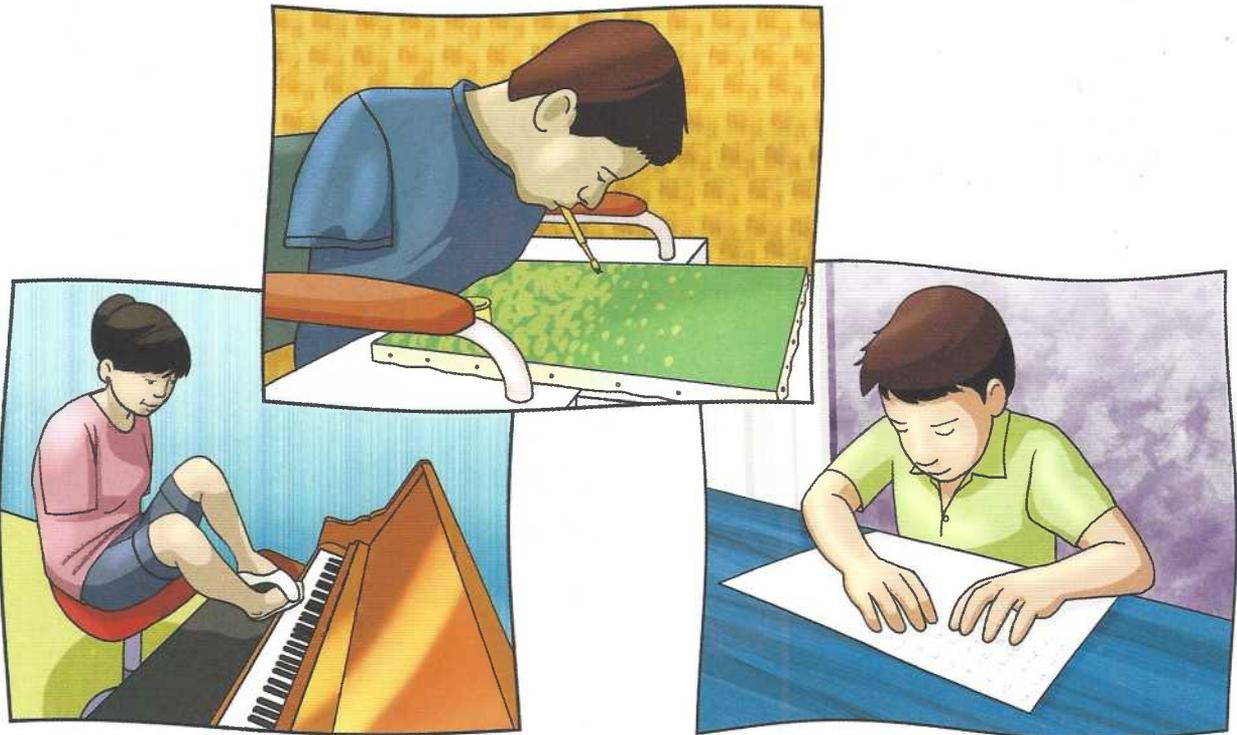


Actividades básicas



Trabajo con la profesora o el profesor

1. Observamos con atención las siguientes imágenes:



2. Dialogamos sobre las siguientes preguntas:
 - a. ¿Qué hacen los dos niños y la niña de las imágenes anteriores?
 - b. ¿Qué habilidades tienen estas personas?
 - c. ¿Qué dificultades tienen estas personas? ¿Cómo superan sus dificultades?

- d. ¿Cómo creemos que se sienten estas personas al realizar sus respectivas actividades?
3. Realizamos las siguientes actividades:
- Imitamos la acción que más nos haya llamado la atención de las imágenes del numeral 1.
 - Dialogamos sobre qué dificultades tuvimos cuando realizamos esta acción.



Trabajo en equipo

4. Conformamos cuatro equipos. Luego, el profesor o la profesora le asigna en secreto a cada equipo alguna de las siguientes situaciones:

Si tuviéramos que pintar con los pies.

Si tuviéramos que escribir con la boca.

Si tuviéramos que caminar con las manos.

Si no pudiéramos ver los alimentos que comemos.

- Cada equipo representa la situación que le correspondió mediante mímica.
 - Nuestros compañeros y compañeras intentan descubrir la situación que cada equipo representa.
 - Dialogamos sobre cómo nos sentimos representando estas situaciones.
5. Comentamos:
- ¿Cómo nos sentimos utilizando otras partes de nuestro cuerpo para escribir, pintar, comer y caminar?
 - ¿Cuáles son las partes del cuerpo que más usamos en nuestras actividades diarias?
 - ¿Cómo cuidamos nuestro cuerpo cuando realizamos estas actividades?

Vivo la empatía



Cuando aprovechamos nuestras cualidades, pues todos tenemos capacidades únicas que nos hacen especiales.



Trabajo en parejas

6. Leemos la siguiente situación y comentamos:

Gaby es una niña muy linda que no tiene la pierna derecha debido a una enfermedad. Ella es muy buena en Matemáticas y le gusta mucho jugar ajedrez. Los compañeros y las compañeras de Gaby se burlan de ella, le dicen coja y se ríen. Any, la mejor amiga de Gaby, la defiende diciéndoles a estos compañeros y compañeras que no se burlen de Gaby y que la respeten. Any también abraza a Gaby y la consuela.

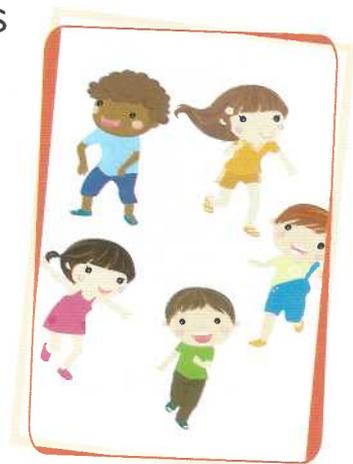


- ¿Cuáles habilidades tiene Gaby?
- ¿Qué opinamos sobre lo que hacen los compañeros y las compañeras de Gaby?
- ¿Cómo creemos que se siente Gaby cuando sus compañeros y compañeras se burlan de ella?
- ¿Creemos que lo que hace Any está bien? ¿Qué haríamos nosotros en el lugar de Any?
- En nuestra escuela o colegio, ¿qué hacemos cuando los niños y las niñas se burlan de sus compañeros y compañeras?

7. Leemos el siguiente "Sabías que..." y observamos las imágenes:

Sabías que...

El baile, el juego, el teatro y la mímica son actividades muy variadas en las que podemos utilizar el cuerpo para comunicar lo que pensamos y sentimos.





8. Pensamos y comentamos:

- a. ¿Qué actividades se presentan en las imágenes del numeral anterior? ¿Qué cosas puede comunicar nuestro cuerpo mediante estas actividades?
- b. ¿Cuáles de estas actividades realizamos dentro o fuera de la escuela o colegio?
- c. Según lo que creamos, ¿qué son los buenos modales? ¿Para qué sirven?



Trabajo en equipo

9. Leemos la siguiente información:

¿Qué son los buenos modales?

Para convivir pacíficamente con las demás personas es importante tener buenos modales, es decir, comportamientos o actitudes educadas. Estos se expresan mediante palabras o movimientos del cuerpo. Por ejemplo: agradecer por un favor, saludar cuando entremos a un lugar, pedir el favor, etc. Cada cultura y país tiene determinados buenos modales.



10. Dialogamos sobre por qué los buenos modales son importantes para la convivencia pacífica de las personas.
11. Consultamos en la biblioteca o en Internet cómo se saludan las personas de otras culturas. Por ejemplo: los japoneses, los árabes, etc.
12. Compartimos la información que obtuvimos en el numeral anterior con nuestras compañeras y compañeros y el profesor o la profesora.

Presentamos nuestro trabajo al profesor o a la profesora para que valore nuestro progreso.

B Actividades de práctica



Trabajo en equipo

1. Teniendo en cuenta la forma como se saludan las personas de diferentes culturas, inventamos un saludo para practicarlo con los demás compañeros y compañeras de la escuela o colegio.
2. Leemos el siguiente poema:

Partes de mi cuerpo



Me rasco la cabeza,
me pinto la nariz,
me tapo las orejas
y estornudo: “¡aaachís!”.

Si cierro los ojitos,
no veo adónde voy.

Si suelto un largo “¡uuuu!”,
¡qué susto que les doy!

Mis pies son muy inquietos
y quieren moverse sin parar;
descansan un ratito y
se van a caminar.

Mis manos se pelean
y eso está muy mal.
Mejor que se acaricien
y salgan a pasear.



Tomado y adaptado de:
[http://es.calameo.com/
read/0020039254d904d192026](http://es.calameo.com/read/0020039254d904d192026)

3. Escribimos el poema anterior en el cuaderno. Nos aprendemos este poema para luego decirlo en voz alta o recitarlo ante los demás compañeros y compañeras en un centro literario.

Vivo la empatía



Cuando en los centros literarios me comunico con los demás mediante las expresiones de mi cuerpo.



Trabajo individual

4. Pienso de qué manera puedo utilizar mi cuerpo para comunicarles a las demás personas mis pensamientos, sentimientos o emociones. Luego, completo la siguiente información en el cuaderno. Tengo en cuenta el ejemplo que se presenta:
 - a. La cara comunica sonrisas, gestos de alegría, enojo, amor, indiferencia, etc.
 - b. Las manos comunican _____.
 - c. Los brazos comunican _____.
 - d. Los ojos comunican _____.
 - e. Los movimientos de la cabeza comunican _____.
 - f. Los dedos comunican _____.
5. ¡Voy a imitar a la naturaleza! Sigo las siguientes instrucciones:
 - a. Escojo un animal o cualquier ser vivo que me llame la atención.



- b. Pienso en algunas características del ser vivo que escogí. Por ejemplo: cómo es su cuerpo, los movimientos que realiza y la manera como se comunica con otros seres vivos de su especie.
- c. Del Centro de recursos, tomo los materiales que me puedan servir para imitar al animal o al ser vivo que escogí.
- d. Imito al ser vivo que escogí frente a mis compañeros y compañeras.

Me comprometo a...



No lastimar a mis compañeros y compañeras cuando expreso mis emociones mediante gestos, palabras o actitudes.

Presento el trabajo al profesor o a la profesora para que valore mi progreso.



Actividades de aplicación



Trabajo con mi familia

1. Comento con mis familiares todo lo que podemos expresar con nuestro cuerpo. Los invito a representar mediante mímica acciones como bailar, abrazar, sonreír, etc.
2. Dialogo con mis familiares sobre las siguientes preguntas. No olvido escribir la información más importante en el cuaderno:
 - a. Mientras realizábamos las acciones anteriores, ¿qué emociones manifestamos?
 - b. ¿Por qué nuestro cuerpo comunica nuestras emociones?
 - c. ¿Cómo podemos cuidar las partes de nuestro cuerpo?
3. En la próxima clase, presento mi trabajo ante el profesor o la profesora.



La profesora o el profesor valora mis aprendizajes y me autoriza a registrar mi progreso.

La comunidad ayuda a cuidarme



Desempeño:

- Identifico algunas actividades que realiza la sociedad para cuidar mi estado físico y mental.

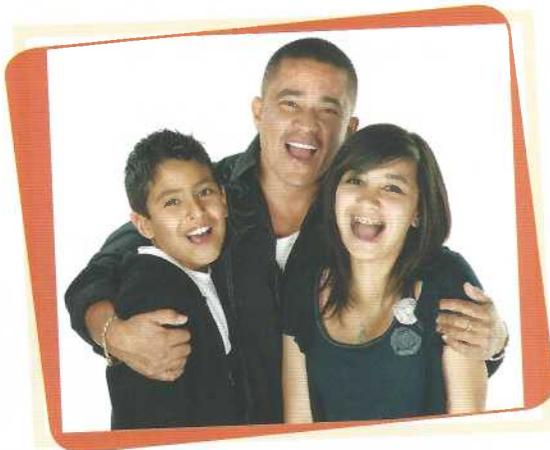


Actividades básicas



Trabajo en equipo

1. Observamos las siguientes imágenes y respondemos las preguntas:



- a. ¿Qué actividades observamos en cada una de las imágenes anteriores?
- b. ¿Cómo estas actividades benefician a los niños y a las niñas?

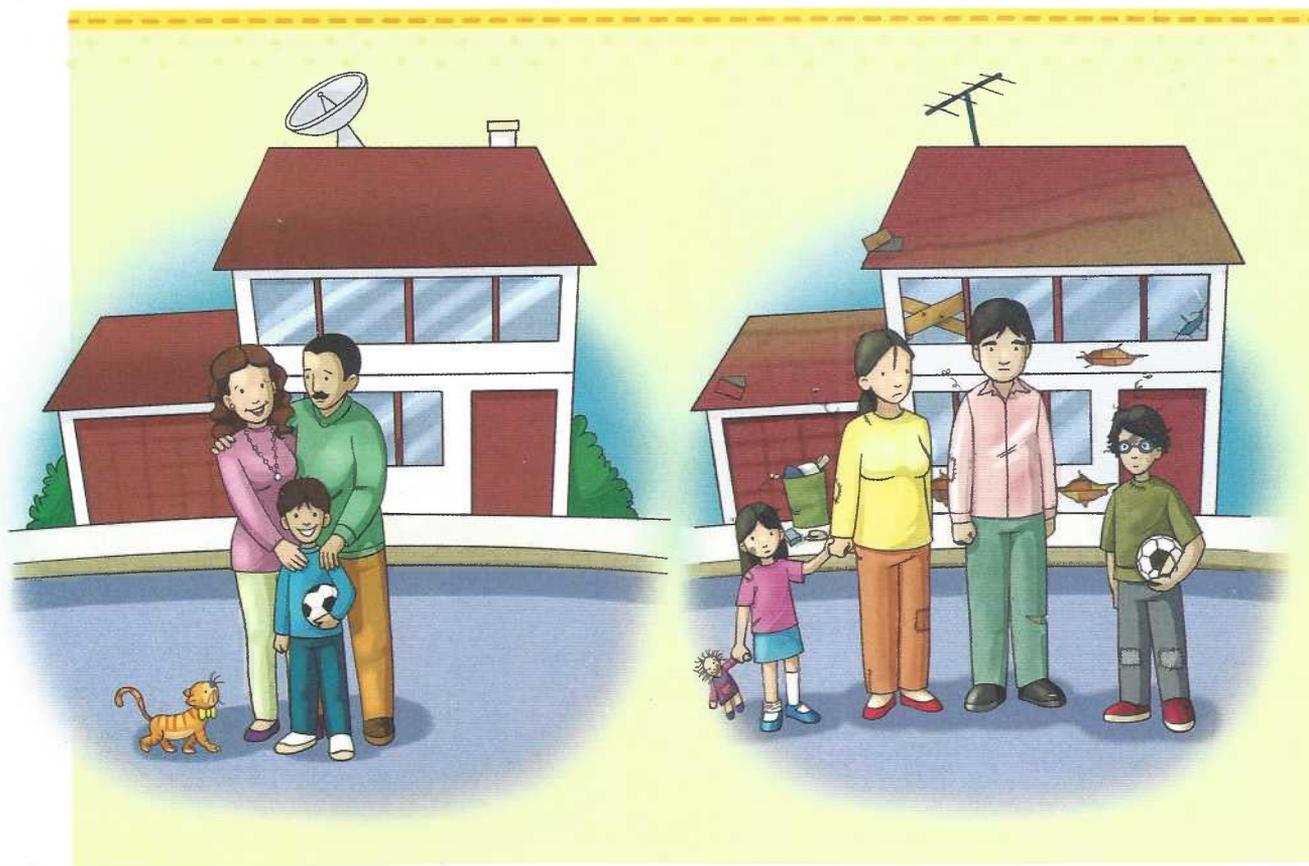
2. Dialogamos sobre cómo las siguientes instituciones pueden cuidar la integridad física y mental de los niños y las niñas:

- La familia.
- La sociedad.
- La escuela o colegio.
- El Gobierno Estudiantil.



Trabajo con la profesora o el profesor

3. Mientras el profesor o la profesora nos lee la información de la siguiente página, observamos la ilustración que se presenta a continuación:



Glosario

Integridad física: se refiere a que nuestro cuerpo se encuentre bien y sin ninguna amenaza o peligro.

Integridad mental: tener pensamientos sanos con el fin de saber manejar nuestras emociones y sentimientos. De esta manera, evitaremos lastimar a otros.

Institución: conjunto de personas que se reúne para realizar una determinada labor en beneficio de toda la sociedad.

La familia de don Prudencio

Esta familia es organizada, unida, cumple las normas y se acuesta y levanta muy temprano para realizar sus quehaceres o sus responsabilidades.

La familia de don Parrando

Es una familia desordenada cuyos integrantes no suelen compartir. Todas las noches escuchan música a alto volumen y discuten constantemente.

4. ¡Vamos a jugar! Salimos al patio de la escuela o colegio y realizamos lo siguiente:
 - a. Formamos dos equipos.
 - b. Mediante una corta dramatización, un equipo representa a la familia de don Prudencio y el otro equipo a la familia de don Parrando.



Trabajo en equipo

5. Regresamos al salón y realizamos las siguientes actividades:
 - a. En el cuaderno, completamos el siguiente cuadro. Para ello, nos basamos en las características de las familias de don Prudencio y de don Parrando:

Familia de don Prudencio	Familia de don Parrando
- Organizada	- Desorganizada

b. Dialogamos sobre las siguientes preguntas:

- ¿Cómo es la integridad física y mental de los miembros de cada una de las familias anteriores?
- ¿Cuál de estas familias se parece más a las nuestras? ¿Por qué?



Trabajo en parejas

6. Leemos la siguiente información:

- Las niñas y los niños tenemos derecho a cuidar nuestra integridad física por medio de la educación, la buena alimentación, el trato respetuoso, etc.
- La familia y las instituciones del Estado, como la policía o las alcaldías, deben hacer cumplir nuestros derechos.
- Los niños, las niñas y los adultos debemos cuidar el medio ambiente, de manera que protejamos nuestro bienestar individual y social.
- Si evitamos la violencia cuando sentimos emociones como la ira o la tristeza, lograremos una condición mental sana.



7. Comentamos cómo podemos cuidar nuestra integridad física y mental. Escribimos nuestras ideas en el cuaderno.

Presentamos nuestro trabajo al profesor o a la profesora para que valore nuestro progreso.

Vivamos la paz
Debemos controlar nuestras emociones y sentimientos para evitar hacerles daño a las demás personas con quienes convivimos.



B Actividades de práctica

Trabajo en parejas

1. Observamos la siguiente ilustración:



2. En la ilustración anterior, identificamos las instituciones que protegen nuestra integridad física y mental. Luego, realizamos lo siguiente:
 - a. Tomamos medio pliego de cartulina, colores, revistas, tijeras, pegante y marcadores del Centro de recursos.
 - b. En la cartulina, escribimos por qué las instituciones identificadas cuidan nuestra integridad física y mental. Por ejemplo:

El hospital hace campañas de vacunación y prevención de enfermedades.

Sabías que...

En muchas culturas, es costumbre celebrar fiestas para recordar fechas importantes. De esta manera, las personas buscan sentirse bien física y emocionalmente.

- c. Además de las instituciones anteriores, pensamos en otras que también nos cuiden. En la cartulina, escribimos el nombre de estas instituciones. No olvidamos incluir dibujos o recortes alusivos.
- d. Ubicamos nuestros carteles en el Periódico mural o en lugares visibles de nuestra escuela o colegio.



Trabajo individual

3. Respondo las siguientes preguntas en el cuaderno:
 - a. ¿Qué hago cuando estoy triste? ¿Qué hago cuando estoy alegre?
 - b. ¿Qué hago cuando tengo miedo? ¿A qué instituciones les pido ayuda en esos momentos?
 - c. ¿Qué emociones siento cuando asisto a alguna celebración como cumpleaños, Día de los Niños y las Niñas, Día de la Madre o Día de logros?





Trabajo en equipo

4. Le pedimos ayuda al Gobierno Estudiantil para organizar una fiesta. Tenemos en cuenta lo siguiente:
- Fijamos una fecha para nuestra fiesta.
 - Programamos actividades que nos ayuden a sentirnos bien física y emocionalmente.

Vivo la empatía



Cuando comparto con los demás y tengo la oportunidad de expresar sanamente mis emociones y sentimientos.

Presentamos nuestro trabajo al profesor o a la profesora para que valore nuestro progreso.



Actividades de aplicación



Trabajo con mi familia

1. Con la ayuda de un familiar, escribo los nombres de las instituciones que cuidan la integridad física y mental de los niños y niñas de mi barrio o municipio.
2. Mediante un dibujo, represento una de las fiestas o celebraciones que hemos realizado en nuestra casa. Explico las emociones que sentí durante esta fiesta o celebración.
3. En la próxima clase, comparto mi trabajo con mis compañeros y compañeras y el profesor o la profesora.



La profesora o el profesor valora mis aprendizajes y me autoriza a registrar mi progreso.

Valoro mis aprendizajes



Trabajo en parejas

- ¡Jugando también evaluamos! Del Centro de recursos, tomamos un dado y dos fichas de parqués. Luego, jugamos en la tabla que se presenta a continuación. Para ello, seguimos las reglas de la siguiente página:

Meta

¿Qué objetos peligrosos observo en mi casa y en la escuela o colegio?	Represento una situación en la que me encuentre en riesgo.
LAS NORMAS SON PARA CUMPLIRLAS... ESPERO UN TURNO.	ALGUNOS LUGARES SON PELIGROSOS PARA LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS... REGRESO UN PASO.
¿Cómo puedo evitar los riesgos en la calle?	
ALGUNOS LUGARES SON PELIGROSOS PARA LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS... REGRESO UN PASO.	Menciono dos instituciones que cuidan mi integridad física y mental.
	Menciono dos actividades que me permiten cuidar mi cuerpo.
Expreso un sentimiento o emoción utilizando mi cuerpo.	
	¿Cuáles elementos uso para mi cuidado personal?
Imito a un animal.	

1 2

Reglas:

- Ubicamos nuestras fichas en el inicio de la tabla, es decir, en los números 1 y 2.
- Lanzamos el dado y el que saque mayor puntaje sale primero.
- Lanzamos nuevamente el dado. Nos movemos la cantidad de casillas que nos indique el dado.
- Respondemos las preguntas o realizamos las actividades que se indiquen en las casillas en las que quedemos.
- Gana el primero en llegar a la meta.



Trabajo individual

- II. En el cuaderno, dibujo un lugar en el que me sienta seguro y otro lugar en el que sienta que mi integridad física y mental se encuentra en riesgo. Explico las razones de mi elección. Puedo usar la siguiente tabla:

Lugares seguros	Lugares riesgosos
En mi casa, me siento seguro porque mi familia me cuida.	

- III. Leo la siguiente situación y respondo las preguntas en el cuaderno:

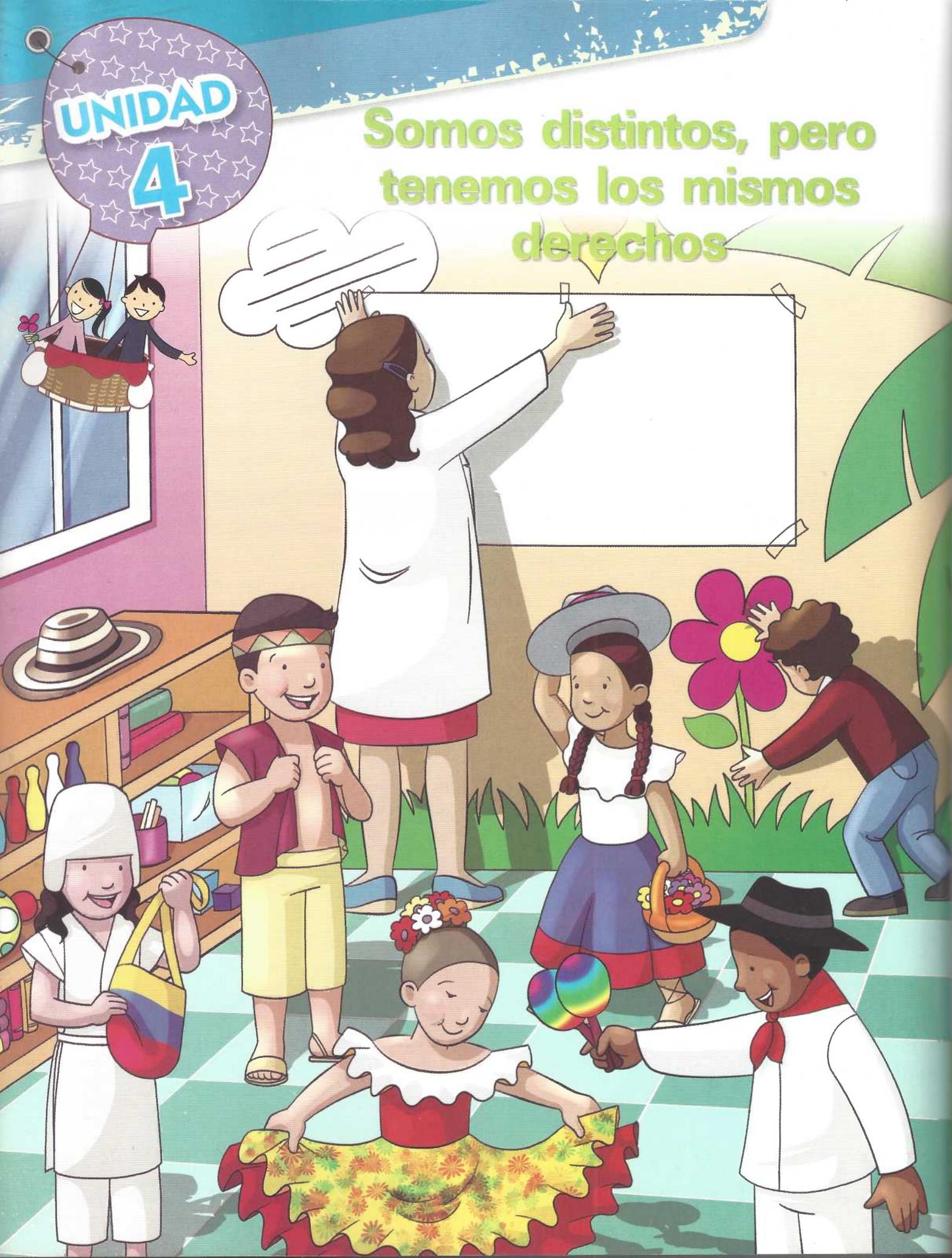
Alan es un niño muy alegre a quien le gusta compartir y jugar. Sin embargo, sus compañeros y compañeras se burlan de él porque es muy bajito. Durante el descanso, le dicen enano y otras palabras que lo hacen sentir muy triste. Felipe observa cómo tratan a su amigo Alan y lo consuela para que se sienta mejor.

- A. ¿Cómo se siente Alan? ¿Por qué?
- B. ¿Qué acciones puede realizar Felipe para que Alan se sienta mejor?
- C. ¿Qué acciones pacíficas puede realizar Alan para que sus compañeros y compañeras no vuelvan a burlarse de él?
- IV. Pienso en cuáles normas de mi escuela o colegio protegen mi integridad física y mental. Se las comento a la profesora o al profesor.

La profesora o el profesor valora los aprendizajes alcanzados en esta unidad y registra mi progreso.

UNIDAD
4

Somos distintos, pero
tenemos los mismos
derechos



¿Cuáles rasgos nos hacen únicos?



Desempeño:

- Valoro el grupo étnico al que pertenezco.



Actividades básicas



Trabajo con la profesora o el profesor

1. Leemos y cantamos la siguiente canción:

Las razas

Solo existe una raza
y una sola humanidad.
Aunque la piel sea distinta,
el hombre siempre es igual.
Todos luchan y progresan:
buscan su prosperidad.

Coro:

*¡Qué vivan todos los pueblos!
¡Qué viva la humanidad! (bis).*

Si tu piel es negra o blanca,
no tiene por qué importar.
Lo que vale es tu talento
y tu manera de actuar.
Que los hombres de la Tierra
vivan siempre en igualdad.

(Tomado y adaptado de: Programa infantil Los Pimpollos.)



2. Comentamos las siguientes preguntas:

- a. ¿Qué mensaje nos deja la canción anterior?
¿Por qué es importante practicar este mensaje en nuestra vida escolar, familiar y social?
- b. ¿Cuáles son los rasgos o características físicas más comunes de las personas de nuestra comunidad?
- c. En nuestra escuela o colegio, ¿hay niños o niñas con rasgos físicos distintos a los de la mayoría? ¿Cómo es el trato que les brindamos a estos niños o niñas?
- d. Por tener diferente color de piel u otro rasgo físico, ¿hay personas con más derechos que otras? ¿Por qué?

B C Glosario

Rasgos físicos: son características del cuerpo de los seres vivos. Por ejemplo: color de piel, forma de la nariz, color de ojos, forma del rostro, etc.



Trabajo en parejas

3. Observamos las siguientes imágenes e identificamos los rasgos o características físicas de las personas que aparecen en ellas:



Vivamos la paz

Cuando valoro y respeto a mis compañeros y compañeras sin importar su color de piel, la forma de su rostro o el color de sus ojos, estoy aportando a una convivencia armónica.



4. Leemos el siguiente texto:

Valoremos los grupos étnicos

Una de las características de Colombia es su diversidad social y cultural. Veamos:



- Existen varios grupos étnicos, como indígenas, afrocolombianos, raizales, rom o gitanos, entre otros.



- Cada grupo étnico tiene manifestaciones culturales propias. Por ejemplo: el idioma que hablan, la manera como se organiza su comunidad, el modo en el que se relacionan con la naturaleza, etc.
- La mayoría de las colombianas y los colombianos somos mestizos, es decir, somos hijos e hijas de un padre indio y de una madre blanca o viceversa.

- Algunos de los rasgos raciales que nos hacen diferentes unos de otros son:
 - ✓ Color de piel.
 - ✓ Tipo de cabello.
 - ✓ Color de los ojos.
- Algunos de los aspectos culturales que nos diferencian son:
 - ✓ Creencias.
 - ✓ Bailes.
 - ✓ Comidas.

¡Las características de cada grupo étnico hacen de Colombia un país único!

5. Por medio de dibujos, respondemos las siguientes preguntas en el cuaderno:
- a. ¿Cuáles son las características físicas y culturales del grupo étnico al que pertenecemos?
 - b. ¿Cómo sería el mundo si todos respetáramos las diferencias que existen entre los grupos étnicos?

Sabías que...

En Colombia, hay diversos grupos humanos. Por ejemplo: indígenas, afrocolombianos, población palenquera y de San Andrés, el pueblo rom o gitano, entre otros. La diversidad cultural de estos grupos se refleja en la existencia de alrededor de 65 lenguas indígenas. Sin embargo, muchas de estas lenguas están desapareciendo.

También tenemos dos lenguas criollas, la lengua romaní hablada por el pueblo gitano, el español y otras lenguas como el inglés, el árabe, etc.

Tomado y adaptado de: Instituto Caro y Cuervo (2012). Portal de lenguas de Colombia www.lenguasdecolombia.gov

Presentamos nuestro trabajo al profesor o a la profesora para que valore nuestro progreso.

B

Actividades de práctica



Trabajo en equipo

1. ¡Valoremos nuestras diferencias! Seguimos las siguientes instrucciones:
 - a. Tomamos los siguientes materiales del Centro de recursos:
 - Octavos de cartulina.
 - Pegamento.
 - Tijeras.
 - Marcadores de colores.
 - Plastilina de diferentes colores.
 - b. En la cartulina, escribimos el siguiente título: "Valoremos nuestros rasgos étnicos".
 - c. Luego, dibujamos una cara que identifique al grupo étnico al que pertenecemos y otra cara que caracterice a otro grupo étnico.
 - d. Usamos la plastilina para rellenar cada cara.
 - e. Debajo de ambas caras, escribimos por qué debemos valorar las diferencias que existen entre los seres humanos.



Me
comprometo a...



Valorar las diferencias que tenemos los seres humanos, porque la diversidad enriquece a nuestra comunidad.

f. Socializamos nuestro trabajo con nuestros compañeros y compañeras y el profesor o la profesora.

2. Pegamos nuestros trabajos en el Periódico mural.

Trabajo con el profesor o la profesora

3. Dialogamos sobre las siguientes preguntas:

a. ¿De qué forma nuestra escuela o colegio incluye a niños y niñas que pertenecen a otros grupos étnicos?

b. ¿Cómo nuestra escuela o colegio incluye a niños y niñas que tienen limitaciones físicas o mentales?

4. Leemos el texto del recuadro "¿Qué haríamos?". Luego, observamos las siguientes imágenes y compartimos nuestras opiniones sobre lo que hace nuestra escuela o colegio para valorar nuestras diferencias:



¿Qué haríamos?

Si a nuestra escuela o colegio llega un compañero nuevo que habla otro idioma y tiene gustos diferentes para comer, vestir y hasta para jugar.



5. Leemos y escribimos en el cuaderno el siguiente acróstico:

Etnia es una palabra que a
Todos nos invita a respetar
Nuestros rasgos físicos, recordando que somos
Iguales, sin importar el color de piel o procedencia
Alguna, lo cual nos permite tener una convivencia
 pacífica y con igualdad.

Glosario

Procedencia: lugar en donde una persona nació.

6. ¡Celebremos el día de la igualdad entre grupos étnicos! Para ello:
- Traemos revistas, periódicos, tijeras y cinta del Centro de recursos.
 - Decoramos el salón de clases con fotos o recortes de rostros que representen las diversas etnias que conocemos y de las cuales hablamos en esta guía.
 - Formamos un gran círculo y nos tomamos de las manos.
 - Cantamos la canción que aprendimos en el numeral 1 de las Actividades básicas de esta guía.



Trabajo individual

7. En una hoja de papel, escribo lo siguiente y lo llevo al Buzón de compromisos:
 "Me comprometo a tratar con igualdad a todas las personas, sin importar el grupo étnico al que pertenezcan".

Presento el trabajo al profesor o a la profesora para que valore mi progreso.

Actividades de aplicación

Trabajo con mi familia

1. Comento con mis familiares lo que aprendí sobre las características de los grupos étnicos que habitan nuestro país. Les pregunto lo siguiente:
 - a. ¿A qué grupos étnicos pertenecen los integrantes de nuestra comunidad?
 - b. ¿Cuáles son las características de estos grupos étnicos?
 - c. ¿Cómo es el trato y la aceptación que tenemos con estas personas?



Vivamos la paz
Cuando aceptamos e integramos de manera amable a los compañeros y compañeras que vienen de otro lugar y tienen una cultura diferente, estamos construyendo una convivencia pacífica.



2. Con la ayuda de mis familiares, escribo un compromiso que nos permita valorar los grupos étnicos que conocemos.
3. En la próxima clase, presento mi trabajo a la profesora o al profesor.

La profesora o el profesor valora mis aprendizajes y me autoriza a registrar mi progreso.

¿Cuáles son nuestras necesidades básicas?



Desempeño:

- Reconozco las necesidades básicas que tienen todos los seres humanos.

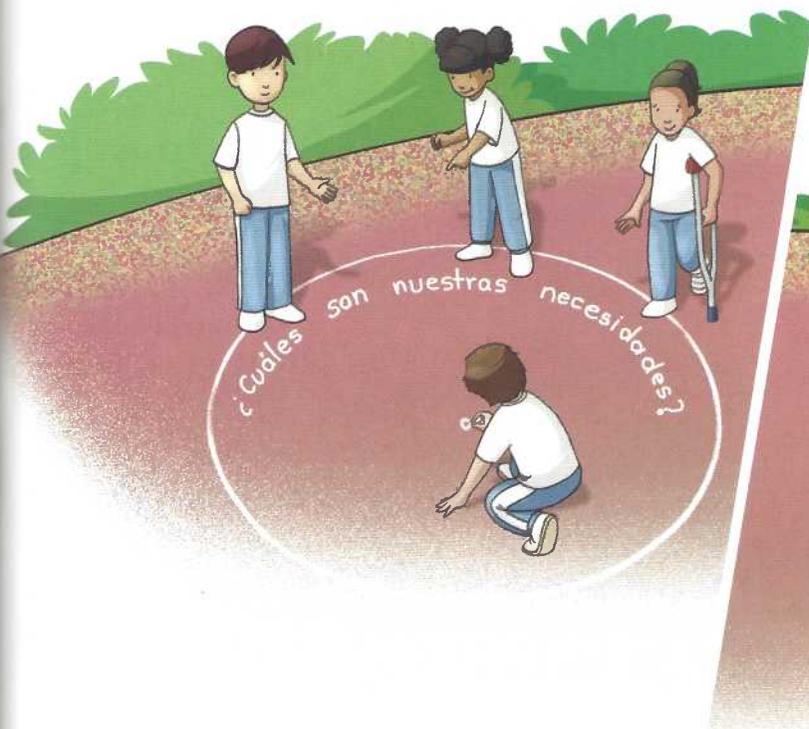


Actividades básicas



Trabajo con el profesor o la profesora

1. Le pedimos al profesor o a la profesora varias tizas de colores. Luego, salimos al patio de la escuela o colegio y seguimos las indicaciones de la siguiente página:



- a. Nos distribuimos en dos equipos y cada uno dibuja un círculo en el suelo. Dentro del círculo, cada equipo responde la pregunta que le corresponda:
 - Equipo uno: "¿Cuáles son nuestras necesidades?".
 - Equipo dos: "¿Qué necesitamos para vivir bien?".
 - b. Leemos lo que escribió cada equipo dentro del círculo.
2. Volvemos al salón y reflexionamos:
 - a. ¿Cuáles fueron las necesidades más comunes en ambos equipos?
 - b. ¿Qué puede pasar si no logramos satisfacer estas necesidades?



Trabajo en parejas

3. Observamos con atención la siguiente imagen y leemos la información:

Todos los seres humanos necesitamos:

- Reconocimiento.
- Realización.
- Alimento.
- Cumplir nuestros sueños y metas.
- Descanso.
- Seguridad y protección.
- Afecto y comprensión.
- Amigos y amigas.
- Amor por nosotros mismos.

4. Comentamos:

- a. ¿Por qué son importantes las necesidades que se presentan en el numeral anterior?
- b. ¿A cuáles de estas necesidades les damos mayor importancia en nuestra familia? ¿Por qué?
- c. Además de estas necesidades, ¿qué otras necesidades tenemos?
- d. ¿Ayudamos a las demás personas a satisfacer sus necesidades? ¿Cómo?

5. Con el dedo índice, relacionamos cada una de las siguientes oraciones con la imagen que la representa:

- Tengo un lugar donde vivir y compartir con mi familia.
- Tengo personas que me quieren y me protegen.
- Tengo compañeros y compañeras con quienes comparto momentos alegres y momentos tristes.

Vivo la empatía

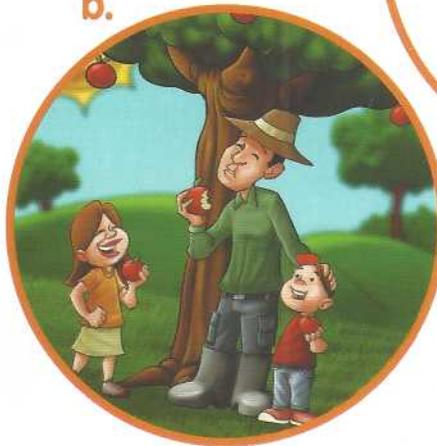


Cuando un compañero o compañera me pide que lo ayude a resolver alguna necesidad, le tiendo mi mano y lo ayudo. No olvido que así como él o ella me necesita, algún día yo podría necesitar su ayuda.

a.



b.



c.



Vivamos la paz

Todos los seres humanos necesitamos ser escuchados, comprendidos y tratados con afecto y cariño. Cuando escuchamos y brindamos nuestra comprensión y afecto a las personas que lo necesitan, estamos construyendo la paz.



- Tengo un espacio para divertirme y pasarla bien.

d.



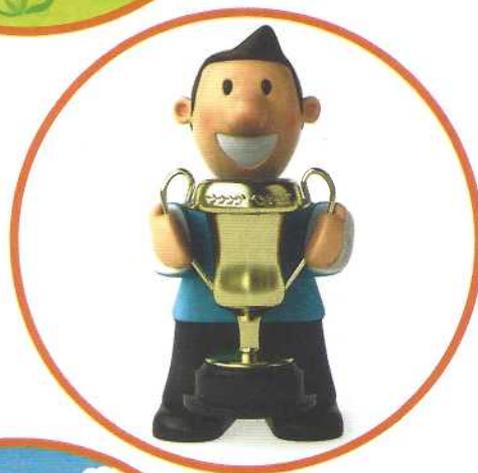
- Tengo la posibilidad de alimentarme para crecer fuerte y sano.

e.



- Tengo sueños como realizar una carrera universitaria, progresar y ayudar a mis familiares.

f.



- Tengo la necesidad de que reconozcan mis logros y de que me digan que sí soy capaz de lograr mis sueños y metas.

g.





Trabajo individual

6. Escribo en el cuaderno el siguiente texto:

Todos los seres humanos, sin importar nuestro grupo étnico o el lugar donde vivimos, tenemos las mismas necesidades básicas. Por ejemplo: necesitamos alimentación, salud, afecto, amor, respeto, comprensión, vestido, educación, vivienda, familia, descanso, entre otras.



Los animales, las plantas y todos los seres vivos también tienen sus necesidades. Cuidémoslos y protéjámoslos, porque el planeta también es suyo.

7. Pienso en las necesidades que tengo cada día y en la manera en la que logro resolverlas. Para ello:



Sabías que...

Es importante reconocer nuestras necesidades y expresarlas a la gente que nos cuida y quiere.

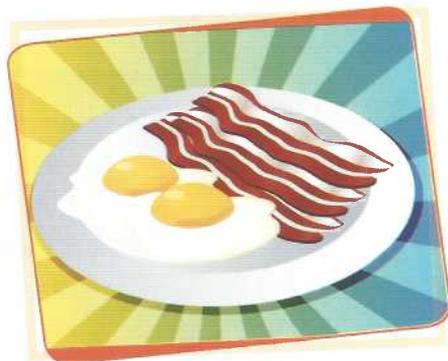
- a. En el cuaderno, realizo una lista de mis necesidades diarias.
- b. Frente a cada necesidad, hago un dibujo en el que la esté resolviendo.

Presento el trabajo al profesor o a la profesora para que valore mi progreso.

B Actividades de práctica

Trabajo en equipo

1. Observamos las siguientes imágenes:



2. Reflexionamos y comentamos:

- a. De las imágenes anteriores, ¿cuáles se relacionan con nuestras necesidades básicas? ¿Por qué?
- b. ¿A cuál de estas necesidades le damos más importancia? ¿Por qué?



Trabajo en parejas

3. Leemos la siguiente situación:



Sara y Manuela son dos niñas de segundo grado. Ambas son amigas, porque juegan juntas durante el descanso y casi siempre realizan las actividades en parejas que indican las Guías de Aprendizaje.

A Sara no le gusta compartir sus útiles escolares, los cuales tiene marcados con su nombre. Por su parte, Manuela solo tiene un lápiz pequeñito, porque su papá no le ha podido comprar sus útiles para este año. El lápiz de Manuela está tan pequeño que es muy difícil escribir con él.

¿Qué haríamos?



Si fuéramos amigas o amigos de las niñas de la historia anterior, ¿qué consejos les daríamos para solucionar las necesidades de Manuela?

4. Compartimos nuestras opiniones sobre cómo solucionar las necesidades de Manuela.

Vivamos la paz
 Cuando ayudamos y compartimos lo que tenemos con quien lo necesita, estamos contribuyendo a la armonía y a la convivencia pacífica.





Trabajo individual

5. En una hoja blanca o en una cartulina, dibujo la silueta de mi mano:
 - a. Con un lápiz, dibujo una línea por el borde de mi mano desde la muñeca hasta la parte superior de los dedos.
 - b. Pienso en las cinco necesidades más importantes que tengo. Escribo cada una de estas necesidades en alguno de los dedos que dibujé.

Cuando trabajamos en equipo para satisfacer las necesidades de nuestro grupo, estamos actuando colaborativamente, es decir, todos juntos por el bien común.



Presento el trabajo al profesor o a la profesora para que valore mi progreso.

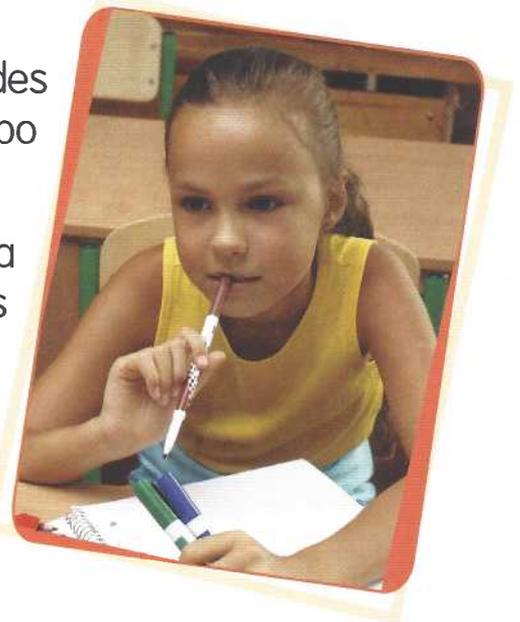


Actividades de aplicación



Trabajo con mi familia

1. Con la ayuda de un familiar, dibujo las necesidades básicas que tenemos en nuestra familia y escribo la manera como las satisfacemos.
2. Pienso en cómo podemos mejorar la manera en la que cumplimos o satisfacemos nuestras necesidades básicas. Escribo dos ideas en el cuaderno.
3. En la siguiente clase, comparto mi trabajo con mis compañeras y compañeros y el profesor o la profesora.



La profesora o el profesor valora mis aprendizajes y me autoriza a registrar mi progreso.

Cuando me valoro y me quiero, valoro y quiero a los demás



Desempeño:

- Identifico las necesidades básicas que debo satisfacer para vivir dignamente.



Actividades básicas

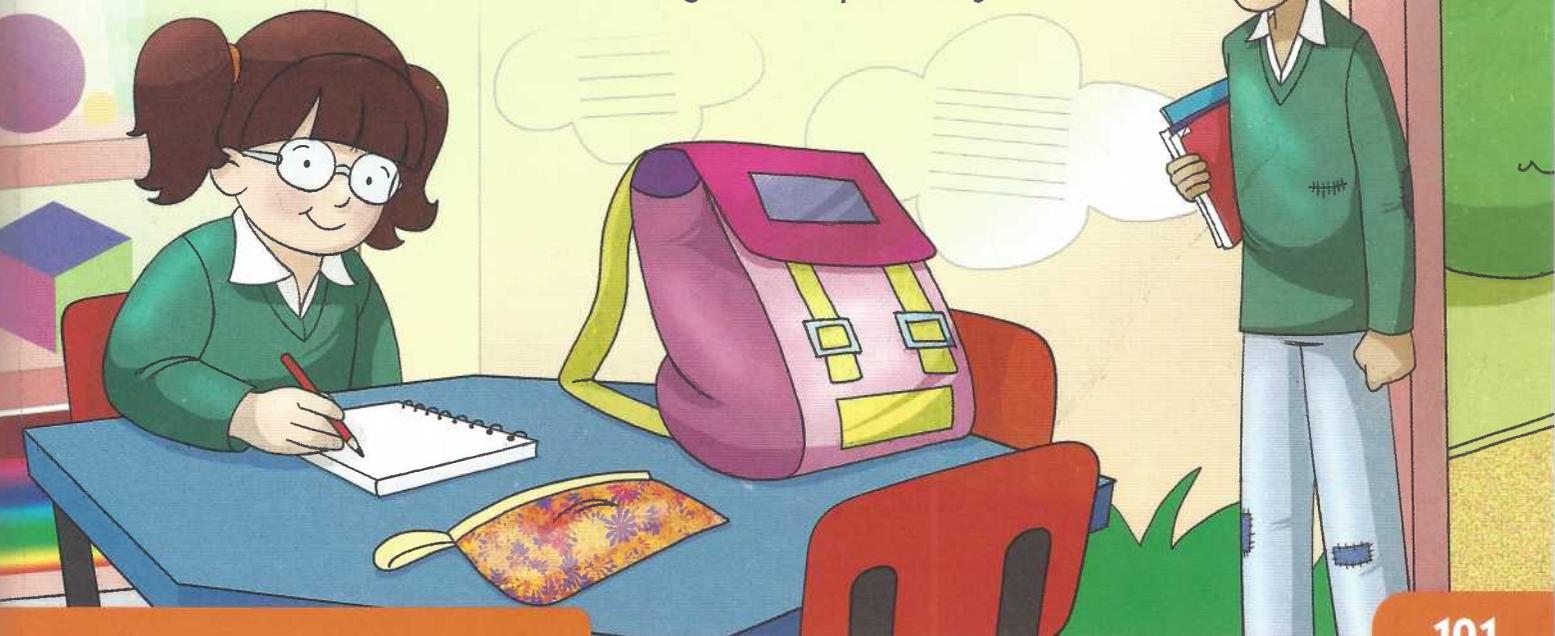


Trabajo con el profesor o la profesora

1. La profesora o el profesor nos lee los siguientes versos:

Nicolás y Ana María

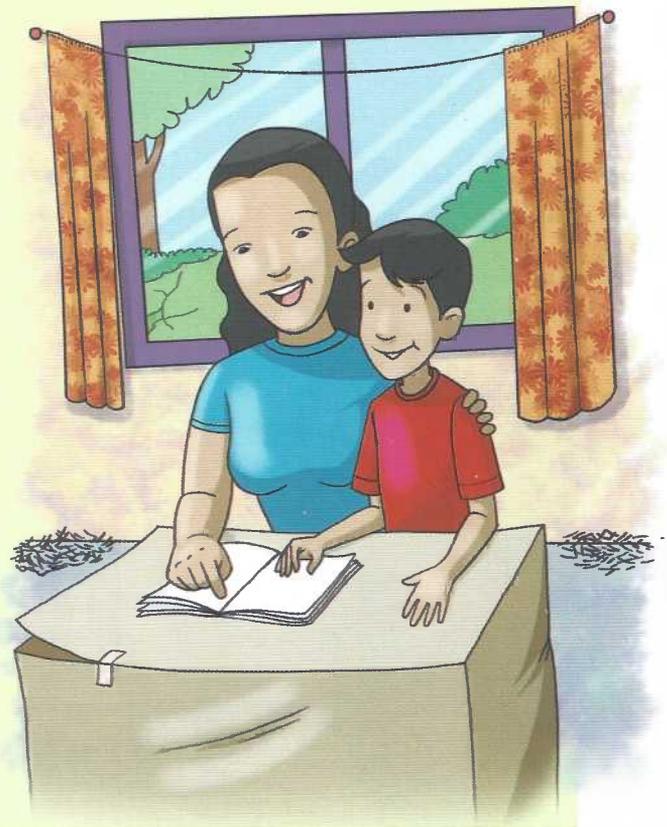
El pequeño Nicolás no tenía para estudiar ni un cuaderno, ni uniforme, ni zapatos, ni delantal. En cambio, la niña Ana María, amiga de Nicolás, cada día un cuaderno se gastaba para rayar.



Nicolás no desayunaba, porque en su casa no merocaban. En la escuela, se preocupaban porque flaco siempre estaba. Mientras tanto Ana María, comiendo se deleitaba, disfrutaba de sus dulces y la comida le sobraba.

Nicolás habitaba en una casa de paja y cartón; su mamá lo cuidaba y consentía con amor. Mientras que Ana María vivía en su casa de balcón y veía pasar las tardes solita en un sillón.

A la escuela Nicolás y Ana María asistían y allí la situación cambiaba porque todos se trataban con respeto y mucho amor. Aquellos como Ana María con los demás compartían y la escuela se llenaba de unión y comprensión.



2. Reflexionamos y comentamos:

- ¿Qué necesidades lograban satisfacer Ana María y Nicolás?
- ¿Cómo nos sentiríamos en el caso de Nicolás? ¿Por qué?
- ¿Sentimos que en nuestra escuela o colegio nos tratan a todos por igual? ¿Por qué?
- ¿Qué podemos hacer para ayudar a satisfacer las necesidades básicas de todos los niños y las niñas de nuestra escuela o colegio?

Vivo la empatía



Cuando trato a las demás personas y seres vivos de la forma en la que me gustaría que me trataran a mí.



Trabajo en parejas

3. Leemos y analizamos la siguiente información:

Todo lo que merecemos

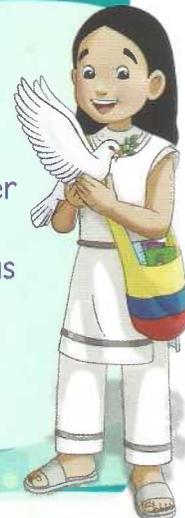
Todos los seres humanos merecemos lo siguiente:

- Ser amados.
- Relacionarnos amablemente con los demás.
- Alimentarnos sanamente.
- Descansar lo suficiente.
- Vestirnos adecuadamente.
- Recrearnos sana y creativamente.
- Estar protegidos de amenazas naturales.
- Habitar una vivienda cómoda y saludable.
- Ser libres para expresar nuestras emociones y sentimientos.

Si satisfacemos estas necesidades, podemos decir que vivimos dignamente.

Vivamos la paz

Cuando valoro lo que tengo y ayudo a satisfacer las necesidades de otras personas sin esperar nada a cambio, estoy contribuyendo a la paz.





Vivo la empatía

Cuando, antes de actuar, pienso y tengo en cuenta si mi acción podría hacerle daño a alguien. Si creo que puedo lastimar a alguien, no realizo la acción que pensaba.

4. Con base en las necesidades presentadas en el numeral anterior, dialogamos sobre las siguientes preguntas:
 - a. ¿Cuáles de estas necesidades satisfacemos?
 - b. ¿Cuáles de estas necesidades nos hacen falta?
 - c. ¿Qué podemos hacer para satisfacer las necesidades que nos hacen falta?
5. En el cuaderno, escribimos nuestras conclusiones sobre las preguntas anteriores.

Presentamos nuestro trabajo al profesor o a la profesora para que valore nuestro progreso.

B

Actividades de práctica

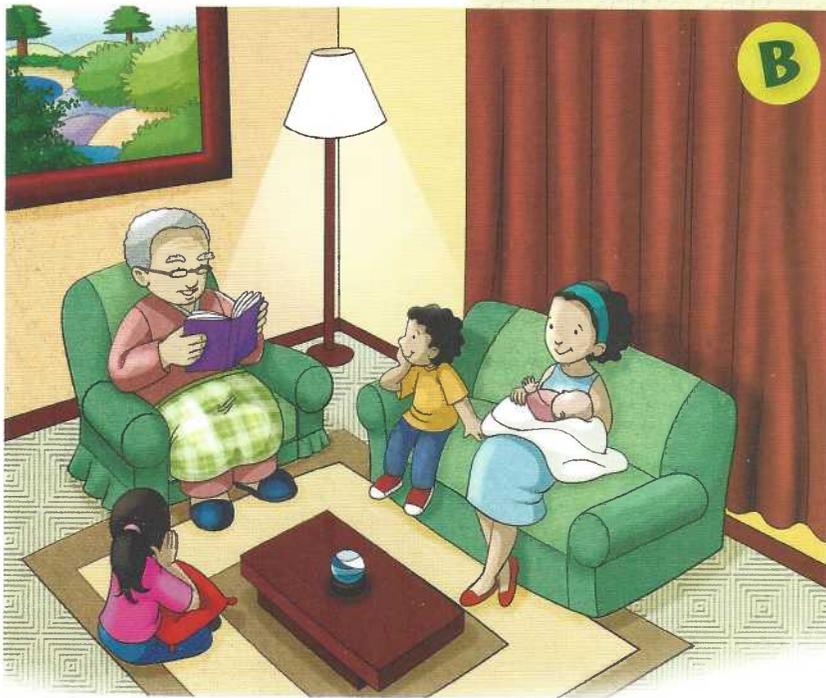
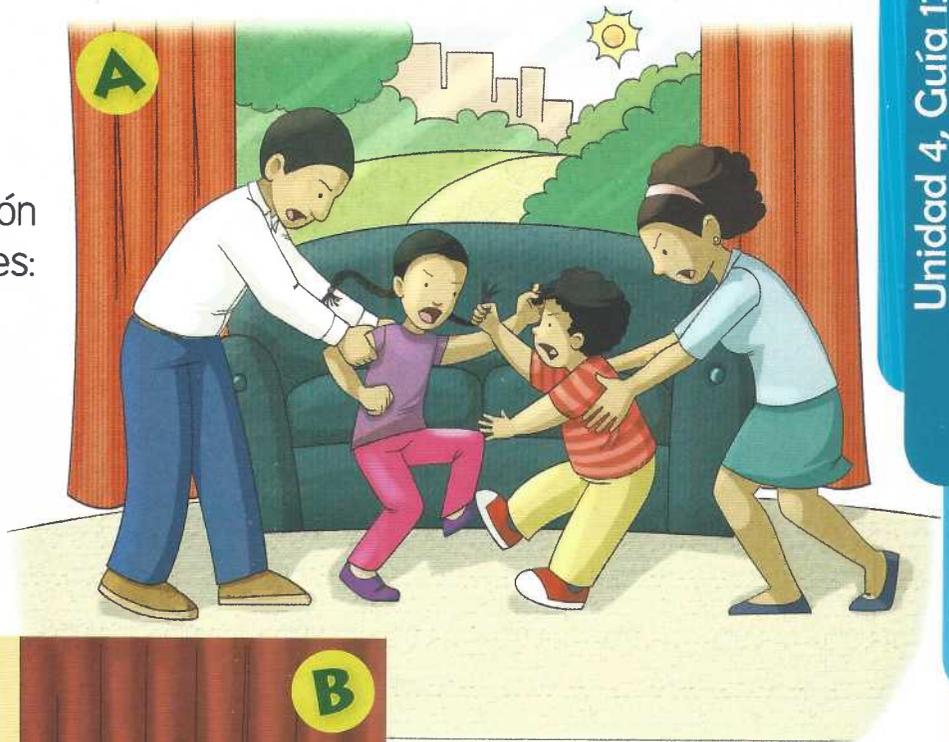


Trabajo en equipo

1. Leemos el siguiente titular de periódico y comentamos:
 - a. ¿Estamos de acuerdo con este titular de periódico? ¿Por qué?
 - b. ¿Este titular está promoviendo la agresión hacia los niños y las niñas? ¿Por qué?
 - c. ¿Qué les diríamos a las personas que escribieron este titular?
 - d. ¿Conocemos programas de televisión que promuevan de alguna manera la agresión? ¿Cuáles?
 - e. ¿Por qué consideramos que estos programas promueven la agresión?



2. Observamos con atención las siguientes ilustraciones:



3. De acuerdo con las ilustraciones anteriores, comentamos:

- ¿En qué se parecen las familias que observamos en las ilustraciones A y B?
- ¿En qué se diferencian estas dos familias?
- ¿Qué valores creemos que practica cada una de estas familias?
- En la ilustración A, ¿cuáles son los valores que hacen falta para convivir de manera pacífica?

Vivamos la paz

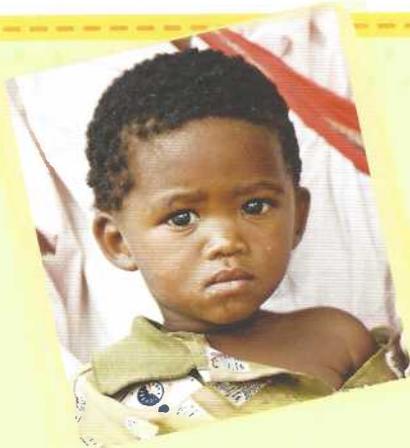
El diálogo, la tolerancia y la paciencia son valores indispensables para la buena convivencia familiar.





Trabajo individual

4. Leo la siguiente situación:



Mauricio es un estudiante muy juicioso. Estudia en la Escuela San José, en la cual cursa segundo grado. Desde hace varios días, ha llegado con los zapatos rotos y sus pies han empezado a ampollarse. Algunos compañeros y compañeras se burlan de él por su apariencia y lo hacen sentir muy triste.

¿Qué haríamos?



Si fuéramos compañeros y compañeras de Mauricio, ¿qué haríamos para ayudarlo?

5. Reflexiono sobre el caso de Mauricio y respondo las siguientes preguntas en el cuaderno:

- ¿Cuáles son las necesidades que Mauricio debe satisfacer?
- Si sus familiares no le pueden dar lo que necesita, ¿qué puede hacer Mauricio?
- ¿Cómo podemos ayudar a Mauricio para que se sienta mejor en la escuela o colegio?

6. Escribo el siguiente compromiso en una hoja y lo llevo al Buzón de compromisos:

"Me comprometo a compartir lo que tengo, sin importar si es mucho o poco".

Vivo la empatía



Quando comparto lo que tengo y no solamente lo que me sobra, contribuyo al bienestar y al progreso de toda la comunidad.

7. En el cuaderno, relaciono cada una de las siguientes imágenes con los valores humanos que aparecen en los recuadros:



Solidaridad

Cooperación



Empatía



Amistad

Respeto



Tolerancia

Honestidad



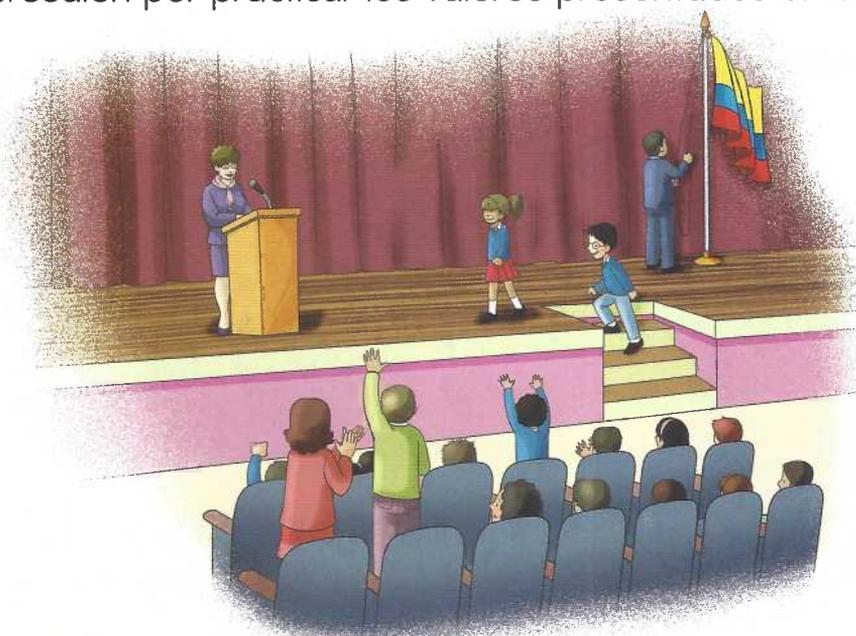
Responsabilidad



Trabajo con el profesor o la profesora

8. Dialogamos sobre por qué los valores humanos del numeral anterior nos permiten vivir con dignidad. En el cuaderno, escribimos nuestras conclusiones.
9. Determinamos quiénes de nosotros nos destacamos por poseer cada uno de los valores humanos presentados en el numeral 7. Para ello:
 - a. En el tablero, hacemos una lista con los valores anteriores.
 - b. Frente a cada valor, escribimos los nombres de los compañeros y compañeras que lo practican.
 - c. Escribimos otra lista sobre los valores en los que debemos trabajar más.
 - d. Nos comprometemos a fortalecer estos valores.
10. Con ayuda del profesor o la profesora, les pedimos a los integrantes del Gobierno Estudiantil que organicen el Día de logros.
 - En el Día de logros, reconocemos públicamente a los y a las estudiantes que sobresalen por practicar los valores presentados en el numeral 7.

La dignidad no depende del color, edad, género o condición social o económica de las personas. Todo ser humano debe vivir en unas condiciones decentes, que le permitan satisfacer sus necesidades básicas.



Presentamos nuestro trabajo al profesor o a la profesora para que valore nuestro progreso.

Actividades de aplicación



Trabajo con mi familia

1. Comento con mis familiares lo que aprendí sobre qué es vivir dignamente.



2. Con la ayuda de mis familiares, escribo en el cuaderno en cuáles momentos de nuestra vida familiar practicamos los siguientes valores:

Solidaridad

Cooperación

Diálogo

Amistad

Sinceridad

Responsabilidad

3. Escribo en mi cuaderno por qué los valores anteriores nos permiten tener una vida digna.
4. Hago una lista de las necesidades que satisfacemos diariamente en casa y que nos permiten tener una vida digna.
5. En la próxima clase, presento mi trabajo ante los demás compañeros y compañeras y el profesor o la profesora.

La profesora o el profesor valora mis aprendizajes y me autoriza a registrar mi progreso.

Valoro mis aprendizajes



Trabajo individual

I. Completo las siguientes oraciones en el cuaderno con base en las palabras que aparecen en los recuadros:

- A. Yo pertenezco a un grupo étnico. Me _____ y me _____, como lo hago con los otros grupos étnicos.
- B. Me gusta compartir con personas de otras culturas, porque escuchándolas atentamente aprendo a ser más _____.
- C. A pesar de que todas las personas son distintas físicamente, la manera en la que sentimos y las cosas que necesitamos nos hacen _____.

iguales

valoro

respeto

respetuoso

II. De las siguientes palabras, escojo las tres que considere más importantes para vivir dignamente. Explico por qué:

Amor

Confianza

Respeto

Tolerancia

Afecto

Amistad

Salud

Comprensión



III. En el cuaderno, completo el siguiente cuadro. Para ello, escribo un ejemplo para cada acción:

No.	Acción	Escribo un ejemplo sobre cómo practico esta acción en mi vida cotidiana
1	¿Cómo les demuestro a mis familiares y profesores que valoro la educación que me brindan?	Cumpliendo con mis tareas y compromisos escolares.
2	¿De qué forma valoro el alimento que consumo en el restaurante o en la tienda escolar?	
3	¿Cómo hago para que mi comportamiento durante algún juego no afecte la armonía de los demás?	
4	¿Cómo ayudo a mis compañeros y compañeras sin esperar nada a cambio?	
5	¿Cómo contribuyo con mis actos a una sana convivencia familiar?	
6	¿Cómo demuestro que valoro la amistad que me brindan mis compañeros y compañeras de otras etnias?	

IV. Leo los siguientes titulares de periódicos y respondo las preguntas en el cuaderno:



- ¿Qué opino sobre los anteriores titulares de periódicos?
- En estos titulares, ¿se evidencia algún tipo de agresión hacia los niños y las niñas? ¿Qué tipo de agresión?
- ¿Qué puedo hacer para evitar el maltrato y la agresión hacia los niños y las niñas?

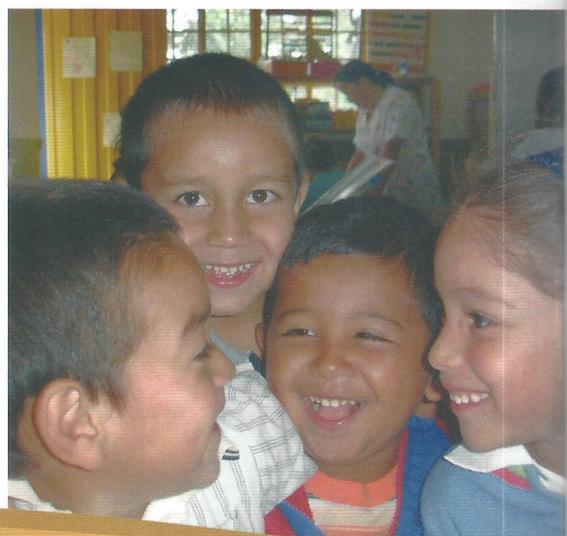
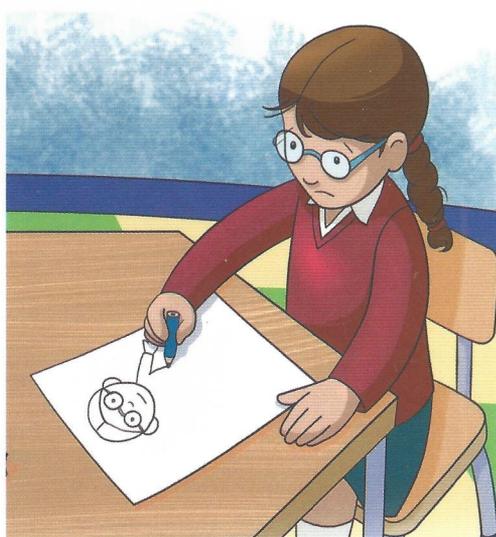
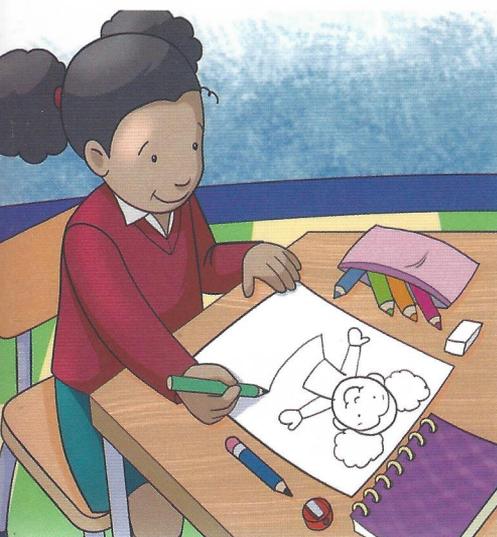
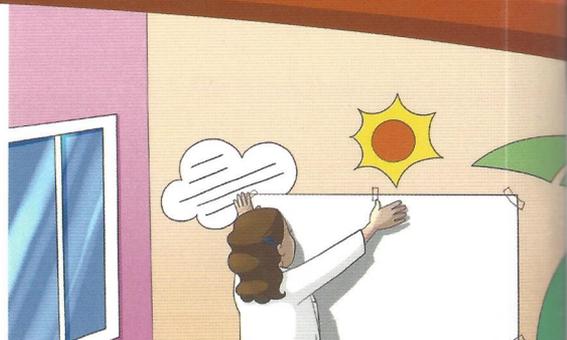
La profesora o el profesor valora los aprendizajes alcanzados en esta unidad y registra mi progreso.

Bibliografía

- AARONS, Audrey; HUGH, Hawes; AGUIRRE, Ignacia; GAYTON, Juliet y SCHUSTER, Augusto. *Niño ayuda al niño*. Ed. Gabriela Mistral. Londres, 1979.
- ARANGO, Pablo. *Introducción a la Filosofía Moral (teórica y aplicada)*. Editorial Universidad de Caldas. Manizales, 2005.
- ARISTIZÁBAL GÓMEZ, Marta Elena. *Colección Cofrecito, el Arco Iris de valores para los niños*. Editorial PROCCOLS.A. Colombia, 2010.
- BLACKBURN, Pierre. *La ética: fundamentos y problemáticas contemporáneas*. Fondo de Cultura Económica. México, 2006.
- BLÁSQUEZ CARMONA, Feliciano. *Diccionario de términos éticos*. Editorial Verbo Divino. Navarra, España, 1999.
- CHAUX, Enrique y RUIZ, Alexander. *La formación de competencias ciudadanas*. Ed. Asociación Colombiana de Facultades de Educación-Ascofade. Colombia, 2005.
- _____. *Conflictos, bullying y violencia escolar: Estrategias de prevención y manejo*. Universidad de los Andes. Bogotá, D.C., 2016.
- CHILD SAVINGS INTERNATIONAL. *Aflatoun Child social and financial education*. Amsterdam, 2007.
- COLBERT, Vicky y VÁSQUEZ, Luz Nelly. *Hacia una Escuela Nueva para la Calidad y la Equidad, Módulos 1 y 2*. Fundación Escuela Nueva Volvamos a la Gente. Bogotá, D. C., 2010.
- COLBERT, Vicky; RAMÍREZ, Pedro Pablo y CASTRO CARMONA, Heriberto. *Cómo elaborar guías de aprendizaje para educación básica*. Fundación Escuela Nueva Volvamos a la Gente. Bogotá, D.C., 1998.
- COMMITTEE FOR CHILDREN. *Second Step 2. Skills for Social and Academic Success*. Teaching materials, grade 2. Estados Unidos, 2011.
- CORTINA, Adela. *Ética sin moral*. Editorial TECNOS. Madrid, 1995.
- CORTINA, Adela y MARTÍNEZ, Emilio. *Ética*. Ediciones Akal S.A. Madrid, 2008.
- FERNÁNDEZ, Osmaira. *Cultura de paz en la escuela, mejores prácticas en la prevención y tratamiento de la violencia escolar*. Oficina Regional de Educación para América Latina y el Caribe. UNESCO. Santiago de Chile, 2006.
- FERRATER MORA, José y COHN, Priscilla. *Ética aplicada*. Alianza Ediciones. Madrid, 1994.
- FUNDACIÓN ESCUELA NUEVA VOLVAMOS A LA GENTE. *Escuela Nueva Activa. Módulo 1: Taller de Iniciación*. Bogotá, D.C., 2018.
- _____. *Escuela Nueva Activa. Módulo 2: Taller Manejo de Materiales, Evaluación de los Aprendizajes y Gestión Escolar*. Bogotá, D.C., 2018.
- _____. *Hacia una Escuela Nueva para la Calidad y la Equidad, Módulos 1 y 2*. Fundación Escuela Nueva Volvamos a la Gente. Bogotá, D. C., 2010.
- GUARIGLIA, Osvaldo. *Una ética para el siglo XXI*. Fondo de Cultura Económica. Buenos Aires, 2002.
- MEEDUCO (Mente, Educación y Corazón). *Guía para educadores de 1° a 5° Básico*. Paso adelante©. Chile, 2009.
- MEJÍA FRANCO, Fanny. *Compartiendo saberes en familia. Familia a tu lado aprendo*. Plan departamental de Seguridad Alimentaria y nutricional MANA. Gobernación de Antioquia.
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL. *Orientaciones Generales para la Implementación de la Cátedra de la Paz en los Establecimientos Educativos de Preescolar, Básica y Media de Colombia*. Bogotá, D.C., 2016.
- _____. *Secuencias Didácticas de Educación para la Paz*. Bogotá, D.C., 2016.
- _____. *Propuesta de desempeños de educación para la paz*. Bogotá, D.C., 2016.
- _____. *Estándares Básicos de Competencias en Lenguaje, Matemáticas, Ciencias y Ciudadanas*. Bogotá, D.C., 2006.
- _____. *Lineamientos curriculares, Educación Ética y Valores Humanos*. Cooperativa Editorial Magisterio. Bogotá, D.C., 1998.
- SAVATER, Fernando. *El valor de educar*. Editorial Ariel. Barcelona, 1997.
- _____. *Invitación a la ética*. Editorial Anagrama. Barcelona, 1995.
- _____. *Ética para Amador*. Editorial Ariel. Barcelona, 1991.

Páginas web de consulta:

- www.lenguasdecolombia.gov.co
- www.dane.gov.co
- www.rae.es
- www.meeduco.cl
- www.cidelatinoamerica.org



Estas guías promueven en los y las estudiantes la defensa de sus derechos y el cumplimiento de sus deberes, la valoración de su familia y comunidad, el cuidado de su cuerpo y de la naturaleza, la resolución pacífica de los conflictos, la reconciliación, el manejo de sus emociones, el respeto por la diferencia y la tolerancia: todos estos son los elementos fundamentales para la creación y el fortalecimiento de una cultura de paz. Además, estas guías estimulan a cada estudiante a construir un proyecto de vida que contribuya a su bienestar y a su felicidad.